

# SANTÉ ET BIEN-ÊTRE DES HOMMES



## PROJET-PILOTE : ADAPTER LES RENCONTRES PRÉNATALES DE GROUPE AUX BESOINS DES PÈRES ET DES COPARENTS

Les rencontres prénatales de groupes (RPG) représentent un moment clef pour transmettre de l'information aux futurs parents, ainsi que pour les aider à adopter de saines habitudes de vie pendant la grossesse et à se préparer à l'accouchement et à leur rôle de parent (Gagnon, Hébert et Lamarche, 2022).

### RENCONTRES PÉRINATALES DE GROUPE (RPG)

Tous les Centres de services locaux de services communautaires (CLSC) de la région de Montréal offrent des RPG où on aborde généralement la grossesse, le travail, l'accouchement, l'allaitement et les soins au nouveau-né lors du retour à la maison. De nos jours, il va de soi d'intégrer systématiquement les futurs pères et coparents dans les RPG.

#### Implication des pères dans les RPG

Les RPG s'adressent à une clientèle universelle, mais on constate qu'il est plus difficile de rejoindre les pères. Bien que cela puisse s'expliquer par des facteurs sociaux et la tendance des hommes à moins recourir aux services sociaux et de santé, le manque de pratiques inclusives et des contenus moins adaptés aux pères constituent des barrières à leur participation aux RPG.

Pourtant, durant la période périnatale, les pères ont des besoins particuliers : être reconnus comme parent à part entière et être informés sur ce qui les attend dans leur nouveau rôle. Ils veulent prendre leur place, se sentir utiles auprès de leur famille et être soutenus au fil de cette transition, bien qu'ils perçoivent leurs besoins comme moins importants par rapport à ceux de la mère.

C'est pourquoi le *Plan d'action régional montréalais en santé et bien-être des hommes* vise à mobiliser les gestionnaires de première ligne pour mettre en place le guide de bonnes pratiques en cette matière et à améliorer ainsi qu'à adapter un service de première ligne pour mieux répondre aux besoins de la population masculine.

De plus, le *Plan d'action régional intégré de santé publique 2023-2025* entend favoriser l'inclusion des pères et des coparents dans les services en périnatalité, en particulier dans les rencontres prénatales.

#### Qu'est-ce que la coparentalité? Et pourquoi est-ce important?

Deux tiers des pères québécois considèrent très important de faire équipe avec l'autre parent et de participer à assurer le bien-être des enfants (Roy et coll., 2022). Le travail d'équipe est d'ailleurs l'un des piliers de la coparentalité, un principe selon lequel les parents coopèrent dans l'exercice de leurs rôles parentaux, partagent les responsabilités familiales et s'impliquent ensemble dans l'éducation de leurs enfants. La coparentalité repose notamment sur des conditions gagnantes visant la cohérence et le partage de valeurs, le soutien et la reconnaissance entre coparents, la répartition équitable des tâches et des responsabilités et la communication.

### UN PROJET PILOTE EN QUATRE PHASES

Réalisé en collaboration avec le Regroupement pour la valorisation de la paternité, ce projet pilote a d'abord démarré en 2019 avec la Direction régionale de santé publique de Montréal et le CIUSSS de l'Ouest-de-l'île-de-Montréal (ODI). Il a dû être interrompu en raison de la pandémie de COVID-19 puis a repris en 2022, avec l'ajout d'un nouveau partenaire, le CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'île-de-Montréal (CCOMTL). Suite à la pandémie de Covid-19, le format du projet pilote a dû être ajusté, notamment par son transfert en mode virtuel.

Le projet avait pour but de mieux accompagner et valoriser les futurs pères et coparents dans les RPG existantes en CLSC. Il a été mené en **quatre grandes phases** (observation, adaptation, expérimentation et évaluation en continu).

Au plan de l'**intervention spécifique aux RPG** incluant les hommes, le projet visait à :

- intégrer les connaissances et les compétences utiles aux futurs pères ;
- valoriser le rôle des futurs pères lors des RPG;
- encourager la coparentalité dans le cadre de ces rencontres.

ÉVALUATION		
OBSERVATION	ADAPTATION	EXPÉRIMENTATION
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Observation des trois séries de rencontres prénatales</li> <li>• Deux observateurs par rencontre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sessions de travail collaboratives avec un intervenant spécialisé en paternité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coanimation avec un intervenant spécialisé en paternité</li> </ul>

Les **objectifs d'évaluation** comprenaient :

- une évaluation des **résultats de l'intervention** de la nouvelle offre de RPG (influence sur la coparentalité, division des rôles parentaux, valorisation du rôle de père, amélioration des connaissances et des compétences des futurs pères, adaptation aux caractéristiques des hommes dans leur apprentissage, retombées pour les aux pères y ayant participé)
- une **évaluation de l'implantation** (changements apportés aux RPG, expérience de coanimation vécue par les animateurs, défis et conditions gagnantes pour l'implantation du projet).

Diverses mesures ont servi à documenter ces évaluations : observation du niveau d'engagement des pères et coparents à l'aide d'un guide et entrevues avec les parents ayant participé aux RPG nouvellement adaptées, observation des sessions de travail et rencontres de préparation des équipes, documentation en continu des étapes, journal de bord, sondage en ligne auprès des parties prenantes sur la démarche, les bons coups et pistes d'amélioration.

## APERÇU DES RÉSULTATS

Le projet pilote a permis de recueillir une grande quantité de données, de points de vue et de constats tant sur les facteurs facilitants que sur les obstacles à l'inclusion des hommes dans les RPG. Les résultats présentés dans le rapport sont détaillés pour chacune des quatre phases : observation, adaptation, expérimentation et implantation, et ce, pour trois séries de RPG sélectionnées.

Ceci a permis de :

- faire état des connaissances et des compétences utiles aux futurs pères intégrées dans l'offre habituelle;
- cerner comment la coparentalité est déjà encouragée; et
- évaluer le niveau d'engagement des pères dans les rencontres et les facteurs pouvant l'influencer.

### Phase d'observation de l'inclusion des pères et de la coparentalité dans les RPG

Observation des RPG	Facteurs facilitants	Obstacles
<b>Format</b>	Écoute et respect des besoins des pères et coparents du point de vue logistique (flexibilité des horaires, rencontres virtuelles ou présentielle, support visuels appropriés, documentation complémentaire et disponibilité de l'équipe entre les rencontres)	Enjeux principalement techniques et logistiques (branchement, distractions à la maison, transmission d'information parfois moins fluide, etc.)
<b>Animation</b>	Accueil personnalisé, activité brise-glace, vocabulaire inclusif, méthodes d'apprentissage ludiques et participatives, exemples concrets, valorisation et validation des connaissances acquises)	Niveaux d'implication variables des participants, manque de témoignages de parents, équilibre à trouver entre présentation des contenus et temps pour activités participatives et échanges
<b>Contenu</b>	Thèmes spécifiques à la paternité et à la coparentalité, trucs et exemples pour soutenir la mère, vie de couple, partage des tâches, transition à la parentalité et dépression paternelle.	Réduction des pères à leur rôle de soutien, différenciation et complémentarité des rôles peu valorisés, notions de coparentalité survolée, manque de représentation des pères dans le visuel des contenus présentés.

## Résultats pour la phase d'adaptation

Le recours à des activités interactives et ludiques favorise l'engagement des pères et peut permettre à l'équipe d'animation de valider leur niveau de rétention de l'information, de partager des informations supplémentaires et de voir quel sujet suscite plus d'intérêt. L'utilisation de mises en situation incite les pères à se projeter concrètement dans leur paternité. En plus de nouvelles activités interactives, des contenus ont été ajoutés à chacune des rencontres thématiques comme le démontre le tableau suivant.

Rencontre thématique	Nouveaux contenus
<b>Travail et accouchement</b>	Rôle et expérience du père à l'accouchement (applications mobiles pour le calcul des contractions, discussions en couple, premiers moments avec bébé)
<b>Interventions médicales</b>	Soutien et interventions (déclenchement des contractions – ocytocine naturelle, césarienne, coupure du cordon)
<b>Nourrir mon bébé</b>	Allaitement (expérience et soutien par le père, difficultés et lien père et bébé)
<b>Retour à la maison</b>	Développement du nouveau-né, pleurs et coliques – rôles partagés
<b>La vie avec bébé</b>	Attachement père et enfant, relations de couple et coparentalité, symptômes dépressifs chez les pères, congés paternel et parental
<b>Nutrition prénatale</b>	Saines habitudes de vie, rôles des pères et coparents

## Résultats pour la phase d'expérimentation

### Rencontres thématiques adaptées

Un des objectifs du projet était d'intégrer des connaissances et des compétences utiles aux futurs pères et coparents. Les pères ont été généralement satisfaits des informations transmises (rencontre sur les interventions médicales, source d'anxiété par manque de connaissances, tâches concrètes à prendre en charge à l'arrivée à l'hôpital, partage des tâches en coparentalité, mise à niveau commune des couples sur ce qu'il faut savoir). Il a été suggéré de suivre davantage la chronologie des étapes administratives à franchir en attendant bébé (CPE, p. ex.) et d'offrir des ateliers en mode présentiel pour les tâches manuelles, ce qui serait particulièrement apprécié des parents issus de l'immigration pour briser leur isolement.

### Coanimation des RPG

Un des faits saillants de l'évaluation concerne l'ajout d'un animateur masculin spécialisé en paternité au sein de l'équipe d'animation. Cela a contribué au maintien d'un réflexe «paternité» à travers les sujets abordés. Par son approche directe avec les parents, il apporte une vision distincte et une expérience personnelle du rôle de père.

### Rencontre réservée aux pères

Cette rencontre additionnelle sur le thème de la santé et sécurité de l'enfant a suscité un niveau d'engagement plus élevé des pères à la recherche de repères et de clarification de leur rôle pour se projeter dans leur paternité et renforcer leur sentiment de compétence. Les pères l'ont jugée très pertinente, car elle est en phase avec leurs préoccupations. Les conseils offerts sur les items essentiels à se procurer et ceux soulignant l'importance de maintenir ses activités habituelles, de se donner du temps à soi et comme couple ont également été très appréciés.



## Résultat de la phase d'implantation

Le déroulement du projet pilote a été documenté sous différents angles, à partir du sondage en ligne complété par les parties prenantes du projet et des notes d'observation rassemblées dans un journal de bord.

### Impacts positifs du projet pilote

Sur les pratiques des intervenants	Pour les futurs et nouveaux parents
<ul style="list-style-type: none"><li>• Amélioration des services offerts aux pères et coparents</li><li>• Connaissances pour intervenir auprès des pères pour répondre à leurs besoins</li><li>• Meilleure adaptation des activités et du langage pour valoriser les pères dans les RPG</li><li>• Sensibilisation à aborder la coparentalité et à encourager la participation des pères et coparents durant la période périnatale</li></ul>	<p>Meilleure réponse aux besoins des pères :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• préparation prénatale</li><li>• confiance en soi devant l'arrivée d'un nouveau-né</li><li>• sentiment de se sentir inclus et valorisé</li><li>• compréhension du nouveau rôle de parent</li><li>• capacité de prendre soin et de demander de l'aide</li><li>• articipation active avant et après la grossesse</li></ul>

## Défis et pistes d'amélioration

En résumé, les **principaux défis** pour les équipes impliquées dans les RPG sont de :

- travailler à l'adaptation des RPG tout en gérant la charge de travail quotidienne;
- rejoindre les pères et coparents;
- trouver le langage inclusif approprié et représenter la diversité des familles;
- répondre aux besoins d'information en allaitement en tenant compte de l'initiative Amis des bébés.

Enfin, on a constaté un manque de structure pédagogique dans la planification et la mise à jour des RPG. Il est possible que la transition rapide vers le virtuel en raison de la pandémie de COVID-19 explique l'absence de document structurant l'animation.

Quant aux **pistes pour poursuivre l'amélioration des RPG**, on peut les résumer ainsi :

- échelonner le projet sur une plus longue période de temps pour mieux prendre en compte les contraintes des intervenantes et leur permettre de participer davantage;
- explorer l'intérêt des mères envers une telle démarche;
- mettre en place des actions proactives en amont pour rejoindre les pères et coparents;
- mieux présenter les données probantes sur lesquelles reposent les adaptations suggérées; et
- revoir l'inclusion des termes utilisés (principalement l'utilisation du mot « père » vs « partenaire »).

Finalement, le projet pilote a rappelé le dilemme entre l'objectif d'accroître la place des pères dans le vocabulaire et dans le contenu des RPG, tout en utilisant un langage inclusif devant la diversité des familles, notamment non-hétéronormatives ou monoparentaux. Cette préoccupation pour une inclusivité allant au-delà de l'inclusion des pères ou non basée sur le genre a également été rapportée comme présentant un défi dans d'autres travaux.

## Références et pour aller plus loin

Rapport [Adapter les rencontres prénatales de groupe aux besoins des pères et des coparents. Un projet pilote montréalais](#). En collaboration avec le Regroupement pour la valorisation de la paternité. Juin 2024.

**Outils pour mieux accompagner les pères et coparents dans les rencontres prénatales de groupe :**

- Fiche-synthèse sur les dix recommandations pour assurer une meilleure inclusion des pères et des coparents et encourager la coparentalité dans les rencontres prénatales
- Fiche-synthèse sur les pratiques favorables à l'inclusion des pères et de la coparentalité dans les rencontres prénatales
- Plan d'animation d'une rencontre prénatale réservée à un groupe de pères/coparents

**Ressources pour soutenir les intervenants et pour les pères**

Formation Pères & Périnatalité du RVP

Guide du PAPPÀ : *Les besoins du père lors de la période périnatale : état des lieux*. <https://www.ordrepsy.qc.ca/web/ordre-des-psychologues-du-quebec/-/les-besoins-du-p%C3%A8re-lors-de-la-p%C3%A9riode-p%C3%A9rinatale-%C3%A9tat-des-lieux>