

Abstract - Groupe n°11

## **Séparation parentale : Les impacts sur la vie sociale des enfants**

Inês Correia Martins, Melinda Doy, Saskia Egli, Célia Roulet, Léane Tschopp

### *Introduction*

La séparation parentale est très répandue en Suisse avec des conséquences importantes sur les enfants et leur développement. Actuellement, le taux de divorce en Suisse est de 41.5% avec plus de 12'000 enfants concernés par cette situation chaque année [1]. Les enfants issus de familles divorcées ont un risque plus élevé d'avoir une diminution des performances scolaires et de développer divers problèmes de santé mentale, tels que des troubles émotionnels et comportementaux, de la dépression et de l'anxiété ainsi qu'une consommation plus fréquente de substances toxiques [2]. Les enfants manquent souvent de compétences pour surmonter les difficultés liées au divorce, notamment dû à une incapacité de compréhension en raison de leur âge [2]. Bien que de nombreux enfants souffrent des répercussions du divorce, la plupart d'entre eux s'adaptent bien sur le long terme, en particulier ceux qui ont des relations de soutien [3]. Des conseils professionnels peuvent être nécessaires et se sont révélés efficaces pour aider les enfants à s'adapter au divorce et à la séparation [3]. L'objectif de ce travail est donc d'identifier les conséquences d'une séparation parentale sur la vie sociale des enfants âgés de 6 à 12 ans en Suisse romande et de déterminer les moyens les plus efficaces pour les soutenir. Nous avons également cherché à combler certaines lacunes de la littérature telles que les éventuels effets positifs, l'influence de l'âge et du degré de conflit parental ainsi que l'effet de la temporalité de la séparation.

### *Méthode*

Une recherche qualitative a été réalisée sous la forme de quinze entretiens individuels semi-structurés afin de laisser place aux expériences et au vécu des personnes interrogées. Les intervenants ont été sélectionnés par une méthode d'échantillonnage raisonnée et sont tous des personnes impliquées dans la vie de l'enfant et ce dans plusieurs domaines afin de le considérer dans sa globalité. Les participants ont été les suivants : M. Gilbert Pieri (intervenant psychosocial de la CAN-Team), Mme. Joëlle Darwiche (professeure associée à l'UNIL), Mme. Marie-Pierre Van Mullem (présidente de l'Association Vaudoise des parents d'élèves), Mme. Rachel Beacher (cofondatrice de l'Association "Active Parents Active Kids"), un entraîneur d'unihockey, trois enseignantes, deux pédopsychiatres, un directeur et une directrice adjointe d'un Centre Pédagogique, une psychologue, une psychologue scolaire et une assistante sociale.

Le consentement de chaque intervenant pour enregistrer l'entretien a été recueilli. Ensuite, une grille d'entretien a été utilisée et a permis d'aborder les thèmes suivants : les effets positifs et négatifs de la séparation sur les enfants, les impacts sur leur vie sociale, l'influence de l'âge de l'enfant et du degré de conflit parental ainsi que les outils de soutien développés grâce à l'expérience professionnelle des participants. Une analyse thématique a été effectuée dans le but de mettre en évidence les idées principales et récurrentes. Pour des raisons pratiques, les entretiens ont eu lieu dans les cantons de Vaud et Neuchâtel.

### *Résultats*

Tous les intervenants ont noté qu'une séparation parentale a des effets négatifs sur la vie de l'enfant et ils se sont accordés sur l'importance d'un accompagnement à long terme. Parmi les conséquences principales, il y a les difficultés émotionnelles et comportementales, un sentiment de culpabilité et un fort conflit de loyauté.

Les impacts négatifs sont nombreux, hétérogènes et très dépendants de l'âge de l'enfant, du degré de conflit parental et de la temporalité. En effet, la réaction de l'enfant à la séparation dépendra de sa maturité émotionnelle et de son développement cognitif. De plus, le degré de conflit intraparental avant, pendant ou après la séparation va influencer le vécu de l'enfant. Aussi, une situation mal définie et encore ambiguë peut être plus difficile à vivre pour ce dernier.

La vie sociale va être influencée par le plan psychologique : en effet, les enfants présentent souvent de fortes émotions telles que la tristesse, la colère, l'irritabilité, l'angoisse, l'isolement et l'insécurité. Ceci peut impacter négativement les relations avec les autres. Un aspect fréquemment souligné par les intervenants est le

sentiment de culpabilité ressenti par les enfants. Dans ces situations, l'enfant se sent responsable de la séparation et en souffre beaucoup ; ceci peut se traduire par des troubles somatiques tels que des angoisses, une perturbation du sommeil ou l'apparition d'une énurésie. Il peut même aller jusqu'à modifier son comportement dans l'espoir que ses parents se remettent ensemble. La culpabilité permet à l'enfant de trouver une explication à une situation qu'il ne parvient pas à comprendre. Le conflit de loyauté est une autre conséquence importante. Celle-ci apparaît lorsque l'enfant est tiraillé entre les deux parents car ils placent les enjeux de la séparation avant les intérêts de l'enfant. Ceci peut créer un phénomène de clivage que l'enfant va exprimer par un changement dans sa relation avec l'un des deux parents. L'enfant peut aussi présenter des comportements perturbateurs et indisciplinés entraînant une diminution de la concentration et des performances scolaires.

Les changements organisationnels vont également avoir un impact significatif sur la vie de l'enfant. Cela génère du stress, une déstructuration du cadre environnemental avec des oublis répétés, des devoirs non faits et des retards. Le statut socio-économique peut être bouleversé ce qui va engendrer une augmentation des dépenses, du stress chez les parents et une difficulté d'accès à certaines ressources, notamment le sport. La distance entre les deux domiciles peut également mener à une perte de contact avec l'un des parents ou des amis. Cela augmente les difficultés à créer des liens et donc affecte la vie sociale de l'enfant.

Les effets positifs sont moins prévalents mais tout de même existants. L'enfant peut ressentir un sentiment de soulagement, notamment lorsque le conflit est violent avec des tensions intrafamiliales permanentes. Il peut également être apaisé en voyant ses parents plus heureux.

Les intervenants ont donné de nombreux conseils, pour les parents et les professionnels. Dans le cadre familial, il faudrait expliquer clairement la situation et garder une bonne relation coparentale afin d'éviter de créer un conflit de loyauté. Les parents doivent également veiller à maintenir une stabilité organisationnelle pour ne pas perturber davantage la vie sociale de l'enfant. En ce qui concerne les professionnels, il faut rester à l'écoute, être empathique, valider les émotions et mettre à disposition les ressources pour l'enfant.

## *Discussion*

De manière générale, tous les intervenants se sont accordés sur le fait que la séparation parentale aura des effets négatifs et parfois positifs sur la vie de l'enfant. Selon la littérature, l'adaptation à une nouvelle situation de vie, la persistance des tensions et l'aliénation parentale peuvent être à l'origine de la détresse de l'enfant [3]. Cela se rapproche du concept de conflit de loyauté présenté par les participants. Il a aussi été démontré qu'une séparation a un impact sur la performance scolaire [2], sur le comportement et les émotions des enfants [4]. Nos résultats et la littérature se rejoignent pour dire qu'un déménagement a un effet négatif sur le comportement de l'enfant et sur sa vie sociale [5]. La thématique du niveau socio-économique est également abordée dans la littérature [4] et il s'agit d'un sujet qui est apparu spontanément durant les entretiens. De nombreux enfants présentent des changements de comportement au cours de la première année qui suit la séparation de leurs parents. Bien que la plupart des problèmes d'adaptation se résolvent dans les 2 à 3 ans suivant la séparation [2,3]. Ceci confirme donc l'importance d'un suivi personnalisé et à long terme pour accompagner au mieux ces enfants. Les lacunes littéraires identifiées, telles que l'influence de l'âge, de la temporalité et du degré de conflit ainsi que les effets positifs ont été partiellement comblées et pourraient constituer une recherche future.

## *Références*

1. Statistiques de divorce Suisse. [le 26.06.23]. Disponible: [Statistiques de divorce en Suisse | divorce.ch](https://www.divorce.ch/statistiques)
2. Çaksen H. The effects of parental divorce on children. *Psychiatriki*. 2022 Mar 28;33(1):81-82. doi:10.22365/jpsych.2021.040. Epub 2021 Nov 26. PMID: 34860682.
3. Cohen GJ. *et al.* committee on psychosocial aspects of child and family health; section on developmental and behavioral pediatrics. Helping Children and Families Deal With Divorce and Separation. *Pediatrics*. 2016 Dec;138(6):e20163020. doi: 10.1542/peds.2016-3020. PMID: 27940730.
4. Furstenberg, F. F., Jr., et Kiernan, K. (2001). Delayed parental divorce : How much do children benefit? *Journal of Marriage and the Family*, 63(2), 446-457.
5. Ingunn Onarheim Johnsen *et al.* Living in Two Worlds – Children's Experiences After Their Parents' Divorce – A Qualitative Study. *Journal of Pediatric Nursing*, Volume 43, 2018, Pages e44-e51, ISSN 0882-5963, <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2018.09.003>.

**Mots clés :** Séparation parentale; Divorce; Santé mentale; Enfants; Vie sociale.

Le 1er juillet 2023



# Mes parents se séparent - Et moi alors ?

Séparation parentale : Les impacts sur la vie sociale des enfants  
Inês Correia Martins, Melinda Doy, Saskia Egli, Célia Roulet, Léane Tschopp

## Introduction :

La séparation parentale est très répandue en Suisse avec des conséquences importantes sur les enfants et leur développement. Actuellement, le taux de divorce en Suisse est de 41.5% avec plus de 12'000 enfants concernés par cette situation chaque année [1]. La séparation parentale va avoir un impact important sur le développement des enfants, qui se trouve être un déterminant de la santé [2].

## Objectifs :

- ① Identifier les conséquences d'une séparation parentale sur la vie sociale des enfants âgés de **6 à 12 ans** en **Suisse romande**
- ② Déterminer les moyens les plus efficaces pour soutenir ces enfants
- ③ Combler certaines lacunes littéraires telles que : les éventuels effets positifs, l'influence de l'âge et du degré de conflit parental ainsi que l'effet de la temporalité de la séparation

## Méthodologie :

- Revue de littérature
- 15 entretiens semi-structurés et multidisciplinaires avec des professionnel-le-s de l'**éducation**, du **social** et de la **santé**, analysés de manière qualitative

## Résultats :

### Impact émotionnel

- Tristesse, colère, irritabilité, angoisse, isolement et insécurité
- Impact négatif sur les relations avec les autres

### Changements organisationnels

- Stress et déstructuration du cadre
- Oublis répétés, devoirs non faits et retards
- Distance entre les deux domiciles impacte les relations avec amis et famille

### Sentiment de culpabilité

- L'enfant se sent responsable de la séparation
- Engendre de la souffrance, de l'angoisse et des troubles somatiques, tels que la perturbation du sommeil ou l'énurésie

### Vie sociale des enfants

### Impact comportemental

- Comportements perturbateurs et indisciplinés
- Diminution de la concentration et des performances scolaires

### Conflit de loyauté

- Sentiment inconfortable et nuisible
- Apparaît quand l'enfant a l'impression de devoir choisir entre l'un de ses parents
- Peut aboutir à la destruction de la relation avec l'un des parents

### Impact socio-économique

- Augmentation des dépenses, du stress chez les parents
- Difficulté d'accès à certaines ressources, notamment le sport

## Conseils :

### Pour les **parents**:

- Expliquer clairement la situation
- Garder une bonne relation parentale
- Veiller à maintenir une stabilité organisationnelle
- Laisser l'enfant en dehors du conflit

### Pour les **professionnel-le-s** :

- Être empathique
- Être à l'écoute
- Valider les émotions

## Discussion :

Les obstacles rencontrés par les enfants après une séparation parentale sont hétérogènes et influencent leur vie sociale. Ces derniers sont très dépendants de l'**âge de l'enfant**, du **degré de conflit parental** et de la **temporalité**. En effet, la réaction de l'enfant à la séparation dépendra de sa maturité émotionnelle et de son développement cognitif. Des **effets positifs** existent, tel que le soulagement, qui apparaît particulièrement lorsqu'il y a un fort conflit et parfois même de la violence.

Malgré les nombreuses conséquences négatives, les enfants correctement soutenus arrivent généralement à surmonter cette situation [3]. Il est donc important que ces enfants bénéficient d'un **suivi personnalisé** et à **long terme** pour les accompagner au mieux.

“L'enfant grandit mieux avec un couple de parents séparés qui s'entendent bien, plutôt qu'avec un couple de parents ensemble mais qui ne s'entendent pas.” (Pédopsychiatre)

“Ce n'est pas la séparation qui pose un problème, c'est l'insécurité affective.” (Directeur d'un Centre Pédagogique)

“Il y a des choses qui appartiennent au monde des adultes et dont on doit protéger les enfants.” (Psychologue scolaire)

“Ne prenez pas votre enfant en otage ou pour ce qu'il n'est pas, un allié adulte.” (Intervenant psycho-social)

“Si on a pas réussi son mariage, il faut réussir son divorce.” (Intervenant psycho-social)

## Références :

1. Statistiques de divorce Suisse, [le 26.06.23]. Disponible: [Statistiques de divorce en Suisse | divorce.ch](https://www.statistik.ch/divorce)
2. Çaksen H. The effects of parental divorce on children. *Psychiatriki*. 2022 Mar 28;33(1):81-82. doi:10.22365/psych.2021.040. Epub 2021 Nov 26. PMID: 34860682.
3. Cohen G.J. et al. committee on psychosocial aspects of child and family health; section on developmental and behavioral pediatrics. Helping Children and Families Deal With Divorce and Separation. *Pediatrics*. 2016 Dec;138(6):e20163020. doi: 10.1542/peds.2016-3020. PMID: 27940730.
4. Furstenberg, F. F., Jr., et Kiernan, K. (2001). Delayed parental divorce : How much do children benefit? *Journal of Marriage and the Family*, 63(2), 446-457.
5. Ingunn Onarheim Johnsen et al. Living in Two Worlds – Children's Experiences After Their Parents' Divorce – A Qualitative Study. *Journal of Pediatric Nursing*, Volume 43, 2018, Pages e44-e51, ISSN 0882-5963, <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2018.09.003>.

## Remerciements :

Nous remercions toutes les personnes qui ont participé aux entretiens ainsi que notre tutrice Clara Le Saux.

**Contact :** ines.correiamartins@unil.ch ; melinda.doy@unil.ch ; saskia.egli@unil.ch ; celia.roulet@unil.ch ; leane.tschopp@unil.ch