
MAINTENIR LE DIALOGUE ENTRE LES PARENTS : LA PRIORITÉ DE L'APRÈS SÉPARATION

Sébastien Dupont

Cet article traite des ruptures familiales et revient sur un principe qui est, paradoxalement, à la fois consensuel et négligé : le maintien d'un dialogue cordial entre les parents est essentiel pour assurer l'équilibre des relations après la séparation parentale, aussi bien pour les adultes que pour les enfants. Bien que la plupart des professionnels s'accordent sur cette perspective, rares sont les dispositifs qui œuvrent directement en vue de cet objectif, à l'exception des services de médiation familiale (qui restent sous-utilisés). Aujourd'hui encore, la majorité des actions (psychologiques, sociales, éducatives et juridiques) qui sont proposées aux familles se concentrent sur la « périphérie » de la relation entre parents (les liens entre chaque parent et chaque enfant, la situation psychologique de chaque protagoniste, la définition des temps de résidence, le bon versement des pensions alimentaires...). Cet article vise à mettre en lumière les multiples freins qui empêchent les parents (et les professionnels qui les accompagnent) d'améliorer ou de rétablir le dialogue parental et les conséquences qui en découlent. Il s'agit également de présenter plusieurs pistes de réflexions visant à permettre une évolution des pratiques.

Au cours des cinquante dernières années, les mentalités ont beaucoup évolué à l'encontre des divorces et des séparations : les parents qui se séparent ne sont plus systématiquement pointés du doigt ; les procédures de divorce reposent de plus en plus sur l'accord amiable et de moins en moins sur la dénonciation d'une faute ; le maintien de l'autorité parentale partagée après la séparation a été inscrit dans la loi ; le principe selon lequel les deux parents peuvent/doivent rester impliqués dans l'éducation de leur enfant s'est diffusé ; la logique *substitutive* du « modèle matrimonial de filiation » décrit par Irène Théry^[1] (le beau-parent est appelé à remplacer le parent non-gardien) fait progressivement place à une logique *cumulative* (la « pluriparentalité ») ; etc. Il semble désormais admis que la séparation des parents devrait être sans incidence sur le lien entre chaque parent et ses enfants (cf. la célèbre formule : « On divorce de son conjoint mais on ne divorce pas de ses enfants »). Depuis plusieurs années, le Haut Conseil de la Famille défend

[1] Irène THÉRY, Anne-Marie LEROYER, *Filiation, origines, parentalité. Le Droit face aux nouvelles valeurs de responsabilité générationnelle*, Odile Jacob, 2014.

officiellement cette perspective dans les situations de séparation : « *Le Haut Conseil considère que les deux parents doivent pouvoir, dans la mesure du possible, assurer conjointement l'éducation au quotidien de leurs enfants.* »^[2]

Cette nouvelle manière de penser les liens après la séparation s'est largement répandue dans notre culture. Pourtant, elle peine encore à se concrétiser dans les faits. Les enquêtes statistiques rendent visible ce hiatus entre les principes et la réalité : 40 % des enfants de parents séparés ne voient leur père que rarement ou jamais^[3], 74,9 % des enfants de parents séparés vivent quasi exclusivement chez un seul de leurs parents (66,8 % chez leur mère et 8,1 % chez leur père^[4]), 70 % des enfants qui vivent avec un beau-parent ne vivent pas régulièrement chez leur autre parent^[5].

Comment expliquer cette difficulté à matérialiser dans les faits des principes qui bénéficient pourtant d'un large consensus, que ce soit dans la société civile comme chez les professionnels concernés (magistrats, psys, travailleurs sociaux...) ? Nous développerons dans cet article l'hypothèse selon laquelle les difficultés des parents à maintenir un dialogue après la séparation constituent le principal obstacle au maintien de la coparentalité. Nous proposerons également quelques pistes de réflexion pour développer un accompagnement des séparations qui permette, autant que possible, de préserver et de favoriser le dialogue parental.

◀ Les effets collatéraux de la rupture

Nombre des parents qui se séparent aimeraient que leur rupture soit un événement indépendant, qui n'ait pas – ou peu – d'impact sur les autres dimensions de leur vie et notamment sur leurs enfants. Certains font d'ailleurs tout leur possible pour empêcher des répercussions collatérales : ils veillent à ne pas impliquer leurs enfants dans leurs différends et font en sorte que leurs habitudes de vie soient préservées.

La séparation parentale entraîne pourtant une « onde de choc » qui peut avoir un impact sur des domaines très éloignés de la relation conjugale : le lien entre chaque enfant et chaque parent, le lien entre chaque enfant et les membres de sa famille élargie, les relations dans la fratrie, le niveau de vie de chaque membre de la famille, le lieu d'habitation et de scolarisation de l'enfant, la trajectoire scolaire et sociale de l'enfant, etc.^[6]

Dans bien des cas, les effets de la séparation (qu'ils soient matériels, relationnels ou psychologiques) en entraînent d'autres et les uns et les autres se renforcent mutuellement. Par exemple : la baisse du niveau de vie d'un parent séparé empêche celui-ci de bénéficier d'un logement adéquat pour accueillir ses enfants dans de bonnes conditions, ce qui, à plus long terme, fragilise le lien parent-enfant.

[2] Haut Conseil de la Famille, *Ruptures et recompositions familiales. États des lieux et propositions*, Rapport déposé le 10 avril 2014, p. 12. Il est à noter que le Haut Conseil de la Famille a été renommé Haut Conseil de la Famille, de l'Enfance et de l'Âge en décembre 2016.

[3] Olivier CHARDON, Fabienne DAGUET, Émilie VIVAS, « Les familles monoparentales. Des difficultés à travailler et à se loger », *Insee Première*, n° 1195, 2008.

[4] Sources : Insee (Recensement 2011 et Enquête Familles et logement 2011) ; cf. Union nationale des associations familiales, *Chiffres clefs de la famille*, Unaf, 2015 et Aude LAPINTE, « Un enfant sur dix vit dans une famille recomposée », *Insee Première*, n° 1470, 2013.

[5] Aude LAPINTE, « Un enfant sur dix vit dans une famille recomposée », art. cit.

[6] Paul ARCHAMBAULT, *Les Enfants de familles désunies en France. Leurs trajectoires, leur devenir*, Ined, 2007.

Le risque de délitement du lien parent-enfant est l'effet le plus prégnant de la séparation, notamment pour le père. C'est sur le long terme que cet effet peut être attesté. Ainsi, parmi les enfants de parents séparés devenus majeurs, 27 % d'entre eux ont perdu tout contact avec leur père et 32 % ne le voient que rarement^[7]. Cette fragilisation de la relation touche aussi le lien mère-enfant, bien que de manière beaucoup moins forte : 9 % des adultes dont les parents sont séparés ont perdu tout lien avec leur mère et 24 % ne la voient pas régulièrement. Même lorsque les liens sont préservés, les contacts entre un adulte et chacun de ses parents sont en moyenne moins fréquents quand ceux-ci sont séparés^[8]. Cet éloignement est par ailleurs plus important lorsque le parent s'est remis en couple et lorsqu'il a eu un (ou plusieurs) enfant(s) de cette nouvelle union. Dans bien des cas, le délitement du lien entre un enfant et un parent s'étend à la famille d'origine de ce parent (les grands-parents, les oncles et tantes, les cousins et cousines...). Il arrive ainsi fréquemment qu'un enfant qui a perdu contact avec son père perde aussi contact avec toute la branche paternelle^[9].

L'éloignement entre l'enfant et des figures significatives pour lui peut entraîner des effets psychologiques et affectifs sur le moyen et le long terme : angoisses de séparation, perte d'estime de soi, difficultés à s'engager dans une relation conjugale, idéalisation/dévalorisation de la vie familiale, etc.^[10]

Au-delà de leurs conséquences affectives et identitaires, ces ruptures de lien privent l'enfant de ressources (humaines et financières), ce qui peut affecter son parcours personnel ; par exemple : raccourcissement des études, difficultés à engager les premières dépenses liées à l'entrée dans la vie adulte, etc. Dans les milieux modestes, le délitement des liens et l'appauvrissement forment fréquemment des cercles vicieux qui aggravent la paupérisation des enfants et des adultes.

◀ L'impact des conflits entre parents

Plusieurs études ont montré que ce n'est pas la séparation parentale qui a le plus fort impact psychologique sur les enfants, mais les conflits entre parents^[11]. Les effets psychologiques et affectifs des conflits récurrents (troubles du comportement, difficultés scolaires, dépression...) peuvent ainsi se retrouver autant dans des situations où les parents continuent de vivre ensemble que dans des situations de séparation.

De nombreux parents (et parfois les professionnels qui les accompagnent) espèrent que la séparation mettra fin à une atmosphère conflictuelle et préservera ainsi l'enfant. Ce cas est en effet fréquent et certains enfants gagnent en sérénité psychologique lorsque les tensions entre leurs parents se sont atténuées après la séparation. Mais il arrive également que la rupture entraîne une

[7] Émilie VIVAS, « Les relations des parents séparés avec leurs enfants adultes », *Insee Première*, n° 1196, 2008.

[8] Arnaud RÉGNIER-LOILLIER, « Quand la séparation des parents s'accompagne d'une rupture du lien entre le père et l'enfant », *Population & Sociétés*, n° 500, 2013.

[9] Jean-Hugues DÉCHAUX, *Sociologie de la famille*, La Découverte, 2009, p. 98.

[10] Nicole GUEDENEY, Antoine GUEDENEY, *L'Attachement. Concepts et applications*, 2^e éd., Masson, 2006, p. 147. Voir aussi Anne-Laure GANNAC, Yolande GANNAC-MAYANOBE, *Divorce. Les enfants parlent aux parents*, éd. Anne Carrière, 2008.

[11] Voir notamment Gérard POUSSIN, Élisabeth MARTIN-LEBRUN, *Les Enfants du divorce. Psychologie de la séparation parentale*, 2^e éd., Dunod, 2011 ; et Claude MARTIN, « Des effets du divorce et du non-divorce sur les enfants », *Recherches et Prévisions*, n° 89, 2007, pp. 9-19.

accentuation des tensions. De nombreux facteurs peuvent expliquer ce phénomène : la rancœur d'un parent quitté ; la colère inhérente au travail de deuil ; une mésentente sur la répartition des jours de résidence, sur le partage des biens ou sur le montant de la pension alimentaire ; la complexification de l'organisation logistique ; l'accentuation des désaccords sur l'éducation de l'enfant ; la baisse du niveau de vie de chaque parent ; la volonté d'un parent de déménager dans une autre ville ; l'arrivée d'un nouveau conjoint dans la vie de l'enfant ; etc.

Dans certaines situations, la séparation coïncide avec le déclenchement des différends entre parents. Ceci s'observe fréquemment lorsqu'un parent quitte son conjoint pour une autre personne. Dans de tels cas, la vie de couple qui a précédé la séparation était souvent moins marquée par des mésententes que par la routine conjugale et l'affaiblissement des sentiments. La découverte d'une relation extra-conjugale et la séparation peuvent alors déclencher de vifs conflits. Du point de vue des enfants, la rupture ne coïncide pas ici avec une atténuation des tensions parentales, mais au contraire avec l'émergence d'oppositions qu'ils n'avaient parfois jamais connues auparavant.

Les désaccords entre parents séparés ont un impact d'autant plus grand sur les enfants qu'ils en sont souvent l'objet. La plupart du temps, leurs querelles portent – ou se déplacent – sur des questions qui ont trait à l'éducation ou à l'hébergement des enfants. Cette focalisation des conflits sur la dimension éducative semble être renforcée par un facteur historique et culturel : la banalisation des ruptures et le recul progressif du divorce pour faute. En effet, il est désormais acquis que les parents n'ont pas besoin, pour se séparer, d'autres motifs que le désamour. La logique du divorce pour faute, où chaque partie doit démontrer que l'autre a été un « mauvais mari » ou une « mauvaise épouse » (adultère, violences verbales ou physiques, abandon de domicile conjugal...) est de moins en moins compatible avec l'évolution des mœurs. Cette « dé-moralisation » de l'union conjugale va avec l'esprit du temps, mais elle laisse certains parents séparés désemparés face à ce qu'ils ressentent comme une absence de justice vis-à-vis du préjudice affectif dont ils considèrent être les victimes^[12]. Certains déplacent ainsi leurs griefs de la sphère conjugale à la sphère parentale et cherchent à prouver à leur entourage et éventuellement à un juge que leur ex-conjoint est un « mauvais parent ». Et c'est en effet dans cette voie que s'orientent de plus en plus de procédures judiciaires, où il ne s'agit plus seulement d'aménager les conditions de vie après la rupture, mais de départager un « bon » et un « mauvais » parent. Certains parents, emportés par leurs angoisses, leur culpabilité ou leur volonté de revanche, se lancent ainsi – plus ou moins consciemment – dans une « campagne de disqualification » de l'autre parent et y impliquent parfois leurs enfants, leur entourage, leur avocat ou encore d'autres professionnels (enseignants, médecins traitants, travailleurs sociaux, psychologues, psychiatres...)^[13]. Cette disqualification d'un parent par l'autre – qui peut être réciproque – se répercute sur les enfants qui voient leur(s) parent(s) être délégitimé(s) dans son (leur) rôle parental. 71 % des jeunes qui ont connu la séparation de leurs parents disent avoir souffert du discrédit de l'un des parents par l'autre^[14].

[12] Sébastien DUPONT, « La solitude, condition de l'individu contemporain », *Le Débat*, n° 173, 2013, pp. 136-137.

[13] De nombreux professionnels attestent de la place grandissante que prennent les problématiques de rupture familiale dans leur pratique quotidienne : mise en avant de symptômes émergeant chez l'enfant pour attester des mauvais soins prodigués par l'autre parent, demande d'attestations en tout genre, dépôt d'informations préoccupantes et de signalements, fausses allégations, etc.

[14] Source : Union des familles en Europe ; cf. Nour-Eddine BENZOHRRA, Colette BARROUX-CHABANOL, *L'Art d'être des parents séparés*, Albin Michel, 2017, p. 171.

L'expérience montre que les fortes tensions entre parents séparés – qu'elles soient sourdes ou bruyantes – tendent à se répercuter sur leur entourage. L'approche systémique des relations familiales^[15] se montre très utile pour approcher ces phénomènes. Elle nous rappelle en effet qu'aucune relation ne peut être parfaitement isolée des systèmes affectifs dans lesquels elle s'inscrit. Des conflits non résolus entre parents séparés ne peuvent pas être mis en « quarantaine » ; ils se répandent et s'expriment par d'autres voies : enfant-messager, coalition parent-enfant, conflits de loyauté, formation de « clans » opposés (y compris au sein de la fratrie)...

◀ La coparentalité après séparation : une relation hors norme

On a tendance à négliger le fait que le principe selon lequel les parents peuvent/doivent continuer d'élever tous les deux leurs enfants après la séparation est très récent à l'échelle de l'histoire occidentale, que ce soit dans les représentations comme dans la loi. Bien que les pratiques aient déjà commencé à évoluer dans les années 1960 et 1970, ce n'est qu'en 1987 que le législateur a distingué la « résidence habituelle » de l'enfant et l'« exercice de l'autorité parentale ». Les lois du 8 janvier 1993 et du 4 mars 2002 ont ensuite affirmé et réaffirmé le principe de l'autorité parentale conjointe et sa pérennité après la rupture conjugale : « *La séparation des parents est sans incidence sur les règles de dévolution de l'exercice de l'autorité parentale. Chacun des père et mère doit maintenir des relations personnelles avec l'enfant et respecter les liens de celui-ci avec l'autre parent.* »^[16]

Ces nouvelles aspirations en matière de coparentalité après séparation ont suscité des débats qui se sont régulièrement invités dans l'espace public : querelles autour de la résidence alternée, revendications des associations de pères, polémiques sur le concept d'aliénation parentale, etc.

Il n'y a encore que quelques décennies, il allait de soi qu'après une séparation, un seul parent (la plupart du temps la mère) conservait la garde des enfants et la tâche de les élever. L'autre parent (le père) disparaissait fréquemment de la vie de ses enfants. Alors que les divorces augmentaient dans les décennies d'après-guerre (y compris avant la loi de 1975 autorisant le divorce par consentement mutuel), les familles vivaient les ruptures sur le modèle du décès et du veuvage : le père disparaissait (comme s'il était mort), la mère restait seule avec ses enfants (sur le modèle de la veuve et de l'orphelin) et, si elle venait à se remettre en couple, son nouveau conjoint devenait un père de substitution^[17].

Du point de vue des adultes, la rupture entre parents était vécue de la même façon qu'une rupture entre adultes sans enfants : la plupart des ex-conjoints cessaient de se fréquenter après la séparation.

La situation a donc profondément changé au cours des dernières décennies, lorsqu'il est devenu envisageable, voire souhaitable, que les deux parents maintiennent le lien avec leurs enfants et qu'ils continuent tous deux d'être impliqués dans leur éducation. Des hommes et des femmes ont alors été les pionniers d'une relation inédite : la relation entre parents séparés. Il

[15] Sébastien DUPONT, *La Thérapie familiale*, PUF, coll. « Que sais-je ? », 2017.

[16] Article 373-2 du Code civil tel qu'issu de la loi de 2002.

[17] Irène THÉRY, Anne-Marie LEROYER, *Filiation, origines, parentalité*, op. cit., p. 316.

semble important de relever que cette relation était alors à inventer : Comment communiquer ? Comment se répartir les tâches ? Où, quand et comment se voir ? Comment faire le deuil de l'ex-partenaire tout en continuant à le fréquenter ? etc.

Un premier modèle de répartition des rôles s'est diffusé dans les années 1970 et 1980, avec la distinction entre « garde majoritaire » et « garde minoritaire » (un week-end sur deux et la moitié des vacances scolaires) et la mise en place d'une pension alimentaire. Dans ce modèle, le parent « gardien » (la mère dans la majorité des cas) endosse quasiment à lui seul l'éducation des enfants et la tâche de pourvoir à leurs besoins. De son côté, le parent « non-gardien » (le plus souvent le père) suit de loin l'éducation des enfants et partage essentiellement des moments de loisirs avec eux. Ce modèle est cohérent avec la répartition des rôles entre mère et père qui s'est cristallisée au XIX^e siècle et dans la première moitié du XX^e siècle, avec la révolution industrielle et l'exode rural : la mère au foyer versus le père pourvoyeur de revenus^[18]. Progressivement, les parents, les enfants et les professionnels ont perçu les limites de cette répartition des rôles : sur-responsabilisation des mères, éloignement des pères, difficultés du parent non-gardien à nourrir la relation avec ses enfants, vulnérabilité des liens, etc. Les féministes ont par ailleurs pointé le fait que ce modèle, s'il légitimait les mères comme « chefs de famille », avait aussi pour effet paradoxal de leur attribuer automatiquement l'essentiel des tâches domestiques et parentales et de freiner ainsi leur émancipation sociale et professionnelle.

Depuis les années 1990 et 2000, des parents séparés essaient de créer d'autres manières d'organiser la répartition des rôles et l'organisation de la vie après la séparation, avec des réussites, des conflits et des échecs. C'est à la même époque que la médiation familiale s'est diffusée en France^[19]. Cette méthode, importée des États-Unis, est apparue comme un outil propice à aider les parents séparés à maintenir/restaurer un dialogue et à réinventer leur relation. Il s'agissait de sortir de la culture du conflit entretenue par les procédures judiciaires et de miser davantage sur la communication et la responsabilité des parents.

Les parents séparés qui souhaitent continuer à assurer la co-éducation de leurs enfants doivent créer ce que les québécois appellent une « équipe parentale », c'est-à-dire une forme de relation qui est distincte de l'ancien couple conjugal, qui ne repose pas sur un lien émotionnel (que ce soit l'amour ou la haine) et qui est principalement orientée vers l'intérêt de l'enfant. La séparation enjoint par ailleurs aux parents de réorganiser le modèle de coparentalité qu'ils avaient appliqué jusqu'ici. Ce processus peut être plus ou moins difficile et dépend beaucoup de la répartition des rôles qui prévalait pendant la vie commune^[20].

L'expérience montre que si beaucoup de parents adhèrent en théorie à cette perspective, sa mise en pratique est beaucoup plus ardue, notamment sur la longue durée. Cette difficulté vient notamment du fait que les parents séparés bénéficient de peu de modèles pour organiser cette relation d'un nouveau genre. Les sciences psychologiques et sociales nous ont appris que toute relation repose sur un ensemble de codes, de normes, d'interdits, de devoirs et de valeurs. Même si chaque relation est unique, les êtres humains puisent dans les modèles culturels qui sont à leur disposition pour l'aménager. Du point de vue social, la relation entre parents séparés reste encore largement anomique ; elle manque de normes et de références. Quelques ébauches se dessinent

[18] Christine CASTELAIN MEUNIER, *La Place des hommes et les métamorphoses de la famille*, PUF, 2002.

[19] Sabrina DE DINECHIN, *La Médiation familiale*, Eyrolles, 2015.

[20] Éliisa GUIRAUD TERRIER, « Rester parents après la séparation conjugale. Désirs et pratiques de coparentalité », *Revue des sciences sociales*, n° 41, 2009, p. 133-134.

ici et là : des romans et des films commencent à la mettre en scène ; les journaux en parlent de plus en plus... Mais de nombreux parents séparés sont encore désemparés lorsqu'il s'agit de s'engager dans ce nouveau type de relation. Même les professionnels qui les entourent peinent souvent à les accompagner dans ce sens.

Depuis quelques années, on voit paraître de plus en plus d'ouvrages grand public consacrés à la relation entre parents séparés et à la coparentalité après la rupture, ce qui témoigne de la demande grandissante des parents en ce domaine^[21].

◀ Restaurer le dialogue parental : un préalable indispensable à la prise en compte des besoins de l'enfant

Au cours des dernières décennies, les professionnels se sont beaucoup intéressés aux ruptures familiales, la plupart du temps en mettant en avant l'« intérêt supérieur de l'enfant », notion à la fois vague^[22] et indispensable. Les besoins et les droits des enfants ont ainsi été de mieux en mieux identifiés et défendus : besoin psychologique de permanence et de prévisibilité, besoin de conserver sa place d'enfant et de ne pas être impliqué dans des différends conjugaux, besoin de pouvoir se sentir simultanément loyal à ses deux parents, droit de connaître ses parents et d'être élevé par eux^[23], besoin d'être écouté et droit d'être auditionné par un juge dans toute affaire le concernant^[24], etc.

Forts de ces connaissances, de nombreux professionnels essaient de convaincre les parents séparés de se comporter de la manière la plus propice à préserver les intérêts de l'enfant. Ces professionnels parviennent à guider certains parents, mais il leur arrive aussi souvent de butter sur une fin de non-recevoir : les deux parents ne parviennent ni à dialoguer ni à se mettre d'accord sur des sujets importants relatifs à l'enfant ; un parent refuse de faire un pas vers l'autre ou de consentir tout effort qui pourrait être vécu comme une victoire par l'autre ; un parent dénie l'influence qu'il exerce sur son enfant et/ou projette sur lui ses propres volontés ; etc.

Un parent qui est accaparé par des conflits qui perdurent avec son ex-partenaire est rarement disponible pour écouter son enfant, qui se trouve dès lors pris en étau entre ses deux parents. Dans ces situations, les parents – bien qu'ils aiment leur enfant – ont tendance à privilégier leurs propres besoins par rapport à ceux de l'enfant : « gagner » un procès devant les tribunaux, régler des comptes avec l'ex-conjoint, lui « arracher » des jours de résidence, le « priver » d'une pension alimentaire, lui imposer sa volonté, etc.

Même les parents qui se séparent d'un commun accord et sans conflits importants peuvent être confrontés à des difficultés dans la mise en œuvre quotidienne de la coparentalité. Souvent, le mode de communication que les parents entretenaient avant la rupture ne suffit pas à affronter les écueils propres à la relation entre parents séparés. En effet, la séparation des parents entraîne

[21] Voir, par exemple : Stéphane CLERGET, *Séparons-nous... mais protégeons nos enfants*, Albin Michel, 2004 ; Jacques BIOLLEY, *Être parents après la séparation. Construire une coparentalité sereine pour préserver l'enfant*, Hachette Pratique, 2012 ; Nour-Eddine BENZOHRRA, Colette BARROUX-CHABANOL, *L'Art d'être des parents séparés*, op. cit.

[22] Irène THÉRY, *La référence à l'intérêt de l'enfant dans la modification du droit de garde après le divorce*, Thèse de doctorat de 3^e cycle, Université Paris V - René Descartes, 1983.

[23] Article 7 de la Convention internationale des droits de l'enfant du 20 novembre 1989.

[24] Article 388-1 du Code civil, issu de la loi du 8 janvier 1993 et modifié par la loi du 5 mars 2007 (ajout de la mention selon laquelle l'audition est de droit lorsque le mineur en fait la demande).

une complexification de l'éducation de l'enfant, sur le plan psychologique et relationnel, mais aussi sur le plan logistique et éducatif (double résidence, organisation du calendrier et des transitions d'un logement à l'autre, articulation des principes éducatifs, suivi de la scolarité, décisions importantes, etc.). Pour pouvoir affronter cette complexité, il est nécessaire que les parents séparés parviennent à maintenir un dialogue suffisant et cordial. Le simple accord sur les conditions de vie de l'après-rupture ne suffit pas à préparer les parents aux éventuelles difficultés auxquelles ils pourront être confrontés sur le moyen ou le long terme : problèmes chez un enfant (scolaires, médicaux, psychologiques), opportunité professionnelle, perte d'emploi, déménagement, rencontre d'un nouveau partenaire...

Le dialogue entre les parents séparés est donc essentiel, car c'est de lui que dépend la prise en compte des besoins de l'enfant^[25], qui sont définis au cas par cas par les parents eux-mêmes, éventuellement en concertation avec des professionnels. Le maintien ou la restauration de cette capacité à communiquer apparaît ainsi comme l'enjeu le plus important de l'après séparation.

Pourtant, les débats entre professionnels et dans les médias évitent souvent cette question cruciale de l'entente entre les parents et se focalisent sur des enjeux périphériques : « Pour ou contre la résidence alternée ? », « Pour ou contre l'égalité entre les pères et les mères ? », « Pour ou contre le concept d'aliénation parentale ? »... Dans ces débats où les problèmes sont, me semble-t-il, mal posés, on s'écarte de l'essentiel : quel que soit le mode de garde, quelle que soit la répartition des jours entre père et mère, seule une entente suffisamment bonne entre les ex-partenaires (en tant que parents) peut leur permettre de préserver leur enfant de leurs propres conflits et d'organiser leur vie de la manière la plus favorable à son développement. Ni la résidence alternée ni aucune autre solution n'est pertinente de manière universelle pour toutes les familles. Ce n'est que par le dialogue que les parents peuvent trouver un aménagement approprié à leur situation singulière, compatible avec les besoins et les contraintes de chaque protagoniste (âge de l'enfant, emplois du temps des parents, lieux de scolarisation et de résidence, possibilités financières...). De la même façon, seul le dialogue leur permettra d'adapter cet aménagement au fil des années, des aléas et des besoins évolutifs de l'enfant.

◀ Écouter la souffrance des parents

Les professionnels du champ psycho-médico-social sont souvent confrontés à des parents séparés qui, malgré leurs efforts, peinent à tenir compte des exigences de réassurance et de sécurité de leur enfant, tant ils sont débordés par leurs propres souffrances et leurs propres besoins. Face à un parent ainsi dépassé, s'adresser à sa raison et mobiliser sa responsabilité parentale sont des démarches nécessaires mais rarement suffisantes. Le parent a en effet besoin de se sentir reconnu et accompagné dans ses propres souffrances, afin de pouvoir mieux prendre en considération celles de son enfant. Seulement, ces souffrances d'adulte sont souvent masquées par le parent ; elles peuvent être projetées sur l'enfant ou encore exprimées indirectement par des reproches envers l'ex-partenaire.

[25] Éliisa GUIRAUD TERRIER, « Rester parents après la séparation conjugale. Désirs et pratiques de coparentalité », art. cit., p. 136.

Ces souffrances sont de natures très différentes selon les parents. Les séparations – et notamment celles qui sont difficiles – peuvent en effet susciter une multitude d’émotions et de sentiments complexes chez les parents, qui peuvent influencer leurs réactions et leurs décisions : tristesse (voire dépression), sentiment d’abandon, colère (envers l’ex-partenaire notamment), angoisse (d’être éloigné de son enfant, de vivre seul, que l’autre parent s’occupe mal de l’enfant...), euphorie (liée à une nouvelle relation amoureuse ou à la liberté d’une « nouvelle vie »), sentiment de culpabilité (envers les enfants ou envers l’ex-partenaire quitté), sentiment de honte (vis-à-vis de l’entourage par exemple), etc.^[26]

Faute de pouvoir partager et apprivoiser ses sentiments, un parent a souvent tendance à les exprimer de manière indirecte, notamment par des plaintes, par des invectives lancées contre l’autre parent ou contre sa famille, par des procédures judiciaires à répétition, etc.

Il n’est pas toujours facile, pour un parent, de savoir maîtriser ses émotions et ses sentiments qui peuvent lui faire perdre une part de son discernement et de sa capacité à régler des conflits et des désaccords avec l’autre parent et/ou avec l’enfant dans les suites de la séparation. En ce cas, le professionnel peut aider le parent à reconnaître et à exprimer sa souffrance, étape indispensable à l’apaisement des conflits.

La banalisation sociale des ruptures conjugales et la volonté de déculpabiliser les parents tendent à nous faire sous-estimer la culpabilité que peut ressentir un parent qui se sépare, que ce soit envers ses enfants ou envers son ex-partenaire. Notre culture favorise beaucoup plus l’expression des plaintes et des ressentiments envers l’ex-partenaire (que ce soit auprès de l’entourage, d’un avocat, d’un psy ou d’un travailleur social) que l’expression de son propre sentiment de culpabilité. Or, il apparaît que cette culpabilité psychologique exerce une grande influence sur les comportements qui suivent la séparation, que ce soit envers les enfants (par exemple : diminution des exigences éducatives) ou envers l’ex-partenaire (par exemple : tendance du parent qui est à l’origine de la séparation à renoncer à ses biens et à ses droits au profit de l’ex-partenaire, quel que soit le jugement qui a pu être prononcé^[27]). Un sentiment de culpabilité non reconnu ou non exprimé peut également alimenter les conflits, lorsqu’il est projeté sur l’autre parent, ce dernier étant alors considéré comme le responsable de tous les problèmes, voire comme un mauvais parent quoi qu’il fasse.

Dans de nombreuses situations de séparation difficile, il semble utile d’accompagner le parent dans l’expression et l’élaboration de son propre vécu psychologique, teinté de culpabilité, d’angoisse, de honte ou de colère. Cet accompagnement du parent apparaît comme un préalable à la restauration d’un dialogue nécessaire à la coparentalité et à la mise en place éventuelle d’une médiation familiale.

◀ Ne pas éviter le cœur des problèmes

Pendant longtemps, on a considéré que les différends entre parents séparés ne pouvaient se régler que par voie judiciaire. L’objectif se limitait souvent à des décisions définitives concernant la répartition des jours de résidence des enfants ou le montant de la pension alimentaire.

[26] Sébastien DUPONT, « Psychologie des ruptures et recompositions familiales », in : *La Famille aujourd’hui : entre tradition et modernité*, Éd. Sciences Humaines, 2017, pp. 137-158.

[27] Voir Agnès MARTIAL, « Divorce : les sentiments pour solde de tout compte », *Sciences humaines*, vol. 184, n° 7, 2007, p. 4 ; et Nour-Eddine BENZOHRRA, Colette BARROUX-CHABANOL, *L’Art d’être des parents séparés*, op. cit., p. 176-182.

L'amélioration de la communication parentale n'était pas même envisagée. Comme l'écrit le magistrat Marc Juston : « *Trop souvent, la justice règle des litiges, sans pour autant résoudre les conflits.* »^[28]

Les professionnels du champ psycho-médico-social ont longtemps souscrit à cette approche, en évitant d'aborder la question de la relation entre les parents séparés et en concentrant leurs efforts sur d'autres dimensions : psychothérapies individuelles (des enfants, des parents), prescriptions de psychotropes à un parent par le médecin généraliste, prises en charge conjointe mère-enfant(s) ou père-enfant(s), développement des Points rencontre, entretiens familiaux pour un ménage recomposé, etc. On a alors connu des situations qui mobilisaient un arsenal important de dispositifs psycho-médico-sociaux et juridiques, sans que le cœur des problèmes – la relation entre les parents séparés – ne soit jamais abordé directement.

Aujourd'hui encore, de nombreux professionnels considèrent les difficultés de communication entre parents séparés comme un état de fait, à l'endroit duquel rien ne pourrait être proposé. Fréquemment, les professionnels n'interviennent ainsi qu'à la « périphérie » du problème central, sans jamais agir sur celui-ci. Ces prises en charge, qui sont souvent utiles, peuvent également présenter des effets iatrogènes, qui sont encore trop sous-estimés : responsabilisation/culpabilisation des enfants (lorsque ceux-ci sont les seuls à être pris en charge, par exemple en psychothérapie, alors qu'ils subissent les désaccords de leurs parents sans pouvoir agir sur eux) ; accentuation des conflits de loyauté éprouvés par l'enfant ; renforcement d'une coalition parent-enfant(s) (par exemple lorsqu'une prise en charge est mise en place sans l'accord de l'autre parent ou sans que celui-ci soit impliqué) ; déresponsabilisation des parents (qui considèrent que c'est à l'enfant d'apprendre à supporter la situation grâce à une psychothérapie ou que c'est à l'autre parent de changer) ; prise à partie du professionnel et perte de sa position de neutralité ; etc.

Bien souvent, les effets collatéraux des ruptures et des recompositions familiales sont pris en charge par des dispositifs médicaux, psychologiques ou sociaux qui ne sont pas spécialisés dans l'accompagnement des parents séparés ni dans la médiation familiale. De ce fait, les professionnels ont tendance à réagir à ces situations selon leurs procédures habituelles et à engager des actions même si elles ne sont pas les mieux adaptées au contexte : prescription d'antidépresseurs au parent, psychothérapie individuelle, intégration de l'enfant à un groupe thérapeutique... C'est souvent à ce moment-là que l'occasion est manquée d'accompagner les parents vers la coparentalité et éventuellement de les orienter vers une médiation familiale. Une fois d'autres démarches engagées, les parents tendent eux-mêmes à penser qu'il n'y a rien à faire pour améliorer le dialogue entre eux.

La réaction des professionnels est souvent interprétée par les parents bien au-delà de ce qu'ils peuvent imaginer. Un parent à qui l'on propose exclusivement des suivis pour son enfant peut par exemple penser que les professionnels ne croient pas qu'il y ait quoi que ce soit à faire pour améliorer le dialogue entre parents et qu'ils estiment que c'est à l'enfant d'être aidé et de s'adapter à la situation.

Dans d'autres cas, le (ou les) parent(s) refuse(nt) d'engager une médiation familiale et/ou des prises en charge individuelles pour eux-mêmes, mais insiste(nt) pour que ses (leurs) enfants soient suivis. Dans une telle situation, les enfants sont les seuls à être reçus par les professionnels, non pas parce que c'est ce qui est le plus pertinent, mais parce qu'ils sont les seuls à ne

[28] Marc JUSTON, cité par Nour-Eddine BENZOHRRA, Colette BARROUX-CHABANOL, dans *L'Art d'être des parents séparés*, op. cit., p. 172.

pas pouvoir s'opposer aux prises en charge qui leur sont proposées (ou imposées). Les professionnels rencontrent fréquemment cette configuration, qui conduit souvent à un enlèvement de la situation. Tout se passe comme si on attendait des enfants qu'ils parviennent à ne plus souffrir de la situation, voire qu'ils arrangent les choses, alors même que leurs parents ne se montrent pas disposés à se remettre en question ni à mieux dialoguer pour améliorer la vie de tous.

Les professionnels sont de mieux en mieux avertis de ces impasses et veillent à s'en préserver, notamment en orientant le plus rapidement possible les parents vers les bons interlocuteurs : médiation familiale, associations d'aide aux parents séparés, psychologue/psychiatre pour adulte, etc.

Il semble particulièrement important que les professionnels n'hésitent pas à aborder avec le parent qu'ils rencontrent le cœur des problèmes – c'est-à-dire sa relation avec l'autre parent – et qu'ils puissent éventuellement l'orienter vers une médiation familiale. Certains professionnels sont découragés par la première réaction du parent, qui est souvent négative (par exemple : « Je ne veux plus lui adresser la parole », « De toutes façons, on ne peut pas compter sur lui/elle », « Il/elle va se montrer sous son meilleur jour devant le médiateur et il/elle fera tout l'inverse par derrière »...). Faire le pas de s'engager dans une médiation familiale est en effet une démarche difficile et certaines de ces réactions en attestent. Sortir du bras de fer, de la loi du Talion ou de la posture de victime implique par ailleurs un changement complet de positionnement vis-à-vis de l'ex-partenaire. D'autres réactions témoignent surtout de la mauvaise connaissance que les personnes ont de la visée de ce dispositif (par exemple : « J'ai pas envie qu'on nous rabi-boche ! », « On va quand même pas débiller nos problèmes intimes devant un inconnu ! »...). Une étude récente^[29], financée par la Caisse nationale d'allocations familiales, a mis en évidence des problèmes persistants d'information et d'orientation des parents et a montré que de nombreux parents font aujourd'hui encore l'amalgame entre médiation familiale et thérapie de couple.

Certains parents sont réticents à s'engager dans une médiation familiale, à cause du degré de conflits qui caractérise leurs rapports (par exemple : « On se hurlera dessus au bout de cinq minutes »). Il existe en effet des situations exceptionnelles où le dialogue entre les parents est impossible, notamment lorsqu'ont existé des faits de violence conjugale ou que des troubles psychiatriques graves sont impliqués. Mais, dans la majorité des cas, un dialogue est possible. C'est ce que démontrent les études faites sur les dispositifs de médiation familiale, qui ont des effets positifs dans un grand nombre de cas, y compris chez des parents qui présentaient de forts conflits au démarrage du processus. Dans trois quarts des cas (74 %), la médiation familiale contribue à apaiser le conflit ; la moitié (57%) des médiations terminées aboutissent à un accord amiable écrit (28 %) ou oral (29 %)^[30]. Il faut également relever le fait qu'un accord convenu en médiation familiale a une probabilité plus grande d'être appliqué dans les faits (et sur la longue durée) qu'une décision imposée par un juge.

Nombre de parents séparés méconnaissent les dispositifs qui existent pour les aider à améliorer leurs relations. Il revient donc aux professionnels de les informer, de les orienter et éventuellement de les préparer à s'engager dans une médiation, susceptible d'apaiser la situation pour les enfants comme pour les adultes.

[29] Voir Haut Conseil de la Famille, *Les Politiques de soutien à la parentalité*, Avis et rapport adoptés par consensus le 22 septembre 2016, p. 104.

[30] Sabrina de DINECHIN, *La Médiation familiale*, op. cit., p. 65.

Il semble ainsi important que les professionnels et – par-delà les politiques familiales – encouragent tant que possible les parents à maintenir un dialogue cordial et, si besoin, à recourir aux services permettant de les y aider. C'est parfois aux professionnels d'aborder eux-mêmes le sujet de la communication entre parents, que l'on peut facilement avoir tendance à éviter. Or, éviter d'aborder ce sujet, c'est souvent éviter le cœur même des problèmes et c'est donc se priver d'une opportunité pour venir en aide aux familles séparées. Ce risque nous amène à considérer avec prudence les dispositifs qui tendent à suppléer à l'absence de communication entre parents : Points rencontre qui assurent la transition d'un enfant entre deux parents qui ne peuvent pas se parler, intervention des Caisses des allocations familiales pour obtenir le recouvrement des pensions alimentaires non payées auprès des parents récalcitrants, etc. Dans des cas de conflits extrêmes, voire de violences, ces dispositifs peuvent être salvateurs. Mais, dans d'autres, leur mise en application revient à entériner l'absence de communication et parfois à empêcher tout travail visant à renouer le dialogue.

◀ Accompagner les parents dans la formation et le maintien d'une équipe parentale

Une première manière d'accompagner des parents séparés dans le rétablissement ou la réorganisation de leur relation consiste à reconnaître la difficulté de la tâche. Le passage du couple conjugal-parental à l'« équipe parentale » demande un important travail de « redéfinition des relations ». Ce concept, qui a été proposé par les thérapeutes systémiciens^[31], est particulièrement utile pour penser la réorganisation des liens après la séparation : la rupture conjugale implique la redéfinition de toutes les relations qui constituent le système familial (entre parents, entre parents et enfants et entre enfants), en termes de frontières, de délégation, de pouvoir, de codes, de manières de communiquer, etc. Ce processus de redéfinition est souvent parasité par l'avalanche d'émotions qui étreignent les parents (voir plus haut) et par les processus spontanés de deuil^[32] (de l'ex-partenaire, de l'unité familiale, etc.). Il semble important que les professionnels puissent témoigner aux parents du fait qu'ils sont conscients de la difficulté, de la complexité et de l'importance de cette tâche. Il est en effet possible de promouvoir les bienfaits du dialogue parental sans minimiser l'importante charge émotionnelle qui est généralement associée aux difficultés entre parents séparés, ni présenter une image abstraite et idéalisée de la coparentalité après séparation. Renouer le dialogue ne revient pas à entretenir une hypothétique relation amicale qui serait complètement affranchie des douleurs du passé. En revanche, cela peut consister à développer un esprit de collaboration et des compétences qui permettent de partager des informations régulièrement, de prendre des décisions en commun, de ne pas systématiquement mélanger les problèmes du quotidien avec des rancœurs affectives, de s'adapter aux impondérables, etc. Il paraît utile d'encourager les parents dans cette voie le plus tôt possible, y compris pendant la séparation. En effet, plus une période de conflits ou de rupture de communication se prolonge, plus la restauration du dialogue sera difficile, du fait de l'accumulation de griefs et de passifs non résolus.

[31] Sébastien DUPONT, *La Thérapie familiale, op. cit.*

[32] Salvatore D'AMORE, « Les nouvelles familles comme systèmes relationnels endeuillés : pour une clinique de la perte », *Thérapie familiale*, vol. 31, n° 1, 2010, pp. 13-25.

Certains parents nourrissent l'illusion qu'ils pourront assurer la coparentalité avec une communication minimaliste (par exemple : échange d'informations exclusivement par textos, dépôt de l'enfant devant le logement de l'autre parent au moment des transitions de résidence...) et un planning fixé à l'avance et rigide (par exemple : stricte résidence alternée, heures et jours des transitions inflexibles...)^[33]. Ce mode de relation est rarement tenable sur le long terme, notamment lorsqu'il s'agit d'enfants (et non d'adolescents). La vie des enfants est en effet constituée d'imprévus, de petites maladies, d'événements divers et de contingences multiples qui imposent aux parents séparés d'être capables de communiquer et de s'adapter aux circonstances.

Le dialogue parental aidera également les parents à traverser d'autres événements susceptibles de se produire dans les années qui suivent la séparation. Par exemple, l'arrivée de nouveaux conjoints dans la vie de l'enfant est d'autant mieux vécue par chaque parent que le dialogue est fluide, que l'équipe parentale est solide et que chacun se sent assuré du fait qu'il ne va être « remplacé » par ce nouvel adulte dans le rôle qu'il occupe auprès de son enfant^[34]. D'autres événements pourront mettre à l'épreuve la cohésion de l'équipe parentale, comme des difficultés scolaires de l'enfant, un choix important à faire pour son orientation, la demande d'un adolescent de mettre fin à une résidence alternée, un changement des conditions de travail pour l'un des parents, une période de chômage, etc.

Lorsque l'on écoute les parents séparés qui parviennent à maintenir ou à restaurer un dialogue et à assurer la coparentalité, on s'aperçoit que leur relation demeure (ou redevient) une relation humaine au sens fort du terme, c'est-à-dire qu'elle repose sur des valeurs morales (et pas seulement sur une appréhension rationnelle et pragmatique de la situation). Ces parents parlent souvent de la *loyauté* et du *respect* qu'ils ressentent l'un envers l'autre, en tant que parents des enfants auxquels ils ont donné la vie ensemble et qui témoignent de leur union passée^[35]. Le sentiment que l'autre parent leur sera loyal et qu'il respectera toujours sa place et son lien aux enfants permet ainsi à de nombreux parents séparés de supporter les aléas du quotidien et les innombrables sources possibles de désaccord. L'esprit de collaboration et la capacité à résoudre des problèmes par le dialogue sont d'autant plus indispensables aux parents séparés que la gestion du quotidien est généralement plus complexe que lorsque la famille était unie (double résidence, plannings des gardes et des vacances, affaires à transporter, démarches administratives...). Souvent, c'est le plaisir de voir leurs enfants se développer favorablement qui encourage les parents à se fédérer et à consentir aux efforts psychologiques et relationnels qu'implique cette relation d'un nouveau genre.

◀ Conclusion et perspectives

Hormis pour une minorité de cas – qui ont tendance à monopoliser les débats – où la coparentalité après la rupture est impossible à établir (violences conjugales, maltraitances, aliénation parentale caractérisée...), la priorité de l'après séparation reste le maintien du dialogue entre les

[33] Des études ont montré que les modes de garde rigides sont plus insécurisants pour les enfants et plus souvent corrélés à des troubles anxieux et dépressifs (Christine FRISCH-DESMAREZ, Maurice BERGER, *Garde alternée : les besoins de l'enfant*, Bruxelles, Yapaka.be/Fabert, 2014, p. 48).

[34] Sébastien DUPONT, « Le cycle de vie des familles recomposées », *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseau*, n° 56, 2016, pp. 79-98.

[35] Élixa GUIRAUD TERRIER, « Rester parents après la séparation conjugale. Désirs et pratiques de coparentalité », art. cit, p. 136.

parents. C'est en effet de ce dialogue que dépendent la prise en compte des besoins de l'enfant, la pacification des relations et la pérennité des liens sur le long terme.

Depuis le tournant des années 2000, la prise de conscience de cette priorité se diffuse progressivement. Beaucoup a déjà été fait pour favoriser la cohésion parentale après la séparation, que ce soit par le législateur, les acteurs des politiques familiales ou les professionnels psycho-médico-sociaux : favorisation du divorce à l'amiable, séances d'information destinées aux parents séparés ou en cours de séparation^[36], promotion de la médiation familiale (campagnes de sensibilisation, financement par les Caisses d'allocations familiales et l'aide juridictionnelle), adaptation des systèmes d'allocations à la singularité des modes de résidence, meilleure orientation des parents, etc. On note également le développement d'associations de parents séparés qui dépassent l'ancienne logique conflictuelle (défendre les pères « contre » les mères ou *vice versa*) et qui valorisent l'entente parentale autour des besoins de l'enfant.

Il est certainement encore possible d'œuvrer pour aider les parents séparés dans l'exercice de la coparentalité. Le Haut Conseil de la Famille a fait plusieurs propositions dans ce sens : renforcer la visibilité et l'accessibilité des services de médiation familiale ; mettre à disposition des familles des informations sur l'autorité parentale, les modalités d'accueil des enfants après la séparation, la pension alimentaire, les prestations sociales et familiales... ; développer dans les Caisses d'allocations familiales et les communes des services d'aide à la préparation des dossiers à déposer au tribunal de manière à responsabiliser les parents et à favoriser leur adhésion aux décisions prises par le juge, etc.^[37]

D'autres pistes pourraient être explorées, notamment concernant l'information à destination des professionnels du champ psycho-médico-social (médecins, psychologues, psychiatres, travailleurs sociaux...). Les professionnels sont en effet peu formés aux problématiques psychologiques et relationnelles spécifiques aux ruptures familiales, peu informés sur les dispositifs existants et donc peu préparés à accueillir ces situations souvent complexes. Malgré leur bonne volonté, ces professionnels encourent chaque fois le risque de réagir d'une manière qui peut indirectement accentuer les difficultés des parents à dialoguer : adhérer à ce qu'un parent dit de l'autre sans rencontrer ce dernier, former une coalition avec un parent contre l'autre, retarder l'orientation vers des dispositifs spécialisés, etc. Ces professionnels de première ligne représentent donc un enjeu majeur, car ce sont souvent eux qui accueillent les parents séparés en difficultés et qui peuvent les encourager à maintenir le dialogue et éventuellement les orienter vers les services existants^[38].

Accompagner les ruptures familiales, aider les parents à continuer d'éduquer ensemble leurs enfants et assurer la pérennité des liens restent des défis pour les décennies à venir. Cette perspective repose sur une éthique qui conjugue l'empathie des professionnels avec l'autonomisation des parents : écouter les souffrances des parents, les aider lorsqu'ils en ont besoin, mais aussi les responsabiliser et croire en leurs capacités à dialoguer et à dépasser leurs différends, pour améliorer la vie de tous.

[36] Caisse nationale des allocations familiales, *L'essentiel*, n° 167, 2016, p. 2.

[37] Haut Conseil de la Famille, *Ruptures et recompositions familiales*, *op. cit.*

[38] Depuis 2016, le Service de formation continue de l'Université de Strasbourg a pris une initiative dans ce sens, en proposant des stages de formation destinés aux professionnels, qui abordent spécifiquement ces questions relatives aux ruptures et recompositions familiales, en conjuguant les approches psychologique, juridique et sociologique (lien internet : <https://sfc.unistra.fr/les-professionnels-face-aux-transmutations-de-la-famille/>).