

# Grands-parents et familles elargies : Accueillir le metissage



*"La famille s'elargit, le coeur aussi"*

[ Illustration couverture ]





|  |           |
|--|-----------|
| <b>INTRODUCTION</b><br>L'amour ne suffit pas toujours    | <b>04</b> |
| <b>CHAPITRE I</b><br>Comprendre ce qu'est le metissage   | <b>06</b> |
| <b>CHAPITRE II</b><br>Les maladresses bienveillantes     | <b>08</b> |
| <b>CHAPITRE III</b><br>Transmettre sans imposer          | <b>10</b> |
| <b>CHAPITRE IV</b><br>La famille comme reseau de soutien | <b>12</b> |
| <b>CONCLUSION + ADHESION</b>                             | <b>14</b> |



Cap Metissage, association française du métissage, est une association à but non lucratif, régie par la loi 1901. Nous avons l'intime conviction que le métissage et la mixité socio-culturelle sont une source de richesse.

Nous constatons avec regret que le sujet du métissage est très peu présent de manière positive. Le métisse est tiraillé entre différentes communautés. Il doit choisir son clan, or il est multi-communautaire.

Les couples mixtes, de plus en plus nombreux en France, doivent composer avec les codes de chaque famille. Comment comprendre l'autre tout en partageant sa propre culture ? Comment transmettre tous ces héritages à ses enfants ?

C'est la raison pour laquelle nous avons créé l'association CAP Metissage, qui vise à promouvoir les initiatives autour de la mixité socio-culturelle.

*"Le métissage est une richesse, un mélange de cultures qui donne une vision du monde pluriel qui invite à plus de tolérance."*

**TANIA GOMBERT — Présidente, Cap Metissage**



# INTRODUCTION

*La famille s'élargit, le cœur aussi*



Dans un monde qui se globalise à grande vitesse, les réalités métissées sont devenues une partie intégrante du tissu social. Ce guide a été conçu pour offrir des outils concrets à ceux qui vivent ou accompagnent le métissage au quotidien.

Ce guide 'La famille s'élargit, le cœur aussi' n'est pas une solution unique. Chaque histoire est singulière. Mais il offre des principes fondamentaux et des pistes adaptables à chaque situation.

Le métissage n'est pas simplement une question de couleurs de peau. Il s'agit d'une fusion d'histoires, de langues, de traditions et de perspectives. Le comprendre, c'est reconnaître que la pluralité est une richesse, pas un obstacle.

Bienvenue dans ce guide. Il est fait pour vous aider à avancer, à comprendre, à célébrer ce que vous êtes.

*Illustration d'ouverture du guide*

# Comprendre ce qu'est le metissage

Vraiment

"Le metissage n'est pas une couleur de peau. C'est une histoire entrelacée."

## AU-DELA DU PHYSIQUE

Un enfant metisse est un enfant qui porte en lui deux histoires familiales, deux systèmes de valeurs, deux façons de voir le monde. Il peut ressembler davantage à l'un de ses parents sans appartenir moins à l'autre branche familiale.

Comprendre cela, c'est voir l'enfant tel qu'il est : une personne complexe, riche, plurielle.

## CE QUE VIVENT LES ENFANTS METISSES AU QUOTIDIEN

Un enfant metisse navigue entre plusieurs mondes. Cette navigation permanente est enrichissante. Elle est aussi fatigante. Le rôle des grands-parents est d'être un espace de soulagement, pas de pression supplémentaire.

IMAGE: grand-parent et enfant metisse, complicité intergénération

## DECONSTRUIRE LES REPRÉSENTATIONS D'UNE AUTRE ÉPOQUE

Beaucoup de grands-parents ont grandi dans des sociétés moins métissées. Les représentations qu'ils ont intériorisées ne sont pas malveillantes. Mais elles peuvent être dépassées.

Vouloir comprendre ce monde qui a changé, c'est déjà une preuve d'amour.

"On ne blesse pas toujours avec de mauvaises intentions. C'est pour ça qu'il faut apprendre."

## **LES PHRASES QUI BLESSENT SANS LE VOULOIR**

'Tu es si bien intégré.' Cette phrase implique qu'être différent est un état par défaut qu'on surmonte.

'D'où tu viens vraiment ?' Quand on a déjà répondu qu'on est français, cette question dit : tu n'es pas vraiment d'ici.

## **CE QU'ON PEUT DIRE A LA PLACE**

Au lieu de commenter l'origine : s'intéresser à la personne. Ses goûts, ses projets, ce qui la passionne.

Un exercice : avant tout commentaire, se demander 'Est-ce que je dirais ça à quelqu'un qui n'est pas métisse ?' Si non, s'abstenir.

*IMAGE: deux générations en conversation, atmosphère de respect et*

## **QUAND UNE MALADRESSE EST DÉJÀ FAITE**

Pas besoin de dramatiser. Un simple 'j'aurais peut-être pu formuler ça autrement, excuse-moi' suffit.

Ce qui compte n'est pas la perfection. C'est la volonté d'apprendre.



"Vous êtes les gardiens d'une mémoire. Pas les geoliers d'une identité."

## **LE GRAND-PARENT COMME PASSEUR DE MÉMOIRE**

Les grands-parents sont le lien vivant avec une histoire qui précède l'enfant. Dans une famille métissée, ce rôle est encore plus précieux parce que les héritages sont multiples.

Être un passeur de mémoire, c'est raconter. Partager des histoires, cuisiner ensemble et expliquer d'où vient le plat.

## **TRANSMETTRE SANS EFFACER L'AUTRE BRANCHE**

Un enfant métissé a deux familles. Les deux héritages méritent d'être transmis avec la même fierté. Cela peut demander de s'intéresser à la culture de l'autre branche, de ne pas la critiquer.

*IMAGE: famille élargie multiculturelle réunie, ambiance festive*

## **LES RITUELS COMME PONTS INTERGÉNÉRATIONNELS**

Dans une famille métissée, les rituels peuvent être hybrides. Le repas de Noël qui inclut un plat de l'autre branche. La chanson apprise dans les deux langues.

Ces moments ne sont pas des compromis. Ils sont des constructions.

"Une famille qui accueille le métissage offre à l'enfant un monde entier à portée de main."

### **CREER DES ESPACES DE CURIOSITE PARTAGEE**

La curiosité est le meilleur antidote aux malentendus. Demander au couple de partager un plat, une musique, une tradition. Ces moments ne demandent pas d'être experts. Ils demandent juste d'être ouverts.

### **LE ROLE ACTIF DES ANCIENS DANS LA FIERTE IDENTITAIRE**

Un enfant qui entend ses grands-parents parler avec fierté de son héritage, des deux côtés, grandit avec une ressource intérieure que peu de choses peuvent entamer.

Cette validation intergénérationnelle est l'une des plus puissantes qui soient.

*IMAGE: grand-parent racontant une histoire à un enfant attentif*

### **QUAND LES TENSIONS SURGISSENT**

Toutes les familles ont des tensions. La meilleure approche : séparer la personne du comportement. Et quand un désaccord est important : en parler calmement, avec l'intention de comprendre.

# CONCLUSION

*Pour aller plus loin*



Vous avez lu ce guide jusqu'au bout. Cela dit quelque chose de votre amour.

L'amour qui cherche à comprendre, qui accepte de se questionner, qui fait l'effort d'apprendre : celui-là change tout.

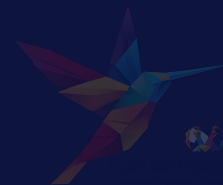
Vous êtes une partie essentielle de qui sont vos petits-enfants. Votre regard sur eux, vos mots, les histoires que vous leur racontez contribuent à la personne qu'ils deviennent.

[www.capmetissage.com](http://www.capmetissage.com)

# Devenez membre

15 EUR / an

(Cotisation 2026)



*Rejoignez notre communauté de membres engagés et participez activement à la construction d'une société plus inclusive.*

- Accès en avant-première à tous les guides et ressources
- Invitations aux événements et rencontres de la communauté
- Participation aux ateliers, formations et actions de plaidoyer
- Une voix dans une communauté qui compte et qui agit

**ADHERER MAINTENANT — [www.capmetissage.com](http://www.capmetissage.com)**