



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

L'enfant face au divorce des parents

Autor/es: Miguel Romero González. Psicólogo Interno Residente. UGC Salud Mental. Hospital Universitario Virgen del Rocío. Sevilla.

[Volumen 8. Nº1. Marzo 2015](#) [1]

Palabras clave: [séparation](#) [2], [divorce](#) [3], [aliénation parentale](#) [4], [parentification](#) [5], [enfants et séparation](#) [6]

Introduction

Au cours de la dernière décennie, la séparation ou le divorce des couples a cessé d'être situation exceptionnelle pour devenir une chose assez habituelle. Dans cet article, on analyse les facteurs de risque qui peuvent être déclenchés dans les enfants par quelques situations des processus de séparations. Aussi, on va fournir des recommandations générales qui peuvent aider en cas de finalisation du mariage.

Comment sont touchés les enfants par la rupture du couple?

La décision d'une séparation ou un divorce dans un couple entraîne un état d'incertitude et malaise chez les enfants et les adultes. Cependant, il est important de souligner que la décision des parents de mettre fin à leur relation amoureuse est une alternative beaucoup plus protectrice pour leurs enfants (et pour eux-mêmes) que le fait de prolonger la vie en commun malgré être dans une situation de divorce émotionnel.

Il faut que les parents s'efforcent d'empêcher que le conflit parmi eux trouble leurs fonctions de parents. Le couple se dissout, mais ils doivent continuer unis comme parents.

Les conséquences subies par les enfants de parents séparés sont mis en relation avec les conflits familiaux précédents et les conflits associés à la séparation et, surtout, avec le rôle que les parents font jouer à l'enfant dans le conflit, plutôt qu'avec la séparation même. Ceci, avec l'âge et la maturité de l'enfant, influe sur la manière dans laquelle la séparation va toucher le développement de l'enfant. Dans le cadre 1 on voit les répercussions les plus fréquentes dans les enfants, en fonction de l'étape de développement.

Quelles sont les risques pour les enfants face à la séparation ?

Les **conflits entre les parents** sont le principal facteur de risque pour les enfants. La plupart des couples qui décident de mettre fin à leur relation sont plongés dans conflits relationnels à longue terme, qui normalement sont

difficiles à résoudre de manière immédiate. Donc, il est très important que les parents apprennent à gérer le niveau de colère qu'ils expriment et la manière dans laquelle ils l'expriment, car le niveau de stress subi par l'enfant va dépendre de la manière dans laquelle les adultes affrontent le conflit.

Toute **tentative de ternir l'image de l'autre parent** sera préjudiciable à l'adaptation de l'enfant au processus de séparation. Quelques fois, l'enfant puisse être prisonnier d'un véritable **conflit de loyautés**, une situation dans laquelle il est impossible de plaire à deux personnes avec d'intérêts opposés. Il veut être loyal à tous les deux, il ne veut décevoir personne. La version la plus funeste se trouve dans ce qu'on appelle le **Syndrome d'Aliénation Parentale** : l'enfant développe une attitude critique envers l'un des parents et refuse de traiter avec lui, manipulé par l'autre parent. Il s'agit d'une situation qui unit un parent avec l'enfant contre l'autre parent. Empêcher l'enfant de voir au parent qui n'a pas sa garde, programmer des activités qui obligent l'enfant à choisir entre les deux parents ou essayer de remplacer le père/la mère avec une nouvelle relation sont des exemples de situations qui menacent la stabilité émotionnelle de l'enfant.

Un autre sujet important est l'apparition de **divergences dans les modèles éducatifs** entre les parents, qui quelques fois sont déjà présentes avant la séparation maritale. Les enfants ont besoin de règles et limites stables et consistantes, bien que les parents soient séparés. C'est pour cela qu'il est indispensable que les parents développent une capacité de négociation des modèles employés pour élever leurs enfants qui conçoivent aussi bien les preuves d'affection et sécurité comme la discipline et la capacité de exercer l'autorité.

Il n'est pas rare que quelques parents utilisent leurs **enfants comme des intermédiaires** afin de se communiquer entre eux, comme une manière d'éluder les conflits. Cette situation transforme l'enfant en un messenger qui envoie et reçoit des messages que les parents ne sont pas capables de se transmettre. Quelques fois, les enfants sont contraints de parler de l'entretien, des retards dans l'abonnement des mensualités, etc. Ainsi, les enfants prennent conscience de la difficulté de ses parents pour gérer leurs propres différences. Il est très important que les parents entretiennent des contacts entre eux à fin de résoudre des questions différentes, comme la question économique.

Finalement, il est important de noter que le malaise de l'un des parents opposé à la séparation est aussi un facteur de risque pour les enfants. Ce malaise puisse se manifester comme des altérations modérées de l'état d'esprit (anxiété, dépression) chez l'adulte. S'adapter à la nouvelle situation peut être difficile. Un père ou une mère immergés dans un processus de dépression puissent n'être pas capables d'agir convenablement comme des parents, ce qui échappe au contrôle de la personne touchée. Dans ces cas, il est essentiel de chercher d'aide afin de surmonter la perte, quelques fois en faisant appel à un professionnel de santé. L'essentiel pour minimiser l'impact de cette situation sur les enfants est ne pas les utiliser comme les seules figures d'appui, car ceci peut entraîner une inversion des rôles: l'enfant devienne le responsable de son père ou sa mère. Cette situation de « parentification » des enfants puisse provoquer un risque de déséquilibres émotionnels dans l'avenir.

Qu'est-ce qu'on peut faire pour rendre plus facile l'adaptation des enfants à la séparation ?

Le revers de la médaille est constitué par différents facteurs de protection qui puissent aider à que l'enfant s'adapte favorablement à la nouvelle situation de divorce/séparation de ses parents. Le principal facteur de protection est que l'enfant ait une **bonne relation avec un des parents au moins**, bien que ce qui est mieux est qu'il a une relation continuée avec tous les deux.

Il faut **éviter les discussions et conflits ouverts** entre les parents en présence des enfants, surtout dans ces différences mises en relation avec le soin des enfants, comme les accords économiques, régime de visites, etc. Il faut privilégier les intérêts de l'enfant au lieu des intérêts personnels des parents.

Encourager une **communication ouverte** sur la situation. Il est important d'aider aux enfants à comprendre que la séparation de ses parents n'implique pas une baisse des soins et d'affection envers eux.

Transmettre l'importance de l'autre parent et éviter de dire du mal de l'autre, indépendamment des facteurs personnels impliqués. Aussi, il est important d'éviter que d'autres personnes de la famille, comme les grand-pères/grand-mères ou les oncles/tantes essaient de ternir l'image de l'autre parent.

Maintenir une communication ouverte entre les parents en concernant l'exercice de leur fonction comme parents et éviter d'utiliser les enfants comme des intermédiaires entre leurs interactions.

Minimiser les changements familiaux, scolaires et ceux-là mis en relation avec la routine quotidienne. Ainsi, on favorise le processus d'adaptation en essayant de maintenir des conditions aussi semblables à la situation antérieure à la séparation que possible. Il est important que les frères et sœurs soient unis la plupart du temps. Des privilèges envers l'un des enfants de la part de l'un des parents puissent provoquer une situation de déséquilibre dans le complexe familial.

Maintenir les rôles de parents et établir des accords éducatifs entre les deux avec des stratégies de négociation. Éviter la surprotection et les styles trop permissifs qui peuvent déclencher l'apparition de conduites exigeantes, capricieuses et même violentes.

Bibliographie (en espagnol)

- Canton J., Cortés M. y Justicia, D. (2012). *Conflictos matrimoniales, divorcio y desarrollo de los hijos*. Madrid: Pirámide.
- Fernández y Godoy (2002). *El niño ante el divorcio*. Madrid: Pirámide
- Vallejo Nájera, A. (1993). *Hijos de Padres Separados*. Ed. Temas de hoy
- Méndez Benavente, I. (2000). *Los niños ante la separación de los padres*. Clínica de Psicología
- Gobierno de Aragón. Departamento de Servicios Sociales y Familia. *Nos hemos separado... ¿y nuestros hijos? Guía de actuación para progenitores*.

ANNEXE 1: Cadre 1. Reaction des enfants face au divorce en fonction de leur étape de développement

Étape de <u>développement</u>	SITUATION COGNITIVE	RÉPONSE EMOTIONNELLE 0 – 2 ANS APRÈS LE DIVORCE
CRÈCHE ET ÉCOLE MATERNELLE 4-5 ANS	Il voit la séparation physique comme une chose temporelle. Il comprend ce qui est une relation entre deux personnes.	Peurs, régression, confusion, imagination négative, altération/inhibition du jeu, besoins émotionnelles plus hautes, sentiment de culpabilité.
6-8 ANS	Il comprend le but du divorce. Il saisit les effets physique et psychique des conflits parentaux.	Triste, regret du parent absente, conflit de loyautés, inhibition ou agression de la figure parentale.
9-12 ANS	Compréhension psychologique des raisons du divorce. Il reconnaît la perspective de chaque parent.	Modifications d'identité, somatisation, anxiété. Il tend à s'aligner avec l'un des parents.

	Ils ne se reproche pas.	
12-14 ANS	Il saisit la complexité de la communication. Il comprend la stabilité des caractéristiques de personnalité.	Changement dans les relations. Triste et abattu. Conflit de loyautés.
15-18 ANS	Il explique le divorce comme une incompatibilité parentale. Il sépare les conflits parentaux des caractéristiques personnelles.	Changements dans la participation familiale. Risque de parentification.