

PAROLES DE PARENTS

CONCILIATION ENTRE LE RÔLE DE PERSONNE
AMOUREUSE ET LE RÔLE DE PERSONNE ÂÎNÉE
- VIE PERSONNELLE -

AXE 6



DISCOURS 1



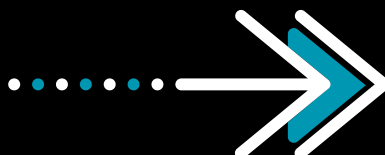
Reconnaître les situations de conciliation Pour mieux intervenir auprès des parents éternels

Les parents d'enfants non autonomes endossent simultanément plusieurs rôles : parent, aidant, travailleur, partenaire, individu.

Lorsque ces rôles s'entremêlent sans frontières claires, un déséquilibre peut s'installer, générant ambivalence, culpabilité, colère, sentiment d'injustice et épuisement.

Cette fiche propose une analyse en six axes pour mieux saisir les dynamiques de conciliation vécues par les parents aidants. Elle est destinée exclusivement aux intervenants, afin d'éviter que les parents ne se sentent jugés ou discriminés.

Les analyses sont conçues pour sensibiliser les intervenants aux tensions vécues par les parents aidants, afin de mieux repérer les signes de déséquilibre dans leurs discours et d'adapter l'accompagnement proposé.



« je me suis déjà chicané avec mon mari à cause de ça. Quasiment tous les soirs, j'avais des comités, on avait des réunions, puis là, je prenais la voiture, [...], on partait 2-3 femmes dans une voiture, puis là il disait "toi puis ton criss de bénévolat, c'est moi qui paye la gaz " (rires). Mais ça ne fait rien, j'avais ça pour moi, c'était valorisant, fait que je le faisais. Fait que ça faisait des petits conflits, mais ce n'est pas grave, c'est passé. Il y a des fois il chialait, des fois j'avais mis des réunions l'après-midi qui finissaient vers 5h-5h30, puis quand j'arrivais, il m'attendait pour le souper, ben j'y disais : "t'avais juste à éplucher les patates, ça serait allé plus vite " (rires). On s'est chicané quelques fois à cause de ça, mais j'aimais ce que je faisais, puis c'était valorisant, puis j'avais l'impression, ben j'avais pas juste l'impression, ça faisait bouger des choses, puis je ne regrette rien. »

(Participante)

Analyse et enjeux de conciliation

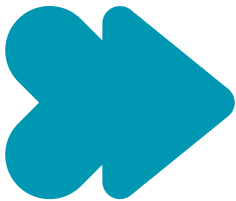
Cet extrait met en lumière les tensions entre le rôle conjugal et l'engagement personnel qui génèrent des conflits dans le couple. La mère tente de préserver une identité personnelle et sociale à travers le bénévolat, ce qui entre en conflit avec les attentes traditionnelles du rôle conjugal.

Le fait que le mari attende qu'elle prépare le repas, malgré son engagement, illustre une répartition inégale des tâches domestiques, souvent genrée, qui accentue la charge mentale. De plus, le manque de soutien du conjoint alourdit la charge mentale de la mère et augmente les conflits conjugaux.

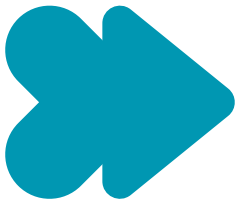
Le bénévolat agit comme un moteur de résilience et de bien-être personnel, ce qui augmente le sentiment de valorisation et d'utilité de la mère dans son contexte. Le bénévolat est non seulement valorisant, mais il permet à la mère de reprendre du pouvoir sur sa situation, en agissant concrètement pour améliorer les choses.

L'entraide communautaire réduit le sentiment d'impuissance envers la maladie de son enfant et lui permet de sortir de l'isolement. Enfin, les rires dans le récit montrent que la mère utilise aussi l'humour pour désamorcer les tensions, ce qui est une stratégie d'adaptation importante.

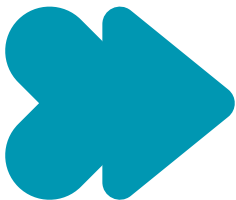
Voici quelques pistes pour l'intervention



Soutenir les parents souhaitant s'investir dans un engagement communautaire comme un levier de bien-être et de reconnaissance sociale.



Soutenir les parents souhaitant rejoindre des ateliers ou bénéficier d'un accompagnement sur la conciliation des rôles afin d'aider à mieux équilibrer les rôles de conjoint.e, de proche aidant.e et de citoyen.ne engagé.e.



Offrir des rencontres de soutien conjugal ou familial pour améliorer la communication afin de favoriser une meilleure compréhension mutuelle dans le couple.



Aider le parent à repérer ou à joindre un réseau de soutien entre parents aidants afin de briser l'isolement et de partager des stratégies de conciliation.