



La coparentalité: une équipe à construire

Colloque 2014 de la FAFMRQ -
Hôtel Universel, 5000 rue Sherbrooke est, Montréal

Atelier 5

Présentation de **Richard Cloutier** Ph.D., psychologue en collaboration avec **Paryse Thibault** B. Sc. et **Valerie Montreuil** B. Sc. (étudiante à la maîtrise en psychoéducation) – intervenantes du RFMRL

La séparation des parents

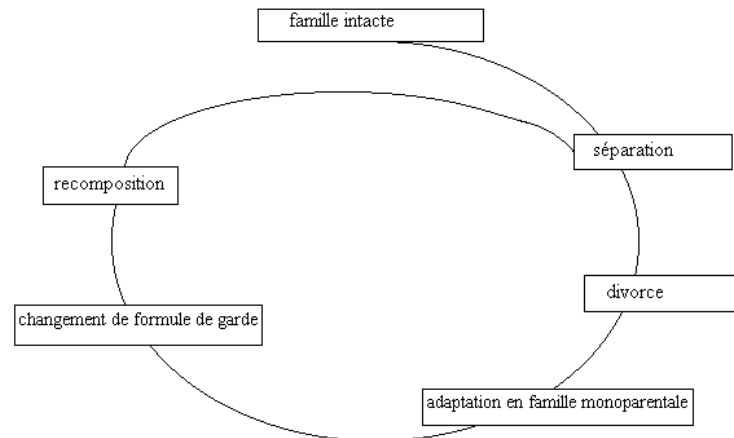
- Met un terme à la relation conjugale, pas à la relation parentale, fraternelle, grand-parentale, etc.
- La dépendance de la relation parentale à la relation conjugale: un problème
- Séparation d'un couple n'est pas celle d'une famille
- Séparation choisie, imposée ou co-optée?

Des repères généralisables pour l'intervention

- ▶ Notre connaissance des enjeux familiaux de la séparation conjugale a évolué rapidement au cours des dernières décennies, grâce notamment à la recherche, à volonté des professionnels de mieux aider les familles, et grâce aux bons coups en matière de développement de la pratique sociale et juridique. Nous savons que chaque famille est unique et que les méthodes d'accompagnement doivent être ajustées à chaque contexte particulier. C'est un fondement des bonnes pratiques. Pourtant, certains repères s'imposent à tous les parents dans l'anticipation compétente de leurs transitions familiales:
 - A) la spécificité de la position de l'enfant ;
 - B) l'effet du temps ;
 - C) les risques à gérer.
- ▶ Ces trois réalités définissent un dénominateur commun valable pour toutes les familles en transition.

La séparation n'est pas un événement ponctuel, mais une étape dans un cycle.

Le cycle des réorganisations familiales



Les effets de la séparation pour l'enfant : des risques à gérer

- ▶ L'hypothèse du déficit: constamment retenue – Pourquoi?
- ▶ Appauvrissement
 - Matériel
 - Psychologique
 - Social
- ▶ Conflits
- ▶ Absence d'un parent, épuisement de l'autre

L'augmentation des risques chez l'enfant

- ▶ Augmentation du risque d'inadaptation des enfants
 - difficultés à l'école
 - dépression et perte d'estime de soi
 - compétence sociale moindre et problèmes de comportement plus fréquent
 - précocité sexuelle, affiliations déviantes
 - incidents de parcours (consommation, délinquance, grossesse non désirée, décrochage, chômage)
 - à l'âge adulte: inscription socioéconomique plus difficile (surtout pour les filles-mères)
 - conjugalité plus difficile
- ▶ L'ampleur de cette augmentation: facteur de l'ordre de 2 à 2.5
 - 10% comparativement à 20 ou 25%: donc la majorité s'en sortent bien
 - la transition: la cause ou la conséquence?

Changements relationnels

- Diminution des conflits conjugaux? Pas toujours...
- Ratio contrôle/accompagnement défavorable
- Déficit de régulation parentale
- Moins de soutien relationnel et déficit de modèle masculin
- Aliénation parentale
- Parentification
- L'emprise à la mère
- L'«entitlement»

Moins de temps de contact parent/ enfant en famille monoparentale

- ▶ Selon Sandberg et Hofferth (2001), les enfants âgés entre trois et douze ans qui proviennent de familles biparentales passent en moyenne 31 heures par semaine avec leurs parents alors que les enfants du même groupe d'âge vivant dans une de famille monoparentale passent en moyenne 21 heures par semaine avec leur parent. Ce temps de contact plus limité entre le parent et l'enfant diminue les opportunités de communication et de prise de décisions communes, restreint les possibilités d'interactions favorables au développement et au bien-être de l'enfant.

Sandberg, J. F., and Hofferth, S. L. (2001), *Changes in children's time with parents : U.S. 1981-1997* (Research-Rep. No. 01-746), Ann-Arbor, MI, Population Studies Center.

Effets variables - Facteurs explicatifs de l'écart dans l'ajustement psychosocial

- ▶ Caractéristiques personnelles de l'enfant (et de ses parents séparés)
- ▶ Effets du stress de la transition familiale
- ▶ Tensions dans la famille réorganisée
- ▶ Perte d'un parent et de ses contributions
- ▶ Diminution de la qualité de la réponse aux besoins de l'enfant (encadrement, rôles parentaux)
- ▶ Conflits maintenus entre les parents

Le levier de la coparentalité pour contrer l'appauvrissement

- ▶ Les enfants ne se séparent pas et il ne veulent pas rompre avec un de leurs parents
- ▶ La coparentalité maintien à l'enfant la contribution de ses deux parents (matérielle, psychologique, sociale)
- ▶ L'intérêt de l'enfant passe par le maintien des ressources qui lui sont disponibles

Coparentalité et contribution des deux parents

- Matérielle: moins de stress économique
- Supervision: moins d'épuisement parental
- Affective: lien, modèle, soutien psychologique
- Social: réseau, opportunités

MAIS

- Place l'enfant entre l'arbre et l'écorce? Conflits de loyauté?

Certaines conditions s'appliquent...

- ▶ Capacité de transcender son désir de se venger, de punir, de dénigrer l'ex-...
- ▶ Tolérance des imperfections
- ▶ Conditions matérielles minimales
- ▶ Souplesse: les ajustements sont inévitables – mobilité à prévoir

Bref...

- ▶ Les enfants ne se séparent pas et il ne veulent pas rompre avec un de leurs parents
- ▶ La coparentalité maintien à l'enfant la contribution de ses deux parents (matérielle, psychologique, sociale)
- ▶ L'intérêt de l'enfant passe par le maintien des ressources pour son bien-être et son développement
- ▶ La coparentalité est exigeante pour les parents mais elle est pleine d'avantages pour eux aussi...

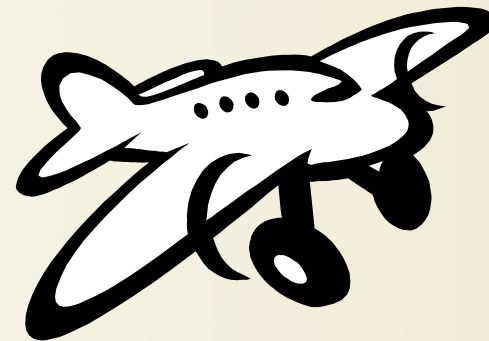
La coparentalité

- ▶ Ou l'art de devenir des parents collaborateurs...

Pour vous, qu'est-ce que la coparentalité ?

Période d'échanges avec les participant(e)s.

Et si on se plaçait dans la
peau d'un enfant...



Définition de la **COPARENTALITÉ**

- ▶ La **coparentalité** signifie de **développer** et de **maintenir** une **coopération** après la rupture.
- ▶ Les parents doivent collaborer ensemble pour soutenir les enfants et veiller à leur bien-être. Il s'agit de faire équipe pour répondre à tous les besoins des enfants.
- ▶ La coparentalité ne signifie pas devenir des amis. Au contraire !
- ▶ Faire la paix :
 - Avec soi-même (assumer ses choix)
 - Avec l'autre (pardonner les blessures)

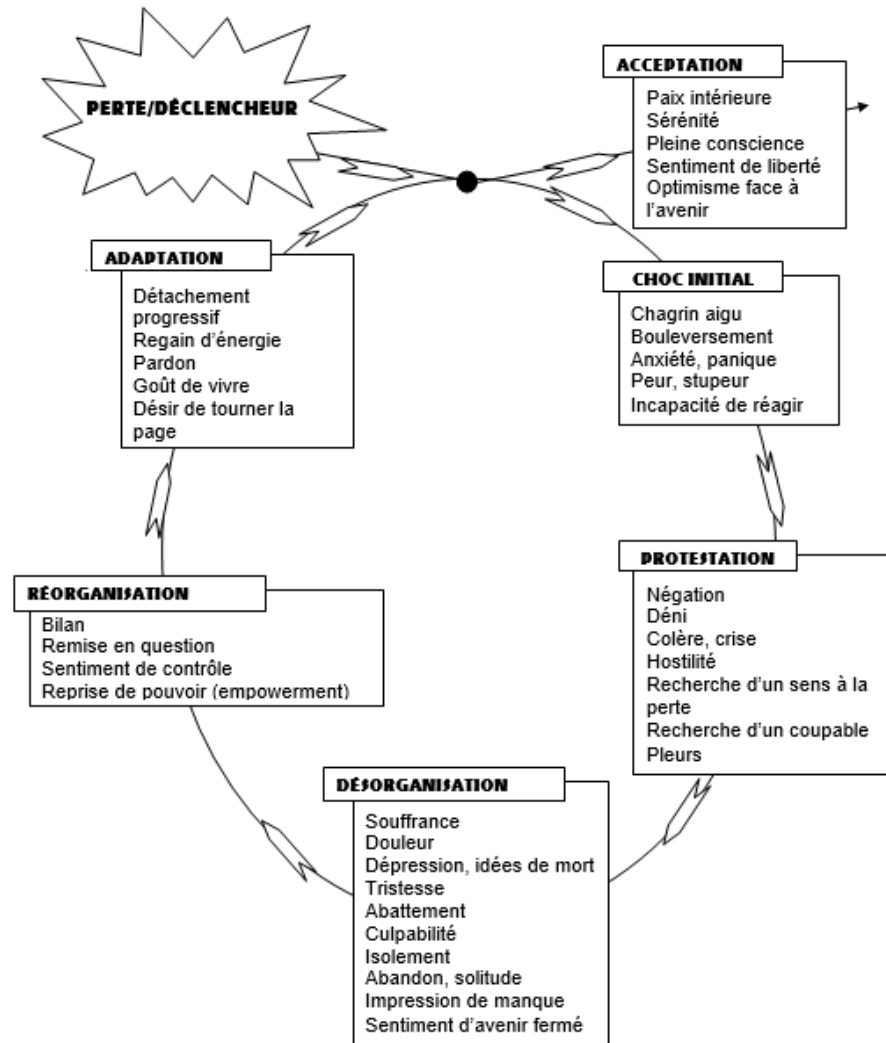
Le choc psychologique

- ▶ Stress : Les parents ne savent pas ce qui les attend, ce qui se passera pour les enfants.
- ▶ Émotions : Colère, trahison, rejet, abandon, tristesse, incompréhension, etc.
- ▶ Souffrance : La souffrance est constante et peut devenir envahissante pour chacun des parents, mais aussi pour les enfants (ex : dépression).
- ▶ Culpabilité : Autant chez le parent qui initie la rupture que celui qui est laissé.

Les étapes du deuil

1. Perte
2. Choc initial
3. Protestation
4. Désorganisation
5. Réorganisation
6. Adaptation
7. Acceptation

FAFMRQ - Novembre 2014 - La coparentalité par R. Clou



La communication

- ▶ Si la communication est inexistante entre les parents, le rôle revient aux enfants : messenger et espion.
- ▶ La coparentalité ne peut exister SANS une communication efficace :
 - Messages clairs
 - Capacité d'écoute
- L'ennemi numéro 1 de la coparentalité est l'absence de communication. Cette situation mène à des malentendus, une mauvaise interprétation des propos rapportés par l'enfant, une augmentation des tensions, plus grande présence de manipulation de la part des enfants et un risque accru d'une mauvaise adaptation de l'enfant à la nouvelle situation.

Les solutions

- ▶ Le parent doit trouver un sens à la séparation ;
- ▶ Il doit comprendre et assumer ses responsabilités dans la séparation ;
- ▶ Le parent doit avoir des attentes réalistes par rapport à l'autre parent dans la coparentalité ;
- ▶ La guerre doit cesser entre les ex-conjoints pour laisser place à une relation respectueuse entre parents ;
- ▶ Les parents doivent apprendre à s'écouter mutuellement ;
- ▶ Ils doivent être ouverts un envers l'autre et arrêter de prétendre des mauvaises intentions à l'autre parent ;
- ▶ Il faut rappeler au parent qu'il a choisit son ex-conjoint(e) comme deuxième parent ;
- ▶ Chaque parent doit être un modèle positif pour son enfant.

Ce sont des solutions possibles...
quand les **deux parents** sont prêts à se mobiliser !

En tant qu'intervenant(e)s, nous devons comprendre la portée de nos actions et nos possibilités. Parfois, nous devons lâcher-prise et constater l'impossibilité d'une coparentalité...

Pour conclure,

il est important de savoir que ce n'est pas la séparation en soi qui traumatise les enfants, mais plutôt les **tensions relationnelles** et la **guerre** qui persistent entre les parents.

Suggestion : *La 3^e guerre mondiale* (documentaire)