

La Libre

Comment gérer la pression à se reproduire ?

Les pressions à se reproduire sont souvent insidieuses mais il est essentiel d'apprendre à les identifier afin de pouvoir prendre distance avec celles-ci, et éviter qu'elles interfèrent avec votre autonomie reproductive. Évitez de vous justifier concernant votre volonté d'avoir ou non un enfant, cela relève d'un choix personnel qui devrait être posé librement, sans contrainte ou forme de violence.



Contribution externe

Publié le 18-04-2024 à 12h15

Enregistrer



Face aux nombreuses inquiétudes et responsabilités qui découlent de la parentalité, il est compréhensible que certaines personnes ne souhaitent pas avoir d'enfants. ©Copyright (c) 2020 Ivanko80/Shutterstock. No use without permission.



Une chronique de Françoise Adam, Docteure en psychologie, psychologue et sexologue, chargée de cours en psychologie de la sexualité à l'université de Liège (ULiège), chargée de recherche et co-responsable du certificat en sexologie clinique (UCLouvain) et Rédactrice en chef adjointe de la revue Sexologies

Depuis plusieurs années, le nombre de naissances ne cesse de diminuer en Belgique et en Europe.

Cette baisse des natalités préoccupe d'autant plus que la longévité augmente et que le vieillissement de la population soulève des préoccupations économiques réelles. Certains politiciens en font un enjeu majeur et invitent même la population à un "*réarmement démographique*". Ces propos peuvent contribuer à renforcer les attentes sociétales qui valorisent la parentalité, exacerber les tensions autour de la reproduction et stigmatiser les personnes qui ne suivent pas ce modèle. Il est vrai qu'avoir un enfant est un "*projet*" souhaité par de nombreuses personnes mais parfois, il arrive que la naissance n'aboutisse pas (ex : infertilité) voire dans certains cas, que le désir d'enfant ne soit pas présent.

Plus d'inquiétudes qu'auparavant

Aujourd'hui, il est courant de concevoir le désir d'enfant comme un "*projet*". On parle souvent de "*projet d'enfant*", conception qui peut laisser entendre l'importance de la programmation et de la réflexion qui peut générer de la pression. En effet, le désir d'enfant peut soulever de nombreuses inquiétudes notamment individuelles (Suis-je prêt à devenir un "*bon*" parent ?), économiques liées au coût de la vie ("Suis-je capable d'assurer financièrement ?") et environnementales et écologiques ("Est-ce que mon enfant vivra dans de bonnes conditions ?").

Rappelons qu'être parents est devenu plus stressant ! En Belgique, 5 à 8 % des parents sont en situation de burn-out parental, c'est-à-dire qui ressentent un stress chronique en lien avec leur parentalité. Bien souvent, ce type de difficulté apparaît quand les parents font face à un déséquilibre entre les charges parentales qui pèsent sur eux et les ressources dont ils disposent. Il est donc essentiel de mieux comprendre quels sont les événements qui ont probablement participé à rendre la parentalité source d'inquiétudes et parfois même de souffrance ?

Une vision de la parentalité en mutation

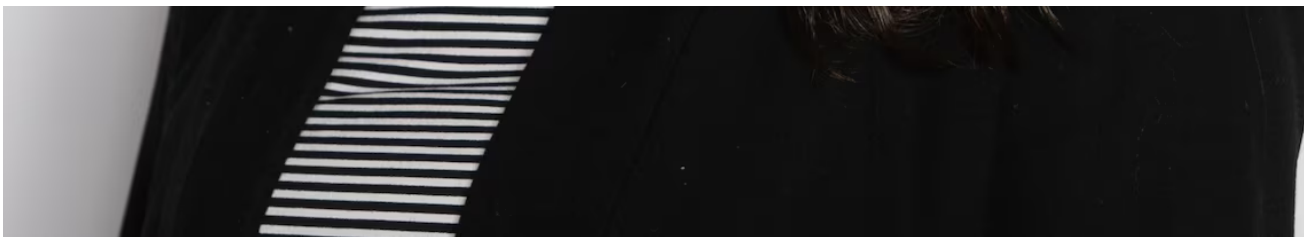
Tout d'abord, l'arrivée de la pilule contraceptive (1965) a permis de séparer la procréation de la sexualité. Cette séparation, inédite dans l'histoire de l'humanité, offre l'opportunité d'entretenir des relations sexuelles purement hédoniques qui ne sont plus forcément à visée procréative et ainsi permettre de programmer/contrôler le désir d'enfant. Cette planification des naissances permet d'être libre de choisir d'avoir ou non un enfant. Parallèlement, le développement des techniques de procréation médicalement assistée (PMA), qui peuvent contrôler le corps et la reproduction en cas d'infertilité, participe à la croyance erronée d'une possibilité de grossesse "automatique" renforçant parfois le sentiment d'anormalité des personnes qui n'arrivent pas à procréer ou qui ne souhaitent pas avoir d'enfant. L'infertilité concerne 1 couple sur 6 dans le monde et est en perpétuelle augmentation notamment avec le recul de l'âge du premier enfant. Face à cette difficulté, la plupart des couples utilisent la PMA pour réaliser leur désir d'enfant mais 30 % d'entre eux n'arriveront tout de même pas à concevoir.

Par ailleurs, le "projet enfant" n'est plus pensé uniquement du point de vue des futurs parents mais également dans l'intérêt supérieur de l'enfant. En effet, la Convention des droits de l'enfant, adoptée par l'Assemblée générale des Nations unies en 1989, leur a accordé des droits fondamentaux spécifiques que les parents doivent pouvoir garantir (non-discrimination, intérêt supérieur de l'enfant, droit de vivre, survivre et se développer, respect des opinions de l'enfant). Aussi, la plupart des femmes travaillent aujourd'hui, ce qui soulève des inquiétudes notamment concernant la personne qui s'occupera des enfants ? Force est de constater qu'il est parfois difficile de concilier vie professionnelle et vie familiale surtout pour les femmes. D'après un récent rapport de la Ligue des Familles, un parent sur 4 doit diminuer ou arrêter de travailler pour garder son enfant par

Il est vrai que les pressions à se reproduire sont souvent insidieuses mais il est essentiel d'apprendre à les identifier afin de pouvoir prendre distance avec celles-ci et éviter qu'elles interfèrent avec votre autonomie reproductive. Évitez de vous justifier concernant votre volonté d'avoir ou non un enfant, cela relève d'un choix personnel qui devrait être posé librement, sans contrainte ou forme de violence. Rappelez-vous qu'il n'y a que vous qui savez si oui ou non vous souhaitez avoir un enfant. Cependant, ce choix nécessite le consentement des membres du couple et devrait être discuté avec respect entre partenaires. Si vous êtes victime de coercition reproductive, renseignez-vous sur vos droits sexuels et reproductifs et osez demander de l'aide auprès de professionnels de la santé.

Est-il possible de ne jamais trouver le point G ?





Françoise Adam ©Françoise Adam

La “chronique sexo” de La Libre

Deux jeudis par mois, *La Libre* propose, sur son site, un rendez-vous “sexo”. Trois sexologues praticiens et/ou académiques se relayeront pour répondre avec science et sérieux à des questions variées sur la sexualité, la manière dont nous vivons nos relations affectives et relationnelles. Cette semaine, la spécialiste est Françoise Adam. Docteure en psychologie et sexologue, elle est aussi chargée de cours en psychologie de la sexualité à l'Université de Liège (ULiège), chargée de recherche et co-responsable du certificat en sexologie clinique (UCLouvain), et rédactrice en chef adjointe de la revue *Sexologies*.

Vous souhaitez leur soumettre une question ? N'hésitez pas à l'envoyer à l'adresse llb.debats@lalibre.be < <https://mailto:llb.debats@lalibre.be/> >



Le logo de la chronique sexo ©Raphaël Batista

Copyright © La Libre.be 1996-2024 lpm sa - IPM | Ce site est protégé par le droit d'auteur / Rue des Francs 79, 1040 Bruxelles / Tel +32 (0)2 744 44 44 / N° d'entreprise BE 0403.508.716

