novembre 2022

Travailler auprès des enfants, des jeunes et des familles en situation de séparation ou de divorce très conflictuelle

Institut du savoir
sur la santé mentale et les dépendances
chez les enfants et les jeunes

Référence suggérée :

Institut du savoir sur la santé mentale et les dépendances chez les enfants et les jeunes. *(2022). Travailler auprès des enfants, des jeunes et des familles en situation de séparation ou de divorce très conflictuelle.* www.smdej.ca/separation

Pour en savoir plus sur ce rapport, veuillez communiquer avec
Nikky Summers à nsummers@cymha.ca.

Table of Contents

Vue d'ensemble 4

Que voulions-nous savoir? 4

Pourquoi voulions-nous savoir cela? 4

Qu'avons-nous appris? 4

Comment l'avons-nous appris? 5

Y a-t-il des lacunes ou des limites? 5

Constatations 6

Introduction 6

Répercussions de la pandémie de COVID-19 sur le fonctionnement de la famille 7

Situations de séparation ou de divorce très conflictuelles et responsabilités parentales 11

Considérations 13

Travailler auprès de familles en situation de séparation ou de divorce 14

Conclusion 16

Références 17

Vue d'ensemble

Que voulions-nous savoir?

- Nous voulions examiner les complexités et les défis particuliers qu'ont rencontrés les familles en situation de conflit, de séparation ou de divorce pendant la pandémie de COVID-19.
- Nous voulions connaître les pratiques exemplaires à suivre pour travailler auprès des familles pendant une séparation ou un divorce, en particulier dans des situations très conflictuelles.

Pourquoi voulions-nous savoir cela?

Une augmentation du nombre de conflits familiaux causés par des facteurs liés à la COVID-19 a été constatée. L'exposition à de nombreux conflits parentaux risque fort de mener à de moins bons résultats en matière de santé mentale chez les enfants et les jeunes.

La présente ressource a pour objectif d'outiller les organismes de santé mentale et de lutte contre les dépendances pour les enfants et les jeunes en leur fournissant des connaissances afin d'orienter l'adoption de pratiques exemplaires pour intervenir auprès de familles en situation de conflit, de séparation ou de divorce dans le contexte de la COVID-19.

Qu'avons-nous appris?

La pandémie de COVID-19 a causé du stress, des difficultés financières et une augmentation du nombre de conflits familiaux.

Cette ressource comprend des suggestions de pratiques pour les prestataires de services qui travaillent auprès de familles vivant une séparation ou un divorce. Parmi ces pratiques figurent :

- une bonne connaissance de la portée de son rôle en tant que praticien.ne.
- une communication claire avec les client.e.s.
- une attitude exemplaire de calme et d'ouverture d'esprit par rapport aux points de vue différents des siens.
- une compréhension de la façon dont s'intensifie la dynamique des relations lors d'une séparation ou d'un divorce, en particulier dans les situations très conflictuelles.
- la compréhension des répercussions que peut avoir le fait de travailler auprès de personnes en situation de séparation ou de divorce sur sa santé mentale et émotionnelle; la reconnaissance du

besoin d'obtenir du soutien professionnel pour qu'il demeure possible d'accomplir son travail.

- l'offre d'un soutien adapté aux expériences de vie particulières des client.e.s, notamment par la sensibilisation aux normes sociales, culturelles ou religieuses liées à la séparation ou au divorce dans les communautés desservies par l'organisme, ou aux façons d'offrir des services aux personnes 2SLGBTQ+ de manière compétente en visant l'affirmation de leur identité.

Comment l'avons-nous appris?

Ce document a été élaboré à la suite de consultations avec des parties prenantes du secteur qui cherchaient des ressources à ce sujet. Nous avons effectué une analyse non systématique de travaux de recherche évalués par les pairs en utilisant des mots clés comme « divorce », « séparation », « conflits familiaux », « pratiques exemplaires », « lignes directrices fondées sur des données probantes », « COVID-19 » et « santé mentale ». L'analyse a été menée en mai et juin 2022 et portait sur des données probantes des 20 dernières années. Ces données n'ont pas été recueillies au moyen d'une recherche exhaustive ou d'un examen systématique, mais reflètent l'information disponible au moment de la rédaction.

Les données probantes sont présentées dans un format qui met à profit les connaissances de façon optimale pour répondre aux besoins des parties prenantes.

Y a-t-il des lacunes ou des limites?

La recherche était limitée à l'examen des pratiques exemplaires pour travailler auprès des familles qui vivent un divorce ou de nombreux conflits familiaux. La recherche a été élargie pour inclure des données probantes pertinentes de 1990 à aujourd'hui.

La recherche sur les approches thérapeutiques liées au divorce et à la séparation est axée plutôt sur le système juridique et les interventions comme la thérapie de groupe ou l'éducation des parents ou des tuteur. rice.s légaux, et non sur la thérapie individuelle ou familiale. Certaines recherches à ce sujet ont été incluses dans notre examen lorsque les constatations étaient plus largement applicables, ou lorsqu'elles traitent des répercussions du divorce ou des besoins généraux des familles qui en vivent un.

D'autres recherches s'imposent pour explorer les effets des facteurs de stress et des défis particuliers que la pandémie de COVID-19 a entraînés pour les familles en situation de conflit et de dissolution.

État de la littérature et définitions

Nous avons élargi la portée de notre analyse pour inclure la séparation de la famille, les conflits familiaux et le fonctionnement de la famille (Smyth et coll., 2020; Mohanty et coll., 2021; Fosco et coll., 2021; Feinberg et coll., 2021). Les conflits familiaux désignent les désaccords, la colère ou l'hostilité entre les membres de la famille (Fosco et coll., 2021).

Une grande partie de la littérature sur les pratiques de travail auprès des familles en situation de divorce est axée sur le système judiciaire, la thérapie de groupe ou l'éducation parentale (Read, 2003; Haine et coll., 2003; Desrocher, 2016; Ferraro, 2016; Tomlinson et coll., 2022). Il existe peu de travaux sur l'efficacité des pratiques exemplaires en matière de thérapie individuelle ou familiale pour les familles, les enfants et les jeunes qui vivent un divorce (Jordan, 2016).

Constatations

Introduction

Le divorce fait souvent partie de la vie des enfants, des jeunes et des familles et constitue une transition importante pour eux (Amato et Keith, 1991; Amato, 2001). Selon deux méta-analyses fondamentales d'études sur les répercussions du divorce, les jeunes de parents divorcés ont davantage de problèmes de comportement, d'intériorisation et de problèmes sociaux et scolaires que leurs pairs dont les parents ne sont pas divorcés (Amato et Keith, 1991; Amato, 2001).

Les répercussions du divorce sur le bien-être des enfants et des jeunes dépendent de divers facteurs. Il peut s'agir du nombre et de la durée des conflits parentaux intenses, de la façon dont les responsabilités parentales sont assumées et de la force des liens entre les parents, les tuteur.rice.s légaux et les enfants (Pedro-Carroll, 2020; Amato et Sobolewski, 2001; Sandler, Wheeler et Braver, 2013; Lamea et coll., 2015). Par ailleurs, le niveau de résilience et l'accès aux mécanismes de soutien

familial, communautaire et thérapeutique influencent les résultats en matière de santé mentale pendant et après le divorce (Clark, 2013).

Contexte familial

Certaines circonstances de vie peuvent influencer la façon dont les enfants, les jeunes et les familles vivent un divorce ou une séparation. Ce peut être notamment le contexte culturel ou religieux d'une famille (Afifi et coll., 2013; Toth et Kemmelmeier, 2009); les identités 2SLGBTQ+, en particulier lorsqu'un parent n'appuie pas celle d'un.e enfant ou d'un.e conjoint.e (Pyne, Bauer et Bradley, 2015; Daly, MacNeela et Sarma, 2015) et les maladies chroniques chez les enfants (Russell et coll., 2016).

Pour mieux répondre aux besoins des familles, les prestataires de services directs peuvent offrir un soutien thérapeutique adapté à la culture (Harris-Britt, Paces-Wiles et Wax, 2021), approfondir leurs connaissances sur le rôle que peuvent jouer la transphobie et l'homophobie dans les conflits familiaux (Pyne, Bauer et Bradley, 2015) et approfondir leur compréhension des répercussions que peut avoir une interruption de la communication entre les parents en situation de divorce ou de séparation sur le bien-être des enfants (Russell et coll., 2016).

Répercussions de la pandémie de COVID-19 sur le fonctionnement de la famille

Répercussions sur la santé mentale des enfants, des jeunes et des adultes

Dans le cadre d'un sondage mené auprès de jeunes Ontarien.ne.s, plus des deux tiers des répondant.e.s ont indiqué que leur santé mentale s'était détériorée depuis le début de la pandémie (Radomski et coll., s.d.; Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents et Institut de recherche du CHEO, s.d.). Les jeunes âgé.e.s de 18 à 25 ans, de genre féminin, vivant dans les communautés nordiques, en emploi ou au statut socioéconomique peu favorable étaient plus à risque de vivre des problèmes de santé mentale au cours de cette période (Radomski et coll.).

Les pandémies peuvent susciter un sentiment de désespoir, de peur et d'incertitude, ce qui peut avoir des répercussions négatives sur la

santé mentale et le bien-être (Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents et Institut de recherche du CHEO, s.d.; Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents et Santé mentale pour enfants Ontario, s.d.). Ces expériences présentant des niveaux élevés de stress, de désespoir et de peur peuvent se transformer en anxiété, en dépression ou en trouble de stress post-traumatique (Mehereli et coll., 2021).

Une méta-analyse d'études menées à l'échelle mondiale au cours de la pandémie de COVID-19 a révélé qu'une jeune personne sur quatre éprouvait des symptômes de dépression accrus, et qu'une sur cinq éprouvait des symptômes d'anxiété accrus – des taux deux fois plus élevés qu'avant la pandémie (Racine et coll., 2021). On constatait également un niveau accru de résultats moins favorables en matière de santé mentale chez les adultes, notamment pour l'anxiété et la dépression (Dozois, 2021; Jenkins et coll., 2021).

L'expérience de la pandémie était également influencée par le vécu des familles en ce qui a trait à la marginalisation, à la discrimination et aux inégalités structurelles. Chez les personnes appartenant aux communautés racisées et autochtones ou à la communauté 2SLGBTQ+ et celles ayant une incapacité physique ou un statut socioéconomique peu favorable, on observait des taux plus élevés de problèmes de santé mentale et de problèmes d'adaptation pendant la pandémie (Jenkins et coll., 2021).

L'isolement en raison de la pandémie et les défis liés à la garde des enfants et à leur enseignement à distance en plus de la gestion des horaires de travail ont également eu des répercussions sur la santé mentale des parents. Une étude menée au Canada a révélé que près de 45 % des adultes ayant des enfants de moins de 18 ans à la maison vivaient des problèmes accrus de santé mentale liés à la pandémie comparativement aux adultes qui n'avaient pas d'enfants de cette tranche d'âge à la maison (Gadermann et coll., 2021).

Répercussions sur la structure familiale

La pandémie a sans aucun doute eu des répercussions sur la santé mentale et le bien-être des enfants, des jeunes et des familles, mais on ne connaît pas encore toutes celles qui ont touché la structure familiale.

Certaines recherches indiquent que les taux de divorce ont diminué depuis 2020 (Ghaznavi et coll., 2022; Statistique Canada, 2022; Komura et Ogawa, 2022). Selon un rapport de Statistique Canada, on aurait même observé une baisse de 25 % du nombre de divorces par rapport à l'année précédente (Statistique Canada, 2022).

Le processus de séparation ou de divorce peut être long. Des problèmes comme les fermetures de tribunaux liées à la COVID-19, l'isolement obligatoire et la précarité du revenu en raison d'une perte d'emploi des parents peuvent amener les couples à continuer de cohabiter ou à retarder une demande de divorce (Goldberg, Allen et Smith, 2021; Allen et Goldberg, 2021). Les familles peuvent également être formées par d'autres moyens que le mariage, notamment par des unions de fait, une cohabitation, une recomposition ou d'autres relations affectives. Les données du Recensement de 2017 montrent que 21,3 % des couples au Canada vivaient en union de fait (Statistique Canada, 2019).

Comme la structure familiale n'est pas saisie de façon uniforme, des données manquent et il peut être difficile de faire le suivi des taux de séparation ou de dissolution des familles au fil du temps. L'augmentation du nombre de divorces à la suite d'évènements sociaux importants qui sont source de traumatismes, comme des catastrophes naturelles, donne un aperçu des répercussions que la pandémie de COVID-19 peut avoir sur les familles (Cohan et Cole, 2002; Xu et Feng, 2016).

Augmentation du nombre de conflits familiaux

Même si les taux de divorce sont inférieurs à ce qu'ils étaient avant la pandémie, ces taux ne représentent pas les nombreux facteurs qui influencent le fonctionnement et le bien-être d'une famille. Les organismes de santé mentale et de lutte contre les dépendances pour les enfants et les jeunes de l'Ontario signalent une augmentation du nombre de familles en situation de conflit familial et de dissolution pendant la pandémie de COVID-19, bien que ce constat soit anecdotique. Les médias ont également émis des hypothèses selon lesquelles les taux de divorce ont augmenté pendant cette période (Smyth et coll., 2020; Savage, 2020; Bowden, 2020); ces hypothèses contredisent les données communiquées par Statistique Canada (Statistique Canada, 2022). Pour obtenir un portrait plus complet des effets de la pandémie sur la

vie familiale et les taux de divorce dans les travaux de recherche, il sera probablement nécessaire d'attendre encore un certain temps.

La pandémie et ses répercussions sur les personnes et la société ont été des sources importantes de stress pour un grand nombre de parents, enfants et jeunes (Statistique Canada, 2021; Ellis, Dumas et Forbes, 2020). Selon les recherches menées à ce jour, les parents et les enfants ont connu pendant la pandémie plus de problèmes de santé mentale intériorisés, comme l'anxiété et la dépression, et de problèmes de santé mentale externalisés, comme des troubles de comportement (Feinberg et coll., 2021). Le stress lié à la pandémie peut avoir une incidence négative sur la cohésion familiale (la force des liens affectifs entre les membres de la famille) et intensifier les conflits familiaux (Mohanty et coll., 2021). Les taux de conflits familiaux et de violence familiale ont augmenté pendant la pandémie de COVID-19 (Mohanty et coll., 2021; Fosco et coll., 2021; Feinberg et coll., 2021; Gadermann et coll., 2021; Roos et coll., 2021; Ferrara et coll., 2021; Abdel Rahman, 2020).

Les restrictions liées à la pandémie, comme l'isolement social (le concept de « bulles »), ont été basées sur le modèle de la famille nucléaire. Ces restrictions ont occasionné des difficultés pour les familles en situation de divorce ou de séparation, qui avaient plus difficilement accès aux mesures de soutien externes sur lesquelles elles auraient normalement pu compter pour vivre une transition importante – par exemple, les amis et la famille ne faisant pas partie de leur ménage (Allen, 2020). Composer avec les protocoles de santé publique pour plusieurs ménages ou ne pas interpréter les mesures de santé et d'hygiène liées à la COVID-19 de la même façon peut rendre le processus de séparation particulièrement complexe pour les ménages (Allen et Goldberg, 2021; Lebow, 2020; Goldberg et Smith, 2021; Smyth et coll., 2020).

Stress lié à l'argent

Pour bon nombre de parents, le divorce peut entraîner de lourdes conséquences financières, en particulier pour les femmes (Anderson, 2014; Hetherington, 1993; Raley et Sweeney, 2020). Ces répercussions accrues pour les femmes découlent des disparités continues entre les sexes en matière de participation au marché du travail et de rémunération (Raley et Sweeney, 2020). La pandémie a entraîné des

pertes de revenu et d'emploi (Grekou et Lu, 2021), ce qui peut amplifier les difficultés financières déjà causées par un divorce (Dozois, 2021).

La perte de revenu ou d'emploi en raison de la pandémie est également associée à une hausse de problèmes de santé mentale associés au stress financier chez les adultes (Wang et coll., 2021). Ces niveaux élevés de stress lié au revenu et à l'emploi peuvent également accroître l'incidence des conflits entre les parents et les enfants (Wang et coll., 2021; Kalil et coll., 2020).

Situations de séparation ou de divorce très conflictuelles et responsabilités parentales

Le terme « très conflictuel » est fréquemment utilisé pour décrire une situation de divorce, mais n'est pas toujours opérationnalisé dans la recherche (Saini et Birnbaum, 2007). Il est souvent utilisé pour caractériser les divorces comprenant des niveaux élevés d'animosité, de colère ou de méfiance, des litiges qui se poursuivent ou qui se répètent, des situations de violence (verbale, physique ou psychologique) et des difficultés de communication et de coopération liées au partage des responsabilités parentales (Anderson, Anderson, Palmer, Mutchler et Baker, 2011; Johnston, 1994).

Répercussions sur la santé mentale des enfants et des jeunes

L'exposition à un grand nombre de conflits parentaux risque fort de mener à de moins bons résultats en matière de santé mentale chez les enfants et les jeunes (Grych, 2005; Amato et Keith, 1991). Le fait d'être témoin de disputes parentales continues et non résolues peut créer un climat d'insécurité émotionnelle (Cummings et Davies, 1994). Lorsque les conflits parentaux touchent des questions relatives à un.e enfant ou un.e jeune, celui-ci ou celle-ci peut en venir à se croire responsable des désaccords de ses parents et à essayer d'intervenir (Grych et coll., 1993).

Les enfants et les jeunes qui vivent en constante proximité avec des parents incapables de résoudre des problèmes ou de faire des compromis peuvent vivre des conséquences négatives sur le plan de la santé mentale (Pasteels, 2002; Johnson et Campbell, 1988). Les facteurs suivants peuvent avoir des répercussions sur le bien-être émotionnel des enfants (Mutchler, 2017; Chang, 2020; Pasteels, 2022) :

- un environnement continuellement hostile sur le plan affectif.
- le dénigrement de l'autre parent devant ses enfants.
- les parents coincés dans le conflit du divorce, qui ne prennent pas la peine de composer avec leurs émotions pour vivre le changement relationnel.
- le temps que passe un parent à établir une preuve contre l'autre pour obtenir la garde des enfants.

Facteurs à prendre en compte pour travailler auprès de familles en situation de conflit grave

Les prestataires de services peuvent trouver particulièrement difficile de soutenir les familles qui vivent beaucoup de conflits. Ceux et celles qui travaillent auprès de client.e.s traversant de longues périodes d'état de crise peuvent souffrir d'épuisement professionnel, de saturation compassionnelle ou de traumatisme indirect (Chang, 2020; Ordway et coll., 2020).

Amundson et Lux (2016) soulignent l'importance pour les prestataires de services directs de réfléchir à leur rôle auprès d'une famille en situation de conflit grave, lorsqu'un tel cas se présente. Avant d'élaborer un protocole de traitement, les prestataires de services peuvent dresser un portrait plus complet de la situation en portant une attention particulière aux éléments suivants :

- préciser la personne ou le groupe qui reçoit son soutien (la famille en tant qu'unité, ou encore un.e enfant ou un.e jeune en particulier).
- déterminer les objectifs des séances de counseling.
- obtenir le consentement pour former la relation thérapeutique de la part des participant.e.s (parents, enfants).
- déterminer les résultats possibles en fonction des désirs et des capacités des client.e.s.

Les prestataires de services directs doivent également prendre conscience d'un possible contre-transfert (lorsque les souvenirs personnels, les expériences ou les conflits d'un.e prestataire influencent ses réactions ou son approche vis-à-vis d'un.e client.e) dans le cadre de ces relations thérapeutiques et mettre en œuvre des mesures de soutien, comme une supervision professionnelle accrue. De plus, il est recommandé de fournir aux familles d'autres mesures de soutien, y compris des services de santé mentale pour les parents, en

collaboration avec les services de santé mentale et de lutte contre les dépendances pour les adultes (Zimmerman et coll., 2009; Mutchler, 2017).

Considérations

La thérapie peut donner l'occasion de renforcer la résilience et les capacités d'adaptation d'un.e enfant ou d'un.e jeune en situation de divorce (Amundson et Lux, 2016; Jordan, 2016). Lorsqu'un.e enfant apprend à cerner ses émotions et à les réguler de façon autonome lorsqu'elles se manifestent, cela peut améliorer son bien-être émotionnel et lui permettre de mieux composer avec les conflits relationnels. Cette approche peut être efficace dans le contexte immédiat du divorce, mais également, de façon plus générale, dans d'autres aspects de sa vie (Jordan, 2016).

Établir et maintenir une alliance thérapeutique avec les participant.e.s dans un contexte de thérapie familiale est une pratique suggérée pour établir une relation de confiance avec les personnes impliquées dans le conflit (Jordan, 2016; Mutchler, 2017; Lebow et Newcomb Rekart, 2007). Mettre constamment de l'avant les intérêts de l'enfant dans le cadre de la thérapie familiale peut également améliorer les résultats pour les familles, en particulier dans les situations de conflit accru (Amundson et Lux, 2016; Mutchler, 2017).

Les prestataires de services directs peuvent élaborer des lignes directrices avec les familles pour veiller à ce que les séances se déroulent dans le respect et à ce que l'espace demeure empreint de « partialité multidirectionnelle » pour leurs client.e.s, c'est-à-dire que les préoccupations légitimes de tous les membres de la famille y sont appuyées et explorées dans le cadre des séances (Mutchler, 2017).

Amundson et Lux (2016) suggèrent d'amenuiser les conflits graves en tenant compte de la complexité du contexte de vie des client.e.s et des facteurs externes, qui peuvent accroître leur stress. Les prestataires de services peuvent donner l'exemple en demeurant calmes et en défendant à la fois les parents et les enfants, afin de voir de multiples perspectives ou versions des faits. Les prestataires de services directs peuvent également promouvoir la résilience et les aptitudes d'adaptation saines auprès des parents comme des enfants, car toutes

les personnes touchées pourraient avoir des capacités surchargées ou sous-développées dans ces domaines (Amundson et Lux, 2016).

La pensée dualiste, qui amène à voir les conflits de façon polarisée (par exemple, penser que l'on est « bon.ne » alors que l'autre est « mauvais.e ») se retrouve souvent dans le contexte de la séparation et du divorce (Mutchler, 2017). Amener les enfants et les jeunes à accroître leur capacité à tolérer l'ambivalence (accepter d'avoir des sentiments à la fois positifs et négatifs à propos d'une personne ou d'une situation) peut les aider à mieux composer avec le divorce et d'autres formes de conflits d'une façon qui laisse moins place à la pensée dualiste. Une stratégie possible pour y parvenir consiste à poser des questions sans jugement et à pratiquer l'écoute réflexive (Jordan, 2016).

La thérapie individuelle avec un.e enfant ou un.e jeune dans une famille en situation de divorce peut lui offrir un répit s'il ou elle se trouve dans un conflit en triangulation. Les prestataires de services directs doivent également porter une attention particulière à cette question afin d'éviter de se trouver impliqué.e.s dans un conflit en triangulation avec les parents. Garber (2016) suggère d'obtenir le consentement des deux parents pour commencer le traitement et de communiquer avec les deux de façon égale au sujet de la thérapie de leur enfant. Amundson et Lux (2016) soulignent l'importance pour les prestataires de services directs de refuser de céder à la pression d'une partie prenante qui demande de fournir des renseignements qui iraient à l'encontre des intérêts de l'enfant ou, plus précisément, qui encourageraient un préjudice ou un conflit avec une autre partie prenante.

Le divorce peut être un évènement difficile et important dans la vie des enfants, des jeunes et de leur famille. Cependant, Flowerdew et Neale (2003) suggèrent qu'il ne s'agit que d'un évènement important parmi d'autres. Lorsque la séparation ou le divorce est considéré comme le principal problème, d'autres changements importants dans la vie des jeunes peuvent être en cours (Flowerdew et Neale, 2003). Les prestataires de services doivent éviter de faire des suppositions ou de faire automatiquement passer le divorce avant les autres défis de la vie.

Travailler auprès de familles en situation de séparation ou de divorce

Le travail auprès de familles en situation de séparation ou de divorce exige une bonne communication avec les parents et les enfants (Garber, 2013). Les prestataires de services directs peuvent prendre des mesures pour qu'un parent soit moins réfractaire à la thérapie de son enfant. D'abord, on peut faire en sorte que les deux parents participent au processus d'admission, demander des documents sur le pouvoir décisionnel des parents et adopter de bonnes pratiques de tenue de dossiers avec les client.e.s, y compris pour les communications à l'extérieur de l'espace thérapeutique (Kenny, 2000; Ford Sori et Hecker, 2015; Garber, 2013; Amundson et Lux, 2016).

En établissant un contrat clair avec les client.e.s au début d'une alliance thérapeutique, on peut préciser les limites et permettre une communication efficace. Ce contrat doit indiquer les participant.e.s à la thérapie, la fréquence des séances, les détails relatifs à la confidentialité et les personnes qui ont accès à l'information. Un contrat peut donner à toutes les personnes concernées une idée de la structure et des limites de la relation, et il peut être ensuite consulté par les prestataires de services et les client.e.s en cas de problèmes (Lebow et Newcomb Reckart, 2007).

Voici des approches suggérées pour les personnes intervenant auprès de familles qui vivent une séparation ou un divorce :

- une communication claire et continue avec les parents (Garber, 2013);
- une sensibilisation à l'intensification de la dynamique relationnelle dans les divorces très conflictuels (Jordan, 2016);
- la précision du rôle joué en tant que prestataire de services, en tenant compte de la personne ou du groupe qui bénéficie des services (la famille en tant qu'unité ou un.e enfant en particulier), de la perception du rôle professionnel par les client.e.s et des résultats possibles ou souhaités du traitement pour les client.e.s (Amundson et Lux, 2016);
- la sensibilisation et la prise en charge du contre-transfert éventuel (Mutchler, 2017; Zimmerman et coll., 2009);
- les pratiques axées sur les solutions (Chang, 2020);
- l'élaboration de documents et de processus culturellement pertinents pour répondre aux besoins de client.e.s de diverses communautés (Harris-Britt; Paces-Wiles et Wax, 2021).

Conclusion

Peu de recherches ont été menées sur les pratiques exemplaires en matière de thérapie individuelle et familiale dans le contexte du divorce. Cependant, la littérature existante propose diverses techniques que les prestataires de services pourraient envisager, notamment :

- la communication claire;
- l'établissement de limites et de priorités;
- la sensibilisation et la prise en charge du contre-transfert;
- l'élaboration de pratiques culturellement pertinentes pour les client.e.s de diverses communautés.

Les prestataires de services directs doivent également reconnaître les difficultés exceptionnelles qu'a engendrées la pandémie de COVID-19 dans le contexte général des conflits familiaux, de la séparation et du divorce. Ces difficultés peuvent comprendre un stress chronique intense, des difficultés financières, de l'isolement et des résultats peu favorables en matière de santé mentale pour les enfants et les adultes. Il faut également tenir compte des facteurs de stress qui ont touché tout particulièrement les familles en situation de divorce et de séparation pendant la pandémie, comme les décrets du service de santé publique ordonnant de rester à domicile (conçus en tenant uniquement compte es familles nucléaires).

Références

Abdel Rahman, D. E. (2021). Predictors of family violence through the COVID-19 pandemic: Structural equation modeling. *Journal of Public Affairs*, *21*(4), p. e2626.

Allen, K. R. et Goldberg, A. E. (2021). Apart, but still together: Separated parents living in limbo during COVID-19. *Journal of Marital and Family Therapy, 48*(3), p. 845-860.

Afifi, T., Davis, S., Denes, A. et Merrill, A. (2013). Analyzing divorce from cultural and network approaches. *Journal of Family Studies, 19*(3), p. 240-253.

Amato, P. R. et Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: a meta-analysis. *Psychological bulletin*, *110*(1), p. 26-46.

Amato, P. R. (2001). Children of divorce in the 1990s: An update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology, 15*(3), p. 355–370.

Amundson, J. K. et Lux, G. M. (2016). Risk management in high-conflict divorce/parenting referrals: It's how you walk through the fire. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, *50*(3s), p. S10-S22.

Anderson, J. (2014). The impact of family structure on the health of children: Effects of divorce. *The Linacre Quarterly*, *81*(4), p. 378–387.

Anderson, S. R., Anderson, S. A., Palmer, K. L., Mutchler, M. S. et Baker, L. K. (2011). Defining high conflict. *American Journal of Family Therapy, 39*(1), p. 11–27.

Ayoub, C., Deutsch, R. M. et Maraganore, A. (1999). Emotional distress in children of high-conflict divorce: the impact of marital conflict and violence. *Family and Conciliation Courts Review, 37*(3), p. 297–314.

Berkey, K. L. (2020). *Clinical utility of trauma-focused therapy for children of divorced families* (Order No. 28154386). [Doctoral dissertation, The Chicago School of Professional Psychology]. ProQuest Dissertations & Theses Global.

Bowden, O. (19 juillet 2020). Divorces have increased during the coronavirus pandemic and lawyers are expecting more. *Global News.*

Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents et Santé mentale pour enfants Ontario (s.d.). *Répercussions de la pandémie sur la santé mentale des enfants et des jeunes.*

Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents et CHEO institute du recherche (s.d.). *La santé mentale des jeunes et l'utilisation des services en Ontario un an après le début de la pandémie de COVID-19.*

Chang, J. (2020). High-conflict divorce and parenting: How Solution Focused presence can help. In D. Yusuf (Ed.), *The Solution Focused Approach with Children and Young People* (p. 179-193). Routledge.

Clark, B. (2013). Supporting the mental health of children and youth of separating parents. *Paediatrics & Child Health, 18*(7), p. 373-377.

Cohan, C. L. et Cole, S. W. (2002). Life course transitions and natural disaster: Marriage, birth, and divorce following hurricane Hugo. *Journal of Family Psychology, 16*(1), p. 14-25.

Daly, S. C., MacNeela, P. et Sarma, K. M. (2015). When parents separate and one parent 'comes out' as lesbian, gay or bisexual: Sons and daughters engage with the tension that occurs when their family unit changes. *PloS one*, *10*(12), p. e0145491.

Demir-Dagdas, T., Isik-Ercan, Z., Intepe-Tingir, S. et Cava-Tadik, Y. (2018). Parental divorce and children from diverse backgrounds: Multidisciplinary perspectives on mental health, parent–child relationships, and educational experiences. *Journal of Divorce & Remarriage, 59*(6), p. 469–485.

Desrochers, J. E. (2016). Evidence-Based Interventions for Children and Adolescents of Divorced Parents. In L. A. Theodore (Ed.), *Handbook of Evidence-Based Interventions for Children and Adolescents* (p. 355). Springer.

Dozois, D. J. A. (2021). Anxiety and depression in Canada during the COVID-19 pandemic: A national survey. *Canadian Psychology*, *62*(1), p. 136–142.

Ellis, W. E., Dumas, T. M. et Forbes, L. M. (2020). Physically isolated but socially connected: Psychological adjustment and stress among adolescents during the initial COVID-19 crisis. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement, 52*(3), p. 177–187.

Feinberg, M., Mogle, J., Lee, J., Tornello, S. L., Hostetler, M. L., Cifelli, J. A., Bai, S. et Hotez, E. (2022). Impact of the COVID-19 Pandemic on Parent, Child, and Family Functioning. *Family Process*, *61*(1), p. 361–374.

Ferrara, P., Franceschini, G., Corsello, G., Mestrovic, J., Giardino, I., Vural, M., Pop, T. L., Namazova-Baranova, L., Somekh, E., Indrio, F. et Pettoello-Mantovani, M. (2021). Children witnessing domestic and family violence: A widespread occurrence during the Coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic. *The Journal of Pediatrics*, *235*, p. 305–306.e2.

Flowerdew, J. et Neale, B. (2003). Trying to stay apace: Children with multiple challenges in their post-divorce family lives. *Childhood, 10*(2), p. 147–161.

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*(e042871).

Garber, B. D. (2013). Providing effective, systemically informed, child-centered psychotherapies for children of divorce: Walking on thin ice. Dans A. J. L. Baker et S. R. Sauber (Eds.), *Working with alienated children and families: A clinical guidebook* (p. 166–187). Routledge/ Taylor & Francis Group.

Goldberg, A. E., Allen, K. R. et Smith, J. Z. (2021). Divorced and separated parents during the COVID-19 pandemic. *Family Process, 60*(3), p. 866–887.

Grekou, D. et Lu, Y. (2021). *Gender differences in employment one year into the COVID-19 pandemic: An analysis by industrial sector and firm size*. Statistique Canada.

Jenkins. E., McAuliffe, C., Hirani, S., Richardson, C., Thomson, K. C., McGuinness, L., Morris, J., Kousoulis, A. et Gadermann, A. (2021). A portrait of the early and differential mental health impacts of the COVID-19 pandemic in Canada: Findings from the first wave of a nationally representative cross-sectional survey. *Preventive Medicine*, *145*, p. 106333–106333.

Jordan, P. H. (2016). Individual therapy with a child of divorced parents. *Journal of Clinical Psychology, 72*(5), p. 430–443.

Harris-Britt, A., Paces-Wiles, D. et Wax, N. (2021). One size really does not fit all: The importance of incorporating culturally relevant adaptations in reunification therapy. *Family Court Review, 59*(4), p. 673–682.

Hetherington, E. M. (1993). An overview of the Virginia longitudinal study of divorce and remarriage with a focus on early adolescence. *Journal of Family Psychology*, *7*(1), p. 39–56.

Johnston, J. (1994). High-Conflict Divorce. *The Future of Children*, *4*(1), p. 165–182.

Karela, C. et Petrogiannis, K. (2018). Risk and resilience factors of divorce and young children's emotional well-being in Greece: A correlational study. *Journal of Educational and Developmental Psychology, 8*(2), p. 68.

Kenny, M. C. (2000). Working with children of divorce and their families. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 37*(3), p. 228–239.

Komura, M. et Ogawa, H. (2002). COVID-19, marriage, and divorce in Japan. *Review of Economics in the Household.*

Lamela, D., Figueiredo, B., Bastos, A. et Feinberg, M. (2015). Typologies of Post-divorce Coparenting and Parental Well-Being, Parenting Quality and Children's Psychological Adjustment. *Child Psychiatry and Human Development*, *47*(5), p. 716–728.

Lebow, J. (2020). The challenges of COVID-19 for divorcing and post-divorce families. *Family Process*, *59*(3), p. 967– 973.

Lebow, J. et Newcomb Reckart, K. (2007). Integrative family therapy for high-conflict divorce with disputes over child custody and visitation. *Family Process, 46*(1), p. 79-91.

Ministère de la Justice. (7 janvier 2015). Dépistage rapide et orientation des familles vivant une séparation ou un divorce fortement conflictual.

Moffitt, P., Aujla, W., Giesbrecht, C.J., Grant, I. et Straatman, A. (2022). Intimate partner violence and COVID-19 in rural, remote, and northern Canada: Relationship, vulnerability and risk. *Journal of Family Violence, 37,* p. 775–786.

Mohanty, J., Chokkanathan, S. et Alberton, A. M. (2022). COVID-19-related stressors, family functioning and mental health in Canada: Test of indirect effects. *Family Relations, 71*(2), p. 445–462.

Mutchler, M. S. (2017). Family counseling with high-conflict separated parents: Challenges and strategies. *The Family Journal, 25*(4), p. 368–375.

Neppl, T. K., Senia, J. M. et Donnellan, M. B. (2016). Effects of economic hardship: Testing the family stress model over time. *Journal of Family Psychology, 30*(1), p. 12–21.

Ordway, A. M., Moore, R. O., Casasnovas, A. F. et Asplund, N. R. (2020). Understanding vicarious trauma, burnout, and compassion fatigue in high-conflict divorce. *The Family Journal, 28*(2), p. 187–193.

Pasteels, I. (2022). Impact of the COVID-19 pandemic on young adults experiencing dual family life after high-conflict divorce. *Journal of Family Research, 34*(1), p. 488–511.

Pedro-Carroll, J., Nakhnikian, E. et Montes, G. (2005). Assisting children through transition: Helping parents protect their children from the toxic effects of ongoing conflict in the aftermath of divorce. *Family Court Review, 39*(4), p. 377–392.

Pyne, J., Bauer, G. et Bradley, K. (2015). Transphobia and other stressors impacting trans parents. *Journal of GLBT Family Studies, 11*(2), p. 107–126.

Radomski, A., Cappelli, M., Cloutier, P., Gardner, W., Pajer, K., Sheridan, N. et Sundar, P. (s.d.). *COVID-19 pandemic: Snapshot of young Ontarians' mental health needs*. Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents.

Raley, R.K. et Sweeney, M. M. (2020). Divorce, repartnering, and stepfamilies: a decade in review. *Journal of Marriage and Family, 82*(1), p. 81–99.

Roos, L. E., Salisbury, M., Penner-Goeke, L., Cameron, E. E., Protudjer, J. L. P., Giuliano, R., Afifi, T. O. et Reynolds, K. (2021). Supporting families to protect child health: Parenting quality and household needs during the COVID-19 pandemic. *PloS One, 16*(5), p. e0251720–e0251720.

Russell, L. T., Coleman, M., Ganong, L. H. et Gayer, D. (2016). Divorce and childhood chronic illness: A grounded theory of trust, gender, and third-party care providers. *Journal of Family Nursing, 22*(2), p. 252–278.

Saini, M. et Birnbaum, R. (2007). Unraveling the label of "high conflict": What factors really count in divorce and separated families. *Journal of the Ontario Association of Children's Aid Societies, 51*(1), p. 14-20.

Savage, M. (6 décembre 2020). Why the pandemic is causing spikes in break-ups and divorces. BBC.

Smyth, B., Moloney, L. J., Brady, J. M., Harman, J. J. et Esler, M. (2020). COVID-19 in Australia: Impacts on separated families, family law professionals, and family courts. *Family Court Review*, *58*(4), p. 1022–1039.

Statistique Canada. (9 mars 2020). *Regard sur cinquante ans de divorces au Canada, 1970 à 2020.*

Statistique Canada. (29 septembre 2021). *Enquête sociale canadienne : COVID-19 et bien-être.*

Statistique Canada. (1 mai 2019). Histoire de famille : vivre en union libre, être marié, séparé ou divorcé au Canada.

Tomlinson, C., Rudd, B. N., Applegate, A. G., Diaz, A. et Holtzworth- Munroe, A. (2022). Lessons for a COVID-19 era: Barriers and facilitators to court ordered online parenting programs for divorcing and separating parents. *Family Court Review*, *60*(2), p. 303–321.

Toth, K. et Kemmelmeier, M. (2009). Divorce attitudes around the world: Distinguishing the impact of culture on evaluations and attitude structure. *Cross-Cultural Research*, *43*(3), p. 280–297.

Wang, M. T., Henry, D. A., Del Toro, J., Scanlon, C. L. et Schall, J. D. (2021). COVID-19 employment status, dyadic family relationships, and child psychological well-being. *Journal of Adolescent Health*, *69*(5), p. 705–712.

Xu, X. et Feng, J. (2016). Earthquake disasters, marriage, and divorce: evidence from China 2000-2011. *Disaster Prevention and Management*, *25*(1), p. 59–74.

Zimmerman, J., Hess, A. K., McGarrah, N. A., Benjamin, G. A. H., Ally, G. A., Gollan, J. K. et Kaser-Boyd, N. (2009). Ethical and professional considerations in divorce and child custody cases. *Professional Psychology: Research and Practice, 40*(6), p. 539–549.

CYMHAOntario

cymhaon

cymha_on

695, avenue Industrial, Ottawa (Ontario) K1G 0Z1

— 1 613 737 2297

— 1 613 738 4894

FR — smdej.ca

EN — cymha.ca