

# 5 ♦ Vivre

## Stop à la transpiration!

**SANTÉ.** Les dernières techniques pour éviter de trop suer

p. 55

## Retourner vivre chez papa-maman

**PSYCHO.** Même provisoire, la cohabitation n'est pas toujours facile

p. 57

## Le cygne est un père modèle

**NATURE.** Tendre et fidèle amant, il s'occupe aussi très bien de ses petits

p. 59

## Déplacer une plante au jardin dans les meilleures conditions

p. 60



Paul-Alain Magnolay  
Fuse/Gettyimages

**FÊTE DES PÈRES.** Plus attentifs, plus engagés, plus disponibles que les générations précédentes, les **nouveaux pères** ont toutefois gardé, de leurs ancêtres, une propension à favoriser les enfants qui leur sont le plus proches physiquement

Geneviève Comby  
genevieve.comby@edipresse.ch

**I**ls changent les couches, donnent le bain, se lèvent la nuit et ont même leur propre fête, comme les mères. Mais qu'est-ce qui pousse aujourd'hui un père à s'occuper de ses enfants? La pression sociale? Peut-être. L'envie? Sans doute. Mais pas seulement. On sait désormais que les hommes tendent à s'investir plus auprès des enfants qui leur ressemblent.

Favoriser le petit dernier parce qu'il a les mêmes yeux rieurs ou le même menton pointu, ce n'est pas très politiquement correct. C'est pourtant un héritage ancestral qui semble toujours avoir une influence sur le comportement des pères vis-à-vis de leur progéniture, comme l'ont montré des travaux menés par l'Institut des sciences de l'évolution de l'Université de Montpellier\*. Les mêmes résultats ont été obtenus au Sénégal, auprès de pères polygames et en France.

Selon les scientifiques, ce favoritisme ne serait rien d'autre qu'une réponse à l'incertitude fondamentale qui taraude les pères depuis la nuit des temps. Pour la mère, qui donne la vie, le doute n'est pas permis. Mais l'homme, lui, est-il sûr qu'il s'agit de sa propre descendance et non pas de celle d'un autre? Pour reconnaître leurs enfants biologiques et s'assurer de leur survie, nos ancêtres se sont donc fiés à certains indices, parmi lesquels la ressemblance physique.

### Le doute de la paternité

«A voir le succès des tests de paternité, on peut se dire que le doute du père est toujours d'actualité», sourit André Berthoud. Pour ce psychologue qui anime un site (superpapa.ch) et des stages destinés aux futurs pères, il faut bien l'admettre, «ce que l'on aime le plus chez nos enfants, c'est une partie de nous-mêmes». Alors quand on s'y reconnaît, c'est exaltant: «Personnellement, mon cadet est âgé de 9 mois et en ressortant récemment une image de moi au même âge, je me suis rendu compte que c'était ma copie conforme. Ça me donne un peu l'impression de m'occuper de moi petit, de faire du bien à mon enfant et à celui que j'étais. Sans aller jusqu'à favoriser un enfant par rapport à un autre, je crois que découvrir une ressemblance peut effectivement vous faire ressentir les choses différemment.»

Le pouvoir de l'effet miroir entre un enfant et son père serait donc loin d'être anodin. Malheureusement, il n'est pas toujours au rendez-vous. La même équipe de chercheurs de Montpellier a montré, lors d'une autre étude,



Favoriser le petit dernier parce qu'il a les mêmes yeux rieurs ou le même menton pointu que papa, ce n'est pas très politiquement correct. Et pourtant...

# Les pères s'occupent plus des enfants qui leur ressemblent

que les nouveau-nés, filles ou garçons, ressemblent certes plus à leurs parents qu'à d'autres adultes, mais aussi globalement plus à maman qu'à papa. Entre 0 et 6 ans, les filles ressemblent davantage à leur mère, alors que vers 1 à 3 ans, les garçons commencent à se rapprocher de leur père. Résultat: pour

les chercheurs, si la mère trouve une ressemblance entre son compagnon et son bébé, il faut surtout y voir une forme de manipulation sociale, probablement inconsciente, destinée... à rassurer.

Pas facile d'être un père. Instinctivement porté à mieux s'occuper des en-

fants qui lui ressemblent, il se retrouve le plus souvent en charge d'un bambin qui a surtout les traits de sa mère. Au début en tout cas. De quoi expliquer les réticences de certains à s'immiscer dans la relation déjà fusionnelle entre la mère et l'enfant? «On ne peut pas tirer ce genre de conclusion», met en

garde Charlotte Faurie, qui a participé aux travaux de l'Institut des sciences de l'évolution de Montpellier. A entendre la biologiste, il ne faut pas jeter les pères avec l'eau du bain.

«Nos résultats ne sont pas contradictoi-

## Paternité ♦ suite

◀ Suite

res avec le fait qu'un homme s'implique dans la paternité, y compris très précocement, précise-t-elle. La ressemblance de l'enfant n'explique qu'une partie de son investissement. D'autres éléments – dont beaucoup ne sont même pas connus – jouent aussi un rôle. En restant au niveau biologique, les facteurs hormonaux peuvent avoir une influence. Au moment où il devient père, le taux de testostérone d'un homme a, par exemple, tendance à diminuer, or la testostérone est justement liée à l'agressivité. De même, la prolactine, l'hormone qui incite aux soins de l'enfant, augmente. Mais le

♦ «Ce que l'on aime le plus chez nos enfants, c'est une partie de nous-mêmes»

André Berthoud, psychologue

niveau de base de ces hormones varie d'un homme à l'autre, il est donc difficile de généraliser.»

L'honneur est sauf: un père peut avoir un enfant qui ne lui ressemble pas du tout et très bien s'en occuper. «Nous, les hommes, on n'est pas très malins, on a surtout besoin qu'on nous explique comment faire, en nous incitant de manière positive», ajoute pour sa part André Berthoud. Alors pourquoi pas un petit mensonge, si c'est pour la bonne cause. Tout le portrait de son père, ce petit, non? ♦

♦ Prochain stage pour futurs pères le 12 juin à Vevey. Toutes les informations sur les ateliers paternité sur le site [www.superpapa.ch](http://www.superpapa.ch)

♦ \*Alvergne A. et al., Father-offspring resemblance predicts paternal investment in humans, in *Animal Behaviour*

## «Il y a plus d'indulgence vis-à-vis du père oublieux ou distrait»

♦ À LIRE  
«Le père est une mère comme les autres», Damien Lorton, La Découverte, 2010



♦ Damien Lorton, 34 ans, a passé deux ans à la maison pour s'occuper de ses filles, âgées aujourd'hui de 7, 5 et 3 ans. Une expérience de père au foyer que ce Français raconte dans un livre.

♦ On peut dire que vous vous êtes beaucoup investi auprès de vos trois filles. Est-ce qu'elles vous ressemblent?

Ah oui! Ma fille aînée est mon portrait craché et globalement mes trois filles me ressemblent passablement.

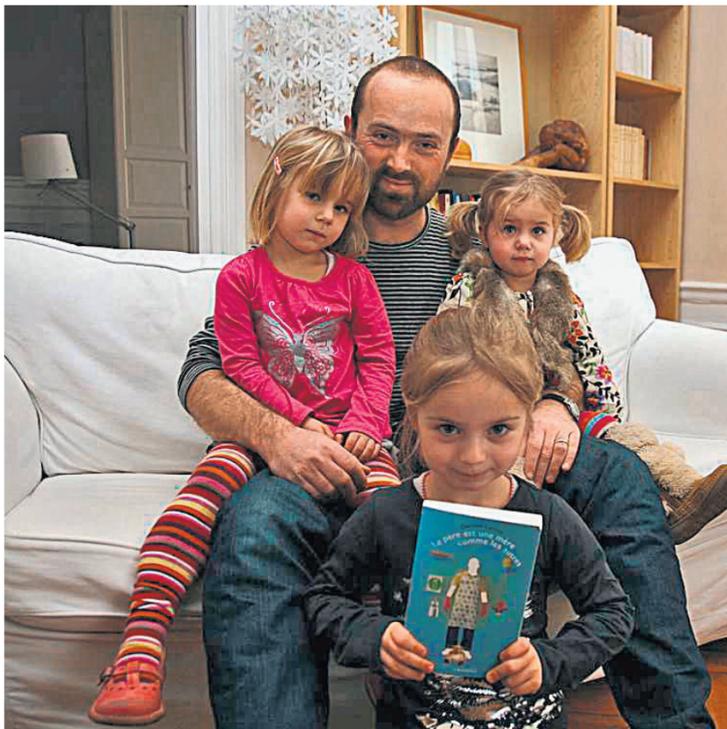
♦ Ça ne vous fait donc pas sauter au plafond de savoir que la ressemblance physique peut influencer la manière de se comporter d'un père...

Disons que ça me laisse un peu sceptique. Oui, il y a des éléments biologiques puissants qui nous échappent, mais en même temps il faut essayer de surmonter ce genre de déterminisme. Nous sommes des animaux intelligents.

S'il y a une préférence pour un enfant, il faut tout faire pour ne pas y céder.

♦ Vous êtes déjà l'auteur d'un livre sur les difficultés de la vie en entreprise. Qu'est-ce qui est le plus dur: cadre dans une grande société ou père au foyer?

Les deux vies sont difficiles, il ne faut en sous-estimer aucune. Au travail, l'enfer c'est les autres. A la maison, on est plus dans l'enfer de soi. On échappe à ce qui fait la difficulté de la vie professionnelle, à l'incertitude, au stress. On maîtrise



Damien Lorton est resté deux ans à la maison pour s'occuper de ses trois filles. LP/Alain Auroiroux

son propre agenda, c'est confortable. Mais à l'inverse il y a un effet de répétition, d'enfermement lié à la vie domestique. Aujourd'hui, je suis très admiratif des mères au foyer.

♦ Dans votre témoignage, vous parlez de deux années «sommambuliennes», de «métier impossible». Ce n'est pas très motivant pour les pères que vous encouragez pourtant à suivre cette voie!

C'est vrai (rires). Au départ de ce livre, il y

a une forme d'agacement par rapport à d'autres livres publiés sur le thème de l'enfant aliénant, du «no kid». J'ai voulu renvoyer dos à dos ce cynisme-là avec une forme de béatitude du monde de la petite enfance. Montrer au contraire le contraste entre les choses extrêmement contraignantes et la grande poésie de la vie avec les enfants.

♦ Si je me fie à vos calculs, vous avez changé 3333 couches en deux ans.

Une femme oserait-elle faire ouvertement ce genre de comptabilité?

Le père a en effet une plus grande liberté de parole en ce qui concerne l'envers du décor. Il y a encore un tabou assez puissant qui pèse sur la parole maternelle, même si on entend des voix transgressives qui s'élèvent, venant de mères un peu trash qui racontent tout. Mais qui, du coup, en font trop dans le désenchantement, la crudité.

♦ Vous racontez comment vos filles ont disparu dans un parc alors que vous discutiez avec quelqu'un... Il est plus facile d'avouer ses maladresses aussi?

Oui. Il y a plus d'indulgence sociale vis-à-vis du père oublieux ou distrait. On vous regarde avec tendresse en disant «qu'est-ce que c'est mignon, il a oublié de mettre une couche», quand vous déposez votre enfant à la crèche. Une femme sera tout de suite considérée comme une «mauvaise» mère.

♦ Avec votre femme, vous êtes resté à la maison chacun à votre tour. Pourquoi avoir décidé de le faire, vous aussi?

Je me suis retrouvé dans un concours de circonstances professionnelles et personnelles qui a rendu cela possible. Et j'en avais envie. Mais je ne l'avais pas anticipé avant d'avoir des enfants, en me disant que c'était quelque chose que je voulais absolument faire.

♦ Et vos filles, qu'ont-elles pensé de leur père au foyer?

On en a peu parlé, en fait. J'ai senti que, même si elles étaient contentes de m'avoir auprès d'elles, il y avait un désir de normalité. Les enfants n'aiment pas trop l'originalité... ♦

## Horoscope



♦ Par  
Michèle Da Silva

## Dimanche 6 juin

Aujourd'hui: Fête du Saint-Sacrement, Gémeaux 2e décan

[www.lematin.ch/horoscope](http://www.lematin.ch/horoscope)

## BÉLIER

21.3-20.4



**1er décan:** Les étoiles qui portent en elles les influences les plus fortes s'installent dans votre secteur. Vous allez réveiller un secteur vital endormi. Place aux transformations.

**2e décan:** Dernièrement, vous avez répondu à la demande, rendu des comptes, et aussi reçu des satisfactions. Place, à présent, à un confort estival, calme et serein.

**3e décan:** Il se pourrait que ce début de mois apporte une réponse à certaines questions en attente. Un mouvement favorable aux affaires se manifeste autour de vous.

## LION

24.7-23.8



**1er décan:** Vous allez vous sentir concerné positivement par la configuration maousse costaud (Jupiter, Uranus, Saturne) qui se forme dans le zodiaque. Ce sera chaud!

**2e décan:** Vous retrouvez un espace de convivialité, après certaines mises au point. Escapade, aventure, voyage bien accompagné? Tout est possible, sauf l'ennui.

**3e décan:** Vous voulez conserver votre mystère, même en présence d'une époque contrariante ou décevante? Une saison romantique ou plus poétique s'annonce après le 10.

## SAGITTAIRE

23.11-21.12



**1er décan:** Ce mois se partage en deux pour vous faire vivre un éventail de situations optimales. Le début est cool et soft, la deuxième partie sera plus motivante, avec émotions.

**2e décan:** Rien ne vient déranger vos habitudes, alors que vous avez bouclé un dossier important sans mollir dernièrement. En fin de mois, vous reprenez un dialogue.

**3e décan:** Certains secteurs à revoir vous obligent à présent à veiller à leur fonctionnement. Boucler tout sujet de préoccupation avant qu'il ne s'enkyste.

## TAUREAU

21.4-21.5



**1er décan:** La tête haute, vous sortez de mises au point et autres explications, suivies de confrontations. A présent, le contexte vous sourit de toutes ses dents.

**2e décan:** Vous avez reçu des avantages (dernièrement) dont vous avez pu tirer profit. A présent, vous amorcez un parcours convivial et serein. Au service de vos affaires.

**3e décan:** Vous acceptez de vivre une période animée et intéressante, bien que parfois conflictuelle. Il y aura des imprévus, et peut être un peu de bronca. C'est dans l'air.

## VIERGE

24.8-23.9



**1er décan:** Cette première semaine vous confectionne un environnement chaleureux et satisfaisant, mais cela ne dure pas. Vous entrez très vite en secteur plus musclé.

**2e décan:** Le mois de juin est favorable aux prises de contacts (travail, social), à la mise en place d'un projet nouveau, au renouvellement d'un contrat ou de la déco du home.

**3e décan:** Dans la poursuite de vos affaires, Saturne, dans votre secteur, avait influencé des complications dernièrement. Vous allez revoir les choses de façon plus directe.

## CAPRICORNE

22.12-20.1



**1er décan:** La grande configuration zodiacale qui se forme actuellement entre Pluton, Uranus, Jupiter et Saturne vous concerne. Ça électrise, mais votre ingéniosité aura le dessus.

**2e décan:** Vous venez de traverser une période riche en péripéties et autres situations excitantes. Les choses se calment pour que vous profitiez des avantages acquis.

**3e décan:** La Lune et Saturne envoient influences précieuses qui vont concerner votre inconscient et votre horloge interne. Prendre du recul avant l'action décisive.

## GÉMEAUX

22.5-21.6



**1er décan:** Vous entrez dans un cycle riche en animations de toute nature. Les affaires, les amours, les sous: tout prend des proportions spectaculaires. Vous saurez gérer.

**2e décan:** Ce dernier quartier de Lune vous a concerné. Important pour boucler un dossier en instance, exiger une réponse version grands sentiments. L'avenir en dépend.

**3e décan:** Un tourbillon de situations musclées arrive au top de ses influences sur vous. Vous allez retrouver vos esprits afin de repartir sur des bases plus consensuelles.

## BALANCE

24.9-23.10



**1er décan:** Vous aviez marqué un temps d'arrêt pour réfléchir ou vous faire une raison dernièrement. A présent, certaines choses s'emballent (vie sociale, affaires). L'été sera chaud.

**2e décan:** Vous avez amorcé un cycle convivial qui n'est pas prêt de s'arrêter. Sollicité ou confronté, vous voyez la vie derrière des lunettes roses. Tout secteur.

**3e décan:** Hésitation ou coup de pompe, il y a un peu de tension nerveuse dans le cadre de votre vie privée ou sociale. Ne pas se montrer hermétique à la communication.

## VERSEAU

21.1-19.2



**1er décan:** En dehors des courants toniques ou branchés, vous faites patte de velours. Foisonnement d'idées? Vous cultivez des stratégies en béton que vous mettez en place.

**2e décan:** Dans un climat motivant, riche en chambardements à gérer, vous avez évolué dernièrement. A présent, vous vivez un début de saison estivale en confiance.

**3e décan:** C'est le zapping permanent en ce moment. Vos rêveries ou votre romantisme actuel ne se font pas à ces conditions. Pourtant, il vous est demandé de sortir du cocoon.

## CANCER

22.6-23.7



**1er décan:** Décidé à revoir une situation (affect, sous, art de vivre) vécue dernièrement dans le malaise. Vous avez les moyens d'amorcer la reprise ou la réconciliation.

**2e décan:** Vous abordez ce joli mois rempli de ces sentiments chaleureux qui vous sont allés droit au cœur. Muni de ce concept, vous allez de l'avant. Pour un meilleur confort.

**3e décan:** Une situation riche en enseignements et en moyens d'action vous est offerte sur un plateau. Le zodiaque se met en quatre pour vous satisfaire. Aux actes!

## SCORPION

24.10-22.11



**1er décan:** Un contexte visant les sentiments ou vos relations sociales se manifeste à nouveau en fin de mois. Entre-temps, vous aurez rectifié certains malentendus.

**2e décan:** Vous voici enfin sorti d'une période grinçante. Pour aller vers un univers cool, sans mirages, ni complexités insolites à gérer. Un imprévu fait même battre le cœur.

**3e décan:** A l'assaut de moulins qui ne vous permettent même pas de fantasmer, vous vous battez contre une utopie. Vite, revenir sur des réalités plus pragmatiques.

## POISSONS

20.2-20.3



**1er décan:** Vous traversez une période faite de grands moments de quiétude et de confiance. Vous conservez la convivialité, tout en abordant bientôt un registre mouvementé.

**2e décan:** Vous avez les moyens de faire relâche ou d'adopter la formule du lâcher-prise, chose que vous maîtrisez parfaitement. Pour vivre des moments de bonheur partagé.

**3e décan:** Avant d'entrer dans un secteur calme et serein (à partir du mois d'août), vous vous branchez sur une mission impossible, qui semble pourtant s'ouvrir à vous à présent.



## Albert II

Né le 6 juin 1934 au château de Stuyvenberg (Belgique)

C'est en succédant à son frère Baudouin qu'Albert II prête serment le 9 août 1993. Devenu roi, ce prince, partisan d'une société multiculturelle, a considérablement modernisé la monarchie belge. La mort de sa mère, alors qu'il n'a qu'une année, conditionne son enfance, et, par la suite, sa sensibilité. La Lune (qui symbolise la mère et aussi le moi le plus intime), dans le Bélier incite à laisser libre cours à l'instinct. Bien relié à Mars dans les Gémeaux, l'astre nocturne peut le pousser à manifester des humeurs durant lesquelles la communication passe en pointillé. La bonne liaison entre Jupiter et le Soleil est l'aspect royal par excellence. ♦

## MOBILE

Tout l'horoscope, gratuitement\* sur votre mobile! Téléchargez en envoyant:

LMDWIN au 363\*\*

\* Hors coût transfert de données (selon votre opérateur) \*\* Coût: 20 ct.