



OBSERVATOIRE LATIN  
DE L'ENFANCE  
ET DE LA JEUNESSE

L'Essentiel



## Séparations parentales : bien-être, ressources et besoins des enfants

La séparation ou le divorce parental est une période de transition, source de bouleversements émotionnels, financiers et organisationnels qui nécessite une attention particulière envers l'enfant. Cette synthèse met en évidence les principaux facteurs de risques et de protection identifiés dans la littérature scientifique.

La séparation ou le divorce du couple parental a connu une recrudescence importante au cours des dernières décennies (OFS, 2023), amenant une vaste littérature quant à ses effets sur le bien-être de l'enfant. La séparation parentale est une période de transition marquée par de nombreux bouleversements pouvant affecter le bien-être de l'enfant dans différents domaines. Ainsi, ces enfants sont plus susceptibles d'être confrontés à des difficultés psychiques, voient leur bien-être diminué (Auersperg et al., 2019; Cao et al., 2022; Raley & Sweeney, 2020 Sands et al., 2017; Tullius et al., 2022) et risquent davantage de vivre des situations de stigmatisation et de pauvreté.

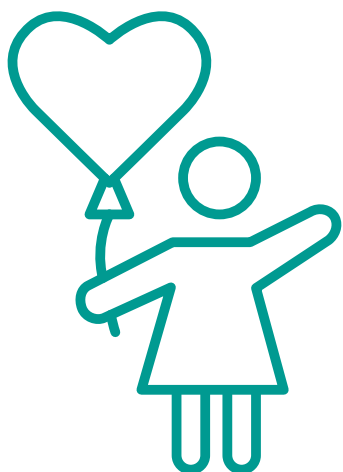
Les conséquences sur l'enfant sont d'autant plus importantes qu'il existe un climat de conflit entre les ex-conjoints, empêchant ou limitant la possibilité pour les parents de continuer à collaborer pour le bien de l'enfant. De fait, les trajectoires des enfants après la séparation sont multiples. Comprendre ce qui affecte ou protège l'enfant dans sa trajectoire de vie après la séparation parentale s'avère donc crucial afin de développer et renforcer les dispositifs de soutien adéquats.

## LES FACTEURS DE RISQUE

La littérature a depuis longtemps identifié de nombreux facteurs pouvant péjorer le bon développement de l'enfant lors de la séparation parentale. Parmi les facteurs de risque, trois éléments semblent faire consensus (Van Dijk et al., 2020) :

### ► Les conflits et difficultés relationnelles entre les ex-conjoints

Le conflit entre les ex-conjoints constitue l'élément prédictif le plus saillant pour le bien-être de l'enfant post-séparation (O'Hara et al., 2019). Les occasions d'être en conflit lors de la séparation sont multiples et de très nombreux enfants sont confronté·es à un moment ou un autre au conflit parental, avec plus ou moins d'intensité. Certains conflits seront transitoires, liés aux premières étapes suivant la séparation : colère, tristesse et frustration peuvent amener les parents à refuser de communiquer et/ou de collaborer. Si de nombreux parents parviennent malgré tout à dépasser leurs différends et à travailler ensemble pour le bien de l'enfant, d'autres parents se trouvent dans l'impossibilité de collaborer, augmentant les désaccords qui se prolongent au-delà de la procédure de séparation/divorce, exposant l'enfant à un conflit important sur une période prolongée (Radetzki et al., 2022).



### ► Les difficultés parentales et coparentales

Certains parents, pris dans le conflit avec leur ex-conjoint·e peinent à fournir à l'enfant un environnement structuré et le suivi nécessaire pour réduire l'impact du conflit sur ce dernier. L'enfant peut ainsi être amené à endosser un rôle qui n'est pas le sien, à porter une charge émotionnelle importante et pour laquelle il n'est pas psychologiquement armé (Nuttall et al., 2021). La coparentalité peut également être affectée : les désaccords au sujet des règles éducatives au sein de chaque nouveau foyer notamment, peuvent devenir une source de nouvelles tensions au moment de la séparation. Les difficultés de communication et l'impossibilité de gérer et régler leurs différends, tendent alors à cristalliser les désaccords coparentaux.

### ► Les ressources financières

Nombreux sont les parents qui font l'expérience de difficultés financières après la séparation (Cao et al., 2022) : la séparation parentale reste associée aux statuts socio-économiques bas, créant des ménages monoparentaux à faible revenu. Ces difficultés financières peuvent affecter l'enfant de différentes manières. Elles peuvent alimenter ou maintenir le conflit entre les parents et limiter la possibilité de collaborer pour le bien de l'enfant. Elles peuvent également diminuer la disponibilité du parent pour son enfant, par exemple en raison d'une charge de travail importante, ou réduire les moyens financiers disponibles pour le soutien du parcours scolaire de l'enfant (Havermans et al., 2017; Steinbach, 2019).

---

## LES FACTEURS DE PROTECTION

Face aux difficultés que peuvent vivre les enfants dans les situations de séparation parentale, la littérature s'est également appliquée à identifier des facteurs de protection, pouvant notamment expliquer pourquoi certains enfants vivent difficilement la séparation, tandis que d'autres s'y adapteront rapidement. Les trois principaux sont les suivants :

### ► La qualité des relations parents-enfants

Cet aspect joue un rôle crucial de modérateur face aux potentielles répercussions négatives de la séparation (Kleinschlömer & Krapf, 2023). Le maintien d'une relation stable avec les deux parents permet ainsi de favoriser un sentiment de sécurité et de stabilité chez l'enfant.

### ► Le type et l'aménagement de la garde

S'il est encore difficile d'établir un lien direct entre le bien-être de l'enfant et le type de garde, plusieurs études s'accordent aujourd'hui sur la nécessité pour l'enfant de pouvoir passer du temps significatif avec chaque parent, ceci constituant un facteur de protection face aux aléas de la séparation parentale. Elle s'associe au besoin de stabilité de l'enfant quant à son cadre de vie. La stabilité de la garde, des routines quotidiennes et de ses relations sociales (familiales et hors famille) à travers un calendrier prévisible et structuré contribue ainsi à son bien-être (Bergström et al., 2021; Steinbach, 2019).

### ► Le soutien émotionnel et social

La disponibilité de ce soutien pour l'enfant agit également comme un facteur de protection dans les séparations parentales, qu'il provienne des parents eux-mêmes, de la famille élargie, de l'entourage et des amis, voire d'une structure

professionnelle. Ce soutien permet ainsi à l'enfant d'exprimer ses émotions, ses difficultés et ses besoins (Amato, 2001; Steinbach, 2019).

En conclusion, la séparation de ses parents est une étape importante et parfois éprouvante pour l'enfant. Cette transition peut mettre à rude épreuve la relation interparentale et déboucher sur d'importants conflits, notamment liés à la coparentalité. La séparation présente un risque pour la relation et la dynamique parent-enfant, confronte les familles à des difficultés financières ainsi qu'à des changements de lieu de vie et/ou d'école amenant à de potentielles difficultés chez l'enfant.

---

## LES DROITS DE L'ENFANT DANS LA PROCÉDURE

En référence à l'art. 12 de la Convention relative aux droits de l'enfant ratifiée par la Suisse en 1997, tout enfant a le droit d'être entendu dans le cadre d'une procédure de séparation ou de divorce le concernant.

Dans les faits, une récente enquête suisse (Stutz et al., 2022) souligne que l'enfant n'a été entendu par un professionnel, l'APEA ou le tribunal civil que dans 10% des cas. Cette même étude montre également que les parents consultent peu l'avis de l'enfant, notamment concernant les questions de garde. Seule la moitié des parents interrogés ont consulté leurs enfants âgés de 8 à 17 ans, et cette proportion diminue à un quart pour les enfants de moins de 8 ans. Les raisons invoquées sont liées au fait de ne pas impliquer l'enfant dans des décisions perçues comme trop conflictuelles et trop « complexes ». Si la volonté de l'enfant ne doit pas obligatoirement être suivie, notamment si elle va à l'encontre de son intérêt supérieur, il est nécessaire de rappeler l'importance de prendre en considération l'avis de l'enfant dans les processus décisionnels qui le concernent directement ou indirectement (Conseil de l'Europe, 2010).

# Conflit, haut conflit et violence : quelles différences ?

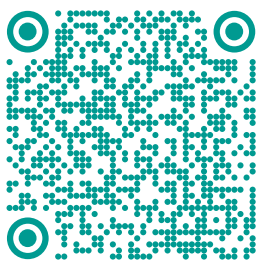
S'il n'existe pas une définition unique du conflit interparental, ce dernier peut néanmoins être appréhendé au travers de différentes composantes, telles que les disputes, les désaccords et querelles, ainsi la fréquence et l'intensité des altercations tant physiques que verbales au sein de la dyade parentale (Van Dijk et al., 2020). Dans les séparations hautement conflictuelles, le conflit devient extrême, se caractérisant par des échanges négatifs constants et un environnement émotionnel hostile et insécure (Hald et al., 2020).

La violence se distingue des hauts conflits dans le **rapport de force et/ou de pouvoir entre les ex-conjoints**. Dans les cas de (hauts) conflits, les rapports de force sont fluctuants mais globalement égaux et équilibrés, comprenant une certaine capacité de négociation. Dans les situations de violence

domestique, le pouvoir est unilatéral, asymétrique. Les agressions proviennent majoritairement du même parent, avec un rapport de domination et un contrôle rigide où la négociation est impossible (Jaffe et al., 2008 ; Sadlier, 2015).

**L'exposition de l'enfant à la violence** affecte sa santé et son bon développement (Bender et al., 2022). Par ailleurs, les effets de la violence sur le parent victime peuvent affecter sa capacité à répondre aux besoins psychoaffectifs de l'enfant et résulter en une augmentation des difficultés chez ce dernier (Rosser-Limiñana et al., 2020).

Si la distinction entre hauts conflits et violence domestique est ténue, les distinguer s'avère absolument nécessaire pour prendre les mesures adéquates.



## RÉFÉRENCES

Les références citées dans le document  
sont accessibles via ce QR-code

[Visualiser la bibliographie](#)



OBSERVATOIRE LATIN  
DE L'ENFANCE  
ET DE LA JEUNESSE

Av. Tissot 2bis, 1006 Lausanne  
+41 21 552 11 30  
info@olej.ch

olej.ch