

## LA NAISSANCE D'UN ENFANT CHANGE-T-ELLE LA PERSONNALITÉ DES PARENTS?

Publié le 19 février 2019



par Raphaël Duboisdenghien

À l'[Institut de recherche en sciences psychologiques](#) de l'Université catholique de Louvain (UCLouvain), Sarah Galdiolo étudie l'influence de la naissance d'un enfant sur la personnalité des parents. Pour mieux comprendre, aplanir les difficultés liées à la parentalité.

La chercheuse collabore aux [Consultations psychologiques spécialisées - Thérapie des émotions](#) (CPS) à Louvain-la-Neuve. Depuis 20 ans, ce service aide les étudiants et le grand public. Avec les thérapies familiales et de couple. La prévention de l'anxiété et de la dépression par la pleine conscience qui développe une attitude de tolérance, de patience envers soi. L'évitement des souffrances psychologiques associées au perfectionnisme exacerbé en augmentation chez les étudiants au cours de ces 15 dernières années. Puis, avec l'expertise des chercheurs de l'UCLouvain en épuisement parental, logopédie, neuropsychologie, hauts potentiels. Un va-et-vient bénéfique au grand public et à la recherche de pointe en psychologie. La participation aux études scientifiques se fait uniquement sur base volontaire.

## Le taux de testostérone diminue

La docteure en psychologie Sarah Galdiolo a scruté le vécu, de la grossesse à 6 ans après l'accouchement, de 204 couples parentaux constitués de femmes qui ont accouché une ou plusieurs fois. Et de 64 couples d'adultes cohabitant sans enfant.

«Dans mon étude d'avant et après la naissance, j'ai observé les changements de la personnalité au niveau individuel et du couple», explique-t-elle. «Tout d'abord, on remarque une absence de changement chez la mère. Sa personnalité semble rester relativement stable 6 mois après la naissance. Chez le père, l'extraversion diminue. La naissance d'un enfant apporte une série de changements dans le couple, dont une transposition des valeurs sur la famille, une augmentation des responsabilités, un nouveau partage des tâches... Mais, malgré cela, on reste fondamentalement soi-même.»

La tendance du père à moins rechercher de stimulations, d'activités, de relations lui permet de se focaliser sur sa fonction paternelle et sur la sphère familiale. Après la naissance d'un enfant, on observe chez l'homme une diminution du taux de testostérone, l'hormone sexuelle mâle. Cette réduction est d'autant plus importante que l'homme prend soin régulièrement du bébé.

## Dire «nous» plutôt que «je» ou «tu»

Au cours de la parentalité, la mère et le père ont tendance à se développer dans la même direction. La professeure invitée à l'UCLouvain s'est aussi intéressée à la qualité émotionnelle des communications entre parents et bébés. À l'utilisation des pronoms personnels «nous» et «je», «tu», «ton» ou «mes» dans le couple.

«On remarque que l'utilisation du nous fait référence à un schéma d'interdépendance et de responsabilité partagée. Tandis que les pronoms plus individualistes font davantage référence à un schéma d'indépendance. Nous avons rencontré 52 familles. Et nous avons observé que dans les couples qui parlent davantage avec le nous, il y avait plus de partages d'émotions positives. Sans exclusion d'un des parents. On peut donc imaginer que le langage du couple parental reflète l'état émotionnel familial. Et qu'on gagnerait à utiliser le pronom nous. C'est ce qu'on propose aux couples lors des thérapies au CPS.»

## Lutter contre les interprétations négatives

Un tiers des couples se trouvent en situation de détresse conjugale et sexuelle. Parfois à la suite de la naissance d'un enfant. La psychologue entreprend une nouvelle étude sur les biais d'interprétations négatives des comportements ambigus dans le couple. Pour les diminuer, favoriser l'empathie. Par exemple, ne pas imaginer que le partenaire est infidèle parce qu'il délaisse un tête-à-tête pour se plonger dans la lecture d'un SMS.

«Les questions sont traitées différemment dans les nouvelles manières de vivre en couple», note Sarah Galdiolo. «Dès le début, il y a une réflexion par rapport à la place de chacun, à la jalousie, à l'ouverture à d'autres personnes. Il faut être vigilant lorsqu'une demande d'entretien est motivée par des problèmes de couple. C'est plus efficace lorsqu'on se présente avec son partenaire, ses amoureux. En moyenne, les personnes attendent 6 ans avant d'entreprendre une démarche de thérapie. Actuellement, on a tendance à penser que le couple doit être un lieu de bonheur. Qu'il est impératif d'être heureux en couple. Il faut donc du temps pour identifier ce qui ne va pas. Ce qui provoque la détresse.»