



## LES PÈRES EN CONTEXTE DE VULNÉRABILITÉ

### durant la période périnatale

Devenir parent représente en soi un grand bouleversement dans une vie. Nous pouvons donc aisément imaginer qu'en situation de vulnérabilité, cette nouvelle réalité puisse exacerber des fragilités préexistantes. Alors qu'un récent sondage<sup>1</sup> réalisé auprès de plus de 2000 pères québécois révélait qu'**un père sur sept serait en situation de détresse psychologique élevée**, nous apprenions aussi que **les pères allophones ou anglophones** étaient davantage touchés, tandis que ceux qui **sont sans emploi ou qui ont un faible revenu l'étaient encore plus significativement**<sup>2</sup>. Parmi les pères en détresse, **seulement un tiers avait consulté une ressource psychosociale** pour obtenir de l'aide.

Bien que les pères rejoins à La Maison Bleue présentent sensiblement les mêmes facteurs de vulnérabilité que les mères, leur contexte peut les affecter différemment de ces dernières. De même, les pères peuvent présenter des formes de vulnérabilité et des besoins de soutien spécifiques.

#### Utilisation proposée de la fiche

L'intention de cette fiche d'intervention est d'outiller les intervenantes<sup>3</sup> œuvrant auprès des pères durant la période périnatale. Au-delà de l'aspect formateur et sensibilisateur souhaité, les informations présentées dans cette fiche pourraient soutenir le développement d'ateliers de groupe en adaptant son contenu au public cible, tout particulièrement si ce dernier détient un faible niveau de littératie en santé.



Repérez cette icône pour des astuces d'intervention concrètes.



1 père sur 7 en situation de détresse psychologique



Parmi ceux-ci, seulement 1/3 consulte une ressource psychosociale

« Il est important de prendre conscience qu'aider un père en détresse, c'est aussi aider ses enfants et leur mère, qui sont affectés eux aussi par les conséquences de cette détresse. [...] Prenons un instant pour prendre les devants et demander aux pères de notre entourage : Papa, as-tu besoin d'aide? La réponse pourrait nous surprendre<sup>4</sup> ».

- Carl Lacharité, directeur du Centre d'études interdisciplinaires sur le développement de l'enfant et la famille (CEIDF).



### 1. Les formes et les facteurs de vulnérabilité chez les pères

Une étude menée en 2019<sup>5</sup> auprès de 2000 pères québécois a permis d'identifier trois formes principales de vulnérabilité qui façonnent l'engagement paternel<sup>6</sup>. Il s'agit du **manque de gratification, du manque de confiance et du manque de repères**.

En identifiant les besoins derrière les formes de vulnérabilité, il est possible de dégager des pistes d'intervention pertinentes et adaptées à leur vécu.

1. SOM (2022). Sondage portant sur la vulnérabilité dans le contexte de la paternité. Le sondage en ligne a rejoint un total de 2119 répondants.

2. Respectivement 17% (allophones), 19% (anglophones), 28% (sans emploi) et 29% (revenu inférieur à 35 000\$/an).

3. L'utilisation du féminin dans ce document se veut représentative de la composition des équipes de La Maison Bleue et des professionnelles œuvrant en périnatalité sociale. Il désigne aussi bien le féminin que le masculin.

4. Lettre intitulée « Aider les pères pour le bien-être de tous les membres de la famille ». Parue dans le quotidien Le Soleil à l'occasion de la 10e Semaine de la paternité en 2022.

5. Villeneuve, R., Lacharité, C. et Devault, A. (2019). « Vulnérabilité et expérience paternelle ».

6. L'échantillon de l'étude est composé de 2001 pères de 18 ans et plus résidant au Québec. Parmi ceux-ci, 17% sont nés à l'extérieur du pays, 22% ont complété un niveau d'études secondaires, 20% sont anglophones et 9% a un revenu familial annuel entre 20 et 39 000\$, ce qui peut correspondre à une partie des pères en suivi à La Maison Bleue.

## Formes de vulnérabilité

## Besoins des pères

## Pistes d'intervention

Le manque de gratification

Se sentir utile et important dans la vie de leur enfant.

Impliquer les pères dans les soins et services à l'enfant, témoigner de leur importance auprès de la famille.

Le manque de confiance

Avoir confiance qu'ils peuvent être à la hauteur des défis qu'ils rencontrent.

Éviter un discours ou une attitude qui pourraient témoigner d'un jugement des compétences du père, valoriser leur bagage et leur capacité à résoudre les défis rattachés au développement et à l'éducation de leur enfant.

Le manque de repères

Disposer de repères leur permettant de juger eux-mêmes si les décisions et les actions qu'ils posent dans la vie des enfants contribuent à leur bien-être et à leur développement (plutôt que de s'en remettre uniquement au jugement des autres).

Offrir des informations fiables et accessibles sur la parentalité, la grossesse, l'accouchement ou encore la petite enfance, les mettre en lien avec les ressources de leur quartier adaptées à leurs besoins.

**Bien que les vulnérabilités soient multiples et situationnelles, nous avons décidé de présenter deux contextes particuliers pouvant affecter les pères dans leur rôle.**

### 1.1 Les pères en situation d'immigration

Marquée par plusieurs transformations sur les plans social, identitaire et familial, l'immigration représente un **chamboulement majeur pour les familles**. Pour les pères spécifiquement, **la migration peut être source de défis importants** (précarité financière, isolement, non reconnaissance des diplômes, etc.), **mais aussi d'opportunités** (engagement parental, cohésion familiale, réussite éducative, etc.).



Bien souvent, les pères immigrants vont cumuler de nombreuses responsabilités tel que les emplois, les études, la responsabilité financière de la famille immédiate et de celle restée au pays, etc. **Généralement porteurs du projet migratoire**, ils peuvent également **se sentir responsables du bien-être de toute la famille** dans leur nouveau pays, voire vivre une culpabilité vis-à-vis des difficultés vécues par chacun des membres de cette dernière. Dans cette optique et avec la volonté de protéger les leurs, certains pères immigrants vont préférer **agir comme principal interlocuteur auprès des institutions**, ce qui peut engendrer des malaises pour des équipes qui ont à cœur les valeurs de la liberté individuelle et de l'autonomie.

Il est également important de souligner que l'une des principales barrières à l'utilisation des services de santé et sociaux par les pères immigrants est **bien souvent la crainte de vivre une forme de discrimination en raison de leurs croyances et traditions familiales**. En s'intéressant à leur compréhension de la santé physique et mentale, leur vécu et traditions entourant la périnatalité, ainsi que leur opinion quant aux traitements à préconiser, nous pouvons diminuer les risques d'incompréhension et **développer une plus grande alliance thérapeutique** auprès des familles.



À écouter avec les pères : « Mon papa et moi, d'un pays à l'autre » (Capsules multilingues sur la valorisation de la paternité en contexte d'immigration)

[Français >](#) [Anglais >](#) [Espagnol >](#)



### 1.2 Les pères en situation de dépression périnatale

La santé mentale des pères durant la période périnatale ne doit pas être négligée. Les données récentes indiquent qu'**au moins 10% des pères seront touchés par une dépression postpartum**. Un homme dont la conjointe vit une dépression postpartum a **50% de risque de le vivre à son tour**. Or, **très peu d'entre eux demandent de l'aide** ou reçoivent un diagnostic et des soins appropriés.



Les symptômes de dépression périnatale chez les hommes sont généralement **bien différents de ceux présents chez les mères**. Ils peuvent, par exemple, se manifester sous la forme de :

- Plaintes physiques et somatiques
- Dépendances (substances, jeux, sport, sexe, etc.)
- Perte d'intérêt ou surinvestissement dans le travail
- Évitement du domicile et absences prolongées
- Comportements autodestructeurs (jusqu'à des idées suicidaires), etc.

Ceux-ci font généralement leur apparition **quelques mois après la naissance de l'enfant** ou **lorsque la mère commence à aller mieux**, si cette dernière est également touchée, mais peuvent aussi apparaître en période prénatale.



À écouter :  
**Dad's postpartum depression**  
(Capsule vidéo en anglais  
sur la dépression paternelle)



## 2. Paternité en contexte de vulnérabilité : opportunités et risques

Au-delà des défis posés par les contextes de vulnérabilité, les pères vivant au sein de familles ayant vécu des situations défavorables peuvent jouer **un rôle important sur la résilience des jeunes enfants**. Une étude s'est intéressée aux effets à long terme de l'exposition à des expériences défavorables comme les traumatismes durant la petite enfance. Les résultats ont démontré que **l'engagement paternel auprès des tout-petits a une importance cruciale sur l'atténuation des effets négatifs de ces expériences sur le développement de l'enfant**, particulièrement pour les **familles vivant avec des ressources limitées et ayant un faible niveau d'éducation**.

Cependant, une autre étude a rapporté que les pères détenant **moins qu'une éducation secondaire** tendent à être **significativement moins impliqués durant la grossesse** que ceux qui ont un niveau d'éducation plus élevé, ce qui en fait un défi à surveiller tout particulièrement en contexte de vulnérabilité.



**À retenir :** Finalement, il est intéressant de constater que la paternité en contexte de vulnérabilité peut être à la fois source de défis et d'opportunités pour ces derniers et leur famille. C'est en étant à l'écoute du vécu des pères que nous pourrions réellement les accompagner, autant dans leurs fiertés que dans leurs préoccupations.

### Pour aller plus loin

Regroupement pour la valorisation de la paternité (2022). Fiche [Pères immigrants: axes de tension](#)

Lacharité, C., et Milot, T. (2021). [Vulnérabilités et familles. Dans Les Cahiers du CEIDF : Vol. 8](#). Trois-Rivières, QC: CEIDF/UQTR.



#### Guide du PAPP (RVP), consultez les sections :

- La vulnérabilité des pères: facteurs de risque et de protection (p. 34)
- Des réalités paternelles particulières (p. 36)

*\*Un guide en format papier est disponible sur chaque site de La Maison Bleue. Référez-vous à la responsable pour le consulter.*

### Références

Devault, A., Milcent, M. P., Ouellet, F., Laurin, I., Jauron, M., & Lacharité, C. (2008). Life Stories of Young Fathers in Contexts of Vulnerability. *Fathering: A Journal of Theory, Research & Practice about Men as Fathers*, 6(3).

Edward, K. L., Castle, D., Mills, C., Davis, L., & Casey, J. (2015). An integrative review of paternal depression. *American journal of men's health*, 9(1), 26–34.

Tremblay, G., Morin, M. A., Desbiens, V., & Bouchard, P. (2007). [Conflits de rôle de genre et dépression chez les hommes](#). Centre de recherche interdisciplinaire sur la violence familiale et la violence faite aux femmes.

Pontbriand, A., Naweed, O., Gervais, C. Hernandez, S., Le Gall, J. et N. Jalabert (2022). [Soutenir l'adaptation des pratiques pour mieux répondre aux besoins des pères immigrants : une recherche-action](#). Montréal : Éditions Institut universitaire SHERPA. p. 56

Elkins, N. (2015). [Healthy Dads? The challenge of being a new father](#).

Wang, X., Wu, Q., & Phelps, B. J. (2022). How do fathers help? A moderation analysis of the association between adverse childhood experiences and child behavioral health in fragile families. *Child Psychiatry & Human Development*, 53(4), 754–764.

### Autres fiches du dossier :

- ▶ 2. Les pères et les neurosciences : Impact de la période périnatale sur eux et leur famille
- ▶ 3. Interagir et intervenir auprès des pères en santé et services sociaux : Posture, contextualisation et communication
- ▶ 4. Encourager la coparentalité en intervention individuelle et en groupe
- ▶ 5. Faire une place aux pères en périnatalité : Agir concrètement dans son organisation