

Formation

«Avec l'éducation qu'ils reçoivent, les hommes sont handicapés»

À l'École-club Migros, un atelier d'échanges animé par Gilles Crettenand accompagne les hommes dans la découverte de la paternité.

Texte: Mélanie Zuber Photos: MenCare, Mélanie Zuber



Gilles Crettenand, coordinateur du projet MenCare en Suisse romande

Devenir père bouleverse une vie. Il ne s'agit pas uniquement de prendre soin d'un nourrisson; cela mène aussi à s'interroger sur sa propre identité, à repenser complètement son quotidien, à changer ses priorités et à apprendre une foule de nouveaux gestes. C'est peut-être la plus belle aventure d'une existence, mais l'on peut parfois se sentir dépassé et envahi par le doute. Les échanges avec d'autres pères permettent de développer les outils nécessaires pour la vivre au mieux. C'est ce que propose le programme national MenCare, qui organise cet hiver un atelier en deux rendez-vous à l'École-club Migros de Martigny. Son coordinateur, Gilles Crettenand, présente la démarche.

Gilles Crettenand, être père, est-ce que ça s'apprend?

La naissance de son premier enfant représente un moment charnière pour un homme. Ça lui donne accès à la dimension de la relationnalité, du lien en conscience avec le nourrisson. Une dimension souvent occultée par la société, qui l'éduque plutôt à être dominant et à refouler ses émotions. Avec la paternité, les hommes constatent parfois qu'ils ne sont pas à l'aise avec ce conditionnement. Le programme MenCare leur montre qu'ils peuvent exprimer leur masculinité différemment. C'est libérateur.

Repenser la masculinité, c'est le but de ces ateliers?

Les réunions permettent de faire un travail de développement personnel, d'observer son intérieur, de découvrir ses valeurs, de déterminer ce qu'on veut construire avec les membres de

sa famille. On explore la sphère des émotions auxquelles on n'est pas habitué. Ça demande du courage; car le vrai courage est de s'aventurer là où on n'a pas nécessairement d'outils pour aller. Les échanges avec les autres pères ou futurs pères amènent à parler de sujets qu'on ne peut pas aborder avec sa partenaire, qui n'a pas le même vécu que les hommes. J'observe que ces partages soulagent les participants d'une grande pression.

Est-ce si difficile d'être un homme?

Avec l'éducation qu'ils reçoivent, les hommes sont handicapés parce qu'ils n'apprennent pas à acquérir les

«Nous soutenons une paternité plus impliquée»

Gilles Crettenand

compétences relationnelles, à gérer les émotions ou à bien les négocier. Les émotions, on les a, elles sont là. Il faut décider si on les occulte ou si on travaille dessus. Les pères vivent par exemple pratiquement autant de dépressions post-partum que les mères. La paternité entraîne en effet des modifications neuronales et hormonales. Mais les hommes n'osent souvent pas en parler à leur compagne ou leurs proches. Pouvoir échanger avec d'autres hommes et voir qu'ils ne sont pas seuls dans cette situation les rassure.

Comment se déroulent les séances?

La première partie porte généralement sur la famille, par exemple sur devenir père ou les besoins de la mère et de l'enfant à naître. La deuxième sur la conciliation avec une activité professionnelle, mais nous abordons également différents autres thèmes suivant les demandes. **Les participants échangent aussi des conseils pratiques, qui leur sont utiles dans leur vie de tous les jours.** L'atelier se tient sur deux soirées. Entre-temps, les hommes sont invités, s'ils le souhaitent, à discuter de certains points avec leur partenaire.

Quelle est la place du père dans une famille d'aujourd'hui?

Dans le modèle suisse, l'homme est celui qui ramène le pain; ça s'arrête là. On a une jolie maison mais peu de lien avec ses enfants parce qu'on bosse comme un fou. Beaucoup parmi les nouvelles générations de pères veulent reconsidérer l'importance qu'ils accordent à la sphère familiale et personnelle. L'atelier aide à former une véritable équipe avec sa partenaire.

Pas facile pourtant de développer cette sphère personnelle en travaillant à plein temps.

C'est pourquoi de plus en plus d'hommes demandent à leur employeur de tenir compte de leurs besoins. Ainsi des modèles de management «agile», avec du temps partiel, du télétravail, une réorganisation des horaires des séances, se généralisent. Tout le monde y gagne. Les collaborateurs sont plus motivés, ce qui bénéficie aux patrons! L'association Männer.ch se bat pour une des



Votre région

Des nouvelles
de la coopérative
Migros Valais



*Un père doit
pouvoir être
disponible pour
ses enfants,
afin d'établir une
relation avec eux
dès la naissance.*

mesures centrales recommandées par les spécialistes, à savoir le congé paternité. Il doit être le plus long possible afin que le père puisse être présent dès la première minute, soulager la mère et créer une relation avec son enfant. C'est indispensable. Avec un père plus impliqué, la famille est plus solide sur le long terme.

Vingt jours suffisent-ils?

Après analyse de tous les systèmes européens, la Commission fédérale de coordination pour les questions familiales (COFF) préconise 38 semaines de congé parental. Mais comme la Suisse est le dernier pays européen, avec l'Albanie et l'Irlande, à ne pas

offrir de congé au nouveau père, c'est déjà un minimum. Évidemment il serait souhaitable que les parents puissent aménager leur temps de travail comme bon leur semble. La Suisse est le pays qui enregistre la plus grande différence dans le taux d'occupation entre hommes et femmes; elle s'élève à près de 40%. Les conditions-cadres rendent les rôles inégaux au sein du couple dès la naissance du premier enfant. Le coût des crèches ou le déséquilibre des salaires entre hommes et femmes, par exemple, contribuent à inciter les mères à rester à la maison. Les couples ne sont pas vraiment libres de choisir leur modèle de vie.

Männer.ch, MenCare... mais au fond, on a pourtant l'impression que vous vous intéressez tout autant aux femmes...

Nous voulons que les hommes puissent vivre leur masculinité telle qu'ils la souhaitent, sans se plier à un conditionnement d'un autre temps.

Nous aspirons à un équilibre entre hommes et femmes qui se traduise dans les droits et les actes. Une meilleure répartition des responsabilités des tâches domestiques et éducatives est un plus pour l'équilibre à long terme. Männer.ch collabore avec des associations œuvrant à l'amélioration de la condition des femmes ou les bureaux d'égalité. **MM.**

Paternité

Eux aussi comptent

MenCare est un programme national porté par l'association Männer.ch. C'est aussi une campagne internationale soutenue par des associations faitières très actives dans la paternité impliquée. Elle développe différentes actions: des cours et des conférences «Equilimen» interactives en entreprise, des débats autour de la petite enfance, une exposition de photographies, des rapports en ligne ainsi qu'un film intitulé «La naissance d'un père», qui pourra être visionné en ligne sur Youtube à partir de la mi-décembre 2018.

Atelier père et futur père:

Jeudi 21 février et jeudi 7 mars 2019, de 18 h 30 à 20 h 30, à l'École-club Migros de Martigny

Inscription:

027 720 41 71,
ecole-club.ch ou
eclub.martigny@
migrosvs.ch

école-club

MIGROS