

# L'entraide maternelle, une réponse à l'isolement pathogène des nouvelles mères

Véronique Lussier, Hélène David and Louise Ouimet

Volume 21, Number 2, Fall 1996

Intégration sociale et soutien communautaire

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/032406ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/032406ar>

[See table of contents](#)

---

## Publisher(s)

Revue Santé mentale au Québec

## ISSN

0383-6320 (print)

1708-3923 (digital)

[Explore this journal](#)

---

## Cite this article

Lussier, V., David, H. & Ouimet, L. (1996). L'entraide maternelle, une réponse à l'isolement pathogène des nouvelles mères. *Santé mentale au Québec*, 21(2), 224–232. <https://doi.org/10.7202/032406ar>



## **L'entraide maternelle, une réponse à l'isolement pathogène des nouvelles mères**

---

Véronique Lussier\*

Hélène David\*

Louise Ouimet\*\*

**L**e témoignage qui suit sur l'établissement d'un réseau d'entraide maternelle s'inscrit dans une réflexion que nous avons amorcée à l'occasion d'une étude longitudinale portant sur la détection précoce de la dépression postnatale (David et al, 1994 ; Lussier et al, 1995 ; Saucier et al, 1993), réflexion qui met en relief le rôle essentiel de l'isolement et de la désintégration des repères collectifs dans l'étiologie des troubles d'adaptation à la maternité (Lussier et al, 1994). L'initiative de l'entraide maternelle est présentée dans le contexte des défis particuliers que représentent les carences de la société québécoise actuelle pour les femmes qui accèdent à la maternité.

En effet, si l'on constate que les attentes face à la maternité n'ont pas beaucoup changé, le mythe d'une science infuse et d'un statut privilégié relève pour la femme contemporaine de la plus pure utopie : la disparition des réseaux de soutien traditionnels, qui pouvaient amortir le choc de la réalité quotidienne du maternage précoce, la laisse aujourd'hui éminemment vulnérable et désarmée devant les sentiments d'insécurité et d'ambivalence qui peuvent accompagner l'accès à ce nouveau rôle (Boulton, 1983 ; Eagan, 1985 ; Raphael-Leff, 1985). La participation accrue des conjoints et l'influx récent d'une pléiade d'experts ne semblent pas constituer une contrepartie véritablement satisfaisante pour bon nombre de femmes, qui déplorent chez les premiers les limites des possibilités identificatoires, et chez les seconds, la frustration d'un savoir dispensé dans un contexte trop peu maternant : un savoir qui s'impose plus qu'il ne se transmet, et qui curieusement dépossède et aliène plus qu'il n'initie (Lussier et al, 1994).

---

\* Véronique Lussier, D. Ps., Hélène David, D. Ps., professeure agrégée au Département de psychologie de l'Université de Montréal.

\*\* Louise Ouimet, responsable du programme de marrainage « La Petite Patrie en Visite », Montréal.

L'isolement des nouvelles mères est également fonction de la façon dont la maternité est socialement structurée dans notre culture (Dally, 1982; Leifer, 1980). Or, loin d'être le pivot central d'une société qui lui voue un culte de principe, le rôle maternel confère en pratique aujourd'hui un degré certain d'anonymat et l'exigence implicite d'une autosuffisance. Dans le contexte actuel du regard social sur la maternité, les femmes, dès la grossesse, sont nombreuses à ressentir douloureusement les effets d'une grande solitude (Lussier et al., 1993). À cet égard, la période du maternage précoce peut être considérée comme le moment où se cristallisent de façon concrète le désarroi et l'abandon déjà pressentis pendant la gestation. La fragilité qu'occasionnent une fatigue extrême, l'anxiété, le stress, l'insécurité et le manque de répit débouche parfois sur l'impossibilité de s'ancrer dans le rôle maternel, avec à la clé d'un tel échec tout un cortège de souffrances psychiques pour la famille entière.

Face à la nécessité de combler le vide laissé par l'effritement des réseaux de soutien traditionnels, et de prévenir l'escalade des difficultés d'adaptation maternelle, l'initiative d'un groupe communautaire engagé sur le terrain à relever ces défis se présente comme une réponse particulièrement habile. Il s'agit du travail accompli à Montréal par le GEM, Groupe d'entraide maternelle ayant mis au point un programme de marrainage pour venir en aide aux nouvelles mères dont la solitude est aggravée par des problèmes liés à une situation financière précaire, la monoparentalité, le manque de réalisme dû à l'immaturation, ou la difficulté d'intégration socioculturelle. Dans des conditions d'exigence maximale, le GEM s'attaque ainsi à un problème qui touche toutes les femmes, et tous ceux, pourrions-nous ajouter, qui croient que l'instauration du lien maternel mérite d'être protégée.

### **Les objectifs de l'entraide maternelle**

Le Groupe d'entraide maternelle de La Petite Patrie (quartier ouvrier de Montréal) se définit comme une ressource communautaire mise sur pied pour répondre aux besoins des mères et de leurs enfants, de la naissance à l'âge de cinq ans, à travers l'établissement d'un réseau de support social constitué de mères vivant ou ayant vécu des difficultés, ainsi que d'intervenantes sensibilisées à cette problématique (Nadeau et Moretti, 1995). En tant que structure non institutionnelle, le GEM met l'accent sur le soutien psychosocial par les pairs. Les principaux objectifs de cet organisme sans but lucratif sont de favoriser l'entraide et le support mutuel, promouvoir le développement des compétences personnelles et parentales, favoriser le bien-être et le développement harmonieux des enfants, conscientiser les femmes-mères à leurs

problématiques spécifiques afin d'atteindre un meilleur équilibre familial, et encourager la participation active à la vie communautaire et démocratique.

Le GEM s'adresse ainsi à toutes les mères vivant avec de jeunes enfants et désirant partager leur expérience afin de briser l'isolement social, démystifier les problèmes et désamorcer certaines situations de conflits affectifs. Pour répondre à ses objectifs, le GEM a développé depuis sa fondation en 1988 plusieurs activités et services adaptés aux besoins exprimés par les mères du quartier qu'il dessert. Il offre entre autres des cafés-rencontres thématiques, des matinées de discussion sur la relation mère-enfant, des cliniques info-santé, des activités de loisir, un service d'accueil, d'écoute et de référence, un centre de documentation, une banque de gardiennage, un journal d'information, etc.

Des études de besoins réalisées en collaboration avec le CLSC La Petite Patrie débouchent en 1993 sur la conceptualisation et la mise en œuvre conjointe d'un programme de marrainage pour les mères nouvellement accouchées (Casaubon et al, 1995). Cette initiative s'inscrit dans la lignée d'autres formules d'entraide (marraines d'allaitement de la Ligue La Leche, ou mères visiteuses de la Fondation de la Visite), tout en s'en démarquant sur deux plans notamment : le programme est élaboré en fonction des besoins spécifiques des mères du quartier (les marraines par exemple auront elles-mêmes une responsabilité parentale active) et s'inscrit dans le cadre de nombreuses activités d'un organisme structuré offrant une intégration à long terme.

### **La création d'un réseau de marraines**

La mise sur pied du service de marrainage par le GEM peut être conçue comme le fruit d'une analyse attentive des besoins des nouvelles mères et des difficultés inhérentes au maternage précoce, analyse qui débouche sur la nécessité d'une intervention visant à réduire l'isolement, considéré comme un facteur de risque en soi. L'apport des marraines est conceptualisé en accord avec une appréciation du rôle maternel qui préconise le développement chez la mère de la confiance en ses capacités et ses ressources. Selon l'optique du GEM, en proposant un soutien individuel et personnalisé le plus tôt possible après l'arrivée du bébé, les marraines se trouvent à remplacer les membres du réseau social étendu sur lequel les familles d'autrefois pouvaient compter pendant cette période critique d'adaptation. Leur fonction dépasse ainsi largement le cadre d'une action préventive : elle participe de l'installation même du sentiment de compétence chez la nouvelle mère.

L'intervention auprès des mères rejointes par ce service se caractérise par une approche non professionnelle, soit l'établissement d'une relation amicale avec une mère qui a elle aussi un jeune enfant. Le fait que la marraine ait elle-même encore la responsabilité d'un jeune enfant la place d'emblée dans une position privilégiée pour comprendre les insécurités et les difficultés de la nouvelle mère, tout en ayant acquis le minimum de recul nécessaire. Du point de vue des filleules, cette formule donne accès à des modèles crédibles dans la mesure où les marraines sont engagées de façon active dans leur rôle de mère et sans doute de manière imparfaite.

Le programme prévoit une gamme d'interventions possibles : les marraines accompagnent les mères dans l'apprentissage de leur nouveau rôle, leur apportent un soutien affectif, les écoutent, les rassurent quant à leurs capacités, valident leurs connaissances et le cas échéant les aident dans leurs tâches quotidiennes. Elles les informent des ressources du quartier de façon à élargir leur réseau social et à favoriser leur autonomie. Enfin, elles encouragent une intégration éventuelle au Groupe d'entraide maternelle, ce qui permet d'offrir le support du groupe au besoin.

Le temps alloué pour le contact avec les filleules, qu'il s'agisse de visites à domicile, de conversations au téléphone ou de sorties, est de 5 heures hebdomadaires, sur une période totale allant de 8 à 12 semaines. Ce nombre d'heures est jugé suffisant pour la clientèle visée, qui exclut les mères en situation de crise ou souffrant de graves problèmes, clientèle chez qui l'on postule donc pour le moins la présence d'un minimum de capacités pour réagir positivement à l'arrivée d'un bébé. Cette sélection n'empêche toutefois pas la population cible d'être extrêmement démunie : sans viser une clientèle nécessiteuse de suivis particuliers, le GEM s'adresse à des mères nettement à risque. Il privilégie le recrutement des filleules parmi les femmes monoparentales ou ayant peu de ressources significatives dans leur entourage ; les très jeunes mères ; les primipares ; les mères plus isolées et/ou plus démunies ; les mères d'origines culturelles diverses. Isolement, insécurité, faible estime de soi, conjoint peu disponible, absence de modèle sont les paramètres communs à ces mères, auxquels se superpose souvent le souci additionnel d'une situation financière précaire.

Les marraines pour leur part sont sélectionnées parmi les membres du GEM d'après les critères suivants : elles doivent être mères de jeunes enfants, demeurer dans le quartier, faire preuve d'une capacité d'écoute et d'ouverture d'esprit, manifester un désir de partage et avoir une disponibilité suffisante. Les candidates retenues au terme d'une entrevue individuelle avec la coordonnatrice du programme et la psychologue du CLSC affilié reçoivent une triple formation de base. Un premier volet « tech-

nique » complète et rafraîchit l'éventail des techniques que la marraine peut utiliser dans son travail de support (soins du bébé, alimentation, contraception, dépression postnatale); un deuxième volet « psychologique » assure une formation en écoute active et en relation d'aide, pour que la marraine puisse être vraiment à l'écoute des problèmes et des besoins de la mère et favoriser leur verbalisation. Enfin, un troisième volet « communautaire » permet aux mairaines d'acquérir ou de compléter leurs connaissances des diverses ressources professionnelles et bénévoles du quartier. À cette formation de base vient s'ajouter une formation continue en cours d'intervention, de façon à répondre aux besoins spécifiques et/ou individuels des mairaines. Un encadrement systématique est prévu à cette fin, les mairaines disposant à toutes les deux semaines d'une heure de rencontre individuelle avec la coordonnatrice en plus d'une rencontre mensuelle de groupe d'environ deux heures à laquelle se joint la psychologue, de même que d'autres intervenants à l'occasion. Tout au long des mairainages, la coordonnatrice du programme se rend disponible pour des rencontres ponctuelles selon les besoins exprimés.

### **La Petite Patrie en Visite**

Un survol du fonctionnement du programme de mairainage en action auprès de dizaines de familles permet d'apprécier le degré d'adéquation des ressources mises en œuvre pour répondre aux besoins identifiés, et de repérer les points forts de la structure du programme qui s'adressent directement aux lacunes et aux écueils évoqués plus haut. À plus d'un titre, ces points forts évoquent certains des paramètres essentiels de la fonction maternante elle-même. À cet égard, l'expérience du GEM fournit des pistes très prometteuses pour l'élaboration d'une philosophie d'entraide adaptée aux problématiques maternelles contemporaines.

Un premier constat s'impose quant aux caractéristiques de la population rejointe – elle présente de fait toute la gamme des besoins et des préoccupations d'une nouvelle mère, et reflète dans des proportions exacerbées, tel un miroir grossissant, les multiples facettes du dénuement social et affectif qui colore à divers degrés l'expérience du maternage précoce pour toutes les mères. Qu'il s'agisse d'isolement, de l'absence ou de l'influence néfaste de l'entourage, du manque d'un modèle non conflictuel, d'un bébé perçu comme difficile, de la coopération insuffisante du conjoint, d'un sentiment d'insécurité, de l'accumulation des frustrations ou du manque de répit, les mairaines font face ici à des problématiques typiques où se profile à plus ou moins longue échéance la menace d'un effondrement pour la mère laissée à elle-même.

L'examen des moyens déployés par les marraines pour répondre aux diverses situations présentées par les filleules renseigne de façon très précise sur les interactions qui font la trame particulière de chaque expérience de marrainage. Deux aspects ressortent au premier plan : d'un côté l'extrême variété, la souplesse et la créativité qui caractérisent l'ensemble de ces interventions, et de l'autre la constance et la rigueur de l'aide apportée. Qu'il s'agisse de ne pas laisser une poussette en plein soleil à l'occasion d'une ballade au parc, de rassurer à propos d'un attachement qui ne se fait pas de façon immédiate, d'explorer les craintes de voir se perpétuer un cycle familial de violence, d'enseigner à replier la couche sous le nombril, de rattraper in extremis un gâteau brûlé, ou de discuter de l'éventualité d'une séparation avec le conjoint ou de la confrontation avec un propriétaire négligent, les marraines s'adressent de front aux peurs et aux conflits exprimés, écoutent et conseillent sans s'imposer, éduquent et éclairent sans condescendance, en recentrant la mère sur elle-même. Elles font preuve de patience, d'ouverture et d'initiative, leur attitude les situant aux antipodes des recettes toutes faites pour se fonder plutôt sur un intérêt réel que favorise l'approche personnalisée.

On constate ici un premier parallèle avec les exigences intrinsèques du maternage lui-même, qui réclame de la part de la personne qui le dispense une adaptation fine, faite de centration sur l'autre et de disponibilité (Raphael-Leff, 1985 ; Winnicott, 1965). La richesse de ces interactions est certes un reflet de la qualité du recrutement, de la formation et de l'encadrement des marraines, mais elle renvoie également à certains éléments inhérents à la structure même du programme, qui privilégie l'établissement de rapports significatifs par le biais d'une politique de jumelage visant une adaptation poussée aux problèmes exprimés. À ce niveau, il faut signaler que les marraines font beaucoup plus que de remplacer la famille élargie d'autrefois. Le rôle qui leur est imparti est tout à fait particulier en ce qu'il allie une écoute de haute qualité à une disponibilité rare et un soutien concret précieux (une marraine ne fait pas que rassurer, consoler ou dédramatiser, elle peut aussi bien emmener une filleule plus jeune danser ou aider à préparer un déménagement). L'approche non professionnelle ne signifie donc pas une diminution de l'acuité des observations ou de la justesse des interventions. Elle confère au programme une dimension de réalisme et de souplesse qui permet d'éviter les écueils propres à une aide professionnelle ou les maladresses d'une aide non éclairée. Il est évident que les marraines cumulent de multiples fonctions et que cette versatilité déborde le cadre d'une aide pré-définie sans pour autant devenir aléatoire.

La formule est en tous cas très habile dans la mesure où la position unique de la marraine permet de contourner les conflits souvent rattachés à l'interférence d'un expert ou de la propre mère, tout en lui permettant à bien des égards de materner et de transmettre son expertise. La transmission se faisant hors du cadre des rivalités générationnelles, elle court-circuite l'ambivalence éventuelle face à l'objet d'identification et escamote du même coup toute crainte de voir l'autre s'emparer du rôle maternel (il est sans doute significatif à cet égard de constater que les mairaines interrogées sur la perception de leur rôle le rapprochent beaucoup plus de celui d'une amie que d'une mère). La réussite vient de ce que l'évitement d'une position franchement maternelle n'empêche aucunement de materner, de même que le refus d'une expertise ne gêne nullement la valorisation de l'expérience.

En définitive, le niveau d'exigence et de versatilité demandé aux mairaines est vraisemblablement atteint grâce à la structure même du programme, qui prévoit différents paliers de « maternage » dans des proportions manifestement équilibrées : si les mairaines peuvent « materner » aussi bien dans des conditions aussi difficiles, c'est en bonne partie parce que leur formation, leur encadrement, et la philosophie du programme (centrée sur leurs propres capacités en tant que mères) les valorisent et leur donnent confiance. C'est dans la mesure où elles sont elles-mêmes bien « tenues » et entourées qu'elles peuvent à leur tour soutenir et donner confiance. La sagesse populaire voulant que la personne qui materne ait besoin d'être maternée se trouve ici mise en pratique à tous les échelons. Le « maternage » offert à la marraine rend possible le maternage de la filleule qui permet à cette dernière de materner son propre enfant. Les parallèles et la symétrie propres à cet enchaînement des fonctions maternantes se retrouvent d'ailleurs exprimés clairement par les mairaines elles-mêmes. Alors qu'elles sont invitées à se prononcer sur l'adéquation de l'aide qu'elles reçoivent, les besoins qu'elles expriment en termes d'encadrement reflètent presque exactement les besoins qu'elles comblent elles-mêmes chez leurs filleules : présence, support moral, écoute, conseils, opinions, disponibilité. Ce dernier élément s'avère essentiel, la disponibilité continue de la coordonnatrice pouvant apparaître comme plus sécurisante que le cadre structuré des rencontres à intervalles fixes. Ce type de soutien ouvert et souple, offert à la demande pourrait-on dire, est également plébiscité à l'unanimité par les filleules, qui apprécient avant tout chez leur marraine sa disponibilité, avec ce que cela suggère de demandes ponctuelles, urgentes, réitérées, remises ou annulées. La dimension du temps, entendu comme libéré de ses contours rigides, est ici très impor-



tante. La quantité joue apparemment autant que la qualité – ce qui encore une fois évoque certains paramètres du maternage précoce.

### **Les impacts de l'entraide maternelle**

L'ajustement réalisé entre les besoins fondamentaux et les ressources mobilisées pour y répondre ne peut que produire des résultats. En offrant aux filleules une forme de maternage fondamental, par la prise en compte de leurs besoins et leur valorisation, les marraines permettent de libérer suffisamment ces mères pour qu'elles puissent à leur tour materner. Un impact immédiat se situe ainsi au niveau des soins accordés à l'enfant, dans la mesure où les marraines désamorcent des crises importantes, contribuent à diminuer la rigidité, les préjugés, la panique, l'escalade de tension et le déplacement des frustrations sur l'enfant. Mais de la même façon que la marraine fait beaucoup plus que materner (un peu comme on dirait d'une mère qui materne qu'elle fait bien plus que nourrir), on peut penser que les impacts et les bénéfices pour la filleule sont eux-mêmes multiples. En lui permettant de verbaliser ses émotions, de prendre du recul et d'acquérir un sentiment de confiance et de compétence, le marrainage opère également à des niveaux qui débordent le cadre des capacités maternelles, notamment lorsqu'il y a absence de modèle (certaines filleules disant découvrir pour la première fois ce que représente un contact chaleureux, maternant). Les impacts indéniables au niveau de la qualité d'expérience du maternage se doublent ainsi de retombées qui affectent la vie personnelle de la filleule, et dans plusieurs cas sa vie de couple. Il est également probable que les répercussions d'une expérience de marrainage réussie aient une influence bénéfique sur les maternages subséquents d'une filleule. À tout le moins, on peut avancer que la présence des marraines aura contribué à alléger de façon significative une détresse que beaucoup de mères sont contraintes de vivre en silence.

### **L'entraide maternelle, une responsabilité collective**

En conclusion, la mise sur pied par le GEM d'un réseau de marraines peut être entendue comme une réponse concrète, et engagée sur le plan communautaire, à des carences qui relèvent d'une problématique d'ordre social. En effet, on pourrait arguer que la part qui est faite aux nouvelles mères dans le Québec des années 1990 déborde le cadre des destins individuels pour refléter les priorités de la collectivité dans son ensemble. Hormis de tels mouvements de solidarité et d'entraide à l'échelle communautaire, l'isolement réservé aux jeunes mères est à peu de choses près entier. Il s'agit donc d'une initiative à promouvoir

pour pallier aux conséquences d'un abandon qui nous concerne tous, en ce que ses répercussions inévitables sur la dynamique familiale contribuent à modeler la société de demain.

## RÉFÉRENCES

- BOULTON, M.G., 1983, *On Being a Mother: A Study of Women with Preschool Children*, Tavistock, London.
- CASAUBON, J., BRAIS, L., CHAREST, S., DOMINGUE, C., LEBLANC, G., OUMET, L., 1995, Six témoignages et un plaidoyer : Les raisons de leur passion, *P.R.I.S.M.E.*, 5, 1, 36-51.
- DALLY, A., 1982, *Inventing Motherhood: The Consequences of an Ideal*, Schocken Books, New York.
- DAVID, H., BERTHIAUME, M., LUSSIER, V., SAUCIER, J.F., BORGEAT, F., 1994, Vers une élaboration théorique des difficultés maternelles, *Progrès en néonatalogie*, 14, 192-201.
- EAGAN, A.B., 1985, *The Newborn Mother: Stages of Her Growth*, Little, Brown and Company, Boston.
- LEIFER, M., 1980, *Psychological Effects of Motherhood: A Study of First Pregnancy*, Praeger, New York.
- LUSSIER, V., DAVID, H., SAUCIER, J.F., BORGEAT, F., 1993, Préoccupations actuelles face à la maternité, *Cahiers de maternologie*, 2, 22-29.
- LUSSIER, V., DAVID, H., SAUCIER, J.F., BORGEAT, F., 1994, Enjeux maternels et dépression postnatale : rupture ou continuité?, *Devenir*, 6, 4, 7-26.
- LUSSIER, V., DAVID, H., SAUCIER, J.F., BORGEAT, F., 1995, La dépression postnatale : sa détection, sa mesure, son étiologie, *Le Carnet Psy*, 3, 13-15.
- NADEAU, M.-J., MORETTI, J., 1995, L'entraide communautaire : l'expérience du quartier La Petite Patrie, *P.R.I.S.M.E.*, 5, 1, 8-17.
- RAPHAEL-LEFF, J., 1985, Facilitators and regulators: Vulnerability to postnatal disturbances, *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynaecology*, 4, 151-168.
- SAUCIER, J.F., BORGEAT, F., DAVID H., BERNAZZANI, O., CASONI, D., 1993, Des mères en quête de nouveaux liens? Signes avant-coureurs de la dépression post-natale et esquisse de l'hypothèse du dysenfancement, *Cahiers de l'AFREE*, 5, 129-134.
- WINNICOTT, D.W., 1965, *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*, International Universities Press, New York.