

Année académique 2025 - 2026

MASTER DE SPÉCIALISATION EN ÉTUDES DE GENRE

Nom : Vaudron

Prénom : Julia

Le genre de la monoparentalité

**Comment les violences de genre et la précarité des mères seules
s'imbriquent-elles ?**

Martin Wagener, Université catholique de Louvain

Je déclare qu'il s'agit d'un travail original et personnel, que toutes les sources référencées ont été indiquées dans leur totalité et ce, quelle que soit leur provenance, et que l'utilisation des outils d'intelligence artificielle est conforme aux consignes générales d'utilisation publiées par l'UCLouvain et disponible à cette adresse :

<https://cdn.uclouvain.be/groups/cms-editors-p1/portail/reglement/Consignes-ChatGPT-version-etudiante.pdf?itok=SebXXm87>

Je suis conscient-e que le fait de ne pas citer une source, de ne pas la citer clairement et complètement, de ne pas annoncer dans une partie spécifique en début du mémoire l'utilisation que j'ai faite des outils d'intelligence artificielle ou de les utiliser de manière contraire à ce qui est prévu dans la note institutionnelle constituent des irrégularités graves au regard du [Règlement des études et des examens de l'Université catholique de Louvain](#) (Chapitre 4, section 7, article 107 à 114) au sein de l'Université. J'ai notamment pris connaissance des risques de sanctions académiques et disciplinaires encourues.

Au vu de ce qui précède, je déclare sur l'honneur ne pas avoir commis de plagiat ou toute autre forme de fraude et de n'avoir pas utilisé les outils d'intelligences artificielles en dehors de ce qui est accepté à l'UCLouvain.

Nom, Prénom : Vaudron, Julia

Date : 18 juillet 2026

Signature de l'étudiant :



Avant-propos

Cette recherche prend sans doute la colère pour point de départ. S'il est académiquement discutable de présenter le sujet tel quel, il faut bien commencer quelque part. Puisque les épistémologies féministes interpellent sur le savoir situé, l'honnêteté intellectuelle exige de signifier qui parle, depuis quel point de vue, avec quels biais... Évoquer ce qui conduit ici pour s'en détacher autant que possible, donc. Ignorer le traumatisme avant de devoir en parler. Hésiter à partir puis tout expliquer, souvenir à vif devant une boîte à mouchoirs préparée, dépersonnalisée. Du genre stoïque mais pas trop, après tout. Rassurer jusqu'à ne plus savoir ou pouvoir. Le débordement inévitable, l'incapacité à réagir. Ne rien faire d'autre que veiller ; ni penser, ni aimer. La précarité ne laisse aucune oisiveté. Les jours et les semaines sans fin, « asséner la situation » répété et entendu sans arrêt. Les maux de ventre, les insomnies et les promesses, aussi. Regarder, certains après-midi, les maisons avec jardins qui n'existeront peut-être plus jamais. En prendre la responsabilité.

Au départ, la répartition égale des dépenses décidée sur deux revenus nettement différents. L'un qui permet à peine d'assurer les frais indispensables, l'autre qui offre l'épargne et le loisir. Les traits tirés vers le bas souvent, les yeux humides à peine perceptibles, l'espoir d'une parenthèse essentiellement éphémère. Nager à contre-courant, retarder la submersion. Une fois arrêtée au milieu du chemin, contenue autant que possible jusqu'à céder. La fatigue et la force que ça demande. L'impuissance et l'inquiétude que ça engendre. Essayer de ne rien reprocher mais trouver exécrable et inconsistant : « c'est vachement orienté les études de genre, non ? » La désinvolture également orientée mais irréfléchie. Ne plus vouloir expliquer frontalement, confronter le désintérêt, choisir plutôt d'observer, d'interroger. Partir du personnel pour questionner et éventuellement constater l'universel. Et ce, sans intention de sauver, de venger, de réparer. Comprendre et justifier seulement parce que, même intériorisé et inaudible, c'est d'abord quelque chose dont il semble difficile de se détacher. L'enfermement, la contrainte, la gratuité et tout ce qui s'ensuit, surtout.

Sommaire

Introduction	4
État de l’art	7
Méthodologie	17
1. Monoparentalité : définition et structure d’une situation genrée	
1.1. Une définition incomplète	21
1.2. Précarité, nom féminin	23
1.3. Le coût de la maternité	26
2. Le psychisme à l’épreuve	
2.1. Charge mentale exclusive	29
2.2. Épuisement continu et isolement social	31
2.3. Burn-out, dépressions, addictions...	33
3. De la violence intime à la violence globale	
3.1. Maternité idéale	36
3.2. Mères à temps plein et pères démissionnaires	38
3.3. Les femmes et les enfants d’abord	41
Conclusion	44
Bibliographie	47

Introduction

Faut-il commencer par affirmer que les structures familiales d'aujourd'hui ne sont absolument plus celles d'hier et certainement pas celles de demain ? De fait, la famille nucléaire traditionnelle ne fait plus office de référence unique ou de norme immuable. Recomposée, coparentale, homoparentale, entre autres, il existe désormais bien des manières de faire famille, et ce, autrement que dans le cadre hétéroconjugal. Parmi toutes, la monoparentalité connaît probablement la progression la plus importante et occupe en conséquence une place singulière. En cause d'abord, une hausse continue des ruptures et des divorces des couples avec enfants. « C'est à la mode » ironisent d'ailleurs plusieurs interrogées pour cette recherche. Besoin de réassurance ou remarque désenchantée, il faut remarquer qu'être un parent isolé n'a, effectivement, plus rien d'hors norme. D'après les chiffres de l'Insee, en France, le nombre de familles monoparentales a doublé entre 1990 et 2023, passant de 1,49 à 2,97 millions.¹ Selon les chiffres de Statbel, la Belgique comptait 318 674 familles monoparentales en 1992 contre 524 969 en 2026.² Dans les deux pays, les mères représentent à elles seules plus de 80 % des parents à la tête de ces familles. Cette proportion largement majoritaire, nuance et complexifie la dénomination « familles monoparentales » qui dissimule vraisemblablement une réalité genrée. À ces données doit s'ajouter que la monoparentalité accroît le risque de précarité, d'isolement et de privation selon GenderStat³ et l'Insee.⁴ En cause notamment : une difficulté à concilier la prise en charge des enfants et la participation au marché du travail⁵, ainsi que des revenus inférieurs mais des besoins quasiment équivalents à ceux d'un couple.⁶

Dans une note intitulée *Le coût de la monoparentalité pour les femmes* publiée en mai 2026, la Fondation des Femmes met en évidence que « la monoparentalité n'est pas la cause de la précarité des femmes : elle en est le révélateur brutal. Parce que les femmes subissent

¹ Insee. (2026, 25 juin). *Ménages selon la structure familiale : Données annuelles de 1990 à 2023*. <https://www.insee.fr/fr/statistiques/2381514>

² Statbel. (2026, 11 juin). *Ménages*. <https://statbel.fgov.be/fr/themes/population/structure-de-la-population/menages>

³ Institut pour l'égalité des femmes et des hommes. (2026). *Ménages et familles*. GenderStat. <https://www.genderstat.be/fr/themes/population/menages-familles>

⁴ Rabier, R. (2014, 9 octobre). *Les familles monoparentales, souvent en situation de précarité*. Insee. <https://www.insee.fr/fr/statistiques/1285832>

⁵ Institut pour l'égalité des femmes et des hommes. (2026). *Ménages et familles*. GenderStat. <https://www.genderstat.be/fr/themes/population/menages-familles>

⁶ Fondation des Femmes. (2026, 27 mai). *Le coût de la monoparentalité pour les femmes*. <https://fondationdesfemmes.org/note/le-cout-de-la-monoparentalite-pour-les-femmes/>

déjà le coût de la maternité, à savoir des carrières ralenties, des salaires plus faibles et une plus forte charge domestique, l'entrée en monoparentalité, qu'elle résulte d'une séparation ou d'un choix, les expose à une fragilité accrue. » En suivant ce constat, si la monoparentalité concerne prioritairement les femmes, la recherche vise à interroger les liens entre leur surreprésentation dans cette configuration familiale et les facteurs – antérieurs comme postérieurs – qui contribuent à l'accentuation de leur vulnérabilité économique et sociale en situation monoparentale. Pour expliciter, la principale hypothèse émise est que la vulnérabilité des mères seules peut s'appréhender au prisme d'une convergence de diverses violences de genre et, plus largement, telle l'expression d'une forme spécifique de violence de genre. Plus précisément, comment les rapports sociaux de sexe produisent et structurent la monoparentalité ? Comment et par quels mécanismes ces dynamiques s'imbriquent-elles ? Comment, si tel est le cas, interagissent-elles, se construisent-elles et se renforcent-elles réciproquement ?

S'il s'agit d'étudier l'expérience de la monoparentalité par les mères et les problématiques qui la traversent à travers plusieurs entretiens, ce mémoire vise prioritairement à comprendre ses dimensions sociales, politiques et genrées. Premièrement, pour quelles raisons les familles monoparentales comptent-elles majoritairement des mères seules ? Deuxièmement, de quelle façon cette surreprésentation peut-elle relever de problématiques de genre ? Que faut-il en déduire ? Prises simultanément en origines et facteurs aggravants des tensions liées à la monoparentalité en tant que phénomène genré, les violences de genre structurent l'analyse. Définies comme l'ensemble des violences, qu'elles soient verbales, physiques ou psychologiques, interpersonnelles ou institutionnelles, commises par les hommes en tant qu'hommes contre les femmes en tant que femmes, exercées tant dans les sphères publique que privée⁷, les violences de genre sont, dans le cadre de l'examen, appréhendées dans leur caractère systémique. Constitutives de rapports de pouvoir, de logiques de domination et d'un ordre social pénalisant le féminin – et ici la maternité –, les violences de genre ne peuvent être évacuées de cette analyse puisqu'elles apparaissent indissociables des mécanismes contribuant la prédominance de mères dans la monoparentalité et des enjeux inhérents, soit la fragilité socio-économique.

Pour introduire, l'état de l'art développe ces premiers questionnements au regard de travaux portant sur la conception historique et culturelle de la maternité, les rapports sociaux

⁷ Simonetti, I. (2021). Violence (et genre) Dans J. Rennes Encyclopédie critique du genre (p. 830-840). La Découverte.

de sexe au sein de la famille en partie étudiés par le féminisme matérialiste et la précarité féminine résultant pour une part de ces deux premiers points. En outre, la méthodologie suivante décrit la construction d'une dizaine d'entretiens ayant alimentés et étayés l'analyse. À titre de précision, toutes les mères interrogées connaissent des situations de garde exclusive ou alternée, de précarité économique ou d'isolement social mais rares sont celles qui correspondent strictement à la définition de « mères isolées ». Nombre d'entre elles portent essentiellement ou exclusivement les charges financières et parentales et, en fonction des cas, bénéficient de peu, voire d'aucune aide du père, des proches ou des institutions. Dès lors, bien que les situations rencontrées engendrent toutes une forme d'isolement économique et/ou social qui peut accorder la désignation « mères isolées », celle de « mères seules » est privilégiée dans l'écriture.

La première partie détaille les premières observations : l'impératif de considérer le phénomène genré que recouvre la monoparentalité. Puisque les familles monoparentales comptent une proportion conséquente de mères, cette appellation limite les possibilités de réflexions autour des réalités vécues au sein de ces configurations familiales. Parmi les raisons figurent un degré d'investissement de la mère – auprès des enfants et au sein de la sphère privée – plus important que celui des pères. Sur cette base, les rapports de genre parcourant la famille et le couple parental désavantagent les femmes ; le travail reproductif accru constitue un déterminant important des causes de la précarité économique des femmes qui, déjà plus précaires que leurs homologues masculins, s'appauvrissent davantage au sortir des séparations. La seconde partie dévoile des préoccupations maternelles, économiques et sociales importantes qui, dans le cas des mères seules, conduisent à des problématiques psychiques considérables. Entre une charge mentale continue et quasi exclusive, un épuisement prononcé et quotidien ou un sentiment de solitude contraint ou subi, les diverses difficultés rencontrées entraînent de façon notable des dépressions, des surmenages ainsi qu'une propension aux addictions. Ce second point va au-delà de la vulnérabilité économique et intègre une vulnérabilité émotionnelle et psychologique régulièrement provoquée par un devoir parental unilatéral et une absence de relais. La troisième partie établit que cette violence intime, autrement dit ressentie individuellement ou dans la vie privée des mères seules, dérive surtout d'une violence globale. Contrainte de la maternité intensive, conformité à l'idéal de la bonne mère, prohibition du désengagement maternelle assignent à une responsabilisation éprouvante mais visiblement presque inévitable. La violence symbolique et

structurelle des injonctions adressées aux mères invite à questionner les conséquences sur elles-mêmes, comme sur leurs enfants.

État de l'art

Pourquoi les femmes composent la majorité des familles monoparentales apparaît comme la question élémentaire de cette recherche. Ce premier point conduit d'abord à s'intéresser à la construction sociale de la maternité ; il s'agit notamment d'interroger de quelle manière l'injonction à l'idéal de la bonne mère enferme et responsabilise quasi exclusivement celles qui donnent naissance. Pour débiter cet état de l'art, il faut peut-être avant tout questionner et documenter l'instinct maternel : les mères sont-elles naturellement – et surtout mieux que quiconque – capables de s'occuper des enfants ? Avant le XIX^e siècle, le soin et l'éducation des enfants appartiennent à la sphère privée et se voient exclusivement prodigués à domicile. Au moment de la Révolution française, les mères, parce qu'en charge de l'éducation de futurs citoyens, commencent à être considérées comme essentielles. « Pour beaucoup de révolutionnaires, engendrer des citoyens et les éduquer à la vertu, aux principes constitutionnels et républicains, être gardienne des mœurs sont des fonctions politiques des femmes inhérentes à leur situation « naturelle » de subordonnée dans la famille intégrée » note Rossella Bufano dans « La mère citoyenne. Éléments nouveaux sur le droit de vote des femmes pendant la Révolution française. »

Ainsi se fonde à cette époque une vision sociale et politique qui désigne les mères comme premières, voire seules, responsables de la formation des civils. La *mère civique* de Rousseau, comme la définit l'historienne Annie Smart, équivaut à la mère républicaine révolutionnaire : une mère qui éduque aux principes de liberté et d'égalité à la base de la société idéale, qui agit en tant qu'agent moral et civil, liant la sphère domestique de la maison aux idéaux publics de l'État.⁸ La philosophie de Jean-Jacques Rousseau développée dans *Émile ou De l'éducation* (1762) envisage le rôle maternel telle une fonction instinctive, naturelle, innée. Alors que peu de discours érigent plutôt la maternité en fonction et non en vocation, les femmes se voient finalement réduites à leur capacité reproductive. Capacité

⁸ Bufano, R. (2023). *La mère citoyenne. Éléments nouveaux sur le droit de vote des femmes pendant la Révolution française*. *Annales historiques de la Révolution française*, 411(1), 73-97.

d'ailleurs perçue comme fondamentale et discriminant celles qui refusent ou ne peuvent être mères. La maternité semble ainsi progressivement essentialisée par le siècle des Lumières – dont la pensée de Rousseau établissant l'instinct maternel en quasi vérité scientifique – qui, de ce fait, légitime un ordre social et moral défini. Les pères existent dans l'espace public tandis que les mères appartiennent à l'espace privé. À la fois glorifiées, protégées et contrôlées dans le souci d'une population forte, les mères se voient cantonnées au foyer et guidées par de multiples idéaux de ce que serait la bonne maternité.

L'article « Y a-t-il un instinct maternel ? » de Sarah Blaffer Hrdy, reprenant un passage de l'ouvrage *L'Amour en plus* d'Elisabeth Badinter, revient sur ces premiers éléments et écrit : « loin d'être une donnée naturelle, un instinct inscrit dans les gènes des femmes, l'amour maternel serait profondément modelé par le poids des cultures. Son dossier - bien ficelé - était de nature à ébranler les certitudes. Reprenant les travaux sur l'histoire de l'enfance, l'auteur en concluait que l'idée d'un amour maternel était une idée relativement neuve en Occident, qu'elle datait précisément des environs de 1760. » Pour répondre à cet essentialisme, les pensées fondatrices – et encore régulièrement mobilisées – de Simone de Beauvoir dans *Le Deuxième Sexe* se montrent une nouvelle fois pertinentes. Avec la célèbre citation « on ne naît pas femme, on le devient », la philosophe française analyse la féminité comme le résultat de multiples normes et fonctions sociales. Loin d'être naturel, le féminin répond à un rôle prédéfini et socialement attendu. Cet aspect construit et acquis de l'apprentissage du genre rompt avec les premières certitudes des Lumières selon lesquelles tout caractère et tout comportement relèveraient d'une nature biologique immuable. Mobiliser Simone de Beauvoir au sein de cette recherche vise principalement à demander : naît-on mère ou devient-on mère ? Faut-il, au regard de cet éclairage, parler de qualité absolue ou d'apprentissage ?

D'après Francine Comte, le terme d'« instinct maternel » a la vie dure.⁹ Dans le chapitre « Mère nature » de l'essai *Jocaste Délivrée*, elle analyse qu'en plus de l'impératif culturel omniprésent de donner la vie au risque de déroger aux règles de la normalité, il faudrait aux mères savoir être instinctivement aimantes et attentives. Au-delà des présupposés qu'il existerait un besoin naturel et irrépressible de mettre au monde chez les femmes, la chercheuse soulève que l'amour maternel pensé en une tendance féminine incontestable justifie la déresponsabilisation paternelle. « Accroché comme un pseudopode à l'instinct de la

⁹ Comte, F. (1991). 2 - Mère nature. *Jocaste délivrée : Maternité et représentation des rôles sexuels* (p. 29-36). La Découverte. <https://shs.cairn.info/jocaste-delivree--9782707120274-page-29?lang=fr>.

reproduction, le thème de l'amour maternel. Cet amour serait la chose la mieux partagée chez les femmes. Alors que les hommes peuvent à bon droit se passer d'élan et de dévouement « paternels », on trouve monstrueuse l'absence de « fibre » maternelle. Il est évident que le rejet de l'enfant par sa mère est la situation la plus douloureuse qui soit, la plus inexplicable aussi. Mais le fait que cela « dépasse l'entendement » n'est-il pas le fruit d'une assimilation abusive de l'amour maternel et de la nature de la femme ? » note-t-elle en ce sens. Ces premières notions, qui contredisent les conceptions naturalistes de la maternité en proposant une vision constructiviste, aide à envisager la monoparentalité sous sa forme genrée et à formuler pour quelles raisons celle-ci semble majoritairement représentée par les mères. Suivant les stéréotypes historiques et culturels, les femmes seraient spontanément des mères. Le désir de procréation intrinsèque qui s'accompagnerait d'une aptitude naturelle à prendre soin donne probablement raison à une responsabilisation plus importante des mères dans le couple parental et, par extension, à une garde essentiellement assumée par les mères en cas de séparation.

Cet idéal de la bonne maternité et les attentes qui entourent le rôle maternel contraignent les femmes autant qu'elles fondent un ordre social inégalitaire dans lequel apparaît le privé d'un côté, le public de l'autre. Nette distinction d'ailleurs soulignée par Francine Comte : « ainsi définie par l'instinct, par la nature, la femme n'a vraiment d'aptitude qu'à veiller sur le développement physique de l'enfant. Au père, à la société, le devoir de l'élever moralement... » Dans un second temps, la surreprésentation des mères dans la monoparentalité tend à envisager les rapports de pouvoir qui traversent et composent la structure familiale. Problématiser cette surreprésentation et éclairer les raisons de son existence apparaît inenvisageable sans faire intervenir le féminisme matérialiste dont les apports éclairent les mécanismes de domination présents au cœur de la famille nucléaire traditionnelle. Plus que tout, les nombreuses analyses et revendications du féminisme de la seconde vague permettent notamment de remettre en cause l'idée de l'aspect instinctif et naturel du rôle maternel mentionné en amont. De ce fait, cela renvoie à démontrer de quelle manière les femmes sont enfermées dans une position subordonnée et rendues quasi exclusivement responsables du soin et/ou du domestique sans que cette injonction ne soit jamais remarquée, considérée ou discutée. Aussi, l'histoire retient essentiellement de ce mouvement féministe la revendication politique du privé. C'est via l'identification de cette structure sociale inéquitable – reposant sur l'autorité des uns et la domination des autres – que de nombreux travaux de ces théories féministes ciblent les inégalités de genre qui

structurent la famille classique. Division sexuelle du travail, charge mentale, émotionnelle et domestique, responsabilité de prendre soin, injonction à l'idéal de la bonne mère... sont autant de facteurs responsables de cette majorité de femmes seules avec enfants. Encore faut-il savoir l'identifier, le comprendre et le justifier.

Avancer le féminisme matérialiste entend à remarquer comment la monoparentalité majoritairement féminisée peut s'examiner telle une continuité de la division sexuelle du travail analysée par les chercheuses de cette époque. À l'instar de Christine Delphy, Danièle Kergoat, Arlie Russell Hochschild ou encore Silvia Federici, nombre d'approches présentent le foyer et le travail domestique comme une organisation sociale au sein de laquelle les femmes se voient assignées au travail maternel et reproductif. Selon Christine Delphy premièrement, la famille doit se penser en un espace de production et de reproduction des rapports sociaux de sexe où chaque genre occupe une place sociale prédéfinie. Et ce, au service d'un système capitaliste plus large. Dans *L'ennemi principal* notamment, la famille est reconnue comme un lieu de production à l'intérieur duquel les femmes travaillent gratuitement. Au sein de ladite famille, unité organisée selon un mode d'exploitation patriarcal spécifique, le travail domestique demeure inégalitaire, invisibilisé, dévalorisé et non rémunéré. L'absence de rémunération incarne sans doute la raison de l'invisibilisation : puisqu'il ne fait pas directement partie du système marchand, n'est pas valorisé économiquement ou directement perçu comme socialement nécessaire, il serait dévoué, désintéressé – et vice versa. Exit la dimension productive donc, le « mode de production domestique » selon les mots de la chercheuse, échappe à toute considération économique et symbolique. La dimension naturelle mais également intime et privée des activités réalisées par les femmes empêche de les penser en des éléments indispensables au maintien et au bon déroulement de l'organisation sociale – ou comme sources de richesses socio-économiques à part entières.

Les idées de Danièle Kergoat complètent celles de Christine Delphy en pensant la répartition inégalitaire des tâches domestiques et, par extension, la division sexuelle du travail. Concernant les rapports sociaux de sexe, elle démontre comment cette distribution genrée structure la société de manière profondément ingégalitaire. La division sexuelle du travail hiérarchise, d'après sa réflexion présentée dans « Division sexuelle du travail et rapports sociaux de sexe », les tâches réalisées d'une part par les hommes, de l'autre par les femmes. Les premières bénéficient d'une reconnaissance socio-économique supérieure aux

secondes alors rarement prises en compte ou considérées comme importantes et/ou indispensables. La place occupée par ces deux activités dans la production marchande fonde une distinction ; bien que les activités réalisées au sein de la sphère privée soient indissociables de activités salariées et productives d'une richesse socio-économique directe, elles ne sont pourtant jamais reconnues en ce sens. Il incombe aux hommes de participer activement au système de production marchande, tandis qu'il est demandé aux femmes une place de support dans celui-ci. Au sein de cette conception existent des rapports de genre qui dévalorisent les responsabilités *care* et produisent de la domination. Dans la même perspective constructiviste que Simone de Beauvoir, la penseuse identifie comment et à quel point les différences entre les hommes et les femmes sont socialement créées, acquises et reposent sur des mécanismes sociaux plutôt que sur une nature différente et binaire.

Dans l'ouvrage *Le capitalisme patriarcal*, Silvia Federici analyse aussi la notion de travail reproductif et de division sexuelle du travail indispensables au développement capitaliste. À l'image de Christine Delphy et de Danièle Kergoat, l'universitaire italienne constate que le capitalisme organise et hiérarchise les rapports sociaux de sexe. Ce que la chercheuse nomme « capitalisme patriarcal » astreint les hommes au travail salarié rémunéré et les femmes au travail domestique invisibilisé. Cette assignation différenciée nourrit un système dont le fonctionnement socio-économique ne reconnaît pas l'importance, voire la nécessité, des tâches domestiques pourtant à l'origine de la reproduction de la force de travail. Pour Silvia Federici, l'accumulation capitaliste doit essentiellement sa réussite à la charge domestique invisible. En ce sens, ses travaux, ceux de Christine Delphy et de Danièle Kergoat, se rejoignent pour dénoncer une conception sociale inégalitaire reposant sur des normes et attentes arbitraires et genrées. Une conception sociale par ailleurs désignée « division sociale politique du travail » par Danièle Kergoat. L'héritage du féminisme matérialiste contraste la perception de la famille en remarquant significativement les dynamiques de pouvoir inégalitaires qui s'y logent. L'identification des attentes à l'encontre du rôle maternel au XVIIIe siècle et de l'assignation du féminin à la sphère reproductive s'inscrivent dans une perspective de compréhension des causes d'une monoparentalité largement féminine. En somme, cette influence historique et culturelle met en lumière une plus forte responsabilisation des femmes et des mères.

Le genre du capital. Comment la famille reproduit les inégalités de Céline Bessière et Sibylle Gollac regroupe plusieurs thématiques initialement abordées et en propose peut-être

un condensé plus actuel. Selon les observations proposées dans l'ouvrage, aucune ressource ne circule et ne perdure de manière neutre au sein des familles. Le genre masculin y est privilégié, le genre féminin, lésé. À l'image des premières chercheuses mentionnées, la famille n'échappe pas aux rapports de pouvoir ; au contraire, elle s'apparente à un espace dans lequel et grâce auquel ils se développent et se complaisent. En suivant Christine Delphy d'abord, la sphère familiale ne peut se penser en une unité unifiée et égalitaire puisque s'y attribue des rôles structurés par des représentations genrées et des mécanismes de domination. Ce qu'il faut retenir pour la recherche, c'est essentiellement ce qui ressort de l'analyse des séparations et des divorces dans le cas de couples hétérosexuels traditionnels. Les charges domestiques et parentales fréquemment assurées par les femmes mènent à des carrières professionnelles bien plus irrégulières que celles des conjoints. Les interruptions pour les unes et l'accumulation de ressources pour les autres fondent une répartition des ressources inégalitaires et asymétriques qui, si elles ne sont pas forcément visibles dans la conjugalité, se manifestent significativement en cas de rupture. L'absence de production de valeur et la non reconnaissance du travail domestique impacte les conditions de vie des femmes séparées. Le concept majeur semble celui de « travail familial » qui recouvre le travail global (émotionnel, organisationnel, affectif, administratif...) effectué au sein dans la famille, et ce, pour entretenir les liens qui l'unissent. Dans le cas du sujet, *Le genre du capital* aide à comprendre comment l'intégralité du système socio-économique profite au masculin.

Il apparaît au fil de l'état de l'art que les responsabilités semblent réparties et reconnues de manière inégale au sein du couple conjugal et/ou parental. Pour revenir sur la question de la vie professionnelle discontinue, les études sur le genre et la famille ont largement contribué à déterminer de quelle manière la maternité impacte les carrières féminines. À en croire les recherches portant sur les liens entre le travail et la famille, la naissance d'un ou de plusieurs enfant(s) creuse les inégalités du côté des femmes. Pour évoquer cette conciliation quelquefois discriminante, plusieurs chercheuses – dont Paula England et Michelle Budig dans l'article « The Wage Penalty for Motherhood » –, parlent de « pénalité maternelle ». En d'autres termes, la maternité pénalise professionnellement et économiquement. Si la charge familiale est encore fréquemment endossée par les femmes – la première explication étant peut-être un congé paternité encore trop faible ou peu démocratisé (28 jours, dont sept obligatoires en France depuis 2021 et 20 jours facultatifs en Belgique depuis 2023) – l'articulation de l'emploi et du domestique demande aux femmes salariées d'autant plus de disponibilités que leur compagnon ou leur collègue masculin.

Globalement moins bien rémunérées que les hommes puisque « tout se passe comme si les employeurs considéraient toute femme comme étant susceptible de partir en congé parental et donnaient ainsi systématiquement la préférence aux salariés masculins » relèvent Dominique Meurs, Ariane Pailhé et Sophie Ponthieux dans l'article « Quels effets des enfants sur les rémunérations et carrières des mères ? », les femmes voient leur revenu impacté par les responsabilités privées qui limitent les expériences, les perspectives professionnelles ou exigent des interruptions de carrières.

Discrimination à l'embauche du fait de stéréotypes sur l'investissement et la disponibilité ou rémunération pénalisée du fait de véritables responsabilités genrées, la maternité engendre un coût important pour les femmes sur le marché du travail, tel que le développent les trois chercheuses précédemment citées dans le sixième chapitre de *Les discriminations entre les femmes et les hommes*. Elles pointent à ce sujet : « l'existence d'un *family pay gap*, dans le sens où avoir ou ne pas avoir d'enfant ne paraît apparemment pas influencer significativement le salaire horaire. Il n'en reste pas moins vrai que la persistance de l'écart des salaires entre les hommes et les femmes semble liée à la présence d'enfants et à la répartition des charges domestiques entre les parents. Deux canaux d'influence sont déjà bien connus : le premier effet visible est l'impact des naissances sur la participation au marché du travail, la réforme du congé parental ayant renforcé les incitations pour les femmes à y recourir totalement ou partiellement. Un deuxième effet est le développement de l'utilisation du temps partiel comme mode de conciliation entre travail et vie familiale, souvent associé à des emplois moins bien rémunérés. Le fait que la majeure partie de l'écart des salaires entre les hommes et les femmes sans interruption de carrière reste inexpliquée fait ressortir un troisième effet : le soupçon qui pèse sur les femmes d'être avant tout des mères (ou futures mères) désireuses de quitter le marché du travail, temporairement ou définitivement. »

Les femmes assument donc la quasi-totalité des charges domestiques et familiales au détriment de leur vie professionnelle. Ces apports scientifiques expliquent les raisons des revenus féminin souvent plus faibles et des conditions de vie généralement plus précaires. S'il ne s'agit pas forcément de dépendance financière, la répartition genrée et inégale des rôles et des tâches impacte le niveau de vie des femmes actives puisqu'entraîne une moindre rémunération. Les différentes lectures offrent deux points fondamentaux quant au traitement de l'imbrication entre les violences de genre et la précarité des mères isolées. D'abord, la

construction sociale de la féminité, c'est-à-dire assumer en priorité les fonctions de mère et d'épouse, contribue à responsabiliser les femmes dans le cadre familial. Ensuite, cette responsabilisation favorise les inégalités socio-économiques de genre : les femmes sont plus susceptibles d'être victimes de préjugés sexistes dans l'emploi et sont, peu importe leurs désirs de maternité, traitées de manière identique car les employeurs anticipent qu'elles auront toutes au moins un enfant, tôt ou tard, et prendront un congé parental.¹⁰ Puisque ces préjugés limitent les perspectives professionnelles des femmes, ils expliquent en partie pourquoi les hommes sont plus riches que les femmes – pour paraphraser le titre d'un essai de Titou Lecoq. Dans le cas des mères spécifiquement, l'irrégularité des trajectoires professionnelles empêchent leur enrichissement. Pour illustrer, Dominique Meurs, Ariane Pailhé et Sophie Ponthieux signalent : « même si elles reprennent immédiatement leur activité professionnelle après leur congé de maternité, peuvent réduire leur effort au travail en raison de charges domestiques et parentales accrues, ou encore être moins efficaces faute de l'énergie suffisante. Cela peut prendre la forme d'un passage à temps partiel, d'un changement d'emploi pour des postes offrant des avantages en termes de flexibilité d'horaires ou de proximité avec leur domicile, ou tout simplement d'une baisse de l'intensité au travail. Enfin, les mères peuvent être discriminées par des employeurs qui les considèrent *a priori* comme devenues moins productives ; leurs promotions seront alors moins rapides ou elles resteront cantonnées dans des postes offrant de moindres perspectives professionnelles. »

Par ces premières remarques, la charge maternelle et le salariat se conçoivent désormais en deux entités difficilement conciliables. Affirmer que les attentes sociales inhérentes à la maternité forment des contraintes économiques portant préjudice aux mères n'est pas inapproprié, au contraire. Les normes et attentes sociales de la maternité engagent une disponibilité centrale des mères auprès des enfants. Une bonne mère serait une mère investie. Avec cette idée intervient le concept de « maternité intensive » avancé par Sharon Hays dans *The Cultural Contradictions of Motherhood*. La bonne maternité placerait le développement de l'enfant au centre des préoccupations maternelles et exigerait ainsi de mobiliser d'importantes ressources émotionnelles, physiques, psychiques, etc... Cette exigence se heurte en revanche, selon la sociologue américaine, à une seconde exigence parallèle : celle d'être une femme active et/ou professionnellement épanouie. Transparaît une double injonction (mère présente et mère active) irréaliste et irréalisable dès lors que

¹⁰ Meurs, D., Pailhé, A. et Ponthieux, S. (2014). 11. Quels effets des enfants sur les rémunérations et carrières des mères ? Regards croisés sur l'économie, 15(2), 197-210.

l'exercice de la maternité intensive fragilise la productivité. Les premières phrases du chapitre « La « guerre des mères » Ambivalence, travail idéologique et contradictions culturelles de la maternité » décrivent cette contradiction : « toutes les mères finissent par reconnaître l'idéologie de la « maternité intensive ». Parallèlement, elles vivent dans une société où l'éducation des enfants est généralement dévalorisée et où l'accent est mis avant tout sur le profit, l'efficacité et la réussite personnelle. Si vous êtes mère, ces deux logiques sont à l'œuvre dans votre vie quotidienne. »

Peu avant Sharon Hays, Arlie Russell Hochschild s'est également intéressée à cette conciliation entre injonction à la productivité et injonction à la bonne maternité. Celle qui fut l'une des premières à théoriser la notion de charge mentale – ultérieurement approfondie par d'autres recherches – s'intéresse à la répartition des tâches domestiques au sein des couples hétérosexuels. Ses résultats remarquent que, malgré la montée du salariat féminin, les hommes sont encore très peu investis au sein du foyer qui reste un lieu d'exploitation des femmes cumulant désormais deux emplois : emploi salarié et emploi domestique. Dans *The Second Shift* publié en 1989, elle développe le concept de double journée via lequel elle analyse comment, réparti sur une année, le travail domestique équivaut à un mois de travail non rémunéré. En parallèle, la double journée soulève un point fondamental : l'épuisement et la fatigue de celle qui le prend en charge. Le foyer se meut en une zone de tension pesante pour la double employée. Avec Arlie Russell Hochschild survient l'enjeu d'une double responsabilité (salariale et familiale) exigeante.

Les travaux de Sharon Hays et d'Arlie Russell Hochschild complètent l'examen des diverses problématiques de genre structurants les familles traditionnelles. La responsabilité importante des mères vis-à-vis des activités reproductives justifie probablement une garde maternelle prépondérante après la séparation du couple parental. Les divers points mis en avant sont autant de thématiques qui s'entrecroisent et s'accroissent dans la situation des mères isolées. Des thématiques qui, sans la présence d'un second adulte faisant office de relais, se voient sans doute exacerbées. Division sexuelle du travail, normes de maternité, carrières inégales... convergent en une accumulation de violences socio-économiques structurelles et systémiques. De ce fait, la monoparentalité se présente en une expérience située et genrée dont les conjectures contredisent les potentielles suppositions d'une réalité isolée et individuelle.

Cet état de l'art participe à observer comment maternité et condition féminine s'accompagnent de contraintes et d'obligations restrictives qui sous-tendent la précarité économique des mères séparées. Néanmoins, si cette précarité économique compose effectivement le point essentiel de la recherche, elle ne peut représenter une perspective unique. Au-delà de ce point, il faut également interroger la dimension émotionnelle qu'implique la maternité. Par exemple, comment l'absence du second parent – ici le père – impacte le quotidien ? Dans le cas où il faut aussi bien garantir les ressources économiques du ménage que la charge émotionnelle et éducative, comment les mères assurent-elles la subsistance du foyer tout en restant physiquement et psychiquement disponibles pour incarner une présence affective et maintenir un climat familial sécurisant ? Si absence de relais ou de manque de soutien, les exigences de la parentalité sont-elles véritablement conciliables avec l'exercice d'une activité professionnelle primordial pour l'autonomie financière ? Bien que les responsabilités semblent déjà inégalement réparties au sein des couples, comment sont-elles vécues après une séparation ? Comment se vit la diminution des ressources et moyens à disposition ? Qu'en est-il de l'épuisement, de l'isolement potentiellement engendrés ?

Méthodologie

Déjà exposé en introduction, cette recherche s'intéresse aux mères seules et, plus spécifiquement, à la manière dont leur situation peut être pensée comme une violence de genre. Autrement dit, comment les violences de genre et la précarité des mères seules s'imbriquent-elles ? Pour répondre à la problématique, réaliser des entretiens fut, dès les prémices du travail, une évidence. Cette perspective engageait avant tout la volonté de saisir et de comprendre la réalité des étudiés. La méthodologie définie pour le traitement de cette problématique s'est principalement articulée en quatre points clés : identifier, questionner, écouter et analyser. À cet égard, la théorie ne pouvait à elle seule entièrement suffire à examiner et expliquer les vécus tangibles visés par la thématique choisie. Appréhender au mieux l'objet d'étude nécessitait donc, en premier lieu, d'aller au-delà les chiffres, textes et concepts existants évoqués et mobilisés. Puisque la recherche empirique s'est imposée, le recueil de données et la lecture des expériences sociales ont constitué une partie importante, voire majeure, du travail. Il n'y a que par le biais des personnes concernées et, qu'essentiellement à partir d'elles, que le sujet peut être entièrement précisé. À l'évidence, comment parler d'elles sans les entendre ?

La mise en place d'une approche qualitative a, dans un premier temps, conduit à préciser le phénomène abordé et les réflexions inhérentes à celui-ci ; de qui et de quoi est-il question exactement ? Déterminer les axes et les enjeux a permis la rédaction d'un questionnaire encadrant des entretiens semi-directifs. Le choix des entretiens semi-directifs s'inscrit dans une démarche compréhensive et interprétative vis-à-vis des récits des mères seules. Tandis que le qualitatif comporte une grande part de subjectivité, il apparaissait important de porter une attention particulière à la parole des interrogées. Dans le cas où les histoires individuelles sont une source de renseignement primordiale, il fallait ouvrir le dialogue et mettre en place un espace de discussion propice à la confiance ou au développement de tout renseignement utile. Les entretiens semi-directifs avaient pour principal objectif de collecter des témoignages faits de perceptions et ressentis personnels aussi libres que spontanés. Comment les enquêtées vivent-elles la monoparentalité ? Qu'en disent-elles ? Sous quelles formes ? En quels termes ? Il faut, pour ce faire, encadrer et relancer si besoin à l'aide de la grille d'entretien mais toujours laisser libre cours à la discussion. Bien que la méthode adoptée tend à se distancer de discours exclusivement

descriptifs et à approfondir les propos recueillis, il faut toutefois veiller à conserver une posture analytique et scientifique (c'est-à-dire ne pas tomber dans une interprétation affective) et à ne pas exploiter à tout prix la dimension émotionnelle intrinsèque des rencontres.

L'affect représente peut-être le défi majeur des entretiens. Comment sonder sans heurter ? Est-ce possible, surtout ? Interroger ne peut se faire sans prendre en compte la complexité et, fréquemment, la sensibilité des trajectoires des répondantes. Certaines se sont parfois montrées à fleur de peau, quelques larmes accompagnant les premières interactions ont amené à reconsidérer la sécurité du cadre proposé. Telle une leçon à tirer, les prises de contact suivantes se sont accompagnées d'une présentation introductive étayée, indiquant d'abord la possibilité d'anonymisation, et avertissant ensuite de potentielles limites et difficultés auxquelles le thème pourrait éventuellement confronter. En ce sens, il a été proposé de refuser de répondre, définitivement ou instantanément, ou de différer, soit d'envoyer un message a posteriori. Pour optimiser l'éthique du dispositif proposé, la protection des informations confiées et le droit d'interruption auraient certainement pu être réfléchis en amont et introduits plus tôt. Ainsi, bien qu'il n'existait jusqu'alors aucune obligation à s'exprimer si sentiment d'inconfort, le verbaliser a certainement contribué à sécuriser davantage. Se tenir à disposition des femmes rencontrées, être joignable par ces dernières s'est en conséquence avérée une condition primordiale au bon déroulement de cette recherche.

Concernant la grille d'entretien, elle a été pensée en une feuille de route à suivre et fait office de support aux entretiens. Dans une optique d'accompagnement ou de relance, l'outil se compose d'une dizaine de questions ouvertes, invitant à des réactions et remarques au maximum détaillées. Le guide restant particulièrement souple et flexible, tous les questionnements écrits n'ont donc pas ou différemment été posés selon les échanges. L'ensemble regroupe divers éléments, dont le parcours conjugal et familial, les changements notables avant et après la séparation, les conditions matérielles d'existence, les obstacles majeurs rencontrés, les responsabilités et charges mentales ou émotionnelles, l'entourage présent/le soutien reçu, l'impact sur la vie de famille... Tandis que tous servent de fil conducteur aux observations et réponses attendues, nombre de résultats ont soulevé des apports non envisagés initialement ou échappant aux premières hypothèses. Pour appréhender et encourager de façon optimale chaque interaction, aucune limite de temps n'a été prédéfinie

mais a été approximativement indiquée si demandée. Chacune a duré entre quarante minutes et une heure et demie et s'est déroulée en appel téléphonique ou vidéo, en fonction des préférences formulées. Au risque d'instaurer une distance ou d'établir une limite, ce moyen de contact s'est finalement révélé concluant, sinon pertinent. Le lieu choisi, personnel, informel pour chaque partie a sans doute suscité un climat de confiance favorable à une participation active, sereine et plus spontanée.

Qu'il s'agisse de l'appartenance sociale, de l'âge, de la trajectoire personnelle, de la situation professionnelle et économique, des circonstances de la monoparentalité ou bien du mode de garde parental, aucune des témoignantes ne présente les mêmes caractéristiques. Exception faite d'être une mère élevant un ou plusieurs enfants seule. Aucun autre critère que celui de la situation monoparentale n'a été déterminé pour l'examen. En cause, l'ambition de cibler et de délimiter les similitudes qui pourraient se manifester malgré la diversité des expériences retranscrites. L'absence de critère de sélection ambitionnait de mettre en évidence la manière dont les pratiques de la monoparentalité des interrogées s'entrecroisent et se recoupent, et ce faisant, de constater une condition explicable via les études de genre. Autrement dit, la diversité des profils servait donc à concevoir un postulat prioritairement ancré dans une étude féministe et de genre. La recherche s'appuie sur un échantillon de dix participantes, recrutées par l'intermédiaire du bouche-à-oreille et de connaissances plus ou moins proches. Ici, le nombre d'entretiens restreint qui pourrait être reproché ou constituer une limite méthodologique correspond néanmoins à la valeur qualitative envisagée et à la brièveté requise. En outre, le recrutement par connaissance renforce la posture scientifique de rigueur et la nécessité d'adopter un positionnement neutre. Certaines révélations étaient quelquefois ignorées par les médiateur-rices. De ce fait, il a fallu rassurer quant à la non-divulgaration du contenu des rendez-vous hors de la recherche et ainsi garantir leur caractère confidentiel. Il s'agissait d'assurer que toute information serait strictement utilisée dans le cadre universitaire et, par extension, jamais dévoilée de façon informelle. Si l'anonymisation a systématiquement été proposée, elle a finalement été appliquée à l'intégralité du corpus par souci d'homogénéité et de confidentialité.

Pour continuer sur la posture, l'intérêt personnel à l'origine de cet objet d'étude a engagé une attention et une vigilance importantes quant au positionnement de chercheuse. À en croire les épistémologies féministes, bien mener sa recherche repose sur une prise de conscience des biais dans l'interaction avec son sujet. L'objectivité engagée dans toute

recherche appelle d'abord un travail de déconstruction et d'introspection. Les sources et raisons du traitement d'une problématique doivent, dans la mesure du possible, être considérées et dévoilées – spécifiquement si elles sont individuelles, intimes. Ce point invite à penser et à investir la neutralité axiologique essentiellement théorisée par Max Weber. En ce sens, aucune certitude, aucun présupposé préalable, aucun jugement de valeur ou position personnelle ne doivent influencer le travail de recherche et ses résultats. Pour se garder au maximum de toute analyse ou conclusion biaisées, prendre conscience des convictions et valeurs qui guident le travail de recherche apparaît impératif. Dans cette idée, affirmer qu'aucune connaissance n'est neutre, universelle ou produite « de nulle part » à l'image des théories sur le savoir situé de Donna Haraway demeure une base solide à la méthodologie mobilisée. Le travail présenté ne revendique alors aucune objectivité absolue mais une objectivité située dont l'identification tend à réfléchir aux interprétations subjectives potentielles et à limiter les biais inhérents. Il convient de dire que le traitement du sujet ne peut se résumer à la dimension personnelle sous-jacente. Au cours de chaque entretien comme dans la lecture des données, l'engagement pris était d'écouter, d'entendre et d'interpréter sans jamais tenter d'influencer, de « faire dire » pour donner raison aux motivations de l'examen.

Concernant l'analyse des données, les entretiens ont été intégralement réécoutés et partiellement retranscrits à la main. Plusieurs lectures ont confirmé les similitudes et les différences de chaque récit initialement pointées durant les discussions. En dehors de la première partie pensée tel un élément central et explicatif de la question de recherche, l'articulation et la composition des parties suivantes se sont construites a posteriori des entretiens qui ont permis d'identifier les principaux enjeux du sujet. Les témoignages sont particulièrement liés au cadre théorique présenté dans l'état de l'art ; ils permettent de mieux l'appréhender, de l'expliquer et de l'enrichir. Concernant les limites, il faut en premier lieu remarquer que les interrogées sont toutes des femmes blanches majoritairement issues de la classe moyenne. Émettre des réserves quant à l'aspect intersectionnel de l'échantillon est évident : il ne peut prétendre rendre compte de la diversité des situations, ni de la totalité des aspects et problématiques de la monoparentalité. Ce faisant, il faut ainsi éviter de globaliser ou de généraliser les tendances observées.

1. Monoparentalité : définition et structure d'une situation genrée

1.1. Une définition incomplète

Pour traiter correctement un sujet, il faut avant tout partir de la base et, ainsi, le définir. Aussi, que recouvre la notion de monoparentalité ? De quoi s'agit-il ? Selon la définition de l'Insee, une famille monoparentale est constituée par une personne qui réside avec un ou plusieurs de ses enfants et qui ne vit pas en couple avec une autre personne du ménage. La croissance constante des familles monoparentales évoquée par les chiffres en introduction signale premièrement des structures familiales profondément et culturellement évolutives. Loin du modèle auparavant dominant de la famille nucléaire, la monoparentalité constitue aujourd'hui une réalité sociale commune et normalisée. Au cours du XXe siècle, la famille monoparentale apparaît en une nouvelle composition familiale qui ne connaîtra ensuite qu'une progression régulière. La catégorie statistique des « familles monoparentales » est apparue dans les années 1970 en France et s'est rapidement stabilisée. Elle repose sur une approche centrée sur le logement et les personnes qui y vivent : une famille monoparentale se compose d'un parent ne vivant pas en couple et d'un ou plusieurs enfants, tous membres du même logement. Ces familles se distinguent ainsi des « couples avec enfant(s) » qui se composent de deux adultes habitant en couple et des enfants de ces adultes partageant ce même logement, les couples sans enfant(s) formant la troisième catégorie de « famille ».¹¹

À en croire l'Insee et le premier chapitre de l'ouvrage *Les familles monoparentales. Conditions de vie, vécu et action publique* la monoparentalité prend donc pour premier et principal critère la résidence. Si son net développement invite à penser les structures familiales contemporaines, elle ne renvoie qu'aux personnes – majeur·e/mineur·e(s) adulte/enfant(s) – qui vivent sous le même toit et oublie de considérer les diversités de ces compositions. « Cette définition demeure débattue car elle reste porteuse de nombreuses limites. Elle tend notamment à gommer ce qui a une importance cruciale pour comprendre les situations de monoparentalité : leur inscription dans les trajectoires individuelles, dans les différents espaces (logements du père et de la mère...), dans les relations des membres de la famille monoparentale avec les personnes extérieures à cette famille, etc » indiquent

¹¹ Algava, É., Buisson, G. et Toulemon, L. (2023). Chapitre 1. Les « familles monoparentales » : une catégorie statistique bien établie, assortie de nombreuses limites. Dans M. Le Pape et C. Helfter *Les familles monoparentales : Conditions de vie, vécu et action publique* (p. 27-58). La Documentation française.

effectivement Élisabeth Algava, Guillemette Buisson et Laurent Toulemon dans la publication précédemment citée. Au-delà de ce qui fait ou non la monoparentalité, il faut alors désigner comment elle se caractérise et se constitue.

Au centre, les mères, figures oubliées mais prédominantes de la monoparentalité. En France, les mères isolées représentent 81 % des familles monoparentales, selon les informations rapportées par le Centre d'observation de la société en 2025.¹² En Belgique, les statistiques de l'observatoire de genre Gender Stat recensent 80,6 % de femmes à la tête des familles monoparentales en 2023.¹³ Au regard des chiffres présentés, parler de représentation majoritaire serait presque un euphémisme. Ainsi, la notion de monoparentalité, en apposant une sorte de neutralité, empêche de penser un phénomène concret et genré. D'abord, pour écarter toute constatation supposant que les femmes seraient juridiquement privilégiées en cas de désaccord parental, il faut observer les lois concernant l'hébergement de l'enfant en France et en Belgique. Sauf exception, la résidence principale ou alternée sont deux options pareillement admises (et décidées selon plusieurs critères relatifs à l'intérêt de l'enfant) en France, tandis que la Belgique envisage en priorité une résidence égalitaire. Si le juridique n'intervient pas dans le cadre de toutes les désunions, il semble ici important de le mobiliser pour démontrer une coparentalité institutionnellement encouragée – ou au moins facilitée. Cette remarque conduit à envisager la supériorité numérique des mères dans la monoparentalité au-delà d'une simple objection normative.

Émerge par conséquent un impératif : porter l'intention de recherche sur les motifs préexistant et prédestinant cette surreprésentation des mères dans la monoparentalité ; la question desdits motifs doit ainsi être abordée sous une approche structurelle et culturelle d'une répartition inégalitaire de la charge parentale. Figure d'attachement principale¹⁴, assurance de stabilité, soins prodigués par les mères ou n'importe quelle autre raison essentialisant le rôle maternel clarifient probablement la préférence quasi systématique des mères pour la prise en charge des enfants après une séparation. Sous couvert de l'épanouissement idéal des enfants issus de parents séparés, les femmes assument la responsabilité du premier domicile et, avec elle, le quotidien. De facto doit être interrogée

¹² Centre d'observation de la société. (2025, 25 mars). *Familles monoparentales : la progression continue*. <https://www.observationsociete.fr/structures-familiales/personnes-seules/de-plus-en-plus-de-familles-monoparentales-2/>

¹³ Institut pour l'égalité des femmes et des hommes. (s. d.). *Taux de chômage*. GenderStat. <https://www.genderstat.be/fr/themes/travail-remunere/taux-chomage>

¹⁴ Golan, A. (2026). La mère déléguée, élue du couple parental. *Spirale - La grande aventure de bébé*, 115(2), 119-127.

une conception et une pratique inégale des obligations dans la relation père-enfant et mère-enfant antérieures à la décomposition de la famille pour expliciter cette responsabilité maternelle. Questionnant la mère comme figure parentale de référence à travers l'article « La mère déléguée, élue du couple parental », Annath Golan signale cette asymétrie : « les participantes évoquent leur mère comme une figure stable, incarnant à la fois douceur et rigueur, contrairement au père qui semble être moins prévisible dans son attitude, envoyant même des signaux contradictoires, ce que les participantes décrivent comme très angoissant durant leur enfance. La mère incarne par conséquent une forme de stabilité dans son investissement et de prévisibilité dans ses réactions, essentielle au développement du jeune humain. À l'inverse, le père est peu évoqué spontanément lors des entretiens. Il est convoqué uniquement sur questionnement et est souvent perçu comme une figure absente, justifiée par son activité professionnelle et ses éventuelles évolutions de carrières. Le lien à la mère est donc décrit comme continu, peu importe la qualité du lien, contrairement au père qui se retrouve investi de l'absence, faisant trace comme première représentation psychique du travail pour les participantes dans leur enfance. » Une présence maternelle rassurante contre une absence paternelle angoissante qui, si elle n'émerge ici que chez des sondées féminines, pose avec pertinence deux figures disparates en termes d'investissement.

1.2. Précarité, nom féminin

Pourquoi les femmes incarnent plus fréquemment le foyer principal des enfants que les hommes repose sans doute sur la division sexuelle du travail théorisé par le féminisme matérialiste au cours des années 1970. Les autrices de cette période mobilisées dans l'état de l'art, telles que Christine Delphy, Danièle Kergoat, Silvia Federici ou encore Arlie Russell Hochschild, démontrent comment la famille se construit sur un système déséquilibré en termes de fonction domestique et parentale. En somme, la répartition genrée du travail associe le masculin à la sphère productive et le féminin à la sphère reproductive. De ce fait, temps partiels, interruptions de carrière ou perspectives évolutives limitées ponctuent les carrières des femmes et créent des ressources inégales entre les genres qui, instaurées et entretenues par un modèle familial structuré selon des rapports sociaux de sexe, impacte finalement les conditions de vie mères des mères seules. Dans l'analyse de la précarité économique menée ici intervient le postulat de l'historicité : à titre d'exemple, l'assignation à la sphère privée, l'essentialisation symbolique du rôle maternel, l'orientation vers des

emplois moins rémunérateurs compromettent l'autonomie financière des femmes contraintes à un travail reproductif non reconnu. Pour illustrer le cas de la France, la pénalité liée au congé parental est importante : chaque année supplémentaire d'interruption de carrière entraîne une perte salariale de l'ordre de 10 %.¹⁵ Parallèlement et en raison du conditionnement des premières, les seconds accumulent un capital.

Existe à ce titre un *family pay gap*, autrement dit l'écart de salaires dû aux caractéristiques familiales – plus précisément au fait d'avoir ou non des enfants.¹⁶ De façon variable, ce *family pay gap* résulterait pour partie, selon l'ouvrage *Les discriminations entre les hommes et les femmes*, de charges et de responsabilités familiales inégales. « La majorité des femmes cumule activité professionnelle et vie familiale à la trentaine. Néanmoins, l'arrivée d'un enfant marque encore souvent une rupture dans leurs trajectoires professionnelles : les mères sont moins actives, travaillent plus à temps partiel et peinent à être promues » distinguent Dominique Meurs, Ariane Pailhé et Sophie Ponthieux dans le sixième chapitre. Dans le même temps, les observations des chercheuses opposent : « un quart de la différence de salaires horaires tient au fait que les hommes occupent moins souvent des emplois à temps partiel, travaillent dans des secteurs économiques plus rémunérateurs, effectuent davantage d'heures supplémentaires ou ont des horaires décalés. » Bien que les charges maternelles et domestiques ne peuvent être avancées comme uniques conséquences structurelles de l'écart salarial entre les genres, l'étude justifie toutefois qu'elles y participent généralement. À l'image de la « pénalité maternelle » formulée par Paula England et Michelle Budig dans l'article « The Wage Penalty for Motherhood » au début des années 2000, l'investissement plus important des mères dans la vie familiale impacte significativement leur niveau de revenu.

Si les entretiens ne se sont pas forcément étendus sur les tensions entre maternité et carrières professionnelles, plusieurs répondantes remarquent cependant avoir dû au mieux suspendre, au pire stopper leur carrière professionnelle. Quelle que soit l'option, elles se retrouvent régulièrement lésées. Jeanne, par exemple, ouvre un salon de beauté quelques années avant son divorce. Pas encore rentable, le chiffre d'affaires de son institut sert à rembourser le crédit du local. Au moment de la séparation, il est de l'ordre de six-cent euros

¹⁵ Meurs, D., Pailhé, A. et Ponthieux, S. (2014). 11. Quels effets des enfants sur les rémunérations et carrières des mères ? Regards croisés sur l'économie, 15(2), 197-210.

¹⁶ Meurs, D., Pailhé, A. et Ponthieux, S. (2011). Chapitre 6. Enfants, interruptions d'activité des femmes et écart de salaire entre les sexes. Dans F. Milewski et H. Périvier *Les discriminations entre les femmes et les hommes* (p. 139-162). Presses de Sciences Po.

et représente son seul revenu tandis que la prestation compensatoire pour la garde alternée de deux enfants est de trois-cent vingt euros. Son conjoint, qui « gagnait très très bien sa vie », ne voulait d’abord rien verser. « Il avait tous nos comptes et avait tout calculé pour pouvoir me donner le moins d’argent possible » regrette-t-elle en se disant trop naïve. Ne dépassant pas mille euros par mois, elle se résout à arrêter puis compte ensuite essentiellement sur la vente de la maison pour subvenir à ses besoins et à ceux de ses enfants. Diane, quant à elle, ne touche ni les parts du magasin de photographie où elle occupe la fonction de conjointe aidante et donne ses « compétences et qualités » pendant plusieurs années, ni celles de la maison achetée avec le père de ses trois premières filles. Arrangeante au cours du divorce, elle se souvient : « le notaire nous a dit que comme il n’y avait pas beaucoup d’années payées, si jamais il devait racheter les parts il y aurait de toute façon pas grand chose. Mais entre pas grand chose ou peut-être trente mille ou cinquante mille euros, ça fait quand même une différence. Je suis partie avec rien, j’ai tout laissé derrière moi en trouvant que c’était naturel parce que pour moi c’était pour les enfants. »

Au terme des ruptures conjugales se joue une forme d’appauvrissement des femmes qui, commence bien avant, au sein des couples, mariés ou non, dans la division du travail professionnel et domestique. Le moment de la séparation est donc surtout un révélateur des inégalités économiques de genre tapies dans la relation conjugale hétérosexuelle.¹⁷ Au fondement de cette recherche, la fragilité financière des mères isolées forme l’un des premiers enjeux abordés par le questionnaire. Pour chacune, les allocations familiales – versées en fonction du revenu et du nombre d’enfants – ne permettent pas de compenser les répercussions économiques de la séparation. Qui plus est, pour les mères rencontrées, les versements compensatoires dépassent rarement cent euros. Ariane, qui a élevé seule un garçon dont le père n’a jamais reconnu la paternité, décrit : « j’avais un travail la journée, j’avais un travail la nuit parce que la CAF¹⁸ je crois qu’elle donnait 80 euros. 80 euros pour assumer toute la charge financière. » Dans un autre cas, Carole s’insurge : « c’était 120 euros à l’époque pour les deux. Au début, j’avais des aides au logement pour ma maison, j’étais en location. J’avais des aides quand j’étais au chômage. Quand j’ai retrouvé du boulot, je me suis rendu compte que mes aides avaient vachement baissé. Pour la première et la dernière fois de ma vie, je suis allée à la CAF pour leur demander pourquoi. La dame m’a dit ‘mais madame

¹⁷ Bessière, C., & Gollac, S. (2020). *Le genre du capital : Comment la famille reproduit les inégalités*. La Découverte.

¹⁸ Caisses d’Allocations Familiales

vous travaillez et vous n'avez que deux enfants' C'était l'explication. Donc j'ai demandé à la dame : 'est-ce qu'il faut que je fasse un troisième enfant et que j'arrête de travailler ?' »

« Qui pourrait loger, nourrir, habiller, soigner et couvrir l'ensemble des frais d'un enfant avec cent euros par mois », alertent Céline Bessière et Sibylle Gollac dans *Le genre du capital*.

1.3. Le coût de la maternité

Pour reprendre le titre de Deborah Levy, les mères isolées payent cher le coût de la vie. D'abord, rien ne contraint véritablement à verser les pensions alimentaires requises puisque leur non paiement s'avère peu pris en compte par la justice. « La procureure répond sans détour : il y a une réticence du parquet à considérer 'ces mauvais payeurs comme des délinquants ordinaires'. Elle fait part de son expérience préalable de JAF pour estimer que le non-paiement relève 'd'un contexte plus global' et notamment de conflits parentaux : les impayés de pension alimentaire sont, selon elle, la contrepartie des difficultés qu'auraient certains pères pour voir leurs enfants » restituent Céline Bessière et Sibylle Gollac dans *Le genre du capital* à propos d'un colloque sur les pensions alimentaires organisé au barreau de Toulouse en 2014. Pourtant, le versement des pensions alimentaires ne va pas toujours de soi. Pension alimentaire non demandée par crainte du conflit, fixée par le juge des affaires familiales mais trop basse pour couvrir l'entièreté des dépenses ou irrégulièrement perçue affecte les conditions de vie des mères avec enfant(s) à charge interrogées. Lorsqu'il est demandé et donné, le soutien financier de l'autre parent – calculé selon un barème indicatif en France et plutôt au cas par cas en Belgique – subvient peu, ou pas, aux frais et besoins quotidiens des enfants.

Souvent, les interrogées rapportent une contribution minime de la part des pères. « Il ne me donnait que les trois cents euros que le juge lui avait demandé de me donner. Cent euros par enfant, c'est le minimum légal en France. cent euros par enfant, ça, c'est la pension alimentaire », répond Béatrice. Si elle a toujours touché une aide de la part de son ancien conjoint pendant l'enfance de ses filles, Carole déplore un montant dérisoire face à la réalité des charges : « Bien sûr, il y avait une pension alimentaire qui a été calculée sur une base très basse puisque le père de mes enfants ne travaillait pas quand nous sommes séparés. Donc il m'a tout le temps donné, là-dessus, je n'ai rien à dire, même si c'était très bas. Jusqu'au jour

où l'aîné a commencé à travailler en alternance et qu'il a décidé qu'il ne donnerait plus rien pour elle. Pour la deuxième, pareil, quand elle est arrivée en alternance, il a décidé qu'il donnerait plus rien pour elle. J'avais 125 euros par enfant, quand elles étaient petites, ça devait payer la garderie et la moitié de la cantine, j'exagère pas. » Une aide limitée et jamais revue à la hausse ou complétée : « pendant tout le temps qu'il a versé cette pension alimentaire, il ne l'a jamais augmenté, normalement il y a un indice d'augmentation tous les ans, il l'a jamais fait et il a jamais participé à rien d'autre qu'à cette pension alimentaire, c'est-à-dire que le sport il a jamais participé, les sorties scolaires, il a jamais rien donné. C'était pas un sujet à discuter parce que tout était très compliqué quand nous avons divorcé. »

Pour celles qui doivent s'en sortir par leurs propres moyens, l'argent génère une grande inquiétude. Beaucoup craignent un manque déjà connu ou redouté, évoquent une préoccupation constante autour des sommes à engager, des ressources restantes et de la planification pour tenir jusqu'à la fin du mois. Parmi elles, Nathalie résume l'adaptabilité et la patience dont elle doit faire preuve : « j'ai toujours payé ce dont il avait besoin avec mes moyens. C'était de l'organisation. Par exemple, je ne fais pas ma maison, je dois faire ma maison mais je ne fais rien. Je dois refaire ci ou ça, je ne fais rien. Je mets tout en œuvre pour qu'il fasse ses études. J'ai utilisé mes primes pour faire ma salle de bains, ma cuisine, ma décoration, mon jardin... Voilà, j'ai patienté en fait. Je savais qu'il fallait que je patiente. » Composer, faire des compromis ou, à l'image de Carole et d'autres, compter principalement sur le capital acquis grâce à la revente du bien familial : « financièrement, c'était dur, mais bon on a toujours réussi à partir en vacances à faire des trucs puisque moi j'avais l'argent de ma maison, j'ai fait des voyages avec mes enfants. »

Maintenir un niveau de vie décent nécessite de patienter, calculer, improviser, prévenir, voire de se priver. « Faut que tu saches que j'ai toujours l'impression que je vais manquer. J'ai peur de ça. J'ai excessivement peur de pas avoir assez d'argent pour finir le mois. Ce qui s'est déjà passé. Mais je me débrouille toujours, c'est-à-dire que je garde de côté sans le dire à qui que ce soit. Et à la fin du mois, quand on me dit 'il n'y a plus rien dans le frigo', j'ai encore un peu d'argent, on va pouvoir acheter de la nourriture. Je serai toujours comme ça, j'aurais toujours peur. Je fais hyper gaffe à ce que je fais », confie Béatrice. La concernant, l'insécurité financière et l'appréhension des frais imprévus la pressurise au quotidien et la contraint à renoncer à tout plaisir personnel : « j'ai peur. Regarde, là, je vais mettre ma voiture à la révision, ça va me coûter 300 balles parce qu'il faut changer les pneus.

Imagine que ma voiture tombe en panne, je fais comment après ? Si j'ai pas de voiture, j'ai plus rien. Je peux pas emmener les enfants à l'hôpital s'il y a besoin, je peux pas les emmener chez le médecin. Tu me verrais, j'ai une moustache tellement je ne vais même pas chez l'esthéticienne, pourtant il va falloir et c'est que 20 euros. Il y a pleins de petites choses comme ça. Je sais que cet été je vais aller chez mes parents, je suis née au mois d'août, ils vont me demander ce que je veux, je vais dire à ma mère : 'j'aimerais bien que tu me payes le coiffeur.' »

Le chapitre « Les mères seules sont pauvres car elles ne travaillent pas » de l'ouvrage *Idées reçues sur les familles monoparentales*, appuyé sur l'enquête sur Revenus fiscaux et sociaux (ERFS) de l'Insee datant de 2019, met en évidence : « depuis les années 1990, les instances européennes incitent les gouvernements à utiliser l'emploi en tant qu'outil central pour faire face à la pauvreté et à la précarité. Selon cette doctrine, ne pas travailler, ou ne pas travailler assez, serait l'explication principale des situations de pauvreté de ces femmes et, par incidence, de celles de leurs enfants. Et, en effet, si l'on regarde les chiffres, les mères seules sont plus souvent pauvres par rapport aux hommes dans la même situation mais aussi par rapport aux mères en couple. En 2019, elles représentent 18 % des familles avec enfants mineurs et ont un taux de pauvreté de 37 % contre 23 % pour les pères seuls et 13 % pour les mères en couple. Elles sont plus souvent au chômage (13 % contre 6 % pour les mères en couple) et davantage inactives (20 % contre 18 %), ce qui peut laisser supposer qu'elles seraient pauvres car elles ne travaillent pas. » Pourtant, la plupart des mères entretenues travaillent à temps plein. Charlène, infirmière libérale, fait partie de la classe moyenne inférieure, décrite comme « la pire des situations », par une autre interrogée. N'ayant le droit à aucune aide, elle illustre une précarité non prise en compte : « quand tu regardes mes impôts t'as l'impression que j'ai des revenus de fou, mais moi quand je regarde tout ce qui sort tous les mois au final, je galère. Pour être honnête avec toi, je suis en train de monter un dossier de surendettement, pour te dire. »

D'autant plus, le chapitre cité ci-dessus confirme que la précarité des mères doit être analysée distinctement puisqu'elle relève de certaines spécificités : « les mères seules sont pauvres alors qu'elles travaillent et quand elles ne travaillent pas, c'est la plupart du temps parce qu'elles font face à des obstacles à l'emploi en raison de leur situation familiale (absence de relai) et de contraintes structurelles (coût élevé et accès difficile des modes de garde notamment). » Diane, qui a dû adapter ses horaires de travail pour s'occuper de sa

cadette porteuse d'un handicap face à un père « démissionnaire », a presque désespérément cherché comment s'en sortir : « je n'ai pas honte mais j'étais à deux doigts de me prostituer, d'aller sur des sites pour faire de l'escorting. Je ne savais pas ce que je devais faire, il fallait que je trouve des sous pour remplir mon frigo. J'ai pas eu à le faire, Dieu merci. On arrive à penser des choses comme ça en terme de survie en fait, trouver des solutions pour gagner de l'argent comme la prostitution, j'y ai pensé. »

2. Le psychisme à l'épreuve

2.1. Charge mentale exclusive

Au-delà de la précarité économique premièrement envisagée, les discussions ont laissé apparaître une certaine vulnérabilité psychologique. Les situations dans lesquelles se trouvent les mères isolées conduisent à des formes de fragilité mentale, psychique et émotionnelle initialement non questionnées. Il y a, dans la situation des mères seules, une obligation continuelle. Aussi, bien que la conjugalité demeure un espace dans lequel elles prenaient globalement plus de responsabilités, elle offre toutefois un appui rassurant. Assumer le rôle de deux en une n'a pas été évident selon Carole : « c'est dur au niveau charge mentale d'élever deux enfants toute seule, c'est dur. Vous aviez l'impression que quand vous étiez en couple, vous étiez plus soutenu, c'était plus simple, même si c'était pas forcément le cas. En fait, je ne sais pas comment dire, on fractionne quand c'est comme ça, je pense que c'était un bon papa avec mes enfants quand on habitait ensemble, il s'occupait d'elles. C'est plus compliqué quand vous êtes seule pour faire le rôle de deux personnes. C'est beaucoup plus compliqué quand vous avez tout sur vos épaules, faut faire les devoirs, la nourriture, le linge, les emmener au sport, il faut tout préparer. Pendant la relation, lui restait quand même assez investi dans la vie de famille. Il n'a jamais fait les papiers, tout ce qui était administratif, il n'y touchait pas, c'était tacite. C'est moi qui faisais tout ça, mais il aidait quand même, je veux dire, par exemple, il donnait le bain aux filles ou il faisait à manger. Enfin il s'occupait quand même un petit peu de ses filles. »

« Ce sont elles que les crèches et les écoles appellent en premier quand les enfants sont malades. Elles réalisent aussi souvent plusieurs tâches à la fois (faire le ménage tout en surveillant les enfants), qu'elles interrompent à tout instant en cas de besoin. Les activités des

hommes, que ce soit leur travail professionnel ou domestique (bricolage, réparations, jardinage, voire cuisine), sont mieux délimitées dans le temps et dans l'espace » soulignent Céline Bessière et Sibylle Gollac dans *Le genre du capital*. Appliquée aux mères seules, la problématique de cette division sexuelle du travail déjà présente dans le couple se décuple. Lorsque les mères se retrouvent seules avec les enfants, la charge mentale liée à l'éducation et au soin est endossée sans relais ou avec un soutien quelque peu limité. L'emploi du temps dense suppose une organisation et laisse peu de place aux loisirs personnels : « la charge aujourd'hui, c'est la gestion de mes enfants et de leur activité. Je me suis octroyée le sport mais j'y vais à 6h du matin avec ma grande. J'arrive à la motiver donc on va à la salle de sport dans un temps où mes deux autres enfants dorment. Là encore, c'est différent parce que c'est la fin de l'année mais si tu replaces ça dans l'ambiance scolaire, il faut que je surveille les devoirs impérativement, après il y a la douche, après il faut que je fasse à manger, c'est pas possible de faire du sport le soir, par exemple », relate Béatrice.

Plus encore, la charge quotidienne mène quelquefois à une réduction ou à une suspension du travail salarié. Diane, biologiste de formation, a travaillé aux côtés de son ex-époux avant de devoir stopper toute activité pour se consacrer entièrement à ses quatre filles. À l'issue d'un second divorce, le temps, l'entourage et l'accompagnement administratif ont manqué : « je me suis retrouvée maman solo avec mes quatre filles et deux papas qui étaient, chacun à sa façon, démissionnaires ou déficitaires, donc pas du tout soutenant. Et là ça a été la cata pendant plusieurs années, je me suis retrouvée à ne plus pouvoir travailler, j'avais mes quatre filles qui avaient entre quatre ans pour la plus petite et quinze ans pour l'aînée. Une était à temps plein avec moi et ne voyait plus son papa qu'une fois par semaine par l'intermédiaire d'un centre. Techniquement je l'avais tout le temps, 24 heures sur 24. Les autres étaient un week-end sur deux chez leur papa, donc pratiquement tout le temps avec moi aussi. Le handicap de la deuxième a vraiment fait le vide autour de moi. C'est une condition très particulière, dans le domaine du handicap, très souvent les mamans se trouvent seules. Certaines ont la possibilité d'avoir du soutien familial, mais moi, rien. Il y a eu un éloignement, jamais on m'a proposé de venir ne serait-ce qu'une demi-heure pour surveiller et que je puisse prendre un bain tranquille ou aller faire des courses. »

Souvent ininterrompue, la charge mentale dépasse le simple quotidien et prend la forme d'une projection constante. « La notion de « charge mentale » souligne le poids de cette gestion globale, sa complexité croissante et ses contraintes, mais aussi la pluralité des

compétences cognitives qu'elle mobilise. Des capacités mentales de gestion et d'organisation mais aussi de prévision, de mémorisation, de coordination, de réponse aux imprévus. Elles supposent aussi la maîtrise des temporalités multiples propres aux activités de chacun, leur agencement au sein de l'espace global couvert par leurs lieux de vie où s'inscrivent aussi différentes mobilités. Il s'agit en outre de capacités d'empathie, de disponibilité affective pour maintenir en bon état physique et moral les membres de la famille, sur le court et le moyen terme », tel que le suggère Monique Haicault dans « La charge mentale. Histoire d'une notion charnière (1976-2020). » Ce faisant, même lorsque le père héberge occasionnellement les enfants, ce sont en grande partie les mères qui se chargent de tout préparer, de tout penser avant et pendant le séjour. À ce titre, Charlène réfléchit à voix haute : « les hommes ne s'occupent pas autant des choses que nous, c'est vrai que je dois penser à tout, je dois quand même beaucoup anticiper : pour l'école, les rendez-vous médicaux, acheter certaines choses, je m'occupe de tout ce qui va être administratif. Tout ce côté-là je suis un peu toute seule parce qu'il est pas forcément dedans, il sait pas. Les cours de danse cette année c'était le mardi soir et elle est chez son papa. Lui travaille, c'était compliqué donc le mardi, même si c'est sa semaine, je m'arrange pour aller la chercher à l'école et l'emmener à la danse. Lui ne s'est jamais, on va dire, trop inquiété de ça ou il ne sait jamais. Il a dit 'sinon elle arrête la danse' parce qu'il ne voulait pas forcément se prendre la tête. Je ne vais pas l'empêcher, sa professeur dit en plus que c'est une super élève, ce serait dommage qu'elle arrête. Ils ne sont pas trop là-dedans. Oui, je pense qu'ils ont du mal à se rendre compte de tout ça. Il est vite dépassé, il oublie, c'est moi qui gère un peu. »

2.2. Épuisement continu et isolement social

Dans le roman *Poupée Volée* d'Elena Ferrante, l'héroïne et narratrice se souvient de sa mère : « Une fois, deux fois, trois fois elle nous a menacées, nous ses filles, de s'en aller : vous vous réveillerez un matin et je ne serai plus là. Je me réveillais tous les jours en tremblant de peur. En réalité elle était toujours là, mais dans ses propos elle disparaissait sans arrêt de la maison. » Dans le film éponyme, cette protagoniste incarnée par Olivia Colman décrit avoir abandonné ses filles pendant trois ans et confie un soulagement teinté de culpabilité. Elle aurait « essayé de ne pas exploser jusqu'à exploser. » Le livre et l'adaptation cinématographique résonnent un peu en écoutant les récits. Non pas parce que certaines interrogées auraient envisagé de partir mais parce que le répit voulu à travers cet abandon se

fait attendre, voire est inaccessible. Sans cesse, la charge maternelle et domestique assurée en l'absence de second partenaire apparaît comme une expérience particulièrement éprouvante.

À en croire les confidences, nerfs, corps et esprits semblent mis à rude épreuve sur le long terme. Béatrice, qui fait état d'une grande fatigue et se repose exclusivement chaque soir une demi-heure devant la télé, rêve de vacances : « Prendre une semaine uniquement pour moi, juste une semaine dans l'année juste pour ma pomme. Ce genre de vacances, c'est forcément loin de chez moi. C'est forcément loin, même si psychologiquement je serais incapable de ne pas appeler mes enfants le soir, ça c'est quelque chose que je ferais, normal. Mais partir loin, pour couper. Je sais pas où aller, j'en sais rien. Ou même pas loin, peu importe, mais seule où j'emmène des bouquins et je ne pense qu'à moi. C'est juste très très fatigant. » En définitive, une coupure pour revenir plus en forme : « je suis en train de me rendre compte que là je suis épuisée et que c'est pas possible. Je ne peux pas, moi, être épuisée et gérer les enfants. Ça veut dire qu'à un moment donné il faut que je m'occupe de moi pour pouvoir m'occuper de mes enfants. Donc je suis très contente qu'ils partent en vacances, je vais pouvoir m'occuper de moi. À leur retour ils vont retrouver leur mère apaisée. » Béatrice est loin d'être la seule dans ce cas de figure, bien au contraire, la fatigue ressort à chaque entretien. Carole, entre autres, regrette l'impossibilité du relâchement : « il y a des moments de désespoir, tu te dis que tu vas pas t'en sortir, c'est terrible cette impression d'être un peu une esclave quoi, tu travailles toute la journée, tu rentres le soir, tu fais le linge, la bouffe, les devoirs, t'as plus de vie. J'avais personne à côté quand je voulais du temps pour moi, il fallait que je paye quelqu'un pour garder mes filles ou que j'attende qu'elles partent en vacances chez leur père, c'est-à-dire la moitié des vacances. »

Dans l'entretien « Il faut faire émerger un féminisme de la condition maternelle », la philosophe Elsa Godart indique que la maternité, durablement « reléguée au registre de l'intime ou du biologique », relève plutôt d'une « expérience existentielle, sociale et politique. » L'épuisement, physique et/ou mental, dépeint au cours des discussions revient sans cesse et pèse par moments au point d'en impacter l'investissement maternel. La contrainte de subvenir entièrement ou largement aux charges, demandes et besoins imposée apparaît difficilement soutenable. « Le quotidien des mères est en effet traversé par une multitude de violences ordinaires. Notre système social, encore fortement empreint de patriarcat, fait ployer les mères sous les injonctions paradoxales : être mères sans cesser d'être femmes ; être de « bonnes » mères pour leurs enfants, présentes et dévouées, sans

renoncer à leur carrière. Résultat, elles se retrouvent enfermées dans des rythmes quotidiens insoutenables, sans cesse écartelées et à bout de souffle. [...] Ce qu'il faut bien comprendre, c'est que la maternité est certes un choix, mais un choix contraint, un choix rendu invivable, un choix de toute façon voué à l'échec. L'hypocrisie sociale vis-à-vis des mères est à son comble. Derrière les discours élogieux sur l'égalité et la maternité se cache une mécanique de l'épuisement. Le « regret maternel » mis en avant actuellement est à mon avis le symbole même de cette hypocrisie sociale : je ne pense pas que ces mères regrettent de l'être devenues, je pense qu'elles n'en peuvent tout simplement plus de ce que la société leur impose », argumente Elsa Godart.

Dans les situations les plus complexes, les tâches à accomplir deviennent quasi robotiques. Dans les plus ordinaires, la disponibilité et l'énergie manquent souvent pour s'investir dans autre chose ; activités et divertissements, demandes de droits indispensables mais laborieuses, projets futurs ou relations sociales passent au second plan. Quelques-unes reconnaissent ne pas en avoir le temps, mettent en évidence une démotivation. D'autres, décrivent des émotions à fleur de peau qui les rendent presque inaptes à rencontrer ou à recevoir du monde, par exemple. De surcroît, nombre peinent à retrouver un partenaire, à refaire leur vie ou même à l'envisager, tandis que leurs anciens compagnons sont, quant à eux, pratiquement tous de nouveau en couple. Se dégage dans ces observations un surmenage notable auquel les mères ne peuvent échapper. Peu importe sa forme ou son intensité, la plupart des témoignages ne sont pas exempts de ce surmenage corporel et psychique. Par manque de disponibilité, d'énergie ou d'entourage, émerge un renfermement et un isolement social qui s'exprime de façons diverses – de la plus supportable à la plus délicate.

2.3. Burn-out, dépressions, addictions...

Initialement non envisagés en amont de la recherche et donc non abordés par le questionnaire, différents troubles psychiques, tels qu'un état anxieux ou dépressif se sont révélés au fur et à mesure de plusieurs discussions. La sensation d'épuisement récurrente, ainsi que l'isolement social – qu'il soit choisi ou subi – constituent des facteurs propices à certaines souffrances, quand ils n'en sont pas les symptômes. La fatigue entraîne une saturation émotionnelle dont la perte de contrôle conduit à une profonde altération de l'équilibre psychologique. S'agissant d'une réalité partagée par de nombreuses enquêtées,

cette dimension s'est finalement imposée comme un aspect fondamental de l'analyse. Fatigue, burn-out, dépression... ces termes reviennent plus d'une dizaine de fois au cours des rencontres. Les entretenues et ce, presque sans exception, reconnaissent avoir traversé des périodes particulièrement compliquées concernant leur santé mentale. Fin 2024, l'enquête *L'état de la maternité en Europe* de Make Mothers Matter menée à l'échelle européenne recense que 50 % des mères de l'Union Européenne déclarent des troubles de santé mentale. En tête, 54 % des mères belges disent en souffrir.¹⁹ Tâches domestiques largement assumées seules, situations professionnelles insatisfaisantes, instabilité financière ou sentiment de non-reconnaissance sont autant de facteurs de risque et de déterminants sociaux à ces mal-être, selon les observations de l'ONG. Si cette enquête ne cible pas spécifiquement les mères isolées et qu'aucun chiffre officiel ne mesure leur santé mentale en particulier, il faut toutefois noter que les facteurs de risque mentionnés – pouvant être exacerbés dans les situations monoparentales d'après l'examen – les rendent d'autant plus vulnérables aux troubles psychiques.

Nombre d'interrogées déplorent un quotidien rythmé par une multitude de responsabilités inévitables, permanentes et parfois réalisées quasi mécaniquement. La lassitude propre à cette responsabilisation engendre dans certains cas des syndromes dépressifs. Durant l'entretien, Ariane détaille : « j'ai commencé à faire d'énormes crises d'angoisse en prenant les transports. Je me suis dit 'okay, je vais pas très bien'. Après j'ai carrément fait une dépression, j'ai été super suivie par mon travail, ça a duré des années, j'ai dû voir un psy. En fait, mon corps s'est dit 'là c'est plus possible, tu ne peux pas assumer ça' et il a lâché. Je vais avoir 45 ans en août, j'ai repris l'avion il y a un an, je ne prenais même plus l'avion, mon cerveau s'est dit 'non c'est pas possible, tu ne peux plus faire ça.' Il s'est vraiment mis en pause et je pouvais plus. J'ai travaillé mais je suis restée dans tout ce qui est confortable, pas loin de chez moi, je ne partais pas spécialement en vacances très loin. Les gens ne se rendent pas compte que ton cerveau est en mode pilote automatique. Tu te lèves, t'habilles ton enfant, tu lui donnes à manger, tu l'emmènes à l'école, tu prends le train, t'arrives au travail. Le midi tu manges rapidement parce que t'as pas trop de sous donc tu t'es fait un truc vite fait. Tes collègues, en plus, c'est pas de leur faute mais ils racontent leur vie incroyable. 'Tiens, je vais aux Bahamas au mois d'août et toi tu fais quoi ?' 'Bah rien.' Tu te

¹⁹ Make Mothers Matter. (2025, 30 juin). *Nouvelle enquête européenne : les mères belges en tête pour la dépression périnatale et l'épuisement maternel* [Communiqué de presse]. https://makemothersmatter.org/wp-content/uploads/2025/07/Communiqué-de-presse-MMM-_-L  tat-de-la-maternité-en-Europe-2024.pdf

prends ça toute la journée et le soir tu restes pas boire un verre, tu reprends le train, t'es en retard, tu appelles la nourrice et tu arrives il est 21 heures, c'est fatigant. Et tu repars le lendemain matin tôt. À un moment, ton corps ne veut plus de ça. » De son côté, à la suite de son divorce, Jeanne a perdu contact avec sa belle-famille dont elle était très proche. Pour compenser la perte et le sentiment de solitude, elle s'est réfugiée dans le travail jusqu'à être victime d'un burn-out : « fin août ça fera deux ans que je suis en arrêt pour burnout. Du jour au lendemain, j'arrivais plus à réfléchir, je pouvais plus écrire un mail. J'ai d'abord posé des congés, je suis partie en vacances. Pendant le séjour je ne me rappelais même plus que j'avais dit bonjour à mon fils dix minutes avant, donc je ne me voyais pas retourner au travail. En fait, tu peux plus te concentrer, ton cerveau est en *blackout*. Tu sais plus, tu fais des choses, tu te souviens même plus tu les as faites parce que tu n'es pas conscient de ce que tu es en train de faire. Tu es complètement déconnecté, c'est chaud. Tu ne peux plus réfléchir. »

Se précise ainsi l'hypothèse d'un lien de causalité entre l'expérience de la fatigue, de la solitude et de la charge chez les mères seules et les manifestations de certaines détresses psychiques. L'article Le syndrome de burnout ou d'épuisement maternel : une revue critique de la question apprend : « il y aurait des éléments communs entre le rôle des parents et celui des salariés travaillant au contact de l'humain. Après avoir longtemps travaillé sur le burnout professionnel, Guéritault s'est intéressée à l'adaptation de ce concept au vécu des mères. Cette auteure soutient que le burnout maternel serait comparable en tous points au burnout professionnel et suivrait les mêmes étapes de développement : l'épuisement physique et émotionnel, la dépersonnalisation et le reniement des accomplissements passés, présents et futurs. Ses recherches qualitatives, suite à sa thèse sur le burnout professionnel, se sont nourries de nombreux témoignages de mères en souffrance (Guéritault, 2004). Elle a mis en exergue le fait que les mères déploient quotidiennement une énergie débordante pour leurs enfants qui se traduit par la patience, la tolérance, la résistance à la frustration, la capacité à gérer les conflits, l'écoute, le calme, la résistance physique à la fatigue, le dynamisme et la bonne santé. Il ressort également des témoignages une grande culpabilité des mères vis-à-vis des émotions négatives qu'elles pouvaient ressentir envers leurs enfants. »

Pour Diane, la précarité, l'isolement et l'arrêt forcé de son activité professionnelle du fait d'un manque d'accompagnement institutionnel pour sa fille en situation de handicap ont engendré une dépression suivie d'une addiction progressive qui a duré plusieurs années : « j'ai vraiment eu une dégradation de ma qualité de vie et ça a été très difficile. J'étais en

dépression, j'ai eu recours à l'alcool pour tenir le coup le soir. Je buvais de la bière forte mais en quelques mois je suis devenue dépendante. Je suis abstinente depuis presque onze ans mais j'en ai été dépendante pendant des années. La journée se terminait, j'étais tellement fatiguée, il fallait tenir le coup jusqu'au soir. Et j'avais l'impression qu'en buvant un coup comme ça, ça me donnait un coup de fouet. Quand on se retrouve seule avec des enfants dans une société qui n'est pas n'est pas soutenance et qu'on n'a pas de ressources ou de famille autour de soi, on est vraiment très mal. Ça a été très compliqué. On n'a plus d'amis, on ne voit plus personne. J'ai été en dépression et l'addiction s'est installée sur deux ans. Je le cachais. Il m'a fallu encore deux ans pour trouver le moyen de m'en sortir. Parce que je me suis retrouvée seule. Ça s'est fait graduellement, je ne suis pas devenue dépendante du jour au lendemain. »

3. De la violence intime à la violence globale

3.1. Maternité idéale

Le concept de « situation » théorisé par Simone de Beauvoir dans *Le Deuxième Sexe* appréhende le devenir-femme et la féminité comme une construction sociale et non un destin biologique. Dans cette perspective, diverses normes et attentes définissent le féminin, tandis que de multiples conditions matérielles et structurelles d'existence déterminent son rôle social. Ainsi, la différenciation sexuelle se fonde moins sur la biologie et l'essence que sur des caractéristiques culturelles, politiques, économiques... Partie intégrante de ce processus de socialisation global, l'instinct maternel doit également se penser selon ce principe constructiviste. Loin d'être une prédisposition naturelle, l'instinct maternel est avant tout affaire de normes et d'attentes sociales à respecter. Parmi elles, la dévotion de la mère à l'enfant s'apparente à un idéal de la bonne mère. Pour autant, cette conception naturaliste tend autant à exiger qu'à déconsidérer les actes et pratiques de la maternité.

En considérant ces idées, la philosophe Elsa Godart précise dans l'article « Il faut faire émerger un féminisme de la condition maternelle » : « mon livre se veut un *Deuxième Sexe* de la maternité. L'enjeu n'est plus seulement de déconstruire les normes patriarcales mais de faire émerger un nouveau paradigme, que j'appelle le « maternisme » : une forme de

féminisme de la condition maternelle. Cette révolution sociale – car c’est bien de cela qu’il s’agit – consisterait à faire du sujet maternel un sujet politique, véritablement libre et à égalité avec tout autre sujet, en théorie comme en actes. Cela supposerait de cesser les mécanismes de déconsidération et une démarche sociale de gratitude et de reconnaissance qui valorise les mères pour les soins et le soutien qu’elles apportent à leurs enfants, mais aussi pour leur contribution essentielle à la continuité, à la stabilité et à la cohésion de la communauté, c’est-à-dire pour leur « œuvre ». Cette « matrophilie » pourrait être envisagée comme une forme de responsabilité collective envers celles qui assurent la responsabilité première de l’enfant, dont dépend l’avenir commun. »

Réside au centre de cette thématique le principal postulat que la pluralité des charges inhérentes à la famille diffèrent selon le genre. Dans un cadre reposant sur des normes hétérosexuelles, les responsabilités familiales semblent a priori différemment attribuées et accomplies par les mères et les pères. De manière historique, théorique et pratique, la supposition d’un instinct maternel assigne les mères à répondre à des besoins de nature émotionnelle et privée, par opposition aux pères, dont la fonction de pourvoyeur satisfait essentiellement des préoccupations matérielles et publiques éloignées du foyer. Mobilisables dans le cadre de cette analyse, les travaux du féminisme matérialiste expliquent notamment comment le travail reproductif et invisible résulte principalement d’attentes sociales distinctes. Il faudrait, pour répondre à un idéal de la bonne maternité, se rendre disponible et prioriser les exigences domestiques.

Dans « Par où attaquer le « partage inégal » du « travail ménager » ? », Christine Delphy soumet : « si l’idée que les femmes doivent être au service des hommes commence à être mise en question, l’idée que seules les mères, ou principalement les mères doivent s’occuper des enfants n’est pas remise en cause. Dans la loi, la coutume et plus généralement la culture occidentales, les droits et les devoirs afférents aux enfants reviennent aux deux parents de manière indivise. Cependant, ce sont les femmes qui assument l’essentiel des devoirs vis-à-vis des enfants en ce qui concerne les soins matériels à leur apporter – ce que j’appelle l’entretien – leur éducation et leurs loisirs. Si les hommes bénéficient directement d’une partie du travail ménager des femmes, une grande partie de celui-ci est cependant absorbée par les soins aux enfants, justement dans la mesure où les femmes assurent leur part plus celle de l’autre parent. En dépit d’amorces de changements dans les responsabilités matérielles des pères, on constate dans les emplois du temps que les femmes conservent le

monopole des tâches non gratifiantes, tandis que même les « nouveaux pères » se réservent les jeux avec les enfants. Par ailleurs, devenir mère est un élément déterminant de statut social, de respect par son entourage, pour une femme ; mais cet avantage est mitigé par le soupçon qui pèse sans cesse sur elle qu'elle ne mérite pas son statut, qu'elle n'est pas une *assez* bonne mère. Une pression constante venant tant de l'entourage proche et lointain, des services sociaux, que de l'État, s'exerce sur les femmes à cet égard. Elles n'ont en conséquence pas vraiment de moyens de faire à leur tour pression sur leur conjoint pour qu'il accomplisse sa part, car cela est interprété comme le souhait de se « désengager » des soins à l'enfant, et la preuve qu'elles ne sont pas de bonnes mères. »

En se référant à ces arguments apparaît l'idée qu'un ensemble d'éléments sociaux, culturels, historiques attribuent des rôles genrés et distincts qui prescrivent généralement un idéal de la bonne maternité mais plus rarement, si ce n'est jamais, un idéal de la bonne paternité. Le rapport à l'enfant et la gestion de la parentalité s'imprègne et se vit de manière dissemblable au sein du couple parental. L'idéal maternel contraint et responsabilise les mères dont les conduites socialement acceptées et adoptées ne sont pour autant que peu reconnues puisqu'allant de soi. Le soupçon du désengagement – pour reprendre les formulations de Christine Delphy – traduit la place prépondérante du statut maternel et la manière dont les injonctions le définissent et le conditionnent. En définitive, tout désinvestissement ou défaillance vis-à-vis de celui-ci pourrait exposer à un regard social critique.

3.2. Mères à temps plein et pères démissionnaires

Ce regard social critique quant à l'idéal de la maternité pressurise sans doute la condition maternelle et la manière dont elle s'exerce. Si Elsa Godart et Christine Delphy aident à concevoir la condition de mère et d'épouse en une position politique construite et contrainte par l'évaluation sociale, les mères seules peuvent être d'autant plus sujettes à la désapprobation. Dans leur cas, l'entrave de deux normes essentielles – la fin de la famille et le développement des enfants hors de celle-ci – engendre des formes de stigmatisations spécifiques. Qu'il s'agisse d'incompréhension ou d'appréciation au sens strict du terme, l'isolement social abordé en seconde partie de la recherche résulte quelquefois d'une perception extérieure de la conformité aux attentes. À propos de la famille premièrement, quelques interrogées font état d'une certaine réprobation ou d'un présupposé de

responsabilité vis-à-vis de leur situation. Mises en cause ou tenues pour fautives, elles laissent entrevoir une disqualification de leurs vécus postérieurs aux séparations. Deuxièmement, l'engagement maternel fait régulièrement l'objet d'un jugement. En l'occurrence, Sophie, qui a la garde exclusive de ses deux enfants en bas âge, regrette : « j'ai l'impression de toujours devoir faire plus ou mieux que les autres, de devoir rendre des comptes. » Cumulant deux emplois et un enfant à temps plein, Ariane ironise un peu irritée : « tu arrives à la kermesse, tu as acheté un gâteau de supermarché, et elles, elles sont là avec des tartes, des meringues, 't'as pas eu le temps ?' 'bah non j'ai pas eu le temps' et là on te dit 'mais tu sais dans le gâteau il y a des produits allergènes' C'est lourd. Je pense qu'aujourd'hui c'est peut-être pire parce qu'il y a un gros retour des *tradwives* et des femmes qui se mettent à refaire du bio, du fait maison, des gâteaux sains, qui passent des heures en cuisine et font attention à ce qu'elles donnent à leur famille. Ça devient pire pour les mères qui n'ont pas le temps. Quand j'achetais des petits pots on me disait 'mais tu prends des pommes de terre, tu les fais cuire, tu les écrases.' C'était pas de la mauvaise volonté, quand t'es isolé, tout le temps au travail, c'est compliqué. »

Par ailleurs se joue des formes de maternité intensive et de travail émotionnel important qui, liés à la disponibilité maternelle historiquement et culturellement prescrite, touchent plus fortement les mères seules. Concernant la maternité intensive, Sharon Hays explicite dans *The Cultural Contradictions of Motherhood* : « le modèle culturel contemporain de la maternité socialement valorisée prend la forme d'une idéologie de la « maternité intensive ». Cette idéologie est un modèle marqué par le genre qui incite les mères à consacrer énormément de temps, d'énergie et d'argent à l'éducation de leurs enfants. Dans une société où plus de la moitié des mères ayant de jeunes enfants exercent désormais une activité professionnelle hors du foyer, on peut légitimement se demander pourquoi notre culture exerce une telle pression sur les femmes pour qu'elles s'investissent autant dans l'éducation de leurs enfants. Par ailleurs, dans une société où la logique du profit personnel semble régir les comportements dans tant de domaines de l'existence, on peut également s'interroger sur les raisons pour lesquelles une logique de soin désintéressé guide les agissements des mères. Ces deux phénomènes déroutants constituent ce que je nomme les contradictions culturelles de la maternité contemporaine. » Cette tension précisée par l'autrice pénalise davantage les mères seules qui devraient se rendre disponibles pour les enfants, tout en veillant à la survie économique du ménage – à plus forte raison si aides limitées ou inexistantes. Devoir concilier diverses dimensions (maternelles et salariées, entre autres)

s'avère néanmoins à peine réalisable sans quelque accompagnement ou soutien. « La grosse difficulté, c'est de savoir s'organiser. Et de savoir un peu faire semblant. Quand tu arrives face aux mères ou à ton travail, tu ne peux jamais craquer. Parce que si tu craques, tu te mets à chialer, ils vont faire 'ah d'accord, ça c'est typiquement les femmes, ça pleure tout le temps.' Sauf que non, c'est juste que c'est dur ce que tu vis, tu vois, faut être tout le temps très forte. Parfois, tu as l'impression que si un jour tu montres que juste tu craques et que tu n'es pas invincible, tu vas avoir un retour », dit Ariane.

Il faut ajouter à cela que l'idée de considération genrée de la parentalité clarifie le choix d'une recherche exclusivement orientée sur la question des mères seules. À la lumière d'une lecture globale, l'implication parentale imposée dans un cas, négociée dans un autre, suggère que les mères devraient l'être à temps plein, tandis que les pères pourraient être démissionnaires. Cette proposition conduit à la fois à expliquer la prédominance des mères dans la monoparentalité et à indiquer que l'expérience de celle-ci varie selon le genre. En cause, une combinaison de mécanismes d'assignation et de discrimination qui façonne des réalités contrastées. Pour Ariane, une nouvelle fois, « l'échelle de valeur n'est pas du tout la même. » En ce sens, elle développe : « t'es une maman donc t'es obligée de savoir faire des purées de carottes. Une femme sait faire des purées de carottes. On m'a accablée parce que j'ai acheté des petits pots. J'ai la flemme, je n'ai pas envie pendant le peu de temps qu'il me reste de mixer des légumes pendant quatre heures. Je pense que si demain un mec fait une purée de carottes, laisse tomber, il passe sur BFM : 'cet homme ordinaire a fait une purée de carottes.' » Diane, sensible à « la violence de genre derrière la monoparentalité », s'étonne néanmoins d'avoir félicité un chauffeur de taxi élevant seul ses deux filles : « quand un homme est seul, d'abord, il est encensé par l'entourage. Comme moi qui ai félicité ce monsieur qui garde ses deux enfants. Moi jamais on m'a félicité parce que je gardais mes filles, jamais on m'a félicité parce que je m'occupais d'elles. Pire, leur père disait : 'oui, mais votre maman a l'habitude.' Mais je n'ai jamais eu l'habitude. En fait, pour les femmes qui se retrouvent seules avec leurs enfants, ce serait presque normal parce qu'il y a cet instinct maternel qui serait naturel, qui existerait. Quand les hommes partent, à la limite, on les excuse encore, on ne trouve pas ça bien mais on ne les accable pas. Si la mère dit 'je veux privilégier ma carrière, le mari n'a qu'à s'occuper des enfants et moi je les prends un week-end sur deux' Quelle mauvaise mère, tout le monde la juge comme si les femmes étaient naturellement disposées à s'occuper des enfants et que si les hommes partent, c'est parce qu'ils ont moins cet instinct-là, ils ont moins cet amour. »

3.3. Les femmes et les enfants d'abord

La dimension émotionnelle représente une part importante de la maternité et apparaît relativement exacerbée pour les mères seules. Le manque d'accompagnement dont souffrent les plus isolées d'entre elles renforce l'exigence à maîtriser les affects. Outre ce constat, le travail émotionnel propre à leur situation engage également une certaine responsabilité vis-à-vis du rapport aux pères. Dans une certaine mesure, l'idéal de la bonne maternité incite à maintenir une relation positive de l'enfant à la figure paternelle ou, du moins, à la préserver. Et ce, fréquemment malgré les motifs des séparations qui les auraient affectées. Selon la sociologue Arlie Russell Hochschild, le travail émotionnel est différent de la « suppression » ou du « contrôle » émotionnel. Ces deux derniers termes suggèrent un effort orienté, seulement dans le dessein de réprimer ou d'empêcher un sentiment. Le « travail émotionnel » fait référence de façon plus large à l'acte qui vise à évoquer ou à façonner, ou tout aussi bien à réprimer un sentiment.²⁰ En ce sens, dépassant parfois leurs propres ressentis, beaucoup des mères interrogées paraissent s'astreindre à faire en sorte de conserver une bonne image des pères et des liens avec ces derniers hors de la famille nucléaire. La mise en place de ce travail émotionnel spécifique entend garantir un cadre propice à l'épanouissement des enfants. Une partie des mères rencontrées suggèrent éviter de laisser transparaître leurs difficultés ou de dissimuler des tensions qui pourraient exister. En définitive, les conflits parentaux sont évacués afin de ne pas interférer dans le rapport pères-enfants.

Cet enjeu, comprenant souvent une invisibilisation des défaillances paternelles, résulte d'une inquiétude quant à l'absence de modèle masculin perçu comme un repère indispensable. Au sein des situations relatées, la minimisation ou l'occultation des insuffisances de la part des pères peuvent, entre autres, constituer à taire ou à relativiser un soutien déficitaire, une présence irrégulière, un départ prématuré et même des abus dans le cadre de la relation parentale. Malgré des violences psychologiques subies pendant et après son union, Sandrine atteste : « peu importe ce qu'il a pu se passer, c'était impensable que les enfants ne voient plus leur père. » Dans d'autres configurations, lorsque la présence du père n'est plus envisageable, certaines, à l'instar de Béatrice, réfléchissent à des alternatives : « Je sais que mon fils a besoin de son père. Tu comprends, moi, j'y connais rien au foot alors qu'il

²⁰ Hochschild, A.-R. (2003). Travail émotionnel, règles de sentiments et structure sociale. *Travailler*, 9(1), 19-49.

pouvait en parler des heures avec son père. Qui va être la figure masculine maintenant dans la maison ? Il va avoir neuf ans au mois de juillet, il va se passer quoi après ? Qui va être sa voix paternelle à part mon père qui vient pratiquement jamais mais qu'on a au téléphone ? Est-ce qu'il va falloir que je commence à inviter mes collègues à la maison ? Mais ces hommes-là, ils ne sont pas là pour discuter avec mes enfants. C'est vrai que je me pose très sincèrement la question : je vais avoir qui pour mon fils, qui pour qu'il ait une figure masculine dans sa vie ? » La crainte d'un manque ou d'une souffrance de l'absence de référence paternelle et/ou masculine chez les enfants entraîne une charge mentale et émotionnelle spécifiques aux mères seules. Au cours des entretiens, cette thématique laisse apparaître des questionnements récurrents somme toute peut-être hérités d'une socialisation genrée ou d'une réserve à satisfaire deux rôles a priori distincts.

La question de la dimension émotionnelle se joue aussi dans les rapports directs entre mères et enfants. Pour continuer cette réflexion, il faut noter que les diverses difficultés auxquelles sont confrontées les mères seules compliquent la charge maternelle. Avant tout peuvent survenir des états d'irritabilité et de colère qui se manifestent quelquefois involontairement contre les enfants. « Il me parle et moi je suis fatiguée, j'en ai marre, j'ai qu'une envie c'est de hurler. À un moment donné, je ne suis pas gentille avec lui. Et ça, ça me coûte énormément », avoue Béatrice. Sandrine constate une réalité sensiblement similaire : « Le soir je n'ai pas envie de bruit, j'ai envie de silence, de ne rien entendre. Dans ces moments-là, je sens que je pourrais m'énerver. » Les déclarations d'Agathe corroborent les premières confidences : « tu dois être beaucoup plus présente en fait, c'est-à-dire que quand tu rentres du travail et que t'as un enfant, il faut que tu t'en occupes, il faut qu'il dorme, etc... t'es beaucoup plus sur les nerfs. Il y a des fois où j'ai pété les plombs, en plus j'étais jeune donc c'est pas facile. » Ayant connu un sentiment d'isolement intense, Danielle pousse quelque peu le raisonnement en abordant la question des infanticides, dont des affaires survenues en Belgique : « Je crois que c'est un recours. Franchement, pour qu'une bonne mère, une mère suffisamment bonne arrive à tuer ses enfants ou à se tuer, c'est pas possible. Une société civilisée se mesure à sa capacité à s'occuper des personnes les plus vulnérables et les plus faibles, donc notre société n'est pas civilisée pour ça. »

Dans « Les mères qui sont blessées par la vie », second chapitre de l'ouvrage *Quand la mère est absente*, la psychologue Hélène Romano documente : « Prisonnières de la fatigue, du stress, ces femmes ne veulent aucun mal à leur enfant, mais ne sont plus suffisamment

disponibles pour répondre à ses besoins et assez patientes pour contenir ses inévitables débordements. Cet enfant les désoriente, les agresse par le sentiment d'impuissance qu'il leur renvoie. Elles tentent de s'adapter, de s'organiser, de trouver des relais, mais n'y arrivent pas, ce qui les conduit à avoir des comportements irrationnels qui ne font qu'aggraver ceux de l'enfant. Leur incapacité à répondre de façon adaptée les accable et elles ne parviennent plus à s'inscrire positivement dans une relation harmonieuse avec lui. Elles répondent « à côté » de ses besoins, voire n'y répondent plus du tout. » Cet extrait permet de comprendre comment la vulnérabilité propre aux mères seules crée des conditions de vie défavorables et peut significativement les atteindre ou affecter leurs rapports à leurs enfants.

Conclusion

En définitive, la surreprésentation des mères en situation de monoparentalité et les difficultés rencontrées par celles-ci ne sont qu'une convergence de diverses violences de genre structurelles. Il y a là l'évidence de deux phénomènes imbriqués : les violences de genre contribuent à la monoparentalité féminine et se révèlent, voire s'aggravent, dans son vécu. Autrement dit, si la monoparentalité exacerbe certaines réalités genrées, elle ne produit toutefois pas une précarité prononcée, une charge mentale accrue ou une souffrance particulière mais les révèle de manière significative. Les problématiques des mères isolées sont peut-être simplement une caractérisation de ce qui organise la société et de ce qui fait norme au sein de la famille : injonction à la bonne maternité, division sexuelle du travail, charge maternelle et domestique davantage marquée, interruption ou irrégularité des carrières, priorisation des besoins des enfants... s'articulent en autant de facteurs de responsabilisation et, par conséquent, de paupérisation des femmes. S'il faut dire que les pères isolés existent aussi, il faut nuancer que les réalités des deux expériences de la monoparentalité paraissent néanmoins distinctes. Par cette recherche, il s'agit avant tout de pointer un ensemble d'inégalités de genre constitutives des problématiques rencontrées par les mères seules.

Au-delà de considérer une définition générale de la monoparentalité incomplète puisque invisibilisant une majorité de mères seules confrontées à des insécurités socio-économiques marquées, la recherche laisse apparaître les mécanismes en cause dans ces difficultés données. L'examen s'articule et fait un lien entre trois axes distincts mais imbriqués : la précarité économique, la charge mentale et ses enjeux psychiques, ainsi que la violence symbolique à l'encontre des sujets étudiés. Les éléments théoriques relatifs à la division sexuelle du travail ont permis de démontrer de quelle manière certaines contraintes, créées dans le cadre du couple parental et héritées de celui-ci, s'amplifient. En conclusion, le travail reproductif assumé en grande partie par les femmes offre un terrain propice à leur appauvrissement après les séparations. La conception historique et culturelle de l'instinct maternel et la plus forte assignation à la sphère privée tient en priorité les femmes pour responsables des tâches domestiques, de soin et d'éducation. En conséquence, outre un éventuel facteur de discrimination à l'embauche et en emploi, les charges parentales

inégalement réparties dans le couple conduisent majoritairement les mères à connaître des irrégularités de carrières professionnelles qui limitent en conséquence leur niveau de vie.

Si la problématique s'est initialement orientée sur la précarité financière des mères seules, les résultats démontrent bien d'autres éléments qui sous-tendent leur réalité. À la vulnérabilité économique qui constitue une difficulté importante et récurrente face à laquelle les mères doivent faire preuve d'organisation, et même de privation dans les cas les plus critiques, s'ajoute l'intensité du quotidien. Charge mentale importante et quotidienne, sensation d'une impossibilité de répit, éloignement social, fatigue conséquente exposent les mères à un environnement à risque pour leur santé psychologique. Fragilisées, elles semblent plus susceptibles d'être victimes d'anxiété, de burn-out, de dépression, d'addiction. Si les vécus et ressentis de ces troubles sont différents, les facteurs susceptibles d'altérer l'état psychique listés en amont reviennent régulièrement au cours des entretiens. L'absence de relais, le manque de soutien dans la prise en charge du quotidien ou l'éloignement des proches amènent à une solitude émotionnelle et/ou sociale spécifique.

Ce contexte particulier s'accompagne d'une pression à correspondre à l'idéal de la bonne mère. Dans le cas des mères seules apparaît quelquefois le refus des plaintes et des relâchements au risque d'un regard extérieur critique qui contraint et conditionne une maternité intensive de mise. Cette perspective laisse entrevoir une violence intime et individuelle dépendante d'une violence globale et symbolique à l'encontre des mères, touchant davantage celles qui sont les plus isolées, d'après les données recueillies. De cet enchaînement d'inégalités et de cette imbrication des rapports sociaux de sexe qui compromettent l'épanouissement des mères seules, et par extension de leurs enfants, se dégage la confirmation d'une situation résultant de multiples violences de genre et constituant elle-même une modalité de la violence de genre.

Comme mentionné dans la partie méthodologique, l'analyse proposée comporte cependant certaines limites. Parmi elles, la taille réduite de l'échantillon et son homogénéité relative permet d'apporter un premier éclairage de l'objet d'étude mais ne donne pas à voir une diversité conséquente. En découle ainsi une impossibilité de proposer une lecture intersectionnelle pourtant particulièrement essentielle dans le cadre des études de genre et, plus largement, des sciences sociales. L'absence de discussion avec des travailleur·euses sociaux·ales doit également être notifiée dans l'éventualité où elle aurait pu contribuer à mieux appréhender les ressources, les dispositifs d'accompagnement ou encore les

dispositions administratives disponibles. Néanmoins, puisqu'il faudrait protéger les femmes et les enfants d'abord, comment lutter contre ces situations de vulnérabilités particulières ? Comment les prendre en compte de façon efficiente ? Comment les politiques peuvent-elles intervenir et quels sont leurs manquements ?

Bibliographie

Algava, É., Buisson, G. et Toulemon, L. (2023). Chapitre 1. Les « familles monoparentales » : une catégorie statistique bien établie, assortie de nombreuses limites. Dans M. Le Pape et C. Helfter Les familles monoparentales : Conditions de vie, vécu et action publique (p. 27-58). La Documentation française. <https://doi.org/10.3917/ldf.marie.2023.01.0027>.

Bessière, C., & Gollac, S. (2020). *Le genre du capital : Comment la famille reproduit les inégalités*. La Découverte.

Bufano, R. (2023). *La mère citoyenne. Éléments nouveaux sur le droit de vote des femmes pendant la Révolution française*. Annales historiques de la Révolution française, 411(1), 73–97. <https://doi.org/10.3917/ahrf.411.0073>

Comte, F. (1991). 2 - Mère nature. Jocaste délivrée : Maternité et représentation des rôles sexuels (p. 29-36). La Découverte.

<https://shs.cairn.info/jocaste-delivree--9782707120274-page-29?lang=fr>.

Delphy, C. (1998). *L'ennemi principal. Tome 1 : Économie politique du patriarcat*. Syllepse.

Delphy, C. (2003). Par où attaquer le « partage inégal » du « travail ménager » ? Nouvelles Questions Féministes, 22(3), 47-71. <https://doi.org/10.3917/nqf.223.0047>.

Federici, S. (2019). *Le capitalisme patriarcal*. La Fabrique Éditions.

Ferrante, E. (2008). *Poupée volée*. Gallimard.

Galerand, E., & Kergoat, D. (2013). Le travail comme enjeu des rapports sociaux (de sexe). Dans M. Maruani (dir.), *Travail et genre dans le monde : L'état des savoirs* (pp. 44–51). La Découverte.

Godart, E., Propos recueillis par Gravillon, I. (2025). Il faut faire émerger un féminisme de la condition maternelle. L'école des parents, 657(4), 8-11. <https://doi.org/10.3917/epar.657.0008>.

Golan, A. (2026). La mère déléguée, élue du couple parental. *Spirale - La grande aventure de bébé*, 115(2), 119-127. <https://shs.cairn.info/revue-spirale-2026-2-page-119?lang=fr>.

Hochschild, A.-R. (2003). Travail émotionnel, règles de sentiments et structure sociale. *Travailler*, 9(1), 19-49. <https://doi.org/10.3917/trav.009.0019>.

Kergoat, D. (2001). Division sexuelle du travail et rapports sociaux de sexe. In J. Bisilliat & C. Verschuur (éds.), *Genre et économie : un premier éclairage*. Genève: Graduate Institute Publications.

Monique Haicault. La charge mentale. Histoire d'une notion charnière (1976-2020). 2020.

Lanseman, O. (2024). « Les mères seules sont pauvres car elles ne travaillent pas. » Dans Sous la direction de M. Le Pape et C. Helfter *Idées reçues sur les familles monoparentales* (p. 95-102). Le Cavalier Bleu. <https://doi.org/10.3917/lcb.lepap.2024.01.0095>.

Lebert-Charron, A., Wendland, J., Dorard, G. et Boujut, É. (2018). Le syndrome de burnout ou d'épuisement maternel : une revue critique de la question. *La psychiatrie de l'enfant*, 61(2), 421-441. <https://doi.org/10.3917/psy.612.0421>.

Make Mothers Matter. (2025). *L'état de la maternité en Europe 2024 : Nouvelle enquête européenne : les mères belges en tête pour la dépression périnatale et l'épuisement maternel*. Make Mothers Matter.

[https://makemothersmatter.org/wp-content/uploads/2025/07/Communique-de-presse-MMM--
-Letat-de-la-maternite-en-Europe-2024.pdf](https://makemothersmatter.org/wp-content/uploads/2025/07/Communique-de-presse-MMM--Letat-de-la-maternite-en-Europe-2024.pdf)

Meurs, D., Pailhé, A. et Ponthieux, S. (2011). Chapitre 6. Enfants, interruptions d'activité des femmes et écart de salaire entre les sexes. Dans F. Milewski et H. Périvier *Les discriminations entre les femmes et les hommes* (p. 139-162). Presses de Sciences Po. <https://doi.org/10.3917/scpo.milew.2011.01.0139>.

Meurs, D., Pailhé, A. et Ponthieux, S. (2014). 11. Quels effets des enfants sur les rémunérations et carrières des mères ? *Regards croisés sur l'économie*, 15(2), 197-210. <https://doi.org/10.3917/rce.015.0197>.

Romano, H. (2021). *Quand la mère est absente : Souffrance des liens mère-enfant*. Odile Jacob.