Votre programme d’aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

Devenir un beau-parent

Vous formez maintenant une nouvelle famille. Pour les beaux-parents, cette perspective est quelque peu terrifiante, particulièrement si votre partenaire et vous réunissez des enfants d'une union précédente.



Il est important de se souvenir que la réunion de deux familles dans le but de créer une nouvelle famille peut susciter à la fois de l'enthousiasme et de la frustration. L'établissement de liens familiaux solides, empreints de confiance et d'amour, requiert du temps, de la patience et un peu de chance. Les beaux-parents, même s’ils n’ont que de bonnes intentions, ne peuvent s'attendre à ce que la situation soit immédiatement parfaite, chaleureuse et satisfaisante. Ces quelques conseils vous aideront, vous et votre famille, à vous adapter à votre nouvel environnement.

Ne vous attendez pas à une confiance et une acceptation instantanées. De nombreux parents et beaux-parents sont surpris de découvrir que leurs nouveaux arrangements familiaux ne sont pas immédiatement acceptés par toutes les personnes en cause. Le succès de la réunion de deux familles exigera un certain temps et dépendra de l'âge de vos enfants. La recherche suggère que les enfants de moins de cinq ans s'attachent rapidement à leurs beaux-parents (dans l'espace d'un an ou deux). Dans le cas des enfants plus âgés ou des adolescents, cette période d’adaptation pourrait être beaucoup plus longue.

Pour cette raison, essayez de laisser la dynamique de la nouvelle famille s'instaurer graduellement par elle-même et évitez le piège des attentes instantanées en ce qui concerne la confiance et l'acceptation. Il vous a probablement fallu un certain temps avant de vous sentir vraiment à l'aise avec votre nouveau partenaire. Alors, pourquoi n'accorderiez-vous pas à vos enfants la même occasion de découvrir leurs propres sentiments de confiance et d'acceptation à l'égard de leur nouveau beau-parent?

Reconnaissez les conflits de loyauté. Lorsqu'ils démontrent de l'affection au nouveau partenaire de leur parent biologique, les enfants pourraient avoir l'impression qu'ils manquent de loyauté envers le parent absent. Ces sentiments conflictuels affligent la nouvelle famille et peuvent drainer les émotions de chacun. Souvent, au moment où l'enfant commence à s'habituer au nouveau conjoint de son parent biologique, il changera soudainement d’idée et réagira en prenant une distance. Il se pourrait que l'enfant s’imagine qu'en aimant son beau-parent, il ne peut plus aimer son parent biologique. En encourageant les enfants à exprimer ouvertement leur amour pour leur parent biologique et en évitant toute pression visant à améliorer la relation qu'ils ont avec leur nouveau beau-parent, vous les aiderez à dissiper leur sentiment de conflit et vous faciliterez l'épanouissement des relations dans la nouvelle famille.

Déterminez les règles du jeu. Avant de former votre nouvelle famille, parlez avec votre nouveau partenaire de vos attentes par rapport aux enfants et du rôle que chacun des parents devra assumer afin de renforcer ces attentes. Par exemple, qui assignera des tâches aux enfants? Qui assurera le respect de l'heure précise à laquelle un enfant doit rentrer à la maison et se coucher? Comment les enfants appelleront-ils votre nouveau partenaire? Si votre partenaire et vous avez des styles parentaux diamétralement opposés, essayez de trouver un terrain d'entente. Il est essentiel que les deux partenaires de la nouvelle famille s'entendent sur les règles avant d'annoncer tout changement aux enfants.

Utilisez des méthodes appropriées à l'âge des enfants. Le rôle parental de votre nouveau partenaire dépendra en grande partie de l'âge de vos enfants. Si ces derniers sont très jeunes, ils seront davantage portés à considérer votre nouveau partenaire comme un parent biologique. D'autre part, les adolescents pourraient s'adapter plus facilement si le beau-parent adopte le rôle d'un ami adulte. De plus, lorsqu'il s'agit de discipliner des enfants plus âgés ou des adolescents, laissez le parent biologique en prendre l'initiative auprès de ses enfants. Si le parent biologique est absent, le beau-parent devrait assumer le rôle d'adulte responsable de la famille, et non celui de parent.

Ne vous laissez pas déstabiliser par les mots « Tu n'es pas mon parent ». Peu importe l'âge de vos enfants, cette expression des sentiments de vos beaux-enfants est inévitable et absolument vraie. Ces sentiments ne s'effaceront pas rapidement et, en tant que beau-parent, il vous faudra énormément de patience et de compréhension pour y répondre de la bonne façon. Préparez-vous à entendre ce commentaire et n'essayez pas de l'éviter dans l'espoir que les sentiments qui l'ont généré finiront par disparaître.

Faites front commun. Jusqu'à ce que ce nouvel arrangement soit accepté par tous les membres de votre nouvelle famille, il est essentiel que les enfants constatent que le parent biologique et son nouveau partenaire font front commun dans tous les aspects de la vie familiale. Si vous ne comprenez pas les raisons pour lesquelles votre partenaire a agi de telle ou telle façon, discutez-en calmement seul à seul, et non devant les enfants.

L'effort fourni pour reconstituer une famille, même s'il draine vos émotions, peut se transformer en expérience extrêmement enrichissante. Apprenez à déceler le moment où votre niveau de stress ou celui de votre partenaire commence à émettre des signaux d'alarme. Votre partenaire et vous devez vous assurer de rester émotionnellement et physiquement en santé afin de pouvoir vous aider l'un et l'autre.

© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d’information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.