

La naissance d'un père: un film-outil pour l'accompagnement en périnatalité

La naissance d'un père est un film documentaire en cinq épisodes qui compile les témoignages de dix-huit (futurs) pères et quatorze professionnel·le·s de la périnatalité. Réalisé par la Haute Ecole de Santé Vaud en collaboration avec l'association männer.ch, il est sorti en janvier 2019. Retours et réactions sur la diffusion de ce document inédit.

TEXTE :
YVONNE MEYER

Dans le film *La naissance d'un père*, composé de cinq épisodes de dix minutes chacun, les pères interrogés racontent comment ils ont vécu les différentes étapes de leur paternité, et les professionnel-le-s témoignent de comment elles et ils impliquent les pères. Trois recommandations de bonne pratique jalonnent chaque épisode. Le film, sorti en 2019, a été sous-titré en français, allemand, italien et anglais en 2020. Durant ces deux années, il a été présenté dans les différentes régions linguistiques en Suisse et au Royaume-Uni, en collaboration avec différent-e-s partenaires de terrain. Les rencontres ont eu lieu en présentiel ou sous forme de webinaires interactifs. Cet article propose une réflexion qui intègre des témoignages des personnes interviewées pour le film, des réactions du public et des apports de littérature.

L'implication des pères dès la grossesse

Le processus de parentalité chez le père relève d'un remaniement complexe. L'investissement affectif et cognitif du père dans la grossesse est à l'origine d'effets sur son bien-être, sur son estime, ainsi que sur sa réalisation et celle du couple. Le père a également un effet positif sur sa partenaire enceinte qui a besoin de reconnaissance psychologique et symbolique, ainsi que de soutien pratique (Institut National de Prévention et d'Éducation pour la santé, 2010). Dans les interviews du film, un propos ressort quant à ce remaniement complexe: les

pères seraient moins préparés biologiquement à la parentalité que les mères. Un père l'évoquait en disant: «C'était de ne pas pouvoir vivre comme homme ce que la femme vit dans son corps... Je ne pouvais pas toujours savoir quand elle avait besoin de moi» (David¹). Un professionnel le disait aussi: «Devenir père ne coule pas de source... Les inputs neuronaux, les ressentis, sont différents. Avec l'échographie ça devient plus facile parce qu'ils le voient. Mais avant que ça existe, le moment où un père peut sentir l'enfant à travers le ventre de sa femme, c'est relativement tard dans la grossesse». Une participante à une rencontre a réagi à ces propos. D'après ses connaissances de biologiste et sage-femme, les inputs neuronaux ne manquent pas chez les pères, la biologie de l'attachement des pères à leur enfant se développe tout au long de la grossesse et après.

Biologie de l'attachement

La littérature montre effectivement que les pères ne manquent pas d'intrants neuronaux. Pendant la grossesse et la période post-partum, les femmes, mais aussi les hommes, subissent des changements endocriniens qui affectent leurs émotions et leurs comportements. Comparés aux non-pères, les pères investigués par les chercheur-euse-s avaient des taux plasmatiques d'ocytocine significativement plus élevés et des taux plasmatiques de testostérone plus

faibles (Mascaro *et al.*, 2014). Ces changements hormonaux qui accompagnent la transition vers la paternité contribuent à accroître l'empathie. Des changements anatomiques graduels ont également été détectés par imagerie à résonance magnétique dans les zones de réseaux sociocogni-

Les pères doivent savoir que les liens père-enfant se développent pendant et après la grossesse et que la biologie favorise le processus.

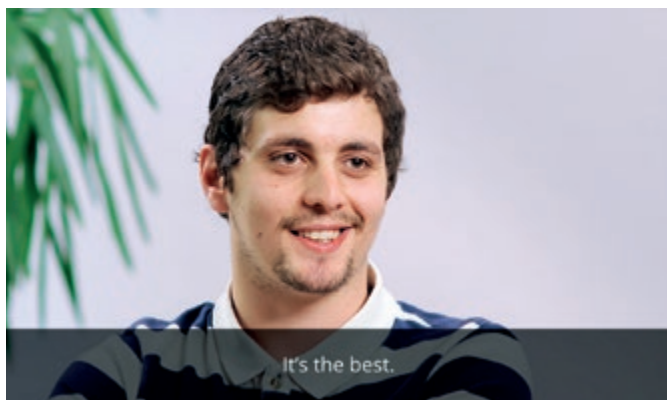
tifs du cerveau chez les pères s'occupant de leur enfant. Ces zones du cerveau sont impliquées dans la compréhension intuitive des signaux du nourrisson et la planification de soins adéquats (Kim *et al.*, 2014).

Sur ce point, la biologie rejoint les études de genre qui affirment qu'il n'existe pas d'absence de la féminité, ni de la masculinité, mais un apprentissage tout au long de la vie des comportements socialement attendus d'une femme ou d'un homme (Bereni *et al.*, 2020).

Dès lors, il serait pertinent de déconstruire une conception qui fige les caractéristiques biologiques des hommes et des femmes. Les phases de grossesse-accouchement-allaitement préparent les hommes à être parents tout comme elles le font pour les femmes. Les pères doivent savoir que les liens père-enfant se développent pendant et après la grossesse et que la biologie favorise le processus.

La participation à des activités de contrôles de grossesse, échographie, haptonomie, visite de la maternité, groupe de (futurs) papas, consultation Brazelton, sont autant d'occasions de soutenir les changements biologiques qui préparent à la parentalité des pères.

¹ Les prénoms sont les vrais prénoms autorisés à publication par les pères.



La naissance d'un père est sous-titré en français, allemand, italien et anglais.

Sentiment d'exclusion

Pourtant, il y a des pères qui se sont sentis exclus, notamment des consultations prénatales. Un père évoquait sa déception, disant «On est toujours mis de côté, au fond sur la chaise. Si on se lève on a l'impression de gêner. Si on dit quelque chose on a l'impression qu'on ne connaît pas. Et puis, je trouve qu'on est vite remis à notre place. On ne nous pose jamais de questions. C'est madame ça va et tout, mais nous, ouais ça va.» (Christophe)

Cette exclusion des soins périnataux est aussi pointée dans la littérature. Gervais *et al.* (2016) relèvent que même si les pères sont invités à s'impliquer, ils sont souvent relégués dans des endroits déterminés, ce qui limite leurs expériences et l'expression de leurs besoins masculins. Dans l'épisode «Neuf mois pour devenir père», une recommandation vise l'amélioration inclusive: «Soutenir les pères en leur donnant des espaces adaptés pour aborder les enjeux personnels liés à la paternité et à la parentalité.»

La première rencontre du père avec l'enfant

La majorité des hommes veulent être impliqués à l'accouchement. C'est un point culminant qui récompense neuf mois d'attente. La première rencontre avec l'enfant a été décrite comme un moment particulièrement fort de l'expérience du devenir père (Ledenfors & Berterö, 2016). L'épisode du film «Le père à la naissance» illustre ces moments, notamment autour du premier contact peau à peau pour les pères qui en ont bénéficié. Ils disent leur émerveillement et leur joie.

«Pour ma première fille, j'ai eu cette chance de pouvoir justement enlever ma chemise et puis la prendre contre mon torse nu. Et ça a été un moment absolument magique. Le regard de cet enfant innocent qui venait de sortir du ventre de ma femme et qui me regardait avec toute l'innocence et tout l'amour du monde. Ce moment-là, je ne l'oublierai jamais» (Fabrice).

Ce contact a parfois aussi été révélateur des nouvelles responsabilités à venir: «Beaucoup de joie et une petite sensation d'inconfort en disant "Mon Dieu!" Pas "Mon Dieu qu'est-ce que j'ai fait!" mais "Mon Dieu. Waow! Voilà! Je dois prendre soin de ce bébé, il y a des responsabilités qui arrivent tout d'un coup!" Mais c'est beau comme



La naissance d'un père recueille le témoignage de dix-huit (futurs) pères.

moment d'avoir ce bébé sur son torse. Je lui ai raconté tout, le processus, pourquoi il était là. Pourquoi on était les deux, là, à ce moment» (Gaëtan).

Une revue de littérature a effectivement démontré que le contact peau à peau est une alternative bénéfique tant aux enfants qu'aux pères, notamment dans le post-partum immédiat, lorsque la mère est indisponible du fait d'une urgence médicale ou d'une césarienne (Shorey *et al.*, 2016)

Stress et anxiété

Cette première rencontre peau à peau peut aussi générer du stress et de l'anxiété notamment lors de complications chez la mère. Dans le film, un père dit s'être retrouvé seul avec «un» bébé contre lui pendant une heure et demie, sans information sur l'état de santé de sa compagne au bloc opératoire pour hémorragie: «ce n'est pas un moment très agréable» («Georges»²).

Dans une rencontre autour de l'épisode sur l'accouchement, des pères ont fait part d'une autre préoccupation, celle du contact physique avec le sang:

- Un père: «Le bébé il est plein de sang et on le met directement [sur nous]?»
- Une sage-femme: «Il n'est pas plein de sang... un petit peu de sang accroché à ses cheveux peut-être...»
- Un autre père: «Moi il y avait du sang»
- Un autre: «Moi aussi»
- La sage-femme: «Oui, mais il n'est pas plein de sang»
- Un père: «Vous jouez avec les mots, il y a du sang»
- La sage-femme: «Pas toujours, mais ça dépend du mode d'accouchement...»

² Prénom modifié à la demande de ce père

Cet échange fait apparaître l'expérience convergente de trois pères qui décrivent la présence de sang sur le nouveau-né et la tentative de la sage-femme pour minimiser ce sang. Cette dimension du contact direct avec le sang à l'accouchement n'est pas à sous-estimer. Les pères peuvent ressentir du dégoût ou craindre de défaillir à cette vue et à ce contact (Hanson *et al.*, 2009).

Outre l'information sur l'aspect de l'enfant qui vient de naître, il aurait été utile de recentrer l'échange sur les ressentis de ces pères. En effet, un défi particulier pour les programmes prénatals est de créer un environnement où les hommes sont capables d'identifier et d'exprimer leurs sentiments entourant leur paternité imminente (Friedewald *et al.*, 2005).

Echange et ajustement

Dans cette même rencontre, un futur père s'interrogeait sur le moment du premier contact peau à peau avec son enfant, étant donné que lors du premier accouchement il n'avait pas vécu cela: «Quel est le processus? Donc on va avoir un accouchement par voie basse avec la mère qui va prendre l'enfant une dizaine de minutes, ensuite ça va être le tour du père?»

Un échange entre le public et les animateur-riche-s a éclairé le chemin caractéristique d'une perception dyadique à la triade. Et ce père d'ajuster ses dires: «C'est ça, c'est un tout. On est trois. Et pour le peau à peau si le bébé part téter, on va pas lui tirer [le sein] de la bouche.»

Dans l'épisode «Le père à l'accouchement», une recommandation précise la pratique du contact peau à peau: «Offrir au père l'opportunité de contacts peau à peau avec son bébé, déclencheurs avérés de changements neurobiologiques à la base d'un lien d'atta-

chement durable. Le déroulement de l'accouchement et les besoins spécifiques du nouveau-né au démarrage de l'allaitement conditionnent le premier moment de peau à peau.»

L'expérience des pères d'enfants allaités

Dans l'épisode «Les débuts du père dans la vie familiale», les pères évoquent comment ils ont pris part à la décision du mode alimentaire de leur bébé. Différentes postures personnelles et contingentes à la situation sont abordées. Un père voit la décision d'allaiter comme étant plutôt du ressort à sa femme: «Je n'allais en aucun cas lui indiquer de plutôt faire comme ci ou comme ça» (Sébastien). Un autre père ne cache pas sa posture favorable: «Moi je trouve magnifique une femme qui allaite» (Christophe). Un couple a pris plusieurs avis, compte tenu d'un traitement et des risques à donner le sein: «Nous nous sommes décidés pour le biberon» (Majed).

Les pères expriment également leur vécu de la période d'allaitement. Ils font part de leur autosatisfaction à donner du lait tiré au bébé: «Dans ces moments, on est là les deux, on ne fait qu'un quand je lui donne le lait» (José) ou concèdent: «Egoïstement... je ne me réveillais du coup pas forcément la nuit» (Blaise). Les témoignages révèlent aussi des contrariétés qui ont troublé certains pères, comme le changement de co-

pression que cet enfant était une extension d'elle» (François). Ces témoignages sont importants, car ils illustrent des ressentis positifs ou négatifs des pères face à l'allaitement.

Lors d'une rencontre en ligne, un participant avisé a regretté que cet épisode du film n'illustre pas davantage le rôle clé de l'engagement des pères dans le succès de l'allaitement. Sa critique est pertinente. Les pères ont parlé de cet engagement dans les interviews, mais ces rushs n'ont pas été retenus et rétrospectivement c'est dommage.

Coparentalité

Par exemple, un père dit son influence positive et celle de la mère sur le bon développement de l'enfant: «On voyait vraiment les progrès du petit, on voyait vraiment ce désir de ne pas seulement avoir du lait mais quelque chose en plus. C'était une période très belle parce qu'on a vu ce développement, ça nous a vraiment émus beaucoup.» (David).

Un autre père évoque sa présence pendant la tétée et son soutien pratique: «On essaie de répartir un peu les choses. Alors je ne vais pas l'allaiter. Mais dès le moment où il a fini, je le prends pour qu'il fasse son rot, je vais le changer entre deux phases d'allaitement» (Gaetan).

La littérature relève aussi que l'allaitement est un travail de coparentalité. Abbass-Dick & Dennis (2017) ont défini cinq éléments à ce travail: définition conjointe d'objectifs d'allaitement, responsabilité partagée de l'allaitement, soutien proactif à l'allaitement, interactions parent-enfant père/partenaire, communication productive et résolution de problèmes.

Dans cet épisode, une recommandation de bonne pratique précise: «Aider les pères à soutenir leur partenaire dans l'allaitement maternel. Les aider à se sentir plus inclus sachant qu'ils peuvent éprouver un sentiment de mise à l'écart lorsque la mère allaite.»

En résumé

Ces réflexions synthétisent quelques expériences autour du film *La naissance d'un père*. Elles montrent le pouvoir des témoignages et comment ils peuvent être utilisés comme vecteur de discussion et d'amélioration du bien-être et de la santé de toute la famille. ◉

Le film est en libre accès en français et en versions sous-titrées en anglais, allemand et italien.

Les liens d'accès se trouvent sur www.naissance dun pere.ch. Ce site informe aussi sur la création et la diffusion du film et propose un guide pratique en format pdf interactif destiné aux professionnel-le-s de la périnatalité qui voudraient à leur tour se lancer dans l'organisation de rencontres autour du film (voir recommandations de littérature page 70).

La naissance d'un père sera diffusé en français sous-titré italien dans le cadre du Congrès suisse des sages-femmes, le 17 septembre à 20h au cinéma Rialto à Locarno (attention, il s'agit bien du cinéma Rialto, contrairement à ce qui est indiqué dans le programme du Congrès). La projection sera suivie d'une table ronde. Entrée libre et sans inscription.

Références

- Abbass-Dick, J. & Dennis, C. L. (2017)** Breast-feeding Coparenting Framework: A New Framework to Improve Breast-feeding Duration and Exclusivity. *Fam Community Health*; 40(1):28-31. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>
- Bereni L. et al. (2020)** Introduction aux études sur le genre. De Boeck 3^e éd. Louvain-la-Neuve.
- Gervais, C. et al. (2016)** Where fathers fit in Quebec's perinatal health care services system and what they need. *Psychol Men Masc*; 17(2):126-136. <https://psycnet.apa.org>
- Friedwald, M. et al. (2005)** All-male discussion forums for expectant fathers: evaluation of a model. *J Perinat Edu*; 2005; 14(2):8-18. www.ncbi.nlm.nih.gov
- Hanson, S. et al. (2009)** Paternal Fears of Childbirth: A Literature Review. *J Perinat Educ*; 18(4):12-20. www.ncbi.nlm.nih.gov
- Institut National de Prévention et d'Éducation pour la santé (2010)** Le vécu de la grossesse par les hommes. Fiche action no20. France. Mai.
- Kim, P. et al. (2014)** Neural Plasticity in fathers of human infants. *Soc Neurosci*; 9(5):522-535. www.ncbi.nlm.nih.gov
- Ledenfors A, Berterö C.** First-time fathers' experiences of normal childbirth. *Midwifery*. 2016; 40:26-31. www.ncbi.nlm.nih.gov
- Mascaro, J. et al. (2014)** Differential neural responses to child and sexual stimuli in human fathers and non-fathers and their hormonal correlates. *Psychoneuroendocrinology*; 46:153-163. www.ncbi.nlm.nih.gov
- Shorey, S. et al. (2016)** Skin-to-skin contact by fathers and the impact on infant and paternal outcomes: an integrative review. *Midwifery*; 40:207-217. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>

AUTEURE



Yvonne Meyer,

professeure honoraire HES, Haute Ecole de Santé Vaud, Haute Ecole Spécialisée de Suisse occidentale. Yvonne Meyer est également sage-femme indépendante, membre du groupement des sages-femmes indépendantes vaudoises.

Lors d'une rencontre en ligne, un participant avisé a regretté que cet épisode du film n'illustre pas davantage le rôle clé de l'engagement des pères dans le succès de l'allaitement.

des d'attrait sexuel: «Ça déssexualise la poitrine» («Georges») ou un sentiment de mise à l'écart: «Jusqu'à ce qu'elle arrête de l'allaiter au sein exclusivement, j'avais l'im-