

l'impact

Intervenants - Milieu - Parents en action

Vol. 4, n° 1 – Février 2014

L'expérience de la sexualité, de l'intimité conjugale et de la sensualité en période périnatale



par Francine de Montigny, Pascale de Montigny Gauthier et Emmanuelle Dennie-Fillion

Dans ce numéro

La sexualité, de la sensualité et de l'intimité conjugale en période périnatale ...	1
Regard sur l'Initiative Amis des pères au sein des familles.....	2
En vedette : les agents de liaison de l'Initiative Amis des pères au sein des familles	4
Coin des étudiants : les pères et la conciliation travail-famille.....	9
Nouvelles en bref.....	10

**Diffusion du prochain numéro :
1^{er} juin 2014**

Organismes subventionnaires :



Fonds de la recherche en santé

Québec



Chaires de recherche du Canada

Canada Research Chairs



Instituts de recherche en santé du Canada

Canadian Institutes of Health Research

LA SEXUALITÉ ET LA SENSUALITÉ sont des dimensions centrales de la vie conjugale (de Judicibus & McCabe 2002), contribuant à l'intimité de la relation et, conséquemment, à la satisfaction conjugale (Ahlborg & al, 2005, 2009). En brossant le portrait des recherches portant sur la sexualité durant la grossesse et la période postnatale, on remarque une méconnaissance de la qualité de l'activité sexuelle chez les pères durant la période allant de la conception de l'enfant à la période postnatale. Des entrevues auprès de deux groupes de pères et de mères québécois ont permis d'en apprendre davantage sur la sexualité, la sensualité et l'intimité conjugale, durant la grossesse.

Pendant la grossesse, la fréquence des relations sexuelles diminue en grande partie en raison des changements physiques et psychologiques qui y surviennent. Le désir fluctue, autant pour la mère et le père, et tous deux doivent s'adapter au « corps en changement » de la future mère. Les futurs pères semblent particulièrement sensibles à cette proximité physique, mais parfois aussi symbolique dans l'imaginaire du père :

« Bien, c'est surtout, moi, au début, le bébé est en dedans, moi, je m'en vais en dedans, conflit d'intérêt. C'est plus cela. Au début, j'étais, j'avais peur... Mais c'est ça,

(Suite à la page 3.)



© Can Stock Photo Inc./szefei



Regard sur l'Initiative Amis des pères au sein des familles

par Francine de Montigny et Christine Gervais

ÇA Y EST. C'EST ARRIVÉ. La vague « Amis des pères au sein des familles » déferle sur plusieurs régions du Québec. Comment se porte le projet? Où en sommes-nous avec l'IAP? Voilà les questions auxquelles nous répondrons ici.

Les derniers six mois ont été palpitants pour l'équipe IAP. Tout d'abord, six agents de liaison ont été embauchés et formés. Un portrait de chacun est présenté dans ce numéro. Actifs dans leur région respective, ils ont réussi le tour de force d'organiser des ateliers réflexifs sur les territoires de Vaudreuil-Soulanges, de Brome-Missisquoi et de Saint-Jérôme à l'automne 2013. Déjà, trois groupes de gestionnaires, soit 35 personnes, et 11 groupes d'intervenants, réunissant 150 personnes, ont participé aux ateliers IAP. Les rencontres avec ces intervenants sont stimulantes et soutiennent le développement de l'IAP. De même, des rencontres ont eu lieu avec des pères des différentes régions, afin de bien saisir leurs besoins et d'arrimer les activités prévues à ces derniers.

L'évaluation de l'IAP est d'ores et déjà amorcée. Pascale de Montigny Gauthier, candidate doctorale en sociologie, remplace Kate St-Arneault, en congé de maternité, comme responsable du comité d'évaluation depuis le 1^{er} septembre 2013. L'évaluation de l'IAP porte sur différentes cibles, par exemple, la satisfaction des participants à l'égard des ateliers réflexifs, de même que les effets des ateliers, tant sur les intervenants que sur les parents. L'équipe tient aussi des notes à propos des décisions prises et des ajustements faits en cours de route, de manière à raffiner l'innovation sociale et en santé que constitue l'IAP (voir le Portail d'innovation du Conseil Canadien en santé <http://innovation.healthcouncilcanada.ca/printpdf/ip/get/1398>).

Plusieurs regards d'ici et d'ailleurs ont l'IAP dans leur mire. Par exemple, des membres du Réseau sur la santé mentale des pères souhaitent implanter l'atelier IAP auprès des étudiants en médecine de l'Université de Toronto. Nous avons été invitées à présenter le projet lors de deux congrès en nursing familial, l'un à Porto (Portugal), et l'autre, aux États-Unis. Une équipe française, après avoir pris connaissance de ce projet, nous a invités à écrire un chapitre de livre sur le sujet.

L'Initiative Amis des pères au sein des familles et l'Initiative Amis des bébés (IAB)

Alors que l'IAB est une initiative internationale, l'IAP est un pur produit québécois. Les efforts découlant de ces projets sont toutefois complémentaires. Les chercheurs à l'origine de l'IAP ont à leur actif plus d'une décennie d'études sur les thèmes de la paternité et de l'alimentation de l'enfant. Ils sont donc sensibles, à la fois aux bienfaits de l'allaitement pour les enfants, les mères, les pères et les familles, mais aussi, aux difficultés que rencontrent les parents qui ne peuvent vivre l'expérience d'allaitement dont ils rêvaient, ou encore, qui choisissent un autre mode d'alimentation pour leur enfant. L'IAP vise à soutenir, par l'entremise des intervenants, tous les parents québécois dans l'atteinte de leurs objectifs comme parents et comme couple. Pour en savoir plus sur nos recherches, surveillez notre site : iap.uqo.ca, dans la rubrique *Publications*. D'autres résultats seront publiés en 2014.

L'Initiative Amis des pères au sein des familles, une initiative pro-famille

Une des questions parfois soulevée par les intervenants est la suivante : l'IAP est-elle pro-féministe, pro-masculiniste, pro-père au dépend des mères? Comment ces dernières bénéficient-elles de l'IAP? L'IAP est, oui, un projet pro-père. Mais l'IAP est surtout un projet pro-famille. Les recherches le démontrent ; engager les pères dans la vie de l'enfant soulage les femmes du fardeau de porter seules les responsabilités familiales. L'engagement paternel augmente aussi la satisfaction conjugale, tant chez la mère que chez le père. Un père engagé contribue au développement de ses enfants et à leur réussite scolaire. Un père engagé a plus de chance de rester engagé, advenant une séparation conjugale. L'engagement des pères contribue à la santé des familles, de mille et une manières.

L'IAP : un portrait des activités des six prochains mois

L'implantation des ateliers réflexifs se poursuit dans les régions des Laurentides et de la Montérégie. Elle débutera en janvier 2014 dans la région de l'Outaouais, par une rencontre avec les gestionnaires de cette grande région.

Ce même mois devrait paraître le volume *Regard sur la promotion de l'allaitement maternel au Québec* de Chantal Bayard et Catherine Chouinard, publié aux Éditions Remue-ménage en 2014. Deux chapitres

L'expérience de la sexualité, de...

(Suite de la page 1.)

portent sur l'expérience des pères, le premier sous l'angle des représentations des pères de la promotion de l'allaitement maternel et le deuxième, décrit en amorce de ce numéro, sur la sexualité en période périnatale.

Février verra naître une vidéo portant sur l'engagement paternel durant la Super-Conférence organisée par le Regroupement pour la valorisation de la paternité. Un lancement se tiendra d'ailleurs le 20 février prochain à Montréal.

Le printemps 2014 sera une période d'activités intenses pour les comités de paternité des différentes régions qui souhaitent contribuer à l'animation de la Semaine québécoise de la paternité. Pour en savoir plus, surveillez le site web : iap.uqo.ca.

Une trousse à commander

Si l'Initiative Amis des pères au sein des familles (IAP) vous interpelle, vous pouvez afficher vos couleurs! À faible coût, procurez-vous les outils IAP de promotion de l'engagement paternel. Des affiches, des dépliants et des bulletins d'information sont disponibles. Ces outils montrent des images positives de la paternité. Ils présentent aussi des renseignements de pointe sur la question.

Pour en savoir plus : iap@uqo.ca ou 1 800 567-1283, poste 2399. ♦

au début, j'avais peur de trouver cela bizarre. » (Steve, conjoint d'Angie, premier enfant allaité neuf mois).

La majorité des études rapportent que la fréquence des relations sexuelles diminue au troisième trimestre de la grossesse, est à son plus faible niveau dans les deux mois suivant la naissance, pour reprendre ensuite graduellement (Von Sydow & al, 2001). En période postnatale, en plus du fait que la nouvelle mère doit récupérer physiquement, les deux parents affrontent les nouvelles exigences de la parentalité, notamment l'attention portée au bébé, son intégration dans la vie familiale, la fatigue, etc. De plus, l'allaitement entraîne de nombreux changements au plan de la sexualité, étant donné que les parents n'y étaient pas préparés. L'élément central dans la baisse ou la hausse du désir est la fonction nutritive, souvent moins sexuelle des seins.

Les couples doivent alors adopter différentes stratégies pour composer avec les changements dans leur sexualité et leur sensualité ainsi que pour préserver l'intimité conjugale. Parmi ces stratégies, on retrouve les suivantes : communiquer, exprimer leur sexualité, leur sensualité et leur intimité différemment, se donner du temps et consulter.

De la grossesse à la période postnatale, les nouveaux parents vivent des changements importants et complexes, entre autres, au plan physiologique et de l'organisation quotidienne, qui ne sont pas sans effets sur leur relation conjugale. Les professionnels de la santé doivent être conscients que les changements dans la sexualité en période prénatale et

postnatale ont le potentiel de créer une perte d'intimité dans le couple, de laquelle pourra découler un éloignement des partenaires. Leur rôle est d'accompagner les couples dans cet aspect vital de leur vie conjugale, particulièrement en contexte d'allaitement, puisque les parents se disent généralement mal préparés à anticiper les effets de l'allaitement sur leur sexualité. Par exemple, les infirmières peuvent aborder le sujet de la sexualité, et donner de l'information au besoin, sur les effets qu'entraînent les changements physiques liés à la grossesse et la naissance sur la libido. Les parents ont besoin d'entendre que ce qu'ils vivent est normal et passager, dans la plupart des cas. Ils doivent aussi connaître les ressources si des problèmes persistent.

Pour plus d'information, consultez le chapitre « La sexualité après la naissance et en contexte d'allaitement maternel : expérience des mères et des pères », écrit par Francine de Montigny, Pascale de Montigny Gauthier et Emmanuelle Dennie-Fillion dans *Regard sur la promotion de l'allaitement maternel au Québec* de Chantal Bayard et Catherine Chouinard, publié aux Éditions Remue-ménage en 2014. ♦



© berikind - Fotolia.com

En vedette : LES AGENTS DE LIAISON DE L'INITIATIVE



Julie Garneau, agente de liaison pour la région des Laurentides

Julie Garneau était psychoéducatrice dans un CLSC. C'est là qu'elle a été touchée au cœur par son premier contact avec l'Initiative Amis des pères au sein des familles : le projet-pilote est arrivé dans son milieu de travail.

« Ça portait ses fruits, ce projet-là, explique-t-elle. Je voyais que ça amenait quelque chose de positif dans la vie des gens ».

Comme elle avait déjà été agente de développement à l'international, devenir agente de liaison allait de soi dans son parcours. Pour Julie, c'était simplement poursuivre ce pour quoi elle travaille depuis plusieurs années : apporter un changement significatif et positif dans la vie des gens, particulièrement sur le plan du développement des enfants.

Amener les personnes d'une communauté à travailler ensemble (bref, se concerter), c'est important pour Julie. Elle-même étant maman, elle croit à la

différence qu'un tel travail d'équipe fait auprès des enfants. Pour Julie, l'IAP permet de réfléchir au sens que nous donnons à nos actions, ce qui permet aux intervenants et aux gestionnaires d'approfondir leurs interventions. C'est une façon de faire qui l'interpelle. « Discuter, passer par le cœur, puis la tête suit », dit-elle.

Au CSSS des Sommets, après le projet-pilote IAP, plusieurs intervenants invitent de plus en plus les deux parents aux rencontres. « Les pères participent avec joie et ça enrichit beaucoup les activités, raconte Julie. Trois pères de quatre enfants étaient présents à un atelier de stimulation. Ça, pour moi, c'est une belle histoire! »

Mini-quiz perso

Ton talent caché, c'est... marcher sur mes mains!

Ton prochain voyage? Ce sera... selon mes moyens! Selon mes rêves, Bali.

Ta plus belle réussite? Mes enfants.

Julie souhaite que les pères de sa région soient enthousiastes dans leur rôle, qu'ils se sentent compétents et en moyen d'accomplir ce rôle-là au maximum de ce qu'ils peuvent et veulent. Elle aimerait aussi que les infirmières les invitent à faire le peau à peau à la naissance tout en leur expliquant l'importance de leur rôle à ce moment-là et tout au long de la vie de leur enfant, parce que les pères ne sont pas toujours conscients de tout ce qu'ils apportent à leur fils ou leur fille. À son avis, c'est le plus beau moment à la naissance : l'infirmière ouvre ainsi la porte à un instant privilégié et à des yeux brillants...

Pour joindre Julie :
450-530-7616, poste 4109
Julie.Garneau3@uqo.ca



François Jodoin, agent de liaison pour la région de Vaudreuil-Soulanges

François Jodoin est bachelier en kinésiologie de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Il est conseiller en saines habitudes de vie pour le Comité d'Action Local de Vaudreuil-Soulanges (CAL V-S) depuis bientôt cinq ans et travaille conjointement avec le Centre de santé et de services sociaux (CSSS) de Vaudreuil-Soulanges.

Lorsque le CSSS s'est impliqué dans l'Initiative Amis des pères au sein des familles (IAP), le CAL V-S est rapidement devenu un acteur clé dans cette implication locale comme partenaire externe; François est alors devenu agent de liaison.

Papa d'une petite fille de sept mois, François se passionne pour tous les groupes d'âge : « en travaillant à la mise en place d'environnements favorables à l'adoption de saines habitudes de vie cela permet à tout le monde d'avoir une meilleure qualité de vie », dit-il humblement.

AMIS DES PÈRES AU SEIN DES FAMILLES

Susciter l'intérêt des gens et créer un engouement pour le projet IAP est un défi de taille, mais réalisable : « Pour l'instant, il y a peu ou pas d'activités offertes aux pères dans la région, dit-il. Ce sera donc intéressant de travailler tout au long du projet sur les relations que les pères ont avec leurs enfants. » Il est convaincu que les objectifs fixés par l'IAP sont atteignables, puisqu'il y a une ouverture de la part des milieux sollicités. « L'IAP permet un espace de réflexion pour les intervenants, mais aussi pour tous les milieux, ce qui bonifie la portée des actions entreprises », évoque-t-il.

Selon François, une activité qui sort de l'ordinaire peut-être aussi simple qu'une soirée lecture père-enfant à la bibliothèque. Jouer avec son enfant, lire un livre, explorer le monde, partir à l'aventure. « C'est dans la façon de percevoir les petits moments de la vie que le père est présent pour son enfant, peu importe l'interaction qu'il a avec lui. »

Mini-quiz perso

Ton talent caché, c'est... cuisiner!

Ta plus belle réussite? Ma famille, sans aucun doute.

Ta chanson préférée? Je n'arrive pas à me décider. J'en ai plusieurs!

« Je souhaite que les pères puissent se reconnaître dans les services offerts aux familles. L'objectif, c'est que les organismes se concertent afin qu'ils puissent organiser des activités qui interpellent à la fois les pères, les mères et les enfants. On se doit d'être innovateur et proactif dans la façon de procéder pour attirer les pères. »

François aimerait également que chaque individu (qu'il soit père, mère ou enfant) puisse s'épanouir et trouver sa place en retirant tous les bénéfices de chaque activité proposée. Il souhaite que les pères soient reconnus et que leur expertise rayonne; après tout, ce sont les parents les véritables experts de leurs enfants!

Pour joindre François :
450 455-6171, poste 9820
francois.jodoin@uqo.ca



Louis Bourbonnais, agent de liaison pour la région de Vaudreuil-Soulanges

Louis Bourbonnais a complété ses études en psychologie et en sciences des religions à l'Université de Montréal (UdeM). Intéressé par les dynamiques de formations identitaires, il approfondi les liens entre la santé mentale, la psychothérapie et les parcours spirituels ou religieux marginaux. Il travaille depuis plus de 5 ans au CSSS de Vaudreuil-Soulanges. Ayant collaboré avec plusieurs équipes du CSSS (Adulte, Jeunesse, Famille), il œuvre maintenant comme psychothérapeute au sein de l'équipe Santé mentale adulte.

Lorsque le CSSS V-S a proposé à Louis de s'impliquer dans le projet IAP, il a tout de suite accepté. En arrimant l'expertise de François Jodoin du secteur communautaire et ses connaissances du milieu de la santé et du territoire desservi, Louis savait que de cette union naîtrait une force incroyable pour la région. « Ce qui est intéressant avec l'IAP, c'est que rien n'est imposé aux intervenants. Cette grande souplesse nous permet de mieux s'adapter aux différents milieux de travail et aux ressources qui s'y trouvent. Ça permet au projet de prendre racine dans un contexte naturel », évoque Louis.

Selon Louis, la vulgarisation des résultats de recherche adaptée à la région, la compréhension des besoins de chacun des intervenants dans les différents milieux et les actions qui découlent des consultations et des rencontres sont autant de mandats importants qu'un agent de liaison doit accomplir.

« Les pères ont un rôle primordial dans la dynamique familiale, et il est important de penser à ce qu'ils peuvent apporter à la famille et à ce que la famille peut leur apporter en retour. Un père

(Suite à la page 6.)

En vedette : LES AGENTS DE LIAISON DE L'IAP

(Suite de la page 5.)

engagé, c'est un père qui offre une qualité de présence à son enfant et à sa famille, qui les gardent en tête dans ses choix conduisant à l'émergence d'un modèle familial singulier », souligne-t-il.

Il constate une ouverture face à la valorisation des pères, puisqu'il a surpris deux intervenants, il y a de ça quelque temps, qui discutaient de l'importance de consulter le père dans une situation où la dynamique familiale avait changé.

Mini-quiz perso

Ton talent caché, c'est... Je danse le tango argentin!

Ton prochain voyage, ce sera... en Allemagne. Notre itinéraire est fait depuis plusieurs années déjà!

Ta plus belle réussite? Mon petit bonhomme de 2 ans.

Ta chanson préférée? Tout le répertoire des chansonniers francophones classiques. J'adore ce type de musique et je ne peux me résigner à n'en choisir qu'une seule!

Il veut que les pères de sa région se sentent à l'aise dans leur rôle et qu'ils soient capables d'aller chercher de l'aide au besoin. Louis espère que dans cinq ans, un réseau de dépistage de la détresse chez les nouveaux papas sera mis sur pied et que plus personne n'ignorera ce problème. « Les pères doivent s'ajuster au gré des changements de la vie et de l'évolution de la dynamique familiale tout en étant à l'écoute de leurs besoins et de ceux de leurs proches. »

Pour joindre Louis :
450 455-0507, poste 9820
louis.bourbonnais@uqo.ca



Denis Pollender, agent de liaison pour la région de Brome-Missisquoi

Denis Pollender est bachelier en travail social de l'Université du Québec à Montréal. Il travaille auprès des familles (plus spécifiquement auprès des jeunes de 12 à 17 ans) depuis près de 25 ans comme intervenant psychosocial dans le milieu scolaire. Denis n'a pas peur des défis, au contraire; c'est ce qui l'anime au quotidien.

Lorsque le Centre de santé et de services sociaux (CSSS) de Brome-Missisquoi s'est impliqué dans l'Initiative Amis des pères au sein des familles (IAP), les intervenants ont immédiatement pensé à Denis comme agent de liaison pour la région, puisqu'il a toujours revendiqué la place des pères dans la société par conviction personnelle. Sa mission? Partager ce que les recherches ont prouvé à l'égard de l'engagement paternel.

« C'est une équipe de chercheurs qui vient soudainement ébranler les piliers de la culture traditionnelle des familles

québécoises. L'IAP, qui est maintenant active dans plusieurs régions du Québec, démontre à la population les nombreux avantages à inclure les pères dans la famille, et ce, dès la naissance de l'enfant. Le père ne doit pas uniquement avoir un rôle de soutien et de pourvoyeur : il doit être un parent, un éducateur, un ami et un confident pour son enfant. Il doit agir en complémentarité avec la mère », souligne-t-il.

Mini-quiz perso

Ton talent caché, c'est... derrière le gars de bureau se cache un manuel, un gars de la campagne. Cet équilibre-là m'a permis de reconstruire ma maison!

Ton prochain voyage, ce sera... un safari photo en Afrique, avec toute ma famille.

Ta plus belle réussite? Mes enfants.

Ta chanson préférée? La complainte du phoque en Alaska, qui démontre qu'il ne faut jamais oublier l'essentiel.

« Je souhaite que la population reconnaisse le rôle des pères et qu'en retour, les papas reconnaissent aussi leurs rôles. Les intervenants de tous les milieux ont un rôle primordial quant



L'équipe des agents de liaison de l'IAP. Photos : Pascale de Montigny Gauthier. Photo de L. Bourbonnais, gracieuseté de L. Bourbonnais.

à l'évolution du père. Le congé de paternité est désormais reconnu et les pères ne se sentent plus coupables, mais fiers d'en profiter. Les préjugés tombent. Il reste tout de même beaucoup de chemin à faire. »

Lorsque j'ai demandé à Denis où il voyait les services aux familles dans la région Brome-Missisquoi dans cinq ans, il a répondu, le sourire aux lèvres et des rêves pleins la tête, que « les organismes et les entreprises seront pro-famille et que l'éveil social sera chose du passé. Les employeurs offriront une banque de temps familial qui sera accessible autant aux pères qu'aux mères. Un camp d'été père-enfant sera également mis sur pied, où la complicité liée à cette expérience renforcera les liens familiaux et où ils pourront créer de leurs propres mains des cabanes dans les arbres ou même des chalets », souligne-t-il. Les rêves de Denis sont peut-être grands pour l'avenir des pères au sein de notre société, mais qui ne rêve pas d'équité entre les hommes et les femmes?

Pour joindre Denis :
450 293-3622, poste 250
denis.pollender@uqo.ca



Suzanne Blais, agente de liaison pour la région de l'Outaouais

Suzanne Blais travaille dans le milieu de la santé depuis plus de 40 ans. Faisant partie de la dernière cohorte d'infirmières formées à l'hôpital, elle a par la suite complété, en 1989, un baccalauréat en sciences infirmières à temps partiel, tout en élevant ses deux enfants et en travaillant à temps complet. Suzanne a toujours accordé une place importante aux pères et ce, dès ses débuts professionnels : « j'ai travaillé 15 ans dans le milieu scolaire et lorsque je devais faire des suivis auprès des parents, je téléphonais au papa en premier. C'était ma façon de les reconnaître comme membre actif de la famille », dit-elle.

L'Initiative Amis des pères au sein des familles n'a pas eu à chercher bien longtemps lorsqu'il fut question de trouver une agente de liaison en Outaouais, puisque Suzanne défendait déjà la place des pères dans la famille et dans la société et qu'elle avait travaillé 20 ans au Département des sciences infirmières de l'Université du Québec en Outaouais (UQO) à titre de coordonnatrice des stages. « J'étais ravie qu'un projet innovateur

comme celui-là naisse au Québec, à un moment où la société évolue et où les rôles familiaux tendent à changer. On doit concentrer tous nos efforts afin de mobiliser la région à la valorisation de l'engagement des pères au sein des familles », souligne-t-elle.

Être amis des pères, c'est d'abord et avant tout reconnaître leur présence et leurs spécificités. C'est de travailler à les inclure dans tout ce qui est lié au développement de leur enfant et d'adapter nos approches. Un père engagé, selon Suzanne, c'est « un père présent, et ce, dans toutes les sphères de la vie familiale. C'est un père qui connaît les besoins de son enfant et qui sait y répondre aisément. »

Mini-quiz perso

Ton talent caché, c'est... mon sens de l'organisation et ma diplomatie lorsqu'il est question de relations publiques.

Ton prochain voyage, ce sera... en vélo, en Europe.

Ta plus belle réussite? Le partenariat entre la Fondation de l'UQO et l'Agence de santé et des services sociaux de l'Outaouais, pour la création de bourses offertes aux étudiants en sciences infirmières qui acceptent de faire un stage dans les milieux ruraux de la région.

Ta chanson préférée? L'essentiel, de Ginette Reno.

« Les pères méritent d'être reconnus à leur juste valeur. Dans cinq ans, je souhaite que les intervenants de tous les milieux s'adressent autant aux pères qu'aux mères et que la lutte pour la place des pères soit chose du passé », exprime-t-elle.

Pour joindre Suzanne :
819 595-3900, poste 2539
suzanne.blais@uqo.ca

(Suite à la page 8.)

En vedette : LES AGENTS DE LIAISON DE L'IAP

(Suite de la page 7.)



Marie Houle, agente de liaison dans la région de la Mauricie et du Centre-du-Québec

C'est quand elle est devenue mère, à l'âge de vingt ans, que Marie Houle, agente de liaison dans la région de la Mauricie et du Centre-du-Québec, a compris l'immense responsabilité d'être parent. C'est à ce moment-là qu'elle a vraiment saisi toute la portée de la famille.

De là est né son besoin d'accompagner les couples qui se préparent à la venue de leur enfant. Non seulement est-elle devenue accompagnante à la naissance, mais Marie a aussi été l'instigatrice d'un programme de conditionnement physique pour les femmes enceintes et celles nouvellement mères dans sa région. Elle a d'ailleurs animé ces séances pendant huit années. Informer les parents, les écouter, leur faire confiance, leur faire réaliser qu'ils ont du pouvoir et les encourager à l'utiliser: c'est toute une mission qu'a entreprise Marie en côtoyant les familles de sa région.

Son expérience l'a ensuite amenée à œuvrer dans l'équipe périnatalité et petite enfance à la Direction de la santé publique, avant de devenir agente de liaison IAP. En regardant son parcours, on comprend que son intérêt quant aux nouvelles familles est là depuis longtemps et qu'il l'habite encore aujourd'hui.

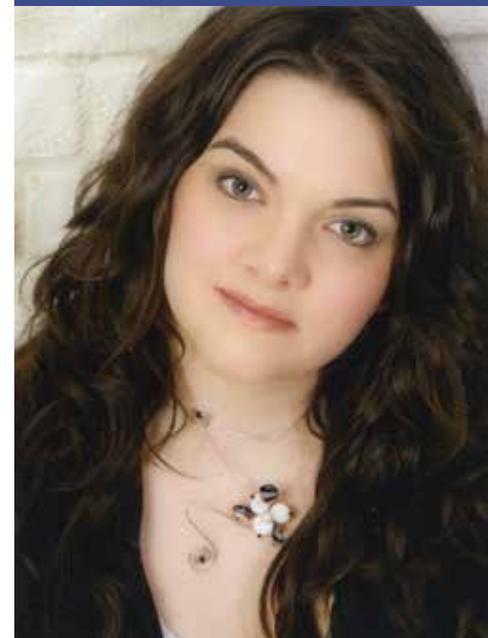
« Depuis que je vois mes enfants devenus parents à leur tour, je suis heureuse de constater que les rôles de père et de mère sont bien investis, chacun à leur manière, et sont ainsi des atouts précieux dont peuvent bénéficier leurs enfants. », raconte Marie.

Pour elle, un père engagé, c'est un homme qui porte ses enfants dans son cœur et dans sa tête et qui se sent concerné par leur développement et leur bien-être. « Mon plus grand rêve est que les pères soient heureux et fiers d'être papas!, explique Marie. Qu'ils se sentent à l'aise et confiants de jouer leur rôle de père dans leur famille, dans leurs milieux de vie, dans la société en général. »

C'est pour cette raison qu'elle souhaite que les pères soient reconnus comme parents à part entière, et ce, dans tous les organismes de la Mauricie et du Centre-du-Québec : « Partout où on offre des services et des soins aux familles, je crois qu'il faut qu'on s'informe des pères, qu'on se préoccupe d'eux, ajoute Marie. En les questionnant et en les écoutant et même juste en les saluant, on leur permet d'exister. » C'est cette quête de respect et de confiance envers les pères qui motive Marie à faire de sa région un endroit Ami des pères.

Ta plus belle réussite? « Ma job de mère et de grand-mère, répond Marie. Je l'adore et je crois que j'ai l'tour! Je ressens un grand bonheur à voir évoluer les familles dans leurs apprentissages de tout acabit».

Pour joindre Marie :
819 376-5011, poste 3978
marie.houle@uqo.ca ♦



Annie-Pier Groulx.
Photo : Esther Campeau.

par Annie-Pier Groulx et
Francine de Montigny

**COMMENT LES HOMMES
PERÇOIVENT-ILS leurs rôles
de père et de travailleur?
Quelles ressources pos-
sèdent-ils pour harmoni-
ser ces deux rôles?**



Les pères et la conciliation travail-famille

Dans le cadre de sa maîtrise en sciences infirmières à l'Université du Québec en Outaouais, Annie-Pier Groulx a mené des entrevues semi-dirigées avec dix pères qui travaillent dans un établissement d'éducation. Grâce à ces entretiens, les hommes ont partagé leurs perceptions de leurs rôles de père et de travailleur, ainsi que leur manière de concilier les deux.

À l'intersection des rôles

Les pères rencontrés se disent satisfaits de leur vie familiale et de leur vie professionnelle. Certains sont catégoriques : la paternité est plus importante pour eux que le travail. Pour d'autres, l'affirmation se fait moins clairement.

Néanmoins, tous les pères aiment leur travail. Aucun d'eux n'affirme que le rôle de père leur apporte toute la gratification dont ils ont besoin. Mais le travail n'est pas non plus la seule source d'accomplissement. Les rôles multiples des pères leur permettent de combler tous les aspects nécessaires à leur bien-être.

Peu importe la manière dont ils valorisent la paternité, pour les pères, le travail demeure une sphère importante. Il semble que le temps accordé à chaque rôle ne soit pas synonyme de la valeur qui lui est accordée ni du sentiment d'accomplissement qui en est retiré.

Le travail nourrit la famille

Les expériences de travail nourrissent la sphère familiale en offrant notamment des occasions d'échanges aux pères. Ces derniers parlent à leurs enfants d'anecdotes liées au travail. Ainsi, leurs fils ou leurs filles apprennent à mieux connaître leur père à travers ces histoires.

La famille nourrit le travail

Le rôle de père a lui aussi son influence dans la sphère du travail. Les participants soulignent que le fait de devenir père a changé leur façon d'être travailleur. Les défis liés au travail semblent gérés à l'aide d'activités extra-professionnelles où les pères peuvent décider du résultat (par exemple faire des rénovations ou jouer avec les enfants). Ces activités leur permettent d'exercer du contrôle dans leur vie personnelle, alors qu'ils n'en ont pas toujours dans leur milieu professionnel.

Les outils de résolution de problèmes

Dans les entrevues, les pères ont partagé leurs façons de résoudre les problèmes qui surviennent dans la conciliation travail-famille. Leurs outils se classent en trois catégories : la gestion du temps, l'organisation et le soutien de la part d'autrui.

La gestion du temps

Les participants organisent leur horaire de ces deux façons : certains compartimentent et d'autres modulent.

La compartimentation

La compartimentation de l'horaire nécessite une routine familiale établie et des heures de travail bien définies. Les responsabilités familiales sont organisées autour de l'horaire de travail autant que possible. Ces pères font rarement d'heures supplémentaires afin de ne pas laisser le travail déborder dans la sphère familiale. Cette dernière a également ses limites et ne doit pas empiéter sur le temps consacré au travail. Ainsi, la gestion familiale (par exemple prendre rendez-vous chez le médecin pour les enfants ou téléphoner à la conjointe pour planifier le souper) n'a pas lieu pendant les heures de travail.

La modulation

La modulation du temps est une approche de gestion plus flexible. La paternité et le travail ont chacun leur horaire particulier, mais il n'est pas prédéfini ou identique, ni chaque jour ni chaque semaine. Les 35 heures de travail hebdomadaires sont placées à l'agenda afin d'accommoder les obligations familiales du moment. Les participants disent qu'ils mettent des limites physiques à leur horaire, mais l'un d'eux mentionne qu'il est plus difficile, voire impossible, de mettre des limites sur le plan mental. Il semble donc que l'horaire et la santé mentale soient deux choses bien séparées.

(Suite à la page 12.)

Des nouvelles en bref

NOS COLLABORATEURS SE DÉMARQUENT

La santé de bébé : une responsabilité à partager

par Marie-Christine Plamondon

LES MÈRES semblent encore désignées comme étant les seules responsables de la santé des nourrissons, selon un rapport paru en 2013. Ce document, intitulé *La place des pères dans les politiques publiques en périnatalité et petite enfance : le père est-il considéré comme un déterminant de la santé et du développement de l'enfant?*, conclut que les pères devraient être davantage inclus dans les politiques publiques.

« Lorsque nous nous sommes attachés aux politiques publiques au Québec, la quasi-absence des pères dans les attentes formelles nous a sauté aux

yeux, explique Mme Francine de Montigny, directrice de l'Initiative Amis des pères au sein des familles (IAP). Ce rapport permet de souligner cette lacune et de rappeler les bénéfices de l'engagement des pères et l'importance de les encourager à prendre une place au sein de leur famille. »

Mme de Montigny et Kate St-Arneault, coordonnatrice de recherche, en collaboration avec Raymond Villeneuve, directeur du Regroupement pour la valorisation de la paternité, ont écrit ce rapport. Pour le consulter : iap.uqo.ca.



Photo : gracieuseté de David Blais.

Conférence nationale de l'Association canadienne des infirmières et infirmiers en périnatalité et en santé des femmes

par Pascale de Montigny Gauthier



Pascale de Montigny Gauthier et l'affiche présentée au CAPWHN. Photo : PLBergeron Photos.

PASCALE DE MONTIGNY GAUTHIER, coordonnatrice de recherche à la Chaire de recherche sur la santé psychosociale des familles, a présenté ses résultats de recherche lors

de la 3^e Conférence nationale de l'Association canadienne des infirmiers et infirmières en périnatalité et en santé des femmes (CAPWHN) à Niagara Falls.

Le 21 novembre dernier, devant une trentaine d'infirmières provenant de partout au Canada, elle a présenté la conférence « *Conceiving a child: Influential Factors in Men's and Women's Decision* ». En après-midi, elle a également présenté la recherche de Francine de Montigny, Marie-Ève Girard, Carl Lacharité, Diane Dubeau et Annie Devault sur les facteurs psychosociaux associés à la dépression postnatale des hommes.

Tout au long de la conférence, les résultats de recherche de Kate St-Arneault, Francine de Montigny, Christine Gervais et Pascale de Montigny Gauthier sur la place des pères dans les politiques publiques en périnatalité et petite enfance ont été présentés sous la forme d'une affiche. Cette affiche, conçue par madame Ghyslaine Lévesque, s'est d'ailleurs mérité une deuxième place comme meilleure affiche.

Francine de Montigny honorée par deux universités

par Justine Leblanc

FRANCINE DE MONTIGNY a reçu le prix Pythagore dans le domaine des sciences de la santé lors du 5^e Gala des Pythagore de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR). L'événement, qui s'est déroulé le 18 octobre dernier, vise à célébrer l'excellence des diplômés de l'université trifluvienne.

Ces lauréats ont été choisis par un comité de sélection pour leurs réalisations professionnelles, la reconnaissance de leurs pairs, leur implication dans la communauté et les liens qu'ils conservent avec leur *alma mater*.

Ce n'est pas tout; l'ensemble des réalisations professionnelles de Mme de Montigny a été souligné le 1^{er} novembre 2013 alors que l'Université de Montréal a célébré le 25^e anniversaire des diplômés de la promotion 1988. Mme de Montigny y fut honorée « comme leader dans le domaine des sciences infirmières ».

Francine de Montigny est également professeure associée à l'Université Laval en psychologie et en service social, à l'Université Fédéral de Rio Grande do Sul au Brésil, en sciences infirmières ainsi qu'à l'Université d'Ottawa en sciences infirmières. Elle multiplie les collaborations avec des chercheurs,



Sur la photo: Laurent Pellerin, lauréat Pythagore 2011, Francine de Montigny et Patrick Charlebois, président d'honneur. Photo : UQTR.

cliniciens et étudiants de cycles supérieurs tant au Québec, au Brésil, au Portugal, au Japon, qu'en France et en Suisse.

Toutes nos félicitations à Mme Francine de Montigny!

Des étudiants du CERIF décrochent une bourse d'excellence de la fondation de l'UQO.



Jici Lord-Gauthier et Laurence de Montigny Gauthier.
Photo : Marc Gauthier.

POUR UNE DEUXIÈME ANNÉE CONSÉCUTIVE, Jici Lord-Gauthier, étudiant en troisième année au baccalauréat en psychologie a décroché deux bourses de la fondation de l'UQO pour un montant total de 2000 \$, l'une d'excellence et l'autre pour la persévérance scolaire. Jici œuvre au sein du CERIF depuis son entrée au baccalauréat. Jici réalise actuellement sa thèse d'honneur portant sur les mécanismes d'adaptation des infirmières face au stress au travail.

Sa collègue, Laurence de Montigny Gauthier, aussi étudiante en troisième année au baccalauréat en psychologie,

s'est méritée, pour une deuxième année consécutive, une bourse d'excellence de 1000 \$ remise par la Fondation de l'UQO. Laurence réalise, au sein du CERIF, des entrevues auprès de parents en deuil, de même que leur analyse. Bravo à ces deux finissants pour leur réussite scolaire!

Sandra Desjardins, étudiante au doctorat en psychologie, s'est méritée une bourse Gérard-Lesage – cycles supérieurs de 2 000 \$. Sandra réalise son essai doctoral sur le thème de l'impact de la mort d'un enfant sur la famille. Elle est assistante de recherche au sein de la Chaire. On la félicite!

(Suite à la page 12.)

(Suite de la page 9.)

L'organisation

Peu importe l'approche de gestion du temps adoptée, il est primordial pour les pères d'être bien organisés. Les participants expliquent qu'il s'agit de gérer efficacement leur temps, et ce tant à la maison qu'au travail.

Soutien de la part d'autrui

Si les pères ne parlent pas beaucoup du soutien qu'ils vont chercher auprès d'autrui, certains l'abordent tout de même un peu. Au travail, les participants disent parler de leurs défis familiaux avec des collègues avec qui ils ont une relation particulière. À la maison, la majorité des participants vont discuter du travail, mais certains spécifient qu'ils le font peu pour ne pas ruiner l'ambiance.

En somme, les pères rencontrés ont une expérience positive de la paternité et du travail. Ils décrivent ces deux rôles comme étant liés, l'un facilitant l'autre.

Pour en savoir plus : Groulx, A.-P. (2013). *Paternité et travail : expériences des intersections de rôles* (Mémoire de maîtrise). Université du Québec en Outaouais, Gatineau (QC). ♦

Des nouvelles en bref

(Suite de la page 11.)

Gala de reconnaissance de l'Ordre régional des infirmières et infirmiers de l'Outaouais

LORS DU GALA DE RECONNAISSANCE DE L'ORDRE RÉGIONAL DES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS DE L'OUTAOUAIS, le 27 novembre 2013, plusieurs membres du CERIF ont été honorés. Kate St-Arneault, coordonnatrice de la Chaire de recherche du Canada sur la santé psychosociale des familles a reçu le prix d'étudiante méritante de deuxième cycle à l'Université du Québec en Outaouais pour l'année 2013. Récemment, Mme St-Arneault avait aussi reçu la mention d'excellence du doyen, lors de la collation des grades de l'UQO à Gatineau. Son mémoire, intitulé *Perceptions des intervenants de leurs pratiques professionnelles à l'égard des pères dans le cadre des SIPPE*, a été réalisé sous la direction



François Régis Fréchette, président de l'ORIO, Kate St-Arneault et Francine de Montigny. Photo : gracieuseté de l'ORIO.

de Francine de Montigny, titulaire de la Chaire. Mme de Montigny, directrice du CERIF, a aussi été honorée lors de cette même soirée, à titre d'infirmière engagée dans le rayonnement de sa région.

Finalement, le président de l'ORIO, monsieur François Régis Fréchette a souligné le prix innovation clinique régional obtenu par les membres du comité de deuil, piloté par Mme de Montigny et Mme Verdon, soit pour le projet « Transformer les pratiques : humaniser les soins aux familles lors d'un décès périnatal ». ♦



On retrouve sur la photo : Emmanuelle Dennie Fillion, Francine de Montigny, Amélie Tétreault, Brigitte Bédard et Isabelle Landry, membres du comité de deuil. Photo : gracieuseté de l'ORIO.

Le journal *L'Impact* est publié par le Centre d'études et de recherche en intervention familiale et par la Chaire de recherche du Canada sur la santé psychosociale des familles, sous la responsabilité de Francine de Montigny.

Édition : Francine de Montigny
Graphisme et mise en page : Ghyslaine Lévesque
Coordination, révision et correction d'épreuves : Francine de Montigny

Pour faire un don pour soutenir le fonctionnement du CERIF, communiquez avec la Fondation de l'Université du Québec en Outaouais au 819 595-3915 ou à l'adresse fondation@uqo.ca. Les appuis financiers doivent être faits à l'attention du Centre d'études et de recherche en intervention familiale (CERIF).

CENTRE D'ÉTUDES ET DE RECHERCHE EN INTERVENTION FAMILIALE



CHAIRE DE RECHERCHE DU CANADA SUR LA SANTÉ PSYCHOSOCIALE DES FAMILLES

l'impact

Centre d'études et de recherche en intervention familiale
Université du Québec en Outaouais
C.P. 1250, succ. Hull, Gatineau (Québec) J8X 3X7
Local C-1816
w3.uqo.ca/familles