



Mise en garde

La bibliothèque du Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue et de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) a obtenu l'autorisation de l'auteur de ce document afin de diffuser, dans un but non lucratif, une copie de son œuvre dans [Depositum](#), site d'archives numériques, gratuit et accessible à tous. L'auteur conserve néanmoins ses droits de propriété intellectuelle, dont son droit d'auteur, sur cette œuvre.

Warning

The library of the Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue and the Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) obtained the permission of the author to use a copy of this document for nonprofit purposes in order to put it in the open archives [Depositum](#), which is free and accessible to all. The author retains ownership of the copyright on this document.

Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue
Université de Sherbrooke

**Les impacts de la pandémie de COVID-19 sur le bien-être et la dynamique des
familles recomposées vivant en Abitibi Témiscamingue**

Par
Aline Dunoyer
Programmes recherche en sciences de la santé

Mémoire présenté au Département des sciences de la santé de
l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue et à la Faculté de médecine et des
sciences de la santé de l'Université de Sherbrooke en vue de l'obtention du grade de maître
ès sciences (M. Sc.) en sciences de la santé

Rouyn-Noranda, Québec, Canada
Septembre 2024

Membres du jury d'évaluation
[Carol Castro, PhD, directrice, Stéphane Grenier, PhD, co-directeur, Élise Cournoyer
Lemaire, PhD, évaluatrice interne, Isabelle Chouinard, PhD, évaluatrice externe, École de
travail social de l'Université du Québec en Abitibi Témiscamingue]

© Dunoyer Aline, 2024

SOMMAIRE

Les impacts de la pandémie de COVID-19 sur le bien-être et la dynamique des familles recomposées en Abitibi-Témiscamingue

Par

Aline Dunoyer

Programmes recherche en sciences de la santé

Mémoire présenté au Département des sciences de la santé de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue et à la Faculté de médecine et des sciences de la santé de l'Université de Sherbrooke en vue de l'obtention du diplôme de maître ès sciences (M.Sc.) en sciences de la santé,
Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue,
Rouyn-Noranda, Québec, Canada, J9X 5E4

Au printemps 2020, la nécessité de limiter les effets de la pandémie de COVID-19 entraîne la mise en place de mesures sanitaires dans les provinces Canadiennes. Au Québec, la stratégie adoptée par les autorités de santé publique et le gouvernement comprend la fermeture des établissements scolaires et des services de garde, l'incitation au télétravail, la fermeture des commerces non essentiels, la mise en quarantaine des personnes exposées au virus, ainsi que l'interdiction de rassemblements non essentiels. Un tel contexte a entraîné des bouleversements profonds dans la vie quotidienne des familles canadiennes et généré des défis sanitaires, psychologiques et socioéconomiques importants. À ce jour, peu de recherche se sont penchées sur l'expérience spécifique des familles recomposées dans le contexte de la pandémie de COVID-19 et d'une région éloignée du Québec. La présente étude se base sur un devis qualitatif exploratoire et vise à identifier les conséquences que la pandémie a eue sur le bien-être des familles recomposées simples et complexes, ainsi que les processus de résilience mis en œuvre par ces dernières face aux défis reliés au contexte sanitaire. Entre mai et octobre 2023, onze parents de famille recomposée ayant vécu la pandémie de COVID-19 en Abitibi Témiscamingue ont participé à une entrevue de recherche semi-dirigée. Les données recueillies révèlent que, face aux multiples défis imposés par la situation sanitaire, toutes les familles de l'échantillon ont mobilisé des ressources reliées aux dimensions de la résilience, ce qui a mené à des changements durables en termes de rôles, de relations et de compétences familiales. Les résultats démontrent notamment que l'augmentation des interactions familiales dû au confinement a fait évoluer le rôle du beau-parent en confirmant son engagement dans la vie de la famille.

Mots clés : COVID-19, familles recomposées, région éloignée, résilience familiale

SUMMARY

The impacts of the COVID-19 pandemic on the well-being and dynamics of blended families in Abitibi-Temiskaming

By
Aline Dunoyer
Health sciences Program

A memory presented to the University of Quebec in Abitibi-Temiskaming and Faculty of Medicine and Health Sciences in partial fulfillment of the requirements of the degree of
Master of Science in Health sciences,
University of Quebec in Abitibi-Temiskaming,
Rouyn-Noranda, Quebec, Canada, J9X 5E4

In spring 2020, the need to limit the effects of the COVID-19 pandemic led to the implementation of health measures in the Canadian provinces. In Quebec, the strategy adopted by public health authorities and the government includes the closure of schools and daycare services, the encouragement of teleworking, the closure of non-essential businesses, the quarantine of people exposed to the virus, as well as the ban on non-essential gatherings. Such a context has led to profound upheavals in the daily lives of Canadian families and generated significant health, psychological and socioeconomic challenges. To date, little research has examined the specific experience of blended families in the context of the COVID-19 pandemic and a remote region of Quebec. This study is based on an exploratory qualitative design and aims to identify the consequences that the pandemic has had on the well-being of simple and complex blended families, as well as the resilience processes implemented by the latter in the face of challenges related to the health context. Between May and October 2023, eleven parents from blended families who experienced the COVID-19 pandemic in Abitibi Temiskaming participated in a semi-structured research interview. The data collected reveals that, faced with the multiple challenges imposed by the health situation, all families mobilized resources related to the dimensions of resilience, which led to certain lasting changes. The results demonstrate that the increase in family interactions due to confinement has changed the role of the stepparent by confirming their commitment to family life.

Keywords: COVID-19, blended families, remote region, family resilience

TABLE DES MATIÈRES

PREMIER CHAPITRE - INTRODUCTION	1
DEUXIÈME CHAPITRE - RECENSION DES ÉCRITS.....	5
2.1 Introduction : la famille contemporaine au Québec	5
2.2 Les principaux enjeux reliés aux familles recomposées	6
2.3 La pandémie de COVID-19 : une source de multiples défis pour les parents séparés.....	10
2.4 Les effets psychosociaux de la pandémie de COVID-19 sur le bien-être des familles.....	11
2.5 Le concept de résilience dans la littérature	15
2.5.1. La résilience systémique	17
2.5.2. Les trajectoires de résilience	18
2.5.3 La résilience familiale	19
2.5.4 Les facteurs favorables à l'adaptation positive des familles en contexte de pandémie de COVID-19.....	21
2.5 Conclusion de la recension des écrits	23
TROISIÈME CHAPITRE - CADRE CONCEPTUEL	27
Une proposition d'approche intégrée pour analyser les impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19 sur les familles (Prime, Wade et Browne, 2020).....	30
BUT ET OBJECTIFS DE RECHERCHE.....	32
QUATRIÈME CHAPITRE - MÉTHODOLOGIE.....	33
4.1 Description et justification du choix de devis	33
4.2 Planification opérationnelle de la recherche	33
4.2.1 Procédure d'échantillonnage.....	33
4.2.2 Accès au milieu de recherche.....	34
4.2.3 Démarches de recrutement.....	34
4.2.4 Déroulement de l'étude	35
4.2.5 Méthode de collecte des données.....	35
4.2.6 Stratégies prévues pour assurer la rigueur	37
4.2.7 Analyse des données	37
4.3 Considérations éthiques	38
4.3.1 Présentation de la recherche et obtention du consentement éclairé	38
4.3.2 Avantages et risques pouvant découler de la participation à la recherche	39
4.3.3 Engagements et mesures visant à assurer la confidentialité.....	39
4.4 Stratégies de transfert des connaissances.....	39

CINQUIÈME CHAPITRE – RÉSULTATS.....	41
5.1 Portrait sociodémographique des participants	41
5.2 Les impacts psychosociaux vécus et décrits par les parents	44
5.2.1. L'inquiétude reliée au risque de contamination par le virus et à l'imprévisibilité de la situation.....	44
5.2.2 Une augmentation des conflits familiaux.....	45
5.2.3 Un vécu d'isolement social.....	46
5.2.4 Une distanciation entre les grands-parents et les générations plus jeunes	47
5.2.5 Le respect des consignes sanitaires : une source de tensions avec la famille élargie.....	49
5.2.6 Le bouleversement des conditions de travail	49
5.2.7 L'organisation de l'école à la maison : une source de stress et de difficultés.....	51
5.3 Les défis spécifiques vécues par les femmes en période pré et post-natale	54
5.4 Les impacts psychosociaux vécus par les enfants selon la perception des parents	55
5.4.1 L'augmentation du temps passé devant les écrans.....	56
5.4.2 Les conséquences du manque d'interactions sociales.....	56
5.4.3 La santé mentale perçue des adolescents en contexte de pandémie de COVID19	58
5.5 Les changements observés dans la relation parent-enfant	60
5.5.1 Le confinement : une période vécue comme un moment de répit familial par la majorité des parents interrogés.....	60
5.5.2 L'augmentation de la communication enfant-parent	61
5.5.3 L'augmentation de la proximité enfant-parent.....	63
5.5.4 L'augmentation des activités partagées	64
5.5.5 L'augmentation du rôle d'encadrement joué par les parents	64
5.6 Les enjeux spécifiques rencontrés par les familles recomposées.....	65
5.6.1 Les enjeux relatifs à la coparentalité chez les couples séparés	65
5.6.2 Les enjeux relatifs à la coparentalité au sein du couple recomposé.....	72
5.6.3 La place du beau-parent dans la vie familiale dans le contexte de la pandémie de COVID-19.....	75
5.6.4 Les trajectoires des familles recomposées au cours de la pandémie de COVID19	77
5.7 Les facteurs favorables au bien-être des familles dans le contexte de la pandémie de COVID-19	78
5.7.1 L'utilisation des médias sociaux pour lutter contre l'isolement social	78
5.7.2 La flexibilité du milieu de travail.....	79
5.7.3 La qualité du lieu de vie.....	79
5.7.4 Le faible écart perçu avec les modes de vie habituels.....	81
5.7.5 Les principaux facteurs de soutien identifiés par les participants	81

5.8 Les processus de résilience décrits par les parents.....	82
5.8.1 Les processus de résilience relatifs à la communication.....	83
5.8.2 Les processus de résilience relatifs à l'organisation familiale.....	86
5.8.3. Les processus de résilience relatifs au système de croyances familial.....	94
SIXIÈME CHAPITRE – DISCUSSION.....	104
6. 1 Les facteurs d'influence du bien-être familial selon une perspective bioécologique.....	104
6.1.1 Les facteurs d'influence du bien-être familial reliés au macrosystème.....	105
6.1.2 Les facteurs d'influence du bien-être familial reliés à l'exosystème.....	106
6.1.3 Les enjeux saillants au sein du microsystème.....	108
6.1.4 L'expérience de la pandémie de COVID-19 : deux périodes distinctes identifiées.....	109
6.2 L'influence des pratiques parentales sécurisantes sur le climat familial et la relation parent-enfant.....	111
6.3 Une alternative à l'analyse proposée par Prime, Wade et Browne (2020).....	112
6.4 Les dynamiques à l'œuvre au sein des familles recomposées.....	115
6.4.1 L'évolution du rôle du beau-parent au sein de la famille recomposée.....	115
6.4.2 Vers un nouveau cycle de vie familiale.....	117
6.4.3 Des défis spécifiques pour les familles recomposées en contexte de pandémie de COVID-19.....	119
6.5 Analyse des processus de résilience familiale.....	121
6.5.1 La mise en jeux de l'ensemble des dimensions de la résilience.....	121
6.5.2 La résilience : trois dimensions interdépendantes placées au cœur des différents systèmes de l'environnement familial.....	122
6.5.3 La résilience familiale : un processus en cinq étapes.....	122
RETOMBÉES DE L'ÉTUDE ET PERSPECTIVES DE RECHERCHE.....	127
CONCLUSION.....	129
LISTE DES RÉFÉRENCES.....	132
ANNEXE A.....	139
ANNEXE B.....	140
ANNEXE C.....	145
ANNEXE D.....	147
ANNEXE E.....	148

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1 : Évaluer le bien-être des familles en contexte de pandémie de COVID-19 : principales variables retrouvées dans les études.....	p. 12
Tableau 2 : Les caractéristiques sociodémographiques des parents de l'échantillon.....	p. 43
Tableau 3 : Les facteurs exerçant une influence favorable sur les systèmes de croyance familiaux selon la perception des parents de l'échantillon.....	p. 95

LISTE DES FIGURES

- Figure 1** : Une proposition d'approche intégrée pour analyser les impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19 sur les familles.....p. 30
- Figure 2** : L'évolution de la situation des familles de l'échantillon au cours de la pandémie de COVID-19.....p. 111
- Figure 3** : L'évolution de la place du beau-parent au sein des familles recomposées de l'échantillon dans le contexte de la pandémie de COVID-19.....p. 117
- Figure 4** : Les effets de la pandémie de COVID-19 sur la trajectoire des familles de l'échantillon.....p. 119
- Figure 5** : La mobilisation des dimensions de la résilience familiale dans un processus de changement en cinq étapes.....p. 125
- Figure 6** : Les systèmes influençant la trajectoire de résilience des familles de l'échantillon dans le contexte de la pandémie de COVID-19.....p. 126

REMERCIEMENTS

Je remercie tout d'abord ma directrice de mémoire, Carol Castro, pour son soutien constant et sa bienveillance tout au long de ce processus de recherche et d'écriture. Je remercie également mon co-directeur de recherche, Stéphane Grenier.

Je tiens également à souligner la contribution de l'ensemble de l'équipe du programme de recherche en sciences de la santé, qui m'a accompagnée dans mon cheminement académique et encouragée à persévérer. Un remerciement tout particulier à Pre Anaïs Lacasse, pour son ouverture et sa disponibilité.

Je souhaite également souligner le travail extraordinaire fait par les équipes œuvrant auprès des familles sur notre beau territoire de l'Abitibi-Témiscamingue. Les professionnel.le.s que j'ai eues l'opportunité de rencontrer, que ce soit dans le cadre de la présente recherche ou de mon exercice professionnel, sont une source constante d'inspiration et m'encouragent à poursuivre notre effort commun pour soutenir le développement des enfants et de leurs familles.

Enfin, je remercie Tanguy, pour son soutien sans faille, et ma fille Johanna.

PREMIER CHAPITRE - INTRODUCTION

Considérée à bien des égards comme un « désastre » (Aldrich, 2012), la pandémie de COVID-19 a frappé une grande partie de la population mondiale et a eu des conséquences considérables. Au printemps 2020, la nécessité de limiter les effets de la pandémie de COVID-19 entraîne la mise en place d'un ensemble de mesures sanitaires dans les provinces canadiennes. Au Québec, le gouvernement déclare l'état d'urgence sanitaire le 13 mars 2020 (Gouvernement du Québec, 2020), accordant ainsi à la ministre de la Santé et des services sociaux le pouvoir d'arrêter des mesures dans le but de protéger la santé de la population. La stratégie adoptée par les autorités de santé publique et le gouvernement comprend ainsi la fermeture des établissements scolaires et des services de garde, l'incitation au télétravail, la fermeture des commerces considérés comme non essentiels, la mise en quarantaine des personnes exposées au virus, ainsi que l'interdiction de rassemblements non essentiels (Cherblanc, Dorais, Tremblay et Tremblay, 2020). La pandémie de COVID-19 a entraîné des bouleversements profonds dans la vie quotidienne des familles, avec des impacts sanitaires, psychosociaux et économiques significatifs (Gadermann, Thomson, Richardson, Gagné, McAuliffe, Hirani, Jenkins, 2021; Patrick, Henkhaus, Zickafoose, Lovell, Halvorson, Loch, Davis, 2020). Le confinement et la fermeture des milieux éducatifs ont privé les familles de leur réseau de soutien habituel, compromettant entre autres la conciliation entre vie familiale et vie professionnelle (Tremblay et Mathieu, 2020; Masten et Motti-Stefanidi, 2020). Depuis le début de la crise sanitaire, plusieurs études ont confirmé les effets négatifs du contexte relié à la pandémie sur le bien-être des enfants et de leur famille (Gassman-Pines, Ananat, Fitz-Henley, 2020; Melchior, Moulin, El-Aarbaoui, Herraz Bustamente, Héron, Mary-Krause, Galéra, 2021). Les recherches rapportent ainsi une augmentation des problèmes de santé mentale au sein des familles, incluant le stress, l'anxiété et la dépression (Kerr, Rasmussen, Fanning et Braaten, 2021; Gayatri et Irawaty, 2022). Le contexte sanitaire a également eu des retentissements sur la relation parent-enfant. Dans une enquête menée auprès de parents canadiens, 61 % des participants se déclaraient ainsi très ou extrêmement préoccupés par la gestion des comportements, des niveaux de stress, de l'anxiété et des émotions de leurs enfants (Statistique Canada, 2020). La pandémie de COVID-19 a par ailleurs exacerbé les inégalités sociales, ses conséquences se faisant sentir plus durement

parmi les familles vivant un cumul de difficultés et de stress psychosociaux (Melchior *et al.*, 2021; Gassman-Pines *et al.*, 2020; Kerr *et al.*, 2021). Certains auteurs ont mis en évidence que les conséquences et les enjeux de la pandémie auraient été différents selon les cycles et les structures familiales (Masten et Motti-Stefanidi, 2020). Il semble à ce titre pertinent de soulever la question des potentiels enjeux rencontrés par les familles recomposées dans le contexte de la pandémie de COVID-19.

En 2021, plus d'un demi-million (550 810) d'enfants âgés de 0 à 14 ans vivaient au sein d'une famille recomposée au Canada (Statistique Canada, 2021). Dans le cadre de cette étude, la famille recomposée est définie comme celle qui a au moins un enfant biologique ou adopté de seulement un des conjoints mariés ou partenaires en union libre et dont la naissance ou l'adoption est survenue avant la relation actuelle. La recomposition est dite complexe lorsque des fratries issues de différentes unions vivent dans le même foyer (Statistique Canada, 2021). Selon les données de l'Enquête Canadienne sur la santé des enfants et des jeunes de 2019, 18% des enfants âgés de 1 à 17 ans ont vécu la séparation ou le divorce de leurs parents. Au Québec, ce taux est significativement plus élevé que la moyenne nationale (23%). Le Québec et le Nouveau-Brunswick sont actuellement les deux provinces où les enfants sont les plus susceptibles de vivre dans une famille recomposée (Statistique Canada, 2022). De nombreuses recherches ont démontré que les familles recomposées se caractérisent par la complexité des relations qu'elles mettent en jeu, ainsi que par la spécificité de leur contexte d'émergence et de leurs stratégies adaptatives (Ganong et Coleman, 2018; Repond et Darwich, 2016; Saint-Jacques, Robitaille, St Amand et Lévesque, 2016). Bien que ces enjeux soient aujourd'hui bien documentés, il n'existe pas, à notre connaissance, de recherches portant spécifiquement sur les impacts que la pandémie de COVID-19 a eue sur la santé et la dynamique de ce type de famille au Québec. Considérant la forte représentation des familles recomposées au niveau provincial, il semble pertinent de mieux connaître leur expérience en lien avec la crise sanitaire.

L'Abitibi-Témiscamingue, qui comptait 148 493 habitants en 2022, est une région qui se caractérise par son éloignement géographique des grands centres urbains du Québec (Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue, 2024). Cette région est par ailleurs contrastée sur le plan socioéconomique, « affichant des indicateurs qui la dépeignent comme une région prospère, mais où se dissimulent des inégalités » (Collini, 2024, p. 3). Selon les données du

dernier recensement (Statistique Canada, 2021), le taux régional de personnes vivant sous le seuil de faible revenu s'élève ainsi à 12 %. En 2016, la proportion d'enfants vivant dans des milieux considérés comme les plus défavorisés était de 28 % en Abitibi-Témiscamingue, comparé à 20,4 % pour l'ensemble du Québec. L'Abitibi-Témiscamingue présente par ailleurs de fortes disparités de santé et d'accès aux soins (Institut de recherche et d'informations socioéconomiques, 2022). Elle se distingue par un taux d'espérance de vie de ses habitants inférieur à la moyenne provinciale. Les troubles de santé mentale touchent une proportion plus significative de sa population, par rapport au reste de la province. Comparativement au reste du Québec, la région présentait en 2015 une proportion plus élevée de familles déclarant ne pas avoir de médecin de famille ou de pédiatre pour leurs jeunes enfants. Concernant plus particulièrement le portrait des familles de la région, la proportion de parents n'ayant aucun diplôme ou un diplôme de niveau secondaire est plus élevé par rapport au reste du Québec (Institut de la statistique du Québec, 2022). La proportion de parents vivant dans une famille monoparentale est également plus élevée que dans le reste du Québec.

Dans le contexte de l'état d'urgence, l'Abitibi-Témiscamingue est l'une des premières régions dont la ministre de la Santé et des services sociaux a décidé de limiter l'accès par un arrêté du 28 mars 2020 (Gouvernement du Québec, 2020). Bien que les parents séparés aient conservé le droit de se déplacer pour respecter les ententes de garde (ministère de la Justice, 2020), certains ont alors exprimé des inquiétudes reliées au fait de devoir circuler d'une région à l'autre, dans un contexte de restriction et de de risque élevé d'exposition au virus (Lessard, 2020). L'Abitibi-Témiscamingue se distingue des autres régions du Québec par la forte représentation des familles recomposées au sein de sa population (Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue, 2018). Parmi les 14 370 familles avec enfants vivant en Abitibi-Témiscamingue en 2016, 21 % étaient recomposées (Statistique Canada). Cette proportion était significativement plus élevée par rapport à l'ensemble du Québec (16 %). En 2016, sur 25 055 enfants vivant en Abitibi-Témiscamingue, 17,8 % vivait dans une famille recomposée, comparé à 12,3 % dans le reste de la province. Considérant cette part importante des familles recomposées au niveau régional, il semble pertinent d'explorer les enjeux spécifiques qu'elles ont vécus pendant la pandémie de COVID-19, en particulier dans le

contexte des restrictions de circulation et d'accès qui ont alors touché l'Abitibi-Témiscamingue.

Les études menées jusqu'à présent sur la situation des familles en contexte de pandémie de COVID-19 étant majoritairement quantitatives, le fait d'adopter une approche qualitative permet d'explorer plus en profondeur le vécu des familles en temps de pandémie, en particulier celles qui ont rencontré des défis spécifiques. À notre connaissance, aucune recherche n'a par ailleurs été menée à ce jour sur l'expérience des familles recomposées en contexte de région éloignée. Le présent projet vise donc à recourir à un devis de recherche qualitatif afin de décrire les potentiels défis relevés par les familles recomposées en Abitibi-Témiscamingue, et d'identifier les stratégies d'adaptation et les processus de résilience qu'elles ont développés dans le contexte de la pandémie de COVID-19.

Dans le cadre de la présente recherche, le concept de résilience apparaît comme particulièrement pertinent pour appréhender l'expérience des familles. Tout d'abord, la résilience implique l'exposition de l'individu ou du groupe à une situation d'adversité. Or, la pandémie de COVID-19 a constitué à cet égard une source d'adversité significative, qui a mis à l'épreuve un bon nombre de familles. Le concept de résilience permet également d'orienter la recherche vers l'identification des ressources et des stratégies utilisées par les familles. Il éclaire enfin les processus de développement des forces familiales, ce qui permet d'adopter une approche dynamique de l'adaptation des familles. Le temps qui s'est écoulé entre la fin de la pandémie et la collecte de données ont donc permis à celles-ci de mieux appréhender les effets de la situation d'adversité sur leur fonctionnement, à plus long terme. Sur le plan épistémologique, la résilience familiale est un concept dont l'exploration reste à poursuivre, les recherches s'y consacrant demeurant relativement récentes.

Les résultats de la présente recherche apportent de nouvelles connaissances sur des enjeux qui demeuraient à ce jour peu explorés. Les informations recueillies permettent ainsi de mieux identifier les besoins des parents et des enfants concernés.

DEUXIÈME CHAPITRE - RECENSION DES ÉCRITS

2.1 Introduction : la famille contemporaine au Québec

Faisant l'objet de constantes évolutions et présentant des formes multiples, la famille contemporaine échappe à toute définition trop restrictive. La diversité est en effet ce qui caractérise le mieux les familles actuelles, que ce soit en termes de structures (intacte, recomposée, monoparentale...), de compositions, d'origines culturelles, de liens ou encore de conditions de vie (Saint-Jacques et Drapeau, 2009; Bradley et Pauzé, 2008). Depuis plus d'une trentaine d'années, les familles québécoises ont été l'objet de changements importants, notamment la fin de la permanence de la relation de couple, l'augmentation de la part des unions libres par rapport aux unions légalisées et l'évolution de la relation père-enfant (Saint-Jacques et Drapeau, 2009). Dans le cadre du présent mémoire, la famille sera définie, conformément à la proposition de Saint-Jacques et Drapeau (2009, p. 49), comme : « Une cellule sociale qui comporte au moins une relation entre un parent et un enfant qui sont liés soit biologiquement, soit légalement ou par choix ». À cette définition sera ajoutée la notion d'interdépendance émotionnelle, physique et économique entre les membres, mise en évidence par Hanson (2001).

Malgré la diversité des visages des familles, des recherches tendent à démontrer que leur développement obéit à certains mécanismes communs. Selon le concept de cycle de vie familiale, les familles traversent ainsi différents stades, associés à des tâches développementales spécifiques (McGoldrick et Carter, 1988, 2003, 2005). S'organisant autour de la présence et de l'âge des enfants (Kapinus et Johnson, 2003), les principaux stades de développement comprennent : le départ de la maison du jeune adulte, la formation du couple, la famille avec de jeunes enfants et la famille avec des adolescents (Bradley et Pauzé, 2008). Le passage d'un stade de développement familial à l'autre implique une réorganisation du système familial, qui a pour but de répondre aux nouvelles demandes de l'environnement. Cette période de bouleversement est susceptible de créer une situation de crise transitionnelle, définie ainsi par Pauzé et Touchette (2012, p. 83) :

La crise transitionnelle est liée au passage [...] d'un cycle de vie à un autre. Ces transitions sont universelles, et donc prévisibles, et nécessitent des ajustements importants tant sur le plan personnel que sur celui des rôles, des règles et des relations dans la famille. [...] La crise transitionnelle résulte de l'incapacité de l'individu ou de la famille à exécuter les tâches développementales inhérentes au passage d'un cycle de vie à l'autre en procédant aux ajustements exigés par ces transitions.

La crise transitionnelle est distincte de la crise situationnelle. Définie par Pittman (1987 : cité dans Pauzé et Touchette, 2012, p. 83) comme un « coup de tonnerre dans un ciel bleu », elle se produit lorsque : « la famille est confrontée à un événement ou des événements non familiers, soudains et importants qu'elle ne peut ni prévoir, ni contrôler » (Pauzé et Touchette, 2012, p. 83). Avec les multiples changements inattendus qu'il a entraînés, le contexte de la pandémie de COVID-19 a pu exposer bien des familles à un risque de crise situationnelle, mettant à l'épreuve leur capacité à surmonter de nouvelles sources de stress et de difficultés.

Dans ce premier chapitre seront présentés les résultats d'une recension des écrits portant sur les principaux thèmes de l'étude proposée : les familles recomposées, les impacts de la pandémie de COVID-19 sur le bien-être des familles et la résilience. La première partie du chapitre sera consacrée à la mise en évidence des caractéristiques et enjeux reliés aux familles recomposées. La seconde partie permettra de décrire les impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19 sur les familles, avec un accent sur les groupes les plus vulnérables identifiés dans ce contexte. Enfin, la troisième partie sera consacrée à la résilience. À l'issue de la description des différentes dimensions reliées à ce concept, une attention particulière sera portée aux données issues de la littérature concernant la résilience familiale dans le contexte de la pandémie de COVID-19.

2. 2 Les principaux enjeux reliés aux familles recomposées

Au cours de la seconde moitié du 20^{ème} siècle, le nombre de divorce augmente de façon importante dans les pays occidentaux, entraînant une diversification des structures familiales. À partir des années 1970, les familles recomposées font ainsi l'objet d'un nombre croissant de recherches dans le champ des sciences sociales (Ganong et Coleman, 2018). De cette période jusqu'à la fin des années 1980, les études sur les familles recomposées sont majoritairement descriptives et démographiques. Influencées par les valeurs et normes

sociales de l'époque, elles partent souvent du postulat que les familles recomposées fonctionnent moins bien que les familles traditionnelles et tendent à documenter les effets négatifs du bouleversement des structures familiales sur le développement des enfants. Dans la plupart de ces recherches, les familles recomposées sont considérées comme un groupe homogène (Ganong et Coleman, 2018). Des études ultérieures viendront mettre en lumière l'influence de certains facteurs sociodémographiques sur la dynamique des familles recomposées, complexifiant ainsi leur description et leur analyse. Dès la fin des années 1970, les travaux des cliniciens John et Emily Visher (Ganong et Coleman, 2018) proposent une approche alternative des familles recomposées. Ils introduisent en effet l'idée que ces familles ont un fonctionnement non pas déviant, mais différent de la famille nucléaire traditionnelle. Elles présentent ainsi des modèles transactionnels spécifiques et des forces adaptatives qui leur permettent de répondre aux défis de la restructuration familiale.

Pour décrire les familles recomposées, Céroux (2014, p. 22) parle de « constellation familiale » et évoque une situation « où le point d'ancrage familial n'est plus le parent mais l'enfant », avec les différentes personnes qui gravitent autour de lui. Le même auteur fait émerger le concept de « bifocalisation » pour désigner : « le moment où la famille de l'enfant se met à vivre dans deux foyers, lorsque l'un des conjoints quitte le domicile familial pour s'installer ailleurs. » (Céroux, 2014, p. 19). À l'issue d'une séparation, l'un des deux parents peut obtenir la garde exclusive de son enfant, ou partager la garde avec l'autre parent. Selon les résultats de l'Enquête sociale générale sur la famille (ESG, 2017), la garde partagée, qui correspond à une situation où l'enfant habite alternativement chez l'un et l'autre de ses parents, est celle qui est la plus répandue au Canada (53 %), comparé à la garde exclusive (34 %). Chez la majorité des familles ayant vécu une séparation, le ou les enfants circulent donc entre les foyers respectifs de leurs parents, selon un rythme variable. L'Enquête canadienne sur la santé des enfants et des jeunes (ECSEJ, 2019) révèle que, parmi les enfants ayant vécu la séparation ou le divorce de leurs parents et ayant gardé le contact avec leurs deux parents, 25 % vivent de façon égale chez l'un et l'autre, 44 % voient régulièrement le parent chez qui ils ne résident pas la majorité du temps, et 21 % ne voient ce dernier qu'occasionnellement. Les études réalisées sur les relations entre l'enfant et ses parents biologiques en contexte post séparation révèlent que celles-ci sont fortement influencées par les caractéristiques sociodémographiques parentales et qu'elles évoluent au fil du temps ainsi

que sous l'effet des différents événements marquants de la trajectoire familiale (Unterreiner, 2018; Aquilino, 2006).

Le contexte d'émergence des familles recomposées se caractérise par une série de pertes et de changements importants, qui constituent des défis tant pour les parents que pour les enfants concernés (Saint-Jacques, Robitaille, St Amand, Lévesque, 2016). Le fonctionnement des familles recomposées se caractérise également par sa complexité, car il présente de nombreux sous-systèmes familiaux en interaction (Repond et Darwich, 2016; Saint-Jacques *et al.*, 2016). Les couples de familles recomposées doivent concilier le développement de leur relation amoureuse avec leurs nouveaux rôles parentaux, ce qui apparaît comme un défi majeur et une source importante de stress (Schramm et Adler-Bader, 2012; Schrodt et Braithwaite, 2011). Repond et Darwich (2016) parlent de « triple tâche » des couples au sein des familles recomposées, lesquels doivent à la fois maintenir la relation existante avec l'enfant, s'engager dans une relation conjugale et favoriser la construction du lien enfant / beau-parent.

L'augmentation de la fréquence des divorces et des recompositions familiales a entraîné une progressive dissociation conceptuelle entre la relation conjugale et la relation coparentale. Il est en effet devenu fréquent que deux adultes partagent la responsabilité parentale d'un ou plusieurs enfants, sans toutefois entretenir de relation de couple. Selon Minuchin (1974 : cité dans Favez et Frascarolo, 2013, p. 74), la relation coparentale est « un sous-système exécutif qui encadre et assure les soins et l'éducation des enfants ». Feinberg (2003, p. 96) définit le concept de coparentalité (*coparenting*) de la façon suivante:

A conceptual term that refers to the ways that parents and/or parental figures relate to each other in the role of parent. Coparenting occurs when individuals have overlapping or shared responsibility for rearing particular children and consists of the support and coordination (or lack of it) that parental figures exhibit in childrearing. (Feinberg, 2003, p. 96)

Bien qu'il existe divers types de relations coparentales au sein des familles recomposées (Tremblay, Drapeau, Robitaille, Piché, Gagné, St Jacques, 2013), tous les modèles de coparentalité post séparation se définissent à partir des notions de conflit et de soutien (Favez et Frascarolo, 2013). Feinberg (2003) décrit quatre composantes de la coparentalité : la division des tâches et des responsabilités, le soutien et le sabotage, l'accord éducatif et la gestion des interactions familiales. La majorité des études décrivent des typologies statiques

des pratiques coparentales et permettent de dégager quatre profils de relation : conflictuel, coopératif, désengagé et mixte (Baum, 2004; Maccoby, Depner et Mnookin, 1990; Van Egeren et Hawkins, 2004). En s'appuyant sur les recherches menées à ce sujet, Saint-Jacques et Drapeau (2009, p. 63) décrivent ainsi les différents profils de relation coparentale au sein du couple séparé :

Le premier type, nommé « coopératif », rassemble les parents qui communiquent fréquemment entre eux à propos de l'enfant et qui se disputent rarement. De plus, ils soutiennent la parentalité de l'autre parent et parviennent à coordonner les règles entre les différents environnements de vie de l'enfant. [...] Le deuxième type est dit « désengagé » ou « parallèle ». Les parents appartenant à ce groupe sont désengagés non pas envers leur enfant, mais bien l'un envers l'autre, ce qui les amène à communiquer très peu entre eux. [...] Le troisième type est dit « conflictuel », car il est caractérisé par des parents qui gardent le contact, mais d'une manière hostile. Les conflits à propos des enfants sont importants, les parents contestent mutuellement leurs compétences, sapent leur autorité respective et sabotent les contacts.

Certains auteurs ont plus récemment mis en évidence une typologie évolutive en décrivant six « trajectoires de coparentalité » qui permettent de prendre en compte le facteur temps dans la description des pratiques coparentales après une séparation (Tremblay *et al.*, 2013). La coparentalité concerne les parents séparés, mais également le parent et le beau-parent (Favez, 2017; Widmer, Favez, Aeby, De Carlo, Doan, 2012; Mc Hale, Kuersten-Hogan, Rao, 2004). Bien que les beaux-parents n'aient pas de statut légal auprès de l'enfant, leur rôle parental et leur influence sur le fonctionnement familial est de plus en plus reconnu (Favez, Widmer, Doan, Tissot, 2018). Widmer *et al.* (2012) ont démontré une association entre la qualité du lien entre l'enfant et son beau-parent et l'équilibre de la famille recomposée. Plusieurs études ont par ailleurs mis en évidence le rôle de la relation entre le beau-parent et l'enfant dans l'adaptation de celui-ci (Saint-Jacques, 2000; White et Gilberth, 2001 : cités dans Saint-Jacques et Drapeau, 2009). La présence d'une relation affective de qualité entre le beau-parent et l'enfant diminue ainsi le risque de développement de problèmes comportementaux chez ce dernier. Le soutien du beau-parent est par ailleurs fortement associé à une adaptation positive de l'adolescent (Crosbie-Burnett et Giles-Sims, 1994 : cités dans Saint-Jacques et Drapeau, 2009). Parent, Beaudry, St Jacques, Turcotte et Robitaille (2008) ont établi une typologie de l'exercice du rôle parental du beau-parent selon le degré d'implication de ce dernier auprès de l'enfant. Ces mêmes auteurs ont mis en évidence la contribution de deux facteurs dans la construction d'une relation satisfaisante entre le beau-

parent et l'enfant : la construction d'une relation coparentale au sein du couple recomposé ainsi que le respect du rythme de l'enfant.

2. 3 La pandémie de COVID-19 : une source de multiples défis pour les parents séparés

La recension des écrits menée dans le cadre de cette étude n'a pas permis d'identifier d'études portant spécifiquement sur l'expérience des familles recomposées en contexte de pandémie de COVID-19. Quelques études ont en revanche soulevé certains enjeux rencontrés par les parents séparés dans le contexte de la pandémie de COVID-19 (Lebow, 2020; Goldberg, Allen et Smith, 2021; Beckmeyer et Russel, 2023). Aux États-Unis, Goldberg et ses collaborateurs (2021) ont réalisé une étude dont le but était d'explorer, à l'aide d'un devis mixte, la relation coparentale au sein de couples divorcés, séparés ou en cours de séparation lors de la pandémie. Les résultats révèlent des défis spécifiques liés à la gestion financière et à l'émergence de nouvelles sources de conflit reliées au contexte sanitaire de la COVID-19. Les parents séparés demeurent souvent liés financièrement par leur contribution commune à l'éducation du ou des enfants. Or, les bouleversements économiques reliés à la pandémie ont parfois remis en question l'organisation financière familiale. Selon l'étude menée par Goldberg et ses collaborateurs, 36,8 %, soit plus d'un tiers des parents, mentionnent que le contexte de la pandémie a complexifié la gestion des contributions financières des parents séparés du fait des pertes d'emploi ou de la diminution des revenus. La renégociation des contributions financières a été d'autant plus difficile chez les parents qui entretenaient des tensions avant la pandémie. Le contexte sanitaire a entraîné des conflits spécifiques qui ont compromis la qualité de la relation coparentale au sein des couples séparés. L'étude menée par Goldberg et ses collaborateurs met en évidence trois principales sources de tension chez les parents de l'échantillon : des opinions divergentes concernant le respect des mesures de protection (41,2 %), des conflits reliés à l'organisation de l'école à distance (31,8 %), des points de vue divergents sur la science. Bien que seulement 16,6 % des parents mentionnent avoir opinions opposées concernant la science, ces divergences, portant notamment sur la question de la vaccination, sont sources de tensions particulièrement intenses.

2.4 Les effets psychosociaux de la pandémie de COVID-19 sur le bien-être des familles

De nombreuses recherches, majoritairement quantitatives, ont mis en évidence les répercussions du contexte sanitaire lié à la pandémie de COVID-19 sur la santé globale et le fonctionnement des familles. À partir de données issues d'une enquête nationale réalisée au Canada visant à évaluer les impacts de la pandémie sur la santé mentale de la population, une équipe de recherche (Gadermann, Thomson, Richardson, Gagné, McAuliffe, Hirani et Jenkins, 2021) a comparé les résultats obtenus chez les parents d'enfants de moins de 18 ans ($n=618$) à ceux du reste de l'échantillon ($n=3000$). L'étude démontre que la pandémie a particulièrement affecté la santé mentale des familles. 44,3% des parents ayant un enfant de moins de 18 ans rapportent en effet une santé mentale détériorée, alors que ce taux est de 35,6% parmi les autres participants. Les résultats indiquent également que les parents d'enfants de moins de 18 ans étaient en moyenne plus nombreux à présenter une augmentation de la consommation d'alcool (27,7% contre 16,1%) et des pensées suicidaires (8,3% contre 5,2%) comparativement au reste de l'échantillon. Parmi le groupe des parents, les résultats démontrent une prévalence plus forte des problèmes de santé mentale reliés à la pandémie chez les femmes, les personnes de moins de 35 ans, celles présentant des antécédents de troubles de santé mentale, les parents d'enfants d'âge inférieur ou égal à 4 ans et ceux vivant un stress financier.

Dans le cadre d'une étude menée aux États-Unis (Patrick, Henkhaus, Zickafoose, Lovell, Halvorson, Loch, Davis, 2020) visant à évaluer l'impact de la pandémie sur le bien-être des familles, 26,9% des parents interrogés mentionnaient une dégradation de leur santé mentale depuis le début de la pandémie et 14,3 % décrivaient l'apparition de comportements négatifs chez leurs enfants. Une autre étude américaine (Gassman-Pines, Ananat, Fitz-Henley, 2020) démontre l'influence du contexte sanitaire sur la santé mentale des familles et met par ailleurs en évidence une forte corrélation entre les difficultés socioéconomiques liées à la pandémie et le niveau de détresse des familles. Le cumul de plusieurs difficultés socioéconomiques est ainsi fortement associé à des taux plus importants d'humeur négative et de troubles du sommeil chez le parent, et à une augmentation des comportements d'opposition chez l'enfant. Les difficultés socioéconomiques compromettent donc le bien-être du parent mais également celui de l'enfant.

Ces résultats convergent avec ceux d'une étude menée en France (Melchior, Moulin, El-Aarbaoui, Herraz Bustamente, Héron, Mary-Krause et Galéra, 2021), qui démontre une association entre les difficultés comportementales et émotionnelles des enfants et les symptômes d'anxiété et de dépression parentale. La précarité financière de la famille est également associée à un plus haut niveau de détresse chez les enfants.

Selon les résultats d'une étude allemande (Calvano, Engelke, Di Bella, Kindermann, Renneberg, Winter, 2020), les familles rapportant une augmentation des situations de violences intra-familiales pendant la pandémie de COVID-19 se caractérisaient par le jeune âge des enfants et des parents, par un haut niveau de stress parental, et par des pertes d'emploi liées au contexte sanitaire.

Tableau 1

Évaluer le bien-être des familles en contexte de pandémie: principales variables retrouvées dans les études

Variables relatives au bien-être des parents	Variables relatives au bien-être des enfants	Variables relatives au système familial
• Niveau de stress • Humeur / vécu émotionnel • Santé mentale perçue • Troubles de santé mentale (dépression, anxiété, idéations suicidaires) • Habitudes de vie • Habitudes de consommation	• Comportements (hyperactivité, trouble de la concentration, opposition-coopération) • Habitudes de vie (sommeil, temps d'écran) • Vécu émotionnel • Niveau de stress et d'anxiété	• Niveau d'adversité rencontré (maladie, pertes d'emploi...) • Difficultés socioéconomiques • Qualité du soutien social et accès aux services de santé • Qualité des interactions familiales

Les recherches menées pendant la pandémie de COVID-19 ont révélé des écarts entre le vécu des parents en fonction du genre, le contexte ayant eu davantage d'impacts sur la santé mentale et le quotidien des mères. Plusieurs études ont ainsi mis en évidence un déséquilibre dans la répartition des responsabilités familiales pendant la pandémie, les femmes ayant dans

ce contexte assumé davantage de tâches reliées aux soins des enfants. Les bouleversements reliés à la pandémie, en particulier concernant la conciliation des rôles familiaux et professionnels, ont eu davantage d'impacts chez les femmes et ont été vécu plus difficilement par celles-ci, comparé aux hommes. Dans une étude menée aux États-Unis auprès de 1009 participants, Kerr et ses collaborateurs (2021) ont mis en évidence des différences dans les expériences des parents selon leur genre pendant la pandémie. Concernant la santé mentale, les mères rapportent ainsi des niveaux d'anxiété et d'épuisement parental significativement plus élevés que les pères. La majorité des femmes interrogées (76 %) ont également mentionné qu'elles se consacraient davantage aux soins des enfants que leur partenaire masculin. Une étude menée aux États-Unis sur les changements relatifs à l'organisation professionnelle des parents entre février et avril 2020 a démontré que les mères de jeunes enfants ont réduit quatre à cinq fois plus leurs heures de travail que les pères (Collins, Landivar, Ruppner, Scarborough, 2020). Au Québec, les résultats de la recherche menée par Tremblay et Mathieu (2020) confirment l'écart de vécu entre les pères et les mères concernant la conciliation des rôles familiaux et professionnels en contexte de pandémie. L'étude révèle en effet que les femmes ont estimé que la conciliation était plutôt difficile (31,8 %) voire très difficile (13 %), alors que les hommes étaient plus nombreux à la juger plutôt facile (47,2 %), voire très facile (19,3 %).

Plusieurs études menées au cours de la pandémie de COVID-19 ont démontré que celle-ci était associée à une augmentation significative de l'anxiété maternelle prénatale (Perzow, Hennessey, Hoffman, Grote, Davis, Hankin, 2021; Berthelot, Lemieux, Garon-Bissonnette, Drouin-Maziade, Martel, Maziade, 2020). Une étude longitudinale menée en Argentine pendant la pandémie révèle que, comparativement aux autres femmes, les femmes enceintes présentaient des niveaux d'anxiété significativement plus élevés, qui se sont par ailleurs intensifiés au cours du temps (Lopez-Morales, Del Valle, Canet-Juric, Andrès, Galli, Poo, Urquillo, 2021). Dans le cadre d'une recherche menée auprès de femmes enceintes au Québec, 34 % des participantes déclaraient que la pandémie de COVID-19 avait eu un impact sur leur grossesse (Pearson, Baudry, Bessette, Bernier, Lemelin, Matte-Gagné, Tarabulsky, Fréchette-Boilard, 2023). Le contexte sanitaire a engendré de nombreux changements dans l'accompagnement, le parcours de soins prénataux et les conditions d'accouchement. Le suivi des femmes enceintes a ainsi fait l'objet de nombreuses restrictions, telles que l'offre

limitée de dispositifs de préparation à la naissance, l'interdiction d'être accompagné lors des rendez-vous, ou encore les modalités de consultation à distance (Khoury, Atkinson, Bennett, Jack, Gonzalez, 2021; Lebel, MacKinnon, Bagshawe, Tomfohr-Madsen, Giesbrecht, 2020). Des recherches ont mis en évidence des sources de stress maternel reliées au contexte sanitaire, notamment le risque de contamination, ainsi qu'une augmentation des craintes habituellement reliées à la grossesse (Preis, Mahaffey, Heiselman, Lobel, 2020; Khoury *et al.*, 2021).

Dans le cadre de l'enquête CONFAMI (Confinement en Famille) menée en France, Zebdi et ses collaborateurs (Zebdi, Plateau, Delalandre, Vanwalleghe, Chahed, Hentati, Lignier, 2022) se sont appuyés sur un devis mixte pour mener une recherche auprès de 439 parents, qui visait à explorer le vécu des familles dans le contexte du confinement. Les résultats indiquent que, selon la majorité des parents, l'état psychologique de leur.s enfant.s et adolescent.s est demeuré stable au cours du confinement. Pour le groupe de participants qui mentionnait avoir vécu davantage d'émotions négatives que d'habitude, les affects décrits étaient l'ennui, l'irritabilité et la colère. Le tiers des parents de l'étude mentionnait également une diminution de la qualité du sommeil. Parallèlement à ces effets négatifs, les parents interrogés ont constaté une progression dans l'autonomie de leur.s enfant.s, ainsi qu'une amélioration des relations familiales au cours du confinement. Cet effet positif est rapporté par 41 % des participants. Selon les résultats de l'étude, le confinement a été perçu par les parents interrogés comme un temps de répit et une opportunité de passer du temps en famille. Ces conclusions convergent avec celles d'une autre étude menée dans le cadre de l'enquête CONFAMI, qui visait à explorer les effets du confinement sur les familles selon l'analyse interprétative phénoménologique (Fischer-Gaspard, Zebdi, 2022). Selon le discours des parents, le confinement a créé des conditions favorables au renforcement des liens familiaux, à travers l'augmentation de la proximité et du temps partagé entre les membres. Une étude menée par Kerr et ses collaborateurs aux États-Unis (2021) met également en évidence les effets contradictoires du contexte de la pandémie sur les familles. Bien que les résultats soulignent les impacts négatifs de la pandémie sur la santé mentale, le vécu émotionnel et la parentalité des participants, ils révèlent également des changements positifs dans ces différentes sphères. Les données analysées indiquent que, parmi les parents interrogés, 39,4 % rapportent des taux d'anxiété modérés à sévères associés ou non à des symptômes

dépressifs, et 69 % rapportent au moins un symptôme d'épuisement parental. Concernant leur vécu émotionnel, la majorité des parents mentionnent vivre davantage d'inquiétude que d'habitude (67,3 %), davantage de frustration et de colère (57,3 %) et davantage de culpabilité (42,7 %). La majorité des parents rapporte par ailleurs que ces différentes émotions ont interféré avec leurs habiletés parentales à une fréquence plus ou moins élevée. Parallèlement, la majorité des participants (58 %) rapporte se sentir plus proches de leurs enfants et ressentir de la gratitude à l'égard de leur rôle parental (54,1 %). La coexistence d'expériences parentales contradictoires se manifeste également au niveau des pratiques parentales. Bien que les parents décrivent une augmentation des cris (37 %), de la discipline (27,3 %) et des conflits avec les enfants (41,6 %), ils rapportent parallèlement une augmentation des comportements de réconfort / apaisement (49,2 %) et de gratifications (éloges et récompenses) (38,4 %).

2.5 Le concept de résilience dans la littérature

Il existe une grande diversité de définitions reliées à la résilience individuelle dans le champ des sciences humaines et sociales. On retrouve ainsi trois conceptions différentes de la résilience dans la littérature (Gauvin-Lepage, Lefebvre, et Malo, 2016). Pour certains auteurs, la résilience correspond en effet à un trait de caractère inné (Beardslee et Podorefsky, 1988; Block et Block, 1980; Garmezy, 1993; Rabkin, Remien, Katoff et Williams, 1993). Pour d'autres, il s'agit d'un concept dynamique, qui évolue en fonction de la trajectoire de vie (Fine, 1991; Richardson, 2002). Enfin, certains considèrent la résilience comme un résultat (Masten, 2001), qu'il est possible de mesurer à l'aide de différents indicateurs. Michallet et ses collaborateurs (2014) apportent une définition de la résilience individuelle qui fait la synthèse de ces différentes approches et reconnaît l'influence de facteurs à la fois individuels et environnementaux :

La résilience est à la fois un ensemble de caractéristiques personnelles de l'individu (ou du groupe d'individus), un processus et un résultat. Elle s'inscrit dans une démarche d'apprentissage, d'*empowerment* et d'autodétermination à travers laquelle la personne réinterprète la signification d'une situation d'adversité et réoriente positivement le sens de sa vie afin de poursuivre son développement, tout en renforçant ses facteurs de protection personnels ou environnementaux avec, toutefois, la situation d'adversité comme nouvel organisateur de ce développement. (Michallet, Lefebvre, Hamelin et Chouinard, 2014, p. 165 : cités dans Gauvin-Lepage, Lefebvre et Malo, 2016, p. 198)

Delage (2014) propose une analyse de l'étymologie du terme « résilience » en soulignant les différentes nuances reliées à ce concept. L'auteur mentionne que le concept de résilience repose d'abord sur la métaphore du métal, qui a la capacité de se tordre sans toutefois de briser (lat. *resilientia*). La résilience est également issue du verbe « résilier » (lat. *rescindere*), qui signifie se désengager d'un contrat. Selon Delage, la résilience : « devient alors, se dégager, se libérer des contraintes, des conséquences d'une expérience traumatique » (Delage, 2014, p. 178). L'auteur relie enfin la résilience au verbe latin *resilire* qui signifie « rebondir », ce qui renvoie, par extension, à la notion de changement. Delage décrit la résilience comme un « mode de pensée » impliquant l'adoption d'un point de vue positif sur les situations, ce qui s'inscrit à contrecourant des pratiques cliniques habituellement basées sur « les manques, les déficits, le négatif, le dysfonctionnel » (Delage, 2014, p. 179). Selon la perspective de la résilience, le regard est au contraire tourné vers « les compétences et les ressources » de l'individu et des systèmes. Delage définit la résilience comme une approche intégrative, qui met en jeux une multiplicité de facteurs reliés à des champs de connaissance divers. L'auteur développe enfin l'idée selon laquelle la résilience est un processus qui implique toujours une interaction entre l'individu ou le système et les ressources disponibles dans son environnement. La résilience est en ce sens un processus transactionnel :

On peut comprendre un phénomène d'emboîtement selon lequel ceux, individus ou groupes, dont les ressources internes sont défaillantes, doivent compter sur des aides en provenance d'un environnement plus large, et ainsi de suite, de « proche en proche ». [...] Ceux qui souffrent ou sont gravement blessés courent le danger d'être isolés et déliés. Ils doivent pouvoir, pour s'engager dans un processus de résilience, compter sur les ressources extérieures qui, par leur existence même, les maintiennent liés à la communauté humaine. (Delage, 2014, p. 180).

Selon les données issues de la littérature, la résilience est le plus souvent définie comme un processus à travers lequel les individus et les systèmes parviennent à se développer favorablement malgré la survenue de situations de stress et d'adversité. Dans le cadre de ce travail, nous retiendrons pour conclure la définition générale donnée par Luthar et ses collaborateurs (2000, p. 543) à partir des apports de plusieurs théoriciens de la résilience :

Resilience refers to a dynamic process encompassing positive adaptation within the context of significant adversity. Implicit within this notion are two critical conditions: (1) exposure to significant threat or severe adversity; and (2) the achievement of positive adaptation despite major assaults on the developmental process (Garmezy, 1990; Luthar et Zigler, 1991; Masten, Best et Garmezy, 1990; Rutter, 1990; Werner et Smith, 1982, 1992)

2.5.1. La résilience systémique

Selon Ungar (2018), la résilience est dite systémique dans la mesure où elle repose sur les interactions d'un système donné avec les autres systèmes qui l'entourent et qui influencent son évolution en contexte d'adversité. Bien qu'interdépendants, ces différents systèmes possèdent des natures et des fonctions différenciées, et interpellent donc divers champs de connaissance. Ungar (2018, p. 1) définit ainsi le concept de résilience systémique :

Resilience is the capacity of a system to anticipate, adapt, and reorganize itself under conditions of adversity in ways that promote and sustain its successful functioning (in human terms, its wellbeing) (Gotts, 2007; Folke et al., 2010; Ungar, 2011; Masten, 2014). That capacity is [...] the result of facilitative interactions with cooccurring, subordinate, and supraordinate systems that make it possible for a system or its parts to function well during and after a disturbance.

Considérant l'interdépendance des systèmes dans le processus de résilience, Ungar (2018) a réalisé une synthèse thématique de la littérature sur la résilience, à partir d'écrits scientifiques issus de disciplines variées, telles que la biologie, la psychologie, la sociologie, l'économie, le droit, ou encore l'écologie. Le but de la démarche de l'auteur était de construire des repères conceptuels communs à tous les systèmes résilients, quel que soit leur nature et les champs de la connaissance qu'ils interpellent. À partir de l'analyse de 16 synthèses de la littérature, de plusieurs articles et de chapitres de livres traitant de la résilience, Ungar (2018) a ainsi mis en évidence sept principes communs à tous les systèmes résilients :

- La résilience se produit dans des contextes d'adversité ;
- La résilience est un processus en cinq étapes (persistance, résistance, rétablissement, adaptation, transformation) ;
- La résilience implique des compromis entre les systèmes ;
- Un système résilient est ouvert, dynamique et complexe ;
- Un système résilient favorise la connectivité ;
- Un système résilient implique de l'expérimentation et de l'apprentissage ;
- Un système résilient inclut la diversité, la redondance et la participation

Dans un article publié au début de la crise sanitaire du COVID-19, Masten et Motti-Stefanidi (2020) affirment également la nécessité d'adopter une perspective systémique de la résilience en réponse aux multiples défis liés à la pandémie : « As a multisystem, cascading

disaster, it calls for multisystem responses and coordinated integration of the best science we have for application to solutions » (Masten et Motti-Stefanidi, 2020, p. 96). Les auteurs reprennent et adaptent ainsi sept principes proposés en 2016 par Masten et Cicchetti à propos de la résilience systémique :

- Les différents systèmes mis en jeu dans le développement humain sont interdépendants et participent au processus de résilience;
- La résilience n'est pas une caractéristique individuelle mais résulte de l'interaction des systèmes reliés à la personne;
- La résilience est dynamique;
- La résilience d'un système peut s'affaiblir si les défis surpassent ses capacités, ou se renforcer par l'ajout de ressources;
- La résilience change avec le temps, à mesure que le système développe de nouvelles capacités d'adaptation, au fil des expériences;
- La résilience peut se transmettre d'un système à l'autre, et à travers les générations;
- La résilience d'un système face à un type de défi peut différer de celle du même système face à un autre type de défi.

2.5.2. Les trajectoires de résilience

Certaines études ont permis de distinguer plusieurs types de trajectoires suivies par un individu ou un groupe à la suite d'un événement potentiellement traumatique. Les travaux de Masten (2014) ont ainsi permis de définir trois types de trajectoire : (1) l'atteinte minimale des fonctions; (2) l'interruption puis la récupération des fonctions; (3) la croissance post-traumatique, avec l'amélioration des fonctions en réponse à l'adversité. Masten illustre son propos en citant comme exemple les résultats d'une étude (La Greca et al., 2013 : cités dans Masten, 2014, p. 10) menée auprès de 568 enfants victimes de l'ouragan Andrew. Les données recueillies 3 mois, 7 mois puis 10 mois après l'événement démontrent que, parmi les participants, 20 % vivaient une détresse persistante, 43 % se rétablissaient et 37 % étaient résilients. Dans le même ordre d'idées, une étude longitudinale menée à Honk Kong auprès des survivants du SARS (Bonnano, 2003), a mis en évidence quatre trajectoires observées

chez les participants à la suite de l'épreuve traversée : (1) la résilience, (2) la récupération, (3) le dysfonctionnement chronique ou retardé.

2.5.3 La résilience familiale

D'abord utilisée pour décrire l'évolution favorable de certains enfants confrontés à des situations d'adversité, le concept de résilience a progressivement été appliqué à la famille, considérée comme un système (Allison et al., 2003; Hanson, 2001; McCubbin et McCubbin, 1996; Walsh, 1998, 2002 : cités dans Black et Lobo, 2008). La résilience familiale est à cet égard appréhendée comme un processus qui met en jeu le système familial dans son ensemble et qui repose sur les interactions qui ont lieu entre tous ses membres (Luthar et al., 2000 : cités dans Black et Lobo, 2008). Le concept de résilience familiale s'inscrit dans une approche par les forces, qui reconnaît la capacité des familles à surmonter les épreuves. Dans cette perspective, les défis sont considérés comme des opportunités de croissance : « This strength-based approach considers family stresses and challenges not as damaging but rather as opportunities for fostering healing and growth » (Black et Lobo, 2008, p. 36). Enfin, la résilience familiale est définie comme un processus dynamique, qui évolue selon les événements vécus par la famille et les stratégies d'adaptation déployées (Black et Lobo, 2008). Keri Black et Mari Lobo (2008) ont mené une revue de la littérature sur la résilience familiale, dans le but d'identifier des facteurs clés favorables à l'adaptation positive des familles. Les auteures définissent en ces termes les notions de « facteurs de protection » et de « facteurs de rétablissement » :

Protective factors facilitate adjustment, or the ability to maintain integrity and functioning, and to fulfill developmental tasks. When the family is challenged, recovery factors are called upon to promote the ability to adapt, or rebound, in crisis. (Black et Lobo, 2008, p. 36)

Selon les auteures, la résilience familiale comprend un double processus qui inclut d'une part le développement de facteurs intrafamiliaux de protection et de rétablissement, d'autre part la réduction des facteurs de risques environnementaux qui compromettent le bien-être familial. Les résultats issus de la revue de la littérature réalisée par Black et Lobo (2008) ont permis de mettre en évidence des caractéristiques fréquemment retrouvées chez les familles résilientes :

- Un point de vue positif : réfère à la confiance, à l'optimisme et au sens de l'humour.

- La spiritualité : correspond au partage, entre les membres de la famille, d'un système de valeurs qui donne du sens à l'épreuve.
- La cohésion familiale : absence d'hostilité entre les membres, accord relatif au cadre éducatif et à la discipline.
- La flexibilité : correspond à l'ajustement familial en fonction du contexte, parallèlement au maintien des rôles familiaux.
- La communication familiale : réfère à la libre circulation des émotions et à la collaboration familiale dans la résolution des problèmes.
- La gestion financière : correspond à une saine gestion des finances du foyer.
- Le temps passé en famille : réfère au maintien d'un climat convivial dans la réalisation des tâches quotidiennes.
- Le partage des loisirs
- Routines et rituels : renvoie à l'ensemble des activités qui favorisent le maintien des liens, même en situation d'adversité.

Les auteurs Castro et LeBlanc (2019) se sont intéressés plus particulièrement à la résilience des familles en situation d'immigration. À partir d'une recension de la littérature menée sur le thème des stratégies adaptatives familiales, ils ont mis en évidence trois catégories de facteurs favorables à la résilience, reliées à la structure familiale, à la qualité des rapports entre les membres et à l'accès aux ressources socioéconomiques.

Le concept de résilience familiale développé par Walsh (2016) correspond à la capacité d'une famille à faire face à des situations stressantes, à dépasser une crise ou une transition en développant de nouvelles forces adaptatives:

Family resilience can be defined as the capacity of the family, as a functional system, to withstand and rebound from stressful life challenges – emerging strengthened and more resourceful (1996; 2002; 2003). The concept of family resilience extends family developmental theory and research on family stress, coping and adaptation (Hawley and DeHaan, 1996; Patterson, 2002). [...] Resilience entails more than managing stressful conditions, shouldering a burden, or surviving an ordeal. It involves the potential for personal and relational transformation and positive growth that can be forged out of adversity. (Walsh, 2015, p. 315)

Dans son cadre théorique, Walsh (2016) décrit neuf processus contributifs de la résilience familiale. Ces neuf processus sont regroupés en trois grandes dimensions : (1) les systèmes de croyance familiaux, (2) l'organisation, (3) la communication / résolution de problème. Les systèmes de croyance réfèrent à la capacité de la famille à donner du sens à l'expérience

vécue, à rester positif face à l'avenir, à s'appuyer sur la spiritualité et la transcendance. La dimension de l'organisation correspond à la capacité de la famille à rester flexible, solidaire et à faire appel aux ressources de la communauté. Enfin, la dimension de la communication fait référence à la capacité de la famille à appréhender les problèmes avec clairvoyance, à encourager l'expression des émotions et à collaborer pour résoudre les problèmes.

2.5.4 Les facteurs favorables à l'adaptation positive des familles en contexte de pandémie de COVID-19

Plusieurs recherches ont démontré qu'une plus grande résilience individuelle et familiale constituait un important facteur de protection face au stress et aux problèmes de santé mentale générés par la pandémie de COVID-19 (Barzilay, Moore, Greenberg, Didomenico, Brown, White, Gur et Gur, 2020; Kimhi, Marciano, Eshel, Adini, 2020). Aux États-Unis, Barzilay et ses collaborateurs (2020) ont mené une étude quantitative auprès d'un large échantillon de la population ($n=3042$), dans le but de mesurer d'une part les niveaux de résilience, d'autre part les niveaux de stress, d'anxiété et de dépression reliés à la pandémie de COVID-19. Les résultats ont démontré que des niveaux élevés de résilience étaient associés à des niveaux plus faibles d'inquiétude, d'anxiété et de dépression chez les participant.e.s.

Dans le contexte de la pandémie de COVID-19, Chen et Bonnano (2020) s'appuient sur des études antérieures pour mettre en évidence les principales caractéristiques favorables à la résilience, en distinguant celles qui relèvent des caractéristiques individuelles, familiales et communautaires. Concernant les caractéristiques individuelles, les auteurs mentionnent l'optimisme, le support et le lien social, le fait de rester informé et d'avoir des distractions et de briser l'isolement à travers des communications virtuelles. En ce qui a trait aux caractéristiques familiales, les auteurs identifient la cohésion, l'adaptabilité, la communication et la bonne gestion financière au sein du foyer. Enfin, parmi les caractéristiques communautaires, la cohésion sociale, un faible taux de criminalité et une faible exposition à la situation d'adversité sont les trois facteurs associés à la résilience.

Le cadre conceptuel de la résilience familiale de Walsh (2016) a été utilisé dans le contexte d'une étude observationnelle transversale qui visait à identifier les facteurs associés à la résilience familiale pendant la pandémie de COVID-19 (Pakpahan, Kartika, Sampepadong,

2022). Les résultats démontrent que, parmi les différentes variables d'intérêt à l'étude (revenu, soutien social, niveau d'éducation, type de famille, relations familiales), le niveau de revenu et le soutien social sont celles qui sont significativement associées à la résilience familiale. Le soutien social apparaît également comme un facteur de résilience familiale dans une autre étude menée pendant la crise sanitaire (Chen et Bonnano, 2020).

Le cadre conceptuel de Walsh a par ailleurs été utilisé dans une étude quantitative (Cihan et Var, 2022) qui avait pour but d'explorer, chez des personnes mariées ayant au moins un enfant âgé de 4 à 18 ans, les liens entre le stress perçu, le sentiment d'efficacité parentale, l'adaptation du système conjugal et la résilience familiale dans le contexte de la pandémie de COVID-19. Selon les résultats de l'étude, l'augmentation du stress perçu est associée à une diminution du sentiment de compétence parentale et de l'adaptation des couples. Le sentiment de compétence parentale ainsi que la qualité de la relation de couple étant des facteurs clés de l'adaptation de la famille, les auteurs démontrent que le stress perçu compromet indirectement la résilience familiale, à travers ses effets négatifs sur les systèmes parental et conjugal. Selon les résultats de la même étude, l'adaptation du couple apparaît comme une variable médiatrice entre le stress perçu et l'efficacité parentale. En effet, l'adaptation du couple est associée à une diminution des niveaux de stress perçu, ce qui modère indirectement les effets de ce même stress sur le sentiment de compétence parentale. L'étude de Cihan et Var révèle par ailleurs que les niveaux de résilience sont plus élevés chez les parents qui mentionnent avoir reçu du soutien au sein de leur famille, comparé à ceux qui rapportent avoir reçu du soutien en dehors du réseau familial. Parmi les participant.e.s, les femmes enceintes sont celles qui présentent les plus hauts niveaux de stress perçu.

D'autres études menées pendant la pandémie se sont intéressées au lien entre stress parental et qualité de la relation coparentale. À partir de la mesure de cinq dimensions de la coparentalité, Pruett et ses collaborateurs (Pruett, Alschech, Saini, 2021) ont ainsi démontré qu'il existait une relation significative entre des pratiques coparentales positives et des niveaux plus faibles de stress parental relié à la pandémie. Une recherche menée auprès de 362 parents en Nouvelle-Zélande (McRae, Overall, Henderson, Low, Chang, 2021) visait à mesurer les effets de la détresse psychologique reliée au confinement sur la parentalité, et de déterminer à cet égard l'influence du soutien du partenaire et de la coopération coparentale.

Les résultats de l'étude démontrent que, bien que le stress parental soit prédictif de pratiques parentales moins positives, le soutien du partenaire modère cette relation en favorisant la régulation émotionnelle et le sentiment de compétence parentale. Par ailleurs, bien que le stress parental ait un retentissement négatif sur la relation parent-enfant, cet effet est atténué par la coopération coparentale, qui favorise la construction et le maintien d'un lien chaleureux et sécurisant. En d'autres termes, l'étude démontre que le soutien du partenaire et la coopération coparentale atténuent les effets négatifs du stress sur les pratiques parentales et le lien parent-enfant en contexte d'adversité.

Certaines études ont démontré que la flexibilité parentale avait des effets positifs sur la santé mentale des parents, favorisait la cohésion familiale et les pratiques parentales positives dans le contexte de la pandémie de COVID-19. Une étude quantitative menée aux États-Unis au printemps 2020 auprès de 742 familles a ainsi démontré que la flexibilité parentale était significativement associée à une plus grande cohésion familiale, à des niveaux de conflit plus faibles et à l'utilisation de stratégies parentales plus constructives (Daks, Peltz et Rogge, 2020). Une étude longitudinale menée pendant deux ans auprès de parents d'enfants d'âge préscolaire (Feldman, Martin, Donovan, 2023) a par ailleurs démontré que la flexibilité parentale était associée à des niveaux de stress et de symptômes dépressifs plus bas chez les parents dans le contexte de la pandémie de COVID-19.

2.5 Conclusion de la recension des écrits

La recension des écrits scientifiques relatifs aux thèmes de l'étude s'est organisée autour de quatre principaux axes : 1) Les enjeux liés aux familles recomposées (mots clés : familles recomposées, coparentalité, beau-parent); 2) Les impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19 sur les familles (mots clés : santé mentale/bien-être et familles/enfants/parents et COVID-19); 3) La résilience (mots clés : résilience, résilience familiale, résilience et COVID-19); 4) Le vécu des familles recomposées en contexte de pandémie (mots-clés : familles recomposées et COVID-19). Au total, 90 articles scientifiques ont été retenus. Le moteur de recherche Google Scholar ainsi que le site de la bibliothèque universitaire de l'UQAT ont été utilisés pour la recherche documentaire.

Pour conclure, la recension des écrits scientifiques relatifs aux familles recomposées a permis de mettre en évidence les défis de la reconstruction familiale après une séparation parentale. La spécificité de l'expérience des familles recomposées repose ainsi sur le nombre important de sous-systèmes familiaux qu'elles mettent en jeu (Repond et Darwich, 2016; Saint-Jacques *et al.*, 2016). La construction de nouveaux liens familiaux, parallèlement au maintien de la relation parentale et coparentale issue de l'union précédente, apparaît comme un défi important propre aux familles recomposées (Schramm et Adler-Badler, 2012; Schrodtt et Braithwaite, 2011). Malgré ces enjeux spécifiques bien documentés dans la littérature, peu d'études ont à ce jour et à notre connaissance été menées sur l'expérience des familles recomposées dans le contexte inédit de la pandémie de COVID-19. Les données issues de la littérature apportent quelques informations sur les enjeux vécus par les couples séparés, en particulier l'émergence de nouvelles sources de tension reliées à la crise sanitaire (Lebow, 2020; Goldberg *et al.*, 2021; Beckmeyer et Russel, 2023). À notre connaissance, aucune étude n'a toutefois été à ce jour menée spécifiquement sur les familles recomposées en contexte québécois et en temps de pandémie. Les enjeux spécifiques généralement vécus par ces familles laissent pourtant penser que la pandémie a pu constituer pour elles une source inédite de défis. Il apparaît également que l'expérience spécifique des familles en contexte de région éloignée et de pandémie est un axe de recherche qui, à notre connaissance et à ce jour, n'a pas été exploré.

La recension des écrits portant sur le bien-être des familles pendant la pandémie de COVID-19 démontre que cette dernière a eu des effets négatifs sur la santé mentale des parents et des enfants (Patrick *et al.*, 2020; Gadermann *et al.*, 2021; Calvano *et al.*, 2020). Ces conséquences ont été bien documentées à travers de nombreuses études quantitatives menées dans plusieurs pays. Les données issues de la littérature révèlent que, parmi les groupes sociaux dont le bien-être a été compromis pendant la pandémie, les familles en situation de précarité financière et les femmes ont été particulièrement fragilisés (Gassman-Pines *et al.*, 2020; Melchior *et al.*, 2021; Kerr *et al.*, 2021). La recension des écrits révèle que les études menées sur les familles en contexte de pandémie demeurent majoritairement quantitatives. Toutefois, il semble pertinent de privilégier une approche qualitative et une démarche inductive afin de faire émerger de nouvelles connaissances sur des enjeux qui ont à ce jour

été peu explorés. La recherche de type qualitatif est particulièrement pertinente pour appréhender des phénomènes encore mal connus et accéder rigoureusement à la compréhension que les personnes concernées en ont (O'Reilly et Cara, 2020). Cette méthode semble donc pertinente pour documenter l'expérience que les familles recomposées ont eue de la pandémie de COVID-19 en contexte de région éloignée, ce sujet demeurant peu exploré.

L'exploration de la littérature portant sur la résilience a permis d'identifier deux conditions inhérentes au processus de résilience : d'une part l'exposition d'un système donné à une situation perçue comme menaçante, d'autre part le développement favorable de ce même système à travers la réponse apportée à la situation d'adversité (Luthar *et al.*, 2000; Michallet *et al.*, 2014). Les données les plus récentes produites sur la résilience ont mis en évidence l'interdépendance de tout système résilient avec les autres systèmes opérant dans son environnement (Masten et Cicchetti, 2016; Ungar, 2018). Plusieurs études, majoritairement quantitatives, ont permis d'identifier des facteurs favorables à l'adaptation positive des familles dans le contexte de la pandémie de COVID-19 : le soutien social, le niveau de revenu familial, la coopération parentale, le soutien au sein du couple et la flexibilité parentale (Pakpahan *et al.*, 2022; Cihan et Var, 2022; Pruett *et al.*, 2021; Daks *et al.*, 2020). Bien que des recherches ont identifié des facteurs favorables à la résilience familiale en contexte de pandémie de COVID-19, peu d'entre elles décrivent les changements qui se sont alors produits au sein des familles en réponse aux défis rencontrés, non seulement au moment où les événements ont eu lieu, mais aussi à plus ou moins long terme. À notre connaissance, peu de recherches qualitatives ont par ailleurs été menées sur ces processus familiaux potentiellement vecteurs de transformation et de résilience. Une approche qualitative de la dynamique des familles, des ressources qu'elles ont mobilisées dans l'adversité et des changements qu'elles ont perçus pourrait ainsi apporter des informations nouvelles sur les processus de résilience dans le contexte de la pandémie de COVID-19. Bien que quelques auteur.e.s se soient jusqu'à maintenant intéressé.e.s au concept de résilience familiale (Black et Lobo, 2008; Walsh, 2016), celui-ci demeure par ailleurs un objet d'étude récent, qui offre encore de nombreuses perspectives de

recherches. Une approche qualitative des enjeux familiaux vécus pendant la pandémie pourrait à cet égard ouvrir de nouvelles voies d'exploration de la résilience familiale. Pour conclure, la recension des écrits a permis non seulement de mettre en évidence et préciser certains enjeux relatifs à la problématique, mais aussi de souligner la pertinence de la méthode et des thèmes explorés dans la présente étude. Ces constats nous conduisent à présenter dans la prochaine partie le cadre conceptuel sur lequel s'appuie le processus de recherche.

TROISIEME CHAPITRE - CADRE CONCEPTUEL

Dans le contexte la pandémie de COVID-19, les auteurs Prime, Wade et Browne (2020) ont conçu un cadre conceptuel qui synthétise plusieurs théories préexistantes pour analyser les conséquences à court et long terme du contexte sanitaire sur le bien-être des familles et les capacités d'adaptation des enfants.

En s'appuyant sur l'approche bioécologique du développement humain (Bronfenbrenner et Morris, 2007), ainsi que sur l'approche systémique familiale (Minuchin et Fishman, 1981), Prime, Wade et Browne (2020) proposent un nouveau cadre conceptuel intégré qui met en évidence les interactions entre les facteurs de stress reliés au contexte sanitaire, les relations intrafamiliales et l'adaptation des enfants en temps de pandémie de COVID-19. L'objectif de la présente étude étant de mieux documenter l'expérience des familles recomposées en contexte de pandémie de COVID-19 en Abitibi-Témiscamingue, le cadre conceptuel développé par Prime, Wade et Browne (2020) apparaît comme particulièrement pertinent. Selon Prime et ses collaborateurs, le stress généré par la pandémie produit des effets négatifs sur la qualité des relations intrafamiliales, perturbant chaque sous-système familial ainsi que la dynamique dans sa globalité. Cette série d'influence « en cascade » a finalement un retentissement sur les capacités d'adaptation des enfants, celles-ci étant particulièrement dépendantes du climat et de la qualité des interactions familiales (Browne, Plamondon, Prime, Puente-Duran et Wade, 2015). Selon le cadre conceptuel proposé, chaque élément du système est en interaction constante avec l'ensemble des autres éléments mis en jeu :

A critical principle here is that the links between hardship, caregiver well-being, family well-being, and children adjustment are not unidirectional; rather, the links operate within a mutually reinforcing system, whereby stress and disruptiveness in one domain begets the same in another. (Prime, Wade et Brown, 2020, p. 632)

Enfin, le modèle proposé met en évidence l'influence des facteurs de protection et des processus de résilience favorables au bien-être des familles, tout comme celle des facteurs de risque susceptibles d'augmenter leur vulnérabilité dans un contexte d'adversité tel que celui de la pandémie. S'appuyant sur la théorie de la résilience familiale développée par Walsh (2016), Prime Wade et Browne (2020) intègrent à leur cadre conceptuel les trois dimensions de la résilience familiale : (1) les systèmes de croyance familiaux, (2) les processus organisationnels, (3) la communication / résolution de problème. Le cadre

conceptuel proposé considère ainsi les effets potentiellement protecteurs et modérateurs de ces trois dimensions face aux stressors reliés au contexte sanitaire. À l'inverse, le modèle considère également l'influence de certaines expériences et conditions susceptibles de fragiliser les familles : les difficultés économiques, les problèmes de santé, le racisme, l'exclusion sociale, les difficultés relationnelles, les expériences traumatiques.

Dans leur proposition de cadre conceptuel, les auteurs Prime, Wade et Browne (2020) adoptent l'approche systémique du fonctionnement familial (Minuchin et Fishman, 1981). Selon cette perspective, la famille est considérée comme un tout formant un système, c'est-à-dire « un ensemble de parties en interaction entre elles et avec leur milieu. » (Albernhe, 2014, p.304). Tout changement qui se produit à un niveau du système familial retentit donc sur son ensemble, selon un principe de causalité circulaire. En tant que système, la famille met en œuvre des mécanismes visant à préserver sa cohérence malgré les changements. Le principe d'homéostasie réfère au maintien de cet équilibre interne, qui assure la survie du système familial et le développement de ses membres (Albernhe, 2014). Selon l'approche systémique, la structure familiale comporte plusieurs sous-systèmes, chaque sous-système ayant des fonctions propres, reliées à des rôles familiaux. Les sous-systèmes familiaux sont régis par des règles, délimités par des frontières et organisé de façon hiérarchique (Picard et Marc, 2013).

Afin de mettre en évidence les répercussions de la pandémie de COVID-19 sur le bien-être des familles, le cadre conceptuel de Prime, Wade et Browne (2020) intègre également l'approche bioécologique du développement humain (Bronfenbrenner et Morris, 2007). Selon l'approche bioécologique, le développement humain résulte des interactions qui se produisent entre un individu et l'ensemble des systèmes qui agissent sur sa trajectoire. Dans cette perspective, le développement de l'enfant repose sur un ensemble de processus relationnels mettant en jeu plusieurs systèmes. Dans son environnement immédiat, l'enfant entre en relation avec des personnes, des objets et des symboles. Son développement global résulte des interactions ainsi créées. Les milieux où se produisent ces processus dits « proximaux » (Bronfenbrenner et Morris, 2007), et dans lesquels l'enfant est directement impliqué, sont appelés « microsystèmes ». Au fil de son développement, les microsystèmes auxquels l'enfant participe se multiplient et se complexifient (Absil, Vandoorne, et Demarteau, 2012). L'ontosystème réfère quant à lui à l'ensemble de caractéristiques, des

compétences, des vulnérabilités innés et acquis tout au long de la vie (ex. : façon d'exprimer les émotions, les sentiments, capacité de comprendre et de se comporter). En somme, il s'agit des interactions entre les différentes composantes de la personnalité de la personne (Hage et Reynaud, 2014). Le mésosystème réfère au réseau de relation qui se tisse entre les microsystèmes fréquentés par l'enfant. L'exosystème renvoie aux différents milieux qui agissent sur l'enfant et sa famille, sans que ces derniers n'y soient directement impliqués ou ne puissent à priori y exercer une influence. Il s'agit par exemple des règlements, de l'organisation du travail, des programmes éducatifs et sociaux. Le macrosystème réfère à l'ensemble des « patterns qui définissent les formes de la vie en société » (Absil et al., 2012, p. 6). Il s'agit par exemple des cadres culturels, politiques et socioéconomiques. Enfin, le chronosystème renvoie aux différentes temporalités biographiques et historiques dans lesquelles s'insère le développement de l'enfant et de sa famille. La figure suivante, réalisée à partir du cadre présenté par Prime, Wade et Browne (2020), permet de visualiser l'influence « en cascade » de la pandémie de COVID-19 sur le système familial et l'adaptation des enfants :

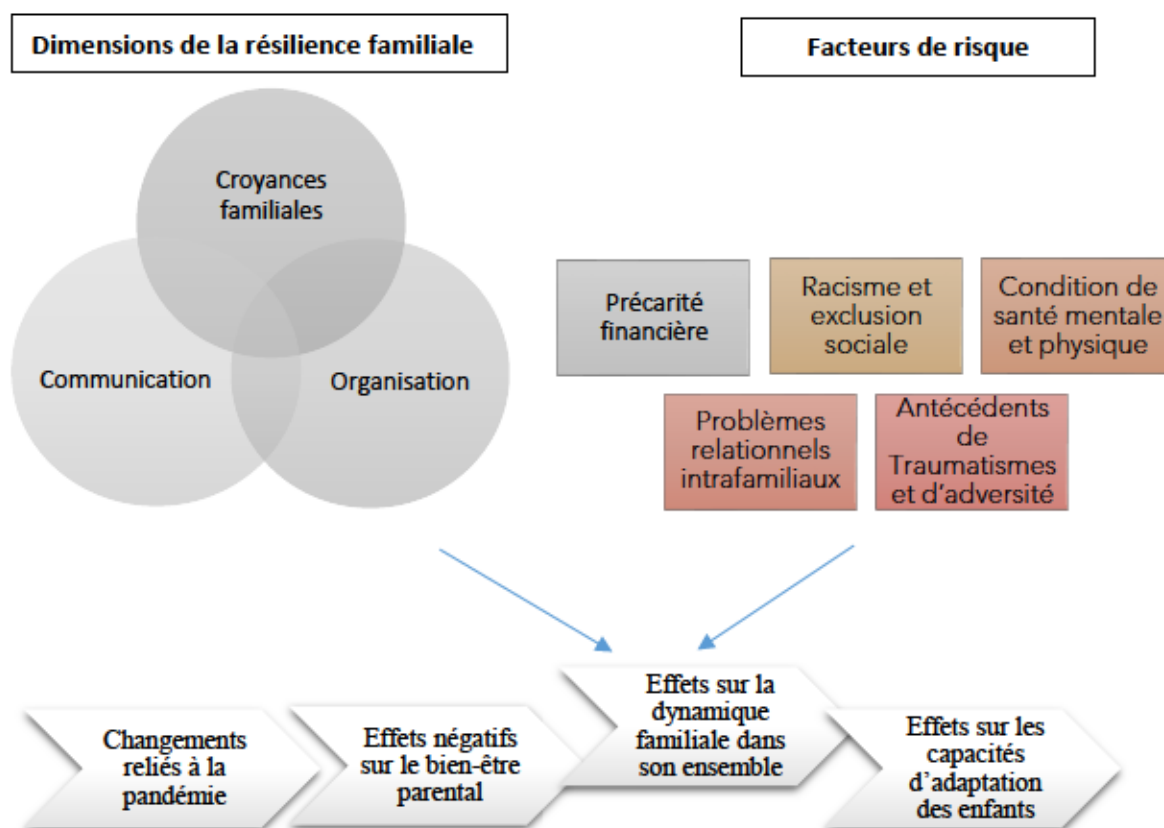


Figure 1

Une proposition d'approche intégrée pour analyser les impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19 sur les familles (Prime, Wade et Browne, 2020)

Dans le cadre de ce mémoire, plusieurs composantes du cadre conceptuel de Prime, Wade et Browne (2020) ont été mobilisées à chaque étape du processus de recherche. Tout d'abord, l'approche bioécologique du développement humain (Bronfenbrenner et Morris, 2007) et l'approche systémique du fonctionnement familial (Minuchin et Fishman, 1981), adoptées par les auteurs, ont été privilégiées dans ce travail, dans le but d'appréhender l'influence que la pandémie de COVID-19 a eue sur les familles de l'échantillon. Dans cette perspective, la présente recherche visait à développer une compréhension globale de la situation des familles à l'étude, à travers la prise en considération de l'influence des différents systèmes opérant sur leur trajectoire, dans le contexte particulier de la pandémie de COVID-19. Conformément à l'approche systémique du fonctionnement familial, les changements vécus par chaque individu ont par ailleurs été replacés dans la perspective de l'ensemble de la dynamique

familiale, avec la prise en compte des relations d'interdépendance des sous-systèmes familiaux.

Nous nous sommes appuyés sur l'analyse proposée par Prime, Wade et Browne (2020) afin de construire l'outil de collecte de données, qui visait entre autres à explorer les conséquences que la pandémie a eu sur le bien-être parental et la dynamique familiale des participant.e.s. Le cadre conceptuel de Prime, Wade et Browne (2020) a également été mobilisé dans l'exploration des processus de résilience familiale et l'analyse des facteurs qui ont pu influencer ceux-ci. Les facteurs de risque et de protection ainsi que les dimensions de la résilience familiale exposés dans le cadre conceptuel de Prime, Wade et Browne (2020) ont ainsi été considérés dans la démarche de recherche, afin de mieux comprendre la trajectoire des familles de l'échantillon.

L'analyse des connaissances actuelles issues de la littérature ainsi que la description du cadre conceptuel ont permis de déterminer le but général de la présente recherche ainsi que des sous-objectifs, présentés dans la partie suivante du mémoire.

BUT ET OBJECTIFS DE RECHERCHE

La recherche proposée vise à mieux documenter l'expérience des familles recomposées en contexte de pandémie de COVID-19 en Abitibi-Témiscamingue. Le projet d'étude poursuit deux objectifs spécifiques:

- Identifier les changements et les défis vécus par les familles recomposées demeurant en Abitibi-Témiscamingue pendant la pandémie de COVID-19;
- Décrire les processus de résilience développés par les familles recomposées face aux différents défis liés au contexte sanitaire.

QUATRIÈME CHAPITRE - MÉTHODOLOGIE

4.1 Description et justification du choix de devis

La présente recherche s'inscrit dans une démarche qualitative de type exploratoire. Issues du paradigme phénoménologique (Paillé et Mucchielli, 2021), les méthodes de recherche qualitatives reconnaissent l'importance de l'expérience subjective dans toute construction théorique. Dans cette perspective, les études qualitatives s'inscrivent dans un processus inductif, et s'appuient sur le vécu des participant.e.s pour produire de nouvelles connaissances sur un phénomène donné (Davidsen, 2013). L'expérience subjective étant privilégiée, le contexte dans lequel le phénomène étudié s'insère est également pris en considération dans l'analyse qualitative (Ribau, Lasry, Bouchard, Moutel, Hervé, Marc-Vergnes, 2005). Les données recueillies sont donc à replacer dans des circonstances spécifiques et ne sont donc pas systématiquement transférables (O'Reilly et Cara, 2020).

4.2 Planification opérationnelle de la recherche

4.2.1 Procédure d'échantillonnage

L'échantillonnage a été réalisée selon la méthode non probabiliste (Ouellet et Saint-Jacques, 2000), qui consiste à recruter des participant.e.s non pas au hasard, mais en fonction de certaines caractéristiques prédéfinies. L'étude portant sur un groupe social précis – les parents de familles recomposées – l'échantillonnage s'est fait par homogénéisation (Pirès, 1997). Cette procédure visait à constituer un échantillon selon certains critères prédéfinis, en lien avec le groupe social à l'étude. Les participant.e.s devaient ainsi être des parents de plus de 18 ans, faisant partie d'une famille recomposée, dont la dernière recomposition remontait à moins de cinq ans. Les parents sélectionnés devaient également vivre en Abitibi-Témiscamingue depuis le début de la pandémie et avoir au moins un enfant né avant mars 2020. L'échantillonnage visait parallèlement à obtenir un certain degré de diversification interne (Pirès, 1997), afin de recueillir des cas de figure contrastés à l'intérieur du groupe de parents. Afin d'assurer la diversification interne, le groupe de participant.e.s devait comporter des parents issus de familles recomposées simples et des parents issus de familles recomposées complexes. Le choix du milieu de recrutement visait à obtenir un échantillon

diversifié sur le plan sociodémographique. Les parents ont en effet été en partie recrutés parmi les familles fréquentant les Maisons de la Famille de Rouyn Noranda et Malartic. Les Maisons de la Famille sont des organismes communautaires offrant des services aux familles qui ont des enfants âgés de 0 à 12 ans. Il n'existe pas de critères d'admissibilité pour pouvoir bénéficier des services offerts par les Maisons de la Famille. La gratuité des services et l'inconditionnalité de l'accueil proposé par ces organismes leur permettent par ailleurs de rejoindre un public hétérogène sur le plan sociodémographique. Afin de recruter les participant.e.s, une affiche a également été diffusée sur les réseaux sociaux de l'UQAT. Enfin, le recrutement a nécessité le recours à l'échantillonnage « boule de neige » (Ouellet et Saint-Jacques, 2000). Dans l'échantillon par homogénéisation, la taille de l'échantillon est difficile à anticiper (Pirès, 1997). La collecte de données a pris fin une fois la saturation empirique considérée, autrement dit lorsqu'une redondance a été observée dans les propos recueillis au cours des entretiens menés auprès des parents participants (Ouellet et Saint-Jacques, 2000).

4.2.2 Accès au milieu de recherche

Dans un premier temps, l'équipe de recherche a rejoint par téléphone les personnes responsables des Maisons de la Famille de Rouyn Noranda et Malartic, afin de faire une brève présentation du projet et de créer un premier lien de confiance avec les milieux. Les deux organismes ayant signifié leur intérêt à prendre part au projet de recherche, un deuxième contact téléphonique a permis de décrire précisément les buts, le déroulement de l'étude, ainsi que le rôle des deux organismes dans le recrutement des parents participants.

4.2.3 Démarches de recrutement

À la suite de la prise de contact avec les équipes des Maisons de la Famille de Rouyn Noranda et Malartic, les familles ont été informées du projet de recherche et invitées à y participer par le biais d'une publication sur les réseaux sociaux des deux organismes (Annexe A). Les parents intéressés ont été invités à transmettre leur adresse courriel à une personne référente désignée dans chaque organisme. Les parents rejoints à la suite de la diffusion de l'affiche sur les réseaux sociaux de l'UQAT étaient quant à eux invités à contacter directement la

chercheuse par courriel. Une fois l'ensemble des adresses courriel collecté, la chercheuse a envoyé à chaque potentiel parent participant un courriel contenant une lettre d'introduction, ainsi qu'un formulaire de consentement à signer électroniquement (voir Annexe B). Par la suite, les parents volontaires ont été contactés par téléphone, afin de planifier une rencontre en présence pour mener l'entretien de recherche.

4.2.4 Déroulement de l'étude

Au printemps 2023, une période d'essai a permis d'éprouver la grille d'entretien élaborée en vue de la collecte de données. À la suite d'un premier entretien mené, plusieurs réajustements ont ainsi été apportés à la grille, selon l'appréciation de la chercheuse et du parent participant. Le recrutement des parents participants et la réalisation des premiers entretiens de recherche ont commencé au début de l'été 2023. Le recrutement s'est prolongé jusqu'à la fin de l'automne 2023, parallèlement à la poursuite de la collecte des données.

La transcription des entretiens sous forme de verbatim a débuté à l'été 2023. L'analyse thématique des données a commencé dès les premiers entretiens retranscrits et s'est poursuivie jusqu'à l'hiver 2024. Les premiers résultats de recherche ont été disponibles au printemps 2024.

4.2.5 Méthode de collecte des données

Les données de l'étude ont été collectées grâce à la méthode de l'entretien de recherche semi-dirigé. Ce type d'entretien permet en effet d'accéder à des informations riches et nuancées recueillies à travers un échange direct entre le chercheur et le participant (Van Campenhoudt, Marquet et Quivy, 2017). Cette méthode se caractérise par la faible directivité de l'interviewer et permet la collecte de données relatives au sens qu'une personne attribue à un phénomène vécu, à l'analyse d'un problème donné, ou encore à l'exploration d'un processus, d'une trajectoire de vie (Van Campenhoudt, Marquet et Quivy, 2017). Concrètement, la réalisation d'un entretien semi-dirigé s'articule autour des principaux thèmes relatifs à l'objet de recherche. La grille d'entretien est ainsi construite à partir des questions de départ, enrichies par les éléments les plus pertinents issus de la recension des

écrits et du cadre conceptuel. Ces thèmes ne sont pas abordés dans un ordre prédéfini, mais servent de points de repère à l'interviewer et permettent de recueillir des données reliées au but général de l'étude (Imbert, 2010).

D'une durée approximative de 90 minutes, les entretiens semi-dirigés (voir Annexe C) ont été menés par l'étudiante, sous la supervision de l'équipe de recherche. Ils ont eu lieu en personne, dans les locaux de l'UQAT ou au domicile des parents participants. Les entretiens ont été enregistrés au moyen d'un enregistreur vocal numérique. En complément de l'entretien semi-dirigé, les parents participants ont complété un questionnaire sociodémographique (voir Annexe D) qui visait à recueillir des informations sur la composition de la famille, leur genre, leur âge, leur niveau de scolarité, leurs conditions de logement, leur principale occupation ainsi que le montant annuel du revenu familial. Le guide d'entrevue a été construit à partir des deux objectifs de la recherche et des principaux thèmes mobilisés. La première partie du guide est composée de 14 questions majoritairement ouvertes reliées au premier objectif de l'étude. La seconde partie du guide est composée de 13 questions ouvertes reliées au second objectif de l'étude. Concrètement, la réalisation d'un entretien semi-dirigé s'articule autour des principaux thèmes relatifs à l'objet de recherche. Dans cette recherche, les principaux thèmes étaient :

- 1) Thèmes relatifs au bien-être et aux difficultés des familles pendant la pandémie: Vécu émotionnel des parents, comportement d'opposition et de coopération des enfants, habitudes de vie des enfants
- 2) Thèmes relatifs à l'exercice de la coparentalité au sein des familles recomposées (Feinberg, 2003): Division des tâches et des responsabilités, soutien / sabotage, accord éducatif, gestion des interactions familiales.
- 3) Thèmes relatifs à la résilience des familles en contexte de pandémie (Walsh, 2016): Systèmes de croyance familial, processus organisationnels : Référence à la capacité de la famille à rester flexible, solidaire et à faire appel aux ressources de la communauté, qualité de la communication intrafamiliale.

4.2.6 Stratégies prévues pour assurer la rigueur

Dans le cadre de la présente étude, la transcription complète des entretiens sous forme de verbatim et la référence à des citations pour appuyer les résultats ont permis d'assurer la fiabilité de l'étude (Lessard-Hébert *et al.*, 1990, p. 66 : cités dans Drapeau, 2004, p. 82). Les entretiens ont par ailleurs tous été menés par la chercheuse (Aline Dunoyer) et selon les mêmes modalités, afin de limiter l'introduction de biais liés à la variation des conditions de collecte de données.

Selon Drapeau (2004, p. 81), la crédibilité interne : « implique de vérifier si les observations sont effectivement représentatives de la réalité ou crédibles, c'est-à-dire d'évaluer si ce que le chercheur observe est vraiment ce qu'il croit observer ». Afin d'assurer la crédibilité de l'étude, nous avons eu recours à la technique de la triangulation, qui consiste à vérifier la validité d'un résultat en le confrontant à différentes méthodes d'investigation, sources, théories ou encore à plusieurs chercheur.e.s (Denzin, 1970 : cité dans Merriam, 2002, p. 25). Dans le contexte de la présente étude, plusieurs.e.s chercheur.e.s (l'étudiante chercheuse ainsi que sa codirection de mémoire) ont été invité.e.s à valider les thèmes issus des entretiens à l'étape de la codification et de l'analyse. Les résultats obtenus ont également été confrontés aux données issues de la recension des écrits et du cadre conceptuel.

L'un des objectifs de l'étape du recueil de données était de mener un nombre suffisamment élevé d'entrevues pour favoriser la transférabilité de l'étude (Drapeau, 2004). Les entretiens se sont donc poursuivis jusqu'à l'atteinte de la saturation des données. Le fait d'avoir une grande diversité dans la population étudiée et de décrire l'échantillon le plus précisément possible figurent parmi les stratégies favorables à la transférabilité d'une étude (Merriam, 2002; Drapeau, 2004). Le recueil de données sociodémographiques auprès des familles interrogées a permis d'obtenir un portrait détaillé de l'échantillon. Le fait de recruter les parents participants par l'intermédiaire des Maisons de la Famille et de l'UQAT devrait par ailleurs permettre d'obtenir un échantillon diversifié de parents.

4.2.7 Analyse des données

Les données recueillies dans les entretiens puis retranscrites par verbatim ont fait l'objet d'une analyse thématique, telle qu'elle est définie par Paillé et Mucchielli (2021, p. 270) :

« Avec l'analyse thématique, la thématisation constitue l'opération centrale de la méthode, à savoir la transposition d'un corpus donné en un certain nombre de thèmes représentatifs du contenu analysé, et ce, en rapport avec l'orientation de recherche (la problématique) ».

Selon Paillé et Mucchielli (2021), l'analyse thématique présente une double fonction de repérage et de documentation. Dans le contexte de la présente étude, la mise en évidence de tous les thèmes issus des entretiens et reliés à l'objet de la recherche ont permis de répondre à la première fonction de documentation de l'analyse thématique. La mise en relation des données collectées à travers la description des parallèles, des liens de complémentarité, des points de convergence et de divergence ont permis de répondre à la fonction de documentation de l'analyse thématique. À l'étape de la réduction des données, les propos les plus significatifs des entretiens ont été synthétisés sous forme de thèmes et de sous-thèmes. Au fil de l'analyse, ces thèmes ont été progressivement enrichis et mis en relation sous la forme de fusions, subdivisions, regroupement et hiérarchisation. Cette démarche, qui s'inscrit dans un processus de thématisation en continu (Paillé et Mucchielli, 2021), a permis la construction d'un arbre thématique, dont la forme définitive n'a été obtenue qu'à la toute fin de l'analyse des entretiens. Pour supporter le travail de thématisation, le logiciel d'encodage Nvivo a été utilisé. Une première arborescence a été créée dans Nvivo (Annexe E), à partir des principaux thèmes des entretiens. Cette arborescence a ensuite été enrichie de façon inductive, en fonction des nouvelles données recueillies au fil des entretiens. L'étudiante chercheuse a réalisé la codification et l'analyse des données. À chaque étape de ce processus, le travail de l'étudiante a été soumis à l'équipe de direction du mémoire.

4.3 Considérations éthiques

4.3.1 Présentation de la recherche et obtention du consentement éclairé

Les informations relatives à la recherche ont été transmises aux parents volontaires dans une lettre de présentation et un formulaire de consentement envoyés par courriel. Dans ces documents étaient mentionnés le but et le contexte de l'étude, ses implications, les éventuels risques et avantages découlant de la participation à la recherche et les règles de confidentialité. Après avoir pris connaissance du contenu de la lettre de présentation, les participant.e.s ont été invité.e.s à donner leur consentement par signature électronique.

4.3.2 Avantages et risques pouvant découler de la participation à la recherche

Cette recherche ne comportait pas d'avantages directs ou indirects pour les participant.e.s. Toutefois, leur implication permet de contribuer à l'avancement des connaissances relatives au bien-être et aux dynamiques des familles recomposées. Le temps nécessaire pour répondre à l'entretien constituait le principal inconvénient associé à la participation au projet. Le fait d'évoquer l'expérience de la pandémie de COVID-19 pouvait susciter des réflexions ou convoquer des souvenirs émouvants ou désagréables. Le cas échéant, les participant.e.s ont été invité.e.s à faire des pauses au cours du questionnaire et ont également eu la possibilité de se retirer du projet à tout moment. L'équipe de recherche a également offert aux participant.e.s qui en exprimaient le besoin la possibilité d'être référé à un.e intervenant.e de la Maison de la Famille ou du CLSC, afin de recevoir le soutien nécessaire.

4.3.3 Engagements et mesures visant à assurer la confidentialité

Toutes les données recueillies ont été rendues anonymes (utilisation des codes alphanumériques). Tant au niveau des analyses que lors de la diffusion des résultats, tous les renseignements obtenus dans le cadre de ce projet de recherche demeurent confidentiels et aucune identification personnelle ne sera utilisée pour relier l'identité des participant.e.s à leurs réponses. Les enregistrements audios ont été stockés sur les serveurs de l'UQAT, puis détruits après leur transcription. Tous les documents électroniques seront conservés sur l'ordinateur de la chercheuse principale dont l'accès est aussi protégé par un mot de passe (service OneDrive de l'UQAT). Les données de recherche seront conservées pendant sept ans après la fin du projet.

4.4 Stratégies de transfert des connaissances

Des communications seront faites à l'UQAT et aux Maisons de la Famille de Rouyn Noranda et Malartic une fois l'étude terminée (janvier 2025), sous forme d'infographies et de réunions d'information. La transmission des résultats aux parties intéressées se fera par le biais d'une brochure à l'intention des intervenants. L'accent sera mis sur les impacts de la pandémie de COVID-19 sur la dynamique familiale, dans le but de proposer des stratégies d'intervention.

Le recueil des données auprès des familles de l'échantillon et la codification des informations ont permis de dégager plusieurs grands thèmes et sous-thèmes relatifs à l'objet de l'étude. La partie suivante présente donc les résultats issus du recueil de données et du regroupement de celles-ci selon plusieurs axes.

CINQUIÈME CHAPITRE – RÉSULTATS

Ce chapitre présente les résultats de l'analyse thématique réalisées à partir d'entrevues de recherche menées auprès de parents de familles recomposées ayant vécu la pandémie de COVID-19. Le premier objectif de l'étude était d'identifier les changements et les défis vécus par les familles recomposées pendant la pandémie de COVID-19. En réponse à cet objectif, une première partie sera consacrée à la présentation des données recueillies relatives d'une part aux sources de difficultés rapportées par les parents, d'autre part aux principaux changements survenus dans la vie quotidienne et relationnelle des familles. Le deuxième objectif de l'étude était de décrire les processus de résilience développés par les familles recomposées face aux défis liés à la pandémie de COVID-19. En lien avec cet objectif, la seconde partie de la présentation mettra en évidence les résultats relatifs d'une part aux facteurs qui ont favorisé le bien-être et l'adaptation positive des familles, d'autre part aux processus de résilience décrits par les parents participants.

5.1 Portrait sociodémographique des participants

Au total, onze parents issus de familles recomposées ont participé à la phase de collecte de données. Parmi les personnes interrogées, deux s'identifiaient au genre masculin et neuf au genre féminin. L'échantillon était donc composé de 82 % de mères et 18 % de pères. La moyenne d'âge des participants était de 34 ans. Au moment des entretiens, quatre parents avaient entre 23 et 28 ans, cinq parents avaient entre 29 et 40 ans. Deux parents avaient entre 41 et 46 ans.

Parmi les dix familles représentées, la majorité (n=6) présentait une recomposition simple en mars 2020, lors du premier confinement relié à la pandémie de COVID-19. Les autres (n=4) présentaient une recomposition complexe. La moitié des familles représentées (n=5) ne comptait qu'un seul enfant au foyer en mars 2020. Deux familles avaient deux enfants. Trois familles avaient trois enfants et plus. Les familles comptant trois enfants et plus présentaient toute une recomposition complexe. Parmi les 11 participants de l'échantillon, cinq mères rapportent avoir vécu une grossesse pendant la pandémie de COVID-19. Deux d'entre elles mentionnent qu'elles étaient déjà enceintes en mars 2020, lors du premier confinement. Les trois autres mères ont débuté leur grossesse entre 2020 et 2021. Sur la

totalité des familles représentées, quatre enfants étaient âgés de cinq ans ou moins au début de la pandémie. Treize enfants avaient entre six et onze ans. Quatre enfants avaient entre douze et seize ans.

L'ensemble des parents de l'échantillon déclare être né au Canada et avoir vécu en Abitibi-Témiscamingue pendant toute la période de la pandémie de COVID-19. Concernant le niveau de scolarité des couples, sept parents ont complété des études secondaires, huit parents des études collégiales, et cinq parents des études universitaires. Parmi les participants interrogés, quatre déclarent un revenu annuel du foyer compris entre 60 000 et 100 000 dollars. Chez quatre autres parents, ce revenu se situe entre 100 000 et 150 000 dollars. Un parent déclare un revenu annuel du foyer inférieur à 60 000 dollars, tandis qu'un autre déclare un revenu supérieur à 150 000 dollars.

Tableau 2
Les caractéristiques sociodémographiques des parents de l'échantillon

<i>Caractéristiques</i>	n
<i>Âge des participant.e.s en 2020</i>	
23 à 28	4
29 à 34	1
35 à 40	4
41 à 46	2
<i>Moyenne = 34 ans</i>	
<i>Genre des participant.e.s</i>	
Féminin	9
Masculin	2
Autre	
<i>Nombre d'enfants au foyer en mars 2020</i>	
1 enfant	5
2 enfants	2
3 enfants et plus	3
<i>Type de recomposition familiale</i>	
Recomposition simple	6
Recomposition complexe	4
<i>Âge des enfants</i>	
0 à 5 ans	4
6 à 11 ans	13
12 à 16 ans	4
<i>Niveau de scolarité des parents</i>	
Secondaire	7
Collégial	8
Universitaire	5
<i>Revenu annuel du foyer</i>	
Inférieur à 60 000	1
Entre 60 000 et 100 000	4
Entre 100 000 et 150 000	4
Supérieur à 150 000	1
<i>Pays de naissance des parents</i>	
Canada	11

5.2 Les impacts psychosociaux vécus et décrits par les parents

En lien avec le premier objectif de l'étude, les données issues des entrevues révèlent que plusieurs parents ont ressenti de l'inquiétude et du stress dès les premières semaines de pandémie de COVID-19. Ils sont en effet plusieurs à souligner que l'imprévisibilité de l'évolution de la situation sanitaire a été une source de stress qui s'est amplifiée, d'autres exigences venant s'ajouter au fil du temps. Un manque de contact social avec le réseau familial et amical est décrit par certains participants. La majorité d'entre eux mettent en évidence les effets de la distanciation sociale avec les grands-parents. Le contenu des entrevues révèle par ailleurs une augmentation des conflits familiaux reliée à la promiscuité et au manque d'activité. Les parents décrivent aussi des tensions avec la famille élargie concernant le respect des consignes sanitaires. Les bouleversements des conditions de travail reliés à la pandémie de COVID-19 ont été un facteur de stress et de difficultés important pour certains participants, qui décrivent des insatisfactions à l'égard de la réorganisation de leurs tâches professionnelles. Les entrevues révèlent par ailleurs que l'école à la maison a été une source de stress et d'adversité pour la majorité des participants. Les mères ayant vécu une grossesse pendant la pandémie décrivent des enjeux spécifiques, en particulier le manque de soutien social et la peur des impacts du virus sur le déroulement de la grossesse et la santé du nouveau-né.

5.2.1. L'inquiétude reliée au risque de contamination par le virus et à l'imprévisibilité de la situation

Des parents décrivent avoir ressenti un stress important à l'idée qu'eux-mêmes ou un proche soient contaminés par le virus du COVID-19. Ils rapportent s'être posé de nombreuses questions au sujet de la maladie, dans un contexte où les connaissances à ce sujet demeuraient limitées.

C'était épouvantable, tout ça. Écoute, c'est une pandémie mondiale. Il y avait beaucoup de peur aussi liée à ça. [...] Oui, c'était vraiment ça. C'était de l'angoisse, c'était de l'inquiétude. On ne savait pas à quoi s'attendre. C'était quoi ce genre de maladie là?
(Mère, 37 ans)

Il y a eu quand même le stress de on ne savait pas où on s'en allait avec tout ça, avec la pandémie. Tu sais, il y avait quand même un stress relié à ça, à qu'est-ce qui allait... la gravité de la maladie puis tout ça. (Père, 40 ans)

Parmi les parents, deux mères se sentaient particulièrement inquiètes, chacune en raison d'un facteur de risque spécifique : l'une avait une enfant atteinte de maladie chronique et la seconde était en contact avec le public en tant qu'éducatrice de CPE.

Je pense qu'on était tous vraiment anxieux quand même, là. Les points de presse, nous, on avait peur en fait, vu que Zoé est malade. Donc on se disait « Est-ce que ça va aller? Est-ce qu'elle va attraper quelque chose? Est-ce que c'est dangereux pour elle? Est-ce qu'elle va être hospitalisée? ». Donc tu sais, on avait toutes ces questions-là. (Mère, 29 ans)

Donc, tu sais, oui, on vivait un peu de stress, moi, à côté que moi, je côtoyais des enfants en garderie, donc j'étais plus sujette à côtoyer le virus, étant donné en plus qu'on était un service essentiel et on recevait les enfants qui étaient des médecins, des infirmières, des ambulanciers. Donc on était plus en contact. (Mère, 37 ans)

Des parents rapportent avoir vécu du stress, voire de l'anxiété en raison du caractère inédit et imprévisible de la situation. La peur décrite est reliée à l'absence de contrôle quant à l'évolution du virus ainsi qu'aux bouleversements anticipés dans les différentes sphères du quotidien, telles que le travail et l'école.

Bien en fait, c'est sûr qu'il y avait beaucoup de questionnements. On était comme dans l'inconnu, donc on ne savait pas ce qui allait arriver, comment, tu sais, on pensait que c'était comme temporaire, qu'on allait s'en sortir rapidement. Fait qu'on dirait qu'il y avait plus d'espoir à ce moment-là, dans les débuts. Puis là par la suite, bien là, l'inquiétude persiste, fait qu'on ne savait pas trop. (Mère, 25 ans)

Mais c'est quand ça a commencé justement à devenir indéterminé que là, c'était bien du stress. Qu'est-ce qui va se passer pour nous autres, nos jobs? Qu'est-ce qui va se passer? Combien de temps ça va durer? Aussi, tu sais, je veux dire, je me remets aussi à l'époque, là, on en sait plus, mais on ne savait pas grand-chose non plus sur le virus, à part qu'il était extrêmement contagieux, puis qu'on ne savait pas grand-chose sur le virus. (Mère, 28 ans)

5.2.2 Une augmentation des conflits familiaux

Des parents mentionnent que les conflits familiaux ont augmenté du fait de la promiscuité et du manque d'activité reliés aux mesures d'isolement. Le fait de devoir demeurer ensemble dans le même espace a en effet exposé plusieurs familles à une augmentation des sources de tension entre les membres. Certains parents ont également eu de la difficulté à supporter l'arrêt de leurs activités.

Bien, c'est sûr que là, en étant constamment tous ensemble, il y a plus d'occasions aussi de... conflits, tu sais, c'est juste de... Oui, c'est ça, ça pouvait être plus tendu. Il y avait plus d'occasions de s'obstiner ou de raisons de le faire. (Mère, 25 ans)

Puis tu sais, moi, j'ai un chum qui est hyper, il a besoin de travailler, c'est un *workaholic*. Donc, pogné ici dans les quatre murs de la maison à ne pas pouvoir sortir, il mangeait les murs. Fait qu'à mesure que les confinements s'accumulaient, plus que c'était difficile de le laisser dans la maison. Fait que ça, ça a pu créer des conflits ou des frictions en quelques moments, là. (Mère, 29 ans)

Un parent relie l'augmentation des conflits conjugaux à la consommation accrue d'alcool pendant le confinement.

Mais, tu sais, toute cette accumulation-là et que là, la pandémie est arrivée. Veut, veut pas, on a été confrontés plus l'un à l'autre. [...] Donc c'est comme tout ça plus, tu sais, veut, veut pas, tu sais, on prenait de l'alcool les vendredi, samedi, dimanche, admettons, tu sais. [...] Ou quand tu es en vacances. Mais là, tu te sentais en vacances tout le temps. Tu ne travaillais pas. [...] Ça fait que, tu sais, on était plus portés à boire plus souvent. [...] Ça fait que, des fois, tu sais, avec un verre d'alcool, bien, c'est souvent là qu'il y a plus de conflits aussi. La vérité est plus facile à dire. (Mère, 37 ans)

Des participants soulignent que les tensions entre les membres de la famille ont augmenté au fil du temps, l'inactivité et la cohabitation permanente devenant plus difficiles à supporter.

Quand elle est retournée à l'école, on était tous dus, on était tous vraiment, vraiment dus. Puis pas juste, tu sais, nous, comme adultes, mais elle aussi, à un moment donné, à la fin, on se pilait vraiment sur les pieds. On était tous moins tolérants les uns envers les autres ou tu sais, ah non. Autant que ça a commencé où je pense qu'on l'a vraiment mieux apprécié que d'autres personnes, mais vers la fin, à un moment donné, c'était... On était dus. (Mère, 28 ans)

Plus le temps allait, plus les conflits augmentaient. Au début, c'était comme, on dirait que les gens, tout le monde a pris ça comme une pause, un *break*. Bon, bien, on va avoir le temps de prendre le temps. Mais là, ça s'éternisait. Là, ça devenait difficile. Là, oui, c'était plus, c'était plus difficile. (Mère, 37 ans)

5.2.3 Un vécu d'isolement social

Les données issues des entrevues indiquent que trois parents ont ressenti un manque de contact social avec leur réseau familial et amical. Bien que le développement des communications virtuelles ait permis de maintenir les liens entre les proches, des participants soulignent s'être sentis isolés et avoir ressenti le besoin de contacts en présence.

Bien je pense, oui, le plus de garderie puis le fait qu'on ne voyait plus nos proches – moi, ma famille est tout ici à Rouyn, donc ma sœur qui est la marraine de mon fils puis mes parents, on les voit à tous les jours ou presque. Tu sais, c'est rare qu'on passe une journée sans les voir. Fait que ça, je sais que ça m'avait marqué. (Mère, 25 ans)

Fait que ça, je te dirais qu'il y avait beaucoup de stress, puis d'isolement. Je pense que tout le monde s'est développé un peu plus au niveau des conversations vidéo. Moi, j'ai connu du monde qui ne faisaient pas ça du tout avant, puis maintenant le font par réflexe. Mais à un moment donné, ce n'est pas assez. (Mère, 28 ans)

Plusieurs participants rapportent également qu'eux-mêmes ou leur.s enfant.s ont souffert de ne pas pouvoir célébrer avec leurs proches certains événements, qui étaient aussi une opportunité de se réunir et de souligner des étapes de vie importantes, telles que les anniversaires, les rentrées scolaires, les graduations.

Bien... les événements. Ce qui me parlait le plus, c'était vraiment comme sa graduation au CPE, je n'ai pas pu être là. Tu sais, des événements un petit peu plus marquants où est-ce que je ne pouvais pas être là. Son entrée à la maternelle, la visite de l'école, des trucs comme ça. Oui, ça, il m'en a parlé dernièrement parce qu'on parle de l'entrée en maternelle de son petit frère. Puis, il dit : « Moi, je n'ai pas pu... Ça l'a marqué. (Mère, 23 ans)

On a continué à évoluer, à grandir, à vieillir pour certains aussi. Et je trouve ça dommage parce que c'est deux ans que quand ça a fait deux ans, j'ai fait : mon Dieu, ça fait déjà deux ans, mais j'ai quasiment l'impression qu'il ne s'est rien passé dans nos vies pendant ces deux années-là. Il n'y a pas eu d'anniversaires marquants, il n'y a pas eu de sorties marquantes. Tu sais, nous, pour la fête de la plus jeune à mon conjoint, souvent, c'est un petit bout, mais on faisait le 6 heures de route qui nous séparent de chez elle au complet pour aller la chercher et aller, par exemple, au Centre des sciences à Montréal ou aller... Parce que ça a été deux ans où on n'a pas pu le faire. Ça a été deux ans où on n'a pas pu le faire, puis ils grandissent tellement vite à cet âge-là. [...] Des opportunités manquées de temps en famille. (Mère, 28 ans)

5.2.4 Une distanciation entre les grands-parents et les générations plus jeunes

La majorité des participants (n=8) soulignent la distance qui s'est créée entre eux et leurs parents au cours de la pandémie, les personnes âgées étant alors plus vulnérables face à la maladie. Les mesures de distanciation physique ainsi que la peur d'être contaminé par le virus ont ainsi entraîné une diminution des opportunités de contact avec les grands-parents. Les participants mentionnent en particulier la distanciation avec les grands-mères.

Bien ma mère, elle est auto-immune. Ça fait qu'il faut faire très, très, très attention. Le moins qu'on avait un symptôme... elle, ça a pris du temps avant qu'on puisse la revoir. Elle avait peur. Elle voulait qu'on ait nos doses et tout. La mamie aussi, sur le bord de son père. Bon, c'était pareil sur le bord à papa. Ils sont moins malades. (Mère, 37 ans)

Parce que quand je dis que notre belle-mère, c'était compliqué avec sa propre mère qui est âgée et qui est en résidence, en plus. Elle était là quand même. Elle a pris les enfants

quelques fois, mais vraiment pas souvent, admettons, dans le gros, gros de la pandémie, parce que justement, ça la rendait nerveuse. Puis au début, ça la dérangeait moins parce qu'elle savait que la petite était ici enfermée avec nous, le risque était moindre. Mais quand elle a recommencé l'école, c'est là où ça l'a rendue plus nerveuse. (Mère, 28 ans)

Cinq parents rapportent notamment avoir vécu des tensions avec leurs propres parents, ces derniers étant réticents à côtoyer leur famille par peur d'être contaminés par le virus. Certains participants, ressentant le besoin de contact des enfants avec leurs grands-parents, se sont parfois sentis heurtés par la distance imposée par ces derniers.

Oui, ça je me rappelle que ça avait été conflictuel initialement. Parce que tu sais, des fois il allait là pour éviter de faire trop de route. Mais là, je me rappelle que sa mère était moins en accord avec ça, fait que là, elle voulait comme moins... [...] Je me rappelle une fois, Jacob, j'étais allée le porter là-bas, puis son papa était là, fait que là, il saute dans les bras son père. Puis après, il court vers sa mamie pour lui faire un câlin. Mais sa mamie, elle ne voulait pas. Ça m'avait brisé le cœur. [...] Elle, elle était inquiète pour sa propre santé, fait que je comprenais. Mais d'un autre côté, j'avais vraiment de la difficulté à voir ça. Parce que, pour Jacob, ça ne faisait aucun sens que sa mamie ne voulait pas lui faire un câlin. (Mère, 25 ans)

Ma mère était vraiment stricte, là, puis elle ne voulait pas nous voir, parce que les enfants étaient des vecteurs de... Tu sais, à un moment donné aussi, quand les enfants ont recommencé à aller à l'école, c'était comme « Il est possible qu'ils ramènent la COVID ». Elle ne voulait pas nous voir. (Mère, 38 ans)

Un parent souligne la perte de soutien perçu du fait de la distance imposée avec sa mère, qui était habituellement très présente auprès de ses petits-enfants.

Bien, il y avait justement ma mère, elle a tout le temps été très proche pour les enfants. Puis ça, ça a été vraiment difficile. Dans le fond, c'est ça qui a été le plus difficile. C'est qu'on ne pouvait plus compter sur elle, bien admettons, dans le confinement, tout ça, plus sévère. Puis elle, elle ne pouvait pas compter sur nous aussi. (Père, 40 ans)

Certains participants mettent en évidence le fait que leurs enfants, qui avaient un lien significatif avec leurs grands-parents, ont souffert de la diminution des contacts avec eux.

Tout le long, on l'a appelé, en fait le coquin virus, parce qu'on ne voulait pas l'alarmer avec ça. On ne voulait pas, donc on lui disait « Bien, il est rendu avec un coquin virus dehors, donc on ne peut pas sortir. C'est pour ça qu'il faut rester. C'est pour ça qu'on ne peut plus voir ma mamie ». Je pense que c'est ça qu'elle a trouvé le plus dur, de ne plus voir les mamies, les papis, là. (Mère, 29 ans)

On avait un voyage organisé pour aller chez les grands-parents qui sont à Sherbrooke. Puis, mon plus jeune, bien écoute, il était positif, ça fait qu'il a dû rester ici. Ça a été très dur pour lui de ne pas suivre. Mais, tu sais, il comprenait que c'était trop dangereux de contaminer grand-papa, puis grand-maman. Puis, à l'âge qu'ils sont rendus, c'est plus grave un peu. Ça fait qu'il a compris, mais ça a été dur. La pilule a passé très dur. (Père, 42 ans)

5.2.5 Le respect des consignes sanitaires : une source de tensions avec la famille élargie

Le contenu des entrevues révèle l'apparition de tensions, voire de conflits au sujet du respect des consignes sanitaires reliées à la pandémie de COVID-19, non pas au sein de la famille immédiate, mais davantage avec la famille élargie. Les parents rapportent que leurs proches ont adopté des positions parfois antagonistes au sujet du contexte sanitaire, ce qui pouvait être source de tensions entre les uns et les autres. Tandis que certains avaient une peur extrême du virus, d'autres avaient tendance à le nier en adoptant des positions proches du complotisme. Les participants décrivent donc des divisions entre des personnes très soucieuses du respect des règles sanitaires et d'autres plus méfiantes à l'égard du cadre imposé.

Tu sais, la COVID, c'était partagé. Il y a les gens qui y croyaient, puis les gens qui n'y croyaient pas. Fait que là, ça c'est sûr que ça a peut-être amené certaines tensions qui font que certaines personnes ont peut-être été moins soutenantes pour nous dans ces moments-là, puis moins compréhensives, respectueuses. Tu sais, de notre côté, il y avait un souci de respecter les consignes en place, puis d'autres pas tant. Fait que c'est sûr que ça amenait... Ils étaient présents, ils étaient soutenants pour nous, mais peut-être pas sur toutes les sphères. (Mère, 25 ans)

Pas de nous, pas nous, pas notre petite cellule à nous, nos quatre. Par contre, oui, avec les extrêmes, là, avec la... On va commencer avec la blonde de mon père, qui elle était très, elle avait vraiment peur, là. Donc on ne pouvait pas aller chez elle, même quand on pouvait, même, tu sais, quand les mesures commençaient à diminuer, on ne pouvait pas. C'était vraiment « Non, non ». Elle, elle a vraiment eu peur, contrairement la mère de mon chum qui elle n'a pas... Elle, c'est une complotiste, là. C'était vraiment, oui, fait qu'on avait vraiment les deux extrêmes, là. On avait une complotiste, puis une qui avait vraiment, vraiment peur, donc c'était difficile de... (Mère, 29 ans)

5.2.6 Le bouleversement des conditions de travail

Plusieurs mères décrivent un vécu difficile en lien avec leurs conditions de travail en contexte de pandémie. Une éducatrice de jeunes enfants raconte qu'elle ne s'est pas sentie en sécurité lorsqu'elle a dû continuer à travailler en CPE sans que toutes les mesures ne soient prises pour limiter la propagation du virus. Une autre participante déclare avoir été réticente à l'idée

de faire de la relation d'aide sur un mode virtuel. Une autre rapporte avoir souffert d'isolement en travaillant depuis la maison.

La relation d'aide, je faisais de la relation d'aide, bien, en télétravail. Moi là, j'étais, il n'est pas question que moi, je consulte cette façon-là. Moi, je ne voulais... Ah non, là, puis j'ai tellement détesté faire ça. Ça me demandait tellement de... On dirait que j'avais perdu tous mes repères. On dirait que je n'étais plus capable de faire mon travail. (Mère, 38 ans)

Mais après, je dirais, un mois complet à faire ça sans voir des gens, sans sortir, sans voir mes collègues, sauf par l'intermédiaire de Zoom et compagnie, là, le besoin de voir des gens commence à se faire sentir de plus en plus, puis là, ça commençait à devenir comme plus lourd, là. [...] Puis après ça, de plus en plus, ça a commencé à faire oui, bien, c'est long [...]. Ça fait que c'est vraiment plus difficile de trouver un équilibre parce qu'au début, c'est satisfaisant, parce que c'est productif. Mais après un certain temps, tu t'épuises. (Mère, 28 ans)

Plusieurs mères racontent que la reprise de leur activité professionnelle à distance dans un contexte où les enfants demeuraient à la maison a entraîné des problèmes de conciliation entre les exigences reliées à la vie familiale et celles reliées au travail.

Mais ça a été, tu sais, ça a été quelque chose quand même le travail, parce que mon chum, lui, il n'a pas arrêté longtemps. Il a arrêté un mois peut-être à peine. Ça fait qu'après ça, bien, puis en plus, notre garderie, c'est qu'elle n'a pas rouvert après la pandémie, donc elle, elle a profité de ce moment-là pour fermer. Donc on se retrouvé plus de garderie. Fait que là, je faisais du télétravail ici avec Zoé qui, à ce moment-là, avait 2 ans. C'était une gestion, on gérait du mieux qu'on pouvait. [...] Mais tu sais, la plupart du temps, je me souviens, j'avais mon gros calendrier, puis là « OK, bien, mon chum ne travaille pas. Là, moi, je suis en télétravail, donc je vais travailler de telle heure à telle heure ». Puis là, je travaillais le soir aussi, pour compenser le jour. (Mère, 29 ans)

Ça fait que c'est vraiment plus difficile de trouver un équilibre parce qu'au début, c'est satisfaisant, parce que c'est productif. Mais après un certain temps, tu t'épuises. Après un certain temps, ça devient comme plus difficile à la maison à gérer le ménage, à avoir le ménage qu'il faut faire, à gérer, tu sais, comme je dis, au début, il n'y avait pas vraiment d'école, tu sais, les premières semaines, mais quand ils ont commencé à avoir des cours en ligne et tout, il fallait jongler avec ça en même temps que le télétravail. (Mère, 28 ans)

Des participantes décrivent un épuisement progressif de leurs capacités d'adaptation, en lien avec l'instabilité du contexte et de la nécessité de se réajuster en permanence, en fonction de l'évolution des contraintes de l'environnement.

Parce qu'à un moment donné, tu rentres dans ton *beat*, dans ton rythme, puis tu es comme habitué. Bon, bien, tu le sais qu'il faut que tu ailles chercher les enfants à la garderie. Tu le sais qu'en arrivant, il faut que tu fasses ton souper. Là, c'est comme de se réadapter dans le feu de l'action, dans l'urgence. Puis de devoir s'adapter, là. Non, j'ai l'impression que ça m'a plus impactée, moi, au niveau de ma santé mentale parce qu'à un moment donné, j'avais hâte d'avoir un *break*! (Mère, 37 ans)

Je ne sais pas, moi, je l'ai vécu aussi, à un moment donné, quand je suis retournée au travail, l'épuisement de se réajuster constamment. Tu sais, au travail, là, les ajustements, puis « OK, tu sais, à un moment donné, *enough* » là. Tu sais, dans ma vie personnelle, dans ma vie au travail, dans ma vie avec les enfants, dans la famille, la gestion, tu sais comme « Woah, genre plus capable d'en prendre. Je peux-tu avoir quelque chose comme juste, tu sais, sans toujours être en adaptation? ». C'était comme plus un épuisement de ça aussi, bien pour ma part. (Mère, 38 ans)

Selon les données recueillies, plusieurs hommes ont repris le travail à l'extérieur de la maison plus tôt que leurs conjointes. Les défis liés à la conciliation entre le télétravail, l'école à la maison ou les soins aux enfants étaient donc majoritairement assumés par les femmes. Des mères décrivent ainsi un déséquilibre entre elle et leur conjoint dans la prise en charge des tâches liées à l'organisation de la vie familiale.

Des fois, j'étais fru, parce que je me disais – bien fru. J'étais comme « Ah, tu sais, moi, je me tape tout. Là, je suis ici, puis... », tu sais, c'est démotivant là. Mais en même temps, cette énergie-là qu'il allait chercher, il la ramenait chez nous, fait que, mais oui... Oui, oui, oui, oui, oui. Mais j'étais jalouse, là, à ce moment-là, j'étais comme « Je peux-tu sacrer mon camp, moi? Non ». (Mère, 38 ans)

Puis ça ressemble à ça, les défis qu'on a vécus. Puis ça, c'est plus moi. Tu sais, mon chum en a sans doute vécu d'autres, mais tu sais, lui, il a travaillé beaucoup à travers ça. Fait que tu sais, moi, je me retrouvais toute seule à la maison avec soi, tu sais Zoé, des fois, qui était ici, parce que les garderies fermaient ou quoi que ce soit, fait que j'étais beaucoup dans la maison, là. (Mère, 29 ans)

5.2.7 L'organisation de l'école à la maison : une source de stress et de difficultés

Parmi les parents d'enfants d'âge scolaire, quatre rapportent avoir vécu des difficultés en lien avec l'organisation de l'école à la maison. Les parents expliquent s'être sentis peu compétents dans l'accompagnement de leur.s enfant.s. Ce sentiment est relié à divers éléments : les enjeux affectifs dans la relation parent-enfant, le manque de connaissance perçu en pédagogie, ou encore le niveau scolaire du parent, perçu comme insuffisant. Les participants décrivent par ailleurs une baisse de motivation observée chez leurs enfants, ainsi que des obstacles matériels pour répondre aux demandes de l'école.

L'école à la maison, c'était horrible. J'avais l'impression qu'elle n'apprenait rien. Puis c'est là qu'on s'est rendu compte qu'on peut-être des bons parents, mais on n'est pas des profs. Puis nous qui dit quelque chose, ce n'est pas perçu non plus par les enfants de la même manière que quand c'est un enseignant dans un... Puis, tu sais, je veux dire, on n'est pas non plus nécessairement pédagogues. On a beau savoir ce qu'on lui montre, si elle ne comprend pas et que pour nous ça fait du sens, des fois, on ne sait pas tout le temps non plus comment lui reformuler ou comment le faire. Puis ça, c'était difficile,

puis ça apportait beaucoup de... Tu sais, je ne mentirais pas, il y a littéralement des choses qu'on laissait de côté dans les horaires que l'école nous fournissait parce qu'on n'y arrivait pas. Puis c'était juste une lourdeur, puis un stress pour autant la petite que pour nous autres, parce que c'était quelque chose, c'était vraiment quelque chose [...]. Ce n'est pas comme un professeur qui a une certaine distance. Ça fait que des fois, admettons qu'on pognait les nerfs plus vite, puis quand on pognait les nerfs, bien, la réponse était pire. (Mère, 28 ans)

Chez deux familles, le père se perçoit ou est perçu par sa conjointe comme moins apte à soutenir les apprentissages des enfant.s en raison d'un niveau de scolarité inférieure à celui de la mère ou de la belle-mère.

Écoute, on faisait ce qu'on peut avec le mieux de nos connaissances pour leur donner un coup de main, pour essayer d'avancer. Écoute, on n'est pas professeurs, mais on a fait du mieux qu'on pouvait. Puis, même nous, il a fallu se replonger pas mal dans... Écoute, si Caroline n'était pas là... quand qu'elle a fini son contrat dans le Nord, j'étais bien content d'avoir un coup de main parce que l'école à la maison, pour moi, c'est compliqué. Je n'ai pas eu une scolarité très élevée, ça fait que j'étais dépassé un peu par certains devoirs. Ça fait que, Caroline, quand elle est arrivée, elle a plus de connaissances aussi à ce niveau-là. Meilleure à l'école que moi probablement. Oui, ça, ça a été un gros stress pour moi. De l'anxiété, un peu d'anxiété de performance, « je vais-tu être capable de les aider ». (Père, 42 ans)

Ça fait qu'ils ont été laissés à eux-mêmes. On essayait de faire notre possible. Oui, moi, comment dire, j'ai un DEC, mais, tu sais, mon conjoint, lui, il avait juste un secondaire 2, 3. Ça fait qu'il avait beaucoup de misère à essayer d'enseigner à ses enfants les matières. Ça fait que c'était difficile, tu sais. Bien, il a fini par prendre plus le temps admettons avec ses enfants pour ce qui est école, mais il ne comprenait rien. Lui, ça augmentait beaucoup les frustrations avec son ex parce que, justement, elle travaillait dans les écoles. Ça fait qu'elle, c'était comme : « Non, il faut que tu t'assoies, il faut que tu fasses ci aux enfants. Ça, ça, ça, ça ». Puis lui, il était comme : « Je fais ce que ça me tente quand ça me tente! » Tu sais, oui, mais tu es en ligne quand son fils est en ligne, il prenait les présences, mais s'impliquer... comment dire? Il faisait, admettons, le minimum. Comme quand c'était les leçons le soir. Mais pour lui, c'était comme pas grave. Son enfant va avoir un bon métier même s'il ne finit pas l'école. (Mère, 37 ans)

Quatre parents rapportent que leur.s enfant.s avaient des difficultés à se motiver ou à se concentrer pour faire leurs travaux. Parmi ces parents, trois mentionnent qu'un de leur enfant présentait des difficultés d'apprentissages ou un trouble de l'attention avant la pandémie de COVID-19.

Les enfants trouvaient ça super difficile parce que tu es à la maison. Puis, le motiver à se mettre en avant de ton écran, à faire ce qu'il y avait à faire, ça a été assez ardu pour les motiver à le faire. (Père, 42 ans)

Les enfants, on a essayé de travailler des tableaux renforçateurs, admettons, pour qu'ils fassent leurs leçons. Parce que, tu sais, eux autres aussi ont commencé à être démotivés assez vite. (Mère, 37 ans)

Les entretiens mettent en évidence les difficultés matérielles rencontrées par les familles nombreuses. Un parent explique ainsi que l'organisation de l'école à la maison était compromise par le manque d'espace. Chez les familles avec trois enfants ou plus, la majorité des parents décrit avoir manqué de matériel informatique ou de connexion internet, ce qui a pu parfois compromettre les conditions d'apprentissage des enfants.

Et puis, j'ai trois enfants. Ça fait qu'il a fallu s'organiser avec les trois enfants pour les devoirs, les leçons, puis tout ça. S'ajuster. Parce qu'on faisait l'école à distance avec les portables, puis tout ça, pour être capable de faire les travaux scolaires des trois enfants. [...] Ici, écoute, on était quatre, des fois cinq. Ça tire du jus. C'était un peu compliqué. Ça fait que le matin, quand les enfants n'avaient pas de Teams, bien Caroline en profitait pour travailler le plus possible parce que justement le réseau n'était pas saturé. (Père, 42 ans)

Puis, bon, écoute, ça a été quelque chose. Dans le sens que, je n'ai pas vraiment d'ordinateur à la maison. J'en avais un, des fois, pour s'amuser, pour jouer. Là, il a fallu se réorganiser. Parce que là, moi, j'en avais quatre, hein? Ça fait que là, à l'école, les plus grandes avaient chacune un portable de prêt par l'école. Mais là, moi, mes deux derniers, c'est des jumeaux. Mais des jumeaux qui ne sont pas dans la même classe parce que j'en ai une qui avait doublé sa première année. Sauf qu'eux, l'école de mes enfants, prêtait un portable pour les deux enfants. Ça fait que là, je me suis patentée avec mon ordinateur pour qu'eux, tu sais, que chacun ait vraiment son environnement. Mais là, il fallait faire imprimer des documents. [...] C'était beaucoup d'adaptation, beaucoup de stress sur le moment. (Mère, 37 ans)

Plusieurs entretiens révèlent que la rupture avec le milieu scolaire a entraîné un retard dans les apprentissages des enfants, qui a eu des conséquences à moyen terme sur leur parcours scolaire. Le contexte a également amplifié les difficultés d'apprentissage des enfants qui présentaient déjà des besoins particuliers, notamment en raison de la perte des dispositifs d'accompagnement mis en œuvre à l'école.

Peut-être due au ralentissement scolaire, dans le sens que tous les apprentissages scolaires qu'ils ont manqués, tu sais, ça traîne encore. Ça fait que cette marque-là, ils la ressentent. Qu'ils ont eu un retard et qu'il faut qu'ils rattrapent. Mais déjà, en ayant des difficultés avec l'apprentissage, pour eux, déjà à la base, ce n'était pas facile. Mais, on avait réussi à les amener à un niveau, où est-ce que c'était convenable. Là, le retour, ça a ébranlé beaucoup le manque de confiance en eux, de leurs capacités. Ça fait qu'ils ont... tu sais, ces fondations-là ont été ébranlées, puis on le ressent encore aujourd'hui, dont ils ont doublé quelques cours. (Père, 42 ans)

Résultats scolaires, par exemple, ça je pourrais dire, ça a été plus difficile. [...] Ma deuxième, elle, ça a été plus difficile. Elle est plus sensible. Elle a le côté social un peu plus développé, plus artiste. Elle, ça a été difficile. Ça a dégringolé un petit peu ses affaires. Après ça, je te dirais les jumeaux, eux autres, mon fils, il est TDAH. [...] Mais celle je trouve qui a été le plus touché, c'est sa jumelle. Parce qu'elle est dyslexique. Elle

avait beaucoup d'aide à l'école, dans des groupes de soutien, de lecture, etc. Puis, là, on est tombé à « pouf », plus rien d'un coup. Quand elle, elle, est retournée à l'école, là, j'ai vu qu'il y avait effectivement eu une bonne différence. Parce qu'elle n'avait plus rien, rien, rien du tout de ça. Ça fait qu'elle a comme perdu des acquis sur lesquels elle travaillait déjà fortement. (Mère, 37 ans)

5.3 Les défis spécifiques vécues par les femmes en période pré et post-natale

5.3.1 Le manque de contacts et de soutien sociaux

La majorité des femmes de l'échantillon ayant vécu une grossesse et un accouchement entre 2020 et 2021 mentionnent avoir manqué de contact et de soutien social en période pré et post-natale, en raison des mesures d'isolement reliées à la pandémie. Une mère reconnaît avoir transgressé les règles afin de maintenir les contacts avec sa famille après la naissance de son bébé. Une autre mère mentionne ne pas avoir eu l'opportunité de voir sa mère et sa sœur pendant sa grossesse. La même participante rapporte qu'elle aurait souhaité avoir davantage de contacts avec d'autres mères en période postnatale et décrit les limites des rencontres de groupe virtuelles, notamment le faible nombre de participantes.

Ce que j'ai trouvé vraiment difficile, c'était quand on est arrivé pour le *shower*, en fait, là, quelques semaines avant mon *shower*, ils ont fermé l'Abitibi. Donc là, je me dis, parce que moi, ma mère et ma sœur sont à l'extérieur. Donc là, je me disais « Je ne pourrai pas voir ma mère ni ma sœur enceinte. [...] Tu sais, je n'ai pas pu aller, tu sais, moi, je voulais faire des cours, aller faire du yoga, aller à la Maison de la famille, tout ça. Je me suis inscrite à la Maison de la famille. Finalement, l'été c'était fermé quand ma fille est née. Donc j'attendais septembre, en septembre, ça a fermé. Après ça, quand j'ai réussi à m'inscrire au mois de novembre, les mesures ont remonté, donc c'est tombé en Zoom. Donc tu sais, j'ai trouvé ça difficile de ne pas pouvoir voir d'autres mamans avant d'accoucher aussi. (Mère, 29 ans)

Je te dirais, c'est surtout l'isolement. Tu sais, dans ma tête, je voyais ça beau, mon congé de maternité. Tu sais, je vis à 8 heures de route de toute ma famille, ça va faire cinq ans que je suis en région ici. Fait que tu sais, je me voyais pouvoir quitter plus souvent. Tu sais, c'était ma dernière année, bien, si on peut dire, avant que ma fille commence l'école. Ça fait que je n'avais pas de routine d'école, je n'avais pas de routine de travail, fait que je me voyais vraiment sur n'importe quel coup de tête, je peux partir, m'en aller voir ma cousine, m'en aller voir ma grand-mère, m'en aller voir mes parents. Puis je vais passer tout mon congé sur la trotte à voir tout le monde, puis à vraiment comme faire le plein d'énergie, puis de souvenirs familiaux. Puis finalement, je me suis ramassée enfermée entre quatre murs avec ma petite famille à avoir peur de faire l'épicerie. Fait que c'était vraiment l'opposé de ce à quoi je m'imaginais. (Mère, 28 ans)

5.3.2 L'inquiétude reliée aux impacts de la pandémie sur la grossesse et la santé du bébé

Plusieurs mères expliquent que le fait d'être enceinte les a rendus particulièrement inquiètes face à la maladie. Cette inquiétude était liée à l'incertitude quant aux effets potentiels du virus sur la santé du fœtus et du bébé. Certaines mères rapportent que la peur d'être contaminée a augmenté leur isolement, car elles souhaitaient réduire au maximum leur exposition au virus. Une mère raconte qu'elle s'est sentie inquiète à l'idée de ne pas pouvoir être accompagnée par son conjoint lors des rencontres de suivi de grossesse.

Je suis infirmière. Habituellement, je suis capable de relativiser, mais là je te dirais j'étais à fleur de peau. Sur les émotions, sur les hormones dans le tapis, un peu en dehors du réseau aussi, du fait que j'étais en congé de maternité. Fait que je te dirais, j'étais très, très, très anxieuse. Mon conjoint me trouvait un peu parano sur les bords. Dans le sens que je refusais de sortir faire l'épicerie, moi, j'allais le bébé, puis c'est lui qui devait sortir. Je gardais les enfants à la maison, puis on se restreignait vraiment au minimum. Puis lui, il était là « Bien là, tu peux sortir à l'épicerie avec moi ». Non. Moi, j'allais, j'ai le bébé. Mon bébé, j'ai beau l'allaiter, elle n'a même pas un mois de vie, elle n'a pas de système immunitaire. On parle de quelque chose qu'on ne connaît pas aux nouvelles. C'est hors de question que je m'en aille vers quelque chose qu'on n'a aucune nouvelle, qu'on ne sait pas c'est quoi. (Mère, 28 ans)

Moi, j'avais mon bébé qui était dans mon ventre. C'était encore plus stressant. [...] Mais c'est sûr que je ne voulais pas voir personne. Il y en avait qui se voyaient quand même, malgré la pandémie. Moi, j'avais peur pour mon bébé. Je me souviens être restée tout le temps, tout le temps scotchée à la télé, puis à savoir mes rendez-vous, mon conjoint, est-ce qu'il peut m'accompagner? C'était beaucoup de stress par rapport à la grossesse versus mon grand de quatre ans, ça me stressait plus ou moins. Il était à la maison, puis c'était correct. (Mère, 23 ans)

5.4 Les impacts psychosociaux vécus par les enfants selon la perception des parents

L'ensemble des participants mentionne que l'isolement social a eu des impacts sur le bien-être de leur.s enfant.s. Ces impacts sont surtout décrits chez les enfants appartenant à deux groupes d'âge : les enfants d'âge préscolaire (0-5 ans) et les adolescents. Les parents rapportent des difficultés émotionnelles chez tous les enfants, quel que soit leur âge, mais aussi des impacts plus spécifiques à chaque groupe. Chez les enfants d'âge préscolaires, les parents rapportent que l'isolement social a compromis le développement ou le maintien de certaines habiletés. Chez les adolescents, plusieurs parents décrivent plutôt l'apparition de problèmes de santé mentale, tels que des symptômes anxieux ou dépressifs. D'après les

données recueillies, plusieurs parents rapportent une augmentation importante du temps passé devant les écrans, quel que soit l'âge des enfants.

5.4.1 L'augmentation du temps passé devant les écrans

Quatre parents mentionnent une augmentation du temps passé devant les écrans chez leurs enfants. Deux d'entre eux précisent que ce changement a perduré dans le temps, au-delà de la pandémie de COVID-19. Plusieurs facteurs sont mentionnés par les participants pour expliquer ce changement dans les habitudes de leurs enfants : l'augmentation du temps passé à la maison, l'utilisation des ordinateurs dans le cadre de l'école à distance, le besoin de maintenir les liens avec les pairs via les médias sociaux, ainsi que les défis de la conciliation travail-famille qui ont entraîné un lâcher-prise des parents concernant l'usage des écrans.

Bien là, c'est sûr qu'il y avait le temps d'écran. Ça, c'était beaucoup plus de gestion. Parce que quand il était à la garderie, il n'y avait pas de temps d'écran. Puis quand on revenait à la maison, on ne s'était pas vus de la journée, donc on en profitait pour jouer à un jeu puis faire la routine. Fait qu'il y avait peu de temps d'écran. Mais là, en étant constamment à la maison, c'est sûr que c'était plus accessible, fait qu'il y avait plus de gestion à ce niveau-là pour ne pas justement qu'il passe des longues périodes à juste regarder la télé, là. (Mère, 25 ans)

Bien, tu sais, parce que même ça, ça a été une justement une période où on a beaucoup perdu le contrôle du temps d'écran, là, c'est devenu un peu... Parce que nous autres aussi, il fallait travailler un petit peu à la maison. Et puis là les enfants, il y avait de l'école aussi en Zoom puis avec Teams puis tout ça, fait que tu sais, à un moment donné, il y a eu comme une espèce de gros lâcher-prise général sur le temps d'écran. On l'a vraiment échappé. Oui, ils ont commencé à utiliser ça, beaucoup, beaucoup. Ça fait que là, après ça, on n'est jamais retourné en arrière. Parce que là, une fois qu'ils ont connu ça, là, j'ai l'impression que ça a comme accéléré, peut-être un peu, aussi l'espèce de dépendance à ces médias-là pour communiquer avec les amis. (Père, 40 ans)

5.4.2 Les conséquences du manque d'interactions sociales

5.4.2.1 Chez les enfants d'âge préscolaire

Les parents rapportent que l'isolement lié au confinement a été vécu difficilement par leur enfant d'âge préscolaire et a eu impact sur son développement psychosocial. Un parent décrit en effet une perte d'autonomie chez son fils de 2 ans, à la suite de l'interruption de son accueil en garderie. Un autre parent rapporte que son bébé a connu des difficultés

d'adaptation lors de son intégration en CPE, qu'il relie au manque d'opportunités de contact social avec d'autres personnes que les membres de la famille.

Bien, disons, admettons qu'on allait aller dehors, bien normalement, si on partait pour la garderie, bien, il s'habillait seul. Mais là, admettons on disait « on va aller jouer dehors », bien là, il fallait l'aider, l'accompagner dans l'habillement. Alors que c'était acquis pour lui. [...] C'est ça, oui, plus dans les transitions. Puis c'est ça, des choses qu'il était déjà en mesure de faire que, là, il y avait besoin de plus d'accompagnement qu'avant. (Mère, 25 ans)

Pas présentement, mais quand Alexis a commencé le CPE, ça a été quand même plus difficile parce qu'on était tout le temps, tout le temps, tout le temps ensemble. On ne voyait pas beaucoup de personnes encore pendant un petit bout pendant sa vie, au début, parce que c'est un bébé en pandémie, mois de juin, tu sais, clairement. Ça fait que je pense que ça a été un petit peu plus difficile de ce côté-là plutôt que l'intégration de mon plus grand. (Mère, 23 ans)

Une mère souligne l'isolement qu'elle a vécu au cours des premiers mois de vie de son nouveau-né. Elle s'interroge sur les conséquences que cet isolement a pu avoir sur sa relation avec son enfant et sur le tempérament de ce dernier. Elle explique que son nouveau-né a eu peu d'interactions avec d'autres personnes qu'elle et qu'elle répondait très rapidement à ses besoins.

Il fallait que je me parle, je me résonne, que je relativise. Lyam était bébé, il n'y a personne qui ne l'a jamais pris, cet enfant-là. C'est un bébé COVID. C'est un bébé... c'est ça. C'est un bébé qui a été enfermé à sa naissance. Ça fait que ça a été de faire mon deuil de ça, faire le deuil du congé de maternité que j'aurais souhaité. Mais je ne sais pas à quel point ça a changé la façon, le tempérament que mon bébé aurait pu avoir. Mais tu sais, Lyam, c'est un bébé très collé sur maman qui avait énormément de coliques, qui dormait énormément mal la nuit. Un bébé 100 % allaité. Dès qu'il pleurait, j'allais le prendre, j'allais m'en occuper. Puis c'était comme tout de suite, sinon ça allait escalader. Puis il n'y avait pas personne d'autre qui pouvait embarquer dans ma bulle. (Mère, 28 ans)

5.4.2.2 Chez les enfants vivant sans autre enfant dans le foyer

L'ensemble des parents qui décrivent des conséquences de l'isolement sur le vécu émotionnel et le développement de leur jeune enfant n'avait qu'un seul enfant au foyer au moment du confinement. Deux d'entre eux se sont sentis préoccupés par le manque d'interactions de leur enfant avec des pairs du même âge. Les conséquences de l'isolement pourraient donc avoir été plus importantes chez les enfants n'ayant aucune opportunité de contacts avec des pairs du même âge.

Pour lui, c'était difficile. Il était quand même tout petit, fait qu'il ne comprenait pas trop pourquoi on n'allait pas les voir, qu'est-ce qui se passait. Puis là, c'est un peu difficile

de lui expliquer. Fait qu'il y a eu ça, le fait qu'on ne voyait plus la famille, puis la garderie aussi. Jacob était à ce moment-là enfant unique, donc il n'avait aucun autre contact avec d'autres enfants. Il était constamment avec nous, ce qui lui plaisait. Mais pour moi, c'est sûr que je me questionnais un peu s'il trouvait ça plate, en fait, de ne pas intervenir avec d'autres enfants. (Mère, 25 ans)

C'était la seule enfant qui vivait avec nous à l'époque parce que le reste de sa fratrie de demi-sœur et sœur habitent avec leur mère dans une autre région. Fait que nous, on essayait de mettre l'accent pour qu'elle se fasse des amis, que ce soit dans le quartier ou que ce soit à l'école pour pouvoir aller jouer avec la fin de semaine, ou pour pouvoir les inviter la fin de semaine. Puis là, on ne pouvait pas, on ne pouvait pas du tout. Elle était complètement barrée de ça au niveau social. Puis je sais qu'elle trouvait ça difficile en étant justement la seule enfant à ce moment-là. (Mère, 28 ans)

5.4.2.4 Chez les adolescents

Sur un total de cinq parents d'adolescents, quatre soulignent que leur.s enfant.s ont vécu difficilement le fait de ne plus pouvoir côtoyer leur réseau amical. Les parents décrivent deux principales stratégies alors utilisées par leurs enfants afin de briser l'isolement : l'utilisation des médias sociaux et la renégociation des règles en vigueur afin de bénéficier de contacts en personne.

Bien oui, je me rappelle que, c'est ça, ils avaient vraiment envie de voir leurs amis. Je me rappelle qu'ils essayaient de nous convaincre là. « Bien là, on pourrait aller voir peut-être un ami ». « Ah bien là, il paraît que tel parent, lui, il veut ». Puis là, tu sais, là, à un moment donné, ils se mettaient à s'organiser des trucs comme « ah bien avec telle famille, on pourrait décider de voir juste un ami, puis ça serait toujours le même ». Puis tu sais, c'est un peu ça qu'ils s'organisaient avec les parents. Comme « on pourrait peut-être juste voir un ami, toujours le même. Puis ils sont dans la même classe de toute façon ». Puis tu sais, là, ils avaient toutes sortes d'arguments. Je m'en rappelle que les enfants, ils argumentaient là-dessus. Ça fait que ça, je sentais qu'ils essayaient de... les enfants essayaient, tu sais, naturellement de... Ça, ça les affectait. Oui, tu sais, je sens que ça les affectait. Ils avaient vraiment envie de voir du monde. (Père, 40 ans)

Mais c'est sûr qu'eux autres aussi ça leur créait du stress. Ils avaient beaucoup de peine parce qu'ils ne pouvaient plus voir leurs amis. Ça a été bien, bien, bien difficile. De là, on essayait de *FaceTimer* les amis pour qu'ils puissent continuer à se parler ou se voir d'une certaine manière. Je pense que les Teams avec l'école leur permettaient au moins de rester en contact avec leurs amis, parce que je pense que c'est ça qu'ils trouvaient le plus difficile. C'est sûr d'être coupé, d'avoir l'impression d'être coupé du monde entier. « Maman, quand est-ce que ça va revenir à la normale? Maman, est-ce que je vais pouvoir revoir mes amis? » (Mère, 37 ans)

5.4.3 La santé mentale perçue des adolescents en contexte de pandémie de COVID19

Sur les cinq parents d'adolescents, deux décrivent l'apparition de symptômes dépressifs chez un ou plusieurs de leurs enfants. Une mère explique ainsi avoir observé une perte d'élan et de motivation chez sa fille, qui a perduré dans le temps.

Bien, je dirais plus des symptômes dépressifs, là. Oui, surtout chez ma plus grande. [...] Il y avait un peu de, bien, ça dure depuis ce temps-là, je pense, manque de motivation, envie de ne rien faire. On dirait que ça a comme un peu alimenté ça. [...] Fait que ça, c'est plus après, oui. C'est plus après que j'ai senti, surtout chez la plus grande, oui, une lassitude, manque de motivation. Puis tu sais, c'était comme si « Oh, bien, tu sais, finalement, l'école, c'est-tu vraiment nécessaire? Parce que genre, bien finalement, ce n'était pas nécessaire à ce moment-là ». Mais tu sais, je veux dire, elle veut y aller là, ce n'est pas un combat, mais c'était comme si, tout à coup, ça remettait les choses en perspective; chose qui ne devrait pas arriver à cet âge-là. [...] C'est comme si, tu sais, elle a moins une hygiène de vie. Oui, l'hygiène de vie, là, c'est difficile à reprendre. Il n'y a pas de motivation intrinsèque fait que là, à un moment donné, quand tu as 18 ans, bien là, à un moment donné, tu sais, je veux dire, tu sais, comme moi, je vais me chicaner avec elle à tous les jours, là. (Mère, 38 ans)

Des parents rapportent en outre qu'un ou plusieurs de leurs enfants ont eu de la difficulté à se réadapter lors du relâchement des consignes sanitaires et ont vécu du stress ou de l'anxiété au moment de retourner à l'école. Ces mêmes parents décrivent une certaine vulnérabilité qui préexistait chez l'enfant et qui a été amplifiée par le contexte de la pandémie de COVID-19.

Oui, ils ont le tempérament comme ça. La gêne, puis ils ont de la misère à s'exprimer. On a un gros problème à s'exprimer dans ma famille. Ça fait que c'est, je pense, c'est génétique. Ça fait que ça les a affectés à ce niveau-là. Tu sais, la communication, ça été dur retourner à l'école parce que, tu sais. C'est ça. Ça fait que là, avec tout ce qui se passait autour, retourner à l'école, bien, il y avait un stress. Ils étaient anxieux de retourner en classe parce que, là, il y avait des protocoles, tu sais, le masque, puis tout ça, puis... (Père, 42 ans)

Tu sais, ma fille, elle fait beaucoup d'anxiété et puis elle en faisait déjà beaucoup avant la pandémie. Tu sais, elle était... elle avait beaucoup de pensées, là, des pensées anxieuses, là tu sais, même sur comme la fin du monde. Ça, ça la hantait beaucoup, beaucoup. Tu sais, même, il y a longtemps. Fait qu'avec la pandémie, je pense qu'au niveau social, elle est devenue peut-être plus anxieuse. Je me rappelle que le masque, là, je pense que le masque, elle a eu de la misère à s'en débarrasser un petit peu, tu sais. Oui, j'ai l'impression que, peut-être, pour elle... Je ne lui en ai jamais parlé directement, mais j'ai l'impression qu'elle aussi, ça la stressait un peu. Fait que je pense que ça a... Mais là je pense que là, là présentement, je pense que c'est fini, mais ça s'est fait graduellement. Ça ne s'est pas fait, tu sais, du jour au lendemain, quand les masques ont été finis, ça a pris un petit bout de temps... Et puis aujourd'hui encore, elle vit avec beaucoup d'anxiété à l'école. Puis je me demande si, justement, la pandémie ça ne pourrait pas être une cause de ça. Peut-être. Oui. (Père, 40 ans)

5.5 Les changements observés dans la relation parent-enfant

Selon les témoignages des participants, les premières semaines du confinement ont été globalement bien accueillies, l'arrêt des activités ayant permis de passer du temps en famille. Les parents rapportent une augmentation de la proximité et des interactions avec leurs enfants. Dans un contexte d'isolement social, ils se décrivent comme les interlocuteurs privilégiés de leurs enfants et soulignent l'intention qu'ils ont eu de protéger ces derniers des effets d'un climat général vécu comme anxiogène.

5.5.1 Le confinement : une période vécue comme un moment de répit familial par la majorité des parents interrogés

La majorité des participants (n=7) expliquent avoir vécu la période de confinement comme un moment de répit familial. Les parents décrivent en effet leur quotidien comme habituellement très chargé et soulignent qu'ils manquent de temps pour passer des moments de qualité en famille. À cet égard, ils rapportent avoir mis à profit les premières semaines de confinement pour partager des moments ensemble, avoir des activités privilégiées avec leurs enfants.

Ce qui m'a le plus marqué... Bien pour vrai, je pense que c'est vraiment... Ça nous a fait... bien toute la famille – bien toute la famille, peut-être moins les enfants – mais admettons moi puis ma blonde, ça nous a fait remarquer, ça nous a fait prendre conscience que, en fait, tout le monde avait besoin d'une pause. Tu sais, un peu le rythme effréné de la vie, là. Puis là, quand tout arrête, sur le coup, ça fait comme du bien un peu. Ça a fait comme « ah... », tu sais. Finalement, peut-être que tout le monde est un peu content, chacun chez soi à juste prendre une pause, là. C'est ce qui m'a le plus marqué. (Père, 40 ans)

Dans notre cas, quand ça a été annoncé initialement, ça a été annoncé comme un deux semaines initialement, on l'a bien pris parce que ça faisait longtemps, je pense, dans nos vies. Autant la petite de mon conjoint, elle a 10 ans maintenant. Je pense que ça nous a fait du bien de se retrouver en famille sans être obligés d'aller au travail. (Mère, 28 ans)

5.5.2 L'augmentation de la communication enfant-parent

Dans plusieurs entrevues, les parents racontent avoir été les interlocuteurs exclusifs de leurs enfants dans le contexte des premières semaines de la pandémie de COVID-19. À ce titre, deux parents décrivent s'être sentis en difficulté pour répondre aux nombreuses questions des enfants par rapport au contexte de la pandémie. Les parents n'étaient en effet pas en mesure de donner des informations claires aux enfants, ce qui ne permettait pas de les rassurer.

Ce que je me souviens, c'est qu'eux autres, c'est comme s'ils avaient l'impression que c'est des choses que nous autres on avait déjà vécu comme parents, tu sais. Puis, ils nous posaient souvent des questions comme « ah bien là, quand on va être rendus à telle étape, qu'est-ce qu'on va faire? » Puis tu sais, ils nous posaient beaucoup, beaucoup de questions, comme si on savait exactement où on s'en allait, nous autres. Puis tu sais, on avait beau leur expliquer, « bien, on ne sait pas, c'est la première fois qu'on vit ça ». Tu sais, on leur a dit « tu sais, ça arrive peut-être une fois aux 100 ans, quelque chose comme ça, puis on n'a aucune idée, tu sais. On essayait de les rassurer et tout ça, mais je voyais qu'ils se posaient beaucoup de questions. (Père, 40 ans)

C'est sûr d'être coupé, d'avoir l'impression d'être coupé du monde entier. « Maman, quand est-ce que ça va revenir à la normale? Maman, est-ce que je vais pouvoir revoir mes amis? Maman, si je suis malade, je vais-tu mourir? » De devoir répondre à des questions qui semblent banales. Mais, pour eux autres, ils ne savent pas à quoi s'attendre. Puis, en même temps, c'est difficile comme parent de répondre. Parce que quand tu ne sais pas à quoi t'attendre non plus, c'est un petit peu difficile de donner les bonnes réponses. [...] Puis, un peu comme je disais tantôt, ce qui était véhiculé, ce qu'on voyait vraiment à la télé, c'était les cas les plus lourds, les plus importants, les décès. Ça fait que les enfants avaient peur. « Maman, est-ce que tu penses que mes amis vont tous survivre? » Oui, ça, c'était un petit peu. (Mère, 37 ans)

Conscients de la sensibilité des enfants aux émotions de leurs parents, au climat familial et aux événements reliés à la pandémie, plusieurs participants mentionnent avoir fourni un effort particulier pour modérer leurs propres réactions ainsi que les informations transmises aux enfants, afin de diminuer le niveau d'inquiétude de ceux-ci.

Bien, clairement que si moi et mon conjoint on avait été très anxieux, on était quand même, on essayait du moins d'être le plus relax possible. [...] Ça fait que je pense que ça a beaucoup aidé parce que clairement qu'elle était très affectée par notre propre niveau d'anxiété ou de fatigue, ou d'écoeurement entre guillemets, là. Puis, quand on s'est rendu compte de ça, bien, on essayait de se moduler nous-mêmes pour justement, et on voyait que c'était direct, c'était vraiment direct. [...] Elle copiait un peu l'attitude qu'on avait, fait que nous, on a travaillé notre attitude par rapport à ça. (Mère, 28 ans)

Puis, tu sais, comme je disais, on ne voulait pas créer de psychose. Ça fait qu'on ne leur disait pas nécessairement qu'est-ce qu'il en était, puis, les extrêmes. On n'a pas été extrémiste dans le genre, on ne sort plus, puis on ne voit plus personne, puis on ne se touche plus. On n'a pas été dans ces extrêmes-là. On croit à la chose, puis il y a une partie qui est normale aussi. Écoute, ça arrive. Si on est dus pour l'avoir, bien écoute, on l'aura, ça sera... mais on ne fait pas exprès pour l'avoir. Puis, c'est ce qu'on a expliqué aux enfants aussi. Puis, on était comme ça, « écoute, ça peut arriver. » [...] Moi, ce que j'ai trouvé le plus dur dans tout ça, c'est de ne pas tomber dans la psychose. Tu sais, de dire, « calvaire, c'est un microbe. Probablement qu'on peut l'avoir, mais comme on n'en mourra pas nécessairement. » Tu sais, de ne pas tomber dans la psychose de dire, « asti, on va tous mourir, c'est l'apocalypse. C'est la fin du monde. C'est ça. (Père, 42 ans)

Trois parents expliquent avoir fourni un effort particulier pour rendre l'information accessible à leurs enfants, en répondant à leurs questions et en adaptant le contenu à leur niveau de compréhension.

On est quand même une famille où est-ce qu'on parle beaucoup, beaucoup des nouvelles. À chaque jour, on en parle. On écoute les nouvelles, puis souvent, on en parle avec les enfants. On n'a pas essayé de rien, rien leur cacher, jamais. Même s'ils étaient assez jeunes, on est quand même... (Père, 40 ans)

Puis, tu sais, on a pris un temps pour expliquer aux enfants ce que ça faisait un virus. Tu sais, c'est exponentiel. Un en contamine, admettons, deux, puis les deux contaminent. Ça fait que, tu sais, dès le départ, on a expliqué aux enfants, avec un schéma bien simple, qu'est-ce que c'était, puis qu'est-ce que ça impliquait. Ça fait qu'à tous les jours, on regardait le résultat des cas de COVID. Puis, on a gardé des informations un peu pour nous, pour ne pas inquiéter trop les enfants. Tu sais, à un moment donné, c'était fou. La flèche, elle montait, ça n'arrêtait plus. Ça fait que, tu sais, on a expliqué aux enfants qu'est-ce qu'il en était, puis ils comprenaient aussi. (Père, 42 ans)

Selon trois participants, les événements reliés à la pandémie ont suscité des discussions, augmentant ainsi les opportunités d'échanger entre les membres de la famille. Certains parents rapportent que les polémiques issues du contexte sanitaire ont été une occasion d'échanger des points de vue en famille et d'exercer le jugement et l'esprit critique des enfants. La fiabilité des informations reçues, le respect des consignes sanitaires, la pluralité des points de vue autour d'une question sont des thèmes qui ont été abordés en famille.

Puis des fois, c'est des questions que je dis, tu vas avoir des réponses variées, tu peux prendre toutes les réponses, puis te faire ta propre idée. Qu'est-ce que tu trouves que toi qui fait le plus de sens ou qui est le plus crédible? Mais j'ai dit « tu vas poser la même question à plusieurs personnes, puis des fois, tu vas avoir plein de réponses différentes. Il faut que tu sois capable d'écouter les réponses des autres quand même, parce qu'ils ont peut-être tous un petit peu de vrai. Puis ils ont peut-être tous un petit peu de faux aussi. (Mère, 28 ans)

Tu sais, on en parlait avec les enfants, tu sais, puis ça suscitait des discussions, tu sais. Parce que des fois, ils disaient « ah, une telle amie, sa mère a dit telle affaire, que le

vaccin c'est pour contrôler les gens » ou, tu sais, des choses comme ça. Fait que là, on revenait là-dessus, tu sais, puis on en discutait. Et puis, je pense qu'en général, on se servait de toutes ces actualités-là aussi pour développer l'esprit critique des enfants aussi, là, tu sais. Fait que ça, on en parlait quand même souvent. (Père, 40 ans)

Deux parents mentionnent que les enjeux reliés au contexte sanitaire ont également été l'occasion de transmettre certaines valeurs à leurs enfants, telles que le droit au consentement, le respect d'autrui et la solidarité.

Oui, écoute, admettons, les consignes, des mesures, mais aussi beaucoup : toi, qu'est-ce que tu en penses? Tu sais, c'était déjà arrivé qu'elle nous dise à un moment donné probablement qu'elle l'a entendu en quelque part, là, tu sais. Mais « moi, je pense qu'il devrait obliger à tout le monde le vaccin ». Sûrement que c'est quelqu'un qui a dit ça en quelque part, tu sais. Ah oui? Puis là, on parle des soins de santé, on parle de l'âge de consentement à 14 ans pour les soins médicaux. [...] Fait que tu sais, on a essayé de lui faire voir, c'est correct le vaccin, mais tu sais il faut respecter aussi les autres, tu sais. (Mère, 28 ans)

Ça a amené beaucoup de débats à la table. On a parlé pas mal de ce qui se passait un peu partout, justement, toutes ces choses-là. Puis, tu sais, c'est un peu égoïste de dire, « moi, je ne me fais pas vacciner. Je ne crois pas à ça. » Tu sais, le masque, puis tout ça, tu sais, *fuck* ça. Ça fait que, tu sais, c'est comme, OK, tu es égocentrique en calvaire. Tu sais, si tu ne le fais pas pour toi, fais-le pour les autres. Tu sais, il y en a qui sont plus à risque, les personnes plus vieilles, puis tout ça. [...] Tu sais, le masque, tu le mets pour les autres. Ça fait que, ne sois pas égoïste. Ne pense pas juste à ta personne. Protège les autres. C'est à ça que ça sert le masque. Puis, nos enfants ont compris. (Père, 42 ans)

5.5.3 L'augmentation de la proximité enfant-parent

Trois parents racontent que l'arrêt des activités relié à la pandémie leur a permis de partager plus de proximité avec leur.s enfant.s. Les participants soulignent les bienfaits de ces échanges sur la relation parent-enfant.

On avait beaucoup plus de temps ensemble, de temps de qualité aussi, parce que tout était sur pause fait qu'on n'avait rien à presser, fait que j'avais vraiment l'impression d'avoir une belle proximité avec lui. Pas que je n'en ai pas en ce moment où je n'en avais pas avant, mais là, c'était encore plus. Il était beaucoup colleux à ce moment-là. Fait que je me rappelle, admettons on voulait écouter des films ou il voulait dormir dans notre lit. Fait que, oui. (Mère, 25 ans)

Nous, notre contexte est un peu spécial dans le sens où est-ce que j'étais enceinte en plus. Puis il était enfant unique. Ça n'a pas changé. On a juste pesé sur pause. J'ai aimé la pandémie. C'est étrange. Dans le sens où est-ce qu'on était dans notre petit cocon. Puis on a préparé la chambre du bébé ensemble, puis, tu sais. On a juste eu plus de temps pour s'aimer avant que bébé arrive. (Mère, 23 ans)

5.5.4 L'augmentation des activités partagées

Cinq parents décrivent que, dans le contexte du confinement, ils se sont sentis privilégiés de faire plus d'activités que d'habitude avec leur.s enfant.s. Les participants racontent également qu'ils ont eu l'opportunité de prendre davantage soin des enfants plus jeunes en les soutenant dans leurs acquisitions.

Pendant qu'on est vraiment fermés, là, c'est sûr que tu sais, on organisait des trucs avec la petite. On lui a fait, tu sais, on en a servi pour la mettre propre. Tu sais, ça a été des moments qui ont servi à ça. Fait que tu sais, on a passé vraiment beaucoup de temps en famille à, tu sais, on faisait des activités. On allait faire juste des promenades en voiture. Tu sais, on a passé beaucoup de temps avec elle à faire des trucs, là. (Mère, 29 ans)

On a commandé des boîtes sensorielles, je ne sais plus. En tout cas, on a commandé quelques boîtes. On a fait des bricolages, on a fait des cabanes. Tu sais, les deux, je pense qu'on se mettait à la tâche pour qu'il ne voit pas qu'on tourne en rond jour après jour, tu sais. (Mère, 23 ans)

Les parents d'enfants d'âge scolaire et d'adolescents racontent avoir partagé des moments de plaisir en famille, à travers des activités telles que la cuisine, la musique ou le sport.

Justement, tu sais, eux autres, ils regardaient, sur Tik Tok des recettes improbables. Là, on faisait ça, on essayait de trouver les ingrédients, parce qu'il n'y a pas toujours les ingrédients. Mais tu sais, il y a des moments comme ça, on faisait des karaokés dans la cave, tu sais, c'était comme, il y a quand même des moments où est-ce que, tu sais, pour eux, c'était quand même « Wow » tu sais. Particulier là, admettons, oui. Faire un karaoké avec sa mère... (Mère, 38 ans)

Tu sais, nous on était chanceux, on restait en campagne. Ils ont fait du Ski-Doo, ils ont fait... on est allés à la pêche, on glissait, il y avait plein d'activités. [...] C'est drôle parce que, veut, veut pas, les trains de vie sont vraiment chargés dans la vie en général. Ça fait que, tu sais, ça nous comme permis d'avoir du temps de qualité avec nos enfants. (Mère, 37 ans)

5.5.5 L'augmentation du rôle d'encadrement joué par les parents

Six parents participants rapportent que le contexte du confinement a amplifié leur rôle parental relié à l'encadrement, car ils ont alors compensé l'absence des autres milieux que fréquentaient habituellement les enfants, et qui leur apportaient une structure. Les participants racontent ainsi avoir mis en place des contraintes de temps, des règles et des repères afin d'organiser le quotidien des enfants.

On a fait ça un petit peu comme du scolaire, c'est-à-dire, tu sais, admettons, lever de telle heure à telle heure. Au début, surtout parce qu'elle était vraiment petite, on l'affichait, j'affichais un petit horaire, tu sais, admettons, à telle heure, c'est la collation,

tu peux manger ça, ça, ça ou ça, comme collation, comme ça, c'était affiché. Un petit temps d'écran, là. Après ça, au moins 30 minutes à jouer dehors avant le dîner. Fait qu'on affichait un peu les affaires, tu sais, pour que ce soit visuel, le plus possible. Je ne les ai plus là, mais j'avais de belles affiches avant, juste en arrière, là où est-ce que ça... Tu sais, admettons par rapport aux petites règles de la maison, qu'est-ce qu'on fait à quelle heure. (Mère, 28 ans)

On les levait. On les levait le matin, puis c'était pareil comme s'ils allaient à l'école. Ils devaient se lever à la bonne heure. [...] Ils devaient être prêts à l'heure. Ça fait que, tu sais, la routine de se lever le matin, de s'habiller, déjeuner, préparer ses choses pour l'école, puis tout ça. On a gardé le même *pattern* pour la maison. Tu sais, ils n'avaient pas le droit de se lever plus tard la semaine parce qu'il n'y avait pas d'école. C'était non. C'est, on garde la même routine. Il faut que tu sois prêt. À l'heure que tu prends l'autobus, il faut que tu sois assis à table avec ton portable ouvert. Ça fait que, tu sais, on a vraiment mis une discipline comme si ça roulait comme d'habitude. (Père, 42 ans)

5.6 Les enjeux spécifiques rencontrés par les familles recomposées

Selon les données recueillies, la réorganisation des temps de garde partagée issue des bouleversements de la pandémie a été un défi important vécu par les familles recomposées. Chez certains participants, la renégociation temporaire des temps de garde a mis à l'épreuve la relation coparentale au sein du couple séparé. Elle a également parfois entraîné des ruptures prolongées entre les enfants et l'un des deux parents, avec des impacts émotionnels rapportés par certains participants. Plusieurs parents rapportent également qu'il existait des écarts entre les familles concernant le niveau d'adhésion aux consignes sanitaires. Ces écarts ont parfois été source de tension entre les foyers. Les entrevues apportent des informations sur le rôle du beau parent dans la dynamique de la famille recomposée, en particulier dans un contexte d'adversité telle que la pandémie. Les données révèlent que le contexte du confinement et les épreuves traversées ont favorisé l'engagement du beau-parent dans la vie familiale. Chez plusieurs familles, la période de la pandémie a été marquée par l'arrivée d'un premier bébé issu du couple recomposé.

5.6.1 Les enjeux relatifs à la coparentalité chez les couples séparés

La majorité des parents décrivent un changement des rythmes de garde parentale relié à la pandémie de COVID-19. Deux mères et un père mentionnent la suspension provisoire de la garde partagée suite à l'annonce de la pandémie, sur une durée allant d'un à trois mois. Une

participante décrit un allongement des périodes de garde alternée, passant de deux/trois jours à sept jours consécutifs chez chaque parent. Plusieurs parents ajoutent qu'en cas de contamination dans l'un des deux foyers, le.s enfant.s devaient rester 14 jours sans avoir de contact physique avec l'autre parent. Enfin, une participante rapporte que la situation sanitaire a entraîné une diminution des contacts avec le fils de son conjoint, qui vivait à plusieurs heures de route. Selon ses propos, les opportunités habituelles de visite, telles que les congés et les fêtes, n'ont pas eu lieu en raison de la pandémie de COVID-19.

5.6.1.1 Chez la majorité des parents, la renégociation temporaire des temps de garde partagée

Chez deux participants, la décision de modifier les temps de garde est liée à un risque perçu de contamination plus important chez l'un des parents, du fait du maintien de son activité professionnelle, avec un contact avec d'autres personnes.

Bien ils ont été quasiment un mois, le premier mois, ils ont été chez nous exclusivement, parce que lui devait continuer d'aller travailler, puis il travaillait dans la cuisine. Il ne pouvait pas ne pas avoir de contact, tout ça. (Mère, 38 ans)

Puis, on avait pris la décision aussi, à ce moment-là, que je les aurais toujours chez moi, étant donné que, lui, inévitablement, il devait voir des gens, devait s'occuper de son entreprise. Donc, pour éviter le plus possible de contacts ou encore... parce que, tu sais, au départ, on ne savait pas trop à quoi s'attendre, hein? C'était épuisant, tout ça. [...] Écoute, ça a été du mois de mars 2020 jusqu'au mois de mai. Parce que, moi, de toute façon, mon entreprise pour laquelle je travaille, c'était complètement fermé. Donc, je suis retournée travailler, de mémoire, si je me rappelle, vers la mi-mai. Donc, pendant toute cette période-là, c'était moi qui avais les enfants à la maison. (Mère, 37 ans)

Une participante explique qu'elle a temporairement gardé les enfants à temps plein chez elle, car leur père ne pouvait pas les prendre en charge en raison du maintien de son activité professionnelle à temps plein et en présence.

Bien, première des choses, moi, le père de mes enfants ne pouvait pas vraiment prendre de congé parce que lui, premièrement, est propriétaire d'une entreprise en alimentation. Donc, lui, il faisait partie des services essentiels. Donc, la question ne s'est même pas posée entre nous. C'est sûr que c'était moi qui allais arrêter de travailler pour être avec les enfants à la maison. (Mère, 37 ans)

Un parent explique que ses enfants sont demeurés chez lui en raison de conditions matérielles plus favorables (accès au matériel informatique) pour organiser l'école à la maison.

Au début, on a gardé les enfants, ici, à temps plein pour justement qu'ils ne se promènent pas. Puis, Internet, les portables, puis tout ça. Bien, ils m'appartiennent en partie à moi, puis il y en avait à l'école. Ça fait que, tu sais, transférer tout le système informatique chez maman, c'était compliqué. [...] Ça fait que c'est ça. Ça a été un bon trois mois, je dirais, là, vraiment à temps plein. Puis, pas de garde partagée. (Père, 42 ans)

Une participante raconte que le rythme habituel de garde alternée a été bouleversé en raison de la contamination de l'un des deux parents, qui a nécessité une quarantaine, donc le maintien de l'enfant dans l'autre foyer, pour éviter toute contamination.

Parce que mon chum avait ramené, il était allé faire une ronde dans le Nord. Il avait attrapé la COVID dans une semaine qu'elle était chez maman. Donc quand elle est revenue, il nous a contaminés, moi, puis ma fille. Donc, on a été mis, dans ce temps-là, c'était encore une quarantaine de quatorze jours. Fait qu'elle a été quatorze jours sans pouvoir venir. Puis normalement, c'est cinq jours maximum, six qu'elle fait sans nous voir. Donc là, ça avait été vraiment, vraiment difficile. (Mère, 29 ans)

Enfin, une participante explique que c'est l'enfant qui a refusé de changer de foyer en raison de sa peur d'être contaminé par le virus, ce dernier vivant alors beaucoup d'anxiété reliée à la pandémie de COVID-19.

Puis on avait quand même décidé d'aller chez mes parents, puis de voir le gars à mon chum. Il a refusé de nous voir. Mon conjoint s'est rendu jusque chez eux. Puis le jeune a dit « Papa, je ne veux pas y aller ». Selon les termes de garde le, je ne sais pas comment tu appelles ça, mais ce n'est pas un contrat, mais... Le papier qui a été signé par le notaire. Ça dit que c'est à la volonté de l'enfant et qu'ils ne peuvent pas le forcer. Fait que mon chum, bien, même si c'était entendu qu'il venait le chercher, bien vu que le jeune sur le coup il a dit « non, je refuse », bien... on n'a pas pu le voir. C'est un coco qui a de l'anxiété de base. Fait que là, c'est probablement un mélange de tout. Mais tu sais, c'est sûr que la pandémie, le fait qu'on n'a pas le droit de sortir, puis on n'a pas le droit de voir du monde. On n'a pas le droit de ci, on n'a pas le droit de ça. Nous autres, on s'en allait dans la famille, chez mes parents dans le fond. Ça fait que là, on s'en allait ma famille chez la famille de mes parents, lui qui était une troisième personne, une troisième au noyau familial. Ça fait que je pense que c'était surtout de l'anxiété, fait qu'il a refusé. (Mère, 28 ans)

Chez plusieurs parents, la décision de modifier temporairement les rythmes de garde est décrite comme découlant d'un commun accord, dans le but de faire primer l'intérêt et la sécurité des enfants.

Non, bien, elle a compris. Elle comprenait le fait de ne pas trop se promener entre les maisons. Puis, elle, elle continuait à travailler. Ça fait que, tu sais, ça a été une décision facile à prendre. (Père, 42 ans)

Bien, c'est comme venu de soi. [...] C'était comme une décision qui venait de soi. Tu sais, c'était comme : « bien, écoute, toi, de toute façon, ton entreprise est fermée. Les enfants ne peuvent pas aller à l'école. Moi, je n'ai pas eu le choix de travailler, c'est mon entreprise aussi ». (Mère, 37 ans)

5.6.1.2 Des défis supplémentaires pour les parents séparés vivant dans des villes différentes

Parmi les parents interrogés, plusieurs devaient quitter la ville ou faire des déplacements interrégionaux pour transférer leur.s enfant.s d'un foyer à l'autre. Tous les parents concernés par cette situation expliquent que les consignes reliées aux déplacements étaient imprécises et imprévisibles. Les participants rapportent que ce contexte a été une source importante de stress. Chez certains parents, le fait de ne pas pouvoir anticiper avec certitude les périodes de garde a entraîné la peur d'une séparation prolongée avec l'enfant.

Ils disaient « bien, d'après moi, vous pouvez vous rendre au barrage et puis faire l'échange à cet endroit-là ». Mais finalement, ils ne pouvaient pas nous le garantir, en fait. Il n'y avait comme pas de garantie, fait que personne ne pouvait répondre à la question. Fait que c'était comme, on était vraiment proche dans l'inconnu puis l'attente en fait. Il fallait juste attendre. Personne ne pouvait nous répondre, à savoir est-ce qu'il allait pouvoir revenir ici, comme c'était prévu, ou non. Et s'il ne pouvait pas revenir, qu'est-ce qui allait arriver. Pour nous ça a été le plus gros enjeu de toute la pandémie, là. Et puis, je pense que ça a été aussi le problème qu'on a rencontré le plus difficile depuis qu'on est séparés. Oui, c'était vraiment, il manquait vraiment de clarté dans les consignes qui étaient émises, là. (Mère, 25 ans)

Ça fait qu'on s'est informé, tu sais, si jamais ça *toffait* jusqu'en juin, quand c'était son départ, qu'est-ce qu'on faisait? Parce que ça a été barré dans le parc, un bout de temps. Puis nous, ce qu'on s'était fait dire, c'est que j'avais le droit d'y aller la porter jusqu'à Mont-Laurier. Ils me laisseraient passer parce que j'avais les papiers de la médiatrice. Mais à Mont-Laurier, c'est de char à char. Tu sais, en voulait dire : on ne pouvait pas aller manger au resto. On ne pouvait pas. On *tanke* puis on paye à l'extérieur, puis on repart chacun notre bord. Puis ça, c'était permis. Mais nous, on avait comme préparé ça parce qu'on pensait que ça allait continuer, mais, tu sais, finalement, les frontières, ils ont ouvert. (Mère, 37 ans)

Une participante rapporte que, du fait des barrages routiers, la famille n'a pas pu maintenir un projet de visite chez le fils de son conjoint, qui vivait chez sa mère, à plusieurs heures de route. Cette même participante souligne que cette situation a compromis la construction des premiers liens entre son nouveau-né et son frère. D'autres visites se sont ensuite annulées, diminuant de façon significative les opportunités de rencontre avec l'enfant de son conjoint.

Puis aussi, tu sais, comme je t'ai dit, mon conjoint, il a un garçon qui vit à Québec, ça fait qu'on a eu, je ne me souviens plus quand exactement, mais il y a eu à un moment donné où est-ce que le parc était fermé. Tout Rouyn était confiné, puis on avait juste de la misère à s'en aller à Val-d'Or. [...] Fait que ça aussi ça avait été difficile parce qu'on avait prévu... bien, on aurait aimé pouvoir se planifier ce temps-là pour passer plus de

temps auprès de lui, pour qu'il se crée un bon lien entre sa petite sœur, puis lui qui était à l'école. On voulait passer toute la semaine de relâche avec lui, puis ça a tout tombé à l'eau. [...] Parce que tu sais, c'est sûr, de base, on ne le voyait pas super régulièrement, mais tu sais, on le voyait au moins une fois par deux mois. Puis là, bien, il a fallu qu'on annule comme les deux premières fois qu'on était supposé de le voir. Puis dans le temps des fêtes, à Noël, tu sais, c'était pas de visites, pas de rien, pas de ci. [...] Bien, c'est ça, on ne l'a pas vu du tout. Tu sais, on l'a vu une fois dans l'été qu'on a réussi à se voir... Mais c'est ça de mars, on n'a pas réussi à se voir. Puis de l'été au temps des fêtes aussi, ça a été plus problématique. (Mère, 28 ans)

5.6.1.3 La qualité de la relation coparentale compromise par la renégociation des temps de garde partagée

Plusieurs participantes mentionnent que la remise en question des modalités de garde a augmenté les tensions avec leur ex conjoint, car l'imprévisibilité du contexte a entraîné une peur d'être séparé trop longtemps du ou des enfants, en particulier lorsque les deux parents vivaient dans des régions séparées.

Puis tu sais, je me rappelle, j'étais comme paniquée et puis je voulais que le papa me le rapporte tout de suite avant que le barrage commence. Parce que, entre autres, à Rouyn, on avait beaucoup, beaucoup de cas de la COVID, fait qu'ils ont décidé de comme faire des barrages. Ça, ça a été super anxiogène, je me rappelle, pour moi parce qu'à ce moment-là, mon fils n'était pas ici. Fait que quand ils ont annoncé la nouvelle à la télé, moi je ne savais pas, comme, qu'est-ce qui allait arriver. Est-ce qu'il allait pouvoir revenir? Est-ce qu'il allait rester là-bas? Fait que je me rappelle, j'ai pleuré. Je me suis effondrée en larmes devant la télé. [...] Avec le père de Jacob, c'est sûr que oui, il y avait plus de tensions parce qu'on était constamment amené à remodifier ce qui était déjà établi depuis plein de temps, tu sais. Fait que tu sais, des fois, vu que c'est établi depuis longtemps, c'est ça, on se ramène à ça. Mais là, constamment à avoir à renégocier, en fait, c'est ça, on devait toujours renégocier « ah non, mais finalement, ramène-le-moi une journée plus tôt, il va repartir une journée ». Fait que c'est compliqué parce que tu sais, on a notre horaire, il avait son horaire. (Mère, 25 ans)

Bien, tu sais, je sais que ça a été sûrement plus difficile pour les familles recomposées de vivre cette pandémie-là qu'une famille qui sont le papa et la maman. Parce que certains parents sont plus craintifs. Certains parents respectaient moins les règlements. Puis, tu sais, c'est sûr, quand tu es dans une pandémie, tu veux avoir ton enfant avec toi. Tu sais, moi, j'avais vraiment peur qu'il bloque tout, tout, tout. Ça fait que s'ils avaient bloqué tout, tout, tout, au moins, Olivia était avec moi. Tu sais, je comprenais son père aussi qui voulait être avec sa fille. [...] Mais, tu sais, finalement, on a été corrects parce que ça a réouvert avant que ça arrive, mais, tu sais, c'est sûr qu'en en discutant ensemble, il y a eu quelques tensions. Tu sais, lui, il dit : « Tu ne m'empêcheras pas de voir ma fille ». (Mère, 37 ans)

5.6.1.4 Les impacts émotionnels de la diminution des contacts avec l'un des deux parents

Parmi les familles où la garde alternée a été modifiée ou suspendu, certains parents mentionnent que leur.s enfant.s ont manifesté de l'inquiétude à l'égard de l'état de santé de l'autre parent ou le besoin d'avoir des contacts avec celui-ci.

Fait que comme c'était dangereux à ce moment-là, bien, nous, on a décidé qu'ils allaient rester juste ici. Fait que là, il y avait comme un peu de, bon, ce n'était pas des conflits, mais tu sais, gestion de l'anxiété. Là, mon fils était inquiet pour son père, tu sais, l'anxiété « Est-ce qu'il va être malade? Est-ce qu'il va mourir? Est-ce que... », tu sais. On ne savait pas à ce moment-là, tu sais, pogner la COVID, c'était comme... Oui, c'est ça. Tu sais, puis pour un enfant anxieux, qui n'a pas lu tout, qui n'a pas écouté tout, puis qui... Fait qu'il avait un peu d'anxiété, mais pas de conflits, puis c'était aussi, bien là, il voulait retourner chez son père, puis là, ça se retournait contre moi, là, tu sais. (Mère, 38 ans)

Donc, on a été mis, dans ce temps-là, c'était encore une quarantaine de quatorze jours. Fait qu'elle a été quatorze jours sans pouvoir venir. Puis Zoé, normalement, c'est cinq jours maximum, six qu'elle fait sans nous voir. Donc là, ça avait été vraiment, vraiment difficile. C'étaient des appels le soir, puis elle voulait venir nous voir, puis là, elle ne comprenait pas pourquoi qu'on était ici, puis qu'elle ne pouvait pas rentrer. Ça, ça avait été difficile pour elle. (Mère, 29 ans)

La période pendant laquelle la fréquence des visites dans l'un des deux foyers a été réduite est décrite comme difficile par plusieurs participants, tant pour l'enfant que pour son parent.

Parce que, tu sais, le fait de ne pouvoir aller voir maman, puis tout ça. Tu sais, ça amène le lot de... Bien, je pense qu'ils sont restés un peu marqués de tout ça. (Père, 42 ans)

Fait que c'est ça, le fait qu'il y ait la pandémie, bien, on voyageait moins, on se voyait moins, on se prévoyait moins d'allers-retours pour voir le petit. Je me souviens avoir entendu plusieurs téléphones du gars à mon chum qui était sur le mains libres, puis « Ah, papa, je m'ennuie! Quand est-ce qu'on va se voir? Bien, je ne sais pas, coco, tu sais ». Tu sais, c'était difficile pour le petit. C'était difficile pour mon chum aussi. (Mère, 28 ans)

5.6.1.5 Des conflits entre les foyers concernant le niveau d'adhésion aux consignes sanitaires

Le niveau d'adhésion de chaque parent aux consignes sanitaires est une source de tension décrite chez plusieurs couples séparés. Trois participants expliquent en effet qu'il existait des écarts entre les mesures de protection prises dans leur foyer et celles prises dans le foyer de l'autre parent. Deux parents mentionnent ainsi une divergence d'opinion avec leur ex conjoint.e concernant la vaccination. Deux participants rapportent également que les enfants

n'avaient pas le même niveau de contacts sociaux dans chaque foyer. Enfin, l'exposition accrue au virus dans un foyer – par exemple du fait du maintien du contact avec le public dans le cadre du travail de l'un des parents – a pu créer des inquiétudes au sein de l'autre foyer.

Bien, ça, je me rappelle que ça, par exemple, je me souviens que ça a fait plus de tension, là, admettons, avec la mère des enfants. Justement, au niveau de, tu sais, des règles sanitaires, puis tu sais. Là, il paraît que là, chez leur mère, là, ils ont vu plein de monde, puis là là-bas, le monde, ils se font des becs, des câlins encore, même si c'est la pandémie. Chez nous, on avait tendance à être un petit peu plus stricts sur les consignes. Puis chez leur mère, ça avait tendance à être un peu plus lousse, même beaucoup plus lousse. Fait que là, il y avait toujours une tension de « bien là, ça va-tu faire que la COVID va rentrer dans la famille? ». Puis ça, je me rappelle qu'il y a eu un peu de chicane par rapport à ça avec la mère de mes enfants. (Père, 40 ans)

Bien, divergence d'opinions avec la mère des enfants. Comme je disais tout à l'heure, tu sais, on n'a pas nécessairement les mêmes valeurs là-dessus. Tu sais, le fait de ne pas se faire vacciner, puis de plus ou moins croire à cette pandémie-là, puis tout ça. Ça fait que, tu sais, il y a eu des frictions. Pas des grosses frictions, mais des opinions différentes qui faisaient en sorte que, les enfants, à un moment donné, ils étaient un peu mêlés, « ça existe-tu? Ça n'existe pas? Qu'est-ce que c'est? » (Père, 42 ans)

5.6.1.6 L'influence de la relation coparentale préexistante

Les parents rapportant des tensions avec l'ex conjoint concernant le respect des consignes sanitaires sont les mêmes qui décrivent des conflits préexistant au sein du couple séparé, avant la pandémie de COVID-19.

Bien, ça a toujours été une situation un peu tendue, ça a toujours été comme ça depuis qu'on est séparés. Ça fait douze ans qu'on est séparés, fait qu'à ce moment-là, ça faisait peut-être neuf ans qu'on était séparés. Ça faisait longtemps, mais il y a toujours eu de la tension au niveau de la communication, fait que ça, ça a juste peut-être... ça a ajouté des points de tension supplémentaire. Mais, ça n'a pas radicalement changé parce que ça n'a jamais très bien été. (Mère, 40 ans)

Ça fait que c'est correct, mais, tu sais, ça fait un peu de tension, mais c'est sûr que c'est difficile vu qu'il est déjà comme très loin. Peu importe les sujets de conversation qu'on a qui concernent Olivia, c'est tout le temps plus difficile. Parce que, tu sais, je sais qu'il n'est pas là, mais il a son mot à dire. Il prend souvent les choses comme une attaque. Il aime aussi piquer, blesser. Parce que, dans le fond, il s'ennuie de sa fille. Mais c'est comme le moyen, je pense, je ne sais pas, mais ce n'est pas ma faute à moi s'il est parti là-bas. (Mère, 37 ans)

5.6.2 Les enjeux relatifs à la coparentalité au sein du couple recomposé

Les données issues des entrevues apportent plusieurs informations sur le rôle du beau-parent dans le système familial, que ce soit de façon générale, ou plus spécifiquement dans le contexte de la pandémie de COVID-19. Certains parents attribuent ainsi à leur conjoint actuel une place de médiateur dans les relations familiales. D'autres participants décrivent à l'inverse des tensions et des rivalités entre le conjoint actuel et l'ex conjoint, autour de l'éducation et de l'engagement auprès des enfants. Des beaux-parents soulignent leur implication auprès des enfants de leur conjoint actuel, défendant une certaine vision de leur rôle coparental. Dans le contexte de la pandémie, la majorité des participants soulignent le soutien perçu de la part du beau-parent dans la réponse aux différents défis vécus par la famille. En particulier, les entrevues révèlent une augmentation de l'implication concrète du beau-parent auprès des enfants et dans la vie familiale. Pour plusieurs couples recomposés de l'échantillon, la période de la pandémie correspond également à l'arrivée d'un premier enfant.

5.6.2.1 *Le beau-parent : un rôle de médiateur*

Selon certains témoignages recueillis, le beau-parent est considéré comme un médiateur dans les relations intrafamiliales. Un père et une mère expliquent ainsi que leur partenaire actuel facilite la communication entre les deux parents séparés. Les deux participants soulignent que l'intervention du partenaire favorise la résolution de conflits et de problèmes entre les parents séparés. Dans les deux cas, le nouveau partenaire a une relation décrite comme plus facile avec le parent du même sexe.

Honnêtement, il faisait vraiment comme le médiateur. Oui, c'était vraiment... oui. Il était vraiment... Puis tu sais, il était quand même bon, parce que des fois, on peut se dire qu'il était moins impliqué émotionnellement que moi, mais pas tant. Parce qu'il est vraiment impliqué émotionnellement par rapport à Jacob, mais il arrivait vraiment à faire la part des choses. Tu sais, avec du recul, je convenais toujours que, ce qu'il avait convenu, ça avait bien de l'allure. Mais moi, j'étais trop dans l'émotionnel, fait que. Oui, il arrivait vraiment à avoir un pas de recul. À entendre ce que moi je disais, mais entendre ce que lui disait aussi. Fait que souvent, on arrivait à mi-chemin grâce à lui. (Mère, 25 ans)

Elle a un rôle, tu sais, des fois... Puis comme je disais, ça a toujours été tendu avec mon ex-conjointe. Puis j'ai l'impression qu'avec ma blonde, quand elle, elle intervient, mon ex, c'est comme si ça calme un peu les choses, tu sais. On pourrait penser le contraire,

des fois que ça peut ajouter de la tension. Mais au contraire. J'ai l'impression que des fois, les messages passent mieux quand c'est ma blonde qui parle. (Père, 40 ans)

Deux belles-mères rapportent qu'elles interviennent pour soutenir la relation entre le parent et son ou ses enfant.s. Une participante explique ainsi qu'à plusieurs reprises, elle a encouragé son conjoint à s'engager davantage auprès de sa fille, à travers le jeu ou les actes de la vie quotidienne. Une autre participante raconte qu'elle est déjà intervenue pour favoriser la résolution de conflits ou apaiser les tensions entre son conjoint et son fils.

Fait que tu sais, quand je dis ma nouille sympathique, c'est vraiment de valoriser qu'elle aille vers papa aussi parce que c'est sûr que les deux enfants, ils ont eu une passe où ils pouvaient être assis à côté de leur père, puis moi dans une autre pièce, puis ils me cherchaient pour me poser des questions plutôt que de demander à papa. C'est ça, tu sais, j'aime jouer dehors, mais des fois je pousse plus pour que ce soit mon chum qui joue dehors, tu sais, et qui aille jouer dehors avec les enfants pour que les enfants, ils associent ces bons souvenirs-là et ces bons moments-là avec papa. Tu sais, pour moi, c'est important. J'essaie vraiment qu'il y ait comme une association avec des bonnes choses qu'ils aiment avec papa, plus avec papa qu'avec moi. (Mère, 28 ans)

Je mettais mon mot, là, même s'il s'agissait de ses enfants à lui. Des fois, quand il pétait sa coche, tu sais, j'étais là pour mettre un stop. [...] Parfois, quand papa pétait sa coche, c'est ça, tu sais, j'allais parler à l'enfant après dans la chambre. L'enfant me disait : « J'ai peur de papa quand il est fâché ». Puis, tu sais, je communiquais avec l'enfant. Lui, il ne faisait pas vraiment de retour. C'est ça. Il n'est pas dans ce mode d'éducation-là. Lui, c'est de faire peur à son enfant pour pas qu'il recommence. Tu sais, moi, j'étais plus la médiatrice, tu sais. Quand je voyais que la colère montait trop, des fois, je disais : « C'est beau, je vais m'en occuper. Va dehors! ». Pareil comme moi, des fois, quand j'avais de la misère avec Olivia, c'est lui qui m'aidait. (Mère, 37 ans)

5.6.2.2 Le rôle du beau-parent selon sa propre perception

Deux belles-mères partagent leur perception de leur rôle auprès des enfants de leur conjoint. Elles se décrivent comme très engagées dans l'éducation des enfants, dans les actes de la vie quotidienne, ainsi que sur le plan affectif.

Oui, je sais qu'il y en a une mère, mais le rôle que je joue quand les enfants sont chez nous, c'est mère de famille. C'est que ce soit de réconforter, que ce soit d'aider à se laver les cheveux dans le bain, que ce soit de faire les repas, que ce soit d'aider à faire les devoirs. Tout, tout rôle qui peut rentrer là-dedans. Tu sais, je veux dire ou bien c'est parce qu'on ne nous donne pas souvent des définitions de c'est quoi le rôle d'une belle-mère. Mais je pense que chacun va s'impliquer différemment, mais moi, de la façon que je les traite, tu sais, maintenant, j'ai un fils de neuf mois, puis dans mon cas, avoir mon fils à part qu'il est plus vulnérable, plus fragile, plus dépendant de moi, c'est sûr là. Mais l'amour, c'est le même, l'envie de prendre soin, c'est vraiment le même que pour mes belles-filles dans mon cas à moi. [...] Puis je l'ai tout le temps fait de façon naturelle, puis c'est tout le temps la place que mon conjoint m'a donnée, puis c'est tout le temps,

puis les enfants réagissent super bien à ça. Puis j'ai une super belle relation, même avec celle qui n'a jamais vécu avec nous. (Mère, 28 ans)

Puis, là, je suis une belle-maman qui prend soin d'eux. C'est des fruits, c'est des légumes. On se brosse les dents. On se lave les mains. On encadre, on sécurise, on est là pour le bien-être. Ça fait que, tu sais, pour eux, au début, ils étaient craintifs de développer un lien avec moi, puis ils ne comprenaient pas. Tu sais, c'était un choc de culture entre maman, puis moi. C'est ça. Ça fait que là, avec la COVID, bien, ils ont pris plus de temps à m'observer parce que j'étais plus souvent là. Ça fait que, là, c'est là où est-ce qu'ils ont fait des petits déclics. Ils ont réussi à créer des liens. (Mère, 45 ans)

5.6.2.3 Des défis relationnels entre le beau-parent et l'ancien.ne conjoint.e : rivalité et désaccord éducatif

Plusieurs participants expliquent que leur conjoint actuel, beau parent des enfants, entretient une relation conflictuelle avec l'autre parent des enfants, avec qui la séparation a eu lieu. Deux types de conflits sont décrits par les participants : le désaccord éducatif ainsi que la rivalité autour du rôle parental. Le désaccord éducatif est lié à un écart perçu par le beau-parent entre ses propres valeurs éducatives et celles que le parent de l'autre foyer transmet aux enfants.

Je sais que mon chum a fait beaucoup de compromis, parce qu'en faisant... Bon, la façon d'éduquer les enfants chez le père des plus vieux, elle est très, très, très différente que ce qu'on conçoit, nous, ici, admettons. Fait qu'il y a des choses sur lesquelles tu n'es pas d'accord quand tu es un beau-père, mais que là, quand tu vis 24 heures sur 24 avec ces enfants-là. Puis tu sais, mon chum, il est très droit, honnête et constant, et ça, pour lui, accepter que genre, je ne sais pas, tu sais, admettons, juste bien les téléphones là, exemple c'était, tu sais, ça... (Mère, 38 ans)

Des enjeux de rivalité sont également décrits entre le parent et le beau-parent autour des rôles parentaux. Le parent de l'autre foyer ne reconnaît alors pas la légitimité de l'engagement du beau-parent auprès du ou des enfants.

Moi, je trouvais ça dur. J'ai demandé une référence quand j'ai su qu'elle allait partir. Puis j'ai rencontré quelqu'un juste après qu'elle soit partie. Et c'était juste à point nommé parce que ce qui a été très difficile, c'est que quand elle est partie, la mère a essayé de m'effacer. Je n'avais pas le droit de lui parler au téléphone. Je n'avais pas le droit. Elle ne voulait pas que je participe aux appels avec le père. Les enfants n'avaient pas le droit de nommer mon nom ou d'avoir un objet que je leur avais offert ou quoi que ce soit. Elle était en compétition. Elle est encore en compétition. Elle était en compétition et elle ne réalisait pas, je pense, qu'en essayant de me tasser, en fait... ça aurait pu le faire. Ça aurait pu marcher son affaire, mais ça a fait le contraire. (Mère, 28 ans)

5.6.3 La place du beau-parent dans la vie familiale dans le contexte de la pandémie de COVID-19

5.6.3.1 Un rôle de soutien perçu par plusieurs parents

Cinq parents soulignent le rôle de support joué par le conjoint dans le contexte de la pandémie. Ce rôle de soutien se décline de différentes façons selon les témoignages. Les participants décrivent ainsi leur partenaire comme un support mental, un facilitateur, ou encore un tuteur.

Un tuteur... Oui, ah oui! Écoute, si Caroline n'était pas là... Ça fait que quand elle est arrivée, c'est vraiment son aide à elle qui nous a aidés à nous sortir de tout ça. Puis, en même temps, bien, donner le coup de main. Ça fait que tu sais, son « *overreact* » nous a aidés à plus se donner la routine, plus assidue, à dire, « OK, on fait telle affaire » (Père, 42 ans)

Deux parents soulignent le support émotionnel apporté par le beau-parent. L'un d'entre eux mentionne que le tempérament de son conjoint a eu une influence positive sur le climat familial.

Bien, écoute, je pense que c'était mon support mental. [...] Bien quand je commençais à trouver ça lourd et que les enfants... Mon Dieu, ils se sont donc bien chicanés aujourd'hui ! Je commence à avoir hâte que... là, à un moment donné, je lui dis. « Écoute... » « ça va bien aller, prend un respire » ... Tu sais, on essayait de se parler plus là. Ça fait que c'est comme... au lieu d'aller voir une travailleuse sociale, on se parlait mutuellement. (Mère, 37 ans)

Le fait que mon chum soit quelqu'un de jovial et de bonne humeur, ça nous a vraiment aidés comme famille, parce qu'on est quand même caractériels, là, nous trois, moi, puis mes deux plus vieux. Ça fait que quand même, je pense que ça a aidé. (Mère, 38 ans)

Deux autres participants mettent en évidence le rôle de soutien organisationnel joué par le beau-parent dans la gestion des tâches quotidiennes. Les parents reconnaissent ainsi que l'implication de leur conjoint dans la vie familiale a contribué à mieux structurer le quotidien.

Puis moi, je suis moins bonne dans la routine. Tu sais, le matin, c'est sûr que je me lève, je vais faire à déjeuner, mais l'heure du dîner puis du souper, si on est en train de faire une activité, pour moi, c'était comme : « On continue, puis on mangera un petit peu plus tard ». Mais non, lui il est très rigoureux sur les heures. Donc, je pense que ça aidé tout le monde. Vraiment. Parce que moi, j'avais un petit peu plus le laisser-aller, mais lui, il structurait. (Mère, 23 ans)

Ça fait que quand Caroline est arrivée, c'est vraiment son aide à elle qui nous a aidés à nous sortir de tout ça. Puis, en même temps, bien, donner le coup de main. Ça fait que

tu sais, son « *overreact* » nous a aidés à plus se donner la routine, plus assidue, à dire, « OK, on fait telle affaire. » (Père, 42 ans)

Enfin, une mère souligne le fait que son conjoint a joué un rôle actif dans la résolution concrète des problèmes reliés à la pandémie de COVID-19. Il a ainsi accompagné sa conjointe et son fils auprès de l'autre parent, afin de s'assurer que ceux-ci ne rencontrent pas de difficultés sur la route, en lien avec les barrages routiers mis en place.

Bien, concrètement, il s'est vraiment impliqué, dans le sens où quand il y a eu les barrages routiers, on devait se rendre pour l'apporter. Donc il s'est toujours impliqué, il est toujours venu. C'est lui qui a proposé, en fait, qu'on se rende là pour s'assurer que ça se passe bien, là. Parce que sinon, l'autre option que les policiers nous avaient laissée, c'est, bien, tenter de passer le barrage routier pour vous rendre à la maison, pour faire l'échange et revenir. Mais tu sais, on n'était pas certains que ça fonctionnerait. Fait que c'est lui qui a proposé ça. (Mère, 25 ans)

5.6.3.2 Une augmentation de l'implication du beau-parent dans la vie familiale

Concernant la relation du beau-parent avec les enfants issus de l'union précédente, deux mères racontent que l'augmentation du temps passé en famille a davantage confronté le beau-parent à certains défis relationnels avec les enfants. Une mère rapporte ainsi que son conjoint a été davantage témoin des difficultés émotionnelles de sa belle-fille, tandis qu'un autre a vécu un conflit de valeurs entre ses principes éducatifs et ceux privilégiés par le père des enfants.

Ça fait qu'Olivia, elle avait déjà des problèmes de gestion d'émotions. Mais pas liés à la COVID. Ça fait que, tu sais, c'est sûr que si elle faisait une crise ou elle était de mauvaise humeur, irritable, bien là, ça le fâchait plus. Il y avait juste nous autres, tu sais. Il ne pouvait pas dire : « OK, je m'en vais chez le voisin. Il fallait qu'on reste tous ensemble. (Mère, 37 ans)

Fait qu'il y a des choses sur lesquelles tu n'es pas d'accord quand tu es un beau-père, mais que là, quand tu vis 24 heures sur 24 avec ces enfants-là. Puis tu sais, mon chum, il est très droit, honnête et constant, et ça, pour lui, accepter que genre, je ne sais pas, tu sais, admettons, juste bien les téléphones là, exemple c'était, tu sais, ça... Ça là, mon chum a fait beaucoup de compromis là-dessus, oui, oui, vraiment... J'avais une longueur d'avance sur « Il y a des choses sur lesquelles je n'ai pas de pouvoir, puis tu sais, je vais devoir l'accepter », mais... Fait que lui, je pense qu'il a fait beaucoup de compromis. Puis tu sais, quand tu l'as vraiment dans ta face tout le temps, là, ça devient plus confrontant. (Mère, 38 ans)

Chez la moitié des familles représentées, le parent décrit une implication accrue du beau-parent dans les activités familiales pendant la pandémie de COVID-19. Cette implication s'est traduite par une augmentation de l'engagement du beau-parent dans l'éducation des enfants et dans les tâches domestiques. Le rôle du beau-parent se manifeste à travers différentes activités décrites par les conjoints : des temps de jeux avec les enfants, l'aide aux devoirs, la préparation des repas...etc. Un parent mentionne l'impression d'une plus grande responsabilité du beau-parent à l'égard de son rôle dans la vie familiale.

Tu sais, il s'est amusé dehors avec Théo, surtout, parce qu'il avait besoin beaucoup de se dépenser physiquement. Fait qu'il a vraiment pris un rôle de beau-père, mais chose qu'il avait déjà. Mais je pense que ça a pris, oui, une dimension peut-être un peu plus grande de responsabilité en lien avec les enfants, les tâches, bien qu'on a déjà un partage assez égal. Peut-être créé une relation plus avec les enfants, parce qu'aussi, je veux dire, bien ils n'étaient pas toujours là. Ça faisait peut-être un an, un an et demi qu'on habitait ensemble. Tu sais, ça fait que... Oui, c'est ça, fait qu'un an, peut-être, un an et demi, je ne suis vraiment pas bonne avec ça. Oui, un an, je dirais. Fait que, tu sais, oui, peut-être créé une relation plus... Oui, plus de responsabilités, plus d'engagement, je dirais, oui. (Mère, 38 ans)

C'était un super bon beau-père, 100 %. Tu sais, j'avais des... comment dire ça? J'étais fatiguée des fois, tu sais, comme si on avait donné un coup de poing. Pouf! tu es fatiguée. Ça fait que, tu sais, je faisais des siestes ici et là. Puis Vincent s'occupait de Tom comme si c'était son fils, tu sais. (Mère, 23 ans)

Une mère explique toutefois que son couple a rompu après la première période de la pandémie de COVID-19. Elle est également la seule participante à souligner d'importants désaccords dans le couple concernant l'éducation des enfants.

Bien lui, il est plus rigide. C'est vraiment une éducation de l'ancien temps. Mettre son enfant à genou dans un coin, des affaires comme ça. Ça fait que, tu sais, moi, je n'étais pas pour ça. J'éduquais ma fille de ma façon. Il m'aidait, mais, tu sais, il était frustré et, après, il faisait toujours des commentaires blessants. (Mère, 37 ans)

5.6.4 Les trajectoires des familles recomposées au cours de la pandémie de COVID19

La moitié des participantes rapportent être tombées enceinte peu avant ou au cours de la pandémie de COVID-19. Deux d'entre elles estiment que l'augmentation de l'implication de leur conjoint dans la vie familiale au cours de la pandémie a favorisé l'adaptation à son nouveau rôle de père ou contribué au projet de grossesse.

Bien...étrangement, je pense que ça a solidifié notre relation. Puis, en même temps, peut-être que ça a facilité l'adaptation à mon chum de devenir père, dans le sens où mon chum est très sportif. Il a une tonne d'amis. Mais là, tu sais, on a eu un bébé, puis on a comme pu se retrouver un petit peu dans notre cocon. Tandis que, avant, Keven, je ne

le voyais jamais. Puis c'est après la pandémie qu'on a comme réalisé ça. Il était tout le temps, tu sais, deux soirs semaine au sport, il travaille la semaine, il travaille à l'extérieur. Ça fait que là, il était à la maison, c'était : ça passe ou ça casse. Ça a bien été. Mais oui, je pense que ça a solidifié notre relation. (Mère, 23 ans)

Bien, c'est sûr que, bien, notre situation familiale a changé. Fait que, là, tu sais, je veux dire, on est devenus, je ne veux pas dire ça, mais une vraie, dans le sens où là, maintenant, on a un enfant ensemble aussi. Fait que c'est sûr que là, le rôle devient peut-être différent. Mais tout ça, ça a comme été en mouvance. Est-ce que c'est à cause de la...? Bien, je pense que ça a pu être un des déclencheurs. Oui. Peut-être créé une relation plus avec les enfants, parce qu'aussi, je veux dire, bien ils n'étaient pas toujours là. Ça faisait peut-être un an, un an et demi qu'on habitait ensemble. Tu sais, ça fait que... Oui, c'est ça, fait qu'un an, peut-être, un an et demi, je ne suis vraiment pas bonne avec ça. Oui, un an, je dirais. Fait que, tu sais, oui, peut-être créé une relation plus... Oui, plus de responsabilités, plus d'engagement, je dirais, oui. (Mère, 38 ans)

5.7 Les facteurs favorables au bien-être des familles dans le contexte de la pandémie de COVID-19

Au cours des entrevues, les parents ont mentionné plusieurs facteurs ayant contribué au maintien de leur bien-être pendant la pandémie. L'utilisation des médias sociaux dans le but de conserver le lien avec les proches est la stratégie la plus fréquemment mentionnée par les participants. Le fait de bénéficier d'un lieu de vie spacieux et d'un accès sur l'extérieur est également décrit comme particulièrement favorable par les familles. Les parents rapportent qu'ils n'ont généralement pas vécu de stress financier. Les circonstances qui expliquent le maintien de leur niveau de revenu sont variées : maintien de l'activité professionnelle, soutien financier reçu de la part du réseau familial ou des dispositifs d'aide gouvernementale.

5.7.1 L'utilisation des médias sociaux pour lutter contre l'isolement social

La majorité des parents (n=6) estiment que l'utilisation des médias sociaux leur a permis de rester en contact avec leurs proches. Certains rapportent que le contexte de la pandémie a entraîné une augmentation de l'utilisation des plateformes de communication en ligne, telles que Messenger. Les activités telles que les appels audio et vidéo, les échanges de messages ainsi que le partage de photos sont décrits par plusieurs parents.

Bien, tu sais, on n'aurait pas pu se passer des réseaux, bien, des réseaux sociaux et puis des communications. Tu sais, selon moi, c'est ce qui a permis qu'on passe au... Le fait

qu'on pouvait continuer de communiquer avec tout le monde par les médias sociaux. Je pense que c'est ça. (Mère, 25 ans)

Même si on ne peut pas les voir, les toucher, tu sais, d'avoir cette proximité-là avec les autres, mais de savoir que les autres sont quand même là pareil. Ça fait que, tu sais, avec les amis, avec la famille, il y avait... une chance que le téléphone existe là. Messenger. Que ce soit en textant parce que juste ça aussi des fois, s'envoyer des photos. « *Check*, on a fait ça aujourd'hui. » C'est ça. De rester connectés, de pouvoir discuter, de pouvoir partager, de pouvoir parler. Ça, je pense que ça fait une grosse différence. (Mère, 37 ans)

Plusieurs parents soulignent que l'utilisation des médias sociaux a été particulièrement aidante pour briser l'isolement des adolescents. Certains mentionnent avoir volontairement assoupli l'accès aux médias sociaux afin de permettre à leurs enfants de communiquer avec leur réseau d'amis.

Oui. Ça fait que, tu sais, le fait de ne pas voir les amis, puis tout ça. On leur laissait un temps pour Internet, pour se texter ou *FaceTimer*. Pour au moins garder un contact un peu avec les amis, puis tout ça. (Père, 42 ans)

Mais tu sais, on chiale beaucoup après les téléphones, les réseaux sociaux, tout ça, mais je pense que ça les a aidés, dans le fond. Parce qu'eux autres, ils ont vraiment l'impression d'être en lien avec leurs amis quand ils sont là-dessus. Fait que c'est pour ça qu'on a ajouté un peu de flexibilité aussi là-dessus, tu sais, pour leur permettre de conserver un semblant de vie sociale, puisqu'il y avait quand même beaucoup de perte là. (Mère, 38 ans)

5.7.2 La flexibilité du milieu de travail

Un parent explique que la flexibilité de son milieu de travail a facilité sa conciliation entre vie familiale et vie professionnelle. Il rapporte avoir pu réajuster son horaire en fonction de la présence de ses enfants à la maison.

Et puis moi, j'étais chanceux quand même à mon travail, que ça a été assez souple, tu sais. Du moment que ça a été comme décrété, que les enfants n'allaient pas à l'école, bien nous autres à mon travail, c'était comme « OK, bien là, on met tout sur pause ». Même de mon souvenir, même, je ne me souviens pas exactement si on était sur pause totalement ou si on continuait le travail de la maison, mais il n'y avait pas d'enjeux de disponibilité, d'horaires, tout ça. (Père, 40 ans)

5.7.3 La qualité du lieu de vie

Trois parents estiment que leurs conditions de logement ont été favorables à leur bien-être. Le fait d'habiter dans une maison individuelle et spacieuse, de vivre en campagne ou encore

de bénéficier d'un espace extérieur sont décrits comme des atouts importants pour les familles.

Je pense que ce qui nous a beaucoup, beaucoup aidés chez nous, c'est qu'on est en campagne, puis on se trouvait vraiment chanceux d'avoir de l'espace. Parce que tu sais, on le voyait là quand il y a eu le confinement avec le couvre-feu et tout ça, là, tu sais, on pensait à ceux qui étaient dans des petits appartements, tu sais, des mauvais logements ou tout ça en ville, là, puis que là, il n'y avait à peu près plus rien qu'ils pouvaient faire, là. On y a sérieusement pensé. On se disait « on est chanceux, nous autres, on va prendre des grandes marches, on a comme un immense terrain », puis tu sais, la vie ne changeait presque pas en dehors de qu'on voyait moins de monde. Mais tu sais, on a on avait accès à toutes nos activités et tout. (Père, 40 ans)

Puis surtout, moi, j'ai besoin de beaucoup de liberté, puis d'espace là. Puis tu sais, on n'a pas une grande maison, mais, en fait, avant, on était en appartement. Je ne sais pas comment j'aurais fait, fait que là, j'étais vraiment contente d'être au moins dans notre espace. (Mère, 38 ans)

Les parents interrogés rapportent ne pas avoir vécu de stress financier en raison du maintien ou de la reprise précoce de leur activité professionnelle. Les deux familles qui décrivent avoir subi une perte de revenu ou une augmentation de leurs dépenses mentionnent avoir reçu un soutien matériel ou financier de la part de leur réseau familial.

Non, je n'ai pas vraiment vécu de stress financier. Puis, tu sais, je sais que Papa était quand même en arrière de moi. Donc déjà là, puis tu sais, je veux dire, en ayant une entreprise en alimentation, il venait porter – lui, c'est surtout de la viande – donc, il venait porter de la viande, etc. [...] Ma mère, elle nous a aidés aussi. Finalement, elle est allée acheter un portable pour qu'on puisse avoir un portable de plus. Parce qu'avec les tablettes Amazon que j'avais pour les enfants, ça ne fonctionnait pas du tout. (Mère, 37 ans)

On demande de l'aide vraiment quand on a vraiment besoin de l'aide de quelqu'un, quelques amis ici et là une fois de temps en temps, qui vont nous donner un coup de main pour ça. Tu sais, que ce soit des commissions, que ce soit même des fois, c'est déjà arrivé financièrement aussi. Prêter un 40 \$, un 100 \$ pour aller faire l'épicerie ou des choses comme ça, parce qu'on est plus justes ou quoi que ce soit. On a quand même quelques amis, mais tu sais ce n'est pas... C'est occasionnel, mais on sait qu'on a des gens si jamais on est mal pris. (Mère, 28 ans)

Trois parents rapportent avoir respectivement bénéficié des prestations financières de naissance (n=1 : P10), de l'aide d'urgence (n=1 : P7) ou de l'assurance chômage (n=1 : P9), ce qui est perçu comme une aide significative.

Ce que je me suis trouvé chanceuse, par exemple, c'est que, moi, j'avais une demande de chômage qui était déjà ouverte. Donc, ça n'a pas pris beaucoup de temps avant que je sois en mesure d'être payée de par ma demande de chômage qui avait déjà été ouverte auparavant. Tandis que si je compare avec les familles qu'eux, ils ont vraiment eu besoin

de faire une demande pour le COVID, etc., puis que finalement, ils se sont faits pas mal... ils ont dû rembourser presque la totalité. Je me trouve chanceuse, tu sais. Mais, malgré tout, dans tout ça, ça a bien été. (Mère, 37 ans)

Fait que mon chum s'est juste ramassé avec zéro. Mais moi, mes affaires étaient bien réglées, bien arrangées. Tu sais, j'étais en congé maternité, fait que je n'avais pas de coupure. Puis j'avais les moyens de payer 100 % pour toutes les dépenses de la maison. Puis avec la naissance de notre bébé, ça n'a surprenamment vraiment pas été long pour qu'on reçoive les allocations familiales. Fait que tu sais, juste ça aussi, ça l'a aidé à pallier, comme le moment où est-ce que lui n'avait pas les moyens de m'aider financièrement pour la maison, admettons. (Mère, 28 ans)

5.7.4 Le faible écart perçu avec les modes de vie habituels

Selon deux participants, le faible écart entre leur mode de vie habituel et celui imposé par les mesures sanitaires a facilité leur adaptation au contexte de la pandémie. Un père mentionne ainsi que lui et sa famille avait l'habitude de vivre isolés, tandis qu'une mère souligne le fait qu'elle et sa famille avaient un tempérament plutôt casanier et des loisirs d'intérieur.

Puis tu sais, juste pour l'expliquer un peu. On vit dans une super petite maison, fait que, même avant la pandémie, on était habitués de vivre très, très proche tout le monde. Fait que là, c'était comme la même chose, sauf que là, on voyait moins d'amis. Ça fait que j'ai l'impression peut-être que ça, ça nous a peut-être mieux préparés peut-être, qu'on était habitués d'être dans un petit espace toute la famille ensemble fait que. Puis les enfants n'ont jamais eu d'amis proches en campagne, ça a toujours été des amis qu'ils voyaient à l'école en ville. Ça fait que tu sais, au niveau de la famille à l'interne, ça n'a pas changé grand-chose. (Père, 40 ans)

Le fait que nos personnalités de base... Le fait que nos loisirs, ça, j'ai connu des gens que c'était l'inverse. Le fait que nos loisirs de base, ce soient des loisirs d'intérieur. Tu sais, moi, puis mon conjoint, tu l'as vu quand tu es arrivée, on est des *gamers*. On aime les jeux vidéo beaucoup. La petite aussi, elle aime les jeux vidéo. Papa, il aime ça jouer à Minecraft avec la petite, tu sais. Fait que déjà ça, le fait que nos loisirs, tu sais, je pense à quelqu'un qui est un sportif, un sport d'équipe, quelqu'un qui joue au hockey, quelqu'un qui fait de la musique, des spectacles de musique ou qui voit des *shows*, ça a dû être horrible. Mais je pense que ça, ça a été un facteur, entre guillemets, de protection pour nous dans le sens où ça nous a aidés vraiment à passer au travers. (Mère, 28 ans)

5.7.5 Les principaux facteurs de soutien identifiés par les participants

Invités à se prononcer sur ce qui a été le plus aidant face aux défis de la pandémie, les participants ont en premier lieu mentionné la communication familiale, en second lieu le maintien du réseau social.

Je pense, comme je l'ai dit tantôt, je pense vraiment la communication. Qu'on a toujours continué de parler, puis de se respecter, puis de mettre des choses au clair, là, puis de tout le temps savoir comment l'autre le vivait, puis tu sais c'est quoi mes limites, c'est quoi, parce que c'est ça. (Mère, 29 ans)

D'être capable de se parler, puis de se le dire. Puis, de ne pas se sentir isolée. Bien, tu sais, j'appelais souvent ma mère, mon père. Mes enfants, ils parlaient aussi avec papa. J'appelais mon conjoint. Je pense que c'est ça. De ne pas me sentir toute seule, d'avoir la possibilité d'avoir quelqu'un avec qui discuter. Moi, je pense que c'est ça qui m'a aidée à avoir la tête en dehors de l'eau, comme on dit. (Mère, 37 ans)

L'accès à l'information via internet a été nommé par un parent comme l'élément le plus soutenant dans le contexte de la pandémie.

Ça fait que tu sais, on s'est conscientisé nous-mêmes à faire des recherches, puis voir qu'est-ce que c'était, puis les antécédents comme la grippe espagnole, puis tout ça. [...] Écouter les conférences de presse. Tu sais, « ah, OK. C'est à telle heure, ça s'en vient. OK. » Ça fait que, là, on écoutait ça, les développements, qu'est-ce qu'on peut faire? Qu'est-ce qui est proscrit, puis tout ça. Ça fait que, tu sais, ce qui nous a aidés le plus, dans le temps de la COVID, c'est vraiment Internet, avec les informations pour tout ça. » (Père, 42 ans)

5.8 Les processus de résilience décrits par les parents

À l'évocation des différents défis vécus pendant la pandémie de COVID-19, les parents décrivent ce qui a permis à leur famille de traverser les moments difficiles en s'appuyant sur des forces préexistantes et en en développant de nouvelles, au fil des épreuves.

Les processus relatifs à la communication sont ceux qui sont le plus souvent décrits par les parents, comme stratégies favorables au maintien du bon fonctionnement de la famille. Parmi les processus relatifs à la communication, les parents mentionnent la recherche active d'informations fiables sur l'actualité et leur transmission aux différents membres de la famille. Face à l'afflux d'informations sur la pandémie, plusieurs parents rapportent s'être mobilisés pour filtrer l'information transmise, protéger la famille d'un contenu jugé anxiogène et adapter les informations au niveau de compréhension de chaque membre. Le partage des émotions au sein du système familial est un autre processus de communication décrit par plusieurs participants. Les entrevues révèlent également que certains parents ont consciemment utilisé certaines stratégies de communication jugées favorables, et qu'ils ont au contraire réajusté celles qui ne leur semblaient pas satisfaisantes.

Concernant les processus relatifs à l'organisation, les parents soulignent les bénéfices de l'augmentation du temps passé en famille à la suite de l'arrêt des activités. Ils décrivent le développement de dynamiques d'entraide entre les membres, en réponse aux défis du quotidien. Plusieurs parents rapportent que le contexte de la pandémie de COVID-19 a fait appel aux capacités d'adaptation familiale, et que la flexibilité a permis à la famille de mieux répondre aux imprévus et aux exigences liés à la situation. La famille et les amis sont les principales sources de soutien social décrites par les parents. Ces derniers se sont mobilisés pour maintenir le lien avec les proches. Les appels vidéo et les rencontres en personne sont les principales modalités de contact rapportées par les participants. Plusieurs d'entre eux reconnaissent avoir transgressé les règles sanitaires pour bénéficier de contacts en présence de leurs proches.

Plusieurs participants expliquent que leur point de vue sur certains éléments de la situation a favorisé l'évolution positive de la famille. La confiance en certaines forces familiales, la conscience de vivre dans un environnement favorable ainsi que la prise de recul par rapport aux événements liés à la pandémie font partie des éléments du système de croyances familial qui ont favorisé l'adaptation.

5.8.1 Les processus de résilience relatifs à la communication

5.8.1.1 *La circulation des informations reliées à la pandémie de COVID-19*

Trois participants expliquent avoir été particulièrement actifs dans la recherche d'informations fiables concernant l'évolution de la situation reliée à la pandémie.

Bien, on avait tendance à prendre ça au sérieux. On a pris ça au sérieux. On prenait ça au sérieux, on s'informait beaucoup, on en parlait quand même beaucoup en famille, les actualités, tout ça. C'est quelque chose qu'on suivait beaucoup. (Père, 40 ans)

Parce que, tu sais, on avait des informations ici et là. Puis, moi, je n'ai pas de télé. Bien, on a des télé, mais, comment je pourrais dire? Tu sais, Netflix, Disney, puis tout ça. Mais les nouvelles locales, on ne les a pas. Ça fait qu'on cherchait sur Internet qu'est-ce qu'il en était sur les sites gouvernementaux surtout. Qu'est-ce qu'il en était? Tu sais, le développement de la chose. [...] Tu sais, « Ah, OK. C'est à telle heure, ça s'en vient. OK. » Ça fait que, là, on écoutait ça, les développements, qu'est-ce qu'on peut faire? Qu'est-ce qui est proscrit, puis tout ça. (Père, 42 ans)

Cinq parents mentionnent également avoir fait une utilisation raisonnée des médias. Ils rapportent ainsi avoir pris des mesures pour modérer ou filtrer l'accès aux informations, dans le but de préserver le bien-être de la famille. Un participant mentionne par exemple avoir privilégié la chaîne publique d'informations par rapport aux médias sociaux. D'autres parents expliquent avoir diminué voire arrêter de s'informer temporairement en constatant les effets négatifs des médias sur le bien-être familial. Trois parents ont cessé leur utilisation des réseaux sociaux afin de préserver leur santé mentale.

Jun à décembre 2020, à peu près, qu'on a coupé complètement les médias sociaux. On écoutait seulement les nouvelles ou lectures de Radio-Canada. C'était tout ce qu'on avait comme informations qui rentrait par rapport à la pandémie. Donc on était sûrs d'avoir de la bonne information, puis on allait la chercher quand on voulait. On n'était pas comme bombardés d'informations. Je pense que c'est ce qui nous a permis justement de mieux passer au travers. On s'est comme créé une petite bulle, puis on... (Mère, 29 ans)

Je trouvais que c'était un petit peu trop exagéré d'écouter ça religieusement à tous les jours. Là, à un moment donné, il faut que tu en prennes, il faut que tu en laisses. [...] Parce qu'à un moment donné, j'étais là, « Non, non, non, on va arrêter de faire peur au monde des fois. » C'est de même... [...] Oui, oui, à un moment donné, j'ai complètement décroché pour être honnête. Oui, j'ai trouvé qu'ils avaient beaucoup joué avec la peur des gens. Ça fait que ça, ça m'a... je te dirais que ce que j'ai trouvé le pire dans tout ça, c'est cet aspect-là. (Mère, 37 ans)

5.8.1.2 La libre circulation des émotions au sein de la famille

Cinq mères soulignent le fait que l'expression des émotions est encouragée au sein de leur famille et qu'elle a été particulièrement privilégiée pour surmonter les difficultés liées à la pandémie de COVID-19.

Tu sais, on se disait tout. Se dire nos inquiétudes aussi. Ne pas penser, ne pas prendre pour acquis que l'autre le sait. D'en parler. Puis c'est sûr qu'en étant ensemble 24 sur 24, on n'avait pas trop le choix de communiquer. (Mère, 23 ans)

Puis comme famille, je pense qu'on a toujours, moi, puis mon chum, notre force, c'est qu'on communique beaucoup. Donc de toujours parler de comment qu'on se sentait, comment qu'on le vivait, parce que des fois, bien c'était vraiment dur. Puis des fois, on avait de la misère à comprendre. Tu sais, ça allait tellement vite, mais ça allait lentement en même temps. (Mère, 29 ans)

Une participante insiste sur l'importance de la circulation des émotions au sein de sa famille. Elle explique que cette valeur est d'autant plus importante pour elle qu'elle a souffert de ne pas pouvoir s'exprimer librement pendant son enfance. Elle a donc décidé de privilégier le partage des émotions dans sa propre famille. Selon la participante, la communication est

donc une force familiale développée en opposition à ce qu'elle a vécu durant l'enfance, et qui lui permet aujourd'hui de mieux surmonter les épreuves.

J'aime mes parents, mes parents, je n'ai jamais douté qu'ils m'aimaient. Mais je n'étais pas libre d'être, d'exprimer qui j'étais, qui j'aimais comme ce que j'aimais. Je me sentais comme un extra-terrestre chez nous, puis comme un extra-terrestre qui aurait pu se faire crisser à la porte aussi des fois pour certaines opinions ou sur certains sujets. Fait que je suis contente, j'ai l'impression qu'on a réussi à faire le contraire avec notre famille, puis ça vaut pour tout le monde, tous les membres de nos familles, même nos amis. C'est important pour moi parce que je me suis rendu compte que des parents aimants qui font le mieux qu'ils peuvent, des fois, ce n'est pas assez. C'est triste, hein? C'est triste. Ça ne veut pas dire que le fait qu'ils m'ont aimé...tu sais, il y a des lacunes que je n'ai pas parce qu'ils étaient aimants. Il y a des lacunes que je n'ai pas parce qu'ils étaient aimants, mais ça m'a fait beaucoup de tort, le reste. Ça fait qu'effectivement, c'est devenu une valeur importante pour moi. [...] Fait que non, ça, je dirais que c'est une des grosses forces de notre famille. Puis tellement que, tu sais, quand même la plus jeune, quand je dis que les milieux sont différents un peu, elle le nomme quand elle est ici. Qu'elle est bien et qu'elle peut dire ce qu'elle pense et qu'elle a le droit de ressentir ce qu'elle ressent. (Mère, 28 ans)

5.8.1.3 L'utilisation de stratégies de résolution des problèmes et des conflits

Les données issues des entrevues révèlent que plusieurs parents ont fait appel à certaines stratégies pour prévenir l'apparition des conflits au sein de leur famille. Deux participantes soulignent ainsi l'importance de respecter l'intimité de chaque membre de la famille et le besoin de chacun.e d'avoir des moments de répit, à l'écart des autres. Deux parents décrivent l'utilisation de stratégies favorables de communication, telle que la recherche du compromis, le fait de s'exprimer au « Je » ou encore de s'excuser

Il y a aussi la cohabitation. Là, il a fallu *dealer* beaucoup avec ça, vu qu'on était tout le temps dans la même maison. Ça fait que, tu sais, on a tous besoin d'un temps de repos à être seul avec nous-mêmes. Ça fait que, tu sais, ça a été cet ajustement-là qu'il a fallu travailler. « Tu as le droit à ton temps, j'ai le droit à mon temps, j'ai le droit de... toi aussi, tu es écœuré d'entendre ton frère ou ta sœur. Va dans ta chambre. Prends ton temps. Va jouer. Relaxe. Tu as le droit. Tu n'es pas obligé de rester à côté de lui. Tu peux t'arranger. Puis, quand tu seras prêt, bien tu reviens. Tu peux faire... » mais c'est ça. (Mère, 45 ans)

C'était ça par rapport à, et même entre adultes, tu sais, de parler au « je », de dire quand tu réagis de même. Et on est vraiment vite, moi et mon conjoint, à s'excuser et à réaliser quand on dépasse la limite. Tu sais, des fois, il va arriver quelque chose, puis il va me répondre un peu sec. Des fois, la chose n'a même pas rapport avec moi, mais moi il va me répondre sec. Ça prend des fois 30 secondes, même pas. Je m'excuse, ce n'est pas à cause de toi que je réponds comme ça. Ça désamorce, ça désamorce beaucoup, beaucoup, beaucoup les choses. (Mère, 28 ans)

Une participante explique que l'augmentation du temps passé avec son conjoint a permis au couple d'avoir davantage d'échanges directs, en présence l'un de l'autre, et de résoudre les difficultés au moment où elles surgissent, sans remettre la discussion à plus tard.

Bien, je pense que le fait justement d'être isolés, ça nous a rapprochés dans le sens où on a eu l'obligation de se parler. Tu sais, moi et mon conjoint, on s'est connus à 8 heures de route. On s'est connus beaucoup avec des textos et des messages par écrit. Quand ça va mal, la communication, elle flanche. Ça m'arrive des fois, là, moi, puis mon conjoint, on se chicane, ça ne marche pas, mais je pogne mon téléphone, puis je lui écris, puis il est juste à côté de moi. Mais j'essaie de parler, puis ça ne sort pas. Ça ne marche pas, le langage est bloqué. Fait que tu sais, ça, ça nous a permis justement de retrouver une opportunité de communiquer, puis de nous aider dans cette optique-là. [...] Je pense que c'est vraiment le fait qu'on était 24 h sur 24 tout le temps ensemble, fait qu'il n'y avait pas de... bien, on se parlait tout le temps, on se disait toujours tout. On remettait toujours chaque affaire à la seconde où il y avait quelque chose qui clochait. Fait que ce n'était pas un : ah, encore ça, voyons! Puis là, tu sais, tu te fâches en dedans de toi, mais tu n'en parles pas avec la personne concernée. Alors tu sais, à la seconde qu'il arrivait quelque chose, on en parlait, puis ça se réglait tout de suite, fait que ça ne faisait pas boule de neige. (Mère, 28 ans)

5.8.2 Les processus de résilience relatifs à l'organisation familiale

5.8.2.1 *L'augmentation de la cohésion familiale et des dynamiques de soutien mutuel*

Quatre parents soulignent les bénéfices de l'augmentation du temps passé en famille et des activités partagées entre les membres dans le contexte du confinement. Ce changement est perçu positivement par plusieurs participants, qui le décrivent comme une source de motivation, d'apprentissage et de plaisir.

Parce qu'on était à temps plein. On était tous dans la même maison. Ça fait qu'on n'avait pas le choix de vivre ensemble, puis d'apprendre à vivre dans la même maison, tout le monde ensemble aussi. [...] Ça fait qu'on s'installait tous à table. Ça fait qu'on était proche l'un et l'autre, puis on faisait nos choses tous ensemble. Ça fait que c'était plus facile de les motiver comme ça que de, chacun dans leur chambre à faire... (Père, 42 ans)

On a mis en place qu'on s'entraînait. Parce qu'en fait, à un moment donné, il fallait occuper le temps, là. Parce que là, on avait tourné en rond longtemps dans la maison, puis pouvait être lourd, là. Fait que moi puis mon chum, on a commencé à s'entraîner ensemble, fait que ça faisait une activité, on bougeait, on faisait autre chose que, admettons, c'est facile d'être juste sur le divan, puis être sur notre téléphone quand il n'y a rien à faire, puis... (Mère, 25 ans)

L'augmentation du temps passé en famille a également favorisé la collaboration entre les membres et une meilleure compréhension des enjeux vécus par chacun. Quatre participantes décrivent le développement de stratégies de soutien mutuel au sein du couple. Elles expliquent ainsi qu'elle et leur conjoint se sont apporté du répit et un support émotionnel réciproque dans les moments difficiles. Chaque membre du couple est décrit comme sensible au vécu de l'autre et disposé à faire des changements en faveur de son bien-être.

Fait que tu sais à ce moment-là, Alex mon conjoint, il prenait Jacob, puis moi j'avais vraiment cette soirée-là, puis on se faisait une petite soirée vino. [...] Puis entre nous, dans notre couple, je trouve qu'on a vraiment été là l'un pour l'autre, là. Tu sais, quand on voyait qu'un allait moins bien, on a vraiment comme tenté de mettre des choses en place qui feraient du bien à l'autre. (Mère, 25 ans)

Je ne sais pas, je pense qu'il y a comme eu des relais aussi qui se sont pris à un moment donné. Tu sais, comme, tu sais, moi, je disais que j'étais envieuse que lui, il sorte de la maison, mais à un moment donné, tu sais, lui, il était fatigué, parce qu'il travaillait quand même plus fort. Tu sais, fait qu'il y a eu comme, on s'est comme passé le relai à quelques fois, genre, par rapport aux avantages ou inconvénients, admettons, qui étaient différents pour chacun d'entre nous. Fait que je pense qu'il y a un moment où est-ce que, tu sais, j'ai pris plus de trucs. Quand j'étais à la maison que lui sortait, tu sais, j'essayais que lui, il n'ait pas à ça à faire, vu que c'est comme mon avantage d'être en télétravail, admettons. Fait que tu sais... (Mère, 38 ans)

Une participante explique que, du fait de l'arrêt des activités, elle a bénéficié de la présence et du support de son conjoint après la naissance de leur bébé. Ce temps passé en famille a permis au père d'être davantage exposé à certaines réalités parentales, ce qui a amélioré la compréhension et l'entraide au sein du couple.

Puis mon bébé n'était pas facile, puis le fait d'avoir mon conjoint à la maison, d'un, ça m'a vraiment aidée d'avoir quelqu'un à qui passer la tag quand je n'étais plus capable. Puis de deux, je pense que ça lui a permis aussi de lui, en étant à la maison, de voir c'est quoi. Tu sais, il n'allait pas travailler, puis il revenait, voyons, tu n'as pas rien fait, comment ça l'épicerie, comment ça tu n'as pas lavé la vaisselle? Comment ça tu n'as pas ci, tu n'as pas ça? Ça fait que nos premiers mois, on a vraiment comme fusionné en tant que famille. Fait que quand il a recommencé à travailler après, bien, il avait vu comment c'était *rough* avec le bébé, puis avec la plus vieille, qui elle ne voulait pas nécessairement faire des siestes aux heures que ça convenait au bébé de faire des siestes. Fait qu'il était beaucoup plus compréhensif face à la situation, fait que ça nous a vraiment aidés. (Mère, 28 ans)

Une participante rapporte avoir également bénéficié du support émotionnel de ses enfants.

Puis, être là. Je veux dire, des fois il y a des journées que tu pleures, des journées que tu es comme, tu es à bout. Tu es tannée, là. Puis, de se remonter le moral mutuellement. Les enfants aussi, tsé des fois, « Ah, Maman, là là, viens donc jouer avec moi, là. Viens donc dessiner. » Tu sais, de te faire sortir un petit peu de ta torpeur. Parce que... Oui, c'est ça, la présence. Ça, ça... tu sais, juste de se faire prendre dans tes bras, de dire

« Regarde, ne lâche pas, ça va aller là. » On avait chacun tous nos moments, mais ce n'était pas tous en même temps. C'est ça. Ça fait qu'on était capable au moins de se remonter le moral un peu. (Mère, 37 ans)

Une mère proche aidante mentionne que l'arrêt des activités lui a permis d'avoir davantage de temps pour prendre soin de sa mère, qui vivait avec elle en raison de ses problèmes de santé.

Ma mère est décédée aujourd'hui et elle était chez moi pendant ce temps-là. Donc, je pense que ses dernières années de vie, j'ai pu les passer, au moins avoir plus de temps avec elle. Puis elle est arrivée à la maison en décembre, puis en mars, on était confinés. Il y a du positif et du négatif. Aussi ma mère était très malade, puis j'en faisais beaucoup, beaucoup. Et comme de pouvoir peser sur pause puis de dire : « OK, je me concentre sur ma famille parce que je ne peux pas faire autre chose de toute façon ». (Mère, 23 ans)

Deux participantes expliquent que le contexte relié à la pandémie a entraîné une remise en question dans la gestion financière du foyer. Le déséquilibre entre les revenus liés à l'interruption des activités professionnelles de l'un des deux conjoints a entraîné un partage accru des ressources au sein du couple.

On a aussi, tu sais, bien, au niveau des finances, dans notre famille, ça n'a pas toujours été l'entente. Mon chum, il fait beaucoup plus d'argent que moi. Mais il n'a pas aussi la même vision des dépenses, admettons. Ça fait qu'on s'est, tu sais, repositionné sur nos valeurs en lien avec ça, parce que bon, lui, il avait perdu une partie de son salaire. Là, ça l'a fait réfléchir aussi sur comme « OK. Ah fait que là, c'est à son tour de faire plus d'argent que moi. Puis elle veut m'aider, puis moi, genre, je fais le double de son salaire dans la vie, puis... », en tout cas. Ça fait que je pense que ça a fait comme des changements un peu là-dessus aussi. Je pense que là, il a comme fait « OK. Genre, elle n'a rien, puis elle est prête à le partager, puis là, moi, OK ». Ça fait qu'après, tu sais, il y a eu quand même aussi de l'entraide, tu sais, au niveau financier. (Mère, 38 ans)

Bien, tu sais, ça faisait plusieurs fois qu'il m'en parlait, puis qu'il me disait j'attends mon argent du chômage. J'ai fait les démarches pour l'aide COVID, je ne me souviens plus comment elle s'appelait. Puis là, je suis en attente. Là, je peux te virer ça, mais là c'est la fin du mois. Puis là, il avait des dettes des gouvernements, puis il avait sa pension alimentaire de son gars, puis j'étais comme regarde, sincèrement, je n'en ai pas de besoin. L'argent que moi je reçois, je vais juste le diviser en conséquence. [...] Tu sais, j'étais en congé maternité, fait que je n'avais pas de coupure. Puis j'avais les moyens de payer 100 % pour toutes les dépenses de la maison. [...] Fait que tu sais, juste ça aussi, ça l'a aidé à pallier, comme le moment où est-ce que lui n'avait pas les moyens de m'aider financièrement pour la maison, admettons. (Mère, 28 ans)

5.8.2.2 Le partage des tâches domestiques entre les membres

Cinq parents mentionnent que la répartition plus équitable des tâches domestiques a été un élément important de la réorganisation de la vie familiale en contexte de pandémie. Tous les membres de la famille étant présents à la maison, chacun a été davantage mis à contribution dans les activités relatives à l'entretien de la maison et à l'organisation des repas. Les participants mentionnent une augmentation de l'implication de chaque parent, mais aussi des enfants.

Que tous et chacun fasse sa part dans la maison aussi. Tu sais, on avait une routine autre, avant que tout ça arrive. On roulait d'une façon. Mais là, en étant les deux ici, ce n'était pas nécessairement équitable de la façon que ça fonctionnait avant, versus là, on est les deux à la maison. Fait que c'est sûr que tous et chacun participe. (Mère, 25 ans)

Bien que tout le monde collabore aux tâches. Nous autre, on a dit « On donne tel montant à la femme de ménage. Bien, si on *split* de façon équitable, on se *split* la paye de la femme de ménage. Ça veut dire moi, toi, tu en as une part. Si tu veux en faire plus, tu peux en faire. Je te donnerai une plus grande part ». Tu sais, on ça se *split* sa paye. Fait qu'on a fait ça. Bien c'est ça, tu sais, que mon chum en prenne plus, plus de responsabilités, surtout au moment où il ne travaillait pas. (Mère, 38 ans)

5.8.2.3 L'augmentation de la flexibilité familiale

Cinq parents rapportent avoir fait appel à la capacité d'adaptation de la famille pour faire face à l'imprévisibilité de la situation reliée à la pandémie. Ils mentionnent avoir privilégié la flexibilité pour résoudre les problèmes et favoriser le bien-être familial. Cette flexibilité se manifeste de différentes façons. Chez certains parents, elle se traduit ainsi par l'adoption d'un état d'esprit souple et ouvert au changement :

Bien, je me dis qu'on n'avait pas le choix... j'ai juste comme une expression anglaise qui me vient, mais c'est comme *go with the flow*. Tu sais, il faut que tu embarques, il faut tu t'adaptes au fur et à mesure. (Mère, 37 ans)

Je pense, la flexibilité, être capable de se repositionner, de ne pas rester campé dans « C'est ce qu'on a décidé, puis ça va être ça, là », parce que là, c'est vrai que ça aurait augmenté les conflits. (Mère, 38 ans)

La flexibilité apparaît également dans la modération de certaines mesures sanitaires, dans l'allègement de certaines contraintes, qui visent à faciliter le quotidien de l'enfant :

Parce que surtout au début, quand on ne savait pas pantoute à quoi s'attendre, on était peut-être un petit peu plus comme on se lavait les mains aussitôt qu'on rentrait à la

maison, attention, les poignées de porte. Tu sais, vraiment là, on dirait qu'on analysait tout ce qu'on touchait. Et pas facile pour un enfant, vraiment pas facile pour un enfant. [...] Fait que quand on a juste, tu sais, comme respire un peu, puis *lousser* un peu les choses, je pense que ça lui a enlevé une petite pression sur les épaules. Dire on fait quand même attention. On a ciblé les affaires qui étaient vraiment importantes pour nous et on s'est concentrés là-dessus, puis le reste, on a un petit peu laissé aller, mais je pense que pour son bien à elle, c'était l'idéal. (Mère, 28 ans)

Le fait de réajuster l'organisation de l'horaire et des tâches reliées à la sphère professionnelle démontre également la capacité parentale à s'adapter aux différents changements liés à la pandémie :

Ça fait que j'avais organisé mon horaire que, la semaine que j'avais les enfants, je faisais à peu près, je pense, 8 heures admettons. Fait que j'étais presque totalement disponible pour les enfants, pour leur école à la maison, tout ça. Puis quand ils étaient chez leur mère, bien là, je faisais comme une grosse semaine. Bien, une grosse semaine... 40 heures, finalement. Ça fait 40 heures, puis l'autre semaine, ou 40-45 heures, puis l'autre semaine je faisais de 8 à 10 heures. Fait que ça, c'était ma façon de pouvoir être plus là pour les enfants. Puis ma blonde, elle, c'est un peu semblable quand même. (Père, 40 ans)

Enfin, la flexibilité apparaît dans l'évolution des priorités familiales dans le contexte de la pandémie. L'ajustement des attentes parentales à l'égard des enfants et l'assouplissement de certaines règles démontrent à ce titre une capacité à s'adapter au contexte exceptionnel de la pandémie, dans le but de préserver l'équilibre familial.

On a choisi nos batailles, chose que je ne fais pas toujours dans la vie normale. Le fait de prioriser, je pense, notre santé mentale, ça nous a vraiment beaucoup aidé. Prioriser notre plaisir, admettons, ça nous a aidés. [...] Tu sais, ça a été vraiment comme des réajustements tout le long. Oui. Bien, c'est, par exemple, en abandonnant un peu le combat de, tu sais « Il faut que tu sois en classe, en ligne, tu vas le faire ». Mais tu sais, on a fait le strict minimum, là... Puis j'avoue que nous, comme parents, moi, ça n'a pas été mon cheval de bataille. À ce moment-là, c'était comme « OK, non, là, je veux juste qu'on ne soit pas trop malheureux, qu'on s'en tire, puis qu'on garde un équilibre semi-relatif. (Mère, 38 ans)

5.8.2.4 *Le maintien d'une routine familiale*

Huit parents participants rapportent que le maintien d'une routine a facilité leur adaptation aux changements reliés à la pandémie. Les moyens mentionnés par les parents afin de structurer la vie quotidienne des enfants sont multiples : la mise en place d'activités obligatoires et d'un horaire précis pour chaque activité, ou encore l'utilisation de supports

tels que les calendriers ou les tableaux renforçateurs. Les motifs qui ont amené les parents à maintenir une routine stable sont multiples et varient en fonction de l'âge des enfants. Selon les propos des participants, la routine répondait ainsi à différents besoins. Pour les parents d'enfants d'âge préscolaire, le maintien d'une structure permettait d'apporter des repères au tout-petit et de le sécuriser. Pour les parents d'âge scolaire, le cadre permettait de motiver l'enfant dans ses apprentissages et de faciliter sa réadaptation au rythme scolaire, dans la perspective d'un retour à l'école. Enfin, quel que soit l'âge des enfants, les parents soulignent l'importance d'encadrer les activités reliées aux écrans en imposant des contraintes de temps.

Non, parce qu'on a vraiment gardé la routine, même si on était à la maison. Comme les repas aux mêmes heures. Tu sais, on sortait dehors, on avait une cour. On était chanceux de l'avoir. Il y en avait beaucoup qui n'en avait pas, dans ce temps-là. Ça fait que non. On faisait des bricolages l'après-midi. On gardait quand même un rythme. (Mère, 23 ans)

C'est sûr qu'au début, c'était comme un peu un jeu-là. C'était le fun. À un moment donné, c'est devenu moins le fun, là, à force que ça dure, là. Fait que tu sais, admettons, on s'était fait un calendrier avec des temps d'écrans, des temps de lecture, des temps d'activités, puis tout ça. Oui, un peu, parce que là, bien, il y a eu un bout où est-ce qu'on était « Oui », puis là, après « OK, non, on va mettre un peu de structure là-dedans ». (Mère, 38 ans)

5.8.2.5 La prépondérance du rôle joué par les réseaux de soutien informels

Plusieurs parents de l'échantillon rapportent une diminution du recours aux services de soins et de soutien formels, au bénéfice des sources de soutien informelles issues du réseau amical et familial. Deux participantes expriment une certaine insatisfaction à l'égard des nouvelles modalités de services de soutien formels. Elles mentionnent avoir eu recours aux services d'un.e professionnel.le de la relation d'aide pendant la pandémie, l'une dans le cadre d'un suivi pour sa fille, l'autre en réponse à un problème d'anxiété reliée au contexte de la pandémie de COVID-19. Ces deux participantes décrivent certaines limites à l'égard des services reçus à distance, soit par téléphone ou par vidéoconférence. L'une d'entre elle dit avoir mis fin rapidement à son suivi.

Mais moi, j'ai consulté pendant la pandémie, puis j'ai eu besoin de... J'ai pris des... pour m'aider avec mon anxiété. Parce qu'à un moment donné, j'étais rendue trop anxieuse, parce qu'au travail aussi, ça avait été difficile. Donc ça, ça avait aidé un petit peu, parce que c'était quand même un climat qui était... On a de la misère à se ramener où est-ce qu'on était là, c'était quand même intense, tu sais, l'adaptation, c'est déjà tout. C'était vraiment en début de pandémie, c'était par Zoom. Pas vraiment. C'était avec le PAE. Il

n'avait beaucoup servi à grand-chose, je dirais. Par Zoom, je pense qu'on ne s'est même pas... Ça a été juste par téléphone, ce n'était même pas par Zoom. Je pense qu'on s'est parlé trois ou quatre fois, puis ça n'a pas été vraiment, je pense que je me suis plus autogérée, finalement, là. (Mère, 29 ans)

Ma fille, elle était suivie pour son comportement. Ça fait qu'elle le faisait en Zoom. [...] Bien, c'est différent. Elle était plus distraite que vraiment concentrée quand tu es face à face avec la madame. Parce que, oui, tu sais, tu as l'écran, mais on peut gossier avec un crayon. Quand on est face à face, tu n'as pas le choix de la regarder ou tu regardes tes pouces. (Mère, 37 ans)

Une participante explique qu'elle vivait avec sa mère qui avait besoin de soin et dont elle s'occupait quotidiennement. Cette participante raconte que les services de santé dont bénéficiait habituellement sa mère ont été brusquement interrompus en raison de la pandémie de COVID-19. Cette rupture de services a été une source importante de stress pour la proche aidante.

J'avais aussi ma mère qui était malade, à l'époque, qui restait chez moi. Donc, elle, là, le CLSC venait désinfecter ses plaies en ce temps-là. Les soins ont arrêté. Donc, je me souviens que c'était difficile d'aller chercher de l'aide, d'avoir des gens qui continuaient à travailler, même si c'était du côté de la santé, la peur du stress, beaucoup d'anxiété face à la situation, ça c'est sûr. (Mère, 23 ans)

Une participante exprime avoir été très réticente à l'idée de recevoir de l'aide par le biais de rencontres virtuelles.

Ça fait que là, j'étais comme « Non, moi, je ne veux pas ». Tu sais, si j'avais eu besoin. S'il y avait eu une augmentation de ma détresse pendant un bout, là, je l'aurais fait. Mais dernièrement, justement, ils ont changé de programme d'aide aux employés. Ils nous ont dit qu'on avait le droit juste à distance. Puis j'ai fait une rencontre, puis j'ai dit « Non, non, non, là, trouvez-moi autre chose ». Puis pour vrai, finalement, par stratégie, j'ai réussi à trouver quelqu'un, puis là, je vois quelqu'un. Mais c'est ça, fait que pour moi, c'était vraiment un dernier recours. (Mère, 38 ans)

Le réseau issu de la famille élargie est le plus souvent cité comme principale source de soutien. Les ami.e.s proches constituent la seconde source de soutien, avant la ou le conjoint.e. Une participante mentionne qu'elle a surtout pu compter sur le soutien de sa fille aînée.

Des amis. Des amis proches. Parce que quand je dis que notre belle-mère, c'était compliqué avec sa propre mère qui est âgée et qui est en résidence, en plus. Elle était là quand même. Elle a pris les enfants quelques fois, mais vraiment pas souvent, admettons, dans le gros, gros de la pandémie, parce que justement, ça la rendait nerveuse. Mais nous, on a le parrain, justement, de la petite qui vit à proximité. Ça fait que tu sais, par exemple, quand on a eu la COVID puis qu'on avait besoin de quelqu'un qui aille faire des commissions pour nous, pour nous ramener des trucs pour se soigner

ou des choses comme ça, c'est lui qui est allé. Notre épicerie, même affaire. À moment donné, on n'avait plus de tests COVID. On lui a demandé, il est allé. Pour de vrai, mais tu sais lui aussi quand il a pogné la COVID, on a fait la même affaire. (Mère, 28 ans)

5.8.2.6 Les initiatives familiales pour maintenir le lien avec le réseau social

Sept participant.e.s mentionnent s'être mobilisé.e.s pour maintenir des contacts réguliers avec les membres du réseau social. Les opportunités de contact avec les amis sont celles qui sont le plus souvent mentionnées par les participants, avant les membres de la famille élargie puis le travail.

Ma mère beaucoup. Tu sais, je parle de ma mère à tous les, même encore là, mais à ce moment-là, je parlais à ma mère à tous les jours. On faisait des FaceTime. Fait qu'elle a pu voir la petite grandir. Puis tu sais, ma mère est à Trois-Rivières, puis elle parle tellement souvent Mélodie que Mélodie n'a eu aucun *clash*. C'est comme si elle la voyait à tous les jours... Tu sais, la relation est vraiment proche, malgré le fait qu'on ne vit pas ensemble. (Mère, 29 ans)

On se faisait des FaceTime, nos trois filles, avec notre petite coupe de vin. Puis on se faisait notre causerie. C'était souvent le vendredi soir qu'on faisait nos 5 à 7. Ça fait que, de temps en temps, on se le faisait en Zoom. On en riait. On en pleurait, mais on passait à travers. (Mère, 37 ans)

Une participante explique qu'elle s'est longtemps sentie isolée avant de décider de reprendre contact avec ses voisins. Elle explique qu'ils se sont ensuiteentraîdés.

Bien, c'est ça, tu sais, j'étais vraiment toute seule dans ma petite bulle d'isolement de pandémie. Et ça m'a pris un bon deux-trois mois avant de me dire je suis toute seule, mes voisins sont tous seuls et ils ne voient pas personne. Fait qu'on va juste se souder. Mes voisins, c'était un couple de personnes âgées qui vraiment ne travaillaient pas ni l'un ni l'autre, étaient isolés les deux. Fait qu'on avait commencé un peu à faire des épiceries mixtes. Quand un partait faire l'épicerie, il appelait l'autre, tu avais-tu besoin de quelque chose? Fait que ça, ça m'a permis de souffler un peu, d'avoir comme une personne sur qui me reposer. [...] Bien oui, c'était quelqu'un à qui je pouvais venir m'asseoir à la table. Tu sais, nous, en tant qu'adultes, on gardait nos distances. Mais Christine, pas tant. Elle, elle jouait autour, puis elle donnait des câlins à mes voisins. Mais tu sais, c'était quelqu'un que je pouvais voir, puis parler, puis ça fait du bien le support. (Mère, 28 ans)

5.8.2.7 La transgression des règles sanitaires pour maintenir les contacts sociaux

Cinq parents mentionnent avoir choisi de transgresser certaines mesures sanitaires afin de maintenir les contacts sociaux avec leur réseau social ou celui de leurs enfants.

Tu sais, on avait quand même, à ce moment-là, on ne pouvait pas voir, tu sais, il y avait un nombre restreint de rassemblements. Je ne me rappelle plus là, tu sais... Mais oui, mais je me rappelle, quand il est venu au monde, tu sais, on ne pouvait pas faire des gros rassemblements. Puis tu sais, c'est des grosses familles, là, nous autres, juste les frères et sœurs à mon chum, ses parents, on dépassait là. Puis on était comme « Non ». Ça nous, on l'a toujours fait. Moi, je ne pouvais pas imaginer... Là, je divague. Je ne réponds pas à ta question, là, mais je ne pouvais pas imaginer élever un enfant sans des gens autour. Je ne voulais pas que, bien, ça ne se fait pas. Pour moi, c'était comme, ça fait partie du développement des enfants de voir autres gens que la famille nucléaire, admettons, fait qu'on a continué. Oui, le fait qu'on ne respecte pas à la lettre les consignes, qu'on continue de voir... Oui, nous, on a choisi que c'était ça notre risque, puis on y a été. Tu sais, fait que le fait qu'on continue de voir des gens à l'extérieur, en tout cas, moi, ça a été salvateur, parce que moi, j'ai été longtemps, longtemps, longtemps sans sortir là. (Mère, 38 ans)

Fait que tu sais, c'est ça, il y a eu ce moment-là où est-ce que je suis vraiment partie avec mes filles en me disant comme, mais si la police m'arrête, je savais qu'ils n'arrêtaient pas de parler aux nouvelles qu'il y avait des barrages partout. Puis finalement, on n'a jamais pogné une police. Mais tu sais, j'y ai pensé. Puis c'est ça. Tu sais, il y a certaines autres fois où on est retournés, puis c'est quoi? Il y avait Pâques, il y avait Noël. Il y avait ces occasions-là que mes parents, ils vivent maintenant à Tremblant sur le bord de l'eau dans une rue cul-de-sac, tu sais. C'est quoi les chances qu'il y ait un voisin qui te *stoole*? Écoute, si le voisin décide de *stooler*, le voisin va te *stooler*. Mais tu sais, il n'y a pas une police qui va passer là parce qu'elle fait une *run* sur le bord de l'eau, jamais. Fait que tu sais, on a pris le risque quelques fois pendant la pandémie, que tout était fermé, qu'on n'était pas supposés, puis on l'a fait pareil. (Mère, 28 ans)

Une mère décrit avoir ressenti un sentiment d'injustice par rapport à certaines mesures prises dans le contexte de la pandémie. Elle rapporte avoir adopté une posture critique à l'égard de certaines règles.

Ça fait que mon sens critique, à un moment donné, il a pris le dessus, puis il a dit « OK, là, wow, là, il se passe quelque chose, là. » À un moment donné, on n'est pas tous des cruches, là. Je veux dire il faut être capable de relativiser, puis de dire « regarde là, à un moment donné, assez, c'est assez. » Ça fait que oui. Il y avait des injustices incroyables. Écoute, comment de fois j'ai... je voyais des gens essayer de parler à leurs parents qui étaient dans un centre pour personnes âgées, au travers d'une fenêtre, qui étaient en fin de vie, qui ne pouvaient même pas leur faire leurs adieux. Des injustices. J'ai vécu ça comme des injustices sociales. Ça, cette partie-là, pour moi, ça a créé beaucoup d'injustice, beaucoup de frustration. (Mère, 37 ans)

5.8.3. Les processus de résilience relatifs au système de croyances familial

Six parents racontent avoir cultivé un certain point de vue sur les événements et sur leur famille qui a été favorable à leur adaptation face aux difficultés rencontrées. Les parents

mentionnent trois phénomènes principaux qui ont contribué à renforcer leur croyance dans la capacité de la famille à surmonter les épreuves reliées au contexte : 1) la conscience de vivre dans un environnement favorable, en bénéficiant par exemple d'une maison, d'un jardin, d'une cour extérieure ou encore du contact avec la nature; 2) la capacité à prendre du recul et à faire preuve de discernement par rapport à l'actualité; 3) la conscience des forces familiales.

Tableau 3

Les facteurs exerçant une influence favorable sur les systèmes de croyance familiaux

La conscience de vivre dans un environnement favorable	Puis, je me compte chanceuse dans le sens que, tu sais, je veux dire, on est quand même sur trois étages. Ce n'est pas une si petite maison. Ça fait qu'on avait de l'espace. Mais, j'essaie de m'imaginer des fois des gens qui étaient dans un trois et demi ou un quatre et demi, puis qui étaient cloîtrés là encore pire que nous. Puis, je me dis « oui, OK, finalement. » Tu sais, quand on se compare, on se console là. Mais oui, c'est ça, exactement. Ça fait que je pensais beaucoup à ça. Je me disais « oui, mais OK, il y en a qui sont pires que... ». (Mère, 37 ans)
La capacité à prendre du recul et à faire preuve de discernement par rapport aux événements	Bien, clairement que si moi et mon conjoint on avait été très anxieux, on était quand même, on essayait du moins d'être le plus relax possible. Tu sais, dans le sens qu'on ne peut pas paniquer sur les choses qu'on ne peut pas contrôler. On va se concentrer sur ce qu'on peut contrôler. [...] Puis nous on a essayé de rester vraiment dans un équilibre. (Mère, 28 ans)
La conscience des forces familiales	• Capacité d'adaptation familiale : Donc tu sais, l'adaptation, on connaît ça, on s'adapte. [...] Donc les petites sont dans cette adaptation-là tout le temps. Tu sais, on... On se décrit comme deux nomades, en fait, fait que nomades avec une place qu'on vit, fait que c'est sûr que... (Mère, 29 ans) • Capacité de communication : Fait que non, ça, je dirais que c'est une des grosses forces de notre famille. Puis tellement que, tu sais, quand même la plus

	jeune, quand je dis que les milieux sont différents un peu, elle le nomme quand elle est ici, qu'elle est bien et qu'elle peut dire ce qu'elle pense et qu'elle a le droit de ressentir ce qu'elle ressent. (Mère, 28 ans)
--	--

5.8.3.1 La transformation de la famille à la suite des défis relevés pendant la pandémie de COVID-19

Les données issues des entrevues permettent d'identifier plusieurs forces que les participants rapportent avoir développé en réponse aux épreuves traversées pendant la pandémie de COVID-19. Les habiletés relatives à la communication sont celles qui sont le plus souvent décrites. Plusieurs participants rapportent également une consolidation des liens familiaux, au sein du couple, entre les enfants et les parents, mais aussi avec les membres de la famille élargie. Certains parents décrivent le développement d'une confiance accrue dans les forces familiales. Enfin, des participants expliquent que l'expérience de la pandémie a modifié leur système de valeurs, en donnant une importance nouvelle à l'entraide et aux liens sociaux. Six parents rapportent que les défis relevés pendant la pandémie leur ont permis d'améliorer les stratégies de communication au sein de la famille. Les points d'amélioration cités à cet égard sont : la diversification des moyens de communication utilisés, le partage facilité des émotions, ainsi que l'amélioration des stratégies de résolution des conflits au sein des couples séparés et recomposés.

Une participante explique que, du fait de l'isolement relié à la pandémie, sa mère a commencé à utiliser des applications virtuelles pour maintenir le lien avec sa famille. L'utilisation des réseaux sociaux, des services de messagerie en ligne, des appels vidéo lui a ainsi permis de garder le contact et de jouer un rôle plus significatif auprès de sa petite fille.

Fait que je ne sais pas s'il n'y avait pas eu la pandémie, je ne sais pas si on aurait été si proches vu que ça a comme crée ça. Parce qu'avant ça, ma mère n'utilisait pas Facebook, n'utilisait pas Messenger, ne faisait pas de FaceTime, mais avec la pandémie, elle n'a comme pas eu le choix de s'adapter. Fait qu'avec la naissance de Mélissa, elle le savait déjà, c'était déjà ancré, fait que là, bien, elle parle beaucoup à la petite, aux filles, en fait. (Mère, 29 ans)

Une autre participante mentionne que les défis relevés pendant la pandémie ont amélioré la communication au sein de sa famille, en particulier au niveau de l'expression des émotions. Elle souligne sa prise de conscience des bénéfices de la verbalisation des émotions.

Bien, moi, tout tourne autour de la communication. C'est vraiment ça qui a sorti le plus. D'être capable de se parler. Oui, c'est vraiment la communication comme qui a pris le dessus. Autant que des fois, tu es comme tanné de la situation, tu en as ras-le-bol. C'est un trop-plein. Mais qu'est-ce que tu fais? Bien, tu vas appeler quelqu'un pour en parler. Tu ne peux pas rester avec ce sentiment-là. Tu as envie de passer à autre chose. Tu n'as pas envie que ce sentiment-là t'envahisse non plus. Ça fait qu'il faut que tu te libères de tout ça. (Mère, 37 ans)

Concernant la communication au sein du couple séparé, une mère rapporte que la période de la pandémie a permis d'améliorer la qualité des échanges avec le père de son enfant. Elle décrit une diminution de l'impulsivité dans la relation du couple séparé, avec davantage de place accordée au dialogue. De la même façon, une autre participante explique qu'elle et le père de son enfant ont fait évoluer leurs stratégies de communication au cours de la pandémie, en privilégiant les appels téléphoniques par rapport aux messages textes et en impliquant davantage le nouveau conjoint dans les discussions.

Je pense qu'avec le père de mes enfants, du moins, ça m'a permis de peut-être mieux communiquer. De prendre plus le temps de se parler sans monter dans nos grands chevaux ou tu sais. Ça m'a peut-être fait évoluer à ce niveau-là. (Mère, 37 ans)

Puis c'est ça, vu que ça nécessitait qu'il y ait plus de communication, c'est ça les textos, ça ne fonctionnait plus. Ce qui pouvait fonctionner avant, puis là, ça ne fonctionnait plus. [...] Oui, au niveau des communications. Changer le médium, puis impliquer plus mon chum. Je pense que c'est pas mal ça qui a permis de résoudre pas mal tous les problèmes auxquels on avait. (Mère, 25 ans)

Une participante explique qu'elle a changé sa façon de réagir face au conflit pendant la pandémie de COVID-19. Étant contrainte de demeurer en présence de son conjoint lors des conflits, elle a appris, plutôt que de privilégier une stratégie de fuite, à mieux gérer ses émotions et son impulsivité.

Dans mon monde à moi, quand ça ne fait pas mon affaire, j'ai tendance à ramasser mes affaires et sacrer mon camp, puis m'enfuir. La pandémie m'a coupé cette option-là. Je ne pouvais pas m'enfuir plus loin que les balançoires dans ma cour. Mais d'un autre côté, tu sais, je pense que ça m'a aidée à comprendre que je n'avais pas nécessairement besoin de m'enfuir, mais plus de laisser retomber les émotions. Fait que, tu sais, maintenant, je le nomme. Là, arrête, j'ai besoin de respirer. Je m'en vais faire telle affaire. On en reparle dans deux minutes. Des fois, juste ce deux minutes-là, il permet d'éviter la plus grosse des disputes possibles et inimaginables. Parce que tu as tellement les émotions dans le

tapis que les paroles dépassent les pensées. Tu sais, ça, ça m'a beaucoup aidé. Et aussi le dire à l'avance. Tu sais, ne pas attendre d'accumuler. (Mère, 28 ans)

Les deux autres changements favorables les plus mentionnés par les participants sont la consolidation du couple et celle des liens familiaux, incluant la famille élargie.

Ça a aussi, je pense, fait ressortir, on le sait, mais fait ressortir l'importance de nos familles, puis pas juste notre famille, notre noyau, là, tu sais, les parents, puis les sœurs, là, admettons, bien, surtout à mon chum, là, c'est des gens qui, pour nous autres, font partie de notre famille. C'est une évidence. [...] Bien, c'est sûr que ça a mis en relief, parce que c'est les seuls qu'on voyait, là. Oui, c'est ça. Fait que ça a renforcé les liens de notre famille, mais aussi, tu sais, comme, bien pour moi, c'est ma belle-famille quand même. Fait que je pense que ça a comme un peu consolidé ça. Moi, je me sens comme si c'était ma propre famille. (Mère, 38 ans)

Comme la famille aussi, tu sais. Avant ça, c'était moi avec eux, puis là, mais maintenant, on est vraiment nous, on est vraiment la famille. (Mère, 29 ans)

Trois parents rapportent que les défis relevés pendant la pandémie ont contribué à renforcer leur relation conjugale. La promiscuité et l'arrêt des activités reliées au confinement ont été perçus comme une mise à l'épreuve du couple, qui a permis de confirmer la solidité de ce dernier.

Bien, mon chum. Oui. Puis je lui ai dit, eille, pour vrai, là, c'est comme quelqu'un avec qui je m'entends bien au quotidien, mais jamais j'aurais pensé pouvoir passer autant de temps avec quelqu'un, puis que genre je n'ai pas envie qu'il sacre son camp là. Ça, c'est vraiment dans mes dynamiques. Là, je veux dire, j'ai besoin d'espace, là. Fait que même si tu es la personne que j'aime le plus au monde, je n'ai pas envie de passer autant de temps avec toi, là. [...] Fait que j'étais comme « OK. Tu sais, on s'entend vraiment bien au quotidien ». Fait que pour moi tu sais, une chance qu'il était lui là, parce que ça aurait... Ça m'a permis de voir à quel point on avait une bonne entente là. À quel point je n'aurais voulu le faire avec personne d'autre. Fait que ça a comme, tu sais, bien que je ne doutais pas de ça, mais ça a consolidé quand même ça, de se dire « OK, genre, tu es le seul avec qui je pourrais faire ça. (Mère, 38 ans)

Bien, ça nous a confirmé qu'on avait une belle relation. Oui, parce que clairement, i on n'avait pas été un couple solide, si on avait eu beaucoup de failles, entre guillemets, ou de choses qui boitent, là, ça aurait implosé. C'est ça, je ne suis pas, tu sais, ça nous a confirmé parce que ça nous a mis à l'épreuve. Effectivement, ça nous a confirmé des choses aussi, à moi et mon conjoint que maudit qu'on est bien ensemble. (Mère, 28 ans)

Deux beaux-parents spécifient que les conditions de la pandémie ont contribué au renforcement de leur lien avec le ou les enfants du ou de leur conjoint.e.

Puis, pour ma part, ce que je trouve qui a été formidable dans tout ça, c'est que ça ne faisait pas longtemps que j'étais dans la vie des enfants, donc les liens ont pu se créer probablement plus solides dans peu de temps que si la COVID n'était pas là. [...] Ça fait

que, tu sais, pour eux, au début, ils étaient craintifs de développer un lien avec moi, puis ils ne comprenaient pas. Tu sais, c'était un choc de culture entre maman, puis moi. C'est ça. Ça fait que là, avec la COVID, bien, ils ont pris plus de temps à m'observer parce que j'étais plus souvent là. Ça fait que, là, c'est là où est-ce qu'ils ont fait des petits déclics. Ils ont réussi à créer des liens. (Mère, 45 ans)

Côté conjoint actuel, tu sais, je veux dire, ça fait trois ans qu'on est ensemble. Ça m'a permis de peut-être confirmer mes choix au niveau de notre relation, puis de savoir un peu quel... comment je pourrais dire ça? Quelle place je voulais avoir auprès de ses enfants. (Mère, 37 ans)

Cinq parents soulignent le fait que les difficultés vécues pendant la pandémie ont été une mise à l'épreuve qui les a renforcés comme famille. Les difficultés surmontées leur ont permis de développer une meilleure conscience des forces familiales ainsi que de nouvelles compétences pour appréhender les défis à venir : la communication, le soutien mutuel, la ténacité.

Ce n'étaient pas des congés. Bien, on a été tenaces. Tu sais, on n'a pas lâché malgré les règlements plats de port de masque. Ça venait irritant. Tu sais, Olivia, aller à l'école au secondaire, prendre l'autobus avec un masque. On n'a pas lâché. Tu sais, on a fait notre bout pour la société. La ténacité, dans le fond. On n'a pas lâché. On a réussi à passer à travers de cette pandémie-là. On sait que la société est faite qu'il va sûrement en avoir une autre un moment donné. (Mère, 37 ans)

Il n'y a pas juste eu des points positifs. Je ne dis pas que, « Ah, c'était merveilleux la pandémie. » Non, pas pantoute. Ça a été *tough* d'être toujours enfermé. Puis ce n'est pas tout le temps drôle de devoir se parler, puis se dire les vraies affaires, puis de régler des conflits. [...] Mais, là-dedans, moi, je trouve qu'est-ce qui ressort de positif, c'est le fait qu'on a été capables de se parler, puis de passer au travers ensemble. Tu sais, un certain support entre nous, c'est ça. C'est une certaine force qui s'est bâtie entre nous de dire : « Regarde, on a passé au travers de tout ça ensemble ». (Mère, 37 ans)

Une participante met en évidence la résilience qu'elle a observé chez ses enfants pendant la pandémie.

Tu sais, c'est-tu parce qu'on a fait quelques compromis? Je ne sais pas, mais en tout cas, je les ai trouvés très résilients les enfants, là, je pense, c'est ce qui a fait que ça a bien été, là, leur résilience. (Mère, 38 ans)

5.8.3.2 De nouvelles valeurs identifiées : l'importance des liens sociaux et de l'entraide

Trois participants soulignent que l'isolement vécu au cours de la pandémie leur a permis de prendre conscience de la valeur des liens sociaux et de leur propre besoin d'être davantage en présence de leurs proches, de cultiver les relations avec leur réseau familial et amical.

Bien, je pense qu'on s'est tous rapprochés un peu. La COVID, ça a été bien plate, mais ça a créé des précédents qui sont quand même intéressants. [...] Puis, les gens qu'on aime, nos parents, la famille, puis tout ça, bien, ça a fait qu'on s'en est ennuyé plus. On s'est aperçu qu'on avait un manque. On avait un besoin de se sentir, de se toucher. Ça a apporté ça pas mal, la COVID. [...] On apprécie un peu plus. Moi, pour ma part, j'apprécie plus, tu sais, aller voir mon père, aller voir ma mère. J'apprécie plus le temps qu'on passe avec eux autres. Parce que, tu sais, le temps est compté. Puis, là, en étant confiné, puis en ne pouvant pas aller les voir, puis tout ça, bien, tu sais, l'ennui embarque, c'est comme. Ça fait que, tu sais, les gens qui étaient loin, qui étaient inaccessibles, on s'aperçoit qu'on les aime plus que... [...] Ça fait que c'est d'apprécier vraiment ce qu'il y a autour de nous. (Père, 42 ans)

Mais à un moment donné, tu sais, c'est le *fun* de voir les gens [par vidéo], mais à un moment donné, ce n'est pas assez pour combler tous les besoins qu'on a de connexion, je pense, avec nos êtres chers, nos êtres proches. Tu sais, moi, j'avais une amie qui vivait seule, puis même quand il y avait des interdits, il y avait des exceptions pour les personnes qui vivent seules. Puis c'était moi sa personne qui allait la voir. Puis je voyais à quel point, même si ce n'est pas une personne hyper sociale, à quel point ça faisait une différence, puis c'est là qu'on voit à quel point c'est un besoin. Puis j'ai vu aussi une différence. (Mère, 28 ans)

Dans le même ordre d'idées, une participante exprime de la reconnaissance à l'égard du soutien familial qu'elle a reçu pendant la pandémie. Sa mère et son conjoint étaient en effet davantage disponible pour la soutenir en période postnatale, du fait de l'arrêt des activités. Elle reconnaît avoir eu besoin d'être soutenu et les bénéfices du support reçu de la part des proches.

Bien, sincèrement, je pense que sans la pandémie, sans l'arrêt de travail forcé à mon chum, je n'aurais pas survécu à mon congé de maternité. Je ne sais pas comment j'aurais fait. Parce que ma mère aurait travaillé, mon conjoint aurait travaillé, puis je me serais juste ramassé pas de support. Puis j'ai eu un bébé tellement difficile dans les premiers temps que c'est ça, je n'aurais pas réussi pas de support. Je pense que ça m'a juste permis de reconnaître les limites de chacun et de savoir que ce n'est pas mal d'avoir besoin d'aide. Puis ce n'est pas mal de ne pas être capable de tout gérer. Je me l'étais mis gros dans le sens ah, je suis en congé de maternité, ça va être les derniers temps que je vais pouvoir passer toute seule à la maison, pas de travail, pas de garderie, pas d'école avant que l'école commence. Je me l'étais mis gros sur les bras. [...] Puis je me souviens, à un moment donné, je suis allée porter ma fille chez mes parents, puis je suis repartie. Je ne savais même pas quand est-ce que j'irais la rechercher et je ne savais même pas quand j'aurais l'énergie de retourner la chercher. Mais je n'aurais pas pu faire ça si ma mère n'avait pas été en arrêt de travail à cause de la pandémie, tu sais. (Mère, 28 ans)

Un père rapporte que la pandémie l'a sensibilisé à l'isolement vécu par certaines personnes et lui a permis de prendre conscience de l'importance d'être plus attentif à briser cet isolement, à se soutenir les uns les autres.

Penser aux autres. Être plus attentifs à ce qui se passe autour de nous. Puis, tu sais, les gens seuls sont seuls en tabarnouche. Je sais qu'il y en a qui l'ont eu dur. Ça fait que, tu sais, être plus proche. (Père, 42 ans)

Une autre participante souligne que les épreuves liées à la pandémie ont mis en évidence l'importance de pouvoir partager ses difficultés avec autrui et les bienfaits de l'écoute et de l'entraide.

Oui, moins gênée de dire ce qui ne va pas. Tu sais, il y a beaucoup de gens qui ont eu des idées un petit peu plus noires, qui étaient plus déprimés. Puis, je pense que l'important là-dedans, c'était vraiment d'en discuter. De le nommer. Quand tu es capable de nommer quelque chose, on dirait que déjà là, c'est moins lourd là. Quand tu es capable de le partager. (Mère, 37 ans)

Un père mentionne qu'il est devenu plus sociable à la suite de l'isolement vécu pendant la pandémie. Il suppose que cette ouverture aux autres, notamment à la faveur de son nouvel emploi, a eu un impact positif sur l'ensemble de la famille.

Bien tu sais, je pense que ça nous a fait réaliser l'importance des relations sociales plus. Moi, je suis quelqu'un qui ne voit pas beaucoup de monde en général. Tu sais, je ne suis pas très sociable, tu sais. Je ne vois pas des amis souvent et, souvent, je n'initie pas ça par moi-même. [...] Puis je pense que la pandémie, ça a été... Je me rappelle que, même en ayant un travail à la maison et que je ne voyais personne, j'étais super anxieux de mon travail quand même. Puis, j'ai même fini par changer de travail. À cette période-là, j'ai changé de travail, puis j'ai fait complètement autre chose. Puis là, j'ai un travail maintenant que je vois beaucoup de gens, puis j'ai réalisé à quel point ça me faisait du bien. Oui, je suis allé au bout de la logique de ne pas voir personne! Puis finalement, ça a été très néfaste. Puis là, je réalise que j'ai comme une facette de ma personnalité que je ne connaissais pas bien, puis que je réalise que j'ai besoin de social plus que je pensais, finalement. Tout le monde un peu est resté bête là, dans ma famille, que je travaille au public, là. Oui, ça les a surpris tout le monde, puis mes amis, tout ça, puis la famille. Et puis, tout le monde trouvait que ça me faisait du bien, puis tout ça, fait que je pense que tu sais, nécessairement ça a probablement... Oui, je pense que ça a ouvert peut-être un peu la famille sur... bien, puis c'est ça... Le nouvel équilibre que moi j'ai trouvé, peut-être que ça me concerne plus juste moi-même. Mais, ça peut juste être positif, je pense. Tu sais, si moi je suis moins anxieux, j'imagine que ça va avoir une répercussion sur les enfants aussi. (Père, 40 ans)

5.8.3.3 *Un nouvel équilibre entre les différents rôles sociaux*

Une mère explique que la période du confinement a replacé sa famille comme une priorité par rapport à sa vie professionnelle, et qu'elle ne se sent pas prête à redonner à son travail l'importance qu'il avait avant la période de la pandémie de COVID-19.

Fait que de ralentir ce rythme-là, moi, je pense que j'ai réussi à conserver ça, par rapport au travail, admettons, par rapport à, tu sais, bien... Puis c'est sûr que là, il y a le bébé aussi. Là, ça remet en contexte les choses, mais il est arrivé dans la pandémie, fait que je ne sais pas qu'est-ce qui appartient à quoi, là, Mais tu sais, remettre les priorités, là, tu sais, comme plus avoir d'énergie pour ta famille quand tu arrives du travail, ça ne me tente plus, puis ça n'arrivera plus. Puis tu sais bien qu'on se le dit souvent, en lien avec le travail, de l'appliquer sur une plus longue période... Parce que tu sais, l'énergie, c'est moi qui décide de l'énergie que j'y mets là. Parce que, je veux dire, je ne fais pas un travail d'usine, là. Fait que moi, je peux décider, là. Fait que oui, fait que... Mais je m'étais déjà dit ça, là, mais de l'appliquer. Je pense que j'ai quand même réussi à conserver ça. Des fois, je m'ennuie un peu de ça, tu sais, de cette pause dans le temps. (Mère, 38 ans)

5.8.3.4 *Un processus continu de croissance familiale*

Une participante replace les changements familiaux qui ont eu lieu pendant la pandémie dans un processus de croissance familiale plus large, qui se poursuit tout au long de la vie.

Mais tu sais, nous, on dit tout le temps qu'on en a profité pour faire un bébé. On a profité de ce temps-là, Mélissa, c'est un bébé COVID, en fait. Donc, c'est difficile d'imaginer la vie avant, parce qu'on n'avait pas Mélissa, fait que c'est sûr que, tu sais, la petite est venue au monde à travers tout ça, à travers les mesures, à travers... Tu sais, on continuait, en fait, de se consolider, parce que tu sais, nous, on était un couple. On s'est rencontrés même pas un an avant le début de la pandémie, fait que juin pandémie, c'était notre un an. Après ça, on a eu un petit bébé. Fait que tu sais, notre vie a vraiment changé beaucoup dans ces quatre dernières années. Parce que tu sais, notre couple s'est construit. Notre famille, on est tombé en famille recomposée. On a géré une pandémie, toutes les mesures qui allaient au travers, puis on a fait un bébé à travers ça, qui est né, qui a maintenant deux ans. Donc tu sais, ça a été quand même... Est-ce que tout est associé à la pandémie? En fait, on a continué la vie, on a continué de grandir, puis d'ajouter des membres à la famille, là. Mélissa a été l'ajout, est venue consolider toute la famille. Avant ça, c'était moi avec eux, puis là, mais maintenant, on est vraiment nous, on est vraiment la famille. On continue, c'est sûr, de toujours communiquer, de se respecter d'avoir des objectifs communs. Je ne sais pas vraiment c'est quoi qu'on a plus consolidé. Je pense qu'on se construit à mesure, tu sais, puis c'est difficile de dire que là on a atteint la finalité. Tu sais, on continue tout le temps d'évoluer en fonction de ce qu'on vit. Tu sais là, les deux, on a changé d'emploi. [...] Moi, à mon retour de congé de maternité, j'ai changé d'emploi, j'ai changé de domaine pour m'en aller dans quoi que j'étais vraiment bien. Donc même si on n'était plus en pandémie, ça a été une grosse année. Là, on se retrouve enfin, là, Mélissa a eu deux ans. Je retrouve enfin mon X au niveau professionnel, mon chum aussi, donc tu sais, tout ça, on continue, en fait, de poser des gestes pour nous emmener vers ce qu'on aspire, puis comme améliorer notre qualité de

vie familiale, là. [...] C'est ça, qui était quand même, ça a été une grosse étape. Mais, tu sais, on s'est construit à travers ça aussi. Tu sais, il ne faut pas oublier qu'avant la pandémie, on n'était pas ensemble, donc ça s'est créé. C'est ça, puis on a notre petite maintenant. Fait que c'est plein de belles choses, en fait, qui sont arrivées pendant ces années-là. C'est la vie, tu sais. (Mère, 29 ans)

SIXIÈME CHAPITRE – DISCUSSION

L'analyse des données issues des entretiens menées auprès des parents permet d'obtenir des informations riches sur les défis et les changements vécus par les participants pendant la pandémie de COVID-19, ainsi que sur les processus de résilience familiale mis en jeu dans ce contexte. Le cadre conceptuel de Prime, Wade et Browne (2020), présenté dans le chapitre trois, s'appuie sur l'approche bioécologique du développement humain (Bronfenbrenner et Morris, 2007). Dans la première partie de la discussion, nous utiliserons donc l'approche bioécologique pour appréhender les différents facteurs qui ont influencé la trajectoire des familles au cours de la pandémie de COVID-19. L'expérience décrite par les participants sera ainsi replacée dans la perspective des différents systèmes qui ont agi sur le devenir des familles pendant la pandémie de COVID-19. Le cadre conceptuel proposé par Prime, Wade et Browne (2020) sera ensuite discuté à partir de l'analyse des dynamiques relationnelles décrites par les parents de l'échantillon. La troisième partie de l'analyse sera consacrée aux enjeux spécifiques vécus par les familles recomposées dans le contexte de la pandémie de COVID-19. Les données analysées permettront ainsi d'apporter des informations sur les défis particuliers et les changements profonds dont les familles de l'échantillon ont fait l'objet. Enfin, l'analyse des processus de résilience mis en jeu par les familles pendant la pandémie permettra de replacer l'expérience de celles-ci dans le sillon des théories reliées à la résilience familiale et systémique.

6. 1 Les facteurs d'influence du bien-être familial selon une perspective bioécologique

Selon l'approche bioécologique (Bronfenbrenner et Morris, 2007), le développement humain repose sur les interactions qui se produisent entre l'individu et les différents systèmes opérant dans son environnement. Ces systèmes se caractérisent par leur degré de proximité avec l'individu. Ils se définissent également par le niveau d'engagement de l'individu et ses opportunités d'action au sein de chaque système. Les données issues des entretiens permettent de mettre en évidence les effets cooccurents des différents systèmes sur le développement des familles représentées dans l'échantillon. Chaque système produit des

effets tant favorables que défavorables sur le bien-être des familles, certains facteurs étant perçus comme soutenant, ou à l'inverse comme une source de stress et d'adversité.

6.1.1 Les facteurs d'influence du bien-être familial reliés au macrosystème

Le macrosystème renvoie aux cadres et aux événements majeurs qui orientent et structurent le vivre ensemble ainsi que la trajectoire d'une société dans sa globalité (Bronfenbrenner et Morris, 2007). La propagation du virus du COVID-19 et la déclaration de l'état de pandémie mondiale apparaissent comme des éléments du macrosystème qui ont eu un retentissement majeur sur l'organisation et le bien-être des familles. Les témoignages issus des entretiens mettent ainsi en évidence le stress et l'inquiétude vécus par les parents face au risque de contamination et d'évolution du virus. Ces données convergent avec celles issues de plusieurs études menées sur l'impact de la pandémie sur le bien-être des familles (Gassman-Pines *et al.*, 2020; Melchior *et al.*, 2021; Gadermann *et al.*, 2021). En particulier, les femmes de l'échantillon qui ont vécu une grossesse au cours de la pandémie décrivent avoir été inquiètes pour la santé de leur bébé. D'autres travaux ont à cet égard souligné la grande vulnérabilité des femmes en période périnatale, spécifiquement dans le contexte de la crise sanitaire (Lopez-Morales *et al.*, 2021; Preis *et al.*, 2020; Khoury *et al.*, 2021).

Dans le même ordre d'idées, l'expérience décrite par les participants révèle l'influence perçue des décisions gouvernementales sur la situation des familles. Cette influence apparaît à travers les effets décrits des règlements sanitaires, des stratégies de communication du gouvernement ou encore des divers dispositifs d'aide sociale. Le positionnement des participants à l'égard de l'action des instances politiques semble ambivalent, les contraintes sanitaires imposées étant perçues comme une source de sécurité tout autant que de contraintes et de frustration. Les règlements visant à limiter la propagation du virus, tels que la limitation des rassemblements ou encore le port du masque, sont également un objet de division au sein des familles, leur légitimité étant parfois source de désaccords profonds. Le prolongement des contraintes sanitaires semble avoir compromis progressivement l'adhésion de certaines familles, leurs effets, en particulier l'isolement social, se faisant sentir plus durement au fil du temps.

L'influence du cadre politique apparaît à travers l'évocation du filet social préexistant ou mis en place pour atténuer les effets économiques de la pandémie de COVID-19. Les dispositifs

d'aide financière sont ainsi perçus favorablement par plusieurs participants, qui reconnaissent leur rôle dans le maintien de leur niveau de revenu et de leur sentiment de sécurité financière. Ces résultats se distinguent donc de ceux issus d'autres études qui ont mis en évidence les effets négatifs de l'insécurité financière liée à la pandémie sur le bien-être des familles (Gassman-Pines *et al.*, 2020; Melchior *et al.*, 2021; Calvano *et al.*, 2020). Le filet social dont ont bénéficié les familles de l'échantillon pourrait par conséquent avoir atténué les potentiels impacts socioéconomiques reliés à la crise sanitaire.

Enfin, l'analyse des données recueillies met en évidence l'influence perçue des médias d'information, avec une évaluation mitigée de leur effets par les familles. D'un côté, l'accès aux informations sur la pandémie est jugé soutenant, dans la mesure où il augmente le sentiment de contrôle des familles face aux événements. Plusieurs participants soulignent toutefois que l'excès d'information a augmenté leur niveau d'inquiétude. Certains expriment en outre de la méfiance à l'égard de la fiabilité des contenus. Il semble que l'effet des médias dépende ainsi du niveau d'exposition et de la qualité de l'information transmise. À cet égard, plusieurs parents rapportent avoir réévalué leur usage et leur rapport aux différents médias d'information au fil de la pandémie.

6.1.2 Les facteurs d'influence du bien-être familial reliés à l'exosystème

Parmi les éléments de l'exosystème (Bronfenbrenner et Morris, 2007), l'organisation des milieux de travail apparaît comme un important facteur d'influence sur le bien-être des familles de l'échantillon. Bien que la poursuite d'une activité professionnelle ait permis à la plupart d'entre elles de maintenir leur niveau de revenu, les données recueillies indiquent que le cumul de nouvelles contraintes associées au travail en contexte de pandémie a été une source importante de stress et de déséquilibre familial.

Plusieurs parents soulignent d'abord que le maintien des activités professionnelles en présence a généré des inquiétudes reliées au niveau d'exposition au virus et au risque de contamination. Il a également entraîné une répartition inégale des tâches domestiques et parentales entre les femmes et les hommes, ces derniers étant plus nombreux à maintenir leur activité professionnelle en présence. Des recherches antérieures ont elles aussi démontré que, dans le contexte de la pandémie, la conciliation des rôles familiaux et professionnels ont été une source de difficulté pour les parents, en particulier chez les mères (Kerr *et al.*, 2021 ; Collins *et al.*, 2020, Tremblay et Mathieu, 2020).

Les motifs susceptibles d'expliquer le déséquilibre des rôles entre les pères et les mères de l'échantillon sont nombreux et pourraient faire l'objet d'une exploration plus spécifique : motifs financiers, présence d'une grossesse chez la femme, répartition du type de tâches en fonction du genre...etc. Les participants expriment généralement une certaine insatisfaction à l'égard de leurs nouvelles modalités de travail. L'absence de contact social en personne et les limites inhérentes aux interactions virtuelles sont une source de frustration décrite par plusieurs parents. Le cumul et la conciliation des tâches parentales et professionnelles sont également perçus comme une source importante de conflit de rôle et d'épuisement.

Parmi les éléments de l'exosystème (Bronfenbrenner et Morris, 2007), la poursuite des apprentissages scolaires depuis la maison est une importante source de stress identifiée par les parents. Certains d'entre eux ne se sentent pas suffisamment compétents pour soutenir leurs enfants dans leurs apprentissages. Selon la perception des parents, les enfants ont également eu davantage de difficulté à se motiver pour réaliser leurs tâches scolaires et ont parfois dû rattraper un certain retard lors de leur retour sur les bancs de l'école. Les enfants qui présentaient des besoins particuliers avant la pandémie semblent être les plus pénalisés par le contexte, en raison de la perte significative des dispositifs d'aide dont ils bénéficiaient dans leur milieu scolaire.

Enfin, les données analysées révèlent une diminution du rôle joué par le réseau de soutien formel, constitué des services sociaux et de santé, dans la vie des familles. La rupture de certains services ou la transition vers de nouvelles modalités de service, tels que la vidéoconférence, ont diminué leur accès ou leur pertinence du point de vue de certaines familles. L'affaiblissement du rôle joué par le réseau de soutien formel s'accompagne d'un renforcement du rôle joué par le réseau de soutien informel, constitué par la famille et les amis.

Les spécificités régionales de l'Abitibi-Témiscamingue apparaissent également comme des éléments de contexte ayant eu une influence sur l'expérience des familles. Sur le plan géographique, l'isolement de la région a constitué un défi pour plusieurs familles recomposées, les mesures liées à l'état d'urgence et les règles sanitaires s'ajoutant aux contraintes liées à la distance entre certains foyers. L'isolement géographique a parfois pu compromettre la qualité des relations intrafamiliales, en raison des contraintes, des conflits et du stress générés par le contexte. Sur le plan social, les résultats de l'étude permettent

également de faire un lien entre le niveau régional de scolarité globalement faible et les enjeux décrits par certaines familles. Il semble en effet que la faible scolarité de certains parents aient constitué un défi dans la mise en œuvre de l'école à distance.

Pour conclure, la transition vers l'école et le travail à domicile associée à la diminution des contacts avec les services sociaux et de santé ont entraîné une réorganisation complète du système familial, avec le développement de nouvelles stratégies d'échange et d'entraide, ainsi qu'une renégociation des rôles et des relations. La diminution des opportunités d'interactions et de soutien avec l'environnement a placé la famille comme source principale de socialisation, d'apprentissage et de soutien pour ses membres.

6.1.3 Les enjeux saillants au sein du microsystème

Selon la théorie de la résilience familiale de Walsh (2016), les milieux fréquentés par les membres de la famille, tels que l'école, la garderie, les groupes de pairs, peuvent potentiellement soutenir la résilience individuelle et systémique. Or, l'isolement généré par la pandémie de COVID-19 a fortement restreint l'accès de la famille aux ressources sociales présentes dans son environnement. Les données analysées révèlent que, dans le contexte inédit de la pandémie, ce sont par conséquent les forces et compétences internes des familles qui ont joué un rôle déterminant.

Les données tendent à révéler une prépondérance des conflits non pas au sein du cercle familial restreint, mais plutôt avec la famille élargie. Les témoignages indiquent en effet l'émergence de conflits de besoin entre les générations, issus de la tension créée entre d'une part les besoins de soutien et de contact social des parents et de leurs enfants, d'autre part les besoins de sécurité des grands-parents, inquiets à l'idée d'être exposés au virus. Le niveau d'adhésion aux consignes sanitaires apparaît comme une source de tensions avec la famille élargie. Dans un tel contexte, la famille proche, formée par les membres qui partagent le même foyer, a joué un rôle central dans l'adaptation de chacune et chacun aux changements reliés à la pandémie.

Les données issues de la présente étude révèlent que le contexte de la pandémie de COVID-19 a eu un impact négatif sur le comportement et le vécu émotionnel de plusieurs enfants, en particulier les adolescents et ceux d'âge préscolaire vivant sans autre enfant au foyer. Ces

résultats vont dans le même sens que ceux d'autres recherches qui ont fait un lien entre la crise sanitaire et l'augmentation des difficultés comportementales chez certains enfants (Patrick *et al.*, 2020 ; Gassman-Pines *et al.*, 2020). Des parents mentionnent ainsi que la diminution des opportunités de contact social a compromis le maintien ou le développement de certaines habiletés chez leur jeune enfant, en ce qui a trait à l'autonomie et la socialisation. Selon la perspective bioécologique, l'isolement social semble par conséquent avoir privé les tout-petits d'une grande partie des échanges proximaux, qui sont source d'expérimentation et d'apprentissage (Bronfenbrenner et Morris, 2007).

Les témoignages recueillis révèlent que, parmi tous les bouleversements issus de la pandémie de COVID-19, l'isolement social relié au confinement et à la distanciation physique est celui qui a eu le plus d'effet sur le fonctionnement et la santé mentale des enfants. Il est également celui sur lequel les familles ont eu le moins de contrôle, l'augmentation de l'utilisation des différents médias sociaux ne compensant que partiellement la diminution drastique des interactions avec l'environnement et de l'implication directe des enfants dans leur milieu.

6.1.4 L'expérience de la pandémie de COVID-19 : deux périodes distinctes identifiées

Les données analysées permettent de mettre en évidence deux périodes distinctes et successives dans l'expérience des familles, chacune d'une durée variable selon les circonstances. Dans un premier temps, il semble que l'arrêt des activités entraîne une diminution relative des exigences de l'environnement et de la pression quotidienne vécue par les familles. Plusieurs parents rapportent ainsi avoir vécu les premières semaines de confinement comme un moment privilégié de répit familial, malgré le stress généré par les événements. Dans un second temps, il semble que le niveau de stress et d'adversité vécu par les familles augmente. En effet, le prolongement sur une durée indéterminée des mesures sanitaires fait naître une inquiétude quant aux conséquences de la situation sur la sphère professionnelle. Les effets de l'isolement social se font de plus en plus sentir sur les individus et le climat familial, avec une augmentation des conflits. Le partage de l'espace et la conciliation des rôles deviennent également plus difficiles. Parallèlement, la reprise des activités scolaires et professionnelles à domicile est vécu comme une source importante de

stress. Dans un contexte où les contraintes liées à la pandémie persistent, les demandes de l'environnement augmentent. Les exigences liées à l'adaptation à de nouvelles conditions de travail, cumulées avec celles des soins aux enfants et de l'organisation de l'école à la maison entraînent un épuisement progressif de certains parents.

Cette seconde période identifiée voit également les inégalités se creuser. Selon les témoignages recueillis, la reprise précoce des activités professionnelles à l'extérieur de la maison pour les hommes crée un déséquilibre dans la répartition des tâches domestiques et parentales, en défaveur des femmes. Ce constat converge avec les résultats d'autres recherches qui ont mis en évidence les inégalités liées au genre en ce qui a trait aux rôles parentaux pendant la pandémie (Kerr *et al.*, 2021 ; Collins *et al.*, 2020; Tremblay et Mathieu, 2020). L'école à la maison crée également des inégalités entre les familles, certains facteurs ayant influencé les conditions d'apprentissages des enfants. Selon les données recueillies, les familles nombreuses semblent avoir rencontré des défis plus importants que les autres sur le plan matériel. Il est par ailleurs possible que le niveau de scolarité des parents ait influencé leur expérience de l'école à la maison. En effet, les parents de l'échantillon qui décrivent des difficultés pour accompagner leur.s enfant.s sont également ceux qui présentent un niveau de scolarité plus faible. Ils se perçoivent ou sont perçus comme moins compétents par l'autre parent pour soutenir les apprentissages de leur.s enfant.s. Il est important de noter que, dans nos entretiens, ce sont les pères, moins diplômés que leur conjointe ou ex conjointe, qui se perçoivent ou sont perçus comme moins compétents. Outre le sentiment de compétence, l'importance accordée à la réussite scolaire apparaît également comme un facteur qui pourrait influencer l'implication du parent dans les apprentissages scolaires. Ces différents constats devraient faire l'objet d'une exploration spécifique.

La figure suivante permet de visualiser l'évolution globale de la situation des familles au cours de la pandémie, à travers des périodes distinctes identifiées grâce aux entretiens menés auprès des parents :

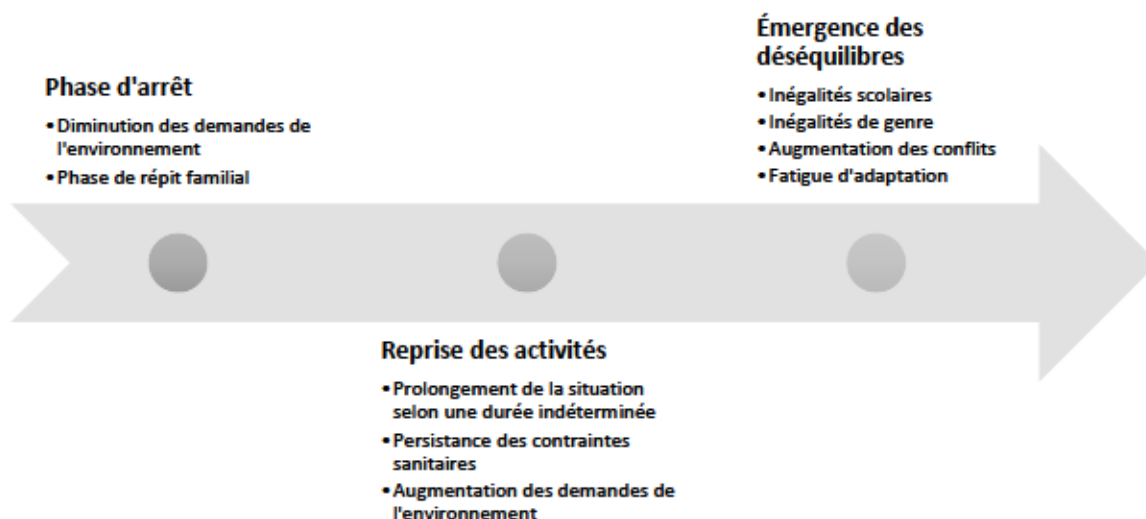


Figure 2

L'évolution de la situation des familles de l'échantillon au cours de la pandémie de COVID-19

6.2 L'influence des pratiques parentales sécurisantes sur le climat familial et la relation parent-enfant

Selon les données issues des entretiens, l'augmentation du temps passé en famille a été perçue favorablement par la majorité des participants. Cette évaluation globalement positive des premières semaines de confinement converge avec les résultats d'autres études menées sur le vécu des familles pendant la pandémie, qui rapportaient une amélioration des relations familiales au cours du confinement, vécu comme un temps de répit et une opportunité de partager du temps en famille (Zebdi *et al.*, 2022 ; Fischer-Gaspard et Zebdi, 2022).

La limitation des activités et le confinement ont entraîné une augmentation des interactions familiales, plaçant notamment les parents dans une situation d'interlocuteurs privilégiés de leurs enfants. Pour soutenir l'adaptation familiale, les participants se sont généralement davantage engagés dans les différentes dimensions de leur rôle parental, favorisant ainsi la qualité du lien avec leurs enfants. Les témoignages de plusieurs participants démontrent une sensibilité aux besoins de l'enfant et un ajustement parental dans le but d'y répondre. Une participante explique par exemple qu'elle a modéré sa réaction face aux événements en constatant la sensibilité de sa fille à ses propres émotions. Le temps passé en famille a également favorisé la disponibilité parentale, qui a entraîné une plus grande proximité avec

les enfants. Plusieurs parents décrivent ainsi une augmentation des contacts chaleureux et des activités de plaisir partagé avec leur.s enfant.s. Ces données convergent avec celles de l'étude menée par Kerr et ses collaborateurs (2021), dans laquelle la majorité des parents interrogés (58 %) rapportaient se sentir plus proches de leurs enfants et décrivaient une augmentation des comportements de réconfort / apaisement (49,2 %) dans le contexte de la pandémie de COVID-19.

Les témoignages recueillis démontrent également un sentiment de responsabilité parentale, qui se manifeste par l'attention portée au maintien d'un cadre sécurisant, en compensation de la perte du rôle structurant joué par les autres milieux habituellement fréquentés par l'enfant. Les données analysées témoignent d'un souci de maintenir un cadre familiale stable et cohérent, dans un contexte marqué par l'incertitude et l'imprévisibilité. Enfin, la mention récurrente des activités de communication parent-enfant, de jeux et d'activités partagées illustrent le maintien d'une dynamique de réciprocité entre parents et enfants. Les expériences décrites par les participants renvoient aux différentes dimensions de la relation parent-enfant qui contribuent à la construction d'un attachement sécurisant chez l'enfant. La sensibilité, la proximité, l'engagement et la réciprocité sont en effet les quatre axes qui soutiennent la construction et le maintien du lien d'attachement enfant-parent (Bowlby, 1969 ; Ainsworth, 1969 ; ministère de la santé et des services sociaux, 2005).

6.3 Une alternative à l'analyse proposée par Prime, Wade et Browne (2020)

Les expériences décrites montrent que les parents de l'échantillon ont été confrontés à de multiples sources de stress liées à la pandémie de COVID-19: peur de la contamination, imprévisibilité des événements, isolement et perte de soutien social, adaptation à de nouvelles modalités de travail, conciliation travail-famille. Il apparaît toutefois qu'en dépit de l'adversité et du stress vécus par les participants, les parents de l'échantillon ont su mobiliser des ressources importantes afin de préserver la qualité du climat familial et de favoriser l'adaptation des enfants. Plusieurs participants ont ainsi utilisé des stratégies pour atténuer les effets du stress lié à la pandémie sur leurs enfants. Certains rapportent par exemple avoir consciemment modéré leurs propres réactions émotionnelles face aux événements dans le but de préserver les enfants. Dans le même ordre d'idées, plusieurs

parents expriment avoir consciemment favorisé la circulation des informations disponibles sur la pandémie parmi les membres de la famille, tout en adaptant le contenu au niveau de compréhension des plus jeunes. La régulation de l'accès à l'information par le parent a pu favoriser une meilleure adaptation des enfants. Plusieurs participants expliquent également que les événements ont alimenté les discussions familiales, et que les enjeux soulevés ont été l'opportunité de développer le jugement des enfants et de leur transmettre des valeurs. Les parents ont donc mis en œuvre des stratégies qui ont non seulement atténué les effets immédiats des circonstances sur la vie émotionnelle des enfants, mais également préparé ces derniers à mieux répondre aux défis à venir, à travers l'exercice de leur esprit critique et la transmission de valeurs.

Les données issues des entretiens révèlent que les familles de l'échantillon ont bénéficié de plusieurs facteurs de protection qui ont favorisé l'adaptation des membres, ainsi que le maintien de l'équilibre familial et d'un climat relationnel positif. La qualité du logement, l'accès aux activités extérieures, le temps passé en famille, ainsi que le maintien d'une sécurité financière ont ainsi favorisé le bien-être et la stabilité des familles. Parmi ces facteurs de protection, celui qui est particulièrement mis en évidence par les parents est l'augmentation du temps passé en famille. Ce facteur, associé à l'action de ceux cités plus haut, a augmenté la disponibilité des parents. Ces derniers ont ainsi eu l'opportunité de s'engager davantage dans leur rôle, mobilisant les quatre dimensions de la relation parent-enfant : la sensibilité, la proximité, l'engagement ainsi que la réciprocité. À travers ces différents processus, les parents ont modéré les effets négatifs de la pandémie de COVID-19, soutenu les différentes dimensions de la résilience familiale et, par là même, favorisé l'adaptation des enfants aux circonstances exceptionnelles de la pandémie. Les données analysées indiquent donc que, sous l'action des multiples sources de stress reliées aux événements, les participants ont intensifié les différentes dimensions de leur rôle parental, protégeant ainsi leurs enfants et amplifiant la cohésion familiale. Celle-ci se définit de la façon suivante :

La cohésion familiale fait référence à la qualité des relations entre les membres de la famille et au climat affectif qui règne dans la famille. Elle se traduit par l'engagement, l'implication, l'attachement, le sentiment d'inclusion, la loyauté entre les membres de la famille, l'intensité et la qualité des liens émotionnels, le niveau d'expression de l'affection, de la chaleur, de la confiance, du soutien émotionnel, du partage d'intérêts et de valeurs communes, le sentiment de sécurité et de confort relationnel et le degré de différenciation/individuation. (Université Laval et CIUSSS Capitale Nationale, 2019)

Des auteurs ont mis en évidence le rôle de la cohésion dans les processus de résilience familiale (Black et Lobo, 2008 ; Chen et Bonnano, 2020). Les pratiques parentales positives décrites par les participants ont donc pu favoriser la résilience de la famille en renforçant la cohésion au sein du système.

La dynamique relationnelle mise en évidence pourrait par conséquent constituer une alternative à l'analyse proposée par Prime, Wade et Browne (2020), selon laquelle l'adaptation des enfants aurait été compromise par la détérioration du climat familial liée au stress subi par le système parental, sous l'effet des bouleversements sociaux de la pandémie de COVID-19. L'influence positive des dynamiques de soutien mutuel au sein du couple sur l'ensemble du fonctionnement familial converge avec les résultats de l'étude menée par Mc Rae et ses collaborateurs (2021), qui ont démontré les effets de la coopération coparentale sur les pratiques parentales et le lien parent-enfant en contexte de pandémie de COVID-19.

Concernant les familles de l'échantillon, il semble que la cooccurrence des différents facteurs de protection ait favorisé la mobilisation des ressources parentales. Celles-ci auraient permis de modérer les effets de la pandémie sur le climat familial et favorisé l'adaptation des enfants. Si les circonstances de la pandémie ont intensifié les différentes dimensions du rôle parental, modérant ainsi les effets du contexte sur les enfants, il est réciproquement possible que l'exercice du rôle parental ait constitué un facteur de protection chez les participants. En effet, les différents processus mis en œuvre dans le but de préserver les enfants ont également pu soutenir les parents. Le maintien d'une routine sécurisante, la modération de l'accès aux informations, le contrôle de l'impact émotionnel des événements sont autant de stratégies qui ont pu favoriser le bien-être parental. Dans un contexte d'isolement social et de limitation des activités, il est également possible que la mobilisation des parents en faveur de l'adaptation de leurs enfants ait favorisé le maintien d'un rôle et alimenté un sentiment de compétence parentale et d'utilité sociale.

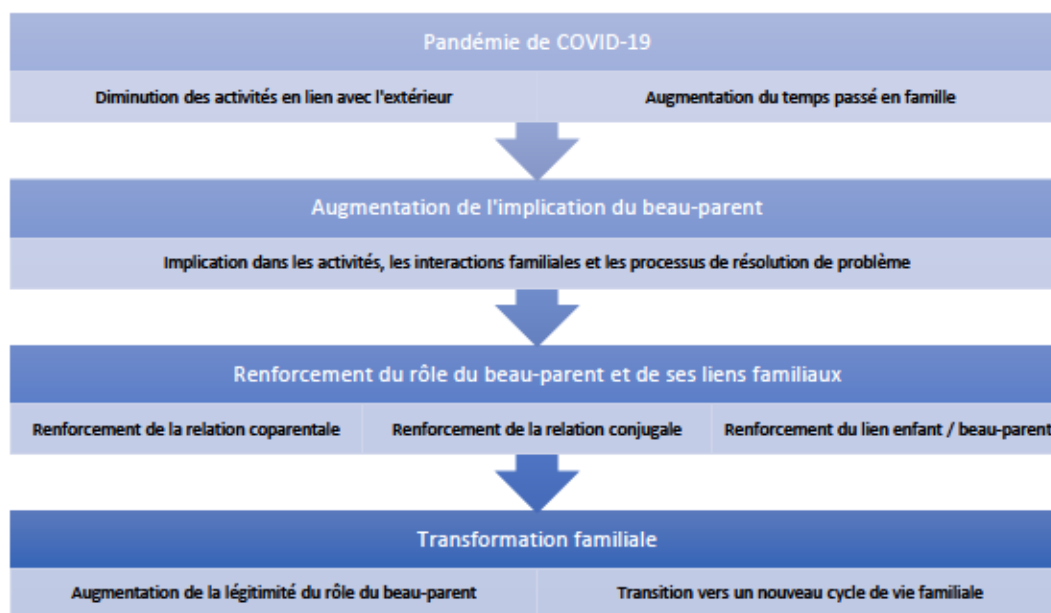
6.4 Les dynamiques à l'œuvre au sein des familles recomposées

6.4.1 L'évolution du rôle du beau-parent au sein de la famille recomposée

Les données issues des entretiens révèlent que les circonstances reliées à la pandémie de COVID-19 ont contribué à la construction de la relation coparentale entre le parent et le beau-parent. En effet, le confinement et la limitation des activités a entraîné une augmentation des interactions entre le beau-parent et les autres membres de la famille récemment recomposée. L'augmentation du temps passé en famille associée aux multiples défis générés par la pandémie ont contribué à l'implication croissante du beau-parent dans les différentes transactions et activités familiales, incluant la résolution des problèmes. Plusieurs témoignages recueillis permettent d'affirmer que l'augmentation du temps passé en famille et les épreuves reliées à la pandémie ont renforcé la coparentalité au sein du couple recomposé. Il suffit pour s'en convaincre de s'appuyer sur les composantes de la coparentalité décrites par Feinberg (2003), dont la division des tâches et des responsabilités, l'accord éducatif, le soutien / sabotage et la gestion des interactions familiales. Selon cette perspective, la division des tâches et responsabilités, la gestion des interactions familiales ainsi que le soutien / sabotage sont celles qui apparaissent le plus clairement à travers les entretiens des parents de l'échantillon. Plusieurs participants décrivent d'abord une augmentation de l'engagement du beau-parent dans les tâches reliées à l'éducation des enfants, telles que les activités ludiques, l'accompagnement scolaire, les soins quotidiens. Des parents mentionnent également un sens accru des responsabilités du beau-parent à l'égard des enfants du foyer. Les données recueillies témoignent de l'augmentation des dynamiques d'entraide mutuelle au sein du couple dans la gestion des tâches domestiques et parentales. L'entraide au sein du couple, l'augmentation des interactions enfant / beau-parent et de l'engagement du beau-parent dans les activités reliées à l'éducation des enfants renvoient à l'une des composante du concept de coparentalité développé par Feinberg, à savoir la division des tâches et des responsabilités. D'autre part, plusieurs parents expliquent que leur partenaire a participé à la résolution des problèmes familiaux au cours de la pandémie de COVID-19. Il est également plusieurs fois décrit comme un médiateur qui favorise la résolution de conflits entre les deux parents séparés et qui soutient la relation entre

le parent et l'enfant issu de l'ancienne union. Le rôle actif du beau-parent dans la résolution des problèmes et des conflits renvoie à une autre composante de la définition de Feinberg : la gestion des interactions familiales. Enfin, plusieurs parents de l'échantillon décrivent le beau-parent comme une source de soutien émotionnel et organisationnel, ce qui permet de faire le lien avec la composante de soutien mise en évidence par Feinberg. Les données issues des entretiens apportent en revanche peu d'information sur l'accord éducatif entre le parent et le beau-parent. Ceux-ci rapportent toutefois peu de conflits relatifs aux valeurs éducatives, sinon entre le beau-parent et l'ancien partenaire, parent des enfants. Toutefois, il est important de souligner ici que, chez le seul couple de l'échantillon qui se sépare pendant la pandémie, les désaccords profonds autour des valeurs éducatives sont décrits comme une source majeure de discorde.

Dans le contexte de l'importante transition vécue par les familles récemment recomposées, la pandémie apparaît donc comme un catalyseur de la transformation familiale. Les épreuves traversées semblent en effet avoir confirmé la place du beau-parent dans la famille, à travers son engagement accru dans les différentes dimensions de la relation coparentale, en réponse à des défis inattendus. L'arrivée d'un premier enfant au cours de la pandémie apparaît comme l'aboutissement de la transition du nouveau couple vers le rôle de parent. À cet égard, il est possible d'avancer que le rôle joué par le beau-parent dans les circonstances adverses de la pandémie lui a permis de gagner une certaine légitimité au sein de la famille, celle-ci étant entendue ici comme : « À la fois la « mission » qui nous échoit dans la famille, le mérite ou le démerite que nous gagnons en nous acquittant ou non de cette mission, et l'image que nous pouvons finalement nous faire de nous-même à partir de ces deux prémisses » (Salem, 2009, p. 82). À travers sa mise en évidence du rôle positif du beau-parent dans l'adaptation de certaines familles, la présente étude s'inscrit dans la continuité des recherches déjà réalisées sur le sujet (Widmer *et al.*, 2012 ; Favez *et al.*, 2018). La figure suivante permet de visualiser les changements décrits par les parents de l'échantillon concernant la place du beau-parent dans la famille :

**Figure 3**

L'évolution de la place du beau-parent en contexte de pandémie de COVID-19 chez les familles recomposées de l'échantillon

6.4.2 Vers un nouveau cycle de vie familiale

Parmi les familles représentées dans l'échantillon, la majorité a vécu une recomposition familiale récente (depuis un à trois ans) au moment où la pandémie éclate. Parmi les couples qui partagent depuis peu le même foyer, cinq feront l'expérience de l'arrivée d'un premier enfant entre 2020 et 2021. Considérant la recomposition familiale récente et l'arrivée d'un premier enfant issu du nouveau couple, il est possible qu'une majorité des parents de l'échantillon traversait, au moment de la pandémie de COVID-19, le passage d'un cycle de vie familial à l'autre. Selon Pauzé et Touchette (2012, p : 83), cette transition implique : « des ajustements importants tant sur le plan personnel que celui des rôles, des règles et des relations dans la famille ».

Chez plusieurs participants de l'étude, les changements qui se sont produits au niveau de la structure et de la composition de la famille ont influencé le fonctionnement de celle-ci, avec un bouleversement progressif des rôles et des relations familiales qui a débuté bien avant la pandémie de COVID-19 et s'est poursuivi parallèlement à celle-ci, au fil des événements vécus par la famille : séparation parentale, dédoublement des foyers du point de vue des enfants, émergence d'un nouveau système conjugal et coparental, arrivée d'un nouvel enfant.

Ces changements ont constitué des défis successifs, mobilisant les capacités d'adaptation de chaque membre et du système familial dans son ensemble. Du point de vue de l'enfant en particulier, la séparation parentale, la recomposition familiale et l'agrandissement de la fratrie ont entraîné une reconfiguration importante de la « constellation familiale » (Céroux, 2014). À cette crise transitionnelle (Pauzé et Touchette, 2012) est venue s'ajouter une crise situationnelle reliée à la pandémie de COVID-19, pendant laquelle la famille a dû, en plus des défis inhérents à la recomposition familiale, faire face à : « des événements non familiaux, soudains et importants qu'elle ne pouvait prévoir ni contrôler » (Pauzé et Touchette, 2012, p. 83). Dans un tel contexte, les données analysées à partir des entretiens permettent de repérer des interactions entre la reconfiguration profonde des familles et les bouleversements issus de la pandémie de COVID-19. Il apparaît en effet que les circonstances particulières reliées à la pandémie aient contribué à l'évolution des familles et à leur adaptation à des changements structurels plus profonds. Les défis reliés au contexte sanitaire sont ainsi perçus par plusieurs parents comme une mise à l'épreuve du couple récemment recomposé. L'augmentation du temps passé en famille génère par ailleurs des circonstances favorables à la construction des liens familiaux, incluant la relation conjugale, coparentale et la relation enfant / beau-parent. Il est donc possible que la période de la pandémie ait agi comme un catalyseur de la transformation familiale, en favorisant l'évolution des rôles et des relations entre les membres. La figure suivante reprend de manière schématique les principaux éléments de l'analyse proposée.

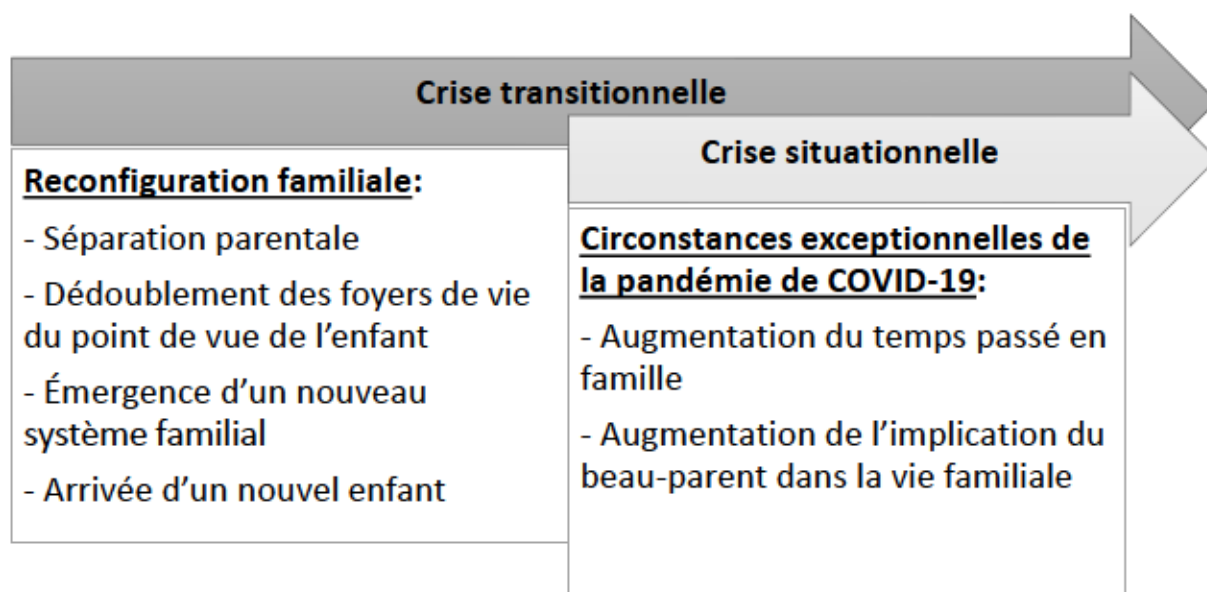


Figure 4
Les effets du contexte relié à la pandémie de COVID-19 sur la trajectoire des familles de l'échantillon

6.4.3 Des défis spécifiques pour les familles recomposées en contexte de pandémie de COVID-19

6.4.3.1 De nouveaux obstacles au maintien des liens familiaux

Si les données issues des entretiens mettent en évidence l'émergence de dynamiques favorables au sein des familles recomposées, les bouleversements reliés à la pandémie ont, dans certains cas, davantage fragilisé les liens entre l'enfant et le parent avec lequel il a eu moins d'opportunités de contact.

Les témoignages de plusieurs parents tendent à montrer que les circonstances reliées à la pandémie de COVID-19 ont été particulièrement défavorables pour les enfants dont les parents séparés vivaient dans des villes, voire des régions différentes. La limitation des déplacements et les règles de distanciation physique ont en effet rendu plus difficile le transfert de l'enfant d'un foyer à l'autre. Ces contraintes ont été une source de stress importante pour tous les parents concernés. Certains mentionnent que le contexte a entraîné une diminution des opportunités de contact avec le ou les enfants. Une participante explique même que la pandémie a durablement compromis la relation de son conjoint avec son fils, la fréquence de leur rencontre n'étant jamais redevenue celle qu'elle était avant 2020. Chez la

majorité des enfants dont les parents vivaient dans la même région, la répartition des temps de garde a été bouleversé, entraînant parfois une longue séparation avec l'un des deux parents. Les témoignages des parents révèlent que les circonstances de la pandémie ont généralement mis à mal le fonctionnement habituel des familles, ce qui a pu parfois fragiliser le lien parent-enfant et générer du stress et de l'inquiétude. Les données recueillies ne permettent pas d'accéder en profondeur au vécu des enfants dans ce contexte d'instabilité relationnelle. Les témoignages des parents apportent toutefois quelques informations qui tendent à montrer que la séparation prolongée avec l'un des deux parents a eu des conséquences sur certains enfants, qu'il conviendrait d'approfondir dans le cadre d'une autre recherche. Plus largement, les données analysées permettent de mettre en évidence le triple défi vécu par les enfants des familles de l'échantillon. En effet, ces derniers ont parfois vécu une mise à distance avec trois ressources sociales majeures : les grands-parents, les pairs fréquentés dans le milieu scolaire ainsi que l'autre parent.

6.4.3.2 L'augmentation des tensions au sein du couple séparé

Les données recueillies indiquent que le contexte de la pandémie a fait émerger de nouvelles sources de stress et de tensions au sein de la relation coparentale des couples séparés. En particulier, la renégociation des temps de garde partagée a constitué un défi important pour plusieurs participants. Les parents qui ne vivaient pas dans la même ville ont subi un stress particulier en raison des restrictions de circulation et d'accès à certaines régions de la province. Les écarts entre les foyers concernant le niveau d'adhésion aux mesures sanitaires sont la seconde source de conflit spécifique à la pandémie de COVID-19. Si l'on compare ces résultats à ceux obtenus par Goldberg et ses collaborateurs (2021), on constate que, dans les deux études, la divergence d'opinion concernant les recommandations sanitaires est une source majeure de désaccord entre les parents séparés. Dans le cadre de la recherche menée par Goldberg et ses collaborateurs, 41,2 % de l'échantillon rapportait en effet des difficultés à établir des règles communes entre les deux foyers concernant les mesures de protection contre le virus de la COVID-19. Les données recueillies dans la présente étude montrent que le contexte de la pandémie a retenti sur la qualité de la relation coparentale de certains couples séparés représentés dans l'échantillon. On constate que, conformément aux travaux

menés antérieurement sur le sujet, la coparentalité peut se définir sur un continuum entre soutien et conflit (Favez et Frascarolo, 2013; Tremblay *et al.*, 2013). Dans le contexte de la pandémie, la relation coparentale de certains participants a été mise à l'épreuve par les nombreux changements vécus au sein des familles.

6.5 Analyse des processus de résilience familiale

6.5.1 La mise en jeux de l'ensemble des dimensions de la résilience

L'analyse des entretiens permet de constater qu'en réponse aux défis reliés à la pandémie de COVID-19, les trois dimensions de la résilience familiale décrites par Walsh (2016) sont mobilisées par les familles à travers différents processus.

Les témoignages recueillis révèlent d'abord la mise en œuvre des trois processus reliés à la communication : la circulation de l'information, le partage des émotions ainsi que l'utilisation de stratégies de prévention et de résolution des problèmes. Les familles se sont également engagés dans des processus de résilience liés à l'organisation : la flexibilité, l'entraide et l'ouverture vers les ressources sociales. Enfin, le positionnement des parents par rapport aux événements, la conscience des forces familiales et l'évolution des valeurs renvoient à la dimension de la résilience liée aux systèmes de croyance, qui comprend la construction de sens, le maintien de l'espoir et d'un point de vue positif.

Parmi les trois dimensions de la résilience, la communication est celle qui, dans les entrevues analysées, apparaît non seulement comme une ressource préexistante, mais aussi comme une force mise à profit pour surmonter les difficultés et comme l'objet de changements positifs sous l'effet des défis rencontrés. La communication est également perçue comme la dimension qui a été la plus soutenante pour les familles. Ces résultats vont dans le même sens que ceux issus de la revue de la littérature menée par Castro et LeBlanc (2019), qui a permis de mettre en évidence le rôle de la communication et de la qualité des transactions familiales sur l'adaptation positive des familles.

À l'évocation des différents processus mobilisés pendant la pandémie, la dimension de l'organisation est celle qui apparaît le plus souvent, à travers plusieurs processus : le maintien de la stabilité du quotidien, la flexibilité, les dynamiques d'entraide familiale, ainsi que les stratégies de maintien de contact avec le réseau social. Quelques parents décrivent le rôle

joué par le sens attribué aux événements au cours de la pandémie, mais la dimension des systèmes de croyance familiaux prend une place plus importante à l'étape de la transformation durable de la famille, qui fait suite aux épreuves surmontées.

6.5.2 La résilience : trois dimensions interdépendantes placées au cœur des différents systèmes de l'environnement familial

L'analyse des données issues des entretiens permet de mettre en évidence l'interdépendance entre les différentes dimensions de la résilience. Le facteur majeur qui a soutenu tout le processus de résilience semble être l'augmentation du temps passé en famille, qui a favorisé les interactions familiales. Le temps passé en famille figure à cet égard parmi les facteurs de résilience familiale identifiés par Black et Lobo (2008). La limitation des activités et le confinement ont en effet augmenté la disponibilité des membres de la famille, et par là même les opportunités de communication. La circulation des informations (Castro et LeBlac, 2019) et le partage des émotions au sein du système semblent avoir influencé l'organisation familiale, en favorisant la compréhension mutuelle et le développement de dynamiques d'entraide. L'amélioration des processus reliés à la communication (Castro et LeBlac, 2019) et à l'organisation a amélioré la cohésion familiale, ce qui a finalement pu améliorer l'image que la famille avait d'elle-même, celle-ci se percevant comme plus forte et plus unie face à l'adversité.

6.5.3 La résilience familiale : un processus en cinq étapes

Dans sa proposition de conceptualisation de la résilience des systèmes, Ungar (2018) identifie cinq étapes communes aux processus de résilience, quelque soit la nature des systèmes mis en jeu : la persistance, la résistance, le rétablissement, l'adaptation et la transformation. Il est possible de faire un lien entre ces différentes étapes et les expériences de résilience décrites par les parents de l'échantillon. On constate par ailleurs qu'à chaque étape du processus, les différentes dimensions de la résilience familiale décrites par Walsh (2016) sont mobilisées par les familles. Ces dimensions, qui soutiennent le développement de la famille en contexte d'adversité, accompagnent le processus en cinq étapes décrit par

Ungar (2018) et sont influencées par l'ensemble des systèmes opérant dans l'environnement familial.

La persistance renvoie à la capacité du système lui-même à assurer une stabilité afin de maintenir son fonctionnement malgré les perturbations. La persistance dépend également des autres systèmes opérant dans l'environnement (Ungar, 2018). Dans les circonstances vécues par les familles de l'étude, la persistance repose sur des processus intrafamiliaux, mais également sur l'action des autres systèmes impliqués dans le développement de la famille. Au niveau du microsystème, la persistance se traduit ainsi par le maintien de la réponse aux besoins psychoaffectifs des membres de la famille, par la préservation d'une routine et d'un cadre éducatif stable et prévisible. Au niveau du macrosystème, la persistance se manifeste à travers le maintien et le renforcement du filet social qui permet aux familles de préserver un équilibre financier malgré les bouleversements économiques de la pandémie de COVID-19.

Selon Ungar (2018), la résistance est un processus à travers lequel le système, menacé par des sources de stress internes ou externes, mobilise ses propres ressources pour lutter contre l'adversité en créant de nouvelles modalités de fonctionnement. La résistance permet donc aux familles de prévenir le dépassement de ses capacités d'adaptation en initiant d'elle-même des changements significatifs. Les témoignages des familles permettent d'identifier deux processus de résistance. Pour se protéger du stress généré par les médias sociaux et d'information, on constate que certains parents réévaluent leur rapport aux médias d'information et réajustent leur niveau d'exposition à ceux-ci. Face aux effets anxiogènes des contenus relatifs à la pandémie de COVID-19, ils se repositionnent en diminuant, voire en stoppant leur utilisation des médias d'information. La résistance se traduit également par le choix que font certains parents de transgresser certains règlements afin de maintenir le lien avec les membres de leur réseau social, dans l'idée de protéger leur famille de certains effets de l'isolement social.

Le rétablissement est un processus de reconstruction à l'issue duquel le système adopte, malgré l'impression d'une certaine continuité, de nouvelles modalités de fonctionnement. Pour les familles de l'étude, le rétablissement se traduit par le retour à l'école ou au travail, mais selon de nouvelles modalités. En effet, bien que les

activités et les objectifs reliés aux rôles d'élève, d'étudiant, de travailleur, semblent demeurer les mêmes qu'avant la pandémie, les modalités selon lesquelles les activités se déroulent sont bouleversées, à plus ou moins long terme. Par exemple, les interactions en personne sont remplacées par des échanges virtuelles. La répartition des temps alloués à la vie professionnelle et à la vie personnelle est bouleversée, avec l'émergence d'une certaine confusion entre ces deux sphères, entraînant des problèmes de conciliation des rôles sociaux.

L'adaptation est un processus d'apprentissage, à travers lequel le système s'ajuste aux changements qui se produisent dans son environnement. L'adaptation du système est favorisée par l'action des autres systèmes en action, qui contribuent à l'émergence de nouvelles modalités de fonctionnement. Concernant les familles de l'échantillon, l'adaptation se traduit par l'ajustement des rôles et des relations au sein du microsystème : augmentation de l'engagement du beau-parent dans la vie familiale, émergence de dynamiques de soutien mutuel au sein du couple, nouvelle répartition des tâches domestiques. Cette adaptation du système familial est favorisée par l'augmentation de la disponibilité des membres sous l'effet des nouveaux règlements issus du macrosystème : limitation des activités, confinement, encouragement du travail à domicile. Les changements opérés afin d'assurer la transition vers des modalités de travail et d'apprentissages en ligne renvoient également au processus d'adaptation : achat de matériel, réaménagement de l'espace, acquisition de nouvelles habiletés relatives à l'utilisation des plateformes de travail et d'échange en ligne.

Enfin, la transformation correspond au processus à l'issue duquel, sous l'effet des multiples ajustements qui se sont produits en réponse aux circonstances adverses, le système acquiert une nouvelle forme, avec un fonctionnement et une identité remodelés. Ces changements durables se produisent également sous l'effet des changements qui ont lieu au niveau des autres systèmes en action. Par exemple, une participante explique que, suite à la période de la pandémie, elle a placé la vie familiale comme une priorité par rapport à la vie professionnelle. On peut affirmer que, les changements durables des modalités de travail qui se sont produits, tels que le développement du télétravail, pourraient accompagner et favoriser l'équilibre des rôles sociaux, à un moment où la pandémie a replacé la famille au cœur des priorités.

Le schéma suivant propose une synthèse du processus de la résilience familiale en associant les étapes identifiées par Ungar (2018) et les dimensions décrites par Walsh (2016).

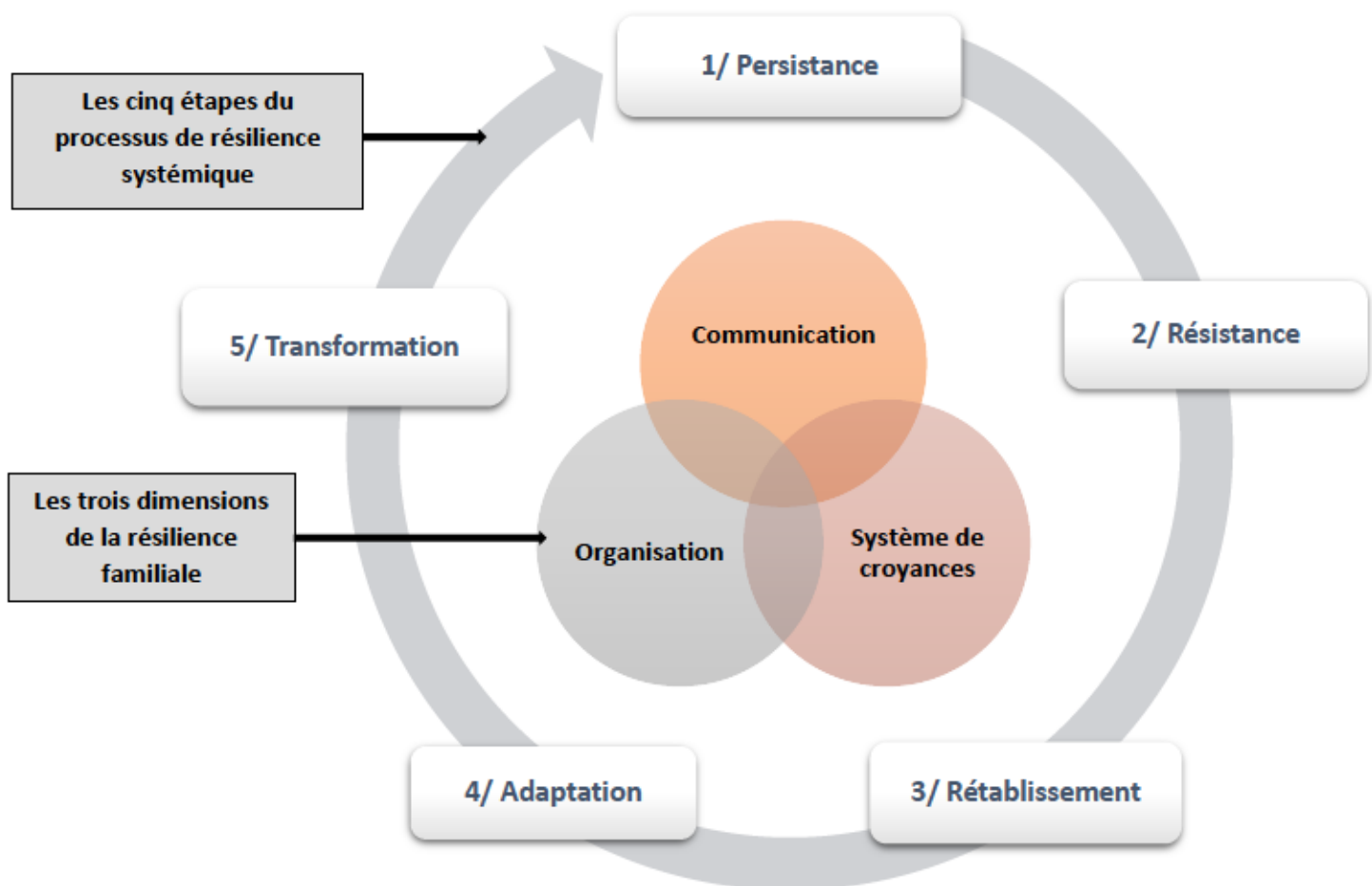


Figure 5
La mobilisation des dimensions de la résilience familiale dans un processus de changement en cinq étapes (Walsh, 2016; Ungar, 2018)

L'analyse des entretiens menés auprès des parents de l'échantillon permet finalement de replacer la trajectoire des familles au centre des différents systèmes qui l'ont influencé, dans le contexte de la pandémie de COVID-19. Le schéma suivant permet de mettre en évidence l'action cooccurente des différents systèmes (microsystème, exosystème, macrosystème) sur les processus de résilience des familles participantes à l'étude :

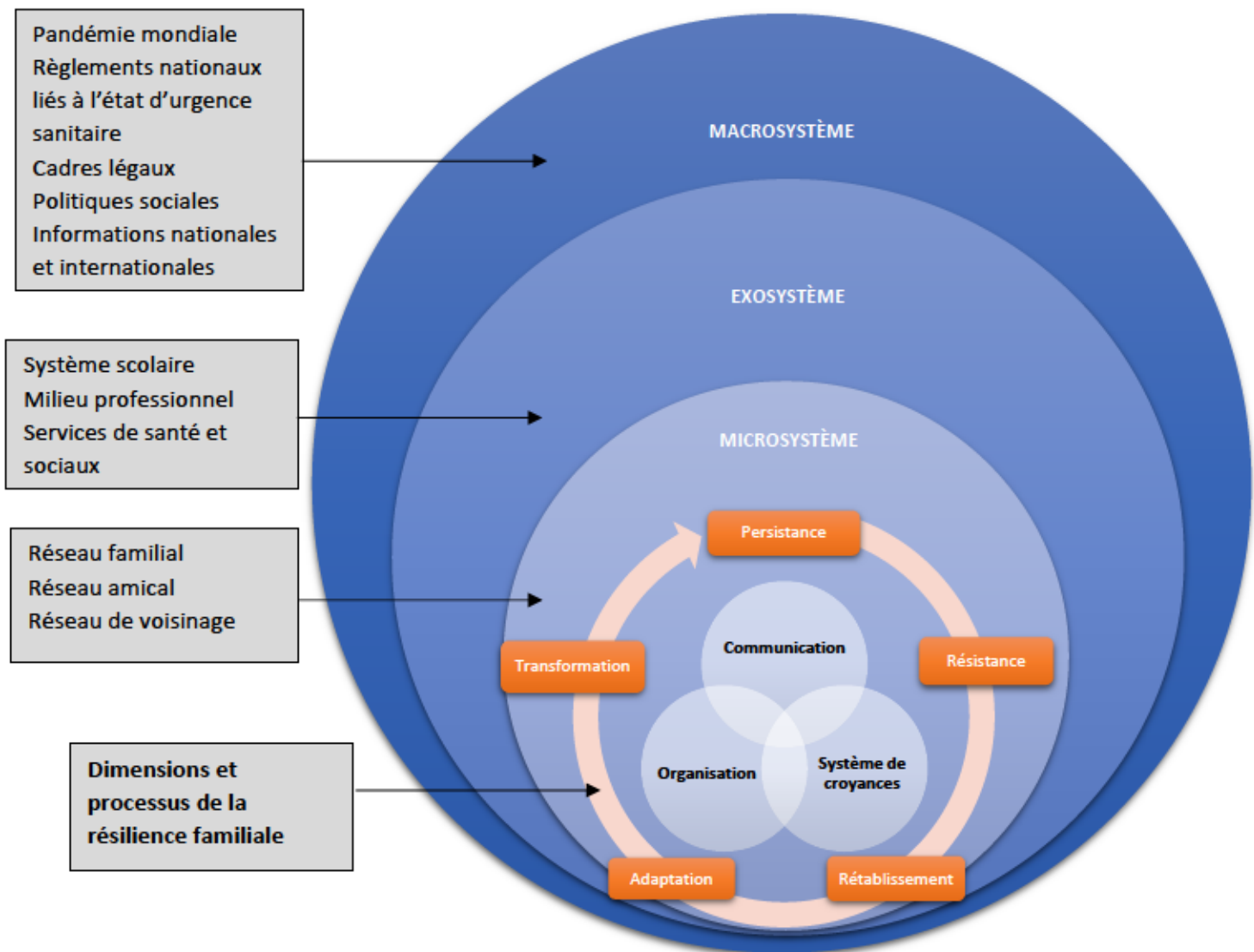


Figure 6
Les systèmes influençant la trajectoire de résilience des familles dans le contexte de la pandémie de COVID-19 (Walsh, 2016; Ungar, 2018)

RETOMBÉES DE L'ÉTUDE ET PERSPECTIVES DE RECHERCHE

La principale force de ce projet de recherche repose sur son originalité, aucune étude n'ayant jusqu'à maintenant et à notre connaissance décrit la réalité des familles recomposées en contexte de pandémie, dans une région éloignée telle que l'Abitibi-Témiscamingue.

L'utilisation d'un devis qualitatif pour appréhender le vécu des participant.e.s a permis non seulement de confirmer la pertinence des dimensions de la résilience familiale selon Walsh (2016), mais également d'appliquer les étapes du processus de résilience systémique décrites par Ungar (2018) au système familial. L'un des principaux apports de la présente recherche repose ainsi sur l'adaptation des processus de la résilience systémique aux dimensions de la résilience familiale. Cet enrichissement du concept de résilience familiale à la lumière des expériences décrites par les parents de l'échantillon ouvre de nouvelles pistes d'exploration des ressources familiales en contexte de stress et d'adversité. Il serait ainsi pertinent d'appliquer les dimensions et le processus de résilience familiale à d'autres situations d'adversité vécues par les familles.

La présente étude permet de mettre en évidence certains effets de la pandémie de COVID-19 sur la dynamique et le bien-être des familles. Il serait pertinent d'observer ces effets à plus long terme. Cette exploration à distance des événements apparaît comme une perspective de recherche intéressante.

En ce qui concerne les familles recomposées, les résultats mettent en évidence des facteurs favorables à leur adaptation et à leur transition vers un nouveau cycle de vie familiale, dans un contexte d'adversité. En particulier, l'intérêt de cette recherche repose sur l'identification de facteurs d'influence de l'engagement du beau-parent et sur la mise en lumière des bénéfices de cet engagement sur le système familial. Il serait pertinent de poursuivre l'exploration de l'expérience du beau-parent dans le contexte d'émergence de la famille recomposée.

La famille, vecteur déterminant de socialisation et de développement, est une cible privilégiée pour les actions de promotion de la santé globale des enfants. Axée sur le bien-être et les forces des familles en contexte de stress et d'adversité, la présente étude pourrait donc contribuer à améliorer les connaissances dans le champ de l'intervention familiale, qui demeure un axe prioritaire de santé publique. À cet égard, les informations recueillies

concernant les familles recomposées pourraient contribuer à une meilleure prise en considération de la réalité et des besoins spécifiques de ce groupe social, qui est particulièrement bien représenté au Québec. La présente recherche comporte également une pertinence pour les milieux cliniques. La mise en lumière des processus de résilience des familles pourrait en effet offrir de nouvelles perspectives d'analyse du fonctionnement psychosocial et contribuer à la promotion d'un style d'intervention basé sur les ressources et les compétences des familles et des systèmes qui agissent sur leur trajectoire. La sensibilité croissante des milieux cliniques aux processus de résilience familiale, ainsi qu'aux facteurs environnementaux qui les soutiennent, devrait permettre de mobiliser davantage les dimensions de la résilience pour en faire de puissants leviers d'intervention dans l'accompagnement des familles vers le changement. Cette considération croissante des forces dans l'intervention permettra enfin de soutenir la confiance des familles dans leur propres capacités à surmonter les obstacles et de favoriser par la même leur pouvoir d'agir face aux multiples défis rencontrés sur leur trajectoire développementale.

CONCLUSION

Ce mémoire visait à mieux documenter l'expérience des familles recomposées en contexte de crise sanitaire COVID-19 en Abitibi-Témiscamingue. Les données analysées témoignent notamment des nombreuses sources de stress et d'inquiétude vécues par les parents, reliées au risque de contamination, à l'imprévisibilité des événements, à l'isolement et à la perte de soutien social. Certaines circonstances particulières, associées à des éléments de contexte favorables, ont toutefois contribué à soutenir l'adaptation des familles représentées. Il apparaît en effet que l'augmentation du temps passé en famille, reliée à la diminution des activités sociales, a favorisé d'une part l'augmentation des interactions familiales, d'autre part l'engagement des parents dans les différentes dimensions de leur rôle auprès des enfants. La mobilisation des ressources parentales a ainsi permis de modérer les effets de la pandémie sur le bien-être des enfants et sur la dynamique familiale dans son ensemble. Les données recueillies mettent par ailleurs en lumière l'influence de certains déterminants socioéconomiques sur la trajectoire des familles. Celles-ci décrivent en effet l'influence de leur milieu de vie, en particulier la qualité du logement, sur le maintien du bien-être familial. L'action des différents dispositifs d'aide gouvernementale sur le maintien du sentiment de sécurité financière des parents témoigne également de l'influence favorable du filet social mis en place. Malgré les facteurs favorables qui ont soutenu la trajectoire des familles pendant la pandémie, le prolongement des contraintes reliées à la crise sanitaire a eu pour effet d'augmenter certaines inégalités structurelles, qui sont devenues plus manifestes au fil des mois, en particulier les inégalités scolaires et celles reliées au genre.

En ce qui concerne plus spécifiquement les dynamiques reliées aux familles recomposées, la présente étude montre que, pour certains participants de l'échantillon, le contexte de la pandémie a fait évoluer la place du beau-parent dans la famille. L'augmentation de l'implication de ce dernier dans les différentes transactions familiales a eu pour effet de renforcer son rôle au sein des sous-systèmes conjugaux et coparentaux. En favorisant ces changements de rôles et de relations, les circonstances de la pandémie auraient ainsi soutenu indirectement les transformations structurelles plus profondes dont certaines familles faisaient l'objet au moment où la crise sanitaire a eu lieu.

Pour les parents séparés, les bouleversements reliés à la pandémie semblent avoir entraîné une mise à l'épreuve de la relation coparentale. Les restrictions de circulation sur le territoire, le niveau d'adhésion aux consignes sanitaires ou encore la renégociation des temps de garde partagée ont ainsi constitué de nouvelles sources de stress et de conflits. Pour autant, les parents ont déployé certaines ressources pour favoriser l'adaptation du système familial face aux nouveaux défis reliés à la crise sanitaire.

La présente étude a permis de mettre en évidence la mobilisation et l'interdépendance des différentes dimensions de la résilience familiale en contexte d'adversité. L'analyse des processus de résilience en contexte de pandémie de COVID-19 permet en effet de confirmer l'influence des différents systèmes opérant dans l'environnement des familles sur la trajectoire et l'adaptation de ces dernières.

Limites de l'étude

Une des limites du projet repose sur le fait que seules les données relatives aux familles recomposées ont été collectées et analysées. Une étude comparative pourrait permettre d'établir si le fait de vivre dans une famille recomposée comporte des spécificités, comparativement à une autre structure familiale. De la même façon, le fait de collecter des données relatives aux familles vivant en Abitibi-Témiscamingue ne permet pas de comparer l'expérience de celles-ci à celles de familles vivant dans un autre contexte. Une étude comparative serait donc une piste de recherche à envisager. Le temps qui s'est écoulé entre la levée définitive des mesures sanitaires et le début de la collecte de données est une autre limite de la présente recherche. Les parents participants ont en effet évoqué leurs souvenirs de la période étudiée et il est possible qu'ils n'aient gardé en mémoire que les éléments les plus marquants de leur expérience et que certains faits n'aient pas été rapportés avec la même précision, la même exhaustivité que s'ils venaient d'être vécus. Cependant, la distance temporelle entre la pandémie de COVID-19 et la collecte de données a pu favoriser la mise en évidence des effets durables que les événements ont eus sur le développement des familles. L'exploration des changements qui se sont produits à plus long terme nécessitait par ailleurs d'avoir un certain recul par rapport à la période étudiée. Une autre limite de cette recherche repose sur l'écart entre le niveau initialement visé de diversification interne de l'échantillon et celui qui a finalement été obtenu. Bien que l'échantillon présente une certaine

hétérogénéité en termes de structure et de composition familiales (recomposition simple et complexe, nombre d'enfants par foyer), on constate en effet une sur-représentation des mères par rapport aux pères, ainsi qu'une absence de diversité en termes d'origine ethnique et culturelle des participant.e.s. Il convient enfin de souligner que les familles de l'échantillon n'ont pas mentionné avoir subi de stress financier important au cours de la pandémie, ce qui a pu influencer l'expérience qu'elles ont eu des événements. Les familles en situation de pauvreté ou d'insécurité financière ne sont donc pas représentées dans l'échantillon. Une exploration spécifique du vécu et des processus de résilience qu'elles ont mobilisé serait toutefois à envisager. Il convient enfin de noter que la présente étude ne prétend pas faire un portrait exhaustif de la réalité des familles recomposées en contexte de pandémie de COVID-19. La description précise des données socio-démographiques des parents participants pourrait toutefois permettre de transposer les résultats de l'étude à d'autres contextes présentant des similitudes avec celui du présent projet. Malgré ses limites, la présente recherche présente une pertinence sociale qu'il convient de souligner.

LISTE DES RÉFÉRENCES

- Absil, G., Vandoorne, C., et Demarteau M. (2012). Bronfenbrenner, écologie du développement humain. Réflexion et action pour la promotion de la santé.
- Adamsons, K. et Pasley, K. (2006). Coparenting following divorce and relationship dissolution. Dans M. A. Fine, J. H. Harvey, *Handbook of divorce and relationship dissolution* (p. 241-261)
- Ainsworth, M. D. S. et Wittig, B. A. (1969). Attachment and exploratory behavior of one-year-olds in a Strange Situation. Dans B. M. Foss (dir.), *Determinants of infant behavior* (p.111-136).
- Alberhne, K. et Alberhne, T. (2014). *Les thérapies familiales systémiques*. Issy-les-Moulineaux: Elsevier Masson.
- Aldrich, D. P. (2012). *Building resilience: Social capital in post-disaster recovery*. University of Chicago Press.
- Aquilino, W. S. (2006). The noncustodial father-child relationship from adolescence into young adulthood. *Journal of Marriage and Family*, 68(4), 929–946.
- Barzilay, R., Moore, T. M., Greenberg, D. M., DiDomenico, G. E., Brown, L. A., White, L. K., ... et Gur, R. E. (2020). Resilience, COVID-19-related stress, anxiety and depression during the pandemic in a large population enriched for healthcare providers. *Translational psychiatry*, 10(1), 291.
- Baum, N. (1994). Typology of post-divorce parental relationships and behaviors. *Journal of Divorce and Remarriage*, 41(3/4), 53-79.
- Beaucaire, K. et Schepper, B. (2022). *Portrait des inégalités d'accès aux services de santé en Abitibi-Témiscamingue* [PDF]. Institut de recherche et d'informations socioéconomiques. Repéré à <https://iris-recherche.qc.ca/publications/acces-sante-abitibi-temis/>
- Beckmeyer, J. J. et Russell, L. T. (2023). Divorced Coparents' Experiences during the Early Phase of the COVID-19 Pandemic. *Journal of Divorce & Remarriage*, 64(1), 31-54.
- Berthelot, N., Lemieux, R., Garon-Bissonnette, J., Drouin-Maziade, C., Martel, É., et Maziade, M. (2020). Uptrend in distress and psychiatric symptomatology in pregnant women during the coronavirus disease 2019 pandemic. *Acta obstetrica et gynecologica Scandinavica*, 99(7), 848-855.
- Black, K. et Lobo, M. (2008). A conceptual review of family resilience factors. *Journal of family nursing*, 14(1), 33-55.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59, 20–28.
- Bowlby, J. (1969/1978). *Attachement et perte, vol. 1. L'attachement*. Presses Universitaires de France.
- Bradley, M. F. et Pauzé, R. (2008). Cycle de vie familiale, échec dans la résolution des tâches développementales et apparition de l'anorexie à l'adolescence. *Thérapie familiale*, 29(3), 335-353.
- Bronfenbrenner, U. et Morris, P. A. (2006). The Bioecological Model of Human Development. Dans R. M. Lerner et W. Damon (Eds.), *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (pp. 793–828). John Wiley & Sons, Inc.

- Browne, D. T., Plamondon, A., Prime, H., Puente-Duran, S. et Wade, M. (2015). Cumulative risk and developmental health: an argument for the importance of a family-wide science. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 6(4), 397-407.
- Calvano, C., Engelke, L., Di Bella, J., Kindermann, J., Renneberg, B. et Winter, S. M. (2022). Families in the COVID-19 pandemic: parental stress, parent mental health and the occurrence of adverse childhood experiences—results of a representative survey in Germany. *European child & adolescent psychiatry*, 31(7), 1-13.
- Castro, C. et LeBlanc, P. (2019). Stratégies adaptatives associées à la résilience familiale: une recension des écrits. *Revue internationale de l'éducation familiale*, 45(1), 169-189.
- Céroux, B. (2014). Paternité au quotidien et résidence alternée. *Politiques sociales et familiales*, 114, 17-28.
- Chambers, S., Clarke, J., Kipping, R., Langford, R., Brophy, R., Hannam, K., ...et Simpson, S. A. (2022). Parents' perceptions of children's emotional well-being during spring 2020 COVID-19 restrictions: A qualitative study with parents of young children in England. *Child: Care, Health and Development*, 48(6), 1071-1080.
- Chen, S. et Bonanno, G. A. (2020). Psychological adjustment during the global outbreak of COVID-19: A resilience perspective. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S51-S54.
- Cherblanc, J., Dorais, F.-O., Tremblay, C. et Tremblay, S. (2020). *La COVID-19 : un fait social total. Perspectives historiques, politiques, sociales et humaines*. Université du Québec à Chicoutimi. Repéré à <https://cridaq.uqam.ca/publication/la-covid-19-un-fait-social-total-perspectives-historiques-politiques-sociales-et-humaines/>
- Cihan, H. et Var, E. C. (2022). Developing a model on the factors affecting family resilience in the COVID-19 pandemic: Risk and protective factors. *Current Psychology*, 1-16.
- Collini, M. (2024). *Portrait et diagnostic de l'Abitibi-Témiscamingue* [PDF]. Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue. Repéré à <http://observat.qc.ca/>
- Collins, C., Landivar, L. C., Ruppanner et L., et Scarborough, W. J. (2021). COVID-19 and the gender gap in work hours. *Gender, Work & Organization*, 28, 101-112.
- Conger, R. D., Wallace, L. E., Sun, Y., Simons, R. L., McLoyd, V. C. et Brody, G. H. (2002). Economic pressure in African American families: a replication and extension of the family stress model. *Developmental psychology*, 38(2), 179.
- Daks, J. S., Peltz, J. S. et Rogge, R. D. (2020). Psychological flexibility and inflexibility as sources of resiliency and risk during a pandemic: Modeling the cascade of COVID-19 stress on family systems with a contextual behavioral science lens. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 16-27.
- Davidson, A. S. (2013). Phenomenological approaches in psychology and health sciences. *Qualitative research in psychology*, 10(3), 318-339.
- Décret numéro 177-2020 déclarant l'état d'urgence sanitaire sur tout le territoire québécois. RLRQ. (13 mars 2020). c. S-2.2, art. 123. Repéré à <https://perma.cc/B258-4P2D>
- Arrêté numéro 2020-011 de la ministre de la Santé et des services sociaux. RLRQ. (28 mars 2020). Repéré à <https://perma.cc/FWF7-NSE3>
- Delage, M. (2014). Promouvoir la résilience: la démarche écosystémique. *Thérapie familiale*, 35(2), 177-192.

- Drapeau, M. (2004). Les critères de scientificité en recherche qualitative. *Pratiques psychologiques*, 10(1), 79-86.
- Énoncé de politique des trois Conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains. Conseil de recherches en sciences humaines, Conseil de recherches en sciences naturelles et en génie du Canada, Instituts de recherche en santé du Canada (2022). Repéré à https://ethics.gc.ca/fra/policy-politique_tcps2-eptc2_2022.html
- Favez, N. (2017). *Psychologie de la coparentalité. Concepts, modèles et outils d'évaluation*. Dunod.
- Favez, N. et Frascarolo, F. (2013). Le coparentage : composants, implications et thérapie. *Devenir*, 25(2), 73-96.
- Favez, N., Widmer, É., Doan, M.-T. et Tissot, H. (2018). Construire la cohésion familiale : les relations coparentales dans les familles recomposées. *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, 61(2), 233-249.
- Feinberg, M. E. (2003). The internal structure and ecological context of coparenting: a framework for research and intervention. *Parenting*, 3(2), 95-131.
- Feldman, G., Martin, S. et Donovan, E. (2023). Psychological flexibility as a predictor of mental health outcomes in parents of pre-school children during the COVID-19 pandemic: A two-year longitudinal study. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 27, 116-119.
- Fine, S. B. (1991). Resilience and human adaptability: Who rises above adversity? *The American Journal of Occupational Therapy*, 45(6), 493-503.
- Fischer-Gaspard, A. et Zebdi, R. (2022). Explorer l'expérience subjective du confinement lié à l'épidémie de la Covid-19 par les familles: une analyse interprétative et phénoménologique (IPA) du discours de parents. *Psychologie Française*, 67(4), 337-356.
- Gadermann, A. C., Thomson, K. C., Richardson, C. G., Gagné, M., McAuliffe, C., Hirani, S. et Jenkins, E. (2021). Examining the impacts of the COVID-19 pandemic on family mental health in Canada: findings from a national cross-sectional study. *BMJ open*, 11(1), e042871.
- Ganong, L. et Coleman, M. (2018). Studying stepfamilies: Four eras of family scholarship. *Family process*, 57(1), 7-24.
- Gassman-Pines, A., Ananat, E. O., Fitz-Henley, J. (2020). COVID-19 and parent-child psychological well-being. *Pediatrics*, 146(4), 1-9.
- Gayatri, M., Irawaty, D. K. (2022). Family resilience during COVID-19 pandemic: A literature review. *The Family Journal*, 30(2), 132-138.
- Goldberg, A. E., Allen, K. R., et Smith, J. Z. (2021). Divorced and separated parents during the COVID-19 pandemic. *Family process*, 60(3), 866-887.
- Hage, F. E., et Reynaud, C. (2014). L'approche écologique dans les théories de l'apprentissage: une perspective de recherche concernant le «sujet-apprenant». *Éducation et socialisation. Les Cahiers du CERFEE*, (36).
- Haine-Schlagel, R., et Walsh, N. E. (2015). A review of parent participation engagement in child and family mental health treatment. *Clinical child and family psychology review*, 18(2), 133-150.
- Hanson, S. M. H. (2001). Family assessment and intervention. *Family health care nursing: Theory, practice, and research*, 170-195.

- Imbert, G. (2010). L'entretien semi-directif: à la frontière de la santé publique et de l'anthropologie. *Recherches en soins infirmiers*, (3), 23-34.
- Institut de la statistique du Québec (2022). *Enquête Québécoise sur le développement des enfants à la maternelle* [PDF]. Repéré à <https://statistique.quebec.ca/fr/enquetes/realisees/enquete-quebecoise-sur-le-developpement-des-enfants-a-la-maternelle-eqdem>
- Kapinus, C. A. et Johnson, M. P. (2003). The utility of family life cycle as a theoretical and empirical tool: Commitment and family life-cycle stage. *Journal of family issues*, 24(2), 155-184.
- Kerr, M. L., Rasmussen, H. F., Fanning, K. A. et Braaten, S. M. (2021). Parenting during COVID-19: A study of parents' experiences across gender and income levels. *Family Relations*, 70(5), 1327-1342.
- Kimhi, S., Marciano, H., Eshel, Y. et Adini, B. (2020). Resilience and demographic characteristics predicting distress during the COVID-19 crisis. *Social Science & Medicine*, 265, 113389.
- Khoury, J. E., Atkinson, L., Bennett, T. et Jack, S. M., et Gonzalez, A. (2021). COVID-19 and mental health during pregnancy: The importance of cognitive appraisal and social support. *Journal of affective disorders*, 282, 1161-1169.
- Lebel, C., MacKinnon, A., Bagshawe, M., Tomfohr-Madsen, L. et Giesbrecht, G. (2020). Elevated depression and anxiety symptoms among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic. *Journal of affective disorders*, 277, 5-13.
- Lebow, J. L. (2020). The challenges of COVID-19 for divorcing and post-divorce families. *Family process*, 59(3), 967-973.
- Lessard, M. (2020). Coronavirus: développements récents en droit de la famille concernant la garde et l'accès durant la pandémie de la COVID-19 (13 mars au 13 avril 2020). Repéré à https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3578568
- López-Morales, H., Del Valle, M. V., Canet-Juric, L., Andrés, M. L., Galli, J. I., Poó, F. et Urquijo, S. (2021). Mental health of pregnant women during the COVID-19 pandemic: A longitudinal study. *Psychiatry research*, 295, 113567.
- Maccoby, E. E., Depner, C. E. et Mnookin, R. H. (1990). Coparenting in the second year after divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 52(1), 141-155.
- Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child development*, 85(1), 6-20.
- Masten, A. S. et Motti-Stefanidi, F. (2020). Multisystem resilience for children and youth in disaster: Reflections in the context of COVID-19. *Adversity and resilience science*, 1(2), 95-106.
- McGoldrick, M. et Carter, B. (1988). *Family life cycle. A framework for family therapy*. Gardner Press.
- McGoldrick, M. et Carter, B. (2003). The family life cycle. Dans F. Walsh (dir), *Normal family processes: growing diversity and complexity* (3e éd., p. 375-378). The Guilford Press.
- McGoldrick, M. et Carter, B. (2005). Overview: the expanded family cycle: individual, family, and social perspectives. Dans B. Carter et M. McGoldrick (dir), *The expanded family cycle: individual, family, and social perspectives* (3e éd., p. 1-26). Allyn & Bacon.

- McHale, J. P., Kuersten-Hogan, R. et Rao, N. (2004). Growing points for coparenting theory and research. *Journal of Adult Development*, 11(3), 221-234.
- McRae, C. S., Overall, N. C., Henderson, A. M., Low, R. S. et Chang, V. T. (2021). Parents' distress and poor parenting during a COVID-19 lockdown: The buffering effects of partner support and cooperative coparenting. *Developmental Psychology*, 57(10), 1623.
- Melchior, M., Moulin, F., El-Aarbaoui, T., Herraz Bustamente, J., Héron, M., Mary-Krause, M., ... et Galéra, C. (2021). Risk and protective factors related to children's symptoms of emotional difficulties and hyperactivity/inattention during the COVID-19 related lockdown in France: results from a community sample. *European Journal of Public Health*, 31,164-236.
- Merriam, S. B. (2002). Assessing and evaluating qualitative research, dans S. B. Merriam, *Qualitative Research in Practice: Examples for Discussion and Analysis*, Jossey-Bass,18-33.
- Ministère de la Justice. (2020). *Des réponses à vos questions : les échanges de garde d'enfants en période de pandémie. Coronavirus (COVID-19) : Mesures en matière de justice* [Communiqué]. Repéré à <https://perma.cc/JU5A-KAT8>
- Ministère de la santé et des services sociaux. (2005). *Les services intégrés en périnatalité et pour la petite enfance à l'intention des familles vivant en contexte de vulnérabilité. Guide pour soutenir le développement de l'attachement de la grossesse à un an.* Repéré à <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-000989/>
- Minuchin, S. et Fishman, H. C. (1981). *Family therapy techniques*. Harvard University Press.
- Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue. (2018). *Les portraits de la région. Famille et enfance* [Fiche d'information, PDF]. Repéré à <https://www.observat.qc.ca/documentation>
- Ouellet, F. et Saint-Jacques, M. C. (2000). Les techniques d'échantillonnage. Dans R. Mayer, F. Ouellet, M. C. Saint-Jacques, et D. Turcotte (dir.). *Méthodes de recherche en intervention sociale* (p. 79-88). Gaëtan Morin éditeur.
- O'Reilly, L. et Cara, C. (2020). La phénoménologie selon l'école de pensée de Husserl. Dans M. Corbière et N. Larivière (dir.), *Méthodes qualitatives, quantitatives et mixtes dans la recherche en sciences humaines, sociales et de la santé* (p. 33-57). Presses de l'Université du Québec.
- Paillé, P. et Mucchielli, A. (2021). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Dunot.
- Pakpahan, M., Kartika, L. et Sampepadang, M. (2022). Factors related to family resilience during the COVID-19 pandemic. *Bali Medical Journal*, 11(3), 1603-1607.
- Parent, C., Beaudry, M., St Jacques, M.-C., Turcotte, D., Robitaille, C., Boutin, M. et Turbide, C. (2008). Les représentations sociales de l'engagement du beau-père en famille recomposée. *Enfances, Familles, Générations*, (8).
- Pasley, K. et Garneau, C. (2012). Remarriage and stepfamily life. Dans F. Walsh (dir.), *Normal family processes: Growind diversity and complexity* (p. 149-171). The Guilford Press.
- Patrick, S. W., Henkhaus, L. E., Zickafoose, J. S., Lovell, K., Halvorson, A., Loch, S., ... et Davis, M. M. (2020). Well-being of parents and children during the COVID-19 pandemic: a national survey. *Pediatrics*, 146(4), 1-8.

- Paupé, R. et Touchette, L. (2012). L'intervention en situation de crise familiale. Dans M. Séguin, A. Brunet et L. LeBlanc (dir.), *Intervention en situation de crise et en contexte traumatique* (2^e éd., p. 74-94). Gaëtan Morin éditeur.
- Pearson, J., Baudry, C., Bessette, J., Bernier, A., Lemelin, J. P., Matte-Gagné, C., ... et Fréchette-Boilard, G. (2023). Stress maternel prénatal en contexte de pandémie de la COVID-19: vécu des femmes enceintes au Québec. *Revue de psychoéducation*, 52(1), 70-88.
- Perzow, S. E., Hennessey, E. M. P., Hoffman, M. C., Grote, N. K., Davis, E. P. et Hankin, B. L. (2021). Mental health of pregnant and postpartum women in response to the COVID-19 pandemic. *Journal of affective disorders reports*, 4, 100123.
- Picard, D. et Marc, E. (2013). *L'École de Palo Alto*. Presses Universitaires de France.
- Preis, H., Mahaffey, B., Heiselman, C., et Lobel, M. (2020). Vulnerability and resilience to pandemic-related stress among US women pregnant at the start of the COVID-19 pandemic. *Social science & medicine*, 266, 113348.
- Prime, H., Wade, M. et Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631-643.
- Pruett, M. K., Alschech, J. et Saini, M. (2021). The impact of coparenting on mothers' COVID-19-related stressors. *Social Sciences*, 10(8), 311.
- Rabkin, J. G., Remien, R., Williams, J. B. et Katoff, L. (1993). Resilience in adversity among long-term survivors of AIDS. *Psychiatric Services*, 44(2), 162-167.
- Repond, G. et Darwiche, J. (2016). Les relations interpersonnelles au sein de la famille recomposée : un état de la littérature. *Pratiques Psychologiques*, 22(3), 269-283.
- Ribau, C., Lasry, J. C., Bouchard, L., Moutel, G., Hervé, C. et Marc-Vergnes, J. P. (2005). La phénoménologie: une approche scientifique des expériences vécues. *Recherches en soins infirmiers*, (2), 21-27.
- Saint-Jacques, M.-C., Robitaille, C., St-Amand, A. et Lévesque, S. (2016). *Séparation parentale, recomposition familiale : enjeux contemporains*. Presses de l'Université du Québec.
- Saint-Jacques, M.-C. et Drapeau, S. (2009). Grandir au Québec dans une famille au visage diversifié. Dans C. Lacharité et J.-P. Gagnier (dir.), *Comprendre les familles pour mieux intervenir* (p. 47-99). Gaëtan Morin éditeur.
- Salem, G. (2009). *L'approche thérapeutique de la famille*. Masson.
- Schramm, D.G. et 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 (10), 1373-1397.
- Schrodt, P. et Braithwaite, D.O. (2011). Coparental communication, relational satisfaction, and mental health in stepfamilies. *Personal Relationships*, 18 (3), 352-369.
- Statistique Canada (2020). *Les répercussions de la pandémie de COVID-19 sur les familles et les enfants canadiens* [Infographie]. Repéré à <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-627-m/11-627-m2020043-fra.htm>
- Statistique Canada (2022). *Structure de la famille de recensement y compris de l'information détaillée sur les familles recomposées, nombre d'enfants, nombre moyen d'enfants et âge du plus jeune enfant : Canada, provinces et territoire, régions métropolitaines de recensement et agglomérations de recensement* [Tableau]. Repéré à <https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=9810012401>

- Statistique Canada (2022). *Les enfants vivant au Nouveau-Brunswick et au Québec sont les plus susceptibles de vivre dans des familles recomposées* [Graphique]. Repéré à <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/220713/cg-a002-fra.htm>
- Statistique Canada (2021). *Dictionnaire, recensement de la population*. Repéré à <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2021/ref/dict/az/Definition-fra.cfm?ID=fam037>
- Statistique Canada (2022). *Combien d'enfants au Canada ont vécu la séparation ou le divorce de leurs parents ? Résultats de l'Enquête Canadienne sur la santé des enfants et des jeunes de 2019* [Infographie]. Repéré à <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-627-m/11-627-m2022018-fra.htm>
- Statistique Canada (2021). *Les contacts avec les enfants après un divorce ou une séparation* [PDF]. Repéré à <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/210928/dq210928e-fra.htm>
- Tremblay, J., Drapeau, S., Robitaille, C., Piché, É., Gagné, M.-H. et Saint-Jacques, M.-C. (2013). Trajectoires de coparentalité post-rupture conjugale. Une étude exploratoire qualitative. *La Revue Internationale de l'Éducation Familiale*, 33(1), 37-58.
- Tremblay, D. G. et Mathieu, S. (2020). Concilier emploi et famille en temps de pandémie: les résultats d'une recherche au Québec. *Les politiques sociales*, 20(3), 75-93.
- Ungar, M. (2018). Systemic resilience. *Ecology and society*, 23(4).
- Unterreiner, A. (2018). Les relations familiales après la séparation conjugale. Revue de littérature internationale sur les familles de couples séparés. *Revue des politiques sociales et familiales*, 127, 83-89.
- Van Campenhoudt, L., Marquet, J. et Quivy, R. (2017). Panorama des principales méthodes de recueil des informations. Dans L. Van Campenhoudt, J. Marquet et R. Quivy, *Manuel de recherche en sciences sociales* (p. 235-259). Dunod.
- Van Eeden-Moorefield, B. et Pasley, B. K. (2013). Remarriage and stepfamily life. Dans G.W. Peterson, K.R. Bush, *Handbook of marriage and the family* (p. 517-546).
- Van Egeren, L. A. et Hawkins, D. P. (2004). Coming to terms with coparenting: Implications of definition and measurement. *Journal of Adult Development* 11(3), 165-178.
- Walsh, F. (2015). *Strengthening Family Resilience*. Guilford Press.
- Walsh, F. (2016). Family resilience: A developmental systems framework. *European journal of developmental psychology*, 13(3), 313-324.
- Walsh, F. (2020). Loss and resilience in the time of COVID-19: Meaning making, hope, and transcendence. *Family process*, 59(3), 898-911.
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J. et Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945-947.
- Widmer, E., Favez, N., Aebly, G., De Carlo, I. et Doan, M.-T. (2012). *Capital social et coparentage dans les familles recomposées et de première union*. Université de Genève.
- Zebdi, R., Plateau, E., Delalandre, A., Vanwalleghe, S., Chahed, M., Hentati, Y., ... et Lignier, B. (2022). Étude CONFAMI: effets du confinement durant l'épidémie de la COVID-19 sur la vie des enfants et leur famille. *L'Encéphale*, 48(6), 647-652.

ANNEXE A

Affiche destinée au recrutement des parents par l'intermédiaire des réseaux sociaux



**VOUS ÊTES PÈRE OU
MÈRE D'UNE FAMILLE
RECOMPOSÉE ?**

**NOUS VOUS INVITONS À PARTICIPER À
UNE ENTREVUE DE RECHERCHE SUR LES
IMPACTS QUE LA PANDEMIE DE
COVID-19 A EUS SUR VOTRE FAMILLE**

Conditions de participation: avoir plus de 18 ans, faire partie d'une famille recomposée depuis 5 ans ou moins, vivre en Abitibi-Témiscamingue.

Durée de l'entrevue: environ 60 minutes

Si vous êtes intéressé.e, contacter:
Aline Dunoyer, étudiante de maîtrise en sciences de la santé (cell: 873 997 6416; aline.dunoyer@uqat.ca).
Sous la direction de Carol Castro, Ph.D., chercheuse principale (819 762 0971 poste 2472; carolcastro@uqat.ca).



ANNEXE B

FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT

Les impacts du contexte sanitaire relié à la pandémie de COVID-19 sur le bien-être et la dynamique des familles recomposées vivant en Abitibi-Témiscamingue

CHERCHEURE PRINCIPALE : CAROL CASTRO, PROFESSEURE AU DÉPARTEMENT DES SCIENCES DU DÉVELOPPEMENT HUMAIN ET SOCIAL DE L'UQAT

CO-CHERCHEUR.E.S :

ÈVE POULIOT (UQAC)

DANIELLE MALTAIS (UQAC)

STÉPHANE GRENIER (UQAT)

ALINE DUNOYER, ÉTUDIANTE À LA MAÎTRISE RECHERCHE EN SCIENCES DE LA SANTÉ

COMMANDITAIRE OU SOURCE DE FINANCEMENT

Bourse du Conseil de recherche en sciences humaines (CRSH)

DÉBUT DU PROJET : AVRIL 2023

FIN DU PROJET : DÉCEMBRE 2024

CERTIFICAT D'ÉTHIQUE DÉLIVRÉ PAR LE COMITÉ D'ÉTHIQUE DE LA RECHERCHE DE L'UQAT LE : [N°]
 RÉFÉRENCE : NOVEMBRE 2022, CASTRO,C]

PRÉAMBULE

Nous vous invitons à participer à un projet de recherche qui implique de participer à une entrevue individuelle en personne d'une durée approximative de 90 minutes. Avant d'accepter de participer à ce projet de recherche, veuillez prendre le temps de comprendre et de considérer attentivement les renseignements qui suivent.

Ce formulaire d'information et de consentement vous explique le but de l'étude, sa méthodologie, ses avantages, ses risques et inconvénients. Il inclut également le nom des personnes avec qui

communiquer si vous avez des questions concernant le déroulement de la recherche ou tout autre élément concernant votre participation.

Le présent formulaire peut contenir des mots que vous ne comprenez pas. Nous vous recommandons de poser toutes les questions que vous jugerez utiles à la chercheuse Carol Castro et à Aline Dunoyer (étudiante à la maîtrise) et à lui demander de vous expliquer les mots ou les renseignements qui ne sont pas clairs. Si vous en ressentez le besoin, n'hésitez pas à vous faire aider ou conseiller par votre entourage.

BUT DE LA RECHERCHE

La pandémie de COVID-19 et les mesures sanitaires mises en place pour limiter la propagation du virus ont provoqué de nombreux bouleversements au sein des familles québécoises, entraînant une augmentation des manifestations de détresse psychologique tant chez les parents que chez les enfants. La présente étude vise à identifier les impacts que la pandémie de COVID-19 a eu sur le bien-être et la dynamique des familles recomposées demeurant en Abitibi-Témiscamingue et au Saguenay-Lac-Saint-Jean. Elle comporte quatre objectifs:

- 1) évaluer l'impact de la pandémie de COVID-19 et des mesures reliées au contexte sanitaire sur le bien-être des familles recomposées;
- 2) identifier et décrire les répercussions du contexte sanitaire sur les relations coparentales au sein des familles recomposées;
- 3) identifier les besoins comblés et non comblés de ces familles en matière de soutien psychosocial, ainsi que les effets du soutien reçu de la part des réseaux sociaux formels et informels;
- 4) documenter et décrire le processus de résilience et les stratégies d'adaptation familiales utilisées pendant la pandémie.

DESCRIPTION DE VOTRE PARTICIPATION À LA RECHERCHE

Nous sollicitons votre participation à une entrevue semi-dirigée en personne, d'une durée approximative de 90 minutes, menée par une étudiante à la maîtrise. Les thèmes abordés au cours de l'entrevue seront les suivants :

- 1) Thèmes relatifs au bien-être et aux difficultés des familles pendant la pandémie;
- 2) Thèmes relatifs à l'exercice de la coparentalité au sein des familles recomposées;
- 3) Thèmes relatifs à la résilience des familles en contexte de pandémie.

Avant l'entrevue, vous aurez également à compléter un questionnaire permettant de recueillir certaines données sociodémographiques.

L'entrevue aura lieu dans les locaux de l'UQAT ou de l'UQAC, dans un endroit fermé qui permettra d'assurer la confidentialité des échanges. L'entrevue sera enregistrée au moyen d'un enregistreur vocal. Les enregistrements audios seront ensuite détruits et les transcriptions seront gardées pour une période de sept ans. L'entrevue semi-dirigée pourra se faire selon votre disponibilité (journée et horaire qui vous conviennent le plus).

Sécurité et confidentialité des modes de communication : Enregistreur vocal numérique utilisé en face à face. Téléchargement et stockage de l'entrevue sur les serveurs de l'UQAT. L'équipe de

recherche mettra ces données dans le OneDrive sécurisé de l'UQAT afin que la conservation et la confidentialité des données soient assurées.

AVANTAGES POUVANT DÉCOULER DE VOTRE PARTICIPATION

Votre participation à cette étude pourrait vous offrir l'opportunité de pouvoir exprimer des non-dits, des émotions, des désaccords, désagréments ou toute autre forme de ressentis n'ont peut-être pas pu être exprimés dans d'autres circonstances.

Votre implication vous permettra par ailleurs de contribuer à l'avancement des connaissances relatives au bien-être et aux dynamiques des familles recomposées, ainsi qu'à l'amélioration de la qualité de l'accompagnement qui leur est proposé.

RISQUES ET INCONVÉNIENTS POUVANT DÉCOULER DE VOTRE PARTICIPATION

Le temps à accorder au projet (90 minutes) constitue le principal inconvénient associé à votre participation.

Il est possible que le fait que vous racontiez votre expérience suscite des réflexions ou convoque des souvenirs émouvants ou désagréables. Si vous en ressentez le besoin, un temps de pause vous sera donné à tout moment durant l'entrevue. Vous pourrez aussi vous retirer si vous le jugez nécessaire. Si vous en éprouvez le besoin, nous pourrions vous référer à un.e intervenant.e de la Maison de la Famille ou du CLSC pour recevoir le soutien nécessaire.

Mis à part le temps, les risques et les inconvénients découlant de votre participation à cette recherche ne sont pas plus grands que ceux qui sont associés à votre vie quotidienne.

ENGAGEMENTS ET MESURES VISANT À ASSURER LA CONFIDENTIALITÉ

Toutes les données vous concernant seront rendues anonymes (utilisation des codes alphanumériques), c'est-à-dire que vos noms réels et ceux de toutes personnes et institutions que vous nommez durant les entrevues seront retirés des verbatims pour protéger les identités. Tant au niveau des analyses que lors de la diffusion des résultats, tous les renseignements obtenus sur vous dans le cadre de ce projet de recherche demeureront confidentiels et aucune identification personnelle ne sera utilisée pour relier votre nom à vos réponses. Une liste avec des codes alphanumériques associant vos noms sera conservée par la chercheuse principale, dans des ordinateurs dont l'accès est protégé par un mot de passe.

Tous vos documents électroniques, incluant l'enregistrement Zoom, seront conservés sur l'ordinateur de la chercheuse principale dont l'accès est aussi protégé par un mot de passe (service OneDrive de l'UQAT). L'équipe de recherche aura accès seulement aux données déjà traitées par la chercheuse principale.

En vertu du calendrier d'archivage en vigueur dans les établissements universitaires, les données de recherche seront conservées pendant sept ans après la fin du projet.

INDEMNITÉ COMPENSATOIRE

Aucune indemnité compensatoire ne vous sera versée dans le cadre de la participation à cette recherche.

Deux iPad feront l'objet d'un tirage au sort pour les familles ayant complétée l'entrevue semi-dirigée.

CONFLITS D'INTÉRÊTS ET COMMERCIALISATION DES RÉSULTATS

Les chercheur.e.s impliqué.e.s dans cette étude (Carol Castro, Ève pouliot, Danielle Maltais, Stéphane Grenier) ainsi que l'UQAT déclarent ne pas se trouver en conflits d'intérêts réel, potentiel ou apparent. Par ailleurs, les résultats de cette recherche ne seront pas exploités à des fins commerciales.

DIFFUSION DES RÉSULTATS

Afin d'informer les participantes des résultats de l'étude, une communication sera faite dans les Maisons de la Famille de Rouyn Noranda et de Chicoutimi (réunion d'information).

La transmission des résultats aux régions participantes et aux autres parties intéressées (organismes communautaires de la région, province, etc.) se fera par le biais de fiches techniques et de webinaires. Les fiches seront disponibles en deux langues (français et anglais). L'accent sera mis sur les implications de pandémie de COVID-19 sur la dynamique familiale, dans le but de proposer des stratégies d'intervention. Pour leur part, des webinaires seront offerts sur une base régulière (un par trimestre à partir de la deuxième année de ce projet) où différents aspects de cette étude seront présentés et discutés avec les membres de l'auditoire.

CLAUSE DE RESPONSABILITÉ

En acceptant de participer à cette étude, vous ne renoncez à aucun de vos droits ni ne libérez les chercheur.e.s (Carol Castro, Ève pouliot, Danielle Maltais, Stéphane Grenier) et l'UQAT de leurs obligations légales et professionnelles à votre égard.

LA PARTICIPATION À UNE RECHERCHE EST VOLONTAIRE

Vous n'avez aucune obligation de participer à ce projet de recherche : vous avez le droit de refuser d'y prendre part. Vous pouvez vous en retirer en tout temps sans perdre vos droits acquis. Tout au long du projet, vous recevrez l'information pertinente pour décider de continuer ou d'arrêter d'y participer.

Vous pouvez demander la destruction des données vous concernant en communiquant avec l'équipe de recherche.

QUESTIONS

Si vous avez d'autres questions plus tard et tout au long de cette étude, vous pouvez joindre :

Carol Castro, UQAT: 819 762-0971, poste 2472 ou carol.castro@uqat.ca

COORDONNÉES DU COMITÉ D'ÉTHIQUE DE LA RECHERCHE AVEC LES ÊTRES HUMAINS DE L'UQAT

Pour tout renseignement supplémentaire concernant les droits des personnes participantes ou tout autre élément relatif à la participation à une recherche, vous pouvez vous adresser au :

Comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains
Vice-rectorat à l'enseignement, à la recherche et à la création
Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue
445, boulevard de l'Université
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 5E4
Téléphone : 1 877 870-8728, poste 2252
cer@uqat.ca

CONSENTEMENT

Je soussignée ou soussigné accepte volontairement de participer à l'étude : « les impacts de la pandémie de COVID-19 sur le bien-être et la dynamique des familles recomposées demeurant en Abitibi-Témiscamingue »

Nom de la personne participante (lettres moulées)

Signature de la personne participante

Date

CE CONSENTEMENT A ÉTÉ OBTENU PAR :

Nom du chercheur, de la chercheuse ou de l'agent ou agente de recherche (lettres moulées)

Signature

Date

ANNEXE C

GUIDE D'ENTRETIEN

Les impacts de la pandémie de COVID-19 sur la dynamique familiale et le bien-être des familles recomposées vivant en Abitibi Témiscamingue

Maintenant, je vous propose de me raconter comment vous et votre famille avez traversé la période de la pandémie de COVID-19. J'aimerais savoir comment le contexte sanitaire et social (la perte d'emploi, l'insécurité financière, la distanciation sociale et le confinement) a pu affecter l'organisation et le bien-être de votre famille. Il sera donc question de votre perception de ce parcours comme parent pendant la pandémie de COVID-19. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses, il s'agit de votre perception, de votre vécu exprimé dans vos propres mots. Les différents thèmes que nous aborderons (dans l'ordre ou le désordre) nous amèneront à voyager à travers votre expérience : parler des stratégies, des difficultés, des besoins éprouvés, du soutien reçu, des changements profonds que vous avez vécus et des forces que vous et votre famille avez développé pendant la pandémie COVID-19.

Objectifs

Questions

1) Identifier les impacts de la pandémie de COVID-19 sur le bien-être et la dynamique des familles recomposées:

- ✓ **Vécu émotionnel des parents**
- ✓ **Comportements d'opposition et de coopération des enfants**
- ✓ **Habitudes de vie des enfants**
- ✓ **Exercice de la coparentalité**

- Pouvez-vous raconter comment se sont déroulées les trois premières semaines de confinement en mars 2020 ?
- Pouvez-vous me décrire ce que vous avez ressenti durant les premiers temps de la pandémie ?
- Qu'est-ce qui vous a le plus marqué au cours de la première période de la pandémie ?
- Quels changements avez-vous observé dans le comportement de vos enfants lors de la période de confinement ?
- Quels changements avez-vous observé dans les habitudes de vie de vos enfants lors de la période de confinement ?
- Selon vous, vos enfants ont-ils vécu des difficultés émotionnelles lors de la période de confinement ? Si oui, pouvez-vous les décrire ?
- Pouvez-vous me décrire les changements que vous avez observés dans la relation avec vos enfants lors de la période de confinement et de distanciation sociale ?
- Avez-vous remarqué une augmentation des conflits familiaux pendant la pandémie de COVID-19 ? Si oui, quelles étaient les principales raisons de ces conflits ?
- Comment avez-vous communiqué avec l'autre parent concernant l'organisation de la vie quotidienne des enfants ?
- Comment avez-vous communiqué avec l'autre parent concernant la planification des temps de garde partagée ?

	• Comment décririez-vous la relation que vous avez établi avec l'autre parent pendant la période de la pandémie ? • Comment décririez-vous les discussions que vous avez eues avec l'autre parent concernant les nouvelles règles, les habitudes de vie des enfants et les mesures sanitaires reliées à la pandémie ? • Comment décririez-vous le rôle que votre conjoint.e actuel.le a joué dans la vie familiale pendant la pandémie de COVID-19 ? • Aujourd'hui, vous et / ou votre famille vivez-vous encore certaines conséquences reliées à la pandémie de COVID-19 ?
2) Identifier les processus de résilience développés par les familles recomposées face aux défis reliés au contexte sanitaire : ✓ Système de croyances familial ✓ Processus organisationnels ✓ Qualité de la communication intrafamiliale	• Au cours de la période de confinement, comment avez-vous organisé la vie quotidienne des enfants ? • Dans votre famille, comment avez-vous perçu les changements et les défis reliés à la pandémie ? • Pouvez-vous me décrire ce qui vous a aidé, vous et votre famille, à surmonter les difficultés reliées à la pandémie ? • Sur qui avez-vous pu compter pendant les moments les plus difficiles de la pandémie de COVID-19 ? • Vous ou les membres de votre famille ont-ils eu recours aux services du réseau communautaire ou du réseau de santé et de services sociaux pendant la période de la pandémie ? • Si oui, quels services avez-vous reçu de la part de ces différents réseaux ? • Dans quelle mesure estimez-vous avoir reçu, vous et votre famille, le soutien nécessaire de la part de ces différents réseaux de soutien ? • Selon vous, qu'est-ce qui a été le plus important pour vous aider à surmonter les difficultés reliées à la pandémie ? • Pouvez-vous me raconter comment les membres de votre famille se sontentraîdés pendant la pandémie ? • Quelles stratégies familiales avez-vous mis en place pour résoudre les problèmes rencontrés pendant la pandémie ? • Quelles stratégies avez-vous mis en place pour faciliter la communication entre les membres de la famille ? • Dans quelle mesure les défis reliés à la pandémie ont fait évoluer votre famille ? • Pouvez-vous me décrire les principales forces que votre famille a développé suite à la pandémie ?

ANNEXE D

Recueil des données sociodémographiques

Les impacts de la pandémie de COVID-19 sur la dynamique familiale et le bien-être des familles recomposées vivant en Abitibi Témiscamingue

Numéro d'identification du participant (à compléter par l'équipe de recherche)	
Genre :	
Âge :	
État civil :	
Composition de la famille :	
Âge des enfants :	
Scolarité / Milieu de garde des enfants au moment de la première vague de la pandémie de COVID-19 :	
Pays d'origine :	
Niveau de scolarité complété :	
Revenu annuel du foyer :	

ANNEXE E

LES IMPACTS DE LA PANDÉMIE DE COVID-19 SUR LA DYNAMIQUE ET LE BIEN-ÊTRE DES FAMILLES RECOMPOSÉES EN ABITIBI TÉMISCAMINGUE ARBORESCENCE ANALYSE DES DONNÉES

1. Identification des difficultés et enjeux vécus dans le contexte de la pandémie

1.1 Ressenti / vécu émotionnel du parent

1.2 Difficultés vécues

- 1.1.1 Logement
- 1.1.2 Finances
- 1.1.3 Emploi
- 1.1.4 Santé
- 1.1.5 Organisation de la vie quotidienne
- 1.1.6 Relations intrafamiliales

1.3 Changements observés au niveau du comportement des enfants

1.4 Changements observés dans les habitudes de vie des enfants

1.5 Difficultés émotionnelles des enfants

1.6 Changements observés dans la relation parent-enfant

1.7 Changements positifs

2. Enjeux liés à l'exercice de la coparentalité dans le contexte de la pandémie

2.1 Coparentalité entre les deux parents biologiques

2.1.1 Qualité de la relation coparentale

- a. Soutien / sabotage
- b. Accord éducatif
- c. Gestion des interactions familiales
- d. Division des tâches et des responsabilités
- e. Présence de conflits

2.1.2 Ressenti et perception du parent à l'égard de la relation coparentale

2.1.3 Défis relatifs à la coparentalité spécifiquement reliés au contexte de la pandémie

2.1.4 Ressenti et perception du parent à l'égard des défis relatifs à la coparentalité en contexte de pandémie

2.1.5 Stratégies de communication pour organiser la vie quotidienne des enfants

2.1.6 Stratégies de communication pour planifier les temps de garde partagés

2.1.7 Changements profonds reliés à la pandémie, qui perdurent dans le temps

2.2 Coparentalité entre le parent et le beau-parent

- 2.2.1 **Qualité de la relation coparentale**
 - a. Description du **rôle joué** par le beau-parent
 - b. Soutien / sabotage
 - c. Accord éducatif
 - d. Gestion des interactions familiales
 - e. Division des tâches et des responsabilités
 - f. Présence de conflits
- 2.2.2 **Ressenti et perception du parent à l'égard de la relation coparentale**
- 2.2.3 **Défis relatifs à la coparentalité** spécifiquement reliés au contexte de la pandémie
- 2.2.4 **Ressenti et perception du parent à l'égard des défis relatifs à la coparentalité en**
contexte de pandémie
- 2.2.5 **Stratégies de communication** pour organiser la vie quotidienne des enfants
- 2.2.6 **Changements profonds** reliés à la pandémie, qui perdurent dans le temps

3. Processus de résilience familiale

3.1 Processus relatifs à l'organisation familiale

- 3.1.1 Flexibilité
- 3.1.2 Ressources sociales et communautaires
 - a. Sur qui avez-vous pu compter ?
 - b. Recours aux services de santé / sociaux
 - c. Qualité perçue du soutien
- 3.1.3 Connexion entre les membres de la famille
 - a. Comment vous êtes-vous entraidé ?

3.2 Systèmes de croyance familiaux

- 3.2.1 Perception des défis vécus (Espoir / point de vue positif)
- 3.2.2 Perception des forces familiales
- 3.2.3 Sens attribué aux événements
- 3.2.4 Spiritualité / transcendance

3.3 Processus de communication

- 3.3.1 Circulation de l'information entre les membres
- 3.3.2 Partage des émotions entre les membres
- 3.3.3 Stratégies de résolution / prévention des problèmes

3.4 Transformation de la famille à la suite des défis relevés pendant la pandémie

- 3.4.1 **Nouvelles forces** développées
- 3.4.2 **Nouvelles valeurs** développées