



L'annonce d'une grossesse réjouit habituellement le couple et son entourage. **Dans les tribus recomposées, tout le monde ne voit pas forcément cela du même œil!**

Texte Vanessa Jansen / Coordination Stéphanie Grosjean / Photo Belga image

# Quand la famille **recomposée** s'agrandit

Sur papier glacé, elle ressemble à une joyeuse bande cohabitant dans une belle pagaille. Mais la réalité de la famille recomposée est souvent moins glamour! Avant d'arriver à une cohabitation harmonieuse, il faut du temps et des efforts: accepter de ne plus vivre tout le temps avec ses parents, voir papa ou maman embrasser un(e) autre, vivre avec des personnes que l'on n'a pas choisies. Et puis un jour, la nouvelle tombe, la famille va encore s'agrandir! **Cet événement soulève les mêmes questionnements que dans les familles nucléaires, mais tout est exacerbé, comme si l'on rajoutait un peu d'huile sur le feu.** Evidemment, aucune famille

ne ressemble à une autre et chacune à ses spécificités, mais certaines grandes lignes se dégagent.

## **Le besoin de structure**

L'arrivée de ce nouveau petit bout vient bousculer la place de chacun, son rôle et donc, plus profondément, son identité. **L'enfant a peur de ne plus être important pour son parent. Il perd ses repères.** Sandro Costa Sanseverino, psychologue et fondateur de l'organisme «Parents Conscients» insiste sur l'importance pour le nouveau couple d'avoir des règles et des valeurs communes: «Sinon, c'est comme si les enfants se retrouvaient sur une route avec

deux systèmes de signalisations ou deux codes de la route différents», dit-il. Il encourage les parents à expliquer (chacun à ses propres enfants) que ce que dit le beau-parent c'est comme si c'était lui qui le disait. «L'équipe parentale est recomposée mais doit être soudée.»

## **Une histoire d'émotions**

**L'annonce d'une nouvelle naissance vient également confirmer l'union entre le parent et le conjoint, de même qu'elle confirme que les parents naturels ne se remettront jamais ensemble.** Ce seraient les aînés de la fratrie qui auraient le plus de mal à accepter cette venue, eux qui ont déjà été détrônés de leur place d'enfant unique par le passé, ce qui peut expliquer la réaction de Zoé, 15 ans: «Ce n'est pas moi qui vais avoir une sœur, c'est mon père qui va avoir un gosse.»

## A faire

- Être à l'écoute de son enfant, le laisser exprimer son désarroi.
- Le rassurer quant à sa place dans la famille.
- Lui laisser du temps.
- Mettre l'enfant au courant avant tous les amis afin qu'il se sente importants.
- Garder du temps pour lui, mettre en place des rites, des sorties pour tisser collectivement une culture familiale.
- Instaurer des moments de parole.
- Appliquer les mêmes règles pour tous.

## A éviter

- Vouloir jouer à la famille Bisounours.
- Transformer les plus âgés en babysitters attirés.
- Changer fondamentalement et brusquement les règles, surtout si l'on vit dans la maison où l'enfant demeurait avant la séparation.
- Faire culpabiliser l'enfant: «Ce n'est pas gentil et égoïste, tu dois aimer le bébé.»

«Beaucoup de parents ont du mal avec la jalousie, explique le psychologue. Or, la jalousie est naturelle, c'est un signal d'alarme qui met la personne dans un état de vigilance. **Il est important de laisser la place à cette émotion, de dire à son enfant qu'il a le droit d'être jaloux et d'ouvrir une discussion.** Dans ce dialogue, l'enfant peut dire les choses et le parent peut l'accompagner.» Et si l'enfant n'accepte pas le bébé? Pour Sandro Sanseverino encore, il faut verbaliser: «Il n'est pas obligé de l'aimer mais il a l'obligation de le respecter, c'est-à-dire de ne pas être violent ni de le dénigrer. **Croire que les enfants doivent s'aimer, c'est limitant et toxique.**»

## Comprendre les peurs sous-jacentes

«Ces familles partent avec le défi de réussir 'cette fois-ci', de prouver qu'on est capable d'être heureux»,

écrit la psychologue Anne Sauzède-Lagarde dans son livre *Former une famille recomposée heureuse*: «On veut souvent aller vite, que tout soit rose et serein, tout cela part d'une bonne intention mais risque d'aboutir, dans l'esprit de l'enfant, à nier son passé, ses douleurs propres, sa singularité.» L'enfant peut aussi sentir que cette nouvelle famille n'est pas protégée par des liens biologiques inaltérables. Ayant vécu la fin de l'histoire d'amour entre ses parents il sait que tout peut se terminer. Il peut aussi avoir peur que le beau-parent préfère et favorise son enfant légitime et développer un sentiment de jalousie par rapport à cet enfant qui aura la chance de vivre avec ses deux parents. **A l'instar des familles nucléaires, il ne faut pas que les parents confèrent un pouvoir unificateur au nouveau bébé: c'est à eux de remplir ce rôle, en laissant chacun évoluer à son rythme.**

## Le rôle de l'ex

Il n'est pas rare que lorsqu'un des deux parents refait sa vie, son ancien partenaire n'ait pas encore accepté la rupture. **Si l'ex est aigri et critique, l'enfant est pris au centre d'un conflit de loyauté**, lui qui aime ses deux parents et ne veut pas les blesser en prenant l'un ou l'autre parti. Cela a des conséquences néfastes sur sa construction en entraînant un sentiment de culpabilité qu'il pourrait porter toute sa vie. **Il peut devenir celui qui console et ne plus oser**

## demander d'être rassuré à son tour.

Dans la mesure du possible, il est important que l'ex-partenaire donne sa bénédiction implicite (ou explicite) par rapport au nouveau couple formé et à l'arrivée du bébé, faisant la différence entre ses éventuelles difficultés par rapport à la situation et le bonheur de son enfant. Plus l'histoire passée est digérée, plus les chances d'une acceptation seront grandes: «Verbaliser les choses est à nouveau primordial. Chacun doit rester dans sa fonction et **l'ex doit donner la permission à son enfant d'être heureux**», explique Sandro Sanseverino.

## Effets bénéfiques

Alors que chacun semblait trouver enfin ses marques après la séparation, l'arrivée d'un demi-frère ou d'une demi-sœur «perturbe» une nouvelle fois la famille. «C'est compliqué», dit Manon 13 ans, «mais je n'ai pas le choix donc je fais ce que je peux pour que ça se passe bien.» Et dans certaines familles, tout se passe de suite très bien, l'arrivée du nouveau-né pouvant rassurer certains enfants fragilisés par la séparation en leur donnant de la stabilité. L'événement confère aussi au conjoint une place enfin reconnue. **Dans tous les cas, les enfants ont neuf mois pour se préparer... et il y a de fortes chances pour qu'ils craquent à la vue de ce petit bout qui va vite leur vouer une grande admiration.** Accepter que cela puisse prendre du temps, c'est déjà donner plus de chances à la réussite. ●



## Pour aller plus loin

- *La famille recomposée: des escales, mais quel beau voyage*, Marie-Christine Saint-Jacques et Claudine Parent, éd. Prologue.
- *Former une famille recomposée heureuse*, Jean-Paul Sauzède et Anne Sauzède-Lagarde, InterEditions, 2013.
- **www.easytribu.com** Un site participatif pour échanger et trouver des conseils pour bien vivre sa famille recomposée.
- **Un atelier** Parents Conscients organise les 13 et 14 mai un atelier *Recomposer une famille? Un défi à réussir*, par le Dr. Christophe Marx, psychothérapeute, enseignant et superviseur certifié ([www.parentsconscients.be](http://www.parentsconscients.be)).