



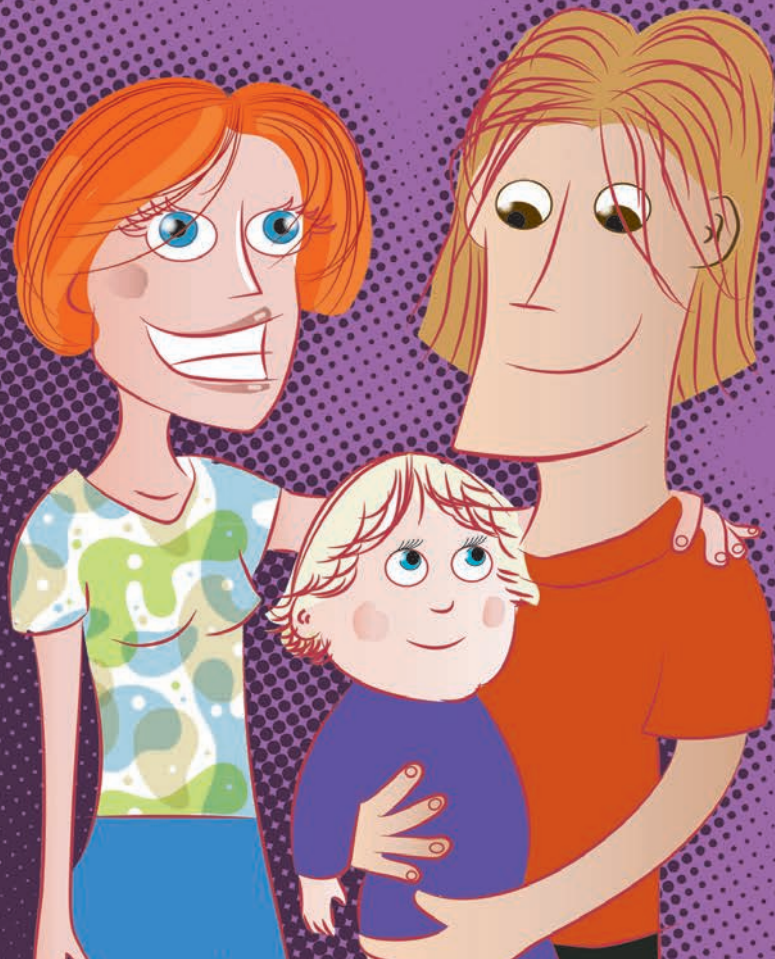
**ÊTRE PÈRE,
LA BELLE
AVENTURE!**

Québec 



UN PÈRE, C'EST ESSENTIEL!

Un enfant a autant besoin d'un père que d'une mère, que ce soit pour l'affection, la tendresse, le désir de s'identifier à un modèle ou l'affirmation de sa propre identité. Les spécialistes qui ont scruté la question sont unanimes : le père joue un rôle primordial dès le plus jeune âge de l'enfant. Ce dernier s'identifie aux adultes qui vivent avec lui. La présence du père est donc aussi importante que celle de la mère.



UNE IDENTITÉ FORTE ET ÉQUILBRÉE

La psychologie moderne soutient que, dès la petite enfance, une relation chaleureuse et affectueuse avec le père aide le garçon à se bâtir une identité forte et équilibrée. Et les filles qui reçoivent un bon soutien affectif paternel durant leur enfance et leur adolescence ont davantage confiance en elles plus tard. De plus, selon certaines recherches, les enfants qui ont reçu beaucoup d'attention de leur père prendraient plus d'initiatives personnelles et aborderaient leurs études avec plus de confiance.

UNE RÉFÉRENCE AFFECTIVE FONDAMENTALE

On n'a pas toujours les mots qu'il faut pour parler du rôle du père. On semble encore à court de vocabulaire. Par exemple, on ne dit pas couramment que le père « paterne » alors que l'on dit de la mère qu'elle « maternelle ». Une chose est sûre cependant : quand un homme prend soin d'un enfant, il peut le faire avec autant d'amour, de plaisir et de succès. Il le fait de manière différente, et c'est très bien ainsi.

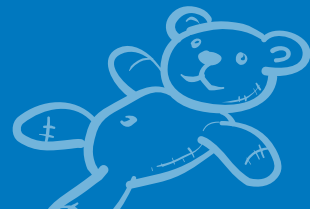
Pour un enfant, l'amour de son père a la même valeur que l'amour de sa mère. Alors, allez-y! Soyez affectueux, montrez votre intérêt. Soyez attentif, écoutez, câlinez, dites votre amour. Ouvrez grandes les portes de l'univers des petits. Il y a là des trésors qui n'attendent que vous!





LES PREMIERS CONTACTS

Vous garderez toujours le souvenir du moment précis où vous avez tenu votre enfant dans vos bras pour la première fois : la fragilité de ce petit être, l'immense tendresse qui monte en vous ! Voilà que le miracle s'accomplit. Un père est né... pour la vie !





AVANT LA NAISSANCE

La grossesse et la naissance sont des moments privilégiés pour les futurs pères, qui sont maintenant conviés aux premiers instants de la vie familiale. Profitez des neuf mois de grossesse pour apprivoiser votre futur rôle de père. C'est le temps de vous informer, mais aussi de vous lancer entièrement dans cette belle aventure.

À LA NAISSANCE

Pour ce qui est de l'accouchement, il n'y a pas de modèle unique. Vous ferez valoir le lieu et la façon de faire qui correspondent à vos valeurs de couple. C'est avec l'arrivée du bébé que votre rôle de père commence vraiment. Et il vous appartient de vous inventer le plus beau rôle de votre vie!

La compétence dans les soins que l'on donne aux enfants n'est pas « génétiquement » répartie entre les hommes et les femmes. Au contraire, c'est plutôt une question d'attitude, d'empathie, d'intérêt. S'il est un domaine où l'on apprend par la pratique, c'est bien celui-là!

Tout comme l'expérience de la maternité, la paternité n'a rien d'une notion abstraite. C'est donc par des gestes concrets et une attention de tous les instants qu'elle se vit et se manifeste quotidiennement. Les soins donnés au bébé, les petits mots, les caresses, les moments d'intimité que vous prendrez plaisir à créer seront bientôt votre réalité de papa.

Bref, de votre paternité, vous apprendrez les devoirs et les responsabilités, et vous découvrirez les extraordinaires privilèges qui y sont rattachés.





UN PÈRE, C'EST QUOI AU JUSTE?

Être père, c'est d'abord et avant tout comprendre et assumer l'immense responsabilité que représente un enfant. C'est le reconnaître pour ce qu'il est, en prendre soin, s'en occuper.

Si nos pères et nos grands-pères étaient confinés, il n'y a pas si longtemps, à un rôle plutôt rigide, nous sommes aujourd'hui passés à une paternité profondément transformée. Une paternité qui laisse de plus en plus de place à la diversité dans les façons de faire et d'être, car il y a autant de façons d'être père que d'hommes qui le deviennent chaque jour.

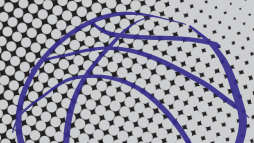




LA CONCILIATION TRAVAIL-FAMILLE

Trouver l'équilibre entre la vie de famille et la vie professionnelle peut devenir un véritable casse-tête quotidien s'il n'y a pas de partage équitable des tâches familiales. Heureusement, les hommes d'aujourd'hui passent plus volontiers à l'action dans ce domaine. Ils établissent avec leur conjointe des rapports plus égalitaires et plus satisfaisants. Ce partage s'étend aussi aux relations affectives avec les enfants. Partez du principe qu'il n'y a pas de « parent principal » chez vous. Vous êtes tous les deux responsables de vos enfants et des soins à leur donner. Prenez votre place.

N'hésitez pas! Développez vos compétences, trouvez la manière qui vous convient de faire les choses, de créer des liens.



LES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES FAMILLE

Il y a probablement, près de chez vous, un organisme communautaire appelé Maison des familles ou portant un nom semblable. De plus en plus, on y accueille des pères. On leur offre des activités entre pères et des activités père-enfant. Ces rencontres sont très appréciées. De plus, des ateliers de discussion et d'échange entre pères et mères sont parfois proposés.

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

Téléphone sans frais :
1 877 216-6202

Ce document est disponible dans le site Internet
du ministère de la Famille :

mfa.gouv.qc.ca