



UFAPEC

Union
Francophone
des Associations
de Parents de
l'Enseignement
Catholique

Les risques de l'hyperparentalité : être parent, mais jusqu'où ?

Dominique Houssonloge



Analyse UFAPEC
Novembre 2015 N°19.15

Résumé :

Aujourd'hui la tendance est à l'hyperparentalité, c'est un fait ! Dans cette analyse, nous nous interrogerons sur le danger d'être des hyperparents surinvestis et surprotecteurs : vouloir le meilleur pour son enfant mais jusqu'où ? Quels sont les risques d'en faire trop ? Certains dénoncent le développement de parents épuisés et frustrés mais aussi d'enfants égocentriques, en manque d'estime d'eux-mêmes et dépendants, incapables d'empathie avec leurs pairs, d'adaptation à l'école. D'autres pointent du doigt une école et une société qui poussent les parents à l'hyperparentalité.

Mots-clés :

Hyperparent, hyperparentalité, parentalité, superparent, parent drone, parent hélicoptère, parent toxique, parent étouffant, parent tout puissant, surprotection, surstimulation, enfant roi, bonheur de l'enfant, scolarité de l'enfant, place de l'enfant, société sécuritaire, bonheur de l'enfant, épanouissement de l'enfant, autonomie de l'enfant, estime de soi, compétition.

UFAPEC :

Avenue des Combattants, 24 - 1340 Ottignies
Tél. : 010/42.00.50 – Fax : 010/42.00.59
Siège social : rue Belliard, 23A - 1040 Bruxelles
info@ufapec.be
www.ufapec.be

Avec le soutien du Ministère de la Fédération Wallonie – Bruxelles



Introduction

Des parents qui ne quittent pas des yeux leur enfant, équipé très vite d'un GSM devenu cordon ombilical, des parents qui surstimulent leur enfant - ne devrait-il pas apprendre l'alphabet ou le piano à 3 ans ? – et qui font même les devoirs ou les travaux à la place de l'enfant, des parents omniprésents et intrusifs qui règlent les relations de leur enfant comme un chagrin d'amour ou un conflit avec un condisciple, des parents qui exigent trop de leur enfant comme d'eux-mêmes. Ces parents sont appelés des hyperparents. Dans cette analyse nous nous interrogerons sur la question de l'hyperparentalité qui se développe.

L'idée que l'enfant est une personne développée par Françoise Dolto dans les années 70 a eu des effets bénéfiques pour l'enfant mais a également été poussée à son paroxysme par la suite. Aujourd'hui, la littérature et les magazines pour être un bon parent pleuvent, même les réseaux sociaux ont leur page sur le sujet. Il faut développer au maximum le potentiel de son petit génie et faire son bonheur à tout prix. Dans cette analyse, nous nous interrogerons sur le danger d'être des hyperparents surinvestis et surprotecteurs de son enfant : vouloir le meilleur pour son enfant mais jusqu'où ? Quels sont les risques d'en faire trop ? Certains dénoncent le développement de parents épuisés et frustrés mais aussi d'enfants égocentriques, en manque d'estime d'eux-mêmes et dépendants, incapables d'empathie avec leurs pairs, d'adaptation à l'école devenant des futurs adultes décrits par les spécialistes comme narcissiques et immatures ? Nous analyserons aussi les causes de l'hyperparentalité ? Selon certains ce seraient les parents qui en demandent trop à leur enfant au nom de son bonheur et de sa réussite à tout prix. Selon d'autres, les parents n'auraient d'autre choix que de s'adapter et d'adapter leur enfant à une école et une société de la rentabilité sous peine que le jeune en soit exclu.

Précisons que dans cette analyse, nous ne traitons pas des parents d'enfants ayant un handicap, un trouble de l'apprentissage ou vivant des difficultés personnelles et/ou scolaires. Il est clair que pour ces parents, l'investissement demandé pour accompagner son enfant est autrement conséquent.

L'hyperparent

Tout d'abord de quoi parlons-nous ? Les hyperparents sont aussi appelés superparents ou parents-hélicoptère ou encore parents-drone. Les hyperparents n'ont qu'un seul but : faire à tout prix le bonheur et la réussite de leur progéniture. A ce titre, ils veulent le meilleur. De la maternité à l'école, tout est réfléchi et choisi avec minutie.

Repères ASBL donne une définition assez complète : « Les hyperparents tiennent leurs enfants à l'abri de tous les dangers, ils font souvent les choses à leur place pour éviter les erreurs, ils les éveillent et les stimulent dès leurs premiers mois de vie par peur qu'ils ne ratent des chances de réussite, surveillent leur parcours scolaire, multiplient les cours et les activités parascolaires, contrôlent leurs amitiés, évaluent constamment leur développement en le comparant avec celui des autres enfants »¹.

« Une mère vient consulter pour son fils de 14 ans. Appelons le Romain. C'est un collégien tranquille, qui a toujours bien travaillé, encadré par sa mère, vigilante, et par des professeurs particuliers, pour être bien sûr que les acquis soient solides et le succès garanti. L'année de 3ème commence. Romain qui a pris des centimètres pendant l'été et a tous les signes extérieurs de la puberté, revendique de travailler seul et refuse la tutelle maternelle. Et là, c'est la crise ! Sa mère s'angoisse à l'idée de lâcher prise, envisage une chute vertigineuse des notes, un décrochage spectaculaire, et imagine déjà une fin d'année scolaire catastrophique, avec un Romain incasable dans un bon lycée parisien. Lui faire confiance et le laisser prendre, seul, son travail en charge, ne serait-ce que pour quelques temps, lui paraît un danger bien trop grand ! »²

« Dimanche dernier, notre fille, 11 ans, sort du parc du tennis du Roseau, pour aller, comme tous les dimanches après-midi, prendre son tram et rejoindre la maison. Et pourtant, cette fois-ci, elle ne montera pas dans son tram... [...] elle a tout simplement été reconduite par la police pour raison de sécurité. Et nous, les parents, avons eu droit à un sérieux discours de conscientisation sur les dangers auxquels nous soumettions imprudemment notre fille³.

On perçoit à travers ces deux vécus la tendance à l'hyperparentalité et à la surprotection de l'enfant qui gagne la société dans son ensemble, allant jusqu'à culpabiliser (ou condamner comme aux Etats Unis) des parents. Les parents drones sont servis par un marché de la surveillance en plein développement. Citons en autres un blouson intégrant une balise GPS qui, liée à une application pour smartphone, permet aux parents de géolocaliser leurs

¹ Repères ASBL, *À propos de l'hyper-parentalité*, 01/11/2014 - <http://www.reperes-asbl.be/a-propose-de-lhyper-parentalite-2/>. Lien vérifié le 01/09/2015

² Béatrice Copper-Royer, *Laissons nos enfants prendre des risques !*, 03/10/2014 in *Le Monde.fr* - <http://famille.blog.lemonde.fr/2014/10/03/laissons-nos-enfants-prendre-des-risques/#xtor=AL-32280270>. Lien vérifié le 01/09/2015

³ La libre.be, *Ma fille rentrait juste à la maison après le tennis...* Contribution externe. 12/03/2015 - <http://www.lalibre.be/debats/opinions/ma-fille-rentrait-juste-a-la-maison-apres-le-tennis-550072423570c8b9528c132b>

enfants à tous moments⁴. Ces parents ont toujours peur et ont un besoin permanent de tout contrôler dans la vie de leur enfant.

Les risques : être parent mais jusqu'où ?

Nombreux sont les professionnels à dénoncer les risques de l'hyperparentalité.

A vouloir en faire trop pour leur progéniture, les hyperparents s'épuisent, culpabilisent et vivent dans l'angoisse permanente. Selon Carl Honoré, journaliste canadien et auteur de *Laisser les enfants tranquilles*, « Ce modèle crée des familles égoïstes, obnubilées par la performance de leurs enfants. [...] C'est comme si élever des enfants étaient devenu un mélange entre un sport de compétition et le développement d'un produit »⁵. Et lorsque l'enfant connaît un échec, vit une peine ou un conflit à l'école, c'est le drame. Et que dire lorsque, vers la puberté, il rejette l'autorité étouffante de l'hyperparent ?

Du côté de l'enfant, la surprotection et la surstimulation risquent d'entraîner du stress, de l'anxiété, un manque de créativité mais surtout un grand manque de confiance en lui. Le fait d'être constamment pris en charge dans sa scolarité et dans ses relations lui renvoie le message que, sans son père ou sa mère, il n'est pas grand-chose. Finalement l'enfant va arrêter de puiser dans ses propres ressources et un cercle vicieux va s'installer.

Nombre d'experts voient l'hyperparentalité comme une des causes de l'échec scolaire en secondaire et au début du supérieur. Jusque-là, le jeune ne faisait que répondre aux stimulations de ses parents. Une fois qu'il doit s'assumer et se motiver seul, il échoue faute de confiance en lui, d'avoir compris l'intérêt du champ scolaire ou parce qu'il rejette tout ce qui le lie à ses hyperparents.

Au niveau des apprentissages, Bruno Humbeeck, sociopédagogue, explique les effets néfastes des parents qui mettent trop de pression à leur enfant : « si l'enfant parce qu'il n'apprend pas assez vite voit soudain son parent s'énerver, hurler des questions, en poser l'une à la suite de l'autre, hurler des questions et des réponses en même temps, cela va lui faire peur et il va se retirer de l'apprentissage devenu anxiogène. Ce genre de comportements est une erreur pédagogique où on retire tout plaisir d'apprendre à l'enfant ».⁶ Bruno Humbeeck va plus loin dans son analyse en pointant les sur-diagnostic des enfants « dysapprenant » (dyslexiques, dyscalculiques, hyperactifs...) bien plus important dans les pays du Nord où l'hyperparentalité est plus développée qu'au Sud où on vit les choses de façon plus zen. Pour l'hyperparent, l'enfant doit non seulement être heureux mais aussi performant et quand ça coince c'est la faute à un facteur externe comme un trouble de l'apprentissage ...

⁴ Béatrice Copper-Royer, op. cit. et Info géolocalisation, Gémolance un blouson pour enfants avec GPS, 16/09/2014 - <http://www.info-geolocalisation.com/2014/09/16/gemo-lance-un-blouson-pour-enfants-avec-gps/>

⁵ Amélie Daoust-Boisvert, Génération « hyperparents », mai-juin 2013 - <http://enfantsquebec.com/2014/06/27/generation-%E2%80%89hyperparents%E2%80%89/>. Lien vérifié le 01/09/2015

⁶ Bruno Humbeeck, *L'hyperparentalité*. Conférence organisée par l'association de parents de l'école libre de Charneux au Collège Royal Marie-Thérèse de Herve, le 28/04/2015

L'hyperparentalité a aussi des effets néfastes pour l'école, les pairs et les relations sociales dans leur ensemble.

Une enseignante : « «Un petit garçon de 7 ans pleurait tous les vendredis, à cause de la dictée, dit-elle. Dans ces cas-là, on peut se retrouver avec une plainte à la direction, pour peu qu'on doive donner un avertissement ou une punition. Par ailleurs, beaucoup d'enfants ne savent pas attacher leurs chaussures ou mettre leurs mitaines...à 8 ans. Ils suivent des cours en tout genre. Ils savent jouer du violon, mais la base (l'autonomie et le respect des règles), ils ne l'ont pas acquise. » Des problèmes que cette enseignante ne rencontrait pas quand elle travaillait dans un quartier populaire »⁷.

Outre les questions d'apprentissage déjà évoquées, l'hyperparentalité génère des problèmes à l'école. L'hyperparent veut préserver son enfant de toute émotion négative et, à ce titre, n'hésite pas à intervenir auprès de l'école, l'enseignant, d'autres parents voire d'autres enfants pour régler une dispute ou un chagrin. Or, c'est en permettant à l'enfant de vivre aussi des frustrations, des échecs, des chagrins qu'il pourra grandir et apprendre à vivre ensemble. Bruno Humbeeck, toujours, fait le lien entre le développement du harcèlement à l'école et les effets de l'hyperparentalité. Ces enfants n'ayant jamais appris à gérer des émotions négatives sont incapables d'empathie envers l'enfant harcelé.

Le problème dépasse l'espace familial. Cela ne va-t-il pas renforcer l'inégalité à l'école avec, d'un côté, une élite surstimulée à coups de coaching parental ou privé et, de l'autre, des élèves de milieux souvent plus modestes dont les familles n'ont pas les ressources nécessaires pour augmenter les performances de leur enfant ? Cela pose la question de la nature même de l'école : l'école doit-elle être un lieu de compétition ou au contraire un lieu où l'enfant peut se construire en collaboration avec ses pairs ? Et quelle sera la société de demain avec des adultes égocentriques, insécures et assistés ?

D'autres points de vue existent sur les causes de l'hyperparentalité. Notamment celui de parents rencontrés lors de nos soirées d'animation et débat sur des thématiques éducatives et/ou scolaires. Pour ces parents, l'hyperparentalité est d'abord générée par la société et l'école. Ces deux institutions sont fortement marquées sur la logique de compétitivité et d'employabilité des futurs élèves. Voici le point de vue d'une maman de 4 enfants : « Les parents ne font que répondre aux exigences de la société. Mon fils multidys est tellement débrouillard et pratique qu'il subviendrait aux besoins de sa famille dans des pays du Sud comparativement à ses trois frères plus âgés et plus scolaires. La NORME a un poids phénoménal et conditionne beaucoup. Au début du 20^{ème} siècle, les enfants pour qui cela n'allait pas à l'école allaient travailler aux champs, dans les usines... Ici, où vont-ils ? Que deviendront les jeunes sans diplôme ? »

Un enfant sacralisé que l'on veut performant et heureux

Comme Carl Honoré l'explique, début des années 90, notre société de consommation a drainé avec elle l'idée de la perfection et de l'enfant parfait. Par ailleurs, l'enfant occupe désormais une place centrale. Ses parents vont mettre tout en œuvre pour faire son

⁷ Amélie Daoust-Boisvert, *Génération « hyperparents »*, op. cit.

bonheur et permettre sa future réussite sociale⁸. Pour la sociologue Martine Fournier, on peut même aller jusqu'à parler d'une vision sacralisée de l'enfance : dans nos sociétés post-modernes (après 1960) où ont disparu les grands idéaux, l'enfant serait notre dernière utopie⁹. L'évolution du couple qui tend à être perçue aujourd'hui comme une alliance pouvant être dissoute a aussi contribué à faire de l'enfant un des piliers les plus solides de la famille.¹⁰ L'individualisation de notre société où prime l'épanouissement de chaque individu, les mères au travail qui culpabilisent et tentent de compenser et d'être disponibles à 100% lorsqu'elles sont à la maison, la diminution du nombre d'enfants par famille, la reconnaissance de l'enfant comme personne suscitée par Françoise Dolto, l'émergence des droits de l'enfant, tous ces éléments ont encore participé à donner une place centrale à l'enfant mais aussi à rendre la tâche éducative plus complexe et plus exigeante.

Notons encore que la logique de rentabilité du monde de travail s'est trop souvent installée comme dynamique de l'éducation de l'enfant. Tout particulièrement en période de crise économique,

de plus en plus de parents entraînent leur enfant dans la course à l'excellence :

« Nous sommes dans une société du culte de la performance, de la course à l'excellence, basée sur la peur de l'avenir, la peur de l'échec. Cette réalité nous empêche de reconnaître le droit à l'échec à notre enfant. Au risque de passer à côté de sa personnalité, de l'empêcher de se développer selon son rythme et de s'épanouir à sa manière »¹¹ L'école ne doit-elle pas aussi s'interroger sur ses finalités et surtout sur ce qu'elle véhicule comme valeurs ? Une école le message qu'elle donne aux parents ? .

Enfin, notre société est devenue sécuritaire et en recherche du risque zéro et cela contribue largement à la surprotection des enfants. Les médias nous déversent au quotidien des drames d'enfants accidentés ou abusés mais aussi. En Belgique, la triste histoire de Julie et Mélissa a été un vrai traumatisme collectif avec des répercussions sur la façon de gérer la sécurité des enfants. Les enfants d'aujourd'hui sont beaucoup moins libres de circuler ou jouer dans la rue et dans les espaces publics.

Pistes

Au nom de l'amour qu'il porte à son enfant et parce qu'il veut trop bien faire, tout parent peut se laisser gagner par le risque de l'hyperparentalité avec les effets néfastes que nous avons abordés.

Voici diverses pistes à examiner pour l'éviter : se faire confiance et ne pas tenter d'être des parents parfaits, ça n'existe pas ! Accepter que l'on n'est pas tout-puissant dans la vie de l'enfant, lui faire confiance, lâcher prise et lui laisser prendre des risques pour qu'il puisse peu à peu devenir autonome.

Selon Carl Honoré *la philosophie de la lenteur* permet aussi de créer une relation plus fluide et plus ouverte à nos enfants, pour leur laisser, dès le plus jeune âge, l'espace et le temps

⁸ Amélie Daoust-Boisvert, *op.cit.*

⁹ Martine Fournier, *L'enfant du 21ème siècle*, dans Sciences humaines, sept.-nov. 2007

¹⁰ *Op. cit.*

¹¹ Repères ASBL, À propos de l'hyper-parentalité, 01/11/2014 - <http://www.reperes-asbl.be/a-propose-de-lhyper-parentalite-2/>. Lien vérifié le 01/09/2015

pour explorer le monde. C'est dans ce contexte d'hyperparentalité qu'ont émergé de nouvelles formes de parentalité comme le *slow family living* (vie de famille au ralenti) et le *free-range parenting* (éducation parentale libérée) au Canada prônant de nouvelles priorités et un changement d'attitude, comme un certain retour à une vie de famille paisible, la valorisation du temps libre et le respect des besoins réels de l'enfant¹².

Bruno Humbeeck invite encore à ne pas mettre son enfant sous cloche mais à lui permettre de grandir à partir du vécu puis de la gestion d'émotions négatives comme la peur du noir, la mort d'un proche, un chagrin d'amour ou d'amitié, ... C'est là qu'il est essentiel de faire confiance à l'école, micro-société où l'enfant va vivre également des choses difficiles mais où il va apprendre à les dépasser. Les parents doivent accepter le fait que l'école n'est pas un lieu de bien-être permanent. De plus, exposer son enfant à des émotions négatives va lui permettre non seulement d'apprendre pour lui mais aussi de comprendre ce que ressentent les autres et d'avoir l'empathie nécessaire pour vivre en société¹³.

A l'adolescence, nombre de parents trop protecteurs et/ou stimulants sont catastrophés : leur enfant-modèle est devenu un ado en crise qui sort du chemin qu'ils lui avaient tracé. Redoublement, abandon de ses activités extra-scolaires... Une piste à suivre, toujours selon Bruno Humbeeck, est d'accepter l'idée que, pour construire un avenir qui peut sembler anxiogène, l'adolescent a besoin d'un certain temps pour se construire sereinement et à un autre rythme que celui imposé jusque-là, accepter que le jeune se donne le droit de ne rien faire, c'est ce que les ados ont appelé *l'art du glandage*, sans stress. Mais cela demande aux parents de prendre du recul par rapport aux prescrits scolaires, de dédramatiser et déstigmatiser l'échec et avant tout de choisir une école allant dans ce sens : une école qui encourage, qui (re)motive, qui vise l'épanouissement du jeune avant sa performance.

¹² *Ces enfants déstabilisés par l'hyperparentalité (epub)*. Présentation de l'ouvrage de Myriam Jézéquel par les Editions Québec-Livres. 2013 <http://www.quebec-livres.com/enfants-destabilises-par-hyperparentalite/myriam-jezequel/livre/9782764033036> Lien vérifié le 01/09/2015

¹³ Bruno Humbeeck, op. cit.

Conclusion

On a longtemps parlé de parents *démissionnaires* et d'enfant-roi. Aujourd'hui on parle d'*hyperparents* et d'*enfant surprotégé et surstimulé*. Les débats que cela suscite montrent le questionnement de notre société sur la parentalité actuelle et les risques de dérives possibles même au nom de l'amour et du bonheur de l'enfant.

Beaucoup de parents en font trop et d'autres commencent à être taxés de négligents parce qu'ils n'en font pas autant. S'impliquer trop en surprotégeant et sur-stimulant son enfant risque bien de le rendre peu sûr de lui, égocentrique et immature. Est-ce les adultes que nous voulons pour la société de demain qui devra répondre à des enjeux particulièrement importants comme l'interculturalité, la répartition des ressources et du travail ?

Par ailleurs, la société et l'école ne doivent-elle pas s'interroger urgemment par rapport à ce qu'elles exigent des parents ? L'école est-elle faite pour tous ? L'école peut-elle préparer à la fois les élèves à devenir des futurs employés compétitifs et rentables et des futurs Citoyens Actifs, Responsables et Solidaires ?

La parentalité est devenue complexe et exigeante. C'est pourquoi des soutiens à la parentalité, des espaces de paroles comme les rencontres-débats que l'association de parents peut organiser s'avèrent précieux. Toutefois, se faire confiance et faire confiance à l'enfant restent les maîtres mots. L'UFAPEC reste plus que jamais convaincue que tout parent a en lui les ressources pour éduquer son enfant.

Bibliographie

- MARTINE FOURNIER, L'enfant du 21ème siècle, dans Sciences humaines, sept.-nov. 2007
- SERGE HEFEZ, *De plus en plus d'enfants souffrent de trop d'amour !* 18/07/2012, entretien de Franck Trommenschlager - <http://www.psy-luxeuil.fr/article-dialogue-avec-serge-hefez-surproteger-un-enfant-77605754.html>. Lien vérifié le 01/09/2015
- BÉNÉDICTE LORIER, *Pourquoi certains parents n'en peuvent plus ?* Analyse UFAPEC de juin 2012 - <http://www.ufapec.be/nos-analyses/2012-epuisement-parents/>. Lien vérifié le 01/09/2015
- Repères ASBL, *À propos de l'hyper-parentalité*, 01/11/2014 - <http://www.reperes-asbl.be/a-propose-de-lhyper-parentalite-2/>. Lien vérifié le 01/09/2015
- BÉATRICE COPPER-ROYER, *Laissons nos enfants prendre des risques !*, 03/10/2014 in Le Monde.fr - <http://famille.blog.lemonde.fr/2014/10/03/laissons-nos-enfants-prendre-des-risques/> Lien vérifié le 01/09/2015
- NADIA DAAM, *Comment nous sommes devenus les Big Brother de nos enfants*. 03/10/2014 - <http://www.slate.fr/story/92831/enfants-sortir>. Lien vérifié le 01/09/2015
- NADIA DAAM, *Les parents hélicoptères (càd surimpliqués dans l'éducation de leur enfant) sont définitivement toxiques*. 03/06/2015 – http://www.slate.fr/story/102481/parents-helicopteres-toxiques?utm_source=twitterfeed&utm_medium=twitter Lien vérifié le 01/09/2015
- *Ces enfants déstabilisés par l'hyperparentalité (epub)*. Présentation de l'ouvrage de Myriam Jézéquel par les Editions Québec-Livres. 2013 <http://www.quebec-livres.com/enfants-destabilises-par-hyperparentalite/myriam-jezequel/livre/9782764033036> Lien vérifié le 01/09/2015
- *Plus nous protégeons nos enfants, moins nous les protégeons*. Contribution externe dans *La Libre.be*, 07/06/2015- <http://www.lalibre.be/debats/opinions/plus-nous-protegeons-nos-enfants-moins-nous-les-protegeons-5571afc835709a87ac750b03> Lien vérifié le 01/09/2015
- AMÉLIE DAOUST-BOISVERT, *Génération « hyperparents »*, mai-juin 2013 - <http://enfantsquebec.com/2014/06/27/generation-%E2%80%89hyperparents%E2%80%89/>. Lien vérifié le 01/09/2015
- BRUNO HUMBEECK, *L'hyperparentalité*. Conférence organisée par l'association de parents de l'école libre de Charneux au Collège Royal Marie-Thérèse de Herve, le 28/04/2015

Désireux d'en savoir plus ?

Animation, conférence, table ronde... n'hésitez pas à nous contacter
Nous sommes à votre service pour organiser des activités sur cette thématique.