

Tenir bon ?

💡 *Sortir de la "résilience toxique"*



*Réflexion située entre France et Corée
point de vue d'une personne adoptée
devenue maman solo.*

On dit souvent aux mères :
"Tu es forte."

Et parfois c'est vrai.

Mais parfois aussi, c'est une manière de dire :

"Tiens bon. Toute seule."

En France aujourd'hui, 1 famille sur 4 avec
enfants est monoparentale.

Et dans plus de 80 % des cas, il s'agit d'une mère.

Derrière ces chiffres, il y a des vies entières qui
tiennent sur un fil :

- la charge pratique et organisationnelle,
- la fatigue,
- l'inquiétude financière,
- l'imprévu qui peut tout déséquilibrer.

Et pourtant,
beaucoup continuent.

Elles “tiennent bon”.

Mais tenir bon n’est pas toujours une victoire.

Parfois, c’est simplement ce qui reste quand le
soutien collectif manque.

Rester dignes.

Mais à quel prix ?

En tant que personne adoptée à l'international
née en Corée du Sud,
je porte une histoire,
un héritage.

Pendant des décennies, de nombreux enfants
adoptés à l'étranger venaient de mères,
souvent poussées par la pression sociale,
à se séparer de leur enfant.

Dans une société marquée par la honte,
être une mère seule pouvait signifier
l'exclusion.

Aujourd'hui,
en France comme en Corée du Sud,
pour plus de 80 % de familles monoparentales,
ce sont des femmes.

Entre la France et la Corée du Sud,
les contextes sont différents.

Mais un phénomène se ressemble.

On admire les femmes qui tiennent.

On admire leur courage.

On admire leur endurance.

Mais on oublie de se demander :

“Pourquoi devraient-elles tenir seules ?”

La résilience devient alors
une **injonction silencieuse**.

**Un système peut continuer à fonctionner tant
que certaines personnes absorbent la pression.**

Comme personne adoptée coréenne
devenue maman solo,
cette question me traverse.

Car derrière l'histoire de l'adoption
internationale,
il y a souvent une réalité encore peu visible :
des mères qui n'ont pas été soutenues.
Pire des systèmes qui ont profité massivement
de leur vulnérabilité.

Des personnes continuent à porter seules ce qui
devrait être soutenu collectivement.

Élever un enfant n'est pas seulement une
affaire privée.

C'est une responsabilité collective.

Une société qui demande aux mères de tenir
sans leur permettre :

du relais,

du repos,

de l'entraide,

des réseaux de soutien,

c'est une société qui repose
sur une résilience forcée "toxique".

Et aucune société durable ne peut tenir
longtemps sur cela.

Peut-être que la vraie question n'est pas :

“Comment les mères solos peuvent-elles tenir ?”

Mais plutôt :

*“Comment une société peut-elle apprendre à
soutenir réellement celles qui élèvent la
génération qui vient ?”*

**Peut-être qu'une prochaine étape sera
d'oser penser puis relier collectivement,
plus d'espaces de soutien,
de légitimité,
de parole,
de légèreté,
d'entraide,
pour les mères solos —
ici comme ailleurs.**

**Des espaces où le soutien,
où le relais et la solidarité deviennent une
force et une attention collective car tout le
monde se sentirait concerné.e.**

**Parce qu'élever un enfant ne devrait jamais
être une épreuve solitaire.**

**Je célèbre déjà cette étape :
reconnaître mes besoins de repos,
de relais, de soutien.**

**Je mets fin à l'isolement de mon vécu
et à l'invisibilisation de celui-ci.**

**Je sors de l'injonction silencieuse
de "tenir bon"
coûte que coûte.**

**Je cesse de me sur-adapter à une société encore
peu pensée pour les mères solos.**

**Peu d'appuis familiaux,
peu de relais...
encore trop souvent,
tout repose sur la personne seule.**

**Demander de l'aide n'est pas toujours facile.
La peur de déranger,
de devoir « rendre » sans le pouvoir,
ou d'être jugée peut conduire à s'isoler encore
davantage.**

**Dans certaines cultures, la solidarité est naturelle
: celles et ceux qui ont plus de ressources
soutiennent celles et ceux qui en ont moins, sans
logique de dette.**

**Vivre dignement, “comme tout le monde”,
ne devrait pas être un privilège.**

**Défendre un droit n’est plus suffisant.
La charge repose encore sur la personne
concernée.**

**Cela devrait continuer
à être un espace d’attention collective.***

**Merci de m’avoir lue,
merci de ton attention.**

*Cette réflexion est arrivée à la suite d'une rencontre pour mamans solos organisée par l'Accorderie du Diois dans le cadre de la programmation du 8 mars, journée internationale de lutte pour les droits des femmes.

Si tu connais des personnes ou des organisations engagées sur le sujet, qui pourraient soutenir cette voix, la diffusion de ce message, je suis à l'écoute.

Et sinon, tu peux soutenir déjà ce message avec

**un partage,
un like,
un commentaire**

Merci beaucoup !



@sooah_aaah