

Calaepta



Collectif des Accueillants
des Lieux d'Accueil Enfants-Parents
Drôme-Ardèche
www.calaepta.fr

RENCONTRES D'ACCUEILLANTS
Septembre 2025
En présentiel et en visio-conférence

L'accueil et l'écoute des angoisses et anxiétés parentales.

Présents :

A Petits Pas, Dieulefit, La Bégude de Mazenc.
Caracole, Le Teil.
Caracole, Baix.
L'Eau Vive, Valence.
L'Îlot Petits pas, Lablachère, Chambonas, Largentière.
La Farandole, Annonay.
La Maison Bleue, Chabeuil, Beaumont-lès-Valence.
Le Petit Cabanon, Saint-Péray, Guilhaud-Grange.
Les 3 chatons, Saint-Paul-Trois-Châteaux.
Mosaïque Palabre, Aubenas.
Tournebulle, Bourg-Saint-Andéol, Saint Martin d'Ardèche, Viviers.

22 personnes, 10 lieux représentés.

Lors de ces deux rencontres, nous avons échangé sur l'accueil et l'écoute des angoisses et anxiétés parentales. Quelles sont ces angoisses et ces anxiétés ? Comment se manifestent-elles à nous ? Sommes-nous à l'écoute ? Comment les accueillons nous ? Comment sommes nous traversés par ce que nous entendons pendant les accueils, par ce que nous observons et ce que nous percevons ?

Nous constatons.

« Aujourd'hui, il y a beaucoup de pression sur les parents qui cherchent des méthodes ; ça génère des angoisses parentales. »

« On voit bien que les parents vont chercher une solution sur internet : cela rassure certains parents qui trouvent une réponse mais ça génère aussi qu'il faudrait être dans une norme et trouver des solutions. Ces outils ne sont pas rassurants pour les parents qui sont de nature angoissée. »

Que signifient les termes d'angoisse et d'anxiété?

L'angoisse, l'anxiété ne sont ni vraiment des sentiments ni vraiment des émotions, ce sont des affects, en raison de leur caractère diffus. Ces affects sont pénibles, désagréables, douloureux. Leur caractère essentiel est leur obscurité apparente : leur origine, leur source, leur cause demeurent inconnues à la conscience, ce qui accroît leur caractère oppressant. Ce sont des peurs sans objet apparent.

L'angoisse et l'anxiété désignent surtout une réaction à quelque chose qui vient du dedans et non plus à un danger situé à l'extérieur, dans la réalité. [...] Classiquement, l'angoisse renvoie aux réactions du corps viscéral, l'anxiété aux réactions strictement psychiques. Mais l'un et l'autre des termes peuvent être utilisés indifféremment.

Extrait de l'article *Troubles anxieux : diversité des approches théoriques* de Ronan Le Naour, psychiatre. (à lire sur <https://stm.cairn.info/publications-de-ronan-le-naour--110476?lang=fr>)

« Ces mots s'emploient pour moi dans un autre registre professionnel et si je me mets à cet endroit-là, ça veut dire que je veux les traiter ici dans ce lieu... Je préfère parler de **préoccupations, de tracas, de soucis, de questionnements**. Ça me permet d'être juste dans l'écoute sans vouloir faire autre chose. »

« On accueille des parents qui sont anxieux mais « accueillir des anxiétés » cela ne me parle pas. On accueille des parents qui ont un naturel plus anxieux ou bien des parents qui vivent des moments difficiles. »

« Les angoisses sont en lien avec une parole qui n'est pas dite ou une parole qui n'est pas contenante. »

Le sevrage, le sommeil, la reprise du travail, les modes de garde, la séparation avec son enfant, la maladie, le développement psychomoteur, avoir un enfant dans "la norme", être un "bon parent" (en référence à la mère suffisamment bonne défini par Winnicott), etc. Voici un panel non exhaustif des sujets d'angoisse ou d'anxiété parentale.

« A la suite du COVID, nous avons fortement ressenti des angoisses et du stress des parents concernant l'avenir incertain de leur enfant. Ils ne veulent pas avoir d'autres enfants. D'autres culpabilisent. Des mères se sentent nulles, pas capables par rapport à ce qu'elles voient sur les réseaux sociaux. »

Comment les angoisses et anxiétés parentales arrivent-elles jusqu'à nous?

Par les paroles des parents.

Même si les accueillants ne portent pas les préoccupations des familles, ils sont parfois confrontés aux angoisses parentales émergentes. Ces dernières se manifestent sous la forme d'informations, de questionnements, de confidences, etc. Les enfants, eux, donnent à voir et à entendre ces angoisses parentales : leur comportement nous interpelle. Nous nous questionnons sur des comportements fusionnels, sur des impossibles séparations, sur des relations conflictuelles, parfois violentes.

« Dans le lieu, les parents comparent leurs enfants. Cela peut générer des inquiétudes, c'est source de comparaison mais aussi d'acceptation des différences entre enfants. »

« Comparer c'est se rassurer. Dès la naissance, on compare, les poids, les tailles, etc... Je pense à certains parents qui sont très anxieux et qui sont hyper vigilants, qui bloquent leur enfant dans leur allant, en laissant penser que « le monde est dangereux, les jouets sont dangereux », etc. L'effet miroir du groupe peut jouer, cela se voit dans la corporalité des enfants. Cela a un effet positif chez les enfants quand les parents se mélangent et partagent leur manière de faire. »

« On accueille un enfant dont le papa a longtemps discuté avec une autre mère. Il lui racontait ce qu'il avait lu sur la paternité, car il est aussi le beau-père d'autres enfants plus

grands. Il écoute des podcasts et il aime poser des questions à d'autres parents. Il se sent très libre dans le lieu, il interroge les règles du lieu. Il vient se questionner sur sa parentalité. »

« Un parent peut venir avec une forme d'inquiétude. Il peut venir en parler. Une grande part de l'angoisse est de dire « est-ce que c'est normal ? » Il y a une impression de mal faire, sous une forme d'auto-jugement. Est-il le seul à vivre cela ? Quand une maman répond « Moi aussi je vis la même chose », il y a souvent un soulagement interne qui se produit. Ce qui est intéressant, c'est que ce parent ne se sent pas tout seul à vivre cela et qu'il peut le partager. Il sort ainsi de l'isolement. Cela semble libérateur pour lui. »

« Parfois on peut se demander « pourquoi cette personne m'a posé cette question ? » mais en fait on voit bien que cette personne a besoin d'être écoutée, on est là avec elle pour cheminer ou tout du moins pour qu'elle ne se sente pas seule. »

« Une mère me dit qu'en ce moment les nuits sont difficiles pour ses fils, dont un vient de rentrer à l'école. C'est vrai que la première année d'école peut être un temps de vraie séparation avec la maman. Tous les couchers sont difficiles car les deux enfants jouent à se faire peur en voyant des fantômes de partout. Les enfants cherchent pendant plus de vingt minutes dans les placards, sous les lits. Même quand la maman chasse les fantômes, les enfants disent qu'ils sont de nouveau là. Cela perdure et la mère a l'impression de ne pas s'en sortir. Puis la mère me dit : « Moi aussi j'ai vécu toute mon enfance ces terreurs nocturnes, je n'arrivais jamais à me sentir calme ». C'est donc la même histoire qui se rejoue. Quand l'enfant est venu près de sa maman, je lui ai dit qu'il n'y avait pas que sa maman qui pouvait le rassurer mais quelque chose au fond de lui qui pouvait le faire. J'ai l'impression que toutes formes d'inquiétude et d'angoisse se transmettent directement aux enfants. On entend alors du parent « Mon enfant est angoissé » mais en fait il a juste pris l'angoisse de son parent. Dans le lieu, le parent peut reconnaître son angoisse et nous l'accueillons. »

Ce que les enfants nous donnent à voir par leurs actes et leurs comportements.

« Ce sont parfois les enfants qui nous amènent, qui nous montrent le chemin vers ce qui se passe pour leurs parents. »

« Une petite fille s'est accrochée au pantalon d'une autre maman et lui a tendu les bras. En voyant cela, la maman de cette petite fille s'est complètement liquéfiée. Cela a été très douloureux pour elle. Elle est partie se réfugier dans le couloir. Je l'ai accompagnée. Elle a pu me dire des choses qu'elle n'avait jamais dites avant. Ces parents sont morts et elle est orpheline. Elle a été placée en famille d'accueil. Voir sa fille s'accrocher à une autre maman a vraiment été douloureux. C'est dans ces moments-là qu'il est important que nous soyons deux accueillantes, car cela a permis à l'accueillante de prendre le relais de la maman auprès de l'enfant. Ce qui est étonnant c'est que c'est l'attitude de sa petite fille qui l'a amené à raconter son histoire. »

Le comportement de l'enfant est symptomatique d'un vécu parental. L'enfant met en scène quelque chose qui relève d'une angoisse ou d'une anxiété parentale.

Daniel Olivier nous dit : « Nous savons que l'apparition du symptôme dans l'*infans* donne une voie d'accès à la vie psychique. Le symptôme est révélateur d'une dimension de vérité du sujet, il essaie de faire entendre la vérité de son désir. Par un symptôme, l'*infans* dévoile le mal-être de l'adulte de référence ou des dysfonctionnements familiaux. Tenter de le réduire, c'est prendre le risque de

perdre le fil d'une problématique qui vient se dire très certainement dans une demande d'aide et d'accompagnement."

De plus en plus de lieux, de moins en moins de psychanalyse ? Par Mathilde Pelegri, sous la direction de Daniel Olivier, Edition Érès, 2012, p.106 et 107.

« Dans certaines situations, ce qui peut nous alerter c'est la répétition... L'enfant qui répète, la maman qui raconte plusieurs fois la même chose. L'angoisse n'est pas entendue. C'est comme si elle devait prendre de l'ampleur pour que nous finissions par la voir. »

Comment sommes-nous à l'écoute des angoisses et anxiétés parentales ? Comment les accueillons-nous ? Quelle est notre posture ? Avons-nous à les contenir ?

L'accueil

« Le rôle des lieux d'accueil c'est d'accueillir ces ressentis-là, juste se permettre d'en dire quelque chose car parfois ça suffit. Faire la différence entre le symptôme que l'on perçoit chez l'enfant et ce qu'il provoque dans la psyché des parents, des gens qui s'en occupent. »

« Le groupe accueille aussi beaucoup et permet de contenir. Il a un effet. »

Ce que permet le cadre

« Le lieu tel qu'il est pensé avec ses fondamentaux "allège" ces angoisses. L'enfant va progressivement trouver des repères, prendre confiance dans le lieu et en notre parole. Il va mettre de la distance avec ses parents. Il va se sentir en sécurité dans ce lieu. »

« Le cadre est tracé avec quelques petites règles et au milieu, il y a une grande liberté. Les angoisses ou les inquiétudes se fluidifient spontanément du fait du dispositif, de notre présence. Les accueillis ont la possibilité de lâcher le contrôle. »

Accueillir avec légèreté

« Notre légèreté permet de contrer l'angoisse. »

« Parfois on n'arrive pas à être dans la légèreté et l'issue n'est pas toujours heureuse. »

« Le lieu permet aussi de mettre l'angoisse parentale de côté parce qu'il y a de la légèreté et que l'enfant évolue dans un autre cadre avec d'autres enfants. »

Françoise Dolto parle souvent d'accueillir avec légèreté. Intellectuellement, c'est facile à comprendre : être à l'écoute, ne pas juger, ne pas être celui qui sait, ne pas être intrusif, etc. Mais comment l'incarner dans la pratique de l'accueil ?

Ça va venir ou accueillir avec légèreté, de Bernard Rozec, sous la direction de Daniel Olivier, Edition Érès, 2012, p. 44 à 49.

« Ce lieu est aussi un espace de répit pour les parents, un temps pour faire une pause. On accueille une maman qui lorsqu'elle installe son enfant sur le tapis, dit « enfin ! ». Elle reste tout le temps de l'accueil. Elle dit que dans le lieu le risque n'est pas le même qu'à la maison. Et là, elle se sent en sécurité parce que le lieu est bien aménagé. »

Accueillir, c'est être témoin

*« En tant qu'accueillant c'est bien de se rappeler qu'être juste **témoin** c'est déjà important, à ce moment-là, on est à notre place. »*

« Quand on reçoit une inquiétude, on a le réflexe de vouloir réparer, de vouloir soulager mais ce n'est pas aussi simple. On a envie mais on ne peut pas. C'est important de se rappeler que le parent pourrait trouver ses solutions ailleurs. »

« Quand on parle au parent de ce qui le préoccupe, on ouvre quelque chose pour qu'il puisse dire. Alors que si on rassure ou si on s'inquiète, on ferme la discussion. »

« Une enfant venait dans le lieu toutes les semaines. Elle avait de gros soucis de santé qui l'empêchaient d'avoir une vie normale. Mais dans le lieu, cette petite était comme les autres, elle jouait, elle riait et on ne voyait pas à ce moment-là qu'elle avait déjà subi de nombreuses interventions chirurgicales. Cette enfant est décédée et ses parents ont eu le courage de revenir dans le lieu pour en informer l'équipe d'accueil. Le lieu fut sûrement pour ce couple un lieu de joie, de partage, une parenthèse à la maladie. Pouvoir vivre à cet endroit autre chose que l'angoisse et l'anxiété. »

Qu'en est-il de notre écoute dans les lieux ?

« Ecouter ça veut dire arriver avec une disponibilité psychique à l'accueil. Cela n'est pas si facile parce que l'on peut avoir des préoccupations personnelles. Les accueillis se rendent bien compte si on est disponibles. »

« La fonction primordiale de l'écoute, du creux, du réceptacle que l'on propose, c'est vraiment ça qui est en premier et qui est opérant. C'est simplement d'écouter l'autre, ça veut dire sans se positionner en expert, sans donner de piste. »

« A chaque fois c'est essayer d'être le plus tranquille possible, le plus ouvert possible pour faire de la place aux personnes qui vont être là et s'approcher de ce qui va être exprimé. »

« Les parents cherchent à être écoutés et non à ce que le problème soit réglé. »

« On ne fournit pas de solutions. Le fait de ne pas résoudre le problème des personnes leur rend leur autonomie et elles commencent à chercher en elles-mêmes. Et c'est là qu'émergent des ressources qui ne seraient pas sorties d'elles-mêmes si on les avait aidés. C'est important que l'on ne soit pas des personnes ressources. »

« Aborder en délicatesse l'impact dans la psyché des parents en disant par exemple « j'ai l'impression que ça vous inquiète... » ».

« Une accueillante a pu dire qu'elle était très touchée par les paroles de la maman mais sans savoir quoi lui dire de plus. »

« On transforme l'angoisse sans savoir qu'on le fait, seulement en écoutant, en nommant ce que l'on observe ; remettre l'enfant au centre et s'intéresser à ce qu'il fait. »

« Dans cet espace de silence, qui ne cherche aucune réponse, il peut y avoir une montée de quelque chose. C'est le parent qui fait émerger parfois en un mot, et qui éclaire sa situation. »

« Ecouter c'est une chose, mais à un moment donné, on doit aussi accuser réception des paroles et se risquer à la parole. Mais cette parole : que nous fait-elle vivre ? Comment vient-elle agiter nos propres angoisses ? »

Vient-elle mettre en écho celle des parents ? Est-ce ainsi que nous percevons les angoisses parentales ?

« Être à l'écoute, laisser advenir. Ne pas se soumettre à l'injonction d'agir¹ ».

«Un "Mantra" à se répéter car dans notre souci de bienveillance, on a envie de ne pas laisser la personne dans son état de souffrance. On est là et déjà c'est extrêmement important. »

Quand la parole de l'accueillant se retient.

«Une accueillante raconte la situation d'une grand-mère avec son petit-fils. Elle languit que son petit-fils, qu'elle garde, marche car elle pourrait faire plus de choses. Elle s'agite avec cet enfant, qu'elle déplace beaucoup. Il a un problème de motricité. Nous savons que ce bébé était très attendu par ses parents, la grand-mère dit qu'il a beaucoup été « couvé ». Elle cherche des jouets avec de la musique mais il n'y en a pas dans le lieu. Elle vient me chercher dans mes ressentis.»

Cette situation génère **des angoisses pour l'accueillante** dans ce qu'elle pressent mais qu'elle n'ose pas dire. « Dans notre corps on peut avoir mal, ressentir la souffrance. »

« Ne pas lui répondre fait que cela continue. Comment exprimer ce que l'on voit de cet enfant qui a un retard moteur. Pourquoi ne pas parler de ce que l'on voit ? La difficulté réside dans le fait de réduire l'enfant à son symptôme, de ne voir que cela. L'enfant qui ne marche pas, l'enfant qui ne parle pas, etc. »

« Comment s'enlever le poids d'être complice d'un non-dit ? Comment ne pas alimenter quelque chose qui est tabou ? »

« Comment essayons-nous de nous recentrer sur l'enfant, de s'intéresser à ce qu'il fait, de le valoriser, de verbaliser ce que l'on observe afin de calmer l'angoisse parentale ? »

« Comment ne pas fuir l'embarras ? Parfois on redoute certaines situations alors que nous sommes là pour faire tiers. Si elles se présentent, c'est qu'on est là pour les entendre. Une accueillante donne l'exemple d'un papa qui raconte que ça ne va pas avec sa compagne et qu'ils vont se séparer. »

« **C'est compliqué de se risquer à une parole de sujet à sujet.** »

Daniel Olivier dit : « Les gens ne se trompent pas, s'ils sentent que nous sommes fermés, ils ne déposeront rien auprès de nous. »

« Si on n'est pas en capacité d'accueillir ces angoisses, elles viendront moins à nous d'autant plus si on les craint, si on en a peur ou si on a peur de ne pas pouvoir répondre. »

« Comment faire quand le trouble d'un enfant se révèle au cours de l'accueil ? Si le parent n'est pas prêt, ce n'est pas le moment. Et pour l'enfant, on se dit qu'il ne faut pas louper le coche d'en parler. »

Pour terminer nous pouvons nous rappeler le paradoxe selon lequel le lieu d'accueil n'est pas un lieu de soins mais qui par ses effets, peut-être un lieu qui "soigne". Un lieu qui agit certainement sur les angoisses et anxiétés parentales grâce à notre écoute, à l'attention portée aux enfants et aux parents au travers des paroles échangées.

¹ Léa Didier, accueillante à La Maison Verte, colloque septembre 2025.