



Un programme d'éducation en ligne pour les adultes en famille recomposée

Parent, C., Baude, A., Robitaille, C., Saint-Jacques, M.-C. et collaborateurs¹

À la suite d'une séparation conjugale, les partenaires sont nombreux à former une nouvelle union et à recomposer leur famille. La principale caractéristique des familles recomposées est qu'au moins un conjoint a des enfants de relations précédentes qui n'ont pas de liens biologiques ou légaux avec le partenaire actuel. Au Québec, les familles recomposées forment 15% des familles avec enfants de 25 ans et moins (Ministère de la famille, 2014). Ces statistiques sous-estiment toutefois le taux de familles recomposées notamment parce qu'elles n'incluent pas celles qui vivent ensemble à temps partiel.

Les couples qui recomposent une famille font face à plusieurs défis susceptibles d'influencer la qualité de leur relation conjugale et la stabilité de leur union, surtout en début de relation (Saint-Jacques, Drapeau, Parent, & collaboratrices, 2009). Les praticiens et les chercheurs s'accordent à reconnaître que certains de ces défis sont distincts de ceux rencontrés par les couples qui s'engagent dans une première union (Parent & Beaudry, 2002; Saint-Jacques & Parent, 2015). La réalité des familles recomposées est hétérogène et l'ampleur et la nature de ces défis varient d'une famille à l'autre. Mais, en moyenne, les enfants nés à l'intérieur de ces familles ont trois fois plus de risques de connaître la séparation de leurs parents, comparativement à ceux qui grandissent dans une famille biparentale intacte (Juby, Marcil-Gratton, Le Bourdais, & avec la collaboration de Huot, 2006).

Plusieurs experts considèrent qu'il est nécessaire d'offrir du soutien aux couples dans le but de les aider à relever les défis associés à cette transition. À cet effet, il existe plusieurs programmes d'éducation qui ont fait l'objet d'évaluation et qui ont démontré leur efficacité (Jakubowski, Milne, Brunner, & Miller, 2004). Toutefois, des études américaines montrent que seulement 30% des couples qui projettent de se marier y participent et ce taux serait encore plus bas pour les couples ayant déjà vécu un divorce.

¹ Les auteurs remercient le CRSH ainsi que le Partenariat de recherche Séparation parentale, recomposition familiale pour le soutien financier ayant permis le développement et la mise sur pied de ce programme.





Le manque de temps, les problèmes liés à la garde des enfants ou la distance géographique font partie des raisons les plus souvent invoquées pour expliquer ce faible taux de participation (Halford & Hayes, 2012: 7). Adapter ces formes de prévention à la vie moderne en tenant compte des défis rencontrés par les familles recomposées sur le plan organisationnel apparaît nécessaire (Braithwaite & Fincham, 2009; Gelatt, Adler-Baeder, & Seeley, 2010). Depuis une dizaine d'années, les programmes d'éducation en ligne apparaissent comme des alternatives intéressantes, notamment parce qu'ils sont plus flexibles et accessibles. Il faut cependant souligner qu'à ce jour, les rares programmes en ligne disponibles et gratuits sont offerts en anglais uniquement.

Le présent document décrit le premier programme en ligne, en libre accès et destiné à tous les couples-parents francophones qui vivent une recomposition familiale. Cette démarche est le fruit d'un travail en partenariat qui a fait appel à l'expertise de chercheurs, de cliniciens et d'associations qui oeuvrent pour le mieux-être des couples et des enfants qui vivent une réorganisation familiale. C'est sur la base des conclusions tirées de nombreuses recherches, d'un examen préalable des programmes américains (par ex., *Prevention Relationship and Enhancement Program*) et québécois (par ex., Enrichissement de la Vie Amoureuse en Famille Recomposée) existants et de leur évaluation que l'équipe a développé le programme en ligne **La famille recomposée une équipe à bâtir**.

Les fondements du programme

Le programme **La famille recomposée une équipe à bâtir** s'appuie sur la théorie de la sécurité relationnelle (Stanley, Makman, & Whitton, 2002).

De nature préventive, il a été conçu pour favoriser le développement des relations conjugales et familiales à partir d'un contenu et d'outils développés spécifiquement pour répondre aux besoins des couples recomposés. Il s'adresse aux couples-parents sans égard à leur orientation sexuelle et ayant des enfants de différentes tranches d'âge, qui cohabitent à temps plein ou à temps partiel avec eux.

Plus spécifiquement, ce programme a pour objectif de fournir une expérience éducative à travers la mise en ligne d'information sur la vie en famille recomposée et l'enseignement d'habiletés de communication et de résolution de problèmes. Ces éléments s'inspirent directement des principes actifs identifiés dans des études qui testent l'efficacité de certains programmes sur le fonctionnement des couples et des familles recomposées (Lucier-Greer & Adler-Baeder, 2012).

Le format en ligne donne aux utilisateurs une grande flexibilité de temps et de lieu. Les couples ont la possibilité de sélectionner le contenu qu'ils jugent le plus approprié à leur situation familiale à un moment donné et pour le temps souhaité, et d'y revenir autant de fois qu'ils le désirent. En outre, ce type de format est susceptible de convaincre des personnes qui ont des partenaires réfractaires aux formats traditionnels en face à face de participer. Il permet également aux membres d'un même couple de consulter le programme seul, séparément ou en couple.

Le contenu du programme

Pour identifier les thèmes et le contenu du programme, l'équipe a recensé dans la littérature scientifique les éléments susceptibles d'engendrer des difficultés lors d'une recomposition familiale (Hughes,



Bowers, Mitchell, Curtiss, & Ebata, 2012). Ce programme est composé de quatre modules, chacun comportant des objectifs spécifiques (cf. Figure 1).

Le module **Communication** met l'accent sur le maintien ou le développement d'habiletés de communication et de résolution des problèmes. En effet, il s'agit d'éléments essentiels dans le fonctionnement et la satisfaction des couples et des familles (Eeden-Moorefield &

Pasley, 2008). Par exemple, les individus qui adoptent des comportements de retrait et des stratégies d'évitement lorsqu'ils vivent des désaccords seraient plus enclins à se séparer (Saint-Jacques, Godbout, Parent, Drapeau, Robitaille, & Gherghel, 2016). Compte tenu de la complexité du réseau relationnel dans une famille recomposée et des défis supplémentaires qu'elle comporte, ce contexte familial pourrait exiger de la part des conjoints encore plus d'habiletés sur ces plans.

Figure 1. Modules et objectifs du programme

Communication	Famille	Couple	Parentalité
Habiletés de communication	Attentes envers la vie familiale	Développement de l'entraide	Partage des rôles parentaux
Stratégies de gestion de problème	Étapes développementales de la famille	Développement de l'amitié et de l'intimité	Relation beau-parent/bel enfant
			Relation avec l'ex-conjoint



Le module **Famille** vise à soutenir le développement d'une vision réaliste de la famille recomposée. Au moment où ils forment une nouvelle union, les couples ont des croyances et des attentes vis-à-vis de leurs relations familiales futures. Ceux qui croient que la famille recomposée fonctionne comme une famille biparentale intacte, qui souhaitent que chacun s'adapte rapidement à la nouvelle famille et qui espèrent que les relations familiales se développeront rapidement sont enclins à maintenir une représentation irréaliste du couple et de la famille. Le manque de connaissances sur les défis qui peuvent se présenter à eux peut nuire à leur adaptation et à la stabilité de leur union (Parent & Beaudry, 2002; Gelatt, Adler-Baeder, & Seeley, 2010).

Le module **Couple** vise à enrichir la relation conjugale. Dans la famille recomposée, cette relation est particulièrement fragile, notamment parce que les conjoints doivent bâtir leur relation conjugale en même temps qu'ils

s'engagent dans une nouvelle vie familiale et doivent développer des relations parentales harmonieuses. Cette situation comporte son lot de défis susceptibles d'affecter la qualité de la relation conjugale naissante. Il est donc essentiel de trouver des moyens de travailler ensemble pour faire face aux défis qui se présenteront à eux, mais aussi d'établir l'entraide et l'intimité au sein de couple. C'est en apprenant à faire équipe et en s'assurant que les bénéfices de la vie de couple demeurent plus élevés que les coûts occasionnés par la recombinaison que la relation a le plus de chance de perdurer. Développer le plaisir d'être ensemble, l'empathie pour l'autre et l'intimité est donc essentiel.

Le module **Parentalité** vise à apporter du soutien dans la définition des rôles de parent et de beau-parent et dans la construction ou le maintien de relations de qualité dans la famille recomposée (avec l'ex-conjoint et entre le beau-parent et le bel enfant





Figure 2. Activités et matériels pédagogiques proposés pour chaque module

Communication	Famille	Couple	Parentalité
Auto-évaluation des forces et limites du participant en tant que communicateur	Questionnaire sur les croyances erronées/réalistes	Liste de suggestions visant à soutenir le développement de l'entraide au sein du couple ainsi que de l'amitié et de l'intimité	Information sur l'éducation des enfants et le partage des responsabilités
Vidéo accompagnée de conseils visant à favoriser une bonne communication et à adopter des stratégies efficaces de résolution de problèmes	Étapes de développement d'une famille recomposée	Jeu de questions/réponses permettant à chacun des conjoints d'évaluer sa connaissance de l'autre	Questionnaire sur les forces du parent et les défis auxquels il est confronté dans sa relation coparentale avec son ex-partenaire
Exercice de mise en application			Information sur les défis associés au rôle de beau-parent

notamment). L'exercice des rôles parentaux et beaux-parentaux fait partie des éléments occasionnant le plus de stress chez les membres de la famille (Beaudry et coll., 2005) et constitue une préoccupation centrale des couples qui consultent, principalement lorsque la recombinaison est récente (Cartwright, 2010; Ganong & Coleman, 2004). L'exercice des responsabilités parentales peut réduire le temps accordé à la nouvelle relation et nuire à son développement (Schramm & Adler-Baeder, 2012). Par ailleurs, pour le beau-parent, l'enjeu est de trouver sa place au sein de la structure familiale et de définir son rôle. Enfin, les deux partenaires doivent composer avec la présence du ou des ex-partenaire(s). Des conflits non résolus entre les ex-conjoints peuvent fragiliser les familles recomposées, au début de leur formation, au moment même où l'adaptation des membres de la famille comporte plusieurs défis.

Le matériel pédagogique

La première page du site Internet permet d'accéder aux quatre modules du programme. Pour faciliter la navigation sur le site, chaque module est introduit par une animatrice qui présente les objectifs du module, ainsi qu'un résumé de son contenu. La même animatrice apparaît à différents moments afin de guider le participant à travers les thèmes abordés et les exercices proposés. Tel qu'illustré dans la figure 2, les activités proposées prennent différentes formes (questionnaires, animations commentées, textes écrits, vidéos, etc.).

Chacun des modules se termine par une activité de réflexion qui est suivie d'un court questionnaire d'évaluation de la satisfaction des participants. La durée moyenne de complétion de chacun des modules est de 30 minutes.



À partir de la page d'accueil, trois autres onglets sont également accessibles :

En guise d'introduction, l'onglet **À propos** présente le but du programme, à qui il s'adresse, ainsi que l'équipe de chercheurs et de cliniciens à l'origine de sa conception.

Dans l'onglet **Ressources**, les parents et beaux-parents peuvent trouver des liens internet vers des sites web destinés à ces familles, des ressources documentaires, des listes de services et d'autres programmes en ligne disponibles.

La **Foire aux questions** donne des éléments de réponse à certaines questions que se posent souvent les adultes en famille recomposée (par exemple, quel est le rôle de l'avocat en matière familiale? Comment rester des parents compétents pour nos enfants lors de la séparation?).

Cette première page donne aussi accès à un questionnaire conçu spécialement pour les couples de familles recomposées (Beaudry, Parent, Saint-Jacques, Guay, & Boisvert, 2001). Les participants peuvent utiliser leurs résultats à ce questionnaire pour se diriger vers le module le plus susceptible de répondre à leurs besoins. Les participants ne sont toutefois pas obligés de remplir ce questionnaire pour profiter du contenu des modules. La navigation peut s'effectuer selon les intérêts et les besoins de chacun.

Conclusion

Le programme **La famille recomposée, une équipe à bâtir** a été mis en ligne au printemps 2018 à l'adresse Internet suivante :

www.famillesrecomposees.com



Il représente l'aboutissement de plusieurs années de recherche en partenariat avec les milieux de la pratique, notamment avec la *Fédération des associations de familles monoparentales et recomposées du Québec* (FAFMRQ). Il est marqué par notre espoir collectif de répondre toujours mieux aux besoins des adultes qui recomposent une famille et leurs enfants. Si des programmes d'éducation en ligne sont déjà disponibles pour les familles recomposées anglophones, le présent programme est à notre connaissance le premier totalement gratuit à être mis en ligne en français. Ainsi, les adultes, indépendamment de leur lieu de résidence ou de leur capacité financière, pourront y avoir accès. Le Québec devient ainsi un chef de file dans la prévention des difficultés conjugales chez les couples francophones qui souhaitent avoir du soutien dans la réalisation de leur projet de recomposition familiale.



Références

- Beaudry, M., Boisvert, J. M., Simard, M., Parent, C. & Tremblay, P. (2005). Les couples dans les familles recomposées : un défi particulier. *Divorce & séparation*, 2, 29-53.
- Beaudry, M., Parent, C., Saint-Jacques, M.-C., Guay, S., Boisvert, J.-M. (2001). Validation of a questionnaire to assess the difficulties of couples in stepfamilies. *Journal of Divorce & Remarriage*, 35, 155-172.
- Braithwaite, S. R. & Fincham, F. D. (2009). A randomized clinical trial of a computer based preventive intervention: replication and extension of ePREP. *Journal of Family Psychology*, 23(1), 32-38. doi:10.1037/a0014061
- Cartwright, C. (2010). Preparing to repartner and live in a stepfamily: An exploratory investigation. *Journal of Family Studies*, 16, 237-250. doi:10.5172/jfs.16.3.237
- Eeden-Moorefield, B., & Pasley K. (2008). A longitudinal examination of marital processes leading to instability in remarriages and stepfamilies. Dans J. Pryor (Ed.), *The International Handbook of Stepfamilies: Policy and practice in legal, research, and clinical environments* (pp. 231-249). Hoboken, NJ : John Wiley & Sons, Inc.
- Ganong, L. & Coleman, M. (2004). *Stepfamily Relationships: Development, Dynamics, and Interventions*. New York : Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Gelatt, V. A., Adler-Baeder, F. & Seeley, J. R. (2010). An Interactive Web-Based Program for Stepfamilies: Development and Evaluation of Efficacy. *Family Relations*, 59(5), 572-586. doi:10.1111/j.1741-3729.2010.00624.x
- Halford, W. K. & Hayes, S. (2012). Taking it to the Streets (and Information Super Highways). Dans P. Noller & G. C. Karantzas (Dir.), *The Wiley-Blackwell Handbook of Couples and Family Relationships* (pp. 273-288). Massachusetts : Blackwell Publishing Ltd.
- Hughes, R., Bowers, J. R., Mitchell, E. T., Curtiss, S. & Ebata, A. T. (2012). Developing Online Family Life Prevention and Education Programs. *Family Relations*, 61(5), 711-727. doi:10.1111/j.1741-3729.2012.00737.x
- Jakubowski, S. F., Milne, E. P., Brunner, H. & Miller, R. B. (2004). A review of empirically supported marital enrichment programs. *Family Relations*, 53(5), 528-536. doi:10.1111/j.0197-6664.2004.00062.x
- Juby, H., Marcil-Gratton, N., Le Bourdais, C. & avec la collaboration de Huot, P.-M. (2006). A Step Further in Family Life: The Emergence of the Blended Family. Dans A. Bélanger, Y. Carrière & S. Gilbert (Dir.), *Report on the Demographic Situation in Canada 2000* (Vol. Catalogue no. 91-209-XIE). Ottawa : Statistique Canada.
- Lucier-Greer, M. & Adler-Baeder, F. (2012). Does Couple and Relationship Education Work for Individuals in Stepfamilies? A Meta-analytic Study. *Family Relations*, 61(5), 756-769. doi:10.1111/j.1741-3729.2012.00728.x

Ministère de la famille. (2014). *Les familles recomposées au Québec : qui sont-elles ? (vol 2 no 3)*. Répéré à <https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/quelle-famille-automne-2014.pdf>.

Parent, C. & Beaudry, M. (2002). Le développement de l'insatisfaction conjugale dans un contexte de recomposition familiale. *Revue canadienne de santé mentale communautaire*, 21(S4), 153-166. doi:10.7870/cjcmh-2002-0033

Saint-Jacques, M.-C., Drapeau, S., Parent, C. & collaboratrices. (2009). *Conséquences, facteurs de risque et de protection pour les familles recomposées : Synthèse de la documentation (Rapport final)*. Répéré à <http://www.cms.fss.ulavcoll.ca/recherche/upload/jefar/fichiers/rapport20final202010.pdf>

Saint-Jacques, M.-C., Godbout, É., Parent, C., Drapeau, S., Robitaille, C., Gherghel, A. (2016). Les familles recomposées éphémères: analyse de leurs trajectoires et des processus qui les animent et les distinguent, dans M.-C., Saint-Jacques, C. Robitaille, A. St-Amand, S. Lévesque (chapitre 7 : 135-153), *Séparation parentale, recomposition familiale : enjeux contemporains*, PUQ.

Saint-Jacques, M.-C. & Parent, C. (2015). *La famille recomposée. Des escales, mais quel voyage! (2e ed.)*. Montréal : CHU Sainte-Justine.

Schramm, D.G. & Adler-Baeder, F. (2012). Marital quality for men and women in stepfamilies: Examining the role of economic pressure, common stressors, and stepfamily-specific stressors. *Journal of Family Issues*, 33, 1373-1397.

Stanley, S. M., Makman, H. J. & Whitton, S. W. (2002). Communication, Conflict, and Commitment: Insights on the Foundations of Relationship Success from a National Survey. *Family Process*, 41(4), 659-675. doi:10.1111/j.1545-5300.2002.00659.x

Pour citer ce document

Parent, C., Baude, A., Robitaille, C., Saint-Jacques, M.-C., Gosselin, J., Avril, A., Noël, J., Rouillier, A.-M., Beaudry, M., Boisvert, J.M., Lagouarde, L., Lévesque, S., Godbout, É. (2018). Un programme d'éducation en ligne pour les adultes en famille recomposée, *Collection Comment intervenir ?* (4), Québec, Partenariat de recherche Séparation parentale, recomposition familiale.

Les textes de la collection *Comment intervenir ?* sont publiés sous la direction de Caroline Robitaille et Marie-Christine Saint-Jacques.

Pour en savoir plus

Le Partenariat de recherche Séparation parentale, recomposition familiale, c'est plus d'une trentaine de chercheurs et de partenaires issus des milieux universitaires, communautaires, publics et étatiques, tous préoccupés par la réalité des familles séparées et recomposées.

www.arucfamille.ulaval.ca

Le Partenariat de recherche Séparation parentale, recomposition familiale est financé par le Conseil de recherches en sciences humaines du Canada (CRSH).



Conseil de recherches en
sciences humaines du Canada

Social Sciences and Humanities
Research Council of Canada

Canada