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.

# Le rôle du conjoint du parent : quand votre nouvel amour a déjà des enfants

Si vous entretenez une relation avec une personne qui a déjà des enfants, vous n'êtes pas seul dans cette situation. La famille recomposée est en voie de devenir le modèle familial dominant.



**Un ami plutôt qu'un substitut parental**

Une famille recomposée ne ressemble pas à une famille biparentale traditionnelle; elle possède sa propre dynamique. Les enfants, surtout les plus âgés, ont déjà deux parents biologiques et, habituellement, ils ne souhaitent pas les remplacer.

Les familles fonctionnent mieux si les deux parents biologiques se partagent la responsabilité des enfants. Les beaux-parents doivent le comprendre et s'adapter au rôle qui est le leur. Dans les familles reconstituées réussies, le conjoint du parent est un ami adulte et non pas un parent.

**Les forces et les faiblesses d'une famille recomposée**

La vie d'une famille recomposée comporte deux phases : chacune a des forces et des faiblesses avec lesquelles vous devrez composer.

**La première phase de la famille recomposée.** La recherche indique qu'au tout début du deuxième mariage, les enfants de la famille recomposée auront probablement :

- deux fois plus de problèmes scolaires que les enfants vivant avec leurs deux parents biologiques
- quatre fois plus de problèmes psychologiques que les enfants vivant avec leurs deux parents biologiques
- probablement plus de difficultés que les enfants vivant avec un parent unique.

Le processus d'intégration des familles exige des enfants une grande capacité d'adaptation. Il est déjà difficile pour eux de s'habituer au divorce. Cependant, lorsqu'un autre adulte entre en scène, probablement avec ses propres enfants, le changement pourra accabler un jeune enfant.

Les divorces remplis d'amertume et les disputes continuelles entre les parents biologiques sont les principaux responsables de ces difficultés. La plupart des experts reconnaissent que le divorce en soi a moins de répercussions sur les enfants que la relation qu'entretiennent leurs parents biologiques après le divorce.

**Les familles recomposées à la fin des cinq premières années.** Cependant, il ne faut pas voir toutes les familles recomposées d'un œil pessimiste. À long terme, les perspectives d'une famille recomposée sont réjouissantes :

- À la fin des cinq premières années, les familles recomposées ont plus de chances de durer qu'un premier mariage. Les couples trouvent l'amour et l'attention dont ils ont besoin et les enfants connaissent la joie d'être aimés par des parents heureux.

- Dès qu'ils se sont adaptés, les membres de la famille recomposée semblent être plus satisfaits, positifs, complexes et se débrouillent mieux que dans les familles traditionnelles.

- Quatre-vingts pour cent des enfants élevés dans une famille recomposée se sont bien adaptés. Ils deviennent résistants, souples, sensibles et désireux de répondre aux besoins émotionnels des autres, et ils sont prêts à affronter le monde l'extérieur.

**S'adapter à une famille recomposée : un processus centré sur l'enfant**

Pour réussir à bâtir une nouvelle relation dans une famille recomposée, chacune des personnes en cause – vous, comme nouveau parent, votre conjoint et votre ex-conjoint – doit connaître son rôle. Voici à quoi vous devez vous attendre et de quelle façon vous devriez réagir en tant que conjoint du parent.

**Des suggestions à l'intention des familles recomposées**

1. **N'essayez pas de remplacer le parent biologique.** Vous n'êtes pas la mère ou le père et vous ne le serez jamais. Mais vous êtes le modèle masculin ou féminin du ménage. Vous pourriez devenir un guide, un conseiller et même un parent psychologique pour les enfants de votre conjoint, mais prenez votre temps.
2. **Avec votre partenaire, entendez-vous sur les règles de discipline.** Habituellement, le parent biologique impose la discipline et le conjoint du parent rappelle aux enfants que « Dans cette maison, nous. »
3. **La prévisibilité et l'organisation créent de l'intimité.** Dans une maison structurée, les parents et les enfants passent moins de temps à négocier et à discuter. Les luttes de pouvoir entre les parents et les enfants sur des questions répétitives sont une perte de temps et minent l'estime de soi de l'enfant. Les moments que vous passez ensemble devraient être consacrés à parler des vrais problèmes et à créer de l'intimité.
4. **Reconnaissez la possibilité qu'il y ait un conflit de loyautés.** Au moment où votre enfant commençait à s'habituer à votre conjoint, il se referme soudainement et son attitude change. Il pense peut-être : « Si je l'aime, je ne peux pas aimer mon vrai parent. » Ces sentiments sont normaux et vous devez en discuter ouvertement tous ensemble.
5. **Si les choses ne fonctionnent pas, n'abandonnez pas.** Le rôle de conjoint du parent n'est pas simple et il est déjà difficile de ne pas être maître chez soi. Définissez-en les termes avec votre partenaire.
6. **Prévoyez de la concurrence.** Le nouveau couple doit reconnaître que le parent biologique possède plus d'années d'expérience auprès des enfants que le nouveau partenaire. Le nouveau conjoint pourrait avoir l'impression qu'il rivalise directement avec les enfants. Cependant, il n'est pas nécessaire que les choses se passent ainsi. Partagez votre temps, votre énergie et votre argent comme un couple.
7. **Consacrez du temps aux enfants.** Le parent biologique pourrait vouloir passer plus de temps seul avec les enfants afin de rattraper le temps perdu. Le nouveau partenaire pourrait aussi vouloir passer du temps seul avec ses nouveaux enfants. Parlez-en et entendez-vous sur le temps que vous consacrerez à votre partenaire et celui que vous passerez avec les enfants.
8. **Entretenez votre sens de l'humour et utilisez-le.** Que vous soyez un père biologique ou un beau-père, l'aptitude à rire de vous ou d'une situation est une absolue nécessité.

Bien que le rôle de partenaire d'un parent biologique ne soit pas facile, la vie dans une famille recompose peut s'avérer très enrichissante pour chacun. Plus vous vous efforcerez d'établir avec votre partenaire et les enfants une communication franche et claire, plus votre vie sera facile et heureuse. En reconnaissant les difficultés que vous rencontrez et en les surmontant en tant que couple et famille, vous renforcerez les liens de cette nouvelle famille que vous formez. Profitez de tous ces bons moments ensemble.

© 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.