

Magdécryptage

L'ART DE SE DÉBARRASSER DE SES ENFANTS

DE PLUS EN PLUS DE JEUNES ADULTES VIVENT RETRANCHÉS DANS LE NID FAMILIAL. AVEC SON OUVRAGE DÉCAPANT *DEHORS LES ENFANTS !*, L'ESSAYISTE CORINNE MAIER NOUS EXPLIQUE COMMENT LEUR FAIRE PRENDRE LE LARGE.

SON FILS, ULYSSE, N'A PAS OUVERT LE LIVRE dont il est le héros. Plutôt l'antihéros. Un jeune de 25 ans « avachi comme une quenelle », un « mollusque » incrusté sur son rocher au milieu de sa chambre. Travailler ou étudier ? « Mouais, faut voir... », maugrée Ulysse, dit Lulu. Rien ne l'exalte, sauf les mangas ou les zombies. Fellini ? Il pense qu'il s'agit d'une marque de pâtes. Thucydide ? D'un médicament « Bien sûr, je l'aime, mais quel boulet », s'exaspère sa mère. Elle, c'est Corinne Maier, psychanalyste et économiste, qui publie un essai, *Dehors les enfants !*, un manuel fortifiant dédié aux parents au bord de la crise de nerfs. Quinze ans après son best-seller, *No Kid*, où elle recensait quarante bonnes raisons de ne pas succomber aux sirènes de l'enfantement, la psy à la dérision corrosive raconte son bras de fer domestique avec son squatteur de fils. Un mal de mère – et de père – fréquent, puisque aujourd'hui l'âge moyen où l'enfant quitte le domicile familial est de 24,5 ans pour les garçons, 23 ans pour les filles. Or, c'est dès l'enfance, explique Corinne Maier, que les règles du jeu sont posées. Vous aviez dit autonomie ? « De plus en plus de jeunes de 20 ou 30 ans hibernent chez papa-maman, où ils se tiennent en retrait », relève-t-elle. Ces déserteurs de vie, les Français les nomment des Tanguy, les Anglo-Saxons, des >

PAR MARIE HURET

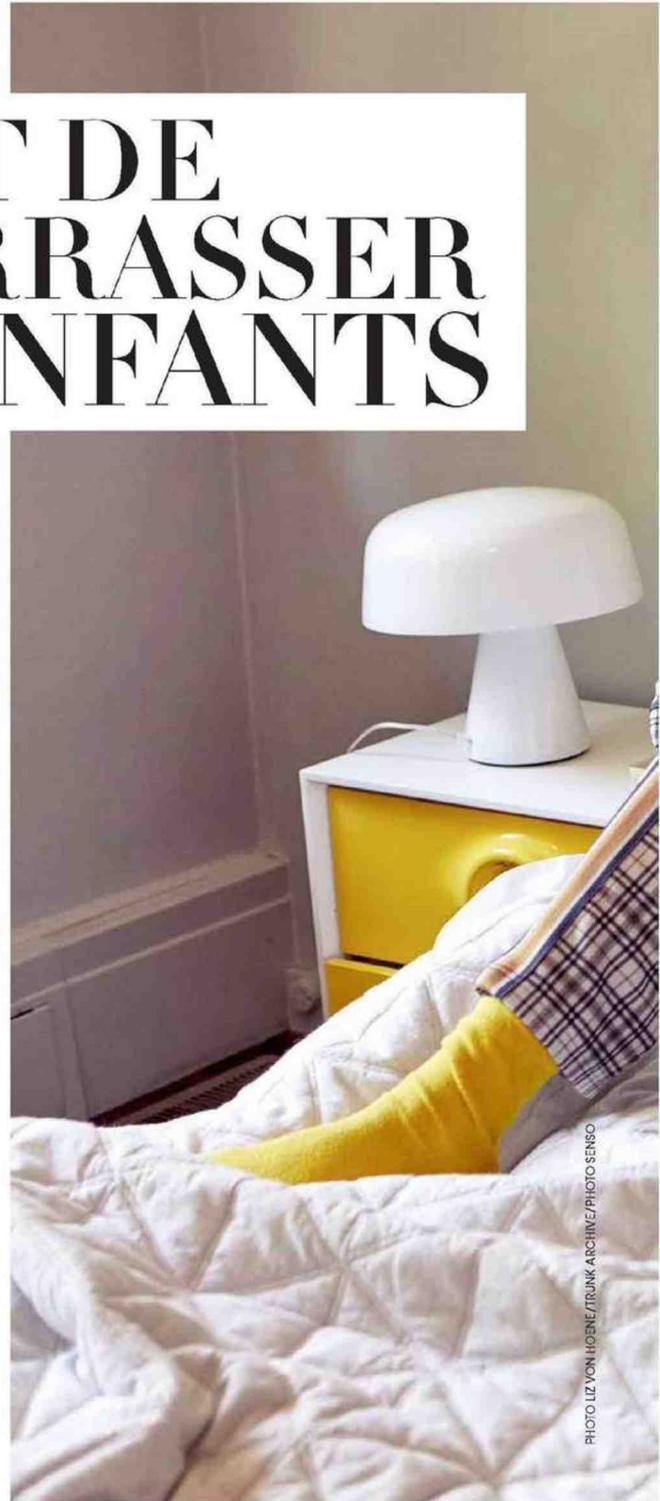
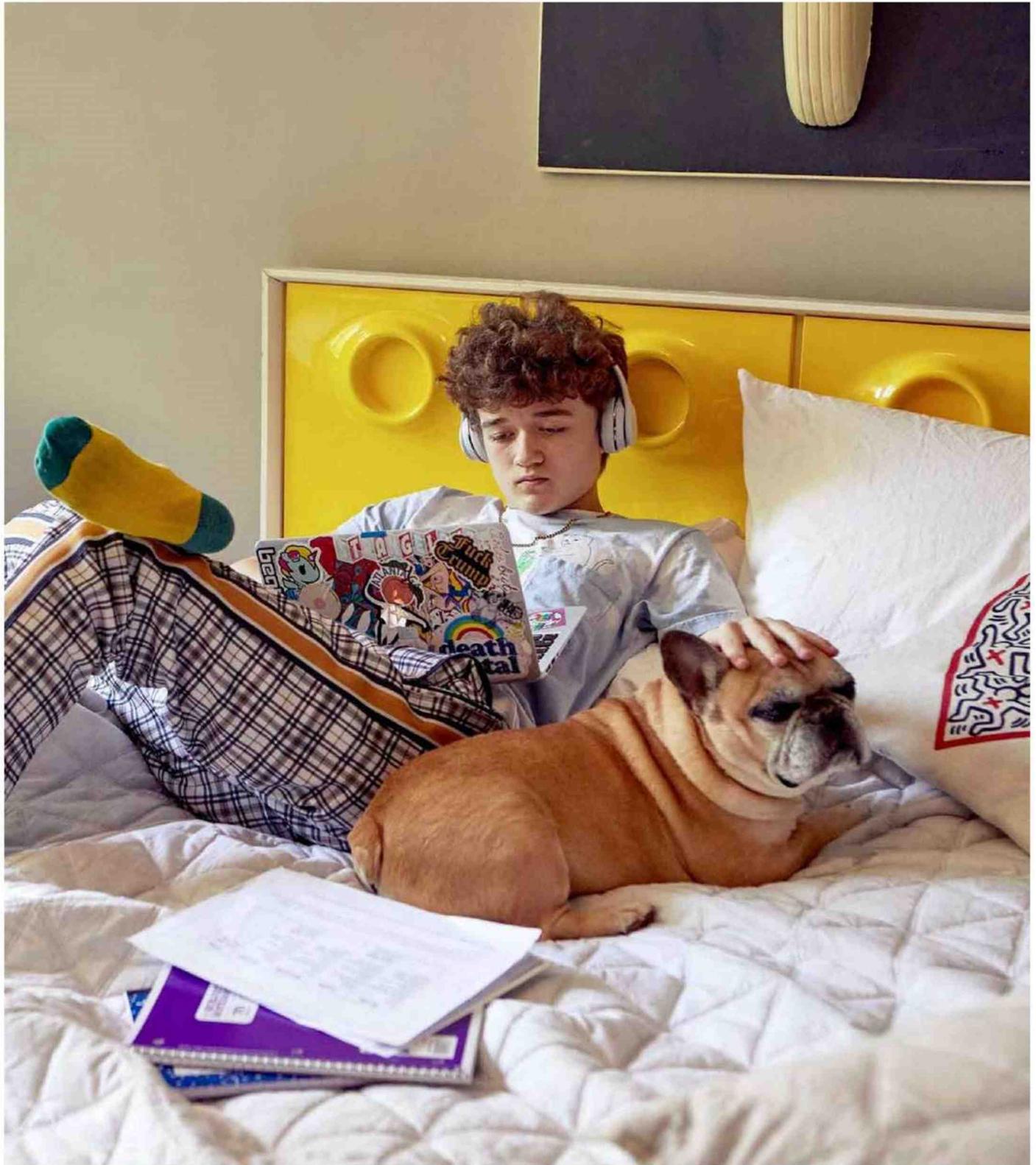


PHOTO LIZ VON HOENE/TRUNK ARCHIVE/PHOTO SENSO







Magdécryptage

Neet (*Not in education, employment or training*), et les Japonais, des *Hikikomori* (retranchés). Corinne Maier appelle cela le syndrome TNH (*Tanguy-Neet-Hikikomori*) : « Une sorte de maladie auto-immune qui frappe les forces vives de notre société, et dont les victimes sont les gentils parents ! »

Elle a tout essayé pour qu'Ulysse devienne adulte et qu'il fiche le camp pas trop tard (lire encadré). L'encourager. Lui pourrir la vie. Susciter sa bougeotte : « Je lui ai procuré un smartphone, des sushis et des séjours linguistiques, égrène-t-elle. Je l'ai porté à bout de bras vers des challenges motivants. Je l'ai surprotégé, surstimulé, et le voilà sous-motivé ! » Confrontée à ce paradoxe, l'essayiste, qui reconnaît avoir été un parent hélicoptère (celui qui prépare à manger, aide aux devoirs, inscrit au club de plongée, organise les activités, défriche Parcoursup), s'interroge : « Et si nous avions fait fausse route avec notre bienveillance, notre écoute, tout l'atirail contemporain du bon parent qui ne dit jamais non ? », interpelle-t-elle.

Nous sommes entrés en éducation comme en religion. Avoir des enfants sûrs d'eux, bilingues, sportifs, à la dentition impeccable et nourris bio se paie cher. « Les parents s'épuisent et les jeunes n'ont plus d'envies. Notre bienveillance leur coupe les ailes. » Mais alors, comment réagir quand on a un Lulu à la maison ? Comment l'expulser du nid ? La méthode Maier : « Cesser d'idéaliser le lien parent-enfant : laisser tomber la bienveillance et la gentillesse, arrêter d'anticiper ses désirs. S'il se sent trop bien à la maison, il ne partira jamais ! »

NON AU SURINVESTISSEMENT

Comment échapper à sa progéniture ? Ne plus avoir de fils (ou de fille) à la patte ? Sortir de la prison du *care* en pensant moins au soin mais davantage à soi ? Dans une société qui sacralise l'enfant, la fabrique des Lulu (ou des Tanguy) tourne à plein régime dès le berceau : le nombre d'heures consacrées aux enfants a été multiplié par 2,5 depuis quarante ans, selon une étude internationale publiée en 2020 par *The Economist*. La mère moyenne a disparu des écrans radars au profit des mères surinvesties.

À 27 ans, Mariza est une « mèredeuf » (mère de famille 100 % premier degré) repentie. La jeune femme a longtemps considéré que maternité s'accordait avec dévotion. « J'ai vécu 24 heures sur 24 avec mes deux petits. Je dormais avec eux, je vivais à travers eux. Allaiter, porter, ne jamais crier, je voulais cocher toutes les cases de la mère parfaite, raconte-t-elle. Mon fils réclamait un gâteau à 23 heures ?



« *Dehors les enfants!*, de Corinne Maier, Éditions Albin Michel, 216 p., 16 €.

Mais oui, mon chéri ! J'étais sûre de bien faire. Je ne voyais pas que mes enfants étaient en roue libre et que moi j'étais en morceaux. » La séparation avec le père de ses petits lui sert de déclic. Un week-end sur deux, Mariza apprécie sa liberté retrouvée. Second déclic : son nouvel amoureux découvre ses « petits monstres ». « Soit on changeait tout, résume-t-elle, soit on se séparait ». Le couple fixe de nouvelles règles, une tolérance zéro accompagnée de câlins et de pédagogie. On ne mange plus ce qu'on veut quand on veut, mais on se couche plus tard le samedi pour une soirée pizza. « Aujourd'hui, les enfants vont mieux et moi aussi », se réjouit Mariza qui s'en occupe 83 % du temps, et leur père, 17 %.

« Un temps partiel d'enfant, c'est le bonheur, sourit-elle. Je les aime de tout mon cœur, mais j'ai compris que mon bien-être compte autant que le leur. »

NON À LA PERFECTION

Essorés par le rythme métro-boulot-cododo, pris en otage par leur marmaille et incapables de souffler en solo, de plus en plus de parents frôlent le burn-out, voire tombent dedans. « Ce phénomène se répand comme une traînée de poudre », relève la psychanalyste Liliane Holstein qui reçoit ces mères ou ces pères en overdose de famille. « Ils ont le sentiment d'être tombés dans un piège tendu par notre société, qui leur impose la rapidité et la perfection, souligne la psy qui a publié *Le Burn-out parental* (Éd. Josette Lyon). Ils suivent des tutos sur les réseaux sociaux : tout le monde doit faire pareil, de mieux en mieux, et être le meilleur ! » La spécialiste leur conseille de ralentir le rythme : faire garder les enfants pour se détendre en couple, préserver des activités à soi...

Moins politiquement correct, mais tout aussi efficace : le bobard. Pipeauter pour avoir la paix, la technique a fait ses preuves quand négociateur épuise les neurones. Nathalie, maman d'une fillette de 6 ans, assume son appartenance aux parents indignes : « Avec notre bande de copains, nous voulions prendre l'apéro tranquilles sans entendre les cris des mômes sur le trampoline, nous leur avons fait croire que le couvre-feu continuait. Qu'il fallait rentrer à l'intérieur de la maison, où on les a collés devant un dessin animé. » À 36 ans, Nathalie tient un blog (*La Mariée en Colère*) recueillant nombre de témoignages de mères pourvoyeuses de câlins, de coquillettes et de sirop en pipette, qui ne relâchent jamais la pression. Échapper à sa progéniture, c'est échapper à la culpabilisation qui ronge toute génitrice. « Je n'écoute plus les parents autoproclamés "grands





manitous de l'éducation", qui vous expliquent d'une voix douce ce que votre enfant doit manger le matin, dit-elle. Je ne me considère pas comme une mauvaise mère parce que j'achète des céréales au supermarché, ou que je mets ma fille devant *Vaiana* un matin parce que cela me soulage. »

OUI À LA SÉPARATION

À une époque où dire « Je ne m'intéresse pas aux gamins » passe pour un outrage, les rebelles indépendantistes de la parentalité assument leur insubordination. Babyphone en main, Mazarine, magistrate de 35 ans, est déjà descendue boire un verre en bas de chez elle pendant que sa petite dormait à poings fermés dans son berceau. « Mes copains hallucinaient : "Si elle tousse ? Si elle se réveille ? S'il y a le feu ?" Ils angoissaient plus que moi ! », dit-elle. Quand elle part le week-end à la campagne avec son compagnon et ses filles (2 et 4 ans), Mazarine ne vit pas scotchée à sa marmaille : « J'habille les petites chaudement, un bonnet, de grosses chaussettes, et, hop, dehors ! » Cette juge s'est juré que sa liberté ne serait pas soluble dans un biberon de lait. « Je le revendique : soyons égoïstes. J'ai bossé dur pour avoir un cadre confortable qui me permette de garder ma vie de femme. » L'écran de son smartphone ressemble au jeu Tétris : des blocs de couleur indiquent les activités de la semaine, déplacement de son conjoint, dîner pro, crémaillère d'amis... Un agenda au cordeau. « On est une famille en mode start-up ! », sourit-elle. Leur nounou en est l'arche maîtresse : « Une fille géniale sans laquelle rien ne serait possible. Elle possède une carte bleue reliée à notre compte bancaire, et fait tout ce que je ferais avec mes filles, explique Mazarine. Quand je rentre le soir, je joue, je m'occupe du coucher, puis je ressors dîner ou retrouver des copines. Le matin, je prépare des pancakes. Je fais attention à réajuster les choses en permanence. Dès qu'on se manque trop avec mes filles, je prends ma journée. Je ne veux pas les retrouver en larmes devant un Polaroid de leur maman. »

Mazarine est l'antithèse de la mère hélicoptère. Son credo : « Je veux que mes filles soient autonomes, qu'elles soient prêtes à vivre leur vie. À 16 ans, je partais en Nouvelle-Zélande. » C'était l'époque où les « adolescents » n'existaient pas. Cocoonés par des parents qui les préfèrent dedans, à l'abri des dangers, les jeunes d'aujourd'hui se retranchent dans le giron familial. « Ils se comportent comme d'éternels ados qui ignorent qu'un frigo ça se remplit, souligne la thérapeute Anne-Laure Buffet, auteur de *Ces séparations qui nous font grandir* (Éd. Fyrolles). Aux mères que je reçois en consultation, je répète : une poule couve, mais quand son poussin sort de l'œuf elle le pousse du bec. Si vous n'apprenez pas à votre enfant à se séparer, il va répéter ce

besoin de dépendance vis-à-vis des autres. » Mais pour les couples usés, en fin de parcours, se séparer du petit dernier, c'est l'épreuve de vérité : « L'enfant représente un bouclier, un soutien, une raison d'être, poursuit la thérapeute. Une bonne excuse : tant qu'il est là, je ne pars pas. »

Pas question pour Marie Chétrit de retenir sa tribu *ad vitam aeternam*. Mère et belle-mère de quatre spécimens de 6 à 16 ans, cette scientifique pleine d'humour vient de publier *Éducation positive : une question d'équilibre ?* (Éd. Solar), un ouvrage pour rassurer les jeunes parents pétris de conseils pseudoscientifiques. « L'enfant est devenu une œuvre d'art qui doit être parfaite, relève-t-elle. J'ai voulu remettre un peu de bon sens et de spontanéité. Vous n'allez pas le traumatiser si vous criez ou si vous lui mouchez le nez ! » Chez Marie, ce n'est pas grave si les gamins courent en slip dans l'appartement, si l'ado traîne vêtue du matin au soir de sa combinaison koala, ou si un pot de Flanby colle par terre. Avec un mari absent la semaine, Marie a choisi ses combats. Elle a appris à sanctuariser des moments pour elle et pour son couple grâce à son réseau de baby-sitters. A appris à lâcher à ses filles : « J'ai épuisé mon quota de patience, allez lire sans moi, bonne nuit. » Et à sensibiliser les garçons à l'indépendance : « Ce n'est pas la peine de songer à rappliquer, adultes, avec votre sac de linge sale, prévient-elle. C'est sans l'ombre d'une pointe de culpabilité que je consacrerai mon temps à des activités plus gratifiantes. » À la laverie, les enfants ! ✦



PLAN D'ACTION POUR LE FAIRE FUIR PAR CORINNE MAIER

L'INTIMIDER Menacer son jeune sur Twitter (#chéribarreoidelamaison) ou de poster sur Instagram des photos de lui affalé devant son ordi.

CESSER D'ÊTRE GENTIL La vérité, il n'y a rien de tel pour faire déguerpier le jeune.

NE PLUS S'OCCUPER DE LUI Fini, la corvée nourricière ! Ne faites les courses que pour vous.

L'ORIENTER VERS UNE FORMATION COURTE

Il y a de très bons CAP qui débouchent sur de vrais métiers.

LE POUSSER À S'ENGAGER DANS L'ARMÉE « Tu passes ta vie à jouer à des jeux vidéo où tu tues des dragons... »

FEINDRE D'ÊTRE RUINÉ L'argent est le nerf de la guerre.

LUI POURRIR LA VIE Renverser du ketchup sur son pull préféré, du café sur son clavier.

SE DÉCLARER EN BURN-OUT PARENTAL Rester au lit, laisser traîner ostensiblement des médicaments empruntés à une amie.