

ÉDUCATION

Devenir parent crée un lien indéfectible, même après séparation des conjoints

UNE COPARENTALITÉ SAIN ET ASSUMÉE, QUE LA FAMILLE SOIT UNIE OU SÉPARÉE, SIGNIFIE UN ENVIRONNEMENT BÉNÉFIQUE POUR LES ENFANTS COMME POUR LES PARENTS.

— ESTELLE BAUR

Depuis juillet 2014, l'autorité parentale est automatiquement accordée à la mère et au père de l'enfant. Le partage des tâches et de l'éducation des enfants s'ouvre vers un plus grand équilibre des rôles au sein du couple: «Le modèle de la famille est en profonde mutation et a un impact sur la représentation de la parentalité», explique Anne Dubuis, conseillère conjugale, thérapeute de couple et de famille auprès des centres SIPE. En s'éloignant du modèle de la famille dite «traditionnelle», on constate que les rôles du père et de la mère sont plus facilement interchangeables. «De plus, l'accès pour les couples homosexuels à la parentalité ainsi que la multitude de modèles possibles dus aux familles recomposées replacent le centre de gravité non plus autour du couple parental mais sur le réseau autour de l'enfant: les parents biologiques (qui ont conçu l'enfant), ceux légaux (qui détiennent l'autorité parentale), ceux psychologiques (qui élèvent et éduquent l'enfant), etc. Il s'agit parfois de la même personne, mais ce n'est plus forcément le cas aujourd'hui.»

LES ENJEUX, QUAND ON DEVIENT PARENT

«Le couple forme une équipe, explique Anne Dubuis. Dès lors, ils doivent se demander comment ils peuvent partager les tâches sans se sentir en conflit ou en compétition. Comment ils peuvent se soutenir l'un l'autre, valider et reconnaître ce que chacun fait.» Devenir parent crée un lien indéfectible, mais cela peut aussi être source de tension. A travers ce changement, chacun découvre l'autre sous un nouveau jour: «Avant de devenir parent, le couple a une relation conjugale.

Soudain, il découvre l'autre comme père ou mère. Ce qui peut parfois se révéler surprenant.» Il s'agit, de plus, de jongler avec les valeurs de chacun: «L'arrivée de l'enfant est un révélateur de différences entre les conjoints. Les cultures familiales différentes entrent tout d'un coup en confrontation, ce qui peut parfois entraîner des conflits.» Enfin, quand l'enfant est petit, la focalisation du couple autour de lui peut entraîner une insatisfaction imprévue, transitoire et normale: «Il faut se réorganiser ensemble dans un contexte de grande fatigue. Les insatisfactions du couple, qui n'a plus assez de temps pour lui, font partie de cette période et sont transitoires. Il ne faut pas hésiter à demander de l'aide.»

QUELS SONT LES SIGNES D'UN PROBLÈME AU SEIN DE LA COPARENTALITÉ?

«Dès que les parents entrent en conflit et que l'enfant en est témoin, qu'ils se disputent devant lui, c'est souvent le signe qu'une limite est atteinte», affirme Anne Dubuis. On peut alors se demander quoi faire et chercher des ressources auprès des centres SIPE, notamment, qui offrent des services de consultations, que ce soit pour les couples, les personnes seules qui souhaitent parler de leurs difficultés relationnelles au sein du couple,



«L'arrivée de l'enfant est un révélateur de différences au sein du couple.» ANNE DUBUIS, CONSEILLÈRE CONJUGALE AUPRÈS DES CENTRES SIPE





QU'A CHANGÉ LA PANDÉMIE DANS LES RAPPORTS PARENTAUX?

Durant le confinement de mars à mai 2020, les parents n'ont plus pu s'appuyer sur le soutien des grands-parents, ce qui a rendu certaines situations particulièrement compliquées. Le télétravail a également modifié les enjeux parentaux: «Par exemple, pour des enfants en bas âge, il est compliqué de comprendre que sa maman ou son papa télétravaille et n'est par conséquent pas disponible.» Un soutien logistique, mais aussi émotionnel, qui est essentiel en temps

de pandémie et d'incertitudes. Car le climat actuel peut révéler des problèmes conjugaux déjà présents auparavant: «Nous avons enregistré plus de consultations de couple que l'année précédente, illustre Anne Dubuis. La situation sanitaire y est vraiment mentionnée comme un poids... qui s'ajoute souvent à d'autres épreuves, comme le deuil ou l'échec scolaire d'un enfant. Ce cumul se fait fortement ressentir de nos jours et ajoute des défis à ceux déjà existants de la coparentalité.»



la famille au complet, etc. «C'est l'occasion d'offrir un lieu neutre où parler des liens qui peuvent être compliqués et douloureux.»

QUAND LA RÉCONCILIATION EST IMPOSSIBLE

Au moment de la séparation, il est important, paradoxalement, de penser à la réconciliation: «Quand les membres d'un couple qui a des enfants se séparent, chacun reste un parent qui doit faire au mieux pour les protéger. Par tristesse, colère ou rage, on réussit difficilement à s'entendre comme on le souhaiterait. Dans la rupture on perd l'autre, certes, mais l'histoire partagée, les souvenirs en commun qui ont fait grandir intérieurement demeurent.» Cette perspective de rester en contact et de chercher à conserver la meilleure communication possible pour les enfants contraint à ne pas empirer le conflit. «Que les parents n'aient pas envie de se parler, de se côtoyer, de partager leur vécu respectif est compréhensible après une séparation, mais ne pas envenimer le conflit conjugal pour préserver la relation aux enfants devient une nécessité.»

Une séparation ou un divorce peut parfois entraîner des procédures qui durent des années. Les parents restent ainsi en lien, mais de manière conflictuelle, en plaçant parfois les enfants au cœur de leur mésentente. «Les partenaires ont vécu de belles choses ensemble. Ils ont par exemple souhaité des enfants et transmis des valeurs. Il est, dès lors, important de se souvenir de cela, même si ce n'est pas évident, surtout au début de la séparation.» Car chacun des ex-conjoints souffre à sa manière: «On ne peut pas exiger de l'autre qu'il fonctionne au même rythme que soi, ni qu'il nous comprenne.» C'est une étape douloureuse, où il est important de faire le point et demander de l'aide à un tiers, si nécessaire, comme celle proposée par la consultation de couple des centres SIPE ou à la Fondation Profa pour le canton de Vaud. ○

INFOS PRATIQUES

En Valais, il est possible aux parents de s'adresser aux centres SIPE: www.sipe-vs.ch pour obtenir soutien et conseils. Dans le canton de Vaud, la fondation PROFA propose les mêmes ressources: www.profa.ch