

Parents séparés

# LES ENJEUX DE L'ÉTÉ

La rupture estivale demande aux couples séparés de se répartir la garde de leurs enfants autrement que pendant le reste de l'année. Un changement qui peut chahuter les relations mais aussi ouvrir des perspectives.

PROPOS RECUEILLIS PAR ISABELLE GRAVILLON

**Un mois chez un parent, puis un mois chez l'autre. Durant ces congés estivaux, l'enfant de parents divorcés doit faire face à de longues séparations. Est-ce une difficulté pour lui ?**

**Nicole Prieur :** Ce n'est sans doute pas la durée de la séparation en tant que telle qui peut être difficile à vivre pour lui. Mais plutôt l'émergence de sentiments complexes, souvent ambivalents. Ainsi, il peut éprouver un petit pincement au cœur à l'idée de quitter l'un de ses parents. Et en même temps se réjouir des retrouvailles avec l'autre, surtout s'il le voit moins souvent pendant l'année. De même, il peut prendre beaucoup de plaisir pendant ses vacances avec l'un. Tout en nourrissant de la culpabilité à se sentir si bien alors que pendant ce temps l'autre est peut-être seul. Autrement dit, durant ces vacances, l'enfant est toujours plus ou moins soumis à des tiraillements, véritables conflits de loyauté, pas forcément très confortables sur le plan psychique.

**Gérard Neyrand :** Tout à fait. Et ces tiraillements sont d'autant plus intenses que les relations entre les parents demeurent



Nicole Prieur

Philosophe et thérapeute d'enfants, d'adolescents et d'adultes, elle s'intéresse à ce que vivent les individus au sein de leur couple et de leur famille.

Directrice du conseil scientifique du Centre d'études cliniques des communications familiales, elle a écrit de nombreux ouvrages, dont *Les Trahisons nécessaires. S'autoriser à être soi* (Robert Laffont, 2021) et, avec Bernard Prieur, *La Famille, l'argent, l'amour. Les enjeux psychologiques des questions matérielles* (Albin Michel, 2016).

conflictuelles après la séparation. Quand ils sont littéralement aveuglés par la poursuite de leur « guerre » contre l'ex-conjoint, ils ne sont souvent plus en mesure de considérer l'intérêt de leur enfant. Et en effet, celui-ci est alors immanquablement placé au cœur d'un conflit de loyauté. Tel père ou telle mère, quand il ou elle appelle son enfant qui séjourne chez l'autre parent, peut émettre des critiques sur le choix des activités ou les lieux de villégiature. Tel autre mettre son veto sur les moyens de communication, afin d'empêcher toute relation avec le parent absent.

**N. P. :** Si pendant l'année l'enfant peut parvenir à s'extraire du conflit parental – parce qu'il va à l'école, qu'il a des copains et des activités –, il a beaucoup plus de mal à mettre en œuvre cette distanciation pendant les vacances. À ce moment-là, il ne dispose plus de ces dérivatifs, il est immergé beaucoup plus directement dans la guerre entre sa mère et son père. S'il avait réussi à effectuer un certain travail psychique durant les mois précédents pour se défaire de cette fonction de spectateur-acteur du conflit à laquelle ses parents l'assignent, les vacances d'été risquent malheureusement de provoquer une régression.

**Quand les outils de communication ne sont pas instrumentalisés par les parents au service de leurs règlements de comptes, permettent-ils à l'enfant de mieux vivre la séparation ?**

**G. N. :** Cela n'est pas évident. Si l'enfant est en contact vocal quotidien avec son parent, et encore plus s'il le voit à l'écran, cela vient sans cesse lui rappeler son absence, qui aurait peut-être été moins fortement ressentie sans ces incessantes « piqures de rappel ». Cela peut aussi le gêner pour investir la relation avec le parent dont il partage le quotidien pendant



ce mois de vacances. Après chaque coup de fil, il doit déployer de l'énergie pour se remettre dans la relation avec lui. Des appels fréquents introduisent, me semble-t-il, trop de ruptures.

**N. P. :** Il me paraît effectivement essentiel que le parent n'ayant pas l'enfant réussisse à canaliser son désir de l'entendre et de le voir. Il peut par exemple, en accord avec son ex-conjoint et surtout en l'expliquant à son enfant, convenir d'un rendez-vous téléphonique hebdomadaire. De toute façon, à partir d'un certain âge, dès que l'enfant a son propre Smartphone, c'est lui qui prend la main et décide du rythme des contacts et de leurs modalités (SMS, message vocal, appel, etc.). Il est important de respecter cette liberté-là et d'entendre ses besoins. C'est le meilleur moyen de ne pas le mettre en difficulté.

**Mais n'est-ce pas le parent, parfois, qui est lui-même en difficulté lors de cette longue séparation estivale ?**

**G. N. :** Pendant les vacances que son enfant passe avec l'autre parent, celui qui reste peut se sentir mis de côté. Cela peut provoquer chez lui divers sentiments : de la solitude, de la détresse, voire un épisode



**Gérard Neyrand**

Professeur émérite de sociologie à l'université Paul-Sabatier Toulouse-3, il est responsable du Centre Interdisciplinaire méditerranéen d'études et de recherches en sciences sociales. Reconnu pour ses travaux sur la parentalité, la famille et la petite enfance, il est notamment un coauteur de *Père, mère après séparation. Résidence alternée et coparentalité* (érès, 2015) et de *Critique de la pensée positive. Heureux à tout prix ?*, qui paraîtra en septembre chez érès.

dépressif. Alors qu'au quotidien son enfant donne un sens à son existence, son absence lui enlève un tuteur. Dans le meilleur des cas, il gardera sa tristesse pour lui. Mais il pourra aussi avoir tendance à la faire peser sur son enfant lors de leurs échanges.

**N. P. :** Les vacances que l'enfant passe avec l'autre parent, encore plus si elles sont mises en scène sur les réseaux sociaux, font figure de paradis perdu. Le parent seul chez lui et au travail prend pleinement conscience de ce qu'il a perdu avec la séparation : les vacances en famille, un moment privilégié – quoique souvent idéalisé ! – de raffermissement des liens familiaux. De là peut naître de la nostalgie, et même de la rancœur. Mais pour certains, ce temps estival sans enfant est plutôt bien vécu, comme une parenthèse ressourçante, une occasion de se recentrer sur leurs besoins propres.

**Parfois, les parents séparés font des choix de destination et d'activités aux antipodes les uns des autres. Est-ce perturbant pour l'enfant ?**

**G. N. :** Les enfants ont des capacités d'adaptation très importantes. Être >>>

>>> confrontés à deux modèles de vacances, par exemple les unes plus culturelles et les autres plus sportives, n'est pas forcément gênant pour eux. Au contraire, cette variété peut être l'occasion d'un bel enrichissement. La plupart du temps, ils sont parfaitement capables de tirer bénéfice et intérêt des propositions qui leur sont faites par chacun des parents, si différentes soient-elles.

**N. P. :** Heureusement que les parents, séparés ou pas, d'ailleurs, n'ont pas toujours les mêmes goûts, les mêmes perspectives ! Pour un enfant, c'est toute la richesse de sa double filiation. À condition que l'un ne disqualifie pas les choix de l'autre. Vous étiez dans le Vercors pour faire de la randonnée et vous n'êtes même pas allés visiter le musée de la Résistance ? Quel dommage ! Ce jugement négatif posé sur le modèle éducatif porté par l'autre parent fait du mal à l'enfant. À partir de là, il n'est plus en mesure de vivre les différences entre ses parents comme une complémentarité enrichissante. Il est en quelque sorte sommé de choisir son camp et d'affirmer sa préférence pour tel ou tel type de vacances, et in fine de s'affilier préférentiellement à l'un ou l'autre de ses parents.

**G. N. :** Si des divergences importantes existent entre le modèle éducatif de la mère et celui du père, elles deviennent encore plus manifestes pendant les

vacances. Durant l'année, entre l'école et le travail, les moments passés avec l'enfant sont finalement assez courts. Mais pendant les congés, c'est le temps des activités partagées, des échanges et conversations, des journées entières les uns avec les autres. La transmission des valeurs et des attendus éducatifs revient alors sur le devant de la scène.

**Il arrive que les parents se livrent à une véritable compétition : c'est à qui offrira les plus belles vacances à l'enfant. Qu'est-ce que cela raconte ?**

**G. N. :** Que des rivalités non réglées demeurent ! Cela arrive plus facilement dans un contexte où il existe des disparités socio-économiques entre les parents. Le plus aisé, en payant des vacances « de rêve » à son enfant, veut signifier à l'autre qu'il n'est pas à la hauteur et ne pourra pas le suivre sur ce terrain. Il cherche à le rabaisser et le dévaloriser. Les vacances ne sont alors plus considérées comme un moment privilégié à partager avec l'enfant mais plutôt comme un moyen de s'affirmer meilleur parent.

**N. P. :** Cette compétition est parfois le résultat d'une certaine perméabilité à la mythologie qui entoure les vacances dans notre société. Il faut à tout prix les « réussir », en faire le moment d'épanouissement suprême pour la famille ! Une mère ou un père peut inconsciemment chercher à réhabiliter son image parentale écornée par la séparation, à se présenter comme un « bon » parent au travers des vacances extraordinaires qu'il offre à son enfant. Elle ou il peut aussi tenter par là d'apaiser la culpabilité qu'il ressent à imposer à son enfant la souffrance de la séparation.

**Les vacances sont souvent l'occasion pour chacun des parents d'emmener son enfant dans sa famille élargie. Ces visites ont-elles une importance particulière ?**

“  
*Côtoyer la famille donne  
un sentiment d'appartenance  
à des groupes qui dépassent  
le couple parental.*  
”

NICOLE PRIEUR

**N. P. :** Un enfant peut vivre la rupture entre ses parents comme une interruption dans son histoire, ce qui est souvent source d'anxiété. Côtayer les familles respectives de sa mère et de son père lui donne un sentiment très rassurant d'appartenance à des groupes élargis, qui dépassent le seul couple parental. Son histoire familiale ne se résume pas au divorce de ses parents, elle est beaucoup plus ample !

**G. N. :** Les parents eux aussi peuvent trouver du réconfort auprès de leurs proches pendant les vacances. Alors qu'ils sont peut-être seuls avec leur enfant tout au long de l'année, les congés leur offrent l'occasion d'élargir ce cercle. Et aussi d'être matériellement aidés pour s'occuper de lui.

**N. P. :** Les grands-parents peuvent effectivement être très sollicités pendant les vacances par leurs enfants séparés : ils apparaissent souvent comme une solution de répit. Une mère ou un père divorcé peut éprouver le besoin de souffler un peu, d'avoir du temps pour soi ou pour se consacrer à une relation amoureuse en construction.

**Si un parent partage sa vie avec un nouveau conjoint ayant des enfants, les vacances peuvent alors prendre des allures de vie en « tribu » ! Comment les enfants vont-ils le vivre ?**

**G. N. :** Les situations sont évidemment très diverses, allant de l'opposition frontale entre les enfants de chacun à la fraternisation réussie. Cette dernière configuration n'est pas rare, au contraire ! Les enfants peuvent être très satisfaits, particulièrement quand ils n'ont pas de frères et sœurs, de bénéficier de cette cohabitation estivale avec des pairs, de cette ouverture de leur horizon.

**N. P. :** D'autant plus qu'il s'agit de pairs avec qui ils ont un vécu commun, celui de la séparation des parents. D'une

## *La condition de vacances sereines pour les enfants : des relations apaisées entre les ex-conjoints.*

GÉRARD NEYRAND

certaine manière, ils se reconnaissent entre eux, se comprennent et sont susceptibles de s'aider mutuellement à dépasser certaines difficultés. Par exemple le manque de l'autre parent pendant les vacances, ou même la souffrance du divorce. Si les vacances peuvent constituer un facteur de cohésion au sein d'une fratrie recomposée, il n'en est pas toujours de même pour les fratries originelles. Assez fréquemment, les frères et sœurs d'un même lit n'entretiennent pas les mêmes rapports avec chacun des parents : l'un va profiter à fond des vacances avec la mère, tandis que l'autre se languit de son père et le montre. Ou vice versa. Cela peut créer des tensions.

**G. N. :** Ce type de dissensions au sein de la fratrie apparaît essentiellement en cas de conflit entre les parents. On en revient toujours à cet élément clé ! La condition sine qua non de vacances sereines et enrichissantes pour les enfants réside dans des relations apaisées entre les ex-conjoints. Quand les oppositions perdurent après la séparation, le recours à un médiateur familial peut vraiment aider les protagonistes à s'en extraire. Malheureusement, cette solution est très peu utilisée en France.

**N. P. :** Et pourtant, tout le monde y gagne ! En tout premier lieu l'enfant, qui n'est plus pris en otage d'une bagarre n'en finissant plus. Mais aussi les parents, qui peuvent ainsi réussir à faire le deuil de leur couple, se libérer d'un passé pesant et passer à une autre étape de leur vie. ■