

«Burn-out parental», «Regret d'être mère»

Ce texte est paru le 12 Mars 2023 dans [L'Hebdo-Blog 297](#).

À l'ère où l'on affirme avec un certain soulagement qu'on ne naît pas parent, *qu'on le devient* – mettant alors en cause l'existence d'un « instinct » maternel ou paternel – où la « parentalité » apparaît comme une pure construction sociale et culturelle, où la sexualité et la procréation peuvent, grâce à la science, être disjointes, deux figures pour dire le mal-être parental tiennent la vedette : celle du « burn-out parental » (qui rejoint les autres types de burn-out comme le « burn-out professionnel » et le « burn-out de l'aidant » [\[1\]](#)) et celle du « regret d'être mère » [\[2\]](#) (des mères prennent la parole, « brisent le tabou » [\[3\]](#) pour raconter leur *mal de mères* [\[4\]](#)).

Ce qui est mis en avant dans ces deux syntagmes, ce n'est pas tant l'*embarras* que la *charge mentale* d'être parent. Être parent, c'est du boulot. La parentalité se trouve réduite à des fonctions, des parents s'épuisent à la tâche. Le « regret » n'est pas tant d'*avoir ou ne pas avoir* des enfants, mais d'*être* mère, d'*être* père de famille, d'*être* parent.

C'est du côté de l'être que le malaise semble ici s'exprimer dans la filiation. Comme dans la sexuation, on découvre dans ces figures une homologie structurale : les sujets souffrent d'une inadéquation du « titre » qui leur a été assigné à la naissance (homme, femme) ou *par* la naissance – ou l'adoption – (père, mère, parent) de leur enfant : « la naissance d'un bébé est aussi la naissance d'un parent » [\[5\]](#), peut-on lire sur la page de santé publique du gouvernement consacrée au « développement de bébé ».

La naissance d'un bébé, est-ce la naissance d'un parent ? La clinique nous montre que rien n'est moins sûr.

Lacan notait le statut de parasite du bébé : « dans l'utérus de la femme, l'enfant est parasite, tout l'indique, jusqu'au fait que ça peut aller très mal entre ce parasite et ce ventre » [\[6\]](#).

Au regard du réel, la naissance d'un petit de *parlêtre*, c'est comme l'arrivée d'un « a-lien », d'un objet petit a suivi d'un trait. Rien ne rattache *a priori* cet a-lien à l'Autre, car par ce trait – qui pourtant vient de l'Autre – le *rapport* est *toujours déjà* dénaturé. Ainsi on pourrait dire, en empruntant la formule de Lacan sur le non-rapport sexuel, qu'*il n'y a pas de rapport filial*. Cette perspective permet d'affranchir le lien d'un déterminisme biologique et d'un déterminisme social. Sur fond de non-rapport, tout lien familial est symptomatique.

Dans son Séminaire « L'insu que sait de l'une-bévue s'aile à mourre », Lacan questionne : le fait que la chaîne inconsciente s'arrête au *rapport de l'enfant aux parents*, est-il oui ou non *fondé* ? À l'ère où coexistent des discours qui font du « neuro » le *fondement* de *tout* lien à l'autre et des discours qui revendiquent le droit à l'auto-détermination (*l'auto-fondement*) de l'enfant, la question introduite par Lacan prend une portée subversive. « *La parenté en question* met en valeur ce fait primordial que c'est de *la langue* qu'il s'agit » [\[7\]](#), avance Lacan dans ce même Séminaire, donnant ainsi une direction à la cure : de quel *apparemment* poétique l'enfant est-il poème ?

[\[1\]](#) « Aider jusqu'à l'épuisement : quand la parole se libère », *France Inter*, podcast « Le téléphone sonne », émission du mercredi 2 octobre 2019, disponible sur le site de

Radio

France : <https://www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/le-telephone-sonne/aider-jusqu-a-l-epuisement-quand-la-parole-se-libere-5870171>

[2] Cf. notamment Thomas S., *Mal de mères. Dix femmes racontent le regret d'être mère*, Paris, JC Lattès, 2021 ; Allenou S., *Mère épuisée*, Paris, Les liens qui libèrent, 2011 ; émissions télévisées, radio, podcasts, parutions éditoriales, etc.

[3] Machado P., « Elles regrettent d'être devenues mères et brisent le tabou », *Terrafemina*, jeudi 10 février 2022, disponible sur internet : https://www.terrafemina.com/article/regret-maternel-l-autrice-stephanie-thomas-brise-le-tabou-avec-mal-de-meres_a362421/1

[4] Cf. Thomas S., *Mal de mères. Dix femmes racontent le regret d'être mère*, op. cit.

[5] « Devenir parent », site internet du gouvernement des 1000 premiers jours : <https://www.1000-premiers-jours.fr/fr/devenir-parent>

[6] Lacan J., *Le Séminaire*, livre XXIV, « L'insu que sait de l'une-bévue s'aile à mourre », leçon du 14 décembre 1976, *Ornicar ?*, n°12/13, décembre 1977, p. 6.

[7] Lacan J., *Le Séminaire*, livre XXIV, « L'insu que sait de l'une-bévue s'aile à mourre », leçon du 19 avril 1977, *Ornicar ?*, n° 17-18, p. 12.