

Table des matières

Introduction	3
1. L'«annonciation» : une multitude de cas de figure et d'émotions	7
<i>Dynamiques en jeu, défis et ressources caractérisant l'étape de l'annonciation</i>	11
2. La construction du rôle d'aïeux avant la naissance du bébé	15
<i>Qu'y a-t-il à clarifier avant la naissance ?</i>	19
3. Dans les coulisses du choix du prénom et des appellations	25
<i>Choix conscients et dynamiques inconscientes</i>	30
4. L'enfant de mon enfant est né!	35
<i>Les premières expériences du bébé, aussi de son point de vue</i>	39
5. La tempête coronavirus : un défi inédit pour toutes les générations	43
<i>Dans les coulisses des significations du mot crise</i>	50
6. Les premiers services de garde : comment s'équiper sur les plans matériel et psychologique?	55
<i>Entretien avec le pédiatre, thérapeute de famille (et grand-papa), Nahum Frenck</i>	60
7. Les liens entre générations : changements et nouveaux équilibres	65
<i>Relations, liens et séparations</i>	70
8. Nouveaux défis dans l'art de communiquer à l'époque actuelle : pièges à éviter	77
<i>Anciens et nouveaux savoirs à propos de la communication interpersonnelle</i>	82
9. Quand les nouvelles technologies numériques s'en mêlent	89
<i>Nouvelles technologies de la communication et qualité de la vie relationnelle</i>	92
10. L'adolescence des enfants de nos enfants : de nouveaux défis pour toutes les générations	99
<i>Les métamorphoses</i>	104
En guise de conclusion...	109
Bibliographie	112



— LETTRE 1 —

L'«annonciation» : une multitude de cas de figure et d'émotions

Chères toutes et chers tous,

D'abord, merci d'être là en train de lire cette première lettre, qui est consacrée à un moment très spécial, celui du début de l'aventure, à savoir l'instant inoubliable où vous apprenez qu'une nouvelle vie va faire de vous un grand-parent. C'est le moment que nous avons osé baptiser l'annonciation. Avec un petit *a*, car nous ne voudrions pas manquer de respect envers les Écritures et le divin en adoptant la majuscule utilisée pour évoquer la célèbre scène où l'archange Gabriel apprend à la Vierge Marie sa grossesse miraculeuse. Mais ce qui nous fait penser à l'Annonciation avec un grand *A*, c'est l'effet de surprise qui accompagne souvent la grande nouvelle et la sensation quasi magique (*c'était la stupéfaction ! je n'ai rien senti venir !*) qui nous vaut soudain de passer d'un groupe d'humains à l'autre, de celui des non-grands-parents à celui de future grand-maman ou futur grand-papa.

Comme dans notre existence de commun des mortels ce n'est pas un archange qui annonce que notre enfant va devenir lui-même parent, il faut s'attendre à ce que ce soit elle ou lui qui joue le messager. Mais attention, il n'y a pas de règle ; tout dépend des situations familiales et des personnalités. Vous avez l'annonciation classique – « *Nous voulions vous dire que si tout se passe bien, vous allez devenir grands-parents au mois de...* », mais sur cette base se déclinent plein de variantes, comme celles d'un cadeau particulier à ouvrir, d'un livre au titre censé vous mettre la puce à l'oreille (par exemple un classique tel que *L'Art d'être grand-père*, de Victor Hugo) ou, pourquoi pas, d'une publication récente comme celle que vous tenez entre les mains... Dans le même registre, Valérie et Jean ont vécu une forme d'annonciation à la fois créative et publique, ainsi que nous le raconte Valérie.

8

Notre fils et sa compagne ont choisi pour annoncer le futur joyeux événement le jour de notre quarantième anniversaire de mariage. Nous avons organisé une fête chez nous avec la famille et quelques amis proches. Ils sont arrivés avec un gros chou et une magnifique rose qu'ils ont placés au centre de la table. Sur le moment, affairés et excités comme nous l'étions, nous n'avons pas pensé à donner une signification précise aux deux « cadeaux » (le chou nous avait un peu étonnés, car nous étions au mois de juillet). Mais un quart d'heure plus tard... dé clic dans ma tête, j'ai regardé mon fils et ma belle-fille qui continuaient à chercher une place idéale pour les deux objets et... j'ai compris ! Alors ce fut l'une des plus belles émotions de ma vie : des larmes et des exclamations de joie ! Mon mari et moi attendions un tel cadeau depuis longtemps.

Le moment de l'annonciation peut également susciter des angoisses et tensions, notamment dans le cas où nous, les aînés, considérons que nos enfants ont fait un bien mauvais choix, de partenaire ou de timing ou les deux à la fois. Voici Sonja, pour qui l'annonciation n'a pas été vécue comme une bonne nouvelle, mais comme un malheur et le prélude d'une série de préoccupations, en rapport avec le jugement très critique qu'elle et son mari portent sur leur belle-fille.

Quand nous avons connu la femme de notre fils, nous nous sommes tout de suite rendu compte que ça ne jouait pas avec cette fille. C'est une fille qui a des problèmes avec sa famille. Elle s'est accrochée à notre fils comme à une bouée de sauvetage, à garder pour elle toute

seule. Elle a même commencé à modifier son prénom. Nous savions que les deux avaient le projet de partir au Québec pour une spécialisation. La veille de Noël, nous étions chez eux et mon fils nous a dit : « Vous savez que nous allons partir à trois au Canada ! » Et ça a été un choc terrible. Pour moi ça a été une catastrophe. J'ai vu mon fils piégé ! Ce n'était pas la femme pour lui et ce n'était pas non plus le moment. Au lieu d'être dans la joie, les félicitations, j'étais dans les larmes. J'ai pleuré pendant une semaine, je crois. Nous devions aller au restaurant ensemble, mais moi et mon mari sommes partis.

L'annonciation peut aussi aller jusqu'à la rudesse du fait accompli, comme l'a raconté cette grand-maman qui a appris qu'elle l'était devenue en découvrant dans l'aire d'arrivée de l'aéroport sa fille portant un nourrisson !

À l'inverse d'un tel vide de communication, des aînés partagent intensément avec les futurs parents les joies et les appréhensions qui accompagnent la période de l'attente. Ainsi en a-t-il été pour Clara, jeune retraitée et divorcée, dont la fille et son conjoint ont dû faire recours aux avancées de la science pour réaliser leur désir de parentalité. La procréation médicalement assistée impliquant le prélèvement de la « matière première » chez les futurs parents, la fécondation in vitro et le transfert de l'embryon dans l'utérus de la femme ne sont jamais une partie de plaisir. Clara était à côté de sa fille dans ce parcours, en la soutenant dans sa démarche et en partageant ses émotions.

Moi, dans ma jeunesse, j'ai vécu le souci contraire, celui de tomber trop facilement enceinte, donc je ne m'attendais pas du tout aux difficultés que ma fille et mon gendre ont traversées pour concevoir leur bébé. Dès qu'ils ont commencé la démarche de fécondation in vitro, j'ai toujours été à côté de ma fille. Nous avons pleuré ensemble les deux fois où cela n'a pas marché. Et nous avons exulté ensemble un matin (mon cœur se met à battre plus vite rien qu'à y penser) en découvrant la couleur tant espérée du test de grossesse. Pendant plusieurs semaines, nous n'avons gardé la bonne nouvelle que pour nous, à savoir les futurs parents et mon mari et moi. Même les autres grands-parents n'ont pas été mis au courant.

Mais en conclusion, pour nous grands-parents, dans la majorité de cas, l'annonciation est une surprise, même si nous croyons souvent flairer quelque chose. Toutefois, ceux qui sont passés par là savent aussi que le

« *Non merci, pas de vin!* » de la fille n'est pas nécessairement un indice fiable. Et à l'inverse, le comportement et les propos de la jeune génération peuvent piéger les parents les plus perspicaces. L'annonciation a même fait tomber de haut une psychologue expérimentée, certaine que son fils était très éloigné de tout désir de paternité et qui a appris quelques semaines plus tard qu'elle allait devenir grand-maman.

Chères toutes et chers tous, peut-être l'un ou l'autre de ces témoignages fait-il écho en vous ? Ou bien avez-vous vécu toute autre chose ? Si vous avez envie de dialoguer avec nous, n'hésitez pas à nous envoyer un message.

Bien à vous,

Vittoria & Simon

P.-S. Comme mentionné dans notre introduction, nous souhaitons en complément à chaque lettre partager avec vous quelques connaissances sur le thème évoqué, afin d'élargir notre compréhension des enjeux de la situation et de renforcer nos capacités à faire face avec bonheur aux défis de la vie relationnelle.

Dynamiques en jeu, défis et ressources caractérisant l'étape de l'annonciation

Les exemples montrent que le moment de l'annonciation est loin d'être anodin. À partir de cette étape, quelque chose de significatif change au niveau de l'identité des personnes concernées et des relations entre elles. Quand les rapports entre générations sont fondamentalement bons, l'annonciation est vécue comme une bonne nouvelle. La positivité des pensées, sensations et émotions prévaut sur les préoccupations.

Projections et fantasmes

Le jeune couple commence à s'imaginer dans le rôle de futurs parents, à fantasmer sur la créature à venir, à penser une nouvelle organisation de la vie familiale et professionnelle, à confronter les émotions réciproques et à vibrer ensemble face à tout indice qui rappelle le miracle de cette nouvelle vie.

Les grands-parents, de leur côté, se préparent à intégrer une dimension encore inédite de leur identité, ainsi qu'à se confronter aux images et fonctions qui y sont rattachées. Surprise et questionnement sont au rendez-vous, car ce changement est le fruit d'une décision que d'autres ont prise pour eux. Pour les futures mamies et papis, cela provoque un mélange d'émotions : joie voire enthousiasme (*quel cadeau!*), étonnement (*je n'imaginai pas un tel remuement intérieur*),

reconnaissance (*tout cela grâce à mes enfants*), tendresse (*c'est émouvant d'imaginer ma fille / mon fils avec un bébé dans les bras*), appréhensions (*espérons que tout se passe au mieux*). C'est un coup de jeune et un coup de vieux en même temps. On se sent jeune, car nos souvenirs de jeunes parents refont surface et des réminiscences d'anciennes sensations resurgissent. Cependant, on a peur d'être soudain considéré comme un vieux à cause des images dévalorisantes qui circulent encore dès que l'on évoque les appellations grand-père ou grand-mère.

Un système de relations qui bouge

Un autre changement de taille s'observe dans les pratiques communicatives après le moment de l'annonciation : l'enfant attendu va devenir le principal sujet des conversations familiales ! Il est toujours présent dans l'imaginaire et les projets de futurs parents et des futurs grands-parents. C'est de lui que l'on parle toujours lors de repas, à l'occasion de rencontres avec la famille élargie, sur les lieux de travail, avec les amis, etc.

La relation entre générations change aussi. En effet, pour la première fois, jeunes et aînés vont vivre le même rôle, celui de géniteur. Cela donne une nouvelle symétrie à la relation. Est-ce que les aînés seront capables de lâcher

prise par rapport à la position de celui/celle qui sait, qui doit protéger, voire contrôler ?

Est-ce que les jeunes parents seront en mesure d'exprimer leurs attentes et opinions de sorte à être entendus ? Sont-ils suffisamment mûrs sur le plan relationnel pour ne pas considérer tout avis des seniors comme une attaque de leur précieuse autonomie ?

Il s'agit donc d'un événement capital qui aura d'importantes répercussions sur la vie de toutes les générations et qui mérite d'être célébré. Nous avons vu dans la lettre des façons sympathiques de marquer l'événement.

Authentiques et sages en même temps

Mais que faire si par contre nos juniors se limitent à une annonce hâtive et tardive sous forme, par exemple, de SMS, ou carrément en gardant le silence, en prétendant qu'il s'agit d'un événement intime qui ne les concerne qu'eux ?

La frustration dans ce cas est compréhensible. Comment faire pour la dépasser ? Comme dans presque toute situation de communication marquée par des divergences, il y a un défi relationnel important à relever : s'exprimer d'une façon authentique et ne pas nuire à la relation. Pas facile d'atteindre les deux objectifs en même temps ! La solution trouvée par certains grands-parents dans des situations similaires peut se résumer ainsi : d'abord demander aux juniors en quoi il est important pour eux d'avoir choisi ce type d'annonce. Attention au ton, il s'agit de montrer de l'intérêt pour le point de vue de l'autre et non pas d'entrer tout de suite en confrontation. Ensuite, exprimer son propre ressenti, sa position, mais sans oublier de mentionner la volonté de ne pas s'imposer : « *Nous étions frustrés car nous aurions préféré mieux partager cette importante nouvelle. Toutefois, nous ne voulons pas vous imposer notre façon de voir.* » Enfin, écouter, écouter, écouter sans interrompre.

Les choses se compliquent quand le rapport entre futurs parents et grands-parents est marqué, comme dans le cas de Sonja, par des abîmes d'incompréhension.

Il faut savoir que l'heureux événement n'aplanira pas automatiquement les conflits. Bien au contraire. Si vous vivez des cas de figure similaires, ne vous faites pas d'illusion à ce sujet. Demandez-vous plutôt si vous voulez polluer encore davantage la relation et alimenter les frustrations, tensions et disqualifications, ou bien si vous préférez faire quelque chose pour améliorer la relation. Les grands sages de tous les temps nous rendent attentifs au fait que cela demande de développer :

- la force de changer les choses que l'on peut modifier ;
- la patience et le courage d'accepter celles que nous ne pouvons pas changer ;
- la sagesse de saisir la différence entre les unes et les autres.

Se faire aider si nécessaire

En reprenant l'exemple de Sonja, à quelle ressource a-t-elle fait appel pour arriver à vivre sa situation d'une façon moins angoissante et se donner plus de chances de profiter à l'avenir de l'arrivée de la dernière génération ? Sonja a su demander de l'aide à une personne neutre.

En quoi est-ce une compétence ? Cette décision implique premièrement de ne pas être prisonnière de certitudes néfastes du type « J'ai toujours raison, ce sont les autres qui doivent changer ». Deuxièmement, d'être consciente de la complexité des relations humaines. Troisièmement, d'être capable de faire confiance aux possibilités de dénouer les tensions.

Le travail avec un professionnel a permis à Sonja d'être plus à l'écoute de la position apaisante et moins négative de son mari, de mieux accepter le choix de son fils, de déminer au moins une partie du terrain de la relation avec sa belle-fille en acceptant l'idée qu'il y a plusieurs styles de vie possibles, et, notamment, d'arrêter de jeter de l'huile sur le feu en s'adonnant de jour et de nuit à des litanies de ruminations et scénarios négatifs.

C'est ainsi que des obstacles peuvent se transformer en opportunités.