



Réservé aux abonnés

## «Ils ont redécouvert leur père»: enfants en garde alternée, quel impact sur leur éducation ?

Par **Ségolène Barbé**

Publié le 24 mars 2025 à 06h30, mis à jour le 24 mars 2025 à 10h19

[Allocation de retraite aux mères de famille](#) [Pédiatrie](#)
[Copier le lien](#) [✉](#) [f](#) [X](#) [in](#)


En France, 12 % des enfants de parents séparés (soit environ 480 000 mineurs) répartissent leur temps équitablement entre les deux domiciles, selon l'Insee. *Maskot / Maskot - stock.adobe.com*

### PSYCHOLOGIE - Ce mode de garde pose des défis particuliers sur les plans logistiques et éducatifs. Mais avoir deux maisons peut aussi représenter une véritable richesse pour l'enfant.

Une semaine chez papa, une semaine chez maman... Aujourd'hui, 12 % des enfants de parents séparés (soit environ 480 000 mineurs) répartissent leur temps équitablement entre les deux domiciles, selon l'Insee. De plus en plus utilisée, la garde alternée [a-t-elle aussi une influence sur leur éducation](#) ? Comment se construit-on lorsqu'on a deux maisons, où règnent parfois des règles différentes ?

#### Santé - Newsletter

Tous les lundis

Retrouvez les meilleurs articles du Figaro Santé ainsi que les dernières actualités.

S'INSCRIRE

Laissant une place équitable aux deux parents, la résidence alternée permet souvent aux enfants de nouer une relation de qualité avec chacun d'entre eux, parfois davantage que lorsque les parents étaient encore ensemble et un peu enfermés dans un schéma traditionnel de répartition des rôles. « *La séparation permet parfois de mieux connaître l'un de ses parents*, assure Ivy Daure, docteure en psychologie, psychologue clinicienne et auteure de *Belle-mère, beau-père, trouver sa place* (ESF Éditeur, 2024). *J'avais ainsi reçu en consultation trois enfants qui étaient heureux de redécouvrir leur père autrement, parce qu'il rentrait plus tôt du travail, prenait le temps de discuter avec eux ou même de leur faire des gâteaux, ce qu'il n'avait jamais fait auparavant.* »

#### Poser des limites

Le problème, c'est lorsque ce souci de partager ensemble des bons moments se fait au détriment du rôle éducatif... « *C'est déjà dur de ne voir mon fils de 12 ans qu'une semaine sur deux, alors je n'ai envie de me fâcher avec lui car ensuite il reste peu de temps pour se réconcilier*, reconnaît Adam, 44 ans. *Je sais que, parfois, je suis sans doute un parent trop "copain" mais je m'en veux encore, six ans après, du traumatisme que nous lui avons infligé lorsque nous nous sommes séparés, sa mère et moi.* » Si peu de parents le reconnaissent aussi clairement, il est fréquent d'éprouver cette culpabilité, qui va souvent de pair avec une difficulté à mettre des limites à son enfant lorsqu'il n'est là qu'une semaine sur deux. « *C'est normal d'avoir envie de profiter de sa présence au maximum mais on ne peut pas passer non plus son temps à jouer avec lui*, avertit la psychologue Océane Leveque. *C'est important de le laisser aussi s'ennuyer un peu de temps en temps, pour qu'il trouve des ressources en lui-même, de lui fixer des limites qui l'aident à se structurer. Les parents oublient parfois que l'enfant grandit aussi en se confrontant à la frustration et à l'adversité.* »

### “ Je n'ai pas envie de me fâcher avec mon fils de 12 ans, car ensuite il reste peu de temps pour se réconcilier. Je sais que parfois je suis un parent trop “copain”.

Adam, 44 ans

L'affaire se complique encore lorsque la famille se recompose avec un nouveau compagnon ou une nouvelle compagne, qui arrive avec ses propres enfants. Car il faut alors composer avec les règles établies dans l'autre famille... « *Mes beaux-enfants de 8 et 12 ans ne rangent jamais leur chambre, ce que mon mari tolère sans problème mais pour moi, c'est important*, explique Lili, 39 ans. *Pour l'instant, notre fille n'a qu'un an mais, vu l'exemple que lui donnent ses demi-frères et sœurs, je me demande comment je vais pouvoir lui transmettre cela lorsqu'elle grandira.* » Pour Tania, 45 ans, c'est la différence de traitement entre son fils et son beau-fils qui est la plus difficile à gérer. « *Mon mari est beaucoup plus strict avec notre fils : il le punit souvent alors qu'il ne faut surtout pas froisser le grand de peur qu'il ne préfère retourner chez sa mère*, raconte-t-elle. *Lorsqu'il y a une dispute, c'est bien évidemment de la faute de notre fils. Ce manque d'équité me pèse et crée beaucoup de disputes entre nous.* »

Sous prétexte de rassurer leur enfant, bien des parents préfèrent aussi le favoriser en cas de conflit avec le beau-parent, pensant ainsi agir pour son bien. Ce qui, d'après les spécialistes, n'est pas du tout évident. « *Les désirs d'un enfant ne doivent pas être prioritaires sur les besoins d'un adulte*, avertit la psychologue Océane Leveque. *En favorisant toujours l'enfant face au conjoint, celui-ci ne se sent pas respecté, ce qui ne donne pas non plus à l'enfant l'image d'un couple qui fonctionne. S'il a déjà eu des parents qui ne s'entendaient pas, où trouvera-t-il ce modèle de couple qui l'aidera à se construire ?* »



### Une concurrence entre les parents?

Bien sûr, tous les parents en garde alternée ne tombent pas dans les mêmes travers. « *Mon mari n'a aucun mal à être dans un rôle éducatif avec ses deux enfants*, reconnaît ainsi Séverine, 38 ans, belle-mère de deux filles de 10 et 12 ans en garde alternée. *Il me laisse aussi une vraie place vis-à-vis d'elles : j'ai le droit de leur faire des remarques, d'intervenir sur leur éducation. Le seul moment un peu suspendu où il ne faut surtout rien leur dire, c'est la journée qui précède le retour chez leur mère, comme si mon mari craignait qu'un conflit juste avant de partir ne colore négativement toute la semaine qu'elles ont passé chez nous.* »

**À lire aussi** | [La séparation d'un couple d'amis, une onde de choc qui nous interroge sur notre propre relation amoureuse](#) [✉](#)

Lorsque l'enfant partage sa vie entre deux foyers se crée parfois une sorte de concurrence, plus ou moins consciente, entre les deux parents. Chez qui l'enfant est-il le plus heureux ? Aura-t-il envie de revenir la prochaine fois ? Qui lui offrira les plus belles baskets, les plus belles vacances ? Souvent plus gâtés que les autres sur le plan matériel, puisque chacun des deux parents s'évertue à leur faire plaisir de son côté, les enfants jouent parfois de la concurrence en essayant de faire évoluer les règles à leur avantage. « *Je suis plus stricte que mon ex-conjoint sur le temps d'écran et ma fille de 15 ans me le fait souvent remarquer, mais je tiens bon*, raconte Véronique, 46 ans. *Je pense que c'est normal que la vie dans chaque foyer soit un peu différente, mais nous essayons de nous mettre d'accord sur les règles essentielles.* »

### “ Ce qui est le plus difficile pour l'enfant, ce n'est pas d'avoir deux maisons mais de sentir entre ses parents une hostilité ou un conflit conjugal toujours actifs malgré la séparation.

Ivy Daure, psychologue clinicienne

L'enfant se sent sécurisé lorsque, malgré la séparation, ses parents communiquent directement entre eux et réussissent à s'entendre sur les choses importantes. « *J'avais reçu cette mère toute chamboulée parce qu'elle avait trouvé un paquet de cigarettes dans la chambre de sa fille adolescente*, se souvient Ivy Daure. *Malgré leurs différends, elle en a tout de suite parlé à son ex-mari et ils ont réussi à se mettre d'accord sur une réaction commune. La garde alternée demande beaucoup de communication entre les adultes et cela, c'est positif pour l'enfant. Ce qui est le plus difficile pour lui, ce n'est pas d'avoir deux maisons mais de sentir entre ses parents une hostilité ou un conflit conjugal toujours actifs malgré la séparation.* »

Aux parents de tenir le cap en collaborant lorsque c'est nécessaire, en évitant de rentrer dans une sorte de rivalité domageable pour tout le monde. D'autant que les apparences sont parfois trompeuses : ce n'est pas parce que votre ado est bien plus pénible chez vous que chez votre conjoint qu'il y est forcément moins heureux. « *Si l'ado s'oppose davantage à l'un des parents, c'est aussi peut-être parce qu'il se sent davantage en sécurité avec lui : il ressent le lien comme suffisamment solide pour pouvoir faire sa crise et s'affirmer, alors qu'il estime peut-être l'autre parent trop fragile. Bien sûr, cela peut être aussi dans l'autre sens... En tout cas, un ado qui ne s'oppose jamais, ce n'est pas forcément bon signe* », assure Océane Leveque.

#### Une ouverture aux autres et une adaptabilité

Petit défi logistique (le sac à refaire chaque semaine, les affaires d'école à ne pas oublier...), la garde alternée ne convient pas forcément à tous les enfants. « *Certains sont très anxieux par les changements de lieux, l'organisation. D'autres, au contraire, sont rassurés par cette idée qu'ils auront exactement le même temps chez papa et chez maman* », commente Ivy Daure. À condition qu'ils le supportent bien - et que l'entente des parents rende possible sa mise en place -, ce mode de garde peut aussi développer la débrouillardise et l'adaptabilité des enfants.

Ainsi que leur ouverture à des modes de vie différents. « *En côtoyant deux foyers distincts, par exemple avec un parent très ordonné et l'autre plus "artiste", ou encore en alternant entre une éducation rigide et une autre plus souple, l'enfant peut développer sa flexibilité et sa tolérance*, résume Océane Leveque. *L'ajout de nouveaux membres de la famille est aussi une opportunité d'enrichissement, et j'observe souvent des relations entre membres de fratries recomposées sans lien familial qui perdurent toujours à l'âge adulte.* » D'après [une analyse cosignée par 70 spécialistes de l'attachement](#) en 2021, c'est justement ce « réseau » constitué de diverses relations d'attachement autour de l'enfant qui rend ce mode de garde bénéfique pour son développement. À condition que les parents s'adaptent aussi et continuent à être des éducateurs... même si ce n'est qu'une semaine sur deux.