

L'Obs &gt; Rue 89 &gt; Notre époque

## « Mom shaming » : quoi qu'elles fassent, les femmes sont toujours de mauvaises mères



Sur les réseaux sociaux (mais pas que), de plus en plus de femmes sont critiquées dans leur rôle mère. Parfois, avant même l'accouchement.

Par **Nelly Deflisque**

Publié le 24 février 2019 à 17h00

« *Mom shaming ? C'est un nouveau terme pour parler des exigences infinies que l'on met sur le dos des mères* », attaque Béatrice Kammerer, journaliste spécialiste des questions d'éducation. Mais à nouveau terme, phénomène ancien, parfaitement ancré dans l'inconscient collectif : en matière de parentalité, c'est toujours à la mère qu'il revient d'être responsable des enfants, de tenir d'une main de maître le cahier des bonnes conduites, mais aussi de juger qui rentre – ou non – dans le canon très prisé de la « *bonne maman* ».

« *Dans l'inconscient collectif, la parentalité est un savoir qui appartient naturellement aux femmes. C'est notamment pour pouvoir diffuser les savoirs en puériculture qu'a été historiquement instauré l'enseignement secondaire des filles au*

*XIXe siècle* », rappelle la journaliste, coautrice avec Amandine Johais de « *Comment éviter de se fâcher avec la terre entière en devenant parent* » (Edition Belin, 2017). **Mon compte**

## De la remarque anodine à l'attaque en règle

Comme son nom l'indique, l'expression « *mom shaming* » s'est nettement popularisée chez nos amis anglophones, au point qu'une étude nationale américaine a été réalisée en juin 2017 par The C.S. Mott Children's Hospital pour l'Université du Michigan afin de mesurer l'impact de cette « *humiliation* » sur la santé psychologique des jeunes mères. Ainsi, 61 % des femmes interrogées révèlent avoir été critiquées au cours des cinq premières années de vie de leur enfant, engendrant pour 42 % d'entre elles une insécurité, voire une forte anxiété maternelle.

Remarques anodines de la part de belle-maman, jugements violents sur les réseaux sociaux, phrases prononcées l'air de rien par les copains ou attaque en règle par une mamie dans la queue de la boulangerie : la société entière semble avoir quelque chose à reprocher aux jeunes mères, et ce, quoi qu'elles fassent.



**LAU**  
@lauvely

Euh... il va pas s'envoler ton ventre hein...! 🙄 #royals  
#MeghanMarkle #sussex

31 06:45 - 11 déc. 2018

[19 personnes parlent à ce sujet](#)



**Tatie Danielle** @TatieBertney · 26 oct. 2018

Oui ça s'appelle une remise de gaz et ça arrive 3000 fois par jour



**Bénédicte Sälb**  
@beneSalb

cet espèce d'air con et béat de ces femmes enceintes avec leur main sur leur ventre. #MeghanMarkle

1 07:36 - 27 oct. 2018

[Voir les autres Tweets de Bénédicte Sälb](#)

Dernières victimes (célèbres) en date ? Meghan Markle, enceinte de quatre mois qui caresserait trop son ventre durant une cérémonie, Kim Kardashian qui a posté une photo de son fils, assis dans son porte-bébé mais dans le mauvais sens de la route,

Kate Beckinsale qui s'amuse en soirée au lieu de rester chez elle pour s'occuper de sa fille de... 18 ans. PIS, la Queen Beyoncé herself que l'on accuse de boire du vin au restaurant quelques semaines après la naissance de ses jumeaux.

## **Mom bashing : en ligne ou IRL, même combat**

En France, s'il n'existe pas d'équivalent à ce terme, le phénomène n'en est pas moins virulent. En octobre dernier, la blogueuse et mannequin Caroline Receveur, tout juste maman d'un petit garçon âgé de quelques mois, a posté un article pour expliquer son choix de faire une césarienne de convenance et de son embauche d'une nurse de nuit les premières semaines de son fils. En l'espace d'un week-end, son post a généré plus de 1.000 commentaires, dont de nombreux (très) agressifs la taxant de « *mauvaise mère* » ou encore d'« *égoïste* ».

Ainsi, qu'elles se passent en ligne ou IRL, les anecdotes de « *mom bashing* » ne manquent pas. Emma, blogueuse et autrice de BD sur la charge mentale, se souvient :

« *Un jour, un homme en scooter a déboulé sur un parking sur lequel mon fils s'avancait et a failli le renverser. Après avoir freiné, il m'a sorti : "On ne vous a jamais appris madame qu'il fallait tenir les enfants par la main ?" Il s'est mis à m'insulter et a fini en me disant de ne pas venir me plaindre le jour où je retrouverais mon enfant mort sous les roues d'une voiture.* »

« *En fait, la position des jeunes mères a ceci de magique qu'on les considère comme les seules personnes à même de s'occuper d'un jeune enfant tout en leur jetant en permanence leur prétendue incompétence à la figure* », assène-t-elle. Au moindre faux pas, stars ou anonymes sont empaquetées dans le même linge sale et encaissent de plein fouet cette violence, particulièrement exacerbée sur les réseaux sociaux.

## **Un effet cocotte-minute qui vire en compét'**

A l'heure où la nouvelle génération de papas s'implique de plus en plus auprès de sa progéniture (sans pour autant augmenter sa part de contribution aux tâches domestiques), pourquoi s'obstine-t-on encore et toujours à pointer du doigt les mères ? Béatrice Krammerer explique :

« *Nous vivons dans une société qui met les femmes sous une énorme pression : nous devons être parfaites sur tous les plans. Alors, une fois que l'on devient maman, on peut vite ressentir l'obligation de surenchérir sans cesse pour montrer qu'on est à la hauteur. Finalement, en critiquant les autres mères, les femmes ne font pas autre chose que de récupérer la violence et les stéréotypes de genre dont*

*elles sont victimes au quotidien pour les retourner contre les autres mères... C'est tout le but du féminisme que de réussir à retrouver cette solidarité et de stopper ces violences les unes contre les autres. »*

Un effet cocotte-minute qui tourne même à la compétition de haut niveau : « *Le concours pour accéder au titre de la meilleure maman commence dès que ton test de grossesse affiche le fameux signe positif* », assure Léah, fondatrice du compte Instagram Mother Fucking Stories qui a pour vocation de recenser les pépites empoisonnées reçues par les femmes durant et après leur grossesse mais aussi après.

*« Suite à la naissance de ma fille, je me suis retrouvée à gérer des remarques assassines de grands-mères dans la rue, de professionnels de santé, de collègues sur la manière dont j'éleve ma fille mais aussi sur mon corps post-accouchement. Je n'étais pas préparée à une telle violence », ajoute-t-elle.*

Nathalie Lancelin-Huin, psychologue spécialisée en périnatalité, explique également ce *mom bashing* de femmes par la grande exigence que s'imposent celles devenues mères, et qui les fait ne pas supporter que certaines osent se faire plaisir et s'autorisent à ne pas se dédier à temps plein à leur enfant... comme elles. A ceci se rajoute qu'« *on attaque toujours quelqu'un sur ce qui le touche le plus. L'enfant et la maternité sont ainsi de parfait cœur de cible pour atteindre une femme* », analyse-t-elle.

Autre son de cloche pour Inès\* responsable community manager d'un média parental :

*« Sur nos réseaux, ces “mères la morale” ont un profil assez similaire : il s'agit de jeunes femmes qui ne sont pas reconnues socialement ou bien valorisées professionnellement et qui trouvent leur reconnaissance en devenant mères. Dans leurs bio, elles se définissent avant tout comme mères et ce titre sonne comme un palmarès, une médaille. Parce qu'elles se sentent intouchables et respectées dans ce domaine, elles ne manquent jamais une occasion de rappeler aux autres ce qu'il faut faire. »*

## **Patriarcat et capitalisme**

Mais le grand responsable, celui qui se repaît allégrement de cette guerre des mères, celui qui s'emploie à détricoter les liens de solidarité entre les femmes, ne serait-il pas le vilain patriarcat ? « *Quand on devient mère, on nous condamne à une solitude extrême, surtout en cas de monoparentalité et en l'absence d'organisme de soutien*, souligne Emma. *Quand je discute avec les personnes de la génération de ma grand-*



*mère, je constate qu'il y avait une forme de sororité et de gestion collective des enfants. Nous devons retrouver cela et, évidemment, le partager équitablement avec les hommes. »*

La blogueuse incrimine également l'ère capitaliste dans laquelle nous vivons :

*« On voit se développer des comportements individualistes et les mères se retrouvent seules face à des injonctions de plus en plus nombreuses et culpabilisantes. Cela permet notamment de leur vendre des livres et des tas d'autres objets... C'est un cercle vicieux. »*

Patriarcat et capitalisme, deux bons vieux compères au service du *mom shaming* ? Inès acquiesce, sans totalement s'absoudre de l'équation :

*« Dans la presse parentale, on fait de ces comportements de mom bashing un vrai levier d'audience même si notre ligne éditoriale se veut bienveillante et nuancée. Pourquoi ? Parce les médias sont des entreprises : moins d'audience égal moins de pub égal moins d'argent. Si demain le site pour lequel je travaille décide d'arrêter de stimuler ce genre d'articles, un autre le fera. »*

## « Plus on en fait, plus on a l'impression d'être ratées »

Le problème, c'est qu'à ce petit jeu, toutes les femmes – sans exception – sont perdantes. Tout d'abord, sur le plan de la confiance en soi :

*« Un soir, avec mon mec, nous avons décidé de laisser pleurer notre fille pendant 45 minutes. C'est notre enfant, on la connaît, et notre instinct nous a dicté que c'était la meilleure chose à faire à ce moment-là. Et puis, j'ai imaginé les réactions qu'aurait mon entourage si je lui racontais. J'étais sûre que je passerais pour une mère indigne. Je n'en ai pas dormi de la nuit », se remémore Léah.*

Sentiment d'anxiété, perte de repère : le *mom shaming* – comme le confirme l'étude américaine – est délétère. « Nous sommes dans une génération de la perfection maternelle largement poussée par les réseaux sociaux et par l'émergence de la notion d'éducation bienveillante. Elle apparaît non pas comme un guide ou une aide, mais plutôt comme une injonction hyper culpabilisante : plus on en fait, plus on a l'impression d'être ratées », renchérit Emma.

Une dépréciation permanente qui impacte aussi la santé mentale. « L'importance du regard extérieur, et tout particulièrement celui des autres femmes telles que la mère, la belle-mère ou encore les copines est déterminant pour qu'une jeune maman se fasse mère à son tour et le vive en confiance. Si elle se sent jugée sur ce qui la touche

*le plus, surtout après s'être confiée, cela peut parfois dérapé en post-partum et la déborder. Devenir mère et plus largement devenir parent est un moment d'extrême vulnérabilité. Il est impensable de s'en servir pour faire du mal et pour juger. C'est une règle de base, un principe d'éthique, d'humanité même », s'emporte la psychologue.*

Béatrice Kammerer va même un poil plus loin :

*« J'entends plein de gens dire "Oh elle fait un burn-out depuis qu'elle est maman, elle ne va pas bien", comme si c'était le résultat d'une faiblesse personnelle, ou d'une pathologie psychiatrique, en occultant totalement que l'épuisement maternel résulte d'abord des inégalités de partages des tâches et de la pression intenable que la société met sur nos épaules de femmes. C'est toute une chaîne de maltraitances qui fait qu'on en arrive là. »*

## Alors on fait quoi ?

Humilier les femmes, humilier les mères. Humilier celles qui n'empruntent pas le chemin que vous auriez pris, humilier celles qui font leurs propres choix, humilier celles qui font ce qu'elles peuvent et avec ce qu'elles ont. Humilier les femmes, humilier les mères. Ça arrête quand le délire, en fait ?

*« J'aurais aimé avoir le courage de dire "ta gueule" à ma collègue qui m'a sorti que j'étais jeune et belle avant d'être mère. Le problème, c'est qu'on n'ose pas, on se sent jugées... Et pourtant on continue de montrer qu'on est intouchable, qu'on assure. Moi aussi ça m'est arrivé de mom shamer d'autres mères au lieu de les écouter, de les soutenir », confesse Léah.*

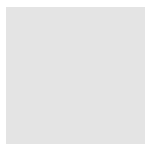
Parce que oui, le *mom shaming*, on l'a tous fait : que celui qui n'a jamais eu tendance à incriminer le comportement de la mère bien avant celui du père (qui bénéficie encore et toujours de l'excuse « *d'adorable maladroit* ») lève le doigt. Cette vilaine habitude de récriminer l'autre nous permet notamment de se chasser d'un revers de main l'angoisse de la réalité parentale : celle de ne pas tout savoir, de ne pas tout maîtriser. Eh oui, personne n'a encore trouvé LA formule magique : « *Les normes de puériculture ont toujours énormément changé, les bons parents d'hier ne sont pas les mêmes qu'aujourd'hui. Et puis, il n'y a qu'à regarder ce qui se passe à travers le monde : il y a des millions de manières de bien éduquer et de prendre soin de son enfant* », note Béatrice Kammerer.

Et tout comme il n'y a pas d'éducation unique et parfaite, il n'y a pas non plus de bonnes mères ni de mauvaises, rappelle la psychologue Nathalie Lancelin-Huin. « *A part les cas de mères toxiques et défaillantes, qui restent minoritaires, la grande*

*majorité des mères sont “suffisamment bonnes” pour reprendre l’expression bienveillante du pédiatre Winnicott. Elles font du mieux qu’elles peuvent avec ce qu’elles sont et ont comme moyens à leur disposition, en fonction aussi de leur propre histoire. J’ai en tête l’exemple d’une femme, alcoolique, qui s’est présentée un matin à la PMI (Protection maternelle et infantile, NDLR) de son secteur car elle avait déjà trop consommé, et qui a pris le risque d’être jugée mais a choisi de confier son bébé à ces professionnels qu’elle connaissait, parce qu’elle sentait qu’elle ne saurait pas prendre soin de lui ce jour-là. Si le mot de “bonne mère” devait s’incarner dans son sens le plus dense, ce serait pour cette maman. »*

Moralité : si ce qu’on a à dire à la maman (et au papa, tant qu’à faire) n’est pas un conseil bienveillant et dispensé au bon moment : on ferme sa grande bouche et on soutient. Et on écoute vraiment.

\*Le prénom a été changé



**Nelly Deflisque**



Vous avez aimé cet article ?  
Offrez-le à un ami (**8 restants**)

**Offrir**

## CONTENUS SPONSORISÉS PAR LIGATUS



PUBLICITÉ Madame Figaro

Le dernier souhait de Karl Lagerfeld respecté

PUBLICITÉ Varilux®

Profitez intensément de chaque moment avec la référence des verres progressifs Varilux