ENCYCLOPÉDIE
sur le développement
des jeunes enfants



# Divorce et séparation

Mise à jour : Février 2021
**Éditeur au développement du thème :**
Robert E. Emery, Ph.D., University of Virginia, États-Unis

©2010-2026 ABILIO | DIVORCE ET SÉPARATION

# Table des matières


Synthèse 5

Conséquences de la séparation ou du divorce pour les enfants 9
BRIAN M. D'ONOFRIO, PH.D., SEPTEMBRE 2011

Comment les parents peuvent aider leurs enfants à faire face au divorce ou à la séparation 16
JOANNE PEDRO-CARROLL, PH.D., NOVEMBRE 2020

Plans de parentage suivant la séparation ou le divorce : considérations développementales 32
MARSHA KLINE PRUETT, MSL, PH.D., ABPP & NATALIE NAJMAN, NOVEMBRE 2020

Interventions auprès des parents et des enfants lors d'un divorce ou d'une séparation 41
[1]C. AUBREY RHODES, MA, [2]KAREY O'HARA, PHD, [1]CLORINDA E. VÉLEZ, PHD, [1]SHARLENE A. WOLCHIK, PHD, FÉVRIER 2021

Considérations particulières envers les nourrissons et les tout-petits lors de la séparation ou du divorce : questions développementales dans le contexte du droit de la famille 51
JENNIFER E. MCINTOSH, PH.D., ANNA T. BOOTH, PH.D., FÉVRIER 2021

Divorce et séparation : Commentaires sur les articles de Kline Pruett et de McIntosh 59
LAURA BACKEN JONES, PH.D., DÉCEMBRE 2010

Divorce et séparation : Commentaires sur les articles de D'Onofrio, Vélez, Wolchik et Sandler, et Pedro-Carroll 66
KATHERINE M. KITZMANN, PH.D., C. MATTHEW STAPLETON, M.SC., DÉCEMBRE 2011


©2010-2026 ABILIO | DIVORCE ET SÉPARATION

# Thème financé par



# Synthèse

**Est-ce important?**

L’augmentation du taux de divorce a suivi une tendance internationale au cours des dernières décennies. Entre 1960 et 1980, ce taux a plus que doublé dans les pays industrialisés. Un nombre croissant d’enfants de couples vivant en union libre sont aussi susceptibles de vivre la séparation de leurs parents. Ces changements sociodémographiques affectent des millions d’enfants.

Les effets du divorce et de la séparation peuvent être particulièrement importants chez les enfants de moins de 4 ans puisqu’une évolution développementale rapide se produit sur les plans cognitif, émotionnel et social au cours de la petite enfance. Ainsi, des perturbations à cette période de la vie peuvent avoir des conséquences durables sur le bien-être et l’adaptation de l’enfant. On estime que l’éradication des effets néfastes du divorce sur les enfants pourrait mener à des réductions de 30 % des problèmes de santé mentale chez les jeunes adultes, de 30 % des grossesses chez les adolescentes et de 23 % du décrochage scolaire.

**Que savons-nous?**

*L’expérience de la séparation ou du divorce par les enfants*

Le divorce et la séparation font souvent vivre des émotions intenses aux enfants. Plusieurs d’entre eux ont des idées fausses du divorce et se sentent en conflit de loyauté, bien que peu discutent de leurs pensées et de leurs émotions avec leurs parents. Les enfants de parents divorcés peuvent éprouver plus de difficultés que les enfants dont la famille est intacte. En effet, le divorce a été associé, à court terme, à un déclin du rendement scolaire et du concept de soi et à des problèmes d’adaptation globaux. Bien que la plupart des enfants de parents divorcés ne souffrent pas de conséquences à long terme, certains enfants peuvent éprouver des difficultés telles que des problèmes de santé mentale, un abus de substance, des conduites délinquantes et une grossesse précoce à l’adolescence. Les difficultés peuvent même persister jusqu’à l’âge adulte, ces jeunes ayant tendance à présenter plus de problèmes financiers, émotionnels, relationnels et de santé.

L’âge auquel les enfants vivent le divorce de leurs parents est le facteur primordial à considérer pour répondre adéquatement à leurs besoins. Au cours des premières années de la vie, les jeunes enfants fonctionnent de façon optimale lorsque leurs parents sont fiables, attentionnés et sensibles à leurs caractéristiques personnelles. Leur sens du temps et leur mémoire n’étant pas encore matures, les bébés doivent fréquemment passer du temps avec leurs deux parents pour développer un lien d’attachement fort avec chacun d’eux.  Alors que les enfants vieillissent, la quantité absolue de temps passé avec chaque parent devient moins cruciale, mais chacun doit continuer à être activement impliqué dans l’éducation, la discipline, le jeu et les soins de l’enfant.

Les effets des nuits passées chez le parent qui ne réside pas avec l’enfant fluctuent également selon l’âge de l’enfant. Comparativement aux bébés qui passent très peu de nuits à l’extérieur de leur domicile habituel, les enfants de moins de deux ans qui dorment régulièrement chez le parent ne résidant pas avec eux présentent plus de problèmes de régulation du stress, alors que les enfants de deux et trois ans dans la même situation manifestent plus d’anxiété de séparation, d’agressivité et de problèmes d’alimentation que leurs pairs qui passent moins de nuits à l’extérieur de leur domicile habituel. Au cours des années préscolaires, à l’âge de 4 et 5 ans, les enfants qui passent des nuits chez le parent ne résidant pas avec eux partagent une relation plus positive avec lui et sont mieux adaptés que les enfants qui ne le font pas.

*Facteurs de risque et de protection impliqués dans les conséquences du divorce*

Plusieurs facteurs de risque, la plupart impliquant la qualité des pratiques parentales, peuvent aggraver l’impact négatif du divorce sur le développement de l’enfant. Les premières étapes du divorce constituent une période stressante pour les parents et elles affectent donc souvent la qualité de leurs pratiques parentales. Les parents sont typiquement moins patients, cohérents et chaleureux avec leurs enfants au cours de cette période. La surveillance des enfants, les échanges positifs avec eux et la discipline efficace sont aussi susceptibles de diminuer. On a également montré que d’autres facteurs, tels que la pauvreté, une structure familiale désorganisée, le manque de contacts avec le parent qui ne réside pas avec l’enfant et les problèmes de santé mentale des parents exacerbent les effets adverses du divorce. De plus, l’exposition à un conflit parental intense est susceptible d’affecter les enfants de tous les âges, mais est particulièrement néfaste pour ceux de moins de 4 ans.

Heureusement, les effets nocifs du divorce peuvent être atténués par un certain nombre de facteurs de protection. Par exemple, les enfants de parents qui coopèrent, emploient un style de parentage démocratique, minimisent l'exposition et l'implication des enfants dans les conflits et créent un environnement familial stable et organisé sont bien mieux équipés pour faire face à la séparation. Des liens étroits avec la fratrie et les membres de la famille élargie favorisent aussi une meilleure adaptation.

**Que peut-on faire?**

Étant donné que plusieurs des effets adverses du divorce peuvent être expliqués par la qualité des pratiques parentales, les parents jouent un rôle central dans l'atténuation de ces effets. Ils peuvent faciliter l'adaptation de l'enfant à la nouvelle organisation familiale en :

1. Se montrant émotionnellement sensibles envers leur enfant lors des transitions d'un foyer à l'autre;
2. Apprenant comment gérer les conflits, maintenir des relations chaleureuses et affectueuses avec l'enfant et prioriser les besoins de ce dernier;
3. Maintenant des horaires stables et routiniers pour les jeunes enfants, afin de favoriser leur sentiment de sécurité, et en permettant progressivement à ces horaires de devenir plus flexibles alors qu'ils vieillissent;
4. Pratiquant un coparentage efficace (c.-à-d., travailler comme une équipe plutôt que des adversaires) ou, en cas de conflit intense, un coparentage parallèle (c.-à-d., minimiser les contacts entre les parents);
5. Manifestant fréquemment leur amour envers leurs enfants avec des mots et de l'affection;
6. Établissant et appliquant des limites et directives claires;
7. Encourageant une communication ouverte lors des activités quotidiennes, dans laquelle les parents écoutent activement et reconnaissent les émotions de l'enfant sans jugement;
8. Prenant un certain temps avant de s'impliquer dans une nouvelle relation amoureuse, pour que les enfants s'habituent d'abord aux changements associés à la séparation;
9. Minimisant le nombre de changements auxquels les enfants font face et en expliquant clairement ces changements;
10. S'entendant sur la façon dont les enjeux majeurs seront résolus;

11. Prenant soin d’eux-mêmes, pour être en mesure d’employer des pratiques parentales de qualité.

Les recommandations s’étendent aussi à l’élaboration de plans de parentage optimaux et flexibles qui supportent les besoins des enfants à tous les âges et leur permettent de voir leurs deux parents. Ces plans tendent à être plus efficaces lorsqu’ils sont élaborés par médiation au lieu d’être déterminés en cour et lorsqu’ils incluent un accord sur le temps passé avec chaque parent. De la naissance à l’âge de 3 ans, des séparations prudentes et de courte durée de la figure d’attachement primaire sont appropriées et les nuits chez le parent qui ne réside pas avec l’enfant ne sont pas recommandées à moins que l’enfant ait déjà développé un fort lien d’attachement sécurisé avec lui. Au cours des années précédant tout juste l’entrée à l’école, les enfants peuvent être séparés de leur figure d’attachement primaire pour de plus longues périodes.

Plusieurs programmes existent pour aider les enfants et les parents à faire face au divorce ou à la séparation, dont des interventions centrées sur l’enfant, qui mettent l’emphase sur la gestion du stress, l’expression des émotions et les ressources interpersonnelles, et des programmes centrés sur les parents, qui abordent la qualité des relations interpersonnelles, la discipline, la régulation des émotions et le coparentage. Étant donné le succès de ces programmes, des interventions brèves en contexte communautaire doivent maintenant être mises en place à grande échelle pour en augmenter l’accessibilité. Des options aux procédures juridiques formelles, comme la médiation, devraient aussi être facilement accessibles à tous les parents.

# Conséquences de la séparation ou du divorce pour les enfants

**Brian M. D'Onofrio, Ph.D.**

Indiana University, États-Unis

Septembre 2011

## Introduction

Dans tous les pays industrialisés, des changements spectaculaires sur le plan familial se sont produits au cours des dernières décennies.[1] L'augmentation du taux de divorce dans la deuxième moitié du 20e siècle a été frappante : ce taux a plus que doublé entre 1960 et 1980 dans la plupart des pays occidentalisés.[2] La multiplication des divorces a particulièrement marqué les enfants, des millions d'entre eux ayant vécu le divorce de leurs parents. De plus, l'augmentation récente du nombre de naissances hors mariage, qui s'explique par le taux croissant de naissances chez les couples vivant en concubinage, a aussi mené à l'accroissement du nombre d'enfants qui vivent la séparation de leurs parents jamais mariés.[3] Les couples vivant en concubinage étant moins stables que ceux qui sont mariés, plusieurs enfants nés de ces unions libres en vivront la dissolution.[4]

## Sujet

Plusieurs études ont montré que la séparation ou le divorce parental est associé à un éventail de problèmes dans des domaines variés pour les jeunes enfants et les adolescents.[5-7] La séparation ou le divorce parental est associé à des difficultés académiques (baisse des résultats scolaires et abandon prématuré de l'école) et à un taux plus élevé de comportements perturbateurs (p. ex., l'opposition envers les figures d'autorité, la participation à des bagarres, le vol, et la consommation et l'abus d'alcool et de drogues illégales). Les enfants et les adolescents qui vivent le divorce de leurs parents présentent aussi des taux plus élevés d'humeur dépressive, une estime de soi plus faible et de la détresse émotionnelle.

Le divorce parental est également associé à des problèmes et à des transitions précoces lorsque les enfants deviennent de jeunes adultes, et même ultérieurement. Les enfants de parents divorcés sont plus à risque de connaître la pauvreté, de vivre des échecs scolaires, de s'engager

dans des activités sexuelles précoces et à risque, d'avoir des enfants hors mariage, de vivre en concubinage, de connaître la discorde conjugale et de divorcer. Ils sont également susceptibles de se marier plus tôt. En fait, les problèmes émotionnels associés au divorce augmentent au début de l'âge adulte.[8] Il est donc important pour la société de comprendre l'ampleur de ces problèmes et les mécanismes causaux par lesquels le divorce parental influence les comportements des enfants touchés.

**Problèmes**

Premièrement, comme il arrive souvent que plusieurs autres facteurs de risque soient concomitants à la séparation des parents, la recherche doit déterminer l'ampleur des effets spécifiques du divorce. Il faut donc déterminer l'amplitude des différences entre les enfants qui ont vécu la séparation de leurs parents et ceux dont les parents ne sont pas séparés. Deuxièmement, il est difficile d'évaluer les effets causaux de la séparation ou du divorce parental sur l'adaptation des enfants parce que les chercheurs s'y intéressant ne peuvent utiliser l'assignation aléatoire dans leurs devis de recherche. Ainsi, ils doivent tester des mécanismes causaux et non-causaux qui pourraient expliquer l'association entre le divorce ou la séparation parentale et des problèmes touchant plusieurs aspects du fonctionnement.

**Contexte de la recherche**

La recherche sur la séparation ou le divorce parental utilise maintenant des échantillons plus représentatifs, des devis de recherche plus solides pour tester des théories concurrentes, des mesures du fonctionnement des enfants avant et après la séparation et de meilleures évaluations dans plusieurs domaines du fonctionnement.[5,9] Ces avancées permettent aux chercheurs de répondre à des questions importantes pour les politiques publiques.[10-11]

**Questions clés pour la recherche**

Trois questions de recherche seront abordées dans cet article :

1. Quelle est l'ampleur des effets associés à la séparation parentale?
2. Les liens entre la séparation ou le divorce parental et le fonctionnement des enfants sont-ils des liens causaux impliquant un effet direct de la transition conjugale ou sont-ils plutôt dus à des facteurs qui augmentent à la fois le risque de perturbations conjugales et le risque de dysfonctionnement des enfants?

3. Dans quelle mesure les associations constatées sont-elles causales et quels sont les facteurs environnementaux spécifiques qui médiatisent (ou expliquent) ces associations?

**Résultats de recherche récents**

Les enfants de parents divorcés ont de 1.5 à 2 fois plus de risque de vivre des événements négatifs comme l'abandon précoce de l'école ou un divorce personnel.[12] Cependant, la majorité des enfants qui ont vécu la séparation de leurs parents ne rencontrent pas ces difficultés sérieuses. L'ampleur des effets sont typiquement décrits comme de faibles à moyens par les chercheurs en sciences sociales.[13] Cela signifie que la séparation parentale est associée à un risque accru de difficultés mais qu'elle ne constitue pas en elle-même le facteur de risque le plus important. Il faut noter, cependant, que plusieurs enfants de parents séparés ou divorcés ont des pensées et émotions négatives, qu'ils présentent ou non des troubles psychologiques nécessitant un diagnostic.[14] Récemment, une méta-analyse (étude qui combine plusieurs études sur un même sujet) a aussi montré que les différences entre les enfants qui ont vécu le divorce de leurs parents et ceux dont les parents n'ont pas divorcé ont augmenté depuis les années 1980.[15]

Il existe deux principales hypothèses concurrentes pour expliquer le risque accru de problèmes constaté chez les enfants de parents divorcés. La première, l'hypothèse causale, suggère que le divorce en lui-même nuit aux enfants et cause leurs problèmes subséquents. En contraste, l'hypothèse de la sélection met l'accent sur le fait que les parents qui divorcent sont différents de ceux qui ne divorcent pas et que ces différences mènent à la fois au divorce et aux problèmes d'adaptation ultérieurs chez les enfants. Les recherches scientifiques se sont basées sur plusieurs devis pour tester les facteurs causaux et de sélection. Par exemple, les approches basées sur la génétique,[16-21] les études qui aident à départager les facteurs de sélection génétiques et environnementaux et les études longitudinales incluant des mesures du fonctionnement des enfants avant et après la séparation[8,22-23] suggèrent que les facteurs de risque spécifiquement associés à la séparation ou au divorce parental sont responsables de la plus grande partie de l'accroissement du risque de difficultés psychologiques, académiques et sociales.[5-6]

La recherche récente s'est concentrée sur l'identification des processus familiaux qui expliquent spécifiquement (ou médiatisent) l'association entre le divorce parental et les difficultés chez les enfants. Le conflit parental qui se déroule (et qui est peut-être amplifié) après le divorce, la détérioration des pratiques parentales survenant avant et après la séparation, les stresseurs

économiques subséquents, le manque de contacts et d'interactions significatives avec le parent qui ne demeure plus à la maison et la mobilité résidentielle accrue auraient un rôle à jouer dans cette association.[5-7,24] La recherche suggère que ces processus familiaux expliquent la plus grande partie de l'accroissement du risque de difficultés associé au divorce des parents. Il existe un support solide à l'idée que des interventions ciblant ces processus réduiront les problèmes constatés chez les enfants de parents séparés ou divorcés.

**Lacunes de la recherche**

La recherche future devra examiner les causes et les conséquences des multiples transitions familiales,[9] en particulier pendant la période où le statut des parents est ambigüe (ni en couple, ni séparés).[5] Plus de recherches seront nécessaires pour comprendre la diversité (l'hétérogénéité) des réponses à la séparation ou au divorce parental.[5-6] Par exemple, il faut déterminer si ces transitions sont plus mal vécues dans les familles de plus faible niveau socio-économique, parmi lesquelles les séparations et les divorces sont plus fréquents.[25] Aussi, il faut identifier les facteurs de risque et de protection concomitants à la séparation, incluant ceux qui sont spécifiques à l'enfant. On constate également de grandes lacunes dans la recherche sur les interventions qui s'adressent aux couples en voie de divorce ou de séparation.[26] Une prochaine étape importante dans le domaine sera d'appliquer l'énorme quantité de résultats de recherches sur les causes et les conséquences du divorce au développement d'interventions supportées empiriquement pour réduire les difficultés psychologiques, académiques et sociales associées à la séparation parentale. Des recherches plus rigoureuses, particulièrement des études qui assigneront aléatoirement les familles à différentes interventions, seront absolument essentielles.[27]

**Conclusions**

La séparation ou le divorce parental est associé à un risque accru de plusieurs problèmes psychologiques, académiques et sociaux tout au long de la vie. La séparation des parents est associée à environ deux fois plus de ces problèmes en moyenne, mais une très grande majorité des enfants et adolescents concernés ne rencontrent pas de difficultés importantes après la séparation de leurs parents. Autrement dit, la recherche récente fait état d'un risque accru de difficultés, mais la séparation de ses parents ne condamne pas nécessairement un enfant à éprouver des problèmes majeurs. Cependant, les enfants et les adolescents qui vivent le divorce de leurs parents vivent fréquemment une grande détresse émotionnelle pendant et après la

séparation. Les recherches récentes, qui ont utilisé de multiples devis pour tester les mécanismes causaux sous-jacents, suggèrent que le risque accru de problèmes n'est pas seulement dû aux facteurs de sélection (des facteurs de risque qui augmentent à la fois la probabilité que les parents se séparent et celle que les enfants présentent des difficultés de fonctionnement). En fait, les conflits perdurant entre les parents après la séparation, la détérioration des pratiques parentales, les difficultés financières résultant de la séparation et la perte de contacts avec le parent qui ne demeure plus à la maison aident à expliquer l'association entre le divorce parental et le fonctionnement des enfants.

## Implications

Les décideurs politiques, les chercheurs et les professionnels sont actuellement engagés dans un débat sur l'importance du mariage et les conséquences du divorce. Plusieurs chercheurs et commentateurs soulèvent les effets « faibles » constatés dans les études sur le divorce et le fait qu'une très grande majorité d'individus dont les parents ont divorcé ne présentent pas de problèmes importants ou de troubles nécessitant un diagnostic. D'autres professionnels ont insisté sur le fait que même des effets faibles, lorsqu'ils sont multipliés par les millions d'enfants qui vivent la séparation ou le divorce de leurs parents, constituent un sérieux problème de santé publique.

Dans les débats portant sur la meilleure façon d'améliorer la vie des enfants, on propose fréquemment des initiatives qui se concentrent (a) soit sur les politiques culturelles et légales permettant de renforcer le mariage ou (b) soit sur des programmes qui visent à fournir des ressources économiques, sociales et psychologiques favorisant la qualité de vie des familles. Une dichotomie aussi stricte, cependant, ne permet pas de reconnaître que la structure familiale, les processus familiaux et les facteurs contextuels s'influencent et interagissent entre eux. Les familles sont plus susceptibles de s'épanouir dans les environnements où le mariage est solide et où elles ont accès aux ressources matérielles, sociales et psychologiques dont elles ont besoin. Ainsi, les réformes dans les politiques publiques devraient favoriser une approche plus globale pour réduire les risques dans la vie des enfants, risques qui incluent notamment la séparation ou le divorce des parents.

**Références**


1. McLanahan S, Donahue E, Haskins R. Marriage and child wellbeing. *The Future of Children* 2005;15:3-12.
2. Kiernan K. European Perspectives on Union Formation. In: Waite LJ, Bachrach H, Christine M, Hindin E, Thompson E, Thornton A, eds. *The Ties that Bind: Perspectives on Marriage and Cohabitation*. New York: Aldine de Gruyter; 2000:40-

58.

3. Casper LM, Bianchi SM. *Continuity and Change in the American Family*. Thousand Oaks, NJ: Sage Publications; 2002.
4. Bumpass L, Lu H. Trends in cohabitation and implications for children's family contexts in the United States. *Population Studies*. 2000;54:29-41.
5. Amato PR. Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family* 2010;72:650-666.
6. Lansford JE. Parental divorce and child adjustment. *Perspectives on Psychological Science* 2009;4:140-152.
7. Kelly JB, Emery RE. Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations* 2003;52:352-362.
8. Cherlin AJ, Chase-Lansdale PL, McRae C. Effects of parental divorce on mental health throughout the life course. *American Sociological Review* 1998;63:239-249.
9. Cherlin AJ. Demographic trends in the United States: A review of research in the 2000s. *Journal of Marriage and Family* 2010;72:403-419.
10. Academy of Medical Sciences Working Group. *Identifying the environmental causes of disease: How should we decide w hat to believe and when to take action?* London: Academy of Medical Sciences; 2007.
11. British Academy of Science Working Group. *Social science and family policy*. London: British Academy Policy Center; 2010.
12. Hetherington EM, Kelly J. *For better or for worse: Divorce reconsidered*. New York: W.W. Norton; 2002.
13. Cohen J. *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. 2nd ed. Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaum Associates; 1988.
14. Laumann-Billings L, Emery RE. Distress among young adults from divorced families. *Journal of Family Psychology* 2000;14:671-687.
15. Amato PR. Children of divorce in the 1990s: An update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology* 2001;15:355-370.
16. D'Onofrio BM, Turkheimer EN, Emery RE, Maes HH, Silberg J, Eaves LJ. A Children of Twins Study of parental divorce and offspring psychopathology. *Journal of Child Psychology & Psychiatry* 2007;48:667-675.
17. D'Onofrio BM, Turkheimer EN, Emery RE, et al. A genetically informed study of marital instability and its association with offspring psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology* 2005;114:570-586.
18. D'Onofrio BM, Turkheimer EN, Emery RE, et al. A genetically informed study of the processes underlying the association between parental marital instability and offspring adjustment. *Developmental Psychology* 2006;42:486-499.
19. D'Onofrio BM, Turkheimer EN, Emery RE, et al. A genetically informed study of the intergenerational transmission of marital instability. *Journal of Marriage and Family* 2007;69:793-803.
20. Amato PR, Cheadle JE. Parental divorce, marital conflict and children's behavior problems: A comparison of adopted and biological children. *Social Forces* 2008;86:1139-1161.
21. Burt SA, Barnes AR, McGue M, Iacono WG. Parental divorce and adolescent delinquency: Ruling out the impact of common genes. *Developmental Psychology* 2008;44:1668-1677.
22. Malone PS, Lansford JE, Castellino DR, et al. Divorce and child behavior problems: Applying latent change score models to life event data. *Structural Equation Modeling* 2004;11:401-423.
23. Strohschein L. Parental divorce and child mental health trajectories. *Journal of Marriage and Family* 2005;67:1286-1300.

24. Emery RE, Otto RK, O'Donohue WT. A critical assessment of child custody evaluations: Limited science and a flawed system. *Psychological Science in the Public Interest* 2005;6:1-29.

25. McLanahan S. Diverging destinies: How children are faring under the second demographic transition. *Demography* 2004;41:607-627.

26. Holtzworth-Munroe A, Applegate AG, D'Onofrio BM. Family dispute resolution: Charting a course for the future. *Family Court Review* 2009;47:493-505.

27. Beck CJA, Holtzworth-Munroe A, D'Onofrio BM, Fee W, Hill F. Collaboration between judges and social science researchers in family law. *Family Court Review* 2009;47:451-467.

# Comment les parents peuvent aider leurs enfants à faire face au divorce ou à la séparation

**JoAnne Pedro-Carroll, Ph.D.**

Clinical Psychologist, Consultant and Child Specialist, Founder, Children of Divorce Intervention Program, États-Unis

Novembre 2020, Éd. rév.

## Introduction

Chaque année, des millions d'enfants, partout dans le monde, font face à l'éclatement de leur famille. Dans plusieurs pays, le taux de divorce croît.[1] Les enfants sont grandement affectés par le divorce et le potentiel de problèmes à court et à long terme est considérablement plus élevé chez les enfants dont les parents sont divorcés. Alors que le divorce parental pose pour les enfants des risques significatifs qui justifient que nous nous en préoccupions, la recherche montre que ces effets négatifs ne sont pas les mêmes pour tous et qu'ils ne sont pas inévitables. Plusieurs facteurs peuvent réduire ces risques et promouvoir la résilience des enfants.[2,3]

Les trois facteurs qui affectent le plus le bien-être des enfants pendant et après la séparation ou le divorce de leurs parents peuvent potentiellement être contrôlés par les parents : le degré et la durée des hostilités entre les parents, la qualité des pratiques parentales et la qualité de la relation parent-enfant. Bien sûr, c'est le bien-être des parents et leur propre capacité de bien fonctionner qui sous-tendent ces trois facteurs. En apprenant comment gérer leurs conflits, exercer leurs fonctions parentales de façon efficace et nourrir des relations chaleureuses et affectueuses avec leurs enfants, les parents peuvent avoir un puissant effet positif sur leurs enfants, même lorsqu'ils vivent des changements difficiles dans leur propre vie.

## Sujet

On ne saurait surestimer l'importance du rôle et des habiletés des parents pour aider leurs enfants à faire face au divorce, car ce sont eux qui peuvent atténuer ou potentiellement renverser les conséquences négatives potentiellement sérieuses qu'il a sur les enfants.

L'impact du divorce sur les enfants est bien documenté. La plupart réagissent au divorce de leurs parents en manifestant des émotions douloureuses, dont la tristesse, la confusion, la peur

de l'abandon, la culpabilité, les idées fausses, la colère, le sentiment d'être en conflit de loyauté, l'inquiétude et l'amertume. Plusieurs enfants ressentent un sentiment de perte lorsque l'un de leurs parents déménage à l'extérieur de la résidence familiale, lorsqu'un animal aimé est laissé derrière, ou même lorsqu'ils sont avec un parent et s'ennuient de l'autre.[2] Dans les situations de conflit intense et de violence domestique, les enfants peuvent ressentir du soulagement lors de la séparation. Leur réaction peut varier selon leur âge, mais presque tous les enfants partagent cette inquiétude universelle : « Que va-t-il m'arriver? »

En plus de révéler ces émotions difficiles, la recherche a aussi montré que les conséquences négatives du divorce à court terme incluent une baisse du rendement scolaire, une faible adaptation psychologique, sociale et émotionnelle et un concept de soi négatif.[4] La santé physique des enfants est aussi compromise, particulièrement dans les situations de conflit élevé.[5] Les méta-analyses montrent un risque accru d'effets négatifs à long terme pour une minorité (tout de même importante) d'enfants lorsqu'ils deviennent adultes, notamment un sentiment de bien-être moins élevé, un statut socio-économique plus faible, une moins bonne santé physique, des liens émotifs moins forts avec leurs parents – surtout leur père – et un plus haut risque de vivre eux-mêmes un divorce.[6]

**Problèmes**

L'exercice des fonctions parentales au cours d'un divorce présente des défis particuliers, parce qu'il est souvent difficile pour les parents de savoir ce que leurs enfants pensent ou ressentent réellement à propos des changements qui se produisent dans leur famille. Pour une variété de raisons, la plupart des enfants parlent très peu du divorce de leurs parents et de leurs propres sentiments complexes à ce sujet.[2]

Un autre défi pour la plupart des parents est de maintenir le focus sur l'atteinte de leurs objectifs parentaux alors qu'ils vivent eux-mêmes un stress énorme en raison des multiples changements qui précèdent et suivent le divorce – en effet, le divorce est considéré comme la deuxième source de stress la plus importante après le décès du conjoint.[7] Puisqu'ils doivent faire le deuil de leur mariage et gérer leurs propres émotions vives et douloureuses, il est doublement plus difficile pour plusieurs parents de se concentrer sur les besoins accrus de leurs enfants.

Le maintien des hostilités entre les parents, qu'on observe dans certaines familles, peut potentiellement nuire énormément aux enfants. Malheureusement, cette hostilité est parfois

alimentée par des procédures judiciaires contradictoires qui mettent l'accent sur le blâme, les compensations et les punitions plutôt que sur les intérêts des enfants. Le maintien du conflit érode aussi l'efficacité des pratiques parentales, ce qui en retour contribue aux problèmes émotifs et comportementaux des enfants.

Malgré ces difficultés, plusieurs parents trouvent des moyens de faire des besoins de leurs enfants une priorité absolue et apprennent à exercer efficacement leurs fonctions parentales, de façon à ce que leurs enfants puissent restés centrés sur les priorités de l'enfance – apprendre et grandir – au lieu de devenir les gardiens ou les médiateurs de leurs parents.

**Contexte de la recherche**

Il existe plusieurs domaines de recherche pertinents qui contribuent grandement à notre compréhension de la façon dont les parents peuvent aider leurs enfants à faire face à la séparation ou au divorce. Au cœur de cette problématique se trouve la recherche sur les facteurs de risque et de protection qui mettent les enfants en danger de conséquences négatives à court et à long terme ou au contraire les supportent et leur offrent des ressources favorisant leur épanouissement. D'autres études fructueuses sont centrées sur la recherche des stratégies les plus efficaces pour gérer le conflit parental et l'identification des habiletés parentales qui contribuent à la croissance et au développement des enfants. Les études ayant porté sur des programmes d'intervention préventifs ont fourni d'abondantes données, non seulement sur l'efficacité des modèles de programmes comme tels, mais aussi sur la façon dont les enfants vivent le divorce, le conflit entre leurs parents et les processus parentaux qui l'accompagnent. Des progrès récents en neurosciences et en interventions préventives contribuent aussi à des approches parentales adaptées aux différents stades de développement des enfants et favorisent leur résilience.[8,9]

**Questions clés pour la recherche**

Parmi les nombreux champs de recherche qui contribuent à notre compréhension des moyens d'exercer efficacement son rôle parental au cours d'un divorce, ces questions sont quelques-unes des plus critiques :

1. Quels sont les facteurs qui rendent les enfants à risque de subir des conséquences négatives à court et à long terme et quels sont ceux qui les protègent?

2. Quelles sont les pratiques parentales efficaces qui aident les enfants à continuer à s'épanouir à travers un divorce ou une séparation?
3. En plus d'employer des pratiques parentales efficaces, comment les parents peuvent-ils établir une relation forte et chaleureuse avec leurs enfants?
4. Comment les parents peuvent-ils reconnaître les émotions et les préoccupations cachées de leurs enfants?
5. Comment les parents peuvent-ils mieux protéger leurs enfants d'un conflit néfaste?
6. Comment les interventions pour enfants et parents qui sont basées sur des recherches scientifiques améliorent-elles notre compréhension de la façon dont les parents peuvent aider les enfants à faire face au divorce?

**Résultats récents de la recherche**

Beaucoup d'actions peuvent être entreprises pour prévenir les problèmes à long terme et favoriser la résilience chez les enfants. La recherche offre une base de connaissances qui nous permet de raffiner notre compréhension de ce que les parents peuvent faire et d'améliorer les conseils que les professionnels peuvent leur offrir.

**1) Facteurs de risque et de protection.** Les facteurs familiaux que la recherche a permis d'identifier sont les suivants[2] (cet article ne traite pas des facteurs individuels et extra-familiaux, qui sont aussi importants) :

| Facteurs de risque familiaux | Facteurs de protection familiaux |
|---|---|

- Un conflit qui perdure entre les parents, particulièrement lorsqu'il est violent et/ou centré sur les enfants
- Une capacité réduite d'exercer ses fonctions parentales ou l'emploi de mauvaises pratiques parentales
- Un manque de surveillance des activités des enfants
- Des transitions familiales multiples (divorce, remariage, second divorce)
- Des problèmes de santé mentale chez les parents
- Une famille chaotique et instable
- Une relation parent-enfant de faible qualité
- Un appauvrissement économique
- Une protection contre le conflit qui a lieu entre les parents
- La coopération entre les parents dans l'exercice des fonctions parentales (sauf dans les situations de violence ou d'abus domestique)
- Des relations saines entre parents et enfants
- Le bien-être psychologique des parents
- Des pratiques parentales de qualité qui misent sur l'encadrement des enfants
- Une famille structurée et stable
- Des relations de soutien entre frères et sœurs
- La stabilité économique
- Des relations de soutien avec la famille élargie

On a montré que les interventions préventives fondées sur des résultats scientifiques, comme le Children of Divorce Intervention Program (CODIP ou Programme d'intervention pour les enfants de parents divorcés) et d'autres modèles similaires,[10] renforcent ces facteurs de protection, offrent du soutien et favorisent le développement des capacités d'adaptation chez les enfants, pour qu'ils soient plus en mesure de faire face aux changements familiaux et continuent à s'épanouir.[11]

2) Efficacité des pratiques parentales. Des études cliniques basées sur une intervention pour les parents appelée le New Beginnings Project[12,13] ont bien montré que des pratiques parentales de qualité constituent un facteur de protection puissant et une source modifiable de résilience pour les enfants. En matière de pratiques parentales, la qualité est définie comme une combinaison de chaleur, de soins affectueux, de discipline efficace et de limites bien établies. La recherche a montré systématiquement que ce type de parentage est lié à un meilleur développement des enfants.

L’une des meilleures façons pour les parents de rassurer leurs enfants au cours de cette période de grande incertitude qu’est le divorce est de leur répéter qu’ils les aimeront toujours. Bien qu’à différents stades développementaux les enfants peuvent sembler ne pas avoir besoin de cette réassurance ou peuvent même rejeter les expressions d’émotions fortes, ils bénéficient tous de manifestations fréquentes et sincères de l’amour de leurs parents. En plus des mots, les parents peuvent montrer leur affection par des gestes – en amenant les jeunes enfants à se blottir contre eux ou en enlaçant les plus vieux, par exemple – et par leur disponibilité, en passant simplement du temps avec eux. Créer des routines d’activités partagées et être empathique et sensible aux indices verbaux et non-verbaux signalant les émotions des enfants aident à manifester chaleur et affection.

L’autre aspect d’un parentage efficace est la discipline, caractérisée par des lignes directrices claires, des limites bien établies et des attentes appropriées à l’âge des enfants. Une discipline efficace aide les enfants en augmentant la prédictibilité de leur environnement et leur propre sentiment de contrôle, en réduisant les interactions coercitives entre parents et enfants et en prévenant les interactions avec des pairs déviants. Une telle discipline requière que les parents non seulement établissent des règles et limites claires et appropriées, mais aussi surveillent le comportement de leurs enfants et appliquent les règles établies.[2] Les enfants doivent comprendre que toutes les émotions sont acceptables, mais que tous les comportements ne le sont pas.

Pour mettre en place toutes ces pratiques parentales efficaces, il faut établir une communication ouverte par laquelle les parents écoutent respectueusement, reconnaissent les émotions et restent connectés avec leurs enfants. Les routines familiales comme les repas, les devoirs et les séances de jeu ou de loisirs contribuent à créer une structure et une stabilité qui favorisent cette communication et renforcent les attentes.[2]

Plusieurs autres aspects d’un parentage efficace ont un impact avant, pendant et après le divorce. Entre autres, les parents peuvent aider les enfants à développer leurs propres capacités (comme l’empathie, la résolution de problèmes et les capacités d’adaptation), à distinguer ce qui peut être résolu de ce qui ne peut l’être et à percevoir plus justement le conflit marital et le divorce comme étant des problèmes parentaux et non pas des problèmes que les enfants causent ou peuvent résoudre. Les parents peuvent aussi influencer les facteurs externes qui ont un impact sur les enfants au cours du divorce, en développant un réseau de soutien, en utilisant des procédures légales qui mettent l’accent sur les besoins développementaux des enfants et en

recherchant une aide professionnelle et des services préventifs pour eux-mêmes et leurs enfants.

**3) Relations parent-enfant.** La qualité des relations parent-enfant est un facteur de protection important qui prédit l'impact à long terme du divorce sur les enfants. Malheureusement, les enquêtes nationales montrent une détérioration significative des relations entre les enfants et leurs parents, particulièrement leur père, avec le temps.[14] Ce qui est encourageant, c'est qu'il existe plusieurs moyens pour les parents de renforcer leurs relations avec leurs enfants.

L'un de ces moyens est d'employer des pratiques parentales de qualité avec les enfants : s'engager à passer du temps seul à seul avec chacun, leur répéter leurs forces, renforcer leurs comportements positifs, les écouter sans les juger, accepter l'ambivalence de leurs émotions, leur faire sentir qu'ils sont compris, faire le lien entre leurs mots et leurs émotions, permettre le silence et leur donner le droit de ne pas parler. Toutes ces pratiques aident les enfants et les parents à se comprendre mutuellement et à approfondir leurs interactions.

Le développement de relations parent-enfant fortes dépend de la fréquence et de la qualité des communications avec les enfants; il faut être à l'écoute de leurs émotions et leur répondre avec empathie. La recherche montre que, dans les familles harmonieuses, les membres expriment régulièrement et sincèrement leur appréciation des autres et s'encouragent mutuellement. Prendre le temps de noter les actes de gentillesse et de considération et d'exprimer l'appréciation qu'on en a montre une bonne volonté qui alimente l'espoir, l'optimisme et l'affection.

Établir de nouveaux rituels et de nouvelles routines familiales est une autre façon de renforcer les liens entre parents et enfants. Ces routines transmettent le message que la famille est toujours unie – un message très rassurant pour les enfants. Les parents peuvent aussi renforcer leurs liens avec leurs enfants et les aider à devenir résilients en leur transmettant un sentiment d'espoir et une vision positive de l'avenir et en leur réaffirmant l'amour durable et inconditionnel qu'ils ont pour eux.

Un autre moyen qu'ont les parents de renforcer leurs relations avec leurs enfants est d'éviter de s'engager très rapidement dans de nouvelles relations. Il est compréhensible que les parents divorcés aspirent à retrouver un partenaire amoureux, mais s'engager dans de nouvelles relations amoureuses trop rapidement peut grandement affecter les enfants. Les problèmes qui s'ensuivent sont aggravés lorsque le nouveau partenaire a aussi des enfants. Plusieurs enfants

expriment un énorme sentiment de perte et peuvent avoir peur d'être remplacés lorsque l'attention de leur parent est soudainement concentrée sur un nouvel amour. Les nouvelles relations de leurs parents apportent inévitablement d'autres changements dans la vie des enfants, qui sont encore ébranlés par les changements reliés au divorce. S'engager lentement dans de nouvelles relations et donner aux enfants le temps de s'adapter au divorce avant d'imposer d'autres changements bénéficie à la fois aux enfants et aux nouvelles relations.

**4) Comprendre les émotions cachées des enfants.** L'enquête *Stress in America* conduite en 2009 par l'*American Psychological Association* révèle les disparités entre ce que les enfants vivent et ce que les parents pensent qu'ils vivent. L'un des résultats clés de cette enquête est le suivant : « Les réponses des parents et des jeunes diffèrent sur plusieurs questions reliées à la quantité de stress ou d'inquiétude que ressentent les jeunes, à ce qui cause ce stress/inquiétude et au changement du niveau de leur stress/inquiétude au cours de la dernière année. Par exemple, moins de parents que d'enfants croient que le niveau de stress des enfants a augmenté au cours de la dernière année, on constate un écart entre ce que les parents croient stressant pour les enfants et ce que les enfants considèrent inquiétant, et les parents semblent être inconscients du degré auquel les enfants rapportent des symptômes physiques, comme les maux de tête et les problèmes de sommeil, qui sont souvent associés au stress. »[15]

L'une des façons pour les parents de reconnaître les émotions de leurs enfants est de les aider à identifier et nommer ce qu'ils ressentent. Des recherches récentes en neurosciences ont montré que le fait de nommer les émotions calme l'amygdale, augmente l'activité dans le cortex préfrontal et aide à développer des circuits neuronaux permettant de gérer les émotions fortes, résoudre les problèmes, penser de façon rationnelle et faire preuve de bon jugement.[16,17]

Les parents sont plus en mesure de comprendre les émotions de leurs enfants lorsqu'ils se réservent des moments seul à seul avec eux, les écoutent de façon empathique, notent leurs signes non-verbaux et leur renvoient leur propre compréhension de ce qu'ils ressentent. Les enfants ont souvent besoin de temps et d'espace pour partager leurs émotions cachées et ils sont plus susceptibles de le faire s'ils croient que leurs parents les écouteront ouvertement et sans jugement.

**5) Gérer les conflits et les émotions fortes.** La façon dont les parents gèrent leurs propres émotions fortes et se comportent au cours du divorce et après celui-ci a un impact majeur sur les enfants. Il est impératif que les parents apprennent à contrôler les conflits qui sont verbalement

ou physiquement hostiles, fréquents, intenses ou axés sur les enfants – ce sont les types de conflits qui sont les plus néfastes pour les enfants. L'exposition à la violence domestique et au comportement abusif est particulièrement toxique pour les enfants. Être un parent responsable implique aussi de se comporter respectueusement envers l'autre parent de l'enfant.

Il existe plusieurs techniques que les parents peuvent employer pour protéger les enfants des effets toxiques des conflits intenses. Notamment, ils peuvent recadrer leur relation en un partenariat respectueux, de type professionnel, axé sur l'exercice des fonctions parentales. Ainsi, les parents établissent ensemble des limites claires et des règles de base à respecter dans leurs interactions. Ces règles incluent notamment de respecter le droit de l'enfant à une relation saine avec ses deux parents (lorsque c'est sécuritaire), d'établir et de respecter un horaire de rencontres pour discuter des enfants et d'autres questions pertinentes au divorce, de ne pas utiliser les enfants comme messagers ou informateurs et de s'assurer que les transitions des enfants entre les parents soient sécuritaires et respectueuses. Dans les situations de conflit élevé, il est souvent préférable que les parents exercent leurs fonctions parentales en parallèle et aient des contacts limités plutôt que de rester des partenaires qui interagissent et communiquent fréquemment.[2]

Il a été montré que la médiation est une alternative efficace pour résoudre les conflits et éviter les litiges juridiques lors des procédures de divorce. Une étude de suivi ayant comparé des parents qui ont opté pour la médiation et des parents qui ont procédé à un règlement juridique a montré que, douze ans après le divorce, les parents ayant choisi la médiation étaient plus en mesure d'harmoniser leurs fonctions parentales et de limiter et résoudre leurs conflits. De plus, les parents du groupe médiation qui avaient quitté la maison suite au divorce étaient restés impliqués plus activement dans la vie de leurs enfants que ceux qui avaient été en cour.[18]

Lorsque les parents ont de grandes difficultés à partager leurs responsabilités parentales sans développer de conflits, des professionnels du droit et de la santé mentale peuvent les aider à établir des plans de parentage détaillés qui limitent les interactions entre les parents et structurent les transitions pour les enfants à un endroit neutre. L'efficacité de ces plans est maximisée lorsqu'ils sont adaptés aux besoins développementaux des enfants et aux horaires des parents et qu'ils sont modifiés en fonction de l'évolution des besoins des enfants, à laquelle les parents doivent être sensibles.

**6) Interventions basées sur des résultats scientifiques.** Il a été montré que les interventions préventives ont un impact positif sur les enfants et les pratiques parentales. Les programmes pour les enfants sont utiles à la recherche parce qu'ils permettent de recueillir de précieuses informations sur les émotions et expériences des enfants tout en leur offrant plusieurs avantages. Les programmes comme le Children of Divorce Intervention Program (CODIP) offrent un support de groupe et des séances d'information qui aident les enfants en réduisant leur sentiment d'isolement, en clarifiant leurs idées fausses et en leur enseignant comment mieux communiquer avec leurs parents, résoudre les problèmes et développer des compétences de vie qui sont particulièrement importantes lors de périodes d'incertitude et de changements.[19] On a montré que le CODIP a de multiples bénéfices pour des enfants d'âges variés et provenant de diverses cultures, notamment en ce qui concerne l'adaptation sociale et émotionnelle, l'implication scolaire et la réduction de l'anxiété et des plaintes de symptômes physiques.[20]

Les bénéfices de ce programme axé sur l'enfant sont répliqués dans plusieurs pays du monde entier. Le CODIP a été traduit, adapté et diffusé avec succès pour les enfants des Pays-Bas dans un programme intitulé Dappere Dino's. Par des méthodes créatives, comme les marionnettes et les jeux thérapeutiques, ce programme a été adapté aux caractéristiques culturelles et développementales des jeunes enfants et les études avec répétition conduites à cet égard ont abouti à des résultats positifs.[21] Des sujets et des inquiétudes similaires associés au divorce ont été soulevés pour les enfants issus du programme des États-Unis et des Pays-Bas. Ces réponses affectives convergentes étayent l'universalité des craintes des enfants sur eux-mêmes et leurs familles, de leurs angoisses quant aux discordes parentales et de leur sentiment d'être la cause du divorce ou des conflits entre leurs parents. Dans ces deux pays, les résultats du programme démontrent que les enfants ont acquis les aptitudes sociales et affectives nécessaires à les aider à se désengager des conflits qui opposent leurs parents et à corriger leurs idées fausses. Les enfants participant à ces deux programmes rapportent que le groupe était un espace sécurisant et de soutien qui leur permettait de partager leurs émotions et qui leur a apporté l'assurance de savoir qu'ils ne sont pas les seuls à vivre ces expériences.[22]

Les interventions pour les parents, qui incluent les programmes d'éducation aux parents, leur fournissent des informations essentielles. Elles aident les parents à comprendre que leurs actes ont une grande influence sur l'évolution des enfants après le divorce et les encouragent à recadrer leur relation en un partenariat respectueux de type professionnel axé sur le partage des fonctions parentales. Ces interventions offrent des messages positifs et redonnent du pouvoir aux

parents, en mettant l'accent sur ce qu'ils peuvent contrôler, en les éduquant sur les bénéfices de limiter les conflits et de collaborer (lorsqu'il est sécuritaire de le faire) et en leur enseignant des pratiques parentales de qualité qui protègent leurs enfants.

La recherche sur les interventions exhaustives pour les parents montre que, six ans après la participation de parents à un tel programme, la santé mentale de leurs enfants est meilleure que celle des enfants dont les parents n'ont pas bénéficié d'une telle intervention.[23] Des études conduites récemment démontrent les bienfaits de l'intervention obtenus à long terme (au début de l'âge adulte) en matière de santé mentale.[24]

Au-delà de ces six domaines de recherche, beaucoup d'autres éléments ont été établis sur la façon dont les parents peuvent aider les enfants à faire face au divorce et à la série de changements qu'il initie – plus que ne peut en contenir ce bref article. Les champs additionnels suivants sont parmi ceux qui ont un impact positif sur les enfants :

- Il est souhaitable de préparer les enfants aux changements en leur donnant des informations précises sur le divorce qui sont appropriées à leur âge. Ces informations aident les enfants à se sentir en sécurité, car elles répondent à la question si importante : « Que va-t-il m'arriver? » Donner aux enfants des informations spécifiques sur les aspects de leur vie qui changeront et ceux qui seront maintenus aide aussi à réduire leur inquiétude à propos de leurs parents, leur fratrie, leurs animaux, leurs amis et leur famille élargie. À titre de conseillère pour le projet Sesame Street Resilience Project (projet sur la résilience du 1, rue Sésame), nous avons élaboré de la documentation destinée aux parents et aux intervenants pour aider les enfants à comprendre le divorce et les bouleversements familiaux. Cette documentation est disponible gratuitement et en anglais seulement à l'adresse sesamestreet.org/divorce.
- Réduire le nombre de changements dans la vie des enfants est une autre voie que les parents peuvent choisir pour les protéger suite à la séparation ou au divorce. Le divorce sera plus facile pour les enfants s'ils peuvent maintenir leurs relations importantes, continuer de fréquenter la même école, participer aux mêmes activités et garder leurs animaux. Maintenir des structures et des routines peu perturbantes pour les enfants est aussi important. Souvent, les besoins des enfants changent au fil du temps et les parents doivent rester à l'écoute, observer comment les transitions d'un foyer à l'autre les affectent et faire les ajustements nécessaires pour éviter que les enfants ne développent le sentiment

que leur vie est hors contrôle.

- Une tâche importante – et souvent difficile – sous-tend tout ce que les parents font pour prendre soin de leurs enfants : prendre soin d'eux-mêmes. Le stress amène souvent plusieurs changements indésirables dans le sommeil, l'appétit et la tension physique. Ces changements sont généralement aggravés par la pression additionnelle sur l'horaire qu'entraîne le partage des responsabilités parentales à partir de deux foyers différents et l'impact financier de devoir séparer le même revenu pour couvrir des dépenses supplémentaires. Les parents doivent prioriser la recherche de façons saines de gérer et réduire leur stress et de prendre soin d'eux-mêmes pour pouvoir exercer leur rôle parental le plus efficacement possible.

**Lacunes de la recherche**

Plus de recherches sont nécessaires en matière de plans de parentage. Plus particulièrement, il faut découvrir comment répondre le plus efficacement possible aux besoins des enfants de différents âges, surtout les nourrissons et les enfants d'âge préscolaire. Il reste encore à déterminer de manière définitive s'il est préférable pour les nourrissons et les tout-petits de passer toutes leurs nuits dans la même maison ou de partager leurs nuits entre deux foyers et deux parents. Idéalement, les plans axés sur les fonctions parentales soutiennent la croissance et le bon développement de l'enfant lorsqu'ils peuvent être adaptés au fil du temps de manière à répondre à ses besoins évolutifs.[25]

De même, plus de recherches seront nécessaires pour développer et évaluer des interventions et plans de parentage efficaces pour les parents enracinés dans un conflit très intense. Les études conçues pour comprendre quels types d'interventions sont les plus efficaces et comment les adapter à des populations et problèmes spécifiques apporteront certainement des connaissances importantes.

**Conclusions**

Étant donné la prévalence élevée du divorce à travers le monde, il est critique de comprendre son impact sur les enfants et d'établir des façons de les protéger de ses effets potentiellement néfastes. Heureusement, une quantité considérable de recherches dans plusieurs domaines reliés au divorce et à l'exercice du rôle parental a déjà permis de recueillir beaucoup d'informations. Nous savons comment le divorce affecte les enfants à court et à long terme. Nous

connaissons les facteurs de risque et de protection majeurs qui prédisent comment ils s'épanouiront. Nous connaissons spécifiquement les facteurs contrôlés par les parents qui ont le plus grand impact et les comportements particuliers qui ont un effet positif durable sur les enfants. Exercer efficacement son rôle parental en faisant à la fois preuve de chaleur et de discipline, développer des relations parent-enfant positives et gérer les conflits sont les trois facteurs les plus importants pour protéger les enfants. La capacité des parents à reconnaître les émotions cachées de leurs enfants et leur volonté de les aider à exprimer clairement leurs émotions sous-tend leur habileté à exercer efficacement leur rôle parental et à développer des relations solides avec leurs enfants. Les interventions pour les enfants basées sur des fondements scientifiques et les programmes qui renforcent les habiletés parentales aident les familles tout en permettant de recueillir de précieuses données de recherche.

Plusieurs enfants ont bénéficié de l'amour constant de leurs parents et de la détermination qu'avaient ces derniers à placer les besoins de leurs enfants en priorité – devant leur propre peine et leurs propres nuits blanches. Mais de grands défis restent : comment pouvons-nous aider tous les enfants à traverser les changements familiaux avec résilience, en s'adaptant sainement? Comment pouvons-nous rejoindre tous les parents et les aider à développer les priorités, les habiletés et la détermination nécessaires pour donner à leurs enfants les meilleures opportunités de mener une vie épanouissante?

**Implications pour les parents, les services et les politiques**

*Parents*

Les implications de ces recherches fournissent un message stimulant aux parents : vous pouvez faire beaucoup de choses pour optimiser le développement de vos enfants. Les risques sont réels, tout comme l'est le potentiel de les aider à grandir à travers les changements, à devenir résilients, et à se sentir totalement en sécurité, s'ils savent qu'ils sont aimés et seront aimés toute leur vie.

*Services*

Les parents doivent obtenir tôt dans le processus de rupture les informations qui sont disponibles sur les façons de réduire l'impact négatif du divorce sur leurs enfants.[26] L'un des défis est de rejoindre les parents, par le biais de programmes d'éducation, de procédures légales et d'autres moyens préventifs, avant que les problèmes ne deviennent trop lourds. Il est

nécessaire qu'un système de support soit disponible dans chaque communauté pour offrir de l'éducation aux parents, présenter des méthodes alternatives de résolution des conflits et offrir des interventions préventives pour parents et enfants. Plusieurs de ces services sont éliminés à cause de contraintes financières, mais la recherche montre que les programmes de sensibilisation offerts au début du processus de rupture sont rentables et aident à prévenir des problèmes plus complexes pour les parents et les enfants. Nous devons trouver des façons efficaces et rentables de diffuser largement les interventions basées sur des fondements scientifiques pour qu'elles puissent être facilement accessibles et disponibles pour tous les parents et leurs enfants.

*Politiques*

Les recherches impliquent principalement qu'il faut recadrer le processus légal de divorce lorsque des enfants sont impliqués, de façon à ce qu'il intègre les connaissances acquises sur ce qui est véritablement préférable pour les enfants. Les décisions sur la garde des enfants et le temps passé avec chaque parent doivent être prises à la lumière de la recherche sur le développement de l'enfant, et non selon un modèle uniforme choisi par défaut. Par ailleurs, augmenter la disponibilité d'alternatives comme les démarches juridiques collaboratives (« collaborative law ») et la médiation, présenter aux juges, experts en droit et professionnels de la santé mentale des informations fondées sur des résultats scientifiques et trouver des façons de structurer les procédures légales pour protéger les enfants sont tous des changements qui bénéficieront aux enfants et, ultimement, à la société dont ils hériteront et qu'ils façonneront lorsqu'ils deviendront adultes.

**Références**


1. Amato PR, James S. Divorce in Europe and the United States: Similarities and Differences Across Nations. *Family Science* 2010;1:2-13.
2. Pedro-Carroll J. *Putting children first: Proven parenting strategies for helping children thrive through divorce*. New York: Avery/Penguin, 2010.
3. Pedro Carroll, J. "Wat gaat er met mij gebeuren?" Ouderlijke zorg voor veerkracht in de nasleep van echtscheiding ["What's going to happen to me?" Parental care for resilience in the aftermath of divorce]. *Tijdschrift van de Vereniging voor Kinder- en Jeugdpsychotherapie [Journal of the Association for Child and Adolescent Psychotherapy]* 2020;47(2):58-77. Deutch.
4. Amato P. The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family* 2000;62;1269-1287.
5. El-Sheikh ME, Cummings M, Kouros CD, Elmore-Staton L, Buckhalt J. Marital psychological and physical aggression and children's mental and physical health: Direct, mediated and moderated effects. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 2008:76(1):138-148.

6. Amato P. Children of divorced parents as young adults. Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective. In: Hetherington EM, ed. *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective.* Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 1999:147-163.
7. Holmes TH, Rahe RH. The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research* 1967;11(2):213-218.
8. Hanson R. *Resilient: How to grow an unshakable core of calm, strength and happiness.* Harmony Books, New York, 2018.
9. Wolchik SA, Tein JY, Winslow E, Minney J, Sandler IN, Masten A. Developmental cascade effects of a parenting-focused program for divorced families on competence in emerging adulthood. *Development and Psychopathology.* In press.
10. Stolberg A, Mahler J. Enhancing treatment gains in a school based intervention for children of divorce through skills training, parental involvement, and transfer procedures. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 1994:62:147-156.
11. Pedro-Carroll J. Fostering resilience in the aftermath of divorce: The role of evidence-based programs for children. *Family Court Review* 2005;43:52-64.
12. Wolchik SA, Sandler I, Millsap RE, Plummer BA, Greene SM, Anderson ER. Six-year follow-up of a randomized controlled trial of preventive interventions for children of divorce. *Journal of the American Medical Association* 2002;288:1-8.
13. Sandler I, Ingram A, Wolchik S, Tein J-Y, Winslow E. Long-term effects of parenting-focused preventive interventions to promote resilience of children and adolescents. *Child Development Perspectives* 2015; 9(3).
14. Zill N, Morrison DR, Coiro MJ. Long-term effects of parental divorce on parent-child relationships, adjustment and achievement in young adulthood. *Journal of Family Psychology*. 1993; 7(1):91-103.
15. Stress in America Survey American Psychological Association. Washington D.C. 2009.
16. Leiberman MD, Eisenberger NI, Crockett MJ, Tom SM, Pfeifer JH, Way BM. Putting feelings into words: Affect labeling disrupts amygdala activity in response to affective stimuli. *Psychological Science* 2007;18(5):421-428.
17. Torre JB, Lieberman MD. Putting feelings into words: Affect labeling as implicit emotion regulation. *Emotion Review* 2018;10(2):116-124.
18. Emery RE. *Renegotiating family relationships: Divorce, child custody, and mediation. 2nd Ed.* New York: Guilford Press, 2011.
19. Pedro-Carroll JL, Jones SH. A preventive play intervention to foster children's resilience in the aftermath of divorce. In: Reddy LA, Schaeffer CE, Hall TM, eds. *Empirically based play interventions for children*. Washington, D.C.: American Psychological Association, 2005.
20. Pedro-Carroll JL, Sutton SE, Wyman PA. A two-year follow-up evaluation of a preventive intervention for young children of divorce. *School Psychology Review* 1999;28:467-476.
21. Klein Velderman M, Pannebakker F, Van Vliet W, Reijneveld S. Prevention of divorce-related problems in Dutch 4- to 8-year-olds: Cultural adaptation and pilot study of the Children of Divorce Intervention Program. *Research on Social Work Practice* 2018;28(4):415-427. doi: 10.1177/1049731516644504
22. Pedro-Carroll J, Klein Velderman M. Extending the global reach of a play-based intervention for children dealing with separation and divorce. In: Reddy LA, Files-Hall TM, Schaefer CE, eds. *Empirically Based Play Interventions for Children, 2nd edition.* Washington DC: American Psychological Association; 2016:35-53.
23. Wolchik SA, Sandler I, Millsap RE, Plummer BA, Greene SM, Anderson ER. Six year follow-up of a randomized controlled trial of preventive interventions for children of divorce. *Journal of the American Medical Association* 2002;288:1-8.
24. Wolchik SA, Tein JY, Sandler IN, Kim HJ. Developmental cascade models of a parenting-focused program for divorced families on mental health problems and substance use in emerging adulthood. *Development and Psychopathology* 2016;28:801-818.

25. Emery RE. *Two Homes One Childhood: A parenting plan to last a lifetime*. New York: Avery/Penguin Random House; 2016.

26. Pedro-Carroll JL, Frazee E.  A.C.T. – For the children: helping parents foster resilience and protect children from conflict in the aftermath of a break-up. *New York Law Journal,* January 2001.

# Plans de parentage suivant la séparation ou le divorce : considérations développementales

**Marsha Kline Pruett, MSL, Ph.D., ABPP & Natalie Najman**

Smith College School for Social Work, États-Unis

Novembre 2020, Éd. rév.

## Introduction

Au cœur des préoccupations des parents qui se séparent et des tribunaux de la famille se trouve le dilemme suivant : comment supporter le rôle des deux parents dans la vie de l'enfant sans séparer arbitrairement en deux la vie et le temps de celui-ci? La résolution de ce dilemme requiert que les parents privilégient tous deux le bien-être de leur enfant lorsqu'ils décident de la façon dont les décisions majeures à son sujet seront prises (p. ex., soins médicaux, éducation), de la façon dont les responsabilités parentales et le temps passé avec l'enfant seront divisés et de la façon dont les conflits seront résolus lorsqu'ils surviendront.

## Problème

Bien qu'un plan de parentage soit requis lors d'un litige parental ou d'un divorce dans la plupart des états américains, des États ont élaboré leurs propres directives spécifiques à l'âge axées sur le calendrier de l'enfant et le temps passé avec chacun de ses donneurs de soins. En résultat, le développement des plans de parentage est souvent chargé des désirs, perceptions et croyances variables des parents à propos de la structure et des arrangements qui pourraient le mieux servir les intérêts de leur enfant.

Comment la recherche peut-elle favoriser l'élaboration de plans de parentage qui s'harmonisent avec le développement de l'enfant?

En fait, les résultats de recherche forment un guide pour créer un plan qui trouve un juste équilibre entre la stabilité et l'implication des deux parents, en fonction du stade de développement de l'enfant.

## Contexte de la recherche

Aux États-Unis, un certain nombre d'États sont dotés de directives fondées sur les études qui ont porté sur toutes les tranches d'âge, suggérant des plans de parentage acceptés par des professionnels de la santé et du secteur juridique comme possibilités pour les familles dans des contextes différents. Ils sont accessibles en ligne, notamment pour l'Arizona, l'Orégon, l'Indiana, ainsi que la province de l'Alberta au Canada et sur custodyXchange.com qui propose des renseignements personnalisés dans la plupart des juridictions. De plus, de nombreux pays, États, provinces et territoires tentent de déterminer si leurs lois et politiques à l'égard de la garde partagée fonctionnent bien à l'échelle familiale. La décision de l'Australie en 2006 d'encourager une responsabilité parentale égale ainsi que des temps de garde substantiels et significatifs pour les deux parents en est un excellent exemple.[1] Une étude de suivi a conduit à la conclusion que la majorité des parents considéraient que leurs arrangements étaient souples et efficaces.[2]

*Nourrissons, tout-petits et enfants d'âge préscolaire*

La théorie de l'attachement est centrale dans la recherche liée au divorce lors des premiers stades de développement de l'enfant. Les enfants développent un attachement sécurisé envers les donneurs de soins qui satisfont leurs besoins de manière cohérente et sensible. On croyait auparavant que les bébés développaient un attachement exclusif à un seul donneur de soin; nous savons maintenant qu'ils développent simultanément plusieurs relations significatives, par exemple avec un second parent, un grand-parent, ou un autre donneur de soins. En fait, les enfants peuvent préférer un parent à l'autre à différents âges, alors que des préoccupations développementales spécifiques au stade de développement suivant émergent (p. ex., l'autonomie).[2]

De façon similaire, l'attachement est un thème omniprésent dans les plans de parentage pour les nourrissons et les tout-petits.[3] Les bébés répondent de façon optimale lorsque les horaires sont prévisibles et lorsque les conduites parentales sont sensibles et adaptées à leur tempérament. Les parents ont plus de latitude pour établir des plans qui incluent de multiples transitions lorsque leurs enfants ont un tempérament facile et flexible, et les parents coopèrent bien l'un avec l'autre ou, tout du moins, accordent la priorité aux besoins de leur bébé plus qu'à leurs propres conflits. À ce stade du développement, les enfants ont besoin de contacts fréquents avec leurs deux parents, puisque leur sens du temps, leur mémoire et leur capacité à se sentir connecté au parent absent sont limités.[3] Des contacts fréquents, quotidiens si possible, aident les parents qui ne résident pas avec leurs enfants à rester au fait de leurs routines en évolution. La coopération parentale en ce qui concerne la routine alimentaire et de sommeil et le support lors

des transitions vers l'autre parent aident l'enfant à développer un contrôle interne et des habiletés liées à l'autonomie et à l'exploration. Bien que la garde partagée des enfants vivant aux domiciles des deux parents soit de plus en plus courante à travers le monde, relativement peu d'enfants âgés de moins de trois ans passent plus du tiers de leur temps au domicile du parent le moins fréquenté.[1,4]

Une question clé des plans pour les enfants de moins de trois ans est l'âge auquel ils doivent commencer à dormir chez le parent qui ne réside pas normalement avec eux. La recherche pertinente est intensément débattue et fréquemment mal citée en contexte légal. La plupart des professionnels conviennent que la sensibilité émotionnelle des parents surtout lors des transitions facilite l'adaptation des enfants. Lorsqu'un conflit parental et une communication problématique sont évidents, les nuits chez l'autre parent sont plus susceptibles d'être associées à la dysrégulation chez les nourrissons et les tout-petits. Cinq études ont très tôt examiné directement les séjours d'une durée supérieure à une journée (passer la nuit chez l'autre parent) et/ou l'attachement chez les tout-petits; les tendances identifiées penchaient vers des inquiétudes au sujet des séjours fréquents supérieurs à une journée, mais les études innovantes consacrées à des thèmes inédits présentent généralement des limites au niveau du recueil de données ou de la méthodologie et il faut prendre garde à une surinterprétation de leurs résultats. Ces études sont résumées dans un autre article.[5] Des cliniciens-chercheurs experts dans ce domaine ont mis au point un outil qui porte sur un ensemble de facteurs à considérer quant aux séjours de plus d'une journée (qui incluent la nuit) : en commençant par la sécurité et la confiance, puis la qualité de la garde du parent, la santé et le développement de l'enfant, l'adaptation de l'enfant, la relation co-parentale, les facteurs pragmatiques (comme la proximité entre les domiciles des deux donneurs de soins) et les facteurs familiaux et liés à la situation (les horaires de travail des adultes et la disponibilité pour la famille élargie).[5,6] Dans une étude consacrée à l'impact des séjours incluant la nuit sur les relations familiales des années plus tard, les étudiants aux études collégiales et leurs parents divorcés ont déclaré des relations parent-enfant plus positives lorsque les étudiants avaient commencé les séjours incluant la nuit au stade de nourrisson en croissance. Les pères ont rapporté cette relation plus que les mères, mais les deux parents l'ont confirmée.[7]

La plupart des recherches indiquent qu'à l'âge de quatre ans, les enfants qui dorment régulièrement chez le parent ne résidant pas avec eux montrent une meilleure adaptation comportementale et des relations père-enfant plus proches. De plus, cette relation est vraie

quelle que soit la culture. Parmi les nombreux exemples figure celui des parents de Suède qui sont plus susceptibles que ceux des États-Unis d'adopter une garde partagée après leur séparation. Aucune étude menée en Suède n'a mis en évidence que les arrangements associés à la garde partagée avaient un quelconque impact négatif sur la santé des enfants à partir de l'âge de trois ans.[8]

*Enfant d'âge scolaire*

Les enfants d'âge scolaire veulent appartenir à des groupes de pairs et ont une forte inclination envers la compétition et la maîtrise de défis intellectuels/cognitifs, physiques et sociaux. Ils valorisent hautement les règles et la justice et sont particulièrement enclins à prendre parti et à vivre des conflits de loyauté.[9] Le développement de la moralité se produit à ce stade, les enfants apprenant à distinguer le bien du mal.

Les plans de parentage à cet âge facilitent un développement optimal lorsqu'ils favorisent au maximum la participation des deux parents, lorsqu'ils supportent les activités scolaires et parascolaires des enfants sans complication excessive due aux transitions d'un foyer à l'autre et lorsqu'ils gardent l'enfant à l'extérieur des conflits parentaux qui pourraient l'encourager à prendre parti. Il est important que les parents restent courtois entre eux pour que les enfants se sentent en sécurité dans leur relation avec leurs deux parents. Les parents doivent aussi respecter l'horaire établi, pour que les enfants puissent faire des plans avec leurs pairs et planifier leurs activités sur une base régulière et cohérente. Même lorsque les enfants présentent un diagnostic de troubles courants comme un déficit de l'attention, une hyperactivité, une dépression ou un trouble du spectre de l'autisme, la garde partagée peut s'avérer fonctionnelle si les risques et les problèmes liés à des facteurs protecteurs sont soigneusement pesés.[10]

*Adolescence*

Alors que l'identité émerge et se consolide à l'adolescence, les jeunes désirent à la fois appartenir à un groupe, être différents et être acceptés. Les pairs forment le groupe de référence pour les décisions et les activités quotidiennes, mais les parents gardent une grande influence sur les comportements qui touchent les études, le développement de relations saines et malsaines avec les pairs, les activités, l'utilisation du temps et les valeurs.

Les plans de parentage à ce stade fonctionnent le mieux lorsque les deux parents sont facilement accessibles pour l'enfant, particulièrement si l'un des parents a des problèmes de santé mentale ou qu'il n'arrive pas à assumer correctement son rôle disciplinaire. Les adolescents choisissent souvent de passer d'un foyer à l'autre de façon plus libre que les enfants plus jeunes,[11] ce qui peut favoriser leur développement dans la mesure où il ne s'agit pas d'un stratagème pour éviter l'autorité et le contrôle parental.

*Considérations concernant la garde partagée*

Au-delà des prises de décisions en commun et du temps passé avec l'enfant, d'autres composantes du coparentage fournissent des opportunités d'établir des plans de parentage sensibles au développement de l'enfant. Les composantes importantes incluent (a) la valorisation de la contribution de l'autre parent à l'éducation de l'enfant; (b) la reconnaissance des différences de genre, de culture et de personnalité qui amènent les parents à penser, ressentir et se comporter différemment lorsqu'il s'agit de l'éducation de l'enfant; et (c) la création d'une équipe de parents qui s'appuient mutuellement et présentent un front uni,[12] par exemple devant les nouvelles expériences à l'adolescence. Le coparentage, lorsqu'il fonctionne comme une alliance, peut contrer des pratiques parentales déficientes et améliorer la qualité des relations parent-enfant,[13] supportant ainsi le sentiment de sécurité de l'enfant qui a été perturbé lors de la transition vers des ménages et unités familiales séparés.[14]

Les enfants dont la garde est conjointe, qu'elle soit définie comme le partage des décisions concernant l'enfant (garde conjointe légale) ou comme le partage du temps passé avec chaque parent (garde conjointe physique), tendent à être mieux adaptés après la séparation ou le divorce que leurs homologues dont la garde exclusive appartient à un seul parent. En effet, leurs parents rapportent moins de conflits.[15] Il reste que le partage des responsabilités parentales et la séparation du temps dans deux foyers différents fonctionnent plus facilement pour tous lorsque les parents coopèrent.[16,17] Néanmoins, il est bon de souligner que dans le cadre d'une étude, les bienfaits d'une garde conjointe ont perduré même lorsque les parents ne s'entendaient pas sur l'entente.[18] De plus amples études sont nécessaires pour examiner ce phénomène avec des ensembles de données plus larges et des périodes d'étude plus longues.

*Implication des pères qui ne résident pas avec leurs enfants*

Parce que les pères ont une contribution unique au développement sain de leur enfant[19] et que leur implication tôt dans la vie de celui-ci favorise leur implication à long terme,[20] les plans de parentage après la séparation ou le divorce devraient renforcer l'implication du père. L'implication du père auprès de ses enfants est souvent fonction de l'attitude et des attentes de la mère à propos du support qu'il apporte.[21] Ainsi, l'évaluation de la mesure dans laquelle la mère restreint l'implication du père[22,23,24,25] et des raisons pour lesquelles elle le fait conduisent à l'établissement de plans de parentage qui sont plus susceptibles de traverser le temps. Le coparentage cohésif, notamment si la mère encourage la relation père-enfant, et la proximité du père avec ses enfants contribuent toutes deux à l'adaptation des enfants à la séparation et à la limitation des problèmes comportementaux et des difficultés avec les pairs.[26] Un chercheur a démontré que les adaptations sociocomportementales positives étaient les plus significatives lorsque les enfants passaient au moins 40 % de leur temps avec chacun de leurs parents.[27]

**Lacunes de la recherche**

C'est la qualité (et non la quantité) de temps passé avec l'enfant et des conduites parentales qui est le plus fortement liée à la proximité affective entre parent et enfant. Bien qu'une quantité minimale de temps soit nécessaire pour créer et maintenir la proximité, ces études n'ont pas permis d'en déterminer le seuil. À savoir, combien de temps les enfants et les parents doivent passer ensemble, dans des conditions distinctes (âge de l'enfant, conflit parental, qualité de l'éducation) avant de créer une connexion positive qui puisse résister à la distance et aux occasions perdues d'apprendre à se connaître au quotidien. De manière similaire, même s'il a été démontré que le coparentage était globalement bénéfique pour l'enfant, les dynamiques individuelles et familiales ont toujours de l'importance, car les situations personnelles ont une incidence sur les avantages et les inconvénients possibles des différents arrangements. La qualité des conduites parentales et la qualité des relations parent-enfant émergent dans toutes les études comme des facteurs centraux pour le développement de l'enfant, et les particularités des plans de parentage fournissent moins d'information utile que le contexte familial dans lequel le coparentage se déroule.

**Conclusions**

On devrait mettre plus d'accent sur l'établissement d'un plan qui permette aux deux parents de se sentir et d'agir de façon engagée et responsable envers leurs enfants que sur la quantité de temps comme telle consacrée à l'éducation de l'enfant. Il faut porter plus d'attention à la

capacité des enfants en bas âge à réguler leur sommeil et leur alimentation et à avoir l'assurance que leurs besoins seront satisfaits. Ces besoins sont de plus en plus variables à mesure que l'enfant grandit. Les bénéfices de l'implication des deux parents sont évidents tout au long du développement de l'enfant. Les nuits chez l'autre parent, les transitions fréquentes et le temps passé dans deux maisons différentes prennent une signification différente alors que les enfants se développent et grandissent en dehors du noyau familial. La clé du succès est un plan de parentage qui nourrit le sentiment de sécurité de l'enfant sans pour autant sacrifier sa relation avec le parent qui ne réside pas avec lui (p. ex., le père). L'atteinte de cet équilibre passe par la mise en place de conditions de vie optimales pour les enfants mineurs, mais peut aussi mettre à l'épreuve notre conception de ces conditions optimales.

**Implications**

Des plans de parentage sont exigés dans la plupart des états. Ils contiennent des descriptions détaillées des modalités de garde partagée (où, quand), du processus de prise de décisions concernant l'éducation des enfants, leurs besoins médicaux, leurs activités et leur bien-être et des façons dont les conflits et les changements développementaux qui nécessitent des modifications au plan de parentage seront gérés dans le futur. Pour la plupart des jeunes enfants et pour les enfants plus âgés dont la mère assume le rôle parental primaire, il est plus facile de maintenir la relation mère-enfant après le divorce que la relation père-enfant/autre donneur de soins. Les plans de parentage aident tous les parents/donneurs de soins qui ne résident pas avec leurs enfants à conserver une place importante dans leur vie.

Plusieurs parents construisent leurs plans de parentage eux-mêmes, souvent avec les conseils de médiateurs familiaux ou d'autres professionnels formés pour les aider à négocier et s'entendre. Lorsque ce n'est pas possible, parce que le conflit entre les parents est élevé, que l'inquiétude quant à la capacité de l'autre parent à s'occuper adéquatement des enfants est grande ou que la présence de violence ou d'abus dans la famille rend les négociations injustes, déséquilibrées ou dangereuses, les tribunaux interviennent et déterminent les modalités finales par décret judiciaire. Dans ces cas, les parents ne devraient pas procéder à l'établissement d'un plan sans intervention professionnelle ou judiciaire. Lorsque les plans sont obtenus par médiation et non en cour, ils durent plus longtemps, facilitent l'adaptation de l'enfant et favorisent la proximité entre le père et l'enfant tout au long de la vie.[28] Avec le temps, alors que les enfants gagnent en maturité et que leurs besoins changent, des modifications au plan sont nécessaires. Lorsque les problèmes surviennent, il est bénéfique, avant de chercher une intervention judiciaire, de

consulter à nouveau un médiateur familial ou un coordonnateur parental,[29,30] un thérapeute ou autre professionnel qui puisse aider les parents à prendre leurs propres décisions et à apporter des changements au plan de parentage.

Le divorce entraîne une diminution d'expérience et de temps passé avec l'enfant dont les parents, particulièrement les pères ou autre parent ne résidant pas avec l'enfant ou encore moins présent, se désolent. Il reste que la transition vers un plan de parentage plus équilibré où les deux parents ont une place auprès de l'enfant peut prendre du temps. Dans la mesure du possible, la garde partagée devrait être privilégiée.[31] Si chaque parent a l'opportunité de prendre soin, d'éduquer, de discipliner et de jouer avec l'enfant et qu'il le connait intimement, la quantité exacte de temps passé avec chaque parent n'aura pas d'impact à long terme sur le développement de l'enfant. Finalement, même les meilleurs plans de parentage ne peuvent pas rester permanents. Une telle idée ignore une règle de base du développement de l'enfant : les enfants vieillissent rapidement et de façon imprévisible, et chaque expérience compte.

**Références**


1. Parkinson P. *Family law and the indissolubility of parenthood*. Cambridge, UK: Cambridge University Press; 2011.
2. Parkinson P. Shared physical custody: What can we learn form Australia law reform? *Journal of Divorce and Remarriage* 2018;59(5):401-413.
3. Lamb ME, Lewis C. The development and significance of father-child relationships in two-parent families. In: Lamb, ME, ed. *The role of the father in child development*. 2nd ed. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons; 2010: 94-153.
4. Kline Pruett M. Applications of attachment theory and child development research to young children's overnights in separated and divorced families. In: Kline Pruett M, ed. *Overnights and young children: Essays from the Family Court Review*. Madison, WI: *Association of Family and Conciliation Courts*; 2005:5-12.
5. Tornello SL, Emery R, Rowen J, Potter D, Ocker B, Xu Y. Overnight custody arrangements, attachment, and adjustment among very young children. *Journal of Marriage and Family* 2013;75(4):871-885.
6. Pruett MK, McIntosh JE, Kelly JB. Parental separation and overnight care of young children, Part I: Consensus through theoretical and empirical integration. *Family Court Review* 2014;52(2):240-255.
7. McIntosh JE, Pruett MK, Kelly JB. Parental separation and overnight care of young children, part II: Putting theory into practice. *Family Court Review* 2014;52(2):256-262.
8. Braver SL, Votruba AM. Does joint physical custody "cause" children's better outcomes? *Journal of Divorce and Remarriage* 2018;59(5):452-268.
9. Fransson E, Hiern A, Bergstöm M. What can we say regarding shared parenting arrangements for Swedish children? *Journal of Divorce & Remarriage* 2018;59(5):349-358.
10. Kline Pruett MK, Cowan CP, Cowan PA, Diamond JS. Supporting father involvement in the context of separation and divorce. In: Kuehnle K, Drozd L, eds. *Parenting plan evaluations: Applied research for the family court*. Oxford, UK: Oxford University Press. In press.

11. Pickar DB, Kaufman RL. Parenting plans for special needs children: Applying a risk-assessment model. *Family Court Review* 2015;53(1):113-133.

12. Buchanan CM, Maccoby EE, Dornbusch SM. *Adolescents after divorce.* Cambridge, MA: Harvard University Press; 1996.

13. Pruett KD, Kline Pruett M. *Partnership parenting*. New York: De Capo; 2009.

14. Feinberg ME, Kan ML. Establishing family foundations: Intervention effects on coparenting, parent/infant well-being, and parent-child relations. *Journal of Family Psychology* 2008;22(2):253-263.

15. Nair H, Murray AD. Predictors of attachment security in preschool children from intact and divorced families. *Journal of Genetic Psychology* 2005;166(3):245-263.

16. Bauserman R. Child adjustment in joint-custody versus sole-custody arrangements: A meta-analytic review. *Journal of Family Psychology* 2002;16(1):91-102.

17. McIntosh JE, Wells YD, Smyth BM, Long CM. Child-focused and child-inclusive divorce mediation: Comparative outcomes from a prospective study of post-separation adjustment. *Family Court Review* 2008;46(1):105-124.

18. Kline Pruett M, Barker R. Joint custody: A judicious choice for families – but how, when, and why? In: Galatzer-Levy RM, Kraus L, eds. *The scientific basis of custody decisions.* 2nd ed. New York: Wiley; 2009:417-462.

19. Braver SL, Votruba AM. Does joint physical custody "cause" children's better outcomes? *Journal of Divorce and Remarriage* 2018;59(5):452-468.

20. Pruett, KD. *Fatherneed*. New York: Free Press; 2000.

21. McHale JP. *Charting the bumpy road of coparenthood: Understanding the challenges of family life*. Washington, DC: Zero to Three Press; 2007.

22. Carlson MJ, McLanahan SS, Brooks-Gunn J. Coparenting and nonresident fathers' involvement with young children after a nonmarital birth. *Demography* 2008;45(2):461-488.

23. Allen SM, Hawkins AJ. Maternal gatekeeping: Mothers' beliefs and behaviors that inhibit greater father involvement in family work. *Journal of Marriage and the Family* 1999;61(1):199-212.

24. Fagan J, Barnett M. The relationship between maternal gatekeeping, paternal competence, mothers' attitudes about the father role, and father involvement. *Journal of Family Issues* 2003;24(8):1020-1043.

25. Gaunt R. Maternal gatekeeping: Antecedents and consequences. *Journal of Family Issues* 2008;29(3):373-395.

26. Pruett MK, Arthur LA, Ebling R. The hand that rocks the cradle: Maternal gatekeeping after divorce. *Pace Law Review* 2007;27(4):709-739.

27. Viry G. Coparenting and children's adjustment to divorce: The role of geographical distance from fathers. *Journal of Divorce & Remarriage* 2014;55(7):503-526.

28. Baude A, Pearson J, Drapeau S. Child adjustment in joint physical custody versus sole custody: A meta-analytic review. *Journal of Divorce & Remarriage* 2016;57(5):338-360.

29. Bacher N, Fieldstone L, Jonasz J. The role of parenting coordination in the family law arena. *Journal of American Family Law* 2005;19(2):84-96.

30. Sullivan M.J. Coparenting and the parenting coordination process. *Journal of Child Custody* 2008;5(1/2):4-24.

31. Nielsen L. Joint versus sole physical custody: Children's outcomes independent of parent-child relationships, income, and conflict in 60 studies. *Journal of Divorce & Remarriage* 2018;59(4):247-281.

# Interventions auprès des parents et des enfants lors d'un divorce ou d'une séparation

**[1]C. Aubrey Rhodes, MA, [2]Karey O'Hara, PhD, [1]Clorinda E. Vélez, PhD, [1]Sharlene A. Wolchik, PhD**

[1]Arizona State University, États-Unis, [2]Quinnipiac University, États-Unis

Février 2021, Éd. rév.

## Introduction

On estime que 50 % des jeunes aux États-Unis vivent le divorce de leurs parents.[1] Toutefois, même si le divorce est associé à un risque accru de problèmes dans de multiples domaines, *la plupart* des enfants de parents divorcés ne présentent pas de problèmes d'adaptation importants.[2,3] Cependant, comparativement à leurs pairs résidant avec leurs deux parents, ces jeunes présentent des niveaux plus élevés de problèmes psychologiques, académiques et sociaux,[4-6] des taux de consommation de substances accrus7-9 et un plus grand risque de vivre une grossesse à l'adolescence.[10,11] Pour une grande minorité de ces enfants, le divorce des parents est également à l'origine de problèmes importants à l'âge adulte,[12-17] et certaines études démontrent que les différences entre les enfants de familles biparentales et divorcées ont tendance à croître de l'enfance à l'âge adulte.[15] Il a également été prouvé que les conséquences du divorce des parents s'étendent au-delà de la progéniture immédiate.[18] L'étude d'un échantillon représentatif au niveau national a démontré que la première génération affectée par le divorce connaissait un plus faible niveau de scolarité et un plus haut taux de désaccord conjugal, et que la troisième génération entretenait des liens plus faibles avec les deux parents.[18]

La haute prévalence du divorce implique qu'il influence considérablement les taux de problèmes qui y sont liés à l'échelle de la population.[19] Le calcul de la fraction étiologique du risque, soit la proportion maximale d'une conséquence due à un facteur de risque qui pourrait être prévenue en éliminant ce facteur dans la population, révèle que 30 % des grossesses à l'adolescence, 23 % des abandons scolaires et 36 % des problèmes de santé mentale au début de l'âge adulte pourraient être prévenus par l'élimination des effets négatifs du divorce des parents.[20] Donc, le développement, l'évaluation et la diffusion de programmes de prévention pour parents divorcés ont donc d'importantes implications en matière de santé publique.

©2010-2026 ABILIO | DIVORCE ET SÉPARATION

Des chercheurs ont identifié plusieurs processus potentiellement modifiables associés aux problèmes d'adaptation des enfants après le divorce, y compris les conflits interparentaux,[5] la qualité de la relation parent-enfant,[21] la discipline,[22] la cognition[23] et les stratégies d'adaptation des enfants.[19] Théoriquement, si les programmes modifient ces processus, on devrait observer une réduction des problèmes d'adaptation des enfants.

Cet article présente les connaissances actuelles sur les interventions préventives ayant entraîné des effets positifs sur les problèmes d'adaptation des enfants dans au moins une étude expérimentale ou quasi-expérimentale. Dans la mesure du possible, pour chaque programme, nous répondons aux questions suivantes : Quels aspects de l'adaptation des enfants ont été affectés par le programme? Les effets des programmes ont-ils été maintenus dans le temps? Les changements induits par l'intervention dans les processus ciblés suffisent-ils à expliquer l'amélioration de l'adaptation constatée? Nous terminons en discutant des prochaines étapes nécessaires à la réduction du fardeau de santé publique que représente le divorce parental.

**Interventions**

*Programmes centrés sur l'enfant*

Trois programmes de groupe ont été testés dans une seule étude. Un programme multimodal a démontré des effets positifs sur la dépression, les attitudes à l'égard du divorce et les compétences scolaires et sportives;[24] un programme centré sur l'éducation sur le divorce l'expression des sentiments et la résolution de problèmes a démontré des effets sur la dépression, l'anxiété et les sentiments liés au divorce;[25] et un programme axé sur le rôle social et les compétences en communication a démontré des effets positifs sur les problèmes de comportement.[26] Enfants du divorce - Faire face au divorce est un programme en ligne pour enfants et adolescents qui met l'accent sur l'enseignement de compétences d'adaptation efficaces et la promotion de la gestion du stress.[27] Dans un essai contrôlé randomisé, ce programme a permis de réduire considérablement les problèmes de santé mentale des enfants. Il s'est avéré particulièrement efficace pour les enfants qui commençaient le programme à un niveau de risque plus élevé.[27] Des analyses ont indiqué que l'amélioration de la gestion du stress était à l'origine de la réduction des problèmes de santé mentale.[28]

Deux programmes très similaires, le *Children of Divorce Intervention Program* (CODIP)[29] et le *Children's Support Group* (CSG)[30] ont été testés au cours d'au moins deux études. Les deux

étaient axés sur les capacités d'adaptation, le soutien social et l'identification des émotions. Un essai expérimental et plusieurs essais quasi-expérimentaux ont montré que le CODIP a réduit un éventail de problèmes d'adaptation (par ex., l'anxiété, les problèmes en classe) et a amélioré les perceptions reliées au divorce.[29,31-33] Ces effets positifs se sont produits chez des enfants entre la maternelle et la sixième année, en banlieue et en milieu urbain.[31,32] Les effets du programme s'étaient maintenus deux ans après la participation.[34] Du côté du CSG, deux essais quasi-expérimentaux ont montré que ce programme a des effets positifs sur l'estime de soi, les habiletés sociales et les problèmes d'adaptation chez les enfants et les jeunes adolescents; les effets s'étaient maintenus lors du suivi effectué un an après la participation au programme.[30,35] Dans le cadre des évaluations des programmes de groupe, les chercheurs n'ont pas examiné si les changements dans les processus ciblés avaient contribué à l'amélioration des problèmes d'ajustement.

*Les programmes centrés sur les parents*

Le programme *Parenting Through Change (PTC)*[36] est un programme de groupe pour les mères qui cible les pratiques parentales, la régulation des émotions et la gestion des conflits interpersonnels. Un essai contrôlé randomisé a montré que, bien que le programme n'ait pas eu d'effet sur les problèmes d'adaptation des enfants au post-test,[36] trois ans après la participation au PTC, les enfants présentaient moins de problèmes d'adaptation; neuf ans plus tard, ces enfants étaient aussi moins délinquants.[37] Les effets sur les problèmes d'adaptation ont été expliqués par des améliorations dans les pratiques parentales positives et des diminutions de la discipline coercitive; les effets sur la délinquance ont été expliqués par des améliorations dans les pratiques parentales positives et des diminutions des associations avec des pairs déviants.[36,38,39]

*Fathering Through Change* (FTC)[40] est un programme en ligne proposant une adaptation du PTC pour les pères. Un essai contrôlé randomisé a montré que le programme FTC conduisait à une légère baisse des problèmes d'ajustement au post-test, pouvant être expliquée par une diminution des pratiques parentales coercitives. Les effets à long terme de ce programme ne sont pas encore connus.

Le programme *Dads for Life* (DFL), destiné aux pères, vise à augmenter l'engagement parental, le contrôle perçu des événements liés au divorce et l'amélioration des compétences parentales et de gestion des conflits. Un essai contrôlé randomisé a démontré que le programme DFL réduisait

les problèmes d'intériorisation au post-test; et que cet effet se maintenait jusqu'au suivi effectué un an après la participation au programme.[41] Aucune analyse n'a été effectuée pour déterminer si les changements dans les processus ciblés menaient à une réduction des problèmes d'intériorisation. Le programme était plus efficace sur les jeunes qui présentaient des problèmes plus importants au début du programme.[42]

Le programme *Collaborative Divorce Project* (CDP) est un programme de coparentage.[43] Le programme comprend plusieurs volets, tels que des cours sur le divorce, des cours de psychopédagogie parentale et des séances de résolution thérapeutique axée sur la médiation. Une étude quasi-expérimentale a montré que le CDP réduisait les signalements d'enseignants relatifs à l'attention et aux difficultés de réflexion des enfants par rapport à un contexte d'éducation communautaire lors des suivis de 9 à 11 mois.  Le programme n'était pas aussi efficace pour les parents de minorités visibles que pour les parents blancs.[43] Les analyses ont indiqué que le programme fonctionnait principalement en réduisant les conflits entre les parents et en augmentant la coopération coparentale, améliorant ainsi les problèmes de comportement des enfants signalés par les parents.[44]

Le programme New Beginnings (NBP),[45-47] est un programme de groupe qui vise à améliorer la qualité des relations parents-enfants, à promouvoir une discipline efficace et à réduire les conflits entre parents. Le programme NBP a été évalué dans le cadre de deux essais contrôlés randomisés. Les deux premières études étaient seulement basées sur la participation de mères. Dans la première étude, le programme a contribué à la réduction des problèmes de santé mentale au post-test.[46] L'amélioration de la qualité de la relation mère-enfant était à l'origine de la réduction des problèmes de santé mentale. Dans le second essai, des effets du programme ont été observés pour les rapports de la mère et de l'enfant sur des problèmes d'intériorisation et d'externalisation.[45-47] Au suivi effectué six mois après la participation au programme, l'effet sur les problèmes d'externalisation s'était maintenu. Au post-test, les enseignants ont rapporté plus de problèmes d'intériorisation chez les enfants ayant participé au programme NBP. Au moment du suivi, la différence entre les pathologies n'était pas significative. La diminution de l'intériorisation constatée au post-test a été prise en compte et a été expliquée par une amélioration de la qualité de la relation mère-enfant. La diminution des problèmes d'externalisation au post-test et au suivi après six mois a été expliquée par des améliorations dans la qualité de la relation mère-enfant et dans l'efficacité de la discipline. Dans les deux essais, les effets du programme ont été plus forts chez les jeunes provenant de familles qui

fonctionnaient moins bien au début du programme.

Le deuxième échantillon a été évalué à deux reprises, six et quinze ans après le programme. Lors du suivi après six ans, il a été constaté que le programme NBP avait participé à la réduction de 37 % des diagnostics de troubles mentaux, une diminution de plusieurs autres comportements problématiques et une amélioration des notes et des compétences des participants.[48] Des améliorations dans la discipline et des améliorations dans la qualité de la relation mère-enfant ont permis d'expliquer l'effet du programme. Lors du suivi après 15 ans, il a été constaté que le programme NBP était à l'origine d'une plus faible incidence de troubles d'intériorisation au cours des neuf et quinze années précédentes, ainsi que d'une réduction de plusieurs indicateurs de consommation de substances chez les sujets masculins, mais une augmentation de la consommation d'alcool chez les sujets féminins a cependant été constatée.[49] Toujours du suivi après 15 ans, il a été démontré que le programme NBP avait aussi eu des effets positifs directs et indirects sur la réussite professionnelle, l'aptitude sociale avec les pairs et les résultats scolaires.[50] Ces effets ont été expliqués par les améliorations induites par l'intervention dans la qualité de la relation parent-enfant au post-test, ainsi que par les effets indirects du programme sur les problèmes de comportement et les compétences lors du suivi de 6 ans, grâce à des améliorations de la qualité de la relation au post-test.

Le programme NBP a également été soumis à une étude aléatoire contrôlée de l'efficacité à grande échelle, à laquelle ont participé des mères et des pères de races/ethnies (blancs non hispaniques, hispaniques) et d'âges d'enfants divers.[47] La modération des effets du programme NBP au post-test et au suivi après 10 mois étaient liés à l'origine ethnique et à l'âge de l'enfant. Une réduction des problèmes de santé mentale a été constatée chez les parents blancs non hispaniques et les jeunes enfants. Au post-test, les enseignants ont signalé plus de problèmes chez les enfants ayant participé au programme NBP, mais au cours du suivi, il n'y avait pas de différences significatives entre les conditions.[47] Des analyses sont en cours pour identifier les processus responsables des effets du programme.

Pour accroître l'accès au programme NBP et en réduire les coûts, le NBP a récemment été adapté dans un format en ligne. Un essai contrôlé randomisé de ce programme est actuellement en cours : les résultats préliminaires indiquent que le programme aurait considérablement contribué à la réduction des problèmes d'adaptation des enfants au post-test.

*Les programmes combinés centrés à la fois sur l'enfant et sur le parent*

Dans le cadre d'un essai quasi-expérimental et de deux essais expérimentaux, on a évalué si une combinaison des programmes destinés aux mères et aux enfants a entraîné de plus grands effets.[30,35,45] Selon les résultats obtenus, les effets ne sont pas plus forts lorsque la mère et l'enfant participent tous deux à des programmes concomitants. *Aucun* effet additif n'a été constaté dans les cas où le programme NBP a été mis en œuvre en parallèle d'un programme d'adaptation de l'enfant.[45] Les effets de la CSG n'ont pas non plus augmenté lors de la création d'un groupe conçu pour faciliter l'adaptation des enfants en améliorant l'adaptation grâce au développement de l'identité, du soutien social et des compétences parentales,[30] ni lors de l'ajout à ce programme pour enfants d'un atelier de quatre séances.[35]

**Résumé et orientation pour les recherches futures**

Au cours des 40 dernières années, plusieurs chercheurs ont élaboré et évalué des programmes de prévention conçus pour réduire les problèmes d'adaptation des enfants après le divorce. Ces études ont démontré que les programmes axés sur les enfants et ceux axés sur les parents étaient à l'origine de nombreuses améliorations, y compris des réductions des troubles mentaux, de la délinquance et des problèmes de comportement, ainsi qu'une amélioration de l'estime de soi, des capacités d'adaptation et des résultats scolaires. Les évaluations de suivi, entre autres, ont démontré que les effets du programme avaient été maintenus; et avaient même persisté sur une durée de 1 à 15 ans. Ces données suggèrent que la mise en œuvre généralisée de programmes améliorant les problèmes d'adaptation des enfants après le divorce réduirait considérablement le fardeau de santé publique que représente le divorce parental. Même si nous en savons encore trop peu sur les processus à l'origine des changements découlant des programmes axés sur les enfants, plusieurs chercheurs ont constaté qu'une éducation de qualité et une bonne discipline étaient des éléments essentiels des programmes axés sur les parents.

Les recherches futures pourraient s'orienter vers différentes directions. Premièrement, malgré les preuves d'effets positifs et durables fournies par les essais portant sur trois programmes (CODIP, CSG, NBP) et les preuves d'effets positifs fournies par un essai portant sur plusieurs autres programmes, aucun des dits programmes n'a été largement mis en œuvre. Cette absence de mise en œuvre est probablement due aux coûts élevés que représentent ces programmes de groupe (p. ex. : formation des directeurs, suivi de la mise en œuvre du programme, recrutement des groupes).[51] Compte tenu des recherches récentes montrant les effets positifs des interventions à court terme (1 à 4 séances) pour d'autres groupes à risques,[52,53] un axe de recherche importante serait de savoir si des programmes plus courts peuvent conduire à des

améliorations des problèmes d'adaptation des enfants tout au long de leur développement. Explorer les effets d'autres formats de diffusion, tels que les baladodiffusions, constitue aussi un axe de recherche important. S'ils sont efficaces, des programmes de groupe en personne plus courts et des programmes en ligne pourraient avoir un bon effet sur le fardeau de santé publique que représente le divorce des parents. Deuxièmement, les échantillons étaient rarement ethniquement diversifiés. Les deux évaluations des avantages différentiels basés sur l'ethnicité ont révélé que seulement les familles n'appartenant pas à une minorité ethnique connaissaient des avantages. Il est manifestement important d'examiner les effets des programmes à partir d'échantillons diversifiés sur les plans racial et culturel et d'identifier des moyens de rendre ces programmes culturellement solides. Troisièmement, la plupart des essais ont été menés auprès de familles avec des enfants d'âge scolaire. Les évaluations futures devraient inclure les familles avec des enfants d'âge préscolaire ainsi que des enfants plus âgés. D'autres questions méritent des recherches plus approfondies, tels que les processus à l'origine des améliorations de l'adaptation des enfants dans les programmes axés sur l'enfant et l'identification d'indicateurs d'avantages différentiels, et l'élaboration de stratégies pour impliquer efficacement les familles.

## Implications pour les services et les politiques

Pour réduire le fardeau de santé publique que représentent les divorces des parents, les programmes doivent être déployés largement. Ainsi, il est essentiel d'adopter des politiques visant à améliorer l'accès à des programmes efficaces. L'accès généralisé aux programmes de groupe nécessitera l'identification de sources de financement continues pour ces services. L'adaptation de ces programmes pour une diffusion en ligne de manière à maintenir leurs effets sur les problèmes d'adaptation des enfants est une stratégie prometteuse qui en élargira la portée, réduira les coûts et augmentera l'impact.

**Références**


1. Kennedy S, Ruggles S. Breaking up is hard to count: the rise of divorce in the United States, 1980–2010. *Demography*. 2014;51(2):587-598. doi:10.1007/s13524-013-0270-9
2. Amato PR. Children of divorce in the 1990s: an update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology*. 2001;15(3):355-370.
3. Hetherington EM, Stanley-Hagan M. The Adjustment of Children with Divorced Parents: A Risk and Resiliency Perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*. 1999;40(1):129-140. doi:10.1111/1469-7610.00427
4. Amato PR. Research on Divorce: Continuing Trends and New Developments. *Journal of Marriage and Family*. 2010;72(3):650-666. doi:10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x

5. Kessler RC, Davis CG, Kendler KS. Childhood adversity and adult psychiatric disorder in the U.S. National Comorbidity Survey. *Psychological Medicine* 1997;27:1101-1119.
6. Lansford JE. Parental Divorce and Children's Adjustment. *Perspectives on Psychological Science.* 2009;4(2):140-152. doi:10.1111/j.1745-6924.2009.01114.x
7. Barrett AE, Turner RJ. Family structure and substance use problems in adolescence and early adulthood: examining explanations for the relationship. *Addiction*. 2006;101(1):109–120.
8. Kirby JB. The influence of parental separation on smoking initiation in adolescents. *Perspectives on Psychological Science*. 2002;43(1):56-71.
9. Paxton RJ, Valois RF, Drane JW. Is there a relationship between family structure and substance use among public middle school students? *Journal of Child and Family Studies.* 2007;16(5):593-605.
10. Kiernan KE, Hobcraft J. Parental divorce during childhood: age at first intercourse, partnership and parenthood. *Population Studies.* 1997;51(1):41-55.
11. Furstenberg Jr FF, Teitler JO. Reconsidering the effects of marital disruption: What happens to children of divorce in early adulthood? *Journal of Family Issues.* 1994;15(2):173–190.
12. Sun Y, Li Y. Stable postdivorce family structures during late adolescence and socioeconomic consequences in adulthood. *Journal of Marriage & Family* 2008;70(1):129-143.
13. Amato PR, DeBoer DD. The transmission of marital instability across generations: Relationship skills or commitment to marriage? *Journal of Marriage & the Family* 2001;63(4):1038-1051.
14. Kelly JB, Emery RE. Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations* 2003;52:352-362.
15. Cherlin AJ, Chase-Lansdale PL, McRae C. Effects of parental divorce on mental health throughout the life course. *American Sociological Review.* Published online 1998:239-249.
16. Alonzo D, Thompson RG, Stohl M, Hasin D. The influence of parental divorce and alcohol abuse on adult offspring risk of lifetime suicide attempt in the united states. *American Journal of Orthopsychiatry.* 2014;84(3):316.
17. Gilman SE, Kawachi I, Fitzmaurice GM, Buka SL. Family disruption in childhood and risk of adult depression. *American Journal of Psychiatry.* 2003;160(5):939-946.
18. Amato PR, Cheadle J. The long reach of divorce: Divorce and child well-being across three generations. *Journal of Marriage and Family.* 2005;67(1):191-206.
19. Scott KG, Mason GA, Chapman DA. The use of epidemiological methodology as a means of influencing public policy. *Child Development.* 1999;70(5):1263-1272.
20. Wolchik S, MacKinnon D, Sandler I. Population attributable fraction rates for youth from divorced families. Unpublished raw data. 2006.
21. Tein JY, Sandler IN, MacKinnon DP, Wolchik SA. How did it work? Who did it work for? Mediation and mediated moderation of a preventive intervention for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 2004;72(4):617-624.
22. Sheets V, Sandler IN, West SG. Appraisals of negative events by preadolescent children of divorce. *Child Development* 1996;67(5):2166-2182.
23. Sandler IN, Tein JY, West S. Coping, stress, and psychological symptoms of children of divorce: A cross-sectional and longitudinal study. *Child Development* 1994;65(6):1744-1763.
24. Crosbie-Burnett M, Newcomer LL. Group counseling children of divorce: The effects of a multimodal intervention. *Journal of Divorce.* 1990;13(3):69-78.

25. Gwynn CA, Brantley HT. Effects of a divorce group intervention for elementary school children. *Psychology in the Schools.* 1987;24(2):161-164.

26. Bornstein MT, Bornstein PH, Walters HA. Children of divorce: Empirical evaluation of a group-treatment program. *Journal of Clinical Child Psychology.* 1988;17(3):248-254.

27. Boring JL, Sandler IN, Tein J-Y, Horan JJ, Vélez CE. Children of divorce–coping with divorce: A randomized control trial of an online prevention program for youth experiencing parental divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology.* 2015;83(5):999-1005.

28. Boring JL. Children of Divorce Coping with Divorce (Cod-Cod): evaluating the efficacy of an internet-based preventative intervention for children of divorce. Dissertation. Arizona State University. Publié en 2011. Consulté le 22 octobre 2020. https://repository.asu.edu/items/14308·

29. Pedro-Carroll JL, Cowen EL. The children of divorce intervention program: An investigation of the efficacy of a school-based prevention program. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 1985;53:603-611.

30. Stolberg AL, Garrison KM. Evaluating a primary prevention program for children of divorce. *American Journal of Community Psychology* 1985;13:111-124.

31. Pedro-Carroll JL, Alpert-Gillis LJ, Cowen EL. An evaluation of the efficacy of a preventive intervention for 4th-6th grade urban children of divorce. *The Journal of Primary Prevention* 1992;13,:115-129.

32. Pedro-Carroll JL, Alpert-Gillis LJ. Preventive interventions for children of divorce: A developmental model for 5 and 6 year old children. *The Journal of Primary Prevention* 1997;18(1):5-23.

33. Pedro-Carroll JL, Cowen EL, Hightower D, Guare, JC. Preventive intervention with latency-aged children of divorce: A replication study. American Journal of Community Psychology. 1986;14(3):277-290.

34. Pedro-Carroll JL., Sutton SE., Wyman PA. A two-year follow-up evaluation of a preventive intervention for young children of divorce. *School Psychology Review* 1999;28(3):467-476.

35. Stolberg AL, Mahler J. Enhancing treatment gains in a school-based intervention for children of divorce through skill training, parental involvement, and transfer procedures. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 1994;62(1):147-156.

36. Forgatch MS, DeGarmo D. Parenting through change: An effective prevention program for single mothers. *Journal of Consulting & Clinical Psychology* 1999;67:711-724.

37. Forgatch MS, Patterson GR, DeGarmo DS, Beldavs ZG. Testing the Oregon delinquency model with 9-year follow-up of the Oregon Divorce Study. *Development and psychopathology* 2009:21:637-660.

38. DeGarmo DS, Forgatch MS. Early development of delinquency within divorced families: Evaluating a randomized preventive intervention trial. *Developmental Science* 2005;8:229-239.

39. DeGarmo DS, Patterson GR, Forgatch MS. How do outcomes in a specified parent training intervention maintain or wane over time? *Prevention Science* 2004;5(2):73-89.

40. DeGarmo DS, Jones JA. Fathering Through Change (FTC) intervention for single fathers: Preventing coercive parenting and child problem behaviors. *Development and Psychopathology.* 2019;31(5):1801-1811. doi:10.1017/S0954579419001019

41. Cookston JT, Braver SL, Griffin WA, De Lusé SR, Miles JC. Effects of the Dads for Life Intervention on Interparental Conflict and Coparenting in the Two Years After Divorce. *Family Process.* 2007;46(1):123-137. doi:10.1111/j.1545-5300.2006.00196.x

42. Braver SL, Griffin WA, Cookston JT. Prevention programs for divorced nonresident fathers. *Family Court Review* 2005;43(1):81-96.

43. Pruett MK, Insabella GM, Gustafson K. The Collaborative Divorce Project: a court-based intervention for separating parents with young children. *Family Court Review*. 2005;43(1):38-51.

44. Pruett MK, Barker RK. Effectively intervening with divorcing parents and their children: What works and how it works. In: Schulz MS, Pruett MK, Kerig PK, Parke RD, eds. *Decade of behavior (science conference). Strengthening couple relationships for optimal child development: Lessons from research and intervention.* Washington, DC: American Psychological Association; 2010:181-196. https://doi.org/10.1037/12058-012

45. Wolchik SA, West SG, Sandler IN, Tein JY, Coatsworth D, Lengua L, et al. An experimental evaluation of theory-based mother and mother-child programs for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 2000;68:843-856.

46. Wolchik SA, West SG, Westover S, Sandler IN, Martin A, Lustig J et al. The children of divorce parenting intervention: outcome evaluation of an empirically-based program. *American Journal of Community Psychology* 1993;21:293-331.

47. Sandler I, Wolchik S, Mazza G, Gunn H, Tein JY, Berkel C, Jones S, Porter M. Randomized effectiveness trial of the New Beginnings Program for Divorced Families with Children and Adolescents. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. 2020;49(1):60-78. doi:10.1080/15374416.2018.1540008.

48. Wolchik S, Sandler IN, Weiss L, Winslow E. New Beginnings: An empirically-based intervention program for divorced mothers to promote resilience in their children. In: Briesmeister JM, Schaefer CE, eds. *Handbook of parent training: Helping parents prevent and solve problem behaviors*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons; 2007:25-62.

49. Wolchik SA, Sandler IN, Tein JY, Mahrer NE, Millsap RE, Winslow E, Vélez C, Porter MM, Luecken LJ, Reed A. Fifteen-year follow-up of a randomized trial of a preventive intervention for divorced families: effects on mental health and substance use outcomes in young adulthood. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2013;81(4):660-673.

50. Wolchik SA, Tein J-Y, Winslow E, Minney J, Sandler IN, Masten AS. Developmental cascade effects of a parenting-focused program for divorced families on competence in emerging adulthood. [published online ahead of print, 2020 Apr 20]. *Development and Psychopathology*. 2020:1-15. doi:10.1017/S095457941900169X

51. Cookston JT, Sandler IN, Braver SL, Genalo MT. Predicting readiness to adopt evidence-based programs for divorcing families: champions, attitudes, and access to funding. *American Journal of Orthopsychiatry*. 2007;77(4):573-581. doi:10.1037/0002-9432.77.4.573

52. Schleider JL, Weisz JR. Little treatments, promising effects? Meta-analysis of single-session interventions for youth psychiatric problems. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2017;56(2):107-115. doi:10.1016/j.jaac.2016.11.007

53. Gonzales N. Using core components to optimize family-based prevention in Title 1 schools. In: Office for Planning, Research and Evaluation, Administration for Children and Families; 2020

# Considérations particulières envers les nourrissons et les tout-petits lors de la séparation ou du divorce : questions développementales dans le contexte du droit de la famille

**Jennifer E. McIntosh, Ph.D., Anna T. Booth, Ph.D.**

The Bouverie Centre, La Trobe University, Australie

Février 2021, Éd. rév.

## Introduction

Étant donné leur stade de développement unique et la complexité de leurs besoins, les nourrissons et les tout-petits de moins de cinq ans suscitent des préoccupations particulières chez les chercheurs et les intervenants. Alors que les études qui évaluent les impacts du conflit parental et de la séparation des parents sur les enfants d'âge scolaire sont abondantes et de plus en plus robustes, la base scientifique pour les nourrissons et les enfants d'âge préscolaire est moins bien établie. Ceux-ci ayant une faible capacité à exprimer leurs besoins, la charge de défendre leur sécurité émotionnelle et développementale et de considérer cette sécurité comme primordiale et déterminante dans les questions de garde incombe aux professionnels du droit de la famille.[1] Les quatre premières années forment une ère unique d'expansion développementale et de vulnérabilité en raison de la vitesse sans précédent de croissance physique, cognitive, langagière, sociale et émotionnelle pendant cette période. Le volume du cerveau, formé à environ 30 % à la naissance, triple durant les trois premières années de la vie.[2] Il est important de noter que la plus grande partie de la croissance du cerveau humain lors de cette période est qualifiée de « dépendante de l'expérience »;[3] plus précisément, la complexité du développement du cerveau et la capacité ultérieure de l'enfant à réguler le stress et l'excitation émotionnelle sont façonnées par la qualité et la prévisibilité des soins bienveillants reçus.[4-7]

Trois stresseurs liés au divorce en particulier menacent l'environnement de soins du nourrisson : les effets directs des conflits ou de la violence entre les parents;[8-16] les effets d'une diminution de la qualité des pratiques parentales;[17-19] les effets d'horaires instables et de la séparation répétée entre le nourrisson et ses figures d'attachement primaires.[20-22] Pour quelques nourrissons, les trois stresseurs sont présents simultanément et se renforcent mutuellement. Pour les parents en

conflit ou les tribunaux qui prennent des décisions pour eux, il est compliqué de décider comment partager idéalement la garde des nourrissons et des tout-petits après la séparation des parents. La rareté des données scientifiques à ce sujet ou le fait qu'elles soient souvent erronées compliquent la prise de décision. La suite de cet article propose une synthèse des recherches disponibles et un résumé des travaux récents sur les interventions et les cadres intégrés qui favorisent la prise de décisions réfléchies, qui tiennent compte du développement des très jeunes enfants lors des pratiques parentales (parentage) après une séparation.

**Recherches récentes sur l'organisation de la garde partagée du nourrisson**

Les débats à ce sujet sont nombreux, car on dépeint souvent comme contradictoires le bien-être nécessaire au développement du nourrisson et les besoins des parents séparés. D'une part, les chercheurs et défenseurs de l'attachement suggèrent qu'un séjour fréquent ou prolongé loin d'un donneur de soins primaire présente un risque pour les tout-petits, et que cela compromet la nature précoce de cette relation en plein développement. D'autre part, d'autres affirment qu'un séjour trop court chez le deuxième parent mine cette relation et ses ressources développementales (voir référence 23 pour approfondir ces approches ou d'autres perspectives).

Il existe à ce jour six études sur la garde des enfants en âge préscolaire, dont trois analysent les résultants chez les enfants de moins de 3 ans. Chaque étude est restreinte par des limites d'échantillonnage, surtout car les arrangements de garde très fréquente par l'autre parent des enfants de 0 à 3 ans restent assez rares dans la plupart des pays[24] (se référer aux publications d'origine pour plus de détails sur la méthode et les échantillons).

Les deux premières études ont analysé des données provenant d'études démographiques à grande échelle en Australie et aux États-Unis.

**1. McIntosh et collaborateurs**[25,26] ont utilisé la base de données Longitudinal Study of Australian Children pour étudier la régulation des émotions et le stress chez les nourrissons et les tout-petits dont la garde est partagée par les parents séparés. Pour les groupes d'enfants de 4 à 5 ans, un nombre élevé de nuits ne présageait aucune différence, à l'inverse de la chaleur parentale et du conflit interparental. Chez les enfants de 3 ans ou moins, passer plusieurs nuits chez le second parent prédisait indépendamment quelques problèmes de régulation émotionnelle, comparativement à ceux qui y passaient moins de nuits ou des journées uniquement, peu importe le contexte socio-économique, les pratiques parentales ou la

coopération interparentale.

**2. Tornello et collaborateurs**[27] ont utilisé des données issues de l'étude Fragile Families and Child Well-being Study, qui représentent la population de 20 grandes villes aux États-Unis. Les bébés (1 an) qui passaient régulièrement des nuits chez le deuxième parent (une ou plus par semaine) étaient plus susceptibles de présenter une insécurité de l'attachement et un dérèglement émotionnel lorsqu'on les analysait à nouveau à 3 ans. À cet âge, l'insécurité de l'attachement prédisait à son tour des difficultés d'adaptation à 3 et 5 ans. Les nuits fréquentes à 3 ans n'étaient pas indépendamment liées à des difficultés d'adaptations plus tard.

Trois anciennes études se basaient sur des échantillons de commodité pour explorer des problématiques similaires :

**3. Solomon et George**[20] ont mis en évidence qu'il était plus courant que l'attachement nourrisson-mère soit perturbé/difficile chez les bébés de couples séparés qui passaient régulièrement des nuits chez l'autre parent, comparé aux nourrissons de couples mariés. Lors du suivi, un an plus tard, les tout-petits qui passaient régulièrement des nuits chez chaque parent séparé présentaient davantage de comportements anxieux, colériques et perturbés lorsqu'ils retournaient chez leur mère. Un conflit parental grave, de l'anxiété et une communication interparentale appauvrie ont influencé ces résultats.

**4. Kline Pruett et collaborateurs**[28] ont comparé les résultats des enfants en âge préscolaire qui passaient régulièrement des nuits chez leur second parent à ceux des enfants qui n'y passaient aucune nuit. Les filles semblaient bénéficier de certains avantages à passer quelques nuits chez le second parent, mais pas les garçons. Les difficultés des enfants étaient davantage liées au conflit parental, aux relations parent-enfant appauvries et à l'irrégularité de la garde qu'au nombre de nuits.

**5. Altenhofen, Sutherland et Biringen**[29] ont étudié des enfants de 2 à 7 ans issus de familles séparées et qui passaient au moins deux nuits par semaine loin de leur mère. On notait chez 54 % d'entre eux une insécurité de l'attachement à la mère, comparé au taux d'insécurité chez les familles non divorcées, qui s'élève à 31 % environ. Comme chez Kline Pruett et al.,[28] les facteurs qui contribuaient le plus aux difficultés de l'enfant étaient la qualité du parentage et la coopération au sein de la relation coparentale.

**6. Fabricious et Suh**[30] ont mené une étude rétrospective finale sur des étudiants à l'université. Le nombre de nuits par semaine pendant la toute petite enfance et la petite enfance respectivement indiqué par les parents prédisait la qualité des relations père-étudiant, mais ne corroborait pas les résultats de la qualité de la relation étudiant-mère. La généralisation des conclusions est limitée par l'échantillonnage sélectif de jeunes adultes hautement fonctionnels issus de milieux relativement aisés.

La reproductibilité des résultats ne soutient pas les arguments contre *une quelconque* garde de nuit des tout-petits, mais elle recommande la prudence quant à la garde de nuit *très fréquente* des enfants de moins de 2 ans, en raison du risque accru de difficultés liées à la sécurité de l'attachement et la régulation émotionnelle, surtout dans les cas de conflits parentaux plus graves. Les avantages à long terme de l'implication active et sécuritaire des deux parents dans la vie de l'enfant ne font aucun doute.

De nombreuses questions empiriques restent en suspens quant aux facteurs en faveur et défaveur de la sécurité du nourrisson sur le plan individuel. Les résultats actuels n'ont pas pris en compte le rôle du genre du parent dans l'équation ni les conditions selon lesquelles le partage plus fréquent du temps protège les très jeunes enfants. Les futures études représenteront de façon optimale les conséquences des facteurs de confusion, par exemple l'indisponibilité des parents, la garderie, la distance, la violence, la pauvreté, l'alcoolisme, la toxicomanie, la fratrie, le soutien des grands-parents, etc. Même avec de meilleures données, il ne peut exister aucune solution universelle aux dilemmes de garde des enfants.

**Valorisation des connaissances**

Deux articles ont tenté de synthétiser ces résultats disponibles pour qu'ils soient appliqués dans les tribunaux. Le premier (**Pruett, McIntosh & Kelly**)[23] se concentrait sur les recherches développementales et de divorce pertinentes avec pour priorité développementale double de conserver l'implication des deux parents et d'assurer la sécurité émotionnelle précoce. Sept points de consensus ont été trouvés :

1. La petite enfance (0 à 3 ans, y compris l'année de la 3e année) est une période clé pour le développement psychosocial et émotionnel ultérieur et nécessite une attention et une organisation particulières en matière de droit de la famille.

2. Le développement sain du jeune enfant repose sur la capacité des donneurs de soins à protéger l'enfant de dommages corporels et de stress inutile en étant une présence fidèle et réactive.
3. De même, le développement sain dépend de la capacité des donneurs de soins à stimuler et encourager l'exploration individuelle de l'enfant, son apprentissage et le processus de découverte.
4. Le développement sécurisé pendant cette période exige de la continuité dans l'environnement de soins du jeune enfant, ainsi que son expansion constante. Cela comprend la famille, la communauté et les relations éducatives et culturelles.
5. Une approche « et/avec » de la formation des premiers attachements et de l'implication parentale conjointe est recommandée. Le jeune enfant a besoin de recevoir très tôt et de façon structurée des soins de la part d'au moins un, et de préférence plus, donneur de soins disponible. Le but ultime est d'atteindre une « base solide triple », composée des deux parents et de l'enfant, comme système familial.
6. À ce jour, les études pertinentes préconisent la prudence quant aux nuits très fréquentes chez l'autre parent entre 0 et 3 ans, surtout lorsque la sécurité de l'enfant avec un parent n'est pas encore établie ou lorsque les parents ne parviennent pas à s'accorder sur la garde de l'enfant. De même, les mises en garde cliniques et théoriques quant à la garde de nuit dans le cas d'une famille saine ne sont pas fondées.
7. Les facteurs essentiels pour évaluer le degré de préparation et les conséquences probables de la répartition des nuits incluent les ressources sociales et psychosociales, la relation coparentale et la nature de chaque relation parent-enfant avant la séparation.

Un second article complémentaire (**McIntosh, Pruett & Kelly**)[31] a créé une Charte pour la décision de garde des nourrissons et tout-petits (*Chart of Overnight Decisions for Infants and Toddlers*, CODIT, ressources gratuites en ligne, en anglais uniquement)[32] pour soutenir l'évaluation exhaustive des besoins de chaque jeune enfant dans le cadre de leur contexte de soins unique. La principale mise en garde de cet article offre une conclusion particulièrement appropriée au présent article : « Ces consignes axées sur le développement pour les enfants de 0 à 3 ans (soit jusqu'à 48 mois) ne visent en aucun cas à remplacer la décision des parents qui choisissent de suivre une autre organisation dans l'intérêt de leur enfant, et dans le contexte de leur propre situation (p.257) ».

## Interventions fondées sur les preuves

À ce jour, seul un programme d'intervention apparait dans les études.[33] Le Young Children in Divorce and Separation (YCIDS) fut élaboré pour orienter les parents séparés vers un arrangement qui tienne compte du développement pour la garde de leur nourrisson, étant donné leur situation particulière. Une étude pilote randomisée par grappes a comparé deux conditions : l'utilisation du programme YCIDS dans le cadre d'une intervention axée sur la médiation et d'une intervention de type « médiation et éducation » sur un groupe de référence. Les participants étaient des parents séparés qui assistaient à des séances de médiation pour résoudre un conflit coparental concernant un enfant de moins de 5 ans ($n$= 33 cas). Sur les 16 résultats clés de ces parents et enfants, 9 se sont grandement améliorés dans le groupe d'intervention, tandis que le reste n'était pas significatif à l'échelle des groupes. Les litiges ultérieurs étaient 35 % moins nombreux pour les cas YCIDS. Le programme YCIDS est désormais disponible dans un format numérique de 90 minutes, avec de nombreux formats de demande et des traductions en anglais et en chinois (voir Children Beyond Dispute, https://childrenbeyonddispute.com).[34]

## Conclusions

Les données actuelles indiquent un besoin de prise de décision réfléchie et sensible qui tienne compte du développement concernant la garde de nuit des tout-petits après la séparation des parents.

Bien au-delà d'une matrice de facteurs de risque pour les enfants de tout âge placés en garde partagée, qui incluent des ressources socio-économiques ou pratiques inadéquates et des relations de coparentage hostiles,[24] pour les nourrissons, le troisième facteur crucial permettant d'établir un plan de parentage approprié après la séparation est l'ensemble des ressources développementales de l'enfant.

**Références**


1. Main M, Hesse E, Hesse S. Attachment theory and research: Overview, with suggested applications to child custody. *Family Court Review* 2011;49(3):426-463.
2. Royal Australian College of Physicians. *Health of children in "out-of-home" care*. Sydney: RACP; 2006.
3. Melmed M. Statement of Matthew E. Melmed, Executive Director, Zero to Three: National Center for Infants, Toddlers and Families. Before the House Committee on Ways and Means Subcommittee on Human Resources. 2004.
4. van IJzendoorn M, Sagi-Schwartz A. Cross-cultural patterns of attachment: Universal and contextual dimensions. In: Cassidy J, Shaver PR, eds. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. New York: Guilford Press; 2005:880-905.

5. Grossmann K, Grossmann KE. The impact of attachment to mother and father and sensitive support of exploration at an early age on children's psychosocial development through young adulthood. In: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. van IJzendoorn MH, topic ed. *Encyclopedia on Early Childhood Development* [online]. http://www.child-encyclopedia.com/attachment/according-experts/impact-attachment-mother-and-father-and-sensitive-support-exploration. Updated July 2019. Accessed February 25, 2021.
6. Schore A, McIntosh J. Family law and the neuroscience of attachment, part I. *Family Court Review* 2011;49(3):501-512.
7. Hennighausen K, Lyons-Ruth K. Disorganization of attachment strategies in infancy and childhood. In: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. van IJzendoorn MH, topic ed. *Encyclopedia on Early Childhood Development* [online]. http://www.child-encyclopedia.com/attachment/according-experts/disorganization-attachment-strategies-infancy-and-childhood. Updated December 2019. Accessed February 25, 2021.
8. McIntosh J, Tan E, Levendosky A, Holtzworth-Munroe A. Mothers' experience of intimate partner violence and subsequent offspring attachment security ages 1–5 years: A meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse* November 2019. doi:10.1177/1524838019888560
9. Krisnakumar A, Buehler C. Interparental conflict and parenting behaviors: A meta-analytic review. *Family Relations* 2000: 49(1);25-44.
10. Fincham F, Grych J, Osborne L. Does marital conflict cause child maladjustment?: Directions and challenges for longitudinal research. *Journal of Family Psychology* 1994: 8;128-140.
11. Boris N, Zeanah C. Disturbances and disorders of attachment in infancy: An overview. *Infant Mental Health* 1999;20(1):1-9.
12. Main M, Cassidy J. Categories of response to reunion with the parent at age six: Predictable from infant attachment classifications and stable over a one-month period. *Developmental Psychology* 1988;24(3):415-426.
13. Zeanah C, Danis B, Hirshberg L, Benoit D, Miller D, Heller S. Disorganised attachment associated with partner violence: A research note. *Mental Health Journal* 1999:20(1);77-86.
14. Lieberman A, Van Horn P. Attachment trauma and domestic violence: Implications for child custody. *Child Adolescent Psychiatric Clinic of North America.* 1998:7;423-443.
15. Lieberman A, Zeanah C, McIntosh J. Attachment perspectives on domestic violence and family law. *Family Court Review* 2011;49(3):529-538.
16. Sroufe A, McIntosh J. Divorce and attachment relationships. The longitudinal journey through divorce. *Family Court Review* 2011;49(3):464-473.
17. Kerig P. Children's coping with inter-parental conflict. In: Grych J, Fincham F, eds. *Inter-parental conflict and child development.* New York: Cambridge University Press; 2001:213-248.
18. McIntosh J. Entrenched conflict in parental separation: Pathways of impact on child development. *Journal of Family Studies* 2003:9(1);63-80.
19. Sanson A, McIntosh J. Wellbeing Following Parental Separation. Extended Literature Review and Position Paper for the Australian Psychological Society. November 2018.
20. Solomon J, George C. The development of attachment in separated and divorced families: Effects of overnight visitation, parent and couple variables. Attachment and Human Development 1999;1(1):2-33.
21. George S, Solomon J, McIntosh J. Divorce in the nursery: On infants and overnight care. *Family Court Review* 2011;49(3):521-528.
22. Bowlby R, McIntosh J. John Bowlby's legacy and meanings for the family law field: In conversation with Sir Richard Bowlby. *Family Court Review* 2011;49(3):549-556.

23. Pruett M, McIntosh J, Kelly J. Parental separation and overnight care of young children: Consensus through Theoretical and Empirical Integration: Part I. *Family Court Review* 2014;52(2):241-256.

24. Smyth B, McIntosh J, Emery R. Shared-time parenting: Evaluating risks and benefits to children. In: Drozd L, Saini M, Oleson N, eds. *Parenting plan evaluations: Applied research for the Family Court.* 2nd Edition. New York: Oxford University Press; 2016.

25. McIntosh J, Smyth B, Kelaher M. Overnight care patterns and psycho-emotional development in infants and young children. In: McIntosh J, Smyth B, Kelaher M, Wells Y, Long C, eds. Post separation parenting arrangements and developmental outcomes for children: Collected reports; Report to the Australian Government Attorney-General's Department: Canberra. 2010.

26. McIntosh J, Smyth B, & Kelaher M. Overnight care patterns following parental separation: Associations with emotion regulation in infants and young children. *Journal of Family Studies* 2013;19(3):224-239.

27. Tornello S, Emery R, Rowen J, Potter D, Ocker B, Xu Y. Overnight custody arrangements, attachment, and adjustment among very young children. *Journal of Marriage and Family* 2013;75(4):871-885.

28. Kline Pruett M, Ebling R, Insabella G. Critical aspects of parenting plans for young children. Interjecting some data into the debate. *Family Court Review* 2004;42(1):39-59.

29. Altenhofen S, Sutherland K, Biringen Z. Families experiencing divorce: Age at onset of overnight stays, conflict, and emotional availability as predictors of child attachment. *Journal of Divorce and Remarriage* 2010;51(3):141-156.

30. Fabricius W, Suh G. Should infants and toddlers have frequent overnight parenting time with fathers? The policy debate and new data. *Psychology, Public Policy, and Law* 2017;23(1):68.

31. McIntosh J, Pruett M., Kelly J. Parental separation and overnight care of young children, part ii: putting theory into practice. Family Court Review 2014;52(2):257-263.

32. McIntosh J, Pruett M, Kelly J. Charting overnight decisions for infants and toddlers (CODIT). 2015. Available at: https://childrenbeyonddispute.com/resources-for-practitioners. Accessed February 25, 2021.

33. McIntosh J, Tan E. Young children in divorce and separation: Pilot study of a mediation-based co-parenting intervention. *Family Court Review* 2017;55(3):329-344.

34. McIntosh J. Children Beyond Dispute website. https://childrenbeyonddispute.com. Accessed February 25, 2021.

# Divorce et séparation : Commentaires sur les articles de Kline Pruett et de McIntosh

**Laura Backen Jones, Ph.D.**

Oregon Research Institute, États-Unis

Décembre 2010

## Introduction

*Le dilemme*

Kline Pruett et McIntosh décrivent le dilemme auquel font face les tribunaux de la famille lors d'un divorce ou d'une séparation : ils doivent supporter, de façon appropriée et sensible, le rôle de chaque parent dans la vie de l'enfant. Actuellement, il n'existe pas de normes qui prennent en considération le développement de l'enfant pour orienter les parents et les professionnels dans leur prise de décisions relatives à la garde partagée. Évidemment, nous devons consulter l'ensemble des résultats de recherche disponibles pour nous guider dans la création de normes, mais, comme les auteurs le soulignent, il y a un manque de recherche dans ce domaine. Ainsi, une grande confusion existe quant à la nature et la structure des dispositions optimales de garde partagée. McIntosh réclame, avec raison, un solide cadre de travail basé sur le développement de l'enfant pour la prise de décisions en matière de séparation ou de divorce. Toutefois, il faudra encore un certain nombre d'années avant que nous puissions nous appuyer sur des études développementales précises pour supporter des décisions spécifiques dans ce domaine. En l'absence de telles études, nous pouvons consulter la science développementale et les études portant sur les pratiques parentales pendant la séparation pour nous guider. Cependant, nous devons être très prudents avant de tirer des conclusions spécifiques sur la garde des enfants à partir de cette littérature scientifique plus générale.

## Recherche et conclusions

*Principes d'un développement sain*

Le développement des compétences fondamentales au cours des premières années de l'enfance jette les bases de toute l'adaptation ultérieure.[1,2] De plus, comme le souligne McIntosh, la croissance remarquable qui se produit au cours des premières années de la vie s'accompagne d'une grande vulnérabilité.[2] Les parents jouent un rôle clé dans ce développement primaire.[3] La

maîtrise de tâches développementales sociales, émotionnelles et cognitives importantes est influencée par la qualité des pratiques parentales que les enfants reçoivent au quotidien. Les interactions parent-enfant systématiquement caractérisées par des échanges chaleureux, engagés, sensibles et réciproques sous-tendent l'habileté de l'enfant à contrôler et diriger son comportement, interagir et coopérer avec les autres, réguler ses émotions, communiquer et forger ses conceptions du monde.[4,5,6] Ces compétences acquises au début du développement forment la base des futures trajectoires développementales. Les connaissances, le sentiment d'auto-efficacité, l'adaptation personnelle et le support social des parents affectent le développement des enfants, dans la mesure où ils influencent les pratiques parentales au quotidien. Les mêmes qualités parentales restent importantes alors que les enfants deviennent adultes. De plus, une autre habileté parentale essentielle consiste à supporter et encourager l'autonomie et l'indépendance grandissantes des enfants tout en surveillant leurs activités, ce qui est plus facile dans le contexte d'une relation parent-enfant forte et positive.

*Le rôle important des parents au cours de la séparation ou du divorce*

Les résultats obtenus dans les études menées auprès de parents qui se séparent ou qui divorcent suggèrent que l'impact négatif du divorce sur l'adaptation des enfants est médiatisé par des pratiques parentales problématiques. Les facteurs de stress quotidiens des parents divorcés peuvent s'accumuler et compromettre leur capacité à exercer leurs fonctions parentales. Une adaptation saine de l'enfant dépend en partie de l'habileté de ses parents à utiliser les ressources de leur environnement pour gérer ces facteurs de stress.[7] Les pratiques parentales au cours de la première année suivant le divorce sont marquées par une augmentation de l'irritabilité et de la coercition, une diminution de la communication, de l'affection, de la cohérence, du contrôle et de la supervision[8,9,10] et une réduction des interactions parent-enfant positives.[9] Comparativement aux mères des familles intactes, les mères monoparentales sont plus dures, sévères[8] et critiques envers leurs enfants, donnent plus d'ordres lorsqu'elles interagissent avec eux[11] et tendent à montrer moins d'affection.[8] Le manque de cohérence dans la discipline et une trop grande sévérité peuvent précipiter la coercition, un facteur qui contribue significativement au développement des conduites antisociales chez les enfants.[12]

Alors que les perturbations dans le fonctionnement de la famille sont un facteur de risque significatif pour le développement des enfants, un fonctionnement familial sain est un facteur de protection majeur.[13] Les parents qui ont un style de parentage démocratique, qui sont sensibles aux besoins de leurs enfants et qui maintiennent une discipline cohérente et raisonnable

permettent aux enfants de mieux affronter le stress du divorce.[8,13,14]

Les décisions relatives à la garde partagée devraient être prises à la lumière de ces résultats de recherche. Il est particulièrement important de créer des situations qui supportent l'expression optimale des qualités parentales et un engagement parental maximal.

*Créer des arrangements sensibles au développement de l'enfant*

Kline Pruett a émis une excellente suggestion à l'effet que les plans de parentage devraient mettre l'accent sur des arrangements qui permettent aux deux parents de se sentir impliqués et responsables plutôt que sur la quantité absolue de temps que chacun passe avec l'enfant. Les professionnels qui travaillent avec des parents qui se séparent ou qui divorcent peuvent rechercher des arrangements qui optimisent la prédictibilité des routines quotidiennes et favorisent des pratiques parentales chaleureuses et sensibles. Kline Pruett et McIntosh mentionnent quelques aspects importants du processus de séparation ou de divorce, dont l'importance de bâtir des relations solides. Cependant, tel que décrit précédemment, la désorganisation et le stress qui accompagnent la séparation peuvent rendre l'établissement et le maintien de ces relations difficile pour les parents. Ceux-ci ont besoin d'outils et d'informations qui les aident à maintenir des relations de soutien chaleureuses avec leurs enfants. Ils ont aussi besoin de support pour affronter les variables contextuelles, comme le stress, qui affectent leur habileté à employer des pratiques parentales optimales. Ils ont également besoin d'être formés pour développer des habiletés de coparentage qui renforcent la relation, encouragent la coopération et réduisent le conflit entre les deux parents.

Une autre recommandation importante de Kline Pruett et McIntosh est de supporter les contacts fréquents entre l'enfant et le parent qui ne réside pas avec lui. Ces contacts sont typiquement limités dans la période qui suit le divorce et deviennent de plus en plus restreints avec le temps.[15] Environ 25 % des enfants visitent le parent qui n'a pas leur garde légale sur une base hebdomadaire et 20 % d'entre eux n'ont aucun contact avec ce parent ou le rencontrent seulement quelques fois par année.[16] Actuellement, la majorité des parents qui n'ont pas la garde de leurs enfants sont des pères. Kline Pruett souligne que le père apporte des contributions uniques au développement sain de l'enfant et que les plans de parentage devraient être conçus pour supporter l'implication du père au cours du processus de séparation ou de divorce. Chez les pères qui ne résident pas avec leurs enfants, des contacts plus fréquents avec ceux-ci sont associés à des perceptions plus favorables du coparentage.[17] Une méta-analyse d'Amato et Keith[18]

a révélé qu'une relation étroite entre les enfants et leur père est liée au développement sain des enfants. Dans une étude menée auprès de familles monoparentales ou intactes, la perception qu'avaient les enfants du degré d'intimité qu'ils partageaient avec leur père expliquait une plus grande partie de la variance du fonctionnement émotionnel, social et académique que toute autre relation dyadique.[19] Dans une étude longitudinale menée auprès de 341 enfants de parents divorcés, une bonne relation avec le parent qui avait la garde des enfants prédisait des problèmes de comportements moins nombreux, de meilleures habiletés de communication, de meilleurs résultats scolaires et un score global d'adaptation plus élevé chez les enfants.[20] Une implication active des deux parents peut avoir des bénéfices pour les enfants et le parent qui demeure avec eux.

*Information insuffisante*

Plusieurs parents et praticiens cherchent de l'information sur la sécurité de l'attachement des enfants pour prendre des décisions éclairées relatives à la garde partagée. McIntosh affirme avec justesse que la question fondamentale est de déterminer si le plan de parentage proposé et les activités qui en résultent contribueront ou porteront atteinte à la sécurité émotionnelle du jeune enfant. Nous pouvons consulter la littérature sur le développement pour nous aider à répondre à cette question, mais les résultats scientifiques recueillis jusqu'à présent ne sont pas suffisants. Tel que mentionné précédemment, les recherches développementales ont montré que des soins cohérents, chaleureux et contingents sont essentiels. Cependant, l'attachement est un processus complexe et flexible qui se déroule tout au long de la vie et qui est affecté par une vaste gamme de variables, dont les pratiques parentales, les facteurs familiaux, la relation de coparentage, les facteurs contextuels et les caractéristiques individuelles de l'enfant et du parent. Des études récentes sur différents types de garde partagée après la séparation ou le divorce ont suggéré quelques possibilités à explorer, mais comme McIntosh le souligne, les recherches dans ce domaine commencent tout juste à émerger. La plupart des recherches disponibles sur la séparation ou le divorce sont basées sur des petits échantillons non représentatifs et s'appuient sur des questionnaires autorapportés remplis par les mères. Les études sur le coparentage qui explorent la perspective du père sont rares. De plus, très peu de recherches ont porté sur la séparation de parents qui n'ont jamais été mariés ou le divorce au sein des populations mal desservies composées de diverses races et ethnies. De plus, la plupart des recherches reposent sur des mesures de l'attachement, un construit qui a revêtu une importance croissante pour les chercheurs et les praticiens.[21] Or, la recherche sur l'attachement

est toujours remplie d'incertitude, notamment en ce qui concerne la validité de ce construit et ses méthodes de mesure.

*Besoin de mesures fidèles et valides de l'attachement*

Si nous devons nous appuyer sur l'information recueillie sur l'attachement des enfants, plus de mesures valides et fidèles de ce construit seront nécessaires.[22] L'attachement est actuellement évalué de plusieurs façons, à la fois avec des mesures observationnelles et des questionnaires autorapportés. Cependant, ces méthodes différentes produisent parfois des résultats différents. Les études qui ont appliqué plusieurs méthodes de classification de l'attachement au même échantillon d'enfants ont trouvé des différences significatives de classification avec les diverses méthodes utilisées.[23] Il est tout aussi préoccupant de constater que le construit que représente l'attachement n'est pas encore robuste. Certains chercheurs ont suggéré que, dans les études observationnelles de l'attachement des enfants (par ex., la situation étrangère),[24] la variabilité du tempérament des jeunes enfants pourrait influencer l'interprétation du type d'attachement. Par exemple, un tout-petit qui a tendance à éprouver fréquemment de la détresse pourrait vivre une détresse lors de la séparation, continuer à manifester cette émotion lors de la réunion avec sa mère et être ainsi plus susceptible de se voir attribuer un type d'attachement insécurisé qu'un enfant moins sujet à éprouver de la détresse.[25] Une mesure alternative de l'attachement, le Q-sort,[26] souffre quant à elle des biais potentiels communs aux mesures autorapportées. De plus, des questions ont été soulevées quant au moment où les liens d'attachement critiques sont formés et à la possibilité que des liens d'attachement primaires puissent être développés avec plus d'une figure d'attachement. Il est donc nécessaire de raffiner le construit et les méthodes utilisées pour le mesurer.

**Implications**

Pour plusieurs parents, la transition que représente la séparation ou le divorce est marquée par la désorganisation, le stress et les conflits. Les parents et les professionnels veulent servir le mieux possible les intérêts des enfants et les décisions relatives à la garde partagée peuvent avoir d'importantes implications pour leur développement à long terme. La recherche actuellement disponible pour orienter ces décisions est limitée. Comme il y a énormément de facteurs en jeu, il n'y a pas une seule façon de faire qui soit supérieure aux autres. Kline Pruett et McIntosh soulignent quelques considérations utiles. Le facteur décisionnel le plus important est peut-être que l'arrangement choisi permette de préserver et de renforcer la relation de

l'enfant avec chacun de ses deux parents. Comme Kline Pruett le souligne si judicieusement, les considérations familiales et individuelles devraient avoir préséance sur toute solution rigide employée uniformément pour toutes les familles.

**Références**


1. Ramey, C.T. & Ramey, S.L. (1998). Early intervention and early experience. *American Psychologist*, 53(2), 109-120.
2. Thompson, R.A. (2001). Development in the first years of life. *The Future of Children*, 11(1), 21-34.
3. Bornstein, M.H. (2002). Parenting infants. In M.H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting, Vol. 1: children and parenting* (2nd edition, pp. 3-43). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
4. Campbell, S.B. (1997). Behavior problems in preschool children: Developmental and family issues. *Advances in Clinical Child Psychology*, 19, 1-26.
5. Shaw, D.S., Owens, E.B., Giovannelli, J., & Winslow, E.B. (2001). Infant and toddler pathways leading to early externalizing disorders. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 40, 36-43.
6. Stams, G.J.J.M, Juffer, F., & van-IJzendoorn, M.H. (2002). Maternal sensitivity, infant attachment, and temperament in early childhood predict adjustment in middle childhood: The case of adopted children and their biologically unrelated parents. *Developmental Psychology*, Vol. 38 (5), 806-821.
7. Simons, R. L., & Johnson, C. (1996). Divorced and intact families: Differences in stress, interaction, and child outcomes. In R. L. Simons (Eds.). *Understanding families, Volume 5*. (pp. 81-93). Newbury Park, CA: Sage.
8. Hetherington, E. M. (2003). Social support and the adjustment of children in divorced and remarried families. *Childhood*, 10(2), 217-236.
9. Forehand, R., Thomas, A. M., Wierson, M., & Brody, G. (1990). Role of maternal functioning and parenting skills in adolescent functioning following parental divorce. *Journal of Abnormal Psychology*, 99(3), 278-283.
10. Hetherington, E. M., Cox, M., & Cox, R. (1979). Play and social interaction in children following divorce. *Journal of Social Issues*, 35, 26-49.
11. Webster-Stratton, C. (1989). The relationship of marital support, conflict, and divorce to parent perceptions, behaviors, and childhood conduct problems. *Journal of Marriage & the Family*, 51(2), 417-430.
12. Dishion, T. J. (1995). The development and ecology of antisocial behavior. In D.Cicchetti and D.J. Cohen (Eds.).Wiley series on personality processes: *Developmental psychopathology, Vol. 2: Risk, disorder and adaptation*. (pp.421-471) New York, NY: John Wiley and Sons.
13. Kelly, J. B., & Emery, R. E. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52, 352-362.
14. Lengua, L. J., Wolchik, S. A., Sandler, I. N., & West, S. G. (2000). The additive and interactive effects of parenting and temperament in predicting problems of children of divorce. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29(2), 232-244.
15. Braver, S. L. & Griffin, W. A. (2000). Engaging fathers in the post-divorce family. Marriage and Family Review, 29(4), 247-267. Campbell, S.B. (1997). Behavior problems in preschool children: Developmental and family issues. *Advances in Clinical Child Psychology*, 19, 1-26.
16. Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family*,62(4), 1269-1287.
17. Bronte-Tinkew J, Horowitz A. (2010). Factors associated with unmarried, Nonresident fathers' perceptions of their coparenting. *Journal of Family Issues*, 31, 31-65.

18. Amato, P. R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 26-46.

19. Guttman, J. & Rosenberg, M. (2003). Emotional intimacy and children's adjustment: A comparison between single-parent divorced and intact families. *Educational Psychology*, 23, 457-472.

20. Guidubaldi, J., Cleminshaw, H., Perry, J., Nastasi, B. K., & Lightel, J. (1986). The role of selected family environment factors in children's post-divorce adjustment. *Family Relations*, 35(1), 141-151.

21. Byrne, J.G., O'Connor, T.G., Marvin R.S., Whelan W.F. (2005). Practitioner review: the contribution of attachment theory to child custody assessments. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(2), 115-27.

22. Crittenden, P., Hartl Claussen, A., & Kozlowska, K. (2007). *The Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 28 (2), 78-87.

23. Rauh, H., Ziegenhain, U., Müller, B. & Wijnroks, L., (2000). Stability and Change in Mother–infant Attachment in the Second Year of Life: Relations to Parenting Quality and Varying Degrees of Daycare Experience. In P. M. Crittenden & A. H. Claussen (Eds.), *The Organization of Attachment Relationships: Maturation, Context and Culture*. London, Cambridge University Press.

24. Ainsworth, M. D. S., Blehar, M., Waters, E. & Wall, S., 1978. *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ, Erlbaum.

25. Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (1998). Temperament. In W. Damon (Series Ed.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional and personality development* (5th ed., pp. 105-176). New York: Wiley. Temperament-Part 1 (pgs. 105-139) & Temperament-Part 2 (pgs. 140-176).

26. Waters, E., & Deane, K. E. (1985). Defining and assessing individual differences in attachment relationships: Q-methodology and the organization of behavior in infancy and early childhood. In I. Bretherton & E. Waters (Eds.), Growing points of attachment theory and research. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1-2, Serial No. 209), 41-65.

# Divorce et séparation : Commentaires sur les articles de D'Onofrio, Vélez, Wolchik et Sandler, et Pedro-Carroll

**Katherine M. Kitzmann, Ph.D., C. Matthew Stapleton, M.Sc.**

University of Memphis, États-Unis

Décembre 2011

## Introduction

Les trois articles de cette section soulignent des thèmes importants qui ont émergé de plusieurs décennies de recherche sur les enfants de parents divorcés. Par extension, nous assumons que les résultats de ces recherches peuvent aussi s'appliquer aux enfants de couples non-mariés qui se séparent, bien qu'il y ait eu peu d'études sur ce groupe spécifique d'enfants. La méticuleuse synthèse de D'Onofrio indique que le divorce est associé à des taux significativement plus élevés de problèmes d'adaptation chez les enfants et que ces problèmes sont souvent observés jusqu'au début de l'âge adulte, mais que seulement une minorité d'enfants touchés par le divorce présentent des problèmes qui justifient un diagnostic ou un traitement. D'Onofrio, Vélez et coll. et Pedro-Carroll mettent tous l'accent sur le fait que ce sont les expériences des enfants dans leur famille, plutôt que le divorce comme tel, qui sont les plus utiles pour comprendre les variations observées dans l'adaptation des enfants après le divorce. Ces expériences variées comprennent, par exemple, l'exposition des enfants au conflit interparental avant et après le divorce, la baisse de statut économique et les perturbations dans les pratiques parentales associées à la transition vers un foyer monoparental. Également, Vélez et coll. et Pedro-Carroll passent en revue des résultats prometteurs à l'effet que les programmes de prévention basés sur la recherche et les programmes d'amélioration des pratiques parentales peuvent favoriser l'adaptation des enfants affectés par le divorce, en entraînant des bénéfices sur les plans socioaffectif, comportemental et académique. Malheureusement, comme le soulignent Vélez et coll., relativement peu d'enfants ont accès à ces programmes.

## Recherche et conclusion

Les conclusions des auteurs sont solides et justes, tout comme leurs recommandations liées à la poursuite des recherches et à l'établissement de programmes de prévention basés sur la

recherche pour les enfants touchés par le divorce. À la lumière de leurs points communs, nous reprendrons différents thèmes qui émergent de cette série d'articles synthèses. Ces thèmes, dont quelques-uns sont représentés dans les travaux des auteurs, offrent une opportunité d'examiner les défis actuels et d'envisager des avenues de recherche et de pratique futures.

Un problème central dans la problématique du divorce est de conceptualiser le risque, particulièrement à des fins de travaux appliqués. Il est utile de distinguer, d'une part, les facteurs de risque et de protection et, d'autre part, les processus de risque et de protection.[1] Les facteurs de risque et de protection ne mènent pas directement à certains résultats, mais ils tendent à augmenter ou diminuer la probabilité que l'enfant développe divers problèmes. Les processus de risque et de protection, quant à eux, sont liés de façon causale aux difficultés et aux réussites de l'enfant; ces processus expliquent pourquoi certains enfants s'en tirent mieux que d'autres dans des conditions adverses. Pedro-Carroll et Vélez et coll. décrivent plusieurs interventions ciblant des facteurs de risque modifiables (p. ex., un environnement familial chaotique) ou des facteurs de protection modifiables (p. ex., les stratégies d'adaptation) pour favoriser une meilleure adaptation de l'enfant pendant la transition que représente le divorce. Ces auteurs mentionnent également des programmes d'intervention qui ciblent des processus de risque (p. ex., les perturbations dans la discipline reliées au divorce, les perturbations dans les relations parent-enfant pendant le divorce et les attributions des enfants relatives au divorce).

Les termes « facteur de risque » et « processus de risque » sont parfois considérés comme interchangeables et sont utilisés de façon incohérente dans la littérature. Ce problème est aggravé par le fait que des construits similaires peuvent légitimement être conceptualisés à la fois comme facteurs et comme processus de risque. Par exemple, l'emploi à long terme de pratiques parentales incohérentes peut constituer un facteur de risque, car il peut exacerber l'effet du divorce sur les enfants, mais l'emploi de pratiques parentales incohérentes lors du divorce peut aussi être un processus de risque qui explique l'association entre le divorce et certains problèmes chez l'enfant. De façon similaire, des stratégies d'adaptation inefficaces peuvent être un facteur de risque, mais les stratégies d'adaptation de l'enfant face au divorce en particulier peuvent constituer un processus de risque qui explique les problèmes liés au divorce. Hypothétiquement, de meilleurs résultats pourraient être observés chez les enfants touchés par le divorce en intervenant sur un facteur de risque ou sur un processus de risque. Toutefois, les interventions ciblant les processus semblent préférables puisqu'on considère qu'ils ont un effet causal direct sur l'adaptation de l'enfant.[2] Il faut aussi noter que les facteurs de risque et les

processus de risque interagissent entre eux, de façon complexe. Une articulation prudente du modèle d'intervention favoriserait la conception d'interventions plus efficaces et plus valides au fil du temps et permettrait de tester davantage les modèles conceptuels sur lesquels sont basées ces interventions.[1]

Un deuxième aspect de la problématique concerne les bénéfices de concevoir et d'interpréter les travaux empiriques à la lumière d'un cadre de travail conceptuel ou d'une théorie. De façon notable, les interventions pour les enfants de parents divorcés qui ont recueilli le support empirique le plus solide sont basées sur des modèles conceptuels clairement établis. Les modèles du stress et de l'adaptation[3] et celui des pratiques parentales efficaces[4] ont servi de base pour élaborer des interventions ciblant les facteurs et les processus clés qui ont reçu un support empirique dans la littérature. Ces facteurs et processus incluent la perception qu'ont les enfants du conflit et du divorce, les stratégies qu'ils utilisent pour y faire face et leur efficacité, et le support, la discipline et la surveillance de la mère. Le modèle de sécurité émotionnelle[5] a aussi le potentiel d'être utilisé comme base d'intervention pour les enfants touchés par le divorce. Ce modèle soutient que le conflit interparental crée une détresse émotionnelle chez l'enfant – dont témoignent sa dysrégulation émotionnelle, ses tentatives de réguler le conflit de ses parents et ses peurs quant à l'avenir de sa famille – qui en retour prédit ses problèmes d'adaptation. Ce modèle a servi de base pour un programme d'éducation aux parents axé sur le conflit marital, qui s'est révélé efficace dans un échantillon de personnes provenant de la population générale.[6]

**Implications pour le développement et les politiques**

Les articles de cette section transmettent tous, implicitement ou explicitement, l'idée que les résultats de recherche obtenus pourraient et devraient être appliqués à des interventions qui servent les besoins psychologiques des enfants, bien que les auteurs notent aussi le besoin de solutions économiques. À ce point, nous faisons face à un dilemme : devrait-on continuer à conduire des études d'évaluation à petite échelle ou est-il temps de passer à des études de plus grande envergure basées sur ce que nous avons découvert jusqu'à présent? Le fait que les trois articles de cette section partagent la même vision de plusieurs aspects clés suggère qu'il pourrait y avoir suffisamment de résultats disponibles pour justifier d'aller de l'avant avec des interventions plus largement diffusées. Qu'elles s'adressent à la population générale ou ciblent le sous-ensemble de familles qui ont le plus besoin d'aide, ces interventions doivent être brèves et implantées en contexte communautaire (voir Vélez et coll.).

Les programmes d'intervention les mieux évalués (certains centrés sur l'enfant, certains centrés sur les parents), que Vélez et coll. ont passé en revue, et les programmes de parentage mentionnés par Pedro-Carroll, sont des programmes étalés sur plusieurs sessions, qui abordent un nombre relativement large de sujets. Certains des sujets sont génériques, en ce sens qu'ils pourraient être inclus dans n'importe quel programme de parentage ou programme destiné aux jeunes à risque. Des exemples de ces sujets généraux incluent le parentage démocratique, la réduction du stress et les relations positives avec la famille élargie. De façon similaire, les résultats recherchés dans ces programmes – comme l'augmentation de l'estime de soi, la réduction des problèmes en classe et la diminution des conduites d'internalisation et d'externalisation – sont des buts communs à une vaste gamme d'interventions, pas seulement à celles qui s'adressent aux enfants touchés par le divorce. Alors que nous cherchons à créer des interventions plus brèves, il faudrait peut-être se concentrer sur des sujets spécifiques au divorce, comme la relation entre l'enfant et le parent qui n'en a pas la garde, le conflit interparental après le divorce, le coparentage et le stress entourant les transitions entre les deux foyers (voir Pedro-Carroll). Les mesures des résultats des interventions devraient aussi être liées plus étroitement à l'adaptation de l'enfant au divorce, en incluant par exemple ses perceptions du divorce (voir Vélez et coll.).

Pedro-Carroll souligne l'utilité de travailler avec le système juridique. En effet, la collaboration avec les tribunaux pourrait être la clé de la diffusion d'interventions pour les enfants touchés par le divorce à grande échelle. Trois exemples illustrent le potentiel de ce type de collaboration. Premièrement, comme la plupart des juridictions requièrent que les parents impliqués dans un litige sur la garde des enfants suivent un cours de parentage, celui-ci portant typiquement sur les effets du conflit sur les enfants, le parentage, le coparentage et les procédures juridiques de résolution des litiges, une avenue pour rejoindre plusieurs familles serait d'implanter une brève intervention basée sur la recherche dans le contexte de ces programmes obligatoires.[7] Deuxièmement, les praticiens pourraient développer des programmes spécifiques aux situations de conflit intense et collaborer avec des magistrats locaux pour que ceux-ci requièrent ou recommandent que certains parents participent à ces programmes.[8] Troisièmement, les chercheurs et les praticiens ont un rôle à jouer dans le développement des politiques (voir Emery [9]), en rendant l'information issue de la recherche disponible aux législateurs qui déterminent les mandats de la médiation, des classes de parentage et des plans de parentage ainsi que les horaires de visite par défaut.

Les programmes basés sur la recherche se sont concentrés presque entièrement sur les enfants de parents mariés qui divorcent et ont donc exclu un large nombre d'enfants touchés par la dissolution de la relation entre leurs parents. Les partenaires non-mariés incluent les couples qui vivent ensemble mais qui choisissent de ne pas se marier, les couples qui ne peuvent pas se marier légalement (comme les couples homosexuels dans plusieurs régions des États-Unis) et les partenaires à court terme qui ne maintiennent pas leur relation (voir D'Onofrio). Nous pouvons nous attendre à ce que les interventions destinées aux enfants touchés par le divorce soient aussi utiles aux enfants touchés par ces autres formes de dissolution de relation. Toutefois, les programmes qui offrent de l'information juridique aux parents devraient être ajustés pour inclure les procédures juridiques qui s'appliquent aux couples non-mariés. De même, dans plusieurs juridictions, les litiges concernant la garde des enfants sont traités par des tribunaux différents selon que les partenaires soient divorcés ou n'aient jamais été mariés et les exigences juridiques (p. ex., pour la médiation) peuvent différer pour les deux groupes de parents.

**Références**


1. Cicchetti D. Development and psychopathology. In: Cicchetti D, Cohen DJ, eds. *Developmental psychopathology, Vol. 1*. 4th ed. New York, NY: Wiley; 2006: 1-23.
2. Cummings EM, Davies PT, Campbell SB. *Developmental psychopathology and family process: Theory, research, and clinical implications*. New York, NY: Guilford Press; 2000.
3. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, coping, and appraisal*. New York, NY: Springer; 1984.
4. Darling N, Steinberg L. Parenting style as context: An integrative model. *Psychol Bull*. 1993; 113: 487-496.
5. Davies PT, Cummings EM. Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychol Bull*. 1994; 116: 387-411.
6. Cummings EM, Faircloth BF, Mitchell PM, Cummings JS, Schermerhorn AC. Evaluating a brief prevention program for improving marital conflict in community families. *J Fam Psychol*. 2008; 22: 193-202.
7. Pollet SL, Lombreglia MA. Nationwide survey of mandatory parent education. *Fam Court Rev*. 2008; 46: 375-394.
8. Kitzmann KM, Parra GR, Jobe-Shields L. A review of programs designed to prepare parents for custody and visitation mediation. *Fam Court Rev*. In press.
9. Emery RE. Interparental conflict and social policy. In: Grych JH, Fincham FD, eds. *Interparental conflict and child development: Theory, research, and applications*. New York, NY: Cambridge University Press; 2001: 417-439.