

« Doulo » : une doula au masculin pour accompagner les pères à la paternité

Publié le 25 septembre 2023 à 10h00



« Doulo » : une doula au masculin pour accompagner les pères à la paternité. - © istock / Nazar Rybak

SAUVEGARDER

Alors que certaines femmes enceintes ont recours à des doulas pour les accompagner, des pères se tournent vers leurs pairs masculins pour mieux appréhender grossesse et paternité. Dans une profession en proie aux dérives, quelques hommes se lancent dans ce métier en vogue.

Par Léa Delaplace

« Dans la doula, je voyais une femme armée de [recettes de grands-mères](#) dont des tisanes, prodiguant des conseils et suivant les lunes. J'avais une vision ésotérique », reconnaît sans mal Thibault Sanglard. Pendant la grossesse de sa partenaire, ce jeune papa a participé à des séances sur la [périnatalité](#) menées par un papa doula, aussi appelé doulo. Cette profession, majoritairement féminine - une doula -, n'est pas réglementée ouvrant la voie à des pratiques variées et à de multiples représentations.

Le dictionnaire Larousse s'accorde d'ailleurs sur une définition large et féminisée, considérant une **doula** comme une « femme qui accompagne et soutient une femme enceinte et son entourage avant, pendant et après l'accouchement ». Une dénomination qui découle du grec ancien, où doula s'apparentait à « servante à la femme ». L'association Doulas de France, la principale du secteur, précise : « La doula accueille les choix du couple de manière neutre, sans jugement. Elle est une présence active, qui recueille les émotions et informe ». Depuis quelques années, des hommes rejoignent les rangs des doulas et font ainsi figure d'exception, s'orientant sur l'écoute des pères.

DE MULTIPLES PRATIQUES

En Suisse, Gaëtan Blaser-Suarez est doula papa. Un choix né de sa propre expérience, comme nombre de ses pairs. Une première grossesse où il s'est senti comme « un papa en pilote automatique se laissant guider », et une seconde où, davantage impliqué et informé, il connaît une plus grande satisfaction. Depuis deux ans, il propose, en parallèle de son métier de juriste, des cycles de trois séances, réservées aux hommes, pour aborder **grossesse**, **accouchement** et **post-partum**. « Avec un volet physique, un volet émotionnel et des outils pratiques », détaille le trentenaire. Avec lui, les pères font part de leurs peurs ou interrogations, et écoutent leurs témoignages. De quoi œuvrer à lever le tabou autour de la paternité, alors que les hommes n'ont pas toujours d'espace de parole entre pairs.

ON LIE LE PARENT À L'ÂME DE L'ENFANT

Dans l'Hexagone, Jonathan Bou, 28 ans, s'est également tourné vers la profession après être devenu père. « Je n'étais pas prêt, comme s'il me manquait une formation », se souvient-il aujourd'hui. Issu d'un milieu très spirituel, ce doula propose aujourd'hui des accompagnements individuels aux couples avec sa conjointe, également doula. Il croise le chemin de cinq familles par an. « Les papas ne comprennent pas toujours ce qu'il se passe, c'est dur pour eux de réaliser, note-t-il. Avec de la méditation, la respiration, du yoga périnatal et d'autres exercices, j'aide à maximiser la connexion entre le papa et le ventre de la mère. On lie le parent à l'âme de l'enfant. »

Benjamin Roger a, lui, un tout autre profil. À 34 ans, cet auxiliaire de puériculture est en passe de finir sa formation pour devenir doula. « Être doula vibre en nous... même si j'assimilais ce métier à des sorcières et des sages-femmes détournées avant de mieux m'informer, reconnaît celui qui n'a pas le désir d'enfant. Mais aujourd'hui, j'aime empower -donner le pouvoir- les parents, pour qu'ils s'affirment dans leur choix en connaissant le champ des possibles. »

PRUDENCE SUR LA PROFESSION

Les trois doulos se sont formés dans des écoles, dont les diplômes ne sont pas reconnus par l'État, mais coûtent parfois jusqu'à 4 000 euros. Leur profession, qui n'est régie par aucun texte officiel, a fait l'objet d'une saisine par la Mission interministérielle de vigilance et de lutte contre les dérives sectaires (Miviludes). Avec, comme risque, le détournement des parcours médicaux, au profit de chemins plus naturels et spirituels. « Il y a le risque de tomber sur n'importe qui. Certains doulas ont des discours inadaptés par manque de formation et ça peut porter préjudice aux parents. Il n'y a aucun cadre pour les protéger », dénonce Fanny Lefevre Pontalis, psychologue pour adolescents et enfants.

Face à ces attaques, l'association Doulas de France, qui compte 200 adhérentes, indique rester vigilante. « Les convictions religieuses et spirituelles doivent rester personnelles. Elles n'ont pas leur place dans les accompagnements. On ne prodigue aucun conseil, on n'oriente pas. On apporte juste l'information pour éviter les "si j'avais su", et permettre un choix en pleine conscience, insiste Yanick, membre des Doulas de France. On ne se substitue pas aux sages-femmes, bien au contraire. » Roger corrobore : « si je vois qu'il y a un danger dans le choix des parents relatif à l'accouchement par exemple, ou qu'il n'y a pas de suivi médical dès le départ, j'arrête immédiatement l'accompagnement. »

POUR PAPA SENSIBILISÉS

Le métier, dont les séances coûtent entre 40 et 100 euros, est néanmoins en pleine croissance. « Plusieurs facteurs l'expliquent : le délitement de la famille et des

structures de soin, une société plus individualiste et une pression toujours plus forte sur la parentalité », assoit Fanny Lefevre Pontalis, qui croise dans son cabinet des familles ayant recours, en amont de leur venue, au développement personnel, dont des doulas.

« Ce sont plutôt des hommes de catégorie sociale supérieure, déjà sensibilisés aux questions de parentalité. Certains ont déjà commencé à déconstruire la représentation paternelle de l'ancien temps », relate Gaëtan Blaser-Suarez. Un profil sur lequel s'accorde l'association Doulas de France, qui note aussi le rôle des réseaux sociaux et du monde de l'influence. » J'ai eu recours à un doula car je me sentais comme une plante verte, souvent écarté lors des rendez-vous médicaux... J'ai trouvé sur internet", raconte Bruce Dubourgeal, ravi d'avoir trouvé une nouvelle "synergie" avec sa compagne, elle-même accompagnée d'une doula. « Lors de son baby blues, j'ai su comment être vraiment son pilier. Sans mes séances avec un doula papa, j'aurais été beaucoup plus démuni. » La mère de son enfant affirme d'ailleurs qu'« une doula change des vies ».

L'accompagnement par un doulo tend donc à se démocratiser, notamment auprès de la jeune génération. Ces hommes souhaitent en partie rejeter les représentations patriarcales des pères, et dessiner de nouvelles paternités. Un combat progressiste qui a ses limites, selon la psychologue Fanny Lefevre Pontalis. Elle invite à ce que « les pères, comme les mères, se sentent plus légitimes, et se lancent comme leurs prédécesseurs, en restant soutenus par l'entourage ». En somme, deux chemins pour une seule expérience : être parent.