

## Bientôt parents : quelle place pour votre conjoint ?

Au cours de la grossesse, un **sentiment de parentalité** se développe différemment chez les futurs parents. Cette situation est tout à fait normale et ne doit pas vous surprendre. En effet, chez les femmes enceintes, du fait de porter le bébé, ce sentiment apparaît dès le début de la grossesse et s'accroît au cours du temps.

Pour certains hommes, prendre conscience qu'ils vont prochainement devenir pères se fait de façon moins directe, en passant, tout d'abord, par un temps de **gestation mentale**<sup>1,2</sup>. Les événements réels, tels que les échographies, la révélation du sexe du bébé et enfin la rencontre en chair et en os avec l'enfant rendent la paternité de plus en plus concrète<sup>1</sup>.

L'**implication du conjoint** dès les premières phases de la grossesse reste tout de même très importante. Cela rassure la future maman, renforce le couple et permet de prendre conscience ensemble le fait de devenir parents. Le **soutien** à la fois **pratique** (tâches ménagères) et **moral** (réconfort et confiance en soi) du conjoint à la future maman est primordial pour créer un environnement serein pour l'accueil du bébé<sup>1</sup>. En concertation avec la future maman, il pourra choisir de participer aux consultations médicales liées à la grossesse, aux cours de préparation à la naissance et parentalité et à l'accouchement. En passant par ces différentes étapes, le futur papa sera plus confiant et rassuré quant aux changements qui arrivent et il pourra s'investir pleinement dans son rôle de père.

---

<sup>1</sup> <http://inpes.santepubliquefrance.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1310-3t.pdf>

<sup>2</sup> Bolzinger, E. Sur le chemin de la paternité, les premiers pas du père. La parole donnée aux hommes. Mémoire promotion 2008-2012. École de Sages-femmes de Metz - Université Henri Poincaré, Nancy I. [http://docnum.univ-lorraine.fr/public/BUMED\\_MESF\\_2012\\_BOLZINGER\\_ELISE.pdf](http://docnum.univ-lorraine.fr/public/BUMED_MESF_2012_BOLZINGER_ELISE.pdf)