

ESSAI PRÉSENTÉ À L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE
DE LA MAÎTRISE EN ERGOTHÉRAPIE (M.Sc.)

PAR

EMMY LEBLANC

LE RÔLE DE L'ERGOTHÉRAPEUTE AUPRÈS DE PARENTS ET D'ENFANTS QUI
VIVENT UN DIVORCE

DÉCEMBRE 2025

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire, de cette thèse ou de cet essai a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire, de sa thèse ou de son essai.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire, cette thèse ou cet essai. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire, de cette thèse et de son essai requiert son autorisation.

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS.....	4
LISTE DES TABLEAUX.....	5
LISTE DES FIGURES	6
RÉSUMÉ	7
1. INTRODUCTION AU SUJET DE L'ÉTUDE	9
2. PROBLÉMATIQUE	10
2.1. Compréhension du phénomène du divorce	10
2.1.1. Théories sur le divorce.....	10
2.1.2. Intégration de deux modèles ayant des perspectives différentes	10
2.2. Impacts du divorce	11
2.2.1. Impacts sur le parent	11
2.2.2. Impacts sur l'enfant.....	13
2.3. Programmes mis en place actuellement	16
2.3.1. En Amérique du Nord	16
2.3.2. Au Québec.....	18
2.3.3. Cibles d'intervention des programmes	19
2.4. Champs d'expertise de l'ergothérapeute	20
2.5. Pertinence de l'étude	22
3. BUT/OBJECTIF/QUESTIONS DE RECHERCHE.....	23
4. CADRE CONCEPTUEL	23
4.1. La perspective d'adaptation au stress lié au divorce	23
4.2. Le modèle de l'occupation humaine (MOH)	26
5. MÉTHODOLOGIE.....	29
5.1. Devis de recherche	29
5.2. Ergothérapeutes rencontrées.....	29
5.3. Recrutement des ergothérapeutes.....	30

5.4. Collecte de données.....	31
5.5. Analyse de données	32
5.6. Considérations éthiques.....	33
6. RÉSULTATS	33
6.1. Description des ergothérapeutes rencontrées	33
6.2. Présentation du document co-construit avec les ergothérapeutes	35
6.3. Résultats des analyses thématiques	36
6.3.1. Offrir du soutien dans la gestion des émotions	37
6.3.2. Offrir du soutien dans la recherche de ressources.....	38
6.3.3. Offrir du soutien à l'adaptation vers un nouvel horaire occupationnel.....	39
6.3.4. Offrir une écoute active lors des rencontres individuelles	40
6.3.5. Offrir du soutien dans la découverte de techniques pour faciliter la communication avec l'entourage	41
6.3.6. Offrir du soutien dans la prise de décision.....	42
6.3.7. Offrir du soutien dans la redéfinition des valeurs après un divorce.....	42
6.3.8. Offrir du soutien dans la redéfinition du rôle parental après un divorce	43
6.3.9. Offrir du soutien dans le développement d'un sentiment de compétence après le divorce	44
7. DISCUSSION	44
7.1. Retour sur les impacts du divorce sur le parent et l'enfant	45
7.1.1. Retour sur les impacts du divorce sur le parent	45
7.1.2. Retour sur les impacts du divorce sur l'enfant.....	46
7.2. Retour sur les cibles d'intervention des programmes actuellement mis en place.....	47
7.3. Implications pour la pratique en ergothérapie	49
7.4. Limites de l'essai.....	50
7.5. Forces de l'essai	51
7.6. Futures recherches.....	51
8. CONCLUSION.....	52
LISTE DE RÉFÉRENCES	52
ANNEXE A : CANVEVAS D'ENTREVUE DE GROUPE	57

REMERCIEMENTS

D'entrée de jeu, je tiens à remercier Mme Catherine Briand, ma superviseuse d'essai, pour sa confiance et son soutien essentiel tout au long de la réalisation de cet essai. Merci de ta présence lors de tous les moments de doutes et de remises en question, mais aussi lors des moments de fierté et d'accomplissement. Merci d'avoir cru en moi et en mon projet qui aborde une pratique très peu documentée à ce jour.

J'aimerais également remercier les ergothérapeutes qui ont contribué à mon projet de recherche en y investissant de leur précieux temps. Merci d'avoir pris part à cet essai pour accroître les connaissances en lien avec le rôle de l'ergothérapeute auprès d'une clientèle peu explorée jusqu'à présent.

Je tiens aussi à remercier M. Julien Déry et les étudiantes faisant partie de mon cours de séminaire pour leurs précieux commentaires et leur soutien à travers le processus de rédaction de mon essai. Merci à Mmes Laurence Cournoyer et Juliette Nadeau-Tremblay de m'avoir accompagné dans le processus d'analyse des verbatims et de m'avoir prodigué de judicieux conseils. Merci à Mme Kathe Villeneuve d'avoir révisé mon essai en me permettant de pousser la réflexion davantage et en me donnant un avis externe sur celui-ci.

Je souhaite finalement remercier ma famille et mes amis qui m'ont soutenu tout au long de mon parcours universitaire, tant dans les meilleurs que dans les moins beaux moments. Merci à mes amies du programme d'ergothérapie pour les nombreuses séances de rédaction en groupe qui m'ont permis de conserver ma motivation et ma discipline tout au long de ce projet.

LISTE DES TABLEAUX

<u>TABLEAU 1 – CARACTÉRISTIQUES SOCIOPROFESSIONNELLES DES</u> <u>ERGOTHÉRAPEUTES RENCONTRÉES.....</u>	34
<u>TABLEAU 2 – THÈMES DÉGAGÉS À PARTIR DES VERBATIMS DE LA TABLE</u> <u>RONDE.....</u>	37

LISTE DES FIGURES

<u>FIGURE 1 – LA PERSPECTIVE D’ADAPTATION AU STRESS LIÉ AU DIVORCE.....</u>	<u>25</u>
<u>FIGURE 2 – LE MÉCANISME DE L’ADAPTATION OCCUPATIONNELLE.....</u>	<u>29</u>

RÉSUMÉ

Problématique : Le divorce engendre de nombreuses conséquences tant sur les enfants que sur les parents qui le vivent. De nombreux programmes sont mis en place pour adresser cette problématique, mais certaines lacunes sont présentes au niveau de leurs cibles d'intervention.

Objectif : Déterminer comment les ergothérapeutes peuvent soutenir les enfants et les parents qui vivent un divorce en répondant aux questions suivantes : « Comment les ergothérapeutes peuvent-ils soutenir l'adaptation occupationnelle des enfants et des parents qui vivent un divorce ? » et « Comment les ergothérapeutes peuvent-ils mobiliser les facteurs de protection chez les enfants et les parents qui vivent un divorce ? ».

Cadre conceptuel : Le modèle d'adaptation au stress lié au divorce identifie des facteurs de risque et de protection qui peuvent exercer une influence sur le risque de développer une détresse mentale après le divorce. D'un autre côté, le modèle de l'occupation humaine permet d'illustrer les relations dynamiques entre les composantes de la personne et de l'environnement dans le but de favoriser l'adaptation occupationnelle.

Méthode : Une étude descriptive qualitative a été réalisée auprès de trois ergothérapeutes provenant de milieux de pratiques distincts. Une table ronde a permis de recueillir les données.

Résultats : Plusieurs thèmes ont émergé de l'analyse thématique : offrir du soutien dans la gestion des émotions, offrir du soutien dans la recherche de ressources, offrir du soutien à l'adaptation vers un nouvel horaire occupationnel, offrir une écoute active, offrir du soutien dans la découverte de techniques pour faciliter la communication avec l'entourage, offrir du soutien dans la prise de décision, offrir du soutien dans la redéfinition des valeurs et du rôle parental après un divorce et dans le développement d'un sentiment de compétence.

Discussion : L'ergothérapeute peut répondre aux besoins des parents et des enfants qui vivent un divorce en adressant de nouvelles cibles d'intervention qui ne le sont pas actuellement.

Conclusion : Cette étude a permis d'accroître les connaissances sur le rôle de l'ergothérapeute auprès des parents et des enfants qui vivent un divorce.

Mots-clés : Divorce, parents, enfants, adaptation, interventions, ergothérapie.

ABSTRACT

Issue: Divorce leads to numerous consequences for both the children and the parents who experience it. Many programs have been implemented to address this issue, but some gaps remain in terms of their target interventions.

Objective: To determine how occupational therapists can support children and parents going through a divorce by answering the following questions: “How can occupational therapists support the occupational adaptation of children and parents experiencing a divorce?” and “How can occupational therapists mobilize protective factors in children and parents experiencing a divorce?”.

Theoretical Framework: The divorce-stress adjustment perspective identifies risk and protective factors that can influence the likelihood of developing mental distress after divorce. The Model of Human Occupation illustrates the dynamic relationships between the components of the person and the environment in order to promote occupational adaptation.

Method: A qualitative descriptive study was conducted with three occupational therapists from different practice settings. A roundtable discussion was used to collect the data.

Results: Several themes emerged from the thematic analysis: providing support in managing emotions, providing support in finding resources, providing support in adapting to a new occupational schedule, offering active listening, providing support in discovering techniques to facilitate communication with others, providing support in decision-making, providing support in redefining values and parental roles after divorce, and in developing a sense of competence.

Discussion: Occupational therapists can meet the needs of parents and children experiencing a divorce by addressing new intervention targets that are currently overlooked.

Conclusion: This study contributed to a better understanding of the role of occupational therapists in supporting parents and children going through a divorce.

Keywords: Divorce, parents, children, adaptation, interventions, occupational therapy.

1. INTRODUCTION AU SUJET DE L'ÉTUDE

La séparation parentale et le divorce sont des enjeux fréquemment rencontrés par les familles autour du globe. En effet, il s'agit d'un sujet d'actualité dans le monde. Actuellement, dans les pays qui sont inclus dans les statistiques émises par l'Organisation mondiale de la santé, le taux de divorce continue d'augmenter. En 2014, on estimait à 67% la possibilité de divorce des couples mariés depuis 1990 (Dallaire, 2014). Par ailleurs, à cette époque, 50% des couples se divorçaient avant la cinquième année de mariage (Dallaire, 2014). D'ailleurs, dans les pays occidentaux, près d'un quart des enfants sont affectés par une séparation parentale (Kacenelenbogen et al., 2016). Il n'est donc pas surprenant que de plus en plus d'enfants traversent cette épreuve en bas âge.

Au niveau national, l'Enquête canadienne sur la santé des enfants et des jeunes de 2019 a révélé que 18% des enfants de 1 à 17 ans au Canada, soit 1 185 700 enfants, ont vécu le divorce de leurs parents au cours de leur enfance (Statistique Canada, 2022). Au Québec, c'est 23% des enfants, ce qui est significativement plus élevé que la moyenne nationale (Statistique Canada, 2022). Ces familles se retrouvent souvent laissées à elles-mêmes, ne sachant pas trop comment gérer cette situation. En effet, le divorce peut engendrer de nombreux impacts tant sur les parents que sur les enfants et même sur la famille en tant que telle. En tant qu'ergothérapeute en devenir, il est pertinent de se questionner à savoir comment nous pourrions intervenir auprès de cette clientèle pour les accompagner à travers cette transition. Actuellement, le rôle de l'ergothérapeute auprès des enfants et des parents qui vivent un divorce ou une séparation est très peu exploré dans la littérature.

Le présent essai porte sur l'accompagnement de l'ergothérapeute auprès des enfants et des parents qui vivent une séparation parentale ou un divorce. Dans le but d'alléger la lecture de cet essai, le terme « divorce » est utilisé pour définir les parents mariés ou non qui se séparent. Dans un premier temps, la problématique sera exposée et accompagnée d'un objectif de recherche et de deux questions. Ensuite, le cadre conceptuel sera présenté ainsi que la méthodologie. Les résultats seront énoncés, ce qui mènera à la discussion de cet essai comprenant également ses forces et limites. Pour terminer, une conclusion sera incluse en rappelant les grandes lignes de cet essai et en énonçant les retombées de cette étude.

2. PROBLÉMATIQUE

2.1. Compréhension du phénomène du divorce

2.1.1. Théories sur le divorce

Au fil des années, de nombreuses théories ont été utilisées par les chercheurs pour tenter d'expliquer les conséquences du divorce sur les parents et les enfants. Parmi celles-ci, on compte la théorie de l'attachement (Hazan et Shaver, 1992), la théorie de l'attribution (Grych et Fincham, 1992) et la théorie des systèmes (Emery, 1994). Toutefois, étant donné la considération ergothérapique du présent essai et le fait que la majorité des études avaient comme point de départ que la rupture conjugale est une transition de vie stressante à laquelle les familles doivent s'adapter (Amato, 2000), il est pertinent de considérer une théorie à ce sujet. En effet, les théories en lien avec le stress sont prédominantes dans le domaine du divorce. Après avoir étudié ces différentes théories, Amato (2000) a combiné plusieurs éléments communs afin d'obtenir une perspective générale d'adaptation au stress lié au divorce. Un modèle conceptuel a donc émergé afin de regrouper les études précédemment effectuées à ce sujet et de fournir un guide pour les recherches futures sur le divorce. Cette théorie est pertinente dans le contexte du présent essai, puisqu'elle s'applique tant auprès des enfants que des parents (Amato, 2000).

2.1.2. Intégration de deux modèles ayant des perspectives différentes

En suivant les postulats de la théorie du stress et de l'adaptation au divorce, selon Amato, deux modèles présentant des perspectives différentes, soit des *contrary models*, émergent (Amato, 2000).

D'une part, le modèle de crise propose la perspective selon laquelle le divorce est une perturbation à laquelle la majorité des individus s'adaptent avec le temps. En ce sens, la vitesse d'adaptation est influencée par divers facteurs, comme les ressources personnelles et les interprétations individuelles. Toutefois, après un certain temps, la plupart des personnes sont en mesure de retrouver un niveau de fonctionnement similaire à celui correspondant à la période d'avant divorce (Amato, 2000).

D'un autre côté, le modèle de contrainte chronique émerge également (Amato, 2000). Celui-ci suppose que le divorce engendre des conséquences persistantes dans le temps. Cela peut être

des difficultés économiques, une solitude ou encore une responsabilité exclusive des enfants. Ces problématiques peuvent ne jamais disparaître, ce qui a un impact considérable sur le niveau de bien-être de la personne. En ce sens, les ressources personnelles et les interprétations influencent bel et bien le niveau de détresse ressenti, mais ne permettent pas aux individus de retrouver leur niveau de fonctionnement antérieur (Amato, 2000).

Il est toutefois important de comprendre que la théorie de la perspective d'adaptation au stress lié au divorce n'est pas complètement incompatible avec l'idée que le divorce puisse avoir des effets bénéfiques. En effet, de nombreux chercheurs, tels que Thoits (1995) et Wheaton (1990) proposent que le divorce puisse avoir des impacts positifs à long terme lorsque les conflits sont résolus adéquatement (Amato, 2000). Il faut donc garder en tête que le divorce peut être une expérience stressante pour la majorité des individus et qu'il peut engendrer des impacts négatifs de manière temporaire ou permanente.

2.2. Impacts du divorce

2.2.1. Impacts sur le parent

Lorsque nous pensons au divorce, nous pensons souvent aux enfants en premier lieu. Lorsque nous pensons ensuite aux parents, nous nous demandons comment ils vivent cette épreuve, s'ils se sentent coupables, s'ils se sentent trahis, mais il est rare que nous nous inquiétions pour les parents en premier lieu. Après tout, ce sont bien ces individus qui ont pris la décision, parfois déchirante, de mettre fin à une relation amoureuse. Beaucoup de pression est mise sur les parents afin qu'ils adoptent un modèle de fonctionnement postséparation exemplaire (Bussièrès et al., 2021). Cela demande alors aux parents de passer par-dessus la rupture du couple en tant que telle et toutes les émotions que cela peut faire jaillir afin de collaborer et de coordonner les efforts des deux partis pour prendre soin des enfants (Bussièrès et al., 2021). Cette coparentalité peut représenter un défi pour de nombreux parents qui n'entretiennent pas nécessairement une relation harmonieuse (Bussièrès et al., 2021).

Par ailleurs, selon la théorie du stress familial lié au divorce (Amato, 2000), les perceptions que les parents ont lors d'un divorce peuvent influencer de manière importante les actions qu'ils vont poser et la manière dont ils vont faire face aux défis rencontrés. Parmi les types de perception parentale, on y compte l'évaluation primaire qui fait référence à la manière dont les

parents identifient et définissent les exigences qu'ils doivent remplir au moment d'un événement stressant (Patterson, 2002). Ces évaluations primaires peuvent se manifester à travers les préoccupations et les inquiétudes ressenties par les parents. Cela peut concerner plusieurs aspects, comme la nature des intentions du partenaire de divorce, la qualité des relations avec leurs enfants ou encore l'impact du divorce sur leur bien-être. De nombreux parents peuvent même avoir peur d'être rejetés par leurs enfants (Sanford et Rivers, 2017). Bref, ces préoccupations peuvent avoir une influence importante sur le déroulement du divorce. Il s'agit de nombreuses pensées envahissantes avec lesquelles les parents doivent négocier au quotidien. Déjà que la charge mentale des procédures juridiques pèse sur les parents, ceux-ci font face à de nombreuses inquiétudes et préoccupations en plus de ressentir, chez plusieurs, de la culpabilité.

Un autre aspect couramment rencontré auprès des parents qui vivent un divorce est l'aliénation parentale. Selon le Carrefour Aliénation Parentale Québec (s.d.) : « L'aliénation parentale se décrit comme un phénomène dans lequel un des parents se livre à des comportements aliénants, influençant l'esprit de l'enfant afin de favoriser chez lui le rejet injustifié et la désaffection à l'égard de l'autre parent ». En effet, le divorce commence habituellement par des sentiments d'aliénation qui naissent après de longs moments de mécontentement en continuelle croissance au sein de la relation (Kayser, 1993). L'aliénation peut donc débuter avant même le divorce. Il s'agit alors d'une expérience très douloureuse, puisque, presque tout le temps, les gens se marient avec l'espoir que cette relation leur apportera beaucoup de positif (Amato, 2000). Donc, les effets négatifs du divorce sur les parents peuvent apparaître des mois, voire des années avant le divorce. Ce phénomène affecte donc tout autant les parents que les enfants.

Par ailleurs, un autre défi rencontré par les parents est le fait qu'ils ne vivront pas les étapes émotionnelles du divorce simultanément. En effet, il est fréquent qu'un des deux partis du couple souhaite mettre fin au mariage ou à la relation davantage que l'autre (Emery, 1994). Donc, la personne qui guide le divorce peut commencer à vivre son deuil avant la fin de la relation, parfois même avant que l'autre soit conscient de ces réflexions. Pour cette personne, lorsque toutes les procédures sont terminées et que le divorce est officiel, un sentiment de soulagement peut être ressenti. Toutefois, la plupart du temps, pour le conjoint qui souhaitait poursuivre la relation, le deuil ne commence pas avant la fin des procédures légales. Il est donc très difficile

pour les deux conjoints de vivre ces grandes périodes de détresse à des moments différents au sein du processus de divorce (Emery, 1994). Il en est de même pour les enfants selon leur âge. Un enfant plus âgé peut ressentir du stress avant le divorce en étant témoin des manifestations de conflits entre les parents. Le divorce sera donc perçu comme un soulagement, alors que pour un enfant plus jeune, cela peut être un événement plus perturbant qui pourrait générer une grande anxiété (Amato, 2000). Bref, les membres d'une même famille peuvent tous adopter des trajectoires différentes pour vivre leur stress et pour s'adapter à la situation.

Même après la fin du divorce légal, le stress associé au mariage n'est pas nécessairement disparu, et ce, même pour le conjoint ayant amorcé le divorce (Amato, 2000). Lors de la période où le mariage ou le couple prend fin, de nouveaux enjeux se présentent apportant des éléments anxiogènes aux vies des parents. Ces éléments peuvent comprendre, entre autres, la responsabilité exclusive des soins aux enfants, les conflits avec l'ancien partenaire concernant la pension alimentaire, les droits de visite ou la garde, la perte de réseau social (famille et amis de l'ancien partenaire) et le déménagement du domicile familial (Amato, 2000). Globalement, un grand nombre d'études publiées au cours des années quatre-vingt-dix révèlent que les personnes qui sont divorcées, en comparaison aux personnes mariées, présentent un niveau de bien-être psychologique inférieur. Cela peut, entre autres, induire une satisfaction moins élevée, une détresse psychologique accentuée et une image de soi plus négative (Amato, 2000).

En somme, chaque personne est différente et peut vivre le divorce de manière différente. De nombreux facteurs de risques ou de protections peuvent influencer la manière dont ce processus se déroulera. Certains ressentiront davantage d'impacts négatifs, alors que, pour d'autres, cette transition sera synonyme d'une nouvelle ère de bonheur et d'épanouissement. Il faut toutefois garder en tête que les parents aussi bénéficieraient d'un accompagnement, oui pour le bien-être de leurs enfants, mais pour le leur avant tout. Il est aussi important de comprendre que la manière dont les parents vivent le divorce a un impact majeur sur l'enfant. On ne peut donc pas dissocier les impacts sur les enfants des impacts sur les parents.

2.2.2. Impacts sur l'enfant

Une multitude d'impacts peuvent être observés chez les enfants qui vivent le divorce de leurs parents. Toutefois, il est primordial de se rappeler que ce ne sont pas tous les enfants qui

vivent cette épreuve qui ressentiront l'ensemble de cet éventail de conséquences. Les prochaines pages présentent un survol des impacts que l'enfant peut rencontrer.

Une étude menée en Belgique avait pour objectif d'évaluer la relation entre le divorce et le développement psychomoteur des enfants âgés de 28 à 32 mois. Un second objectif était d'identifier les autres facteurs qui pouvaient être liés au retard de développement des enfants correspondant à cette tranche d'âge. Les chercheurs ont considéré de multiples facteurs, comme la structure familiale, le niveau d'éducation des mères et leur âge à l'accouchement. Lors des évaluations des enfants, le genre, l'âge et l'indice de masse corporelle furent considérés. Ces tests étaient basés sur le *Denver Developmental Screening Test* et comprenaient des épreuves, comme exécuter un saut debout, s'habiller, dessiner une ligne droite et un cercle, utiliser le pronom « je », construire une phrase de trois mots et dire son propre prénom. Après avoir tenu compte des facteurs socioculturels et d'autres facteurs, il a été observé que les enfants ayant des parents séparés présentaient une progression plus lente de leur développement psychomoteur, notamment au niveau des capacités linguistiques et graphiques (Kacnelnbogen et al., 2016).

Par ailleurs, Paul R. Amato, un auteur réputé sur ces questions aux États-Unis, propose un article qui résume les travaux anglo-saxons réalisés à cette époque sur les effets à long terme du divorce chez les enfants (Amato, 1994). Tel qu'énoncé dans l'article : « les enfants ayant connu le divorce de leurs parents éprouvent tendanciellement plus de problèmes psychologiques et sociaux, manifestent plus de symptômes et de difficultés psychologiques, ont de moins bonnes performances scolaires et une moins bonne image d'eux-mêmes que les enfants élevés dans des familles biparentales « intactes » (Martin, 2007). Toutefois, l'auteur nuance son constat en mettant l'accent sur le fait que ces différences sont faibles entre les deux groupes et que plusieurs facteurs externes peuvent également avoir un impact sur ces aspects. Cela peut être, par exemple, la quantité et qualité des contacts avec le parent non-résident, les compétences parentales, les difficultés économiques ou les événements stressants de leur quotidien (Martin, 2007).

Sinon, des données de l'Institut national de la santé infantile et du développement humain sur la garde de la petite enfance ont été analysées afin d'explorer les impacts d'un divorce sur les enfants pendant les trois premières années de leur vie (Clarke-Stewart et al., 2000). Globalement, les enfants issus de familles biparentales ont obtenu de meilleurs résultats que les enfants

provenant de familles monoparentales au niveau des capacités cognitives et sociales, des comportements problématiques, de la sécurité, de l'attachement et du comportement avec leur mère. En revanche, en considérant le niveau d'éducation des mères et leur revenu familial, ces différences se sont vues réduites. En effet, les associations avec l'état matrimonial n'étaient pas significatives. Donc, le développement psychologique des enfants n'était pas directement affecté par le divorce des parents en soi, mais plus par le revenu de la mère, son éducation, son origine ethnique, ses convictions en matière d'éducation des enfants, ses symptômes dépressifs et son comportement (Clarke-Stewart et al., 2000).

De nombreux résultats très pertinents dans le cadre du présent essai sont compris dans la revue systématique de Sarmadi et Khodabakhshi-Koolae (2023), où l'objectif était de découvrir les conséquences du divorce sur le bien-être des enfants en recensant les études de la dernière décennie. Ces conséquences ont été classées en trois catégories : l'individu, la famille et les conséquences socioculturelles. Sous la catégorie de la famille, on y compte les conséquences sur l'enfant. Ces répercussions peuvent relever de l'anxiété, de l'insécurité, de changements dans la relation parents-enfants, de la dépression, d'une diminution des compétences sociales, d'un déclin éducatif, émotionnel et moral, d'un ressentiment envers le parent absent, d'un sentiment d'abandon, d'une perte de confiance en soi, d'un sentiment d'impuissance, d'une tendance aux comportements d'autodestruction, d'un développement de problèmes de comportements, d'une image de soi négative ou de problèmes dans les relations avec les pairs. De nombreuses autres conséquences sont énumérées. En ce sens, plusieurs études réalisées aux États-Unis ont effectué une comparaison entre les enfants de parents divorcés et mariés de manière continue sur plusieurs aspects. Un article de Amato (2014) revient sur les constats de ces études. En général, ces études démontrent que les enfants issus de familles divorcées ont plus de problèmes de conduite et dans leurs relations que les enfants ayant des parents mariés. Les liens affectifs avec les parents peuvent aussi être plus faibles, notamment avec les pères.

Un autre article pertinent lors de l'exploration des effets du divorce sur l'enfant est celui de Çaksen (2022) qui présente ses observations sur les enfants dont les parents se sont séparés ou divorcés dans le but de sensibiliser les médecins à ce sujet. Les personnes ayant des parents divorcés courent un risque plus élevé de développer de multiples problèmes de santé mentale, plus particulièrement des troubles émotionnels et comportementaux. Par ailleurs, les

répercussions post-divorce chez l'enfant peuvent varier en fonction du temps écoulé depuis le divorce. Il faut être conscient que les enfants manquent la plupart du temps d'informations et de compétences pour surmonter les défis qu'implique le divorce (Çaksen, 2022). Les conflits entre leurs parents constituent souvent l'obstacle le plus grand qui empêche un enfant de faire face aux changements familiaux avec brio.

Un autre aspect intéressant à considérer dans un contexte de divorce est énoncé dans l'œuvre « Des effets du divorce et du non-divorce sur les enfants » de M. Claude Martin (2007). Celui-ci fait un retour sur les principales conclusions des travaux de recherche à ce sujet précédemment exécutés sur le plan international. Il mentionne qu'au cours des trente dernières années, les sciences sociales ont démontré que le divorce représente une expérience sociale complexe. En effet, un aspect intéressant relève du fait que certains des traumatismes du divorce débutent bien avant celui-ci. Donc, les mêmes problématiques auraient pu subvenir chez les enfants ayant des parents en conflit qui ont décidé de rester ensemble. Il faut donc être conscients que ce n'est pas nécessairement le divorce en tant que tel qui peut engendrer des conséquences sur les enfants, mais plutôt les conflits qui émergent entre les parents et les discussions enflammées dont ils sont témoins. Alors, le mauvais climat relationnel dans un couple pourrait être un aspect non négligeable dans l'évaluation des impacts sur l'enfant, puisque celui-ci conduit, en effet, souvent à un divorce (Martin, 2007).

2.3. Programmes mis en place actuellement

2.3.1. En Amérique du Nord

À présent, il est pertinent de se questionner sur ce qui est mis en place actuellement pour adresser ces impacts du divorce et pour accompagner les parents et les enfants qui vivent cette transition. De nombreuses ressources sont offertes aux familles qui vivent un divorce en Amérique du Nord. Avant de se questionner sur ce qui est mis en place au Québec, il peut être pertinent d'explorer ce qui est fait dans le reste du Canada et aux États-Unis.

Aux États-Unis, des programmes d'éducation liés au divorce sont disponibles pour les parents et les enfants (American Association for Marriage and Family Therapy (AAMFT). s.d.). Ces programmes sont recommandés ou même exigés dans plus de la moitié des comtés aux États-Unis. Sinon, il y a des programmes scolaires qui proposent de petits groupes pour les

enfants pendant la journée ou après l'école. Les objectifs de ces groupes sont que les enfants comprennent qu'ils ne sont pas seuls à vivre cette situation et qu'ils puissent développer ensemble des stratégies d'adaptation (AAMFT, s.d.). Par ailleurs, des thérapies familiales sont disponibles dans plusieurs centres de santé mentale ainsi que dans des centres universitaires de thérapie familiale. Les thérapeutes peuvent aider la famille à mieux redéfinir les relations et à aborder les responsabilités et les besoins de chaque membre de la famille (AAMFT, s.d.).

Dans l'état de l'Alabama, le programme *Coping with divorce* est offert dans l'optique d'accompagner les enfants qui vivent le divorce de leurs parents (Rainbows for all children, s.d.). Ceux-ci mentionnent même que la douleur ressentie par ses enfants en lien avec le divorce de leurs parents peut être comparable à un deuil. Ce programme a aidé plus de 3,5 millions de jeunes au cours des 38 dernières années. Il s'adresse aux enfants de tous âges. Il est pertinent de savoir que ce programme est gratuit pour tous les participants, partout dans le monde, là où des groupes sont formés. Ce sont donc des groupes de discussion où les jeunes peuvent échanger et s'accompagner mutuellement à travers le deuil qu'ils vivent tout en étant encadrés d'un animateur (Rainbows for all children, s.d.).

Sinon, au Canada, on peut voir des programmes communautaires, comme le *Peer Support Group for Children*, *ARK Child Services Society*, qui est un programme thérapeutique à l'intention des enfants et des parents qui vivent un divorce en Colombie-Britannique (Gouvernement du Canada, 2022). Celui-ci offre du counseling de groupe et individuel. Ses objectifs sont, entre autres, d'offrir aux parents et aux enfants une occasion de rencontrer et d'échanger avec leurs pairs, de favoriser un sentiment d'appartenance, d'aider les enfants à exprimer et à comprendre leurs sentiments et d'aider les parents au cours du processus. Le *One Family, Two Homes* est un autre programme communautaire mis en place en Ontario qui s'adresse aux parents et aux enfants qui vivent un divorce (Gouvernement du Canada, 2022). Il offre de l'information aux parents et des méthodes d'expression des émotions aux enfants tout en favorisant des échanges sur des stratégies d'adaptation. Il s'agit donc d'un atelier informatif pour les parents et un groupe à l'intention des enfants.

D'un autre côté, on peut constater qu'il y a quelques programmes rattachés au tribunal à travers le pays. Dans la province de Terre-Neuve-et-Labrador, le programme *Children's Program*

St. John's, Family Court est offert deux fois par année aux enfants et aux parents vivant un tel enjeu (Gouvernement du Canada, 2022). Il a pour objectifs de normaliser cette expérience, de permettre aux enfants de s'exprimer, d'aider les enfants à élaborer des stratégies d'adaptation et de familiariser les enfants avec les termes entourant le divorce. Ces huit séances de 90 minutes sont dirigées par des conseillers du tribunal avec un appui interne. Ils font notamment de l'enseignement, des activités, comme des jeux vidéo en lien avec la thématique et des lettres aux parents concernant leurs sentiments et leurs besoins. Dans les autres provinces du Canada, très peu de programmes rattachés au tribunal sont offerts. On peut toutefois constater qu'un programme est offert en Alberta aux parents qui divorcent ou se séparent, mais celui-ci ne comprend aucune composante à l'intention des enfants (Gouvernement du Canada, 2022).

2.3.2. Au Québec

À présent, un survol de quelques programmes offerts au Québec sera effectué. Tout d'abord, le programme « Confidences » des Centres jeunesse de Montréal œuvre auprès des enfants de six à dix ans et dessert annuellement environ 55 enfants. Sa récente évaluation a permis de démontrer qu'une grande majorité, soit 100 des 122 enfants, pensait que le programme les avait aidés. Ces mêmes enfants ont affirmé que leur compréhension du divorce a été améliorée par le fait d'en parler (Vallant, 1999).

Il existe également quelques programmes communautaires offerts, par exemple, par le Centre de counseling et de médiation de Montréal. Sinon, plusieurs centres offrent des suivis individuels de counseling aux enfants qui vivent un divorce (Gouvernement du Canada, 2022). De plus, la Cour du Québec a publié un programme d'intervention sociojudiciaire en 2024 s'adressant aux couples qui font face à des conflits sévères lors du divorce et lors de la période qui suit (Cour du Québec, 2024).

Dans la région, le Réseau d'Aide pour les Familles en Transition est aussi disponible à Drummondville (Réseau d'Aide pour les Familles en Transition, s.d.). Leur équipe accompagne les familles qui vivent un divorce ou qui sont en situation de coparentalité. Ils offrent même le programme « Accalmie famille » qui a pour objectif de conserver un lien parental harmonieux après la rupture conjugale et le programme « Arc-en-ciel » qui s'adresse aux enfants de six à douze ans. Ils offrent également des groupes de relation d'aide et de soutien pour les parents, de

la médiation familiale et des consultations privées pour les couples et les enfants (RAFT, s.d.). L'équipe est composée de la directrice générale, d'une personne chargée du soutien clinique, d'une intervenante en coparentalité et d'une médiatrice familiale.

Malgré l'implantation de ces programmes, on constate que peu de services sont offerts pour les familles séparées avec de hauts niveaux de conflits. Pourtant, c'est entre 20% et 35% des couples séparés qui sont hautement conflictuels plus de deux à trois ans après le divorce (Cour du Québec, 2024).

2.3.3. Cibles d'intervention des programmes

Les cibles d'intervention des différents programmes explorés sont relativement variées. En effet, certains programmes abordent le développement de stratégies d'adaptation (AAMFT, s.d ; Gouvernement du Canada, 2022), d'un sentiment d'appartenance à un groupe (AAMFT, s.d ; Gouvernement du Canada, 2022 ; RAFT, s.d. ; Rainbows for all children, s.d) ou encore de l'expression et de la compréhension des sentiments tant chez l'enfant que chez le parent (AAMFT, s.d ; Gouvernement du Canada, 2022 ; RAFT, s.d. ; Rainbows for all children, s.d). Certains programmes mettent de l'avant des groupes de relation d'aide (RAFT, s.d.) ou des groupes de thérapies familiales permettant de redéfinir les relations familiales et d'aborder les besoins et les responsabilités de chacun (AAMFT, s.d.). Sinon, le processus du deuil est abordé pour y faire de l'enseignement et de l'accompagnement (Rainbows for all children, s.d). Finalement, une compréhension du divorce est priorisée par plusieurs programmes.

De plus, de nombreux programmes au Canada abordent le processus du divorce comme étant un événement stressant dans une vie. En effet, parmi les services offerts par ces programmes, on y compte un soutien thérapeutique affectif pour aider les enfants à mieux comprendre leurs sentiments, y compris l'anxiété (Gouvernement du Canada, 2022). Par ailleurs, la *American Association of Marriage and Family Therapy* rapporte que le stress conjugal est l'un des problèmes les plus fréquemment rencontrés par les humains (AAMFT, 2016). Ce stress peut donc être présent lorsque les parents sont encore ensemble, mais aussi lorsque ceux-ci se divorcent. Celui-ci prendra simplement une autre forme, mais ces effets dévastateurs sur les parents et les enfants peuvent prendre de l'ampleur s'il n'est pas adressé.

On peut donc constater que des ressources variées sont offertes pour les enfants et les parents qui vivent un divorce. En effet, les programmes offerts ont plusieurs cibles d'intervention de nature émotionnelle, de soutien entre les pairs, de développement de stratégies d'adaptation et d'accompagnement dans cette transition, voire ce deuil. Étant donné que les ergothérapeutes sont des professionnels de la santé qui accompagnent des gens qui vivent des transitions ou des périodes d'adaptation importantes dans leur vie, il est légitime de penser que celui-ci pourrait apporter une perspective différente qui permettrait d'accompagner de manière optimale les parents et les enfants qui vivent un divorce.

2.4.Champs d'expertise de l'ergothérapeute

L'ergothérapeute est un professionnel de la santé qui possède un vaste champ d'expertise. En effet, les ergothérapeutes peuvent travailler auprès d'enfants et de parents rencontrant des difficultés au niveau de leur santé physique et/ou de leur santé mentale ou encore auprès d'une clientèle présentant des enjeux liés à son fonctionnement (Ordre des ergothérapeutes du Québec, s.d.-a). L'ergothérapeute intervient sur plusieurs impacts du divorce mentionnés précédemment tant au niveau des parents que des enfants, mais dans une perspective occupationnelle. Il cherche donc à comprendre si les différentes composantes de la personne sont nuisibles ou bénéfiques à sa participation dans ses occupations (Taylor, 2017). S'ils sont nuisibles, il interviendra sur ces aspects. En effet, l'ergothérapeute accompagne l'adaptation des personnes en leur permettant de réaffirmer leur sentiment d'efficacité personnelle et de reconsolider leurs valeurs et intérêts. Tout cela dans le but que la personne pose des actions en cohérence avec son être. Par exemple, l'ergothérapeute accompagne aussi les personnes à redéfinir leurs habitudes de vie et leurs rôles dans leur nouvelle réalité pour que le tout demeure en cohérence avec leurs valeurs et désirs. Si la nouvelle méthode de participation est satisfaisante pour la personne en question, celle-ci fait preuve d'une adaptation occupationnelle adéquate (Taylor, 2017).

D'ailleurs, l'ergothérapeute peut accompagner les enfants et les parents qui vivent des transitions qui engendrent d'importants changements dans les routines et dans les activités (OEQ, s.d.-b). Cela peut être, pour les enfants, l'arrivée en milieu scolaire, le passage du primaire au secondaire ou encore la transition vers la vie active. Les parents vivent aussi ces transitions à travers leurs enfants, étant donné que cela modifie grandement leurs routines et habitudes. Le divorce est nécessairement une transition qui modifie beaucoup d'aspects de la vie

quotidienne tant au niveau des rôles des parents, que des habitudes de vie ou de l'environnement de vie. L'ergothérapeute peut donc accompagner les familles à travers cette épreuve afin de faciliter leur adaptation et l'ajustement face à cette nouvelle étape.

Au niveau des interventions plus concrètes, bien que les ergothérapeutes ne puissent pas intervenir directement sur les problématiques d'attachement chez les enfants, ils peuvent se servir de leurs connaissances sur les modèles d'attachement sécurisant via l'établissement d'une relation de confiance avec les parents. Étant donné que l'ergothérapeute est conscient de l'importance de l'environnement social dans le processus d'adaptation d'une personne, il comprend l'importance d'adresser les relations familiales. Il peut donc soutenir les parents en adoptant une approche empathique, particulièrement dans les occupations plus stressantes au quotidien, et il peut intervenir sur les comportements parentaux en suggérant des attitudes à adopter avec l'enfant ou encore en intervenant sur les routines de la famille (Cara, 2019).

Il est aussi reconnu que pour les enfants d'âges préscolaires, les ergothérapeutes peuvent cerner l'impact de la relation parent-enfant sur le fonctionnement quotidien de l'enfant (OEQ, 2009). Encore une fois en étant conscient de l'importance de l'environnement social sur la participation occupationnelle et, éventuellement, sur l'adaptation en situation de transition. En utilisant ses connaissances sur le développement du jeu chez l'enfant, l'ergothérapeute peut utiliser le jeu à différentes fins thérapeutiques, dont l'amélioration de la relation parent-enfant. Le jeu peut autant avoir l'objectif de développer les habiletés de l'enfant que de travailler les compétences parentales au sein de l'interaction avec l'enfant. De plus, l'ergothérapeute peut aider l'enfant à regagner sa confiance en lui et à exprimer ses sentiments (OEQ, 2009). En effet, il peut soutenir l'enfant pour qu'il puisse identifier et mettre en œuvre des moyens pour se réguler et pour gérer ses émotions afin d'obtenir, ultimement, une meilleure régulation de son comportement.

Par ailleurs, comme plusieurs programmes visant à aider les parents et les enfants qui vivent un divorce, l'ergothérapeute peut aussi animer des groupes d'intervention en santé mentale (OEQ, 2009). Il peut donc guider des séances de groupe entre des parents qui échangent sur ce qu'ils vivent et sur les enjeux qu'ils rencontrent au quotidien dans leur gestion du divorce. De l'enseignement peut aussi être fait par l'ergothérapeute pour aider les parents à comprendre

l'importance de la routine et des habitudes de vie pour les enfants et pour proposer des solutions pour faciliter la transition de l'enfant. Cela fournit également un environnement social soutenant tant pour les parents que pour les enfants. D'ailleurs, l'ergothérapeute peut animer des groupes à l'enfance pour favoriser l'expression des émotions, le sentiment d'appartenance, la compréhension des sentiments du divorce en tant que tel en plus de favoriser le développement d'un sentiment d'efficacité personnelle.

Donc, l'ergothérapeute est formé et outillé pour évaluer et intervenir sur les différentes conséquences du divorce sur les enfants et les parents, sur leurs habitudes de vie et sur leur environnement physique et social dans le but ultime de favoriser leur adaptation à travers cette transition. En effet, il apporte un nouveau regard sur cette épreuve. Seul ou au sein d'une équipe de professionnels, l'ergothérapeute peut certainement venir en aide à ces familles.

2.5. Pertinence de l'étude

Actuellement, il y a très peu d'études réalisées sur le rôle de l'ergothérapeute auprès des enfants et des parents qui vivent un divorce. En effet, aucune donnée probante n'aborde la place de l'ergothérapeute auprès des personnes qui vivent des enjeux en lien avec le divorce.

D'ailleurs, comme nous avons pu le constater, l'ergothérapeute est rarement inclus au sein des équipes qui travaillent afin d'accompagner et d'outiller les enfants, les parents et les familles qui vivent un divorce. De nombreux programmes sont offerts pour ces gens, mais il n'y en a que très peu, voire aucun, qui inclut l'ergothérapie dans son approche. Pourtant, de nombreux impacts du divorce sur les parents, les enfants et les familles sont des aspects auprès desquels l'ergothérapeute est formé pour intervenir. Ce sujet d'essai est d'autant plus pertinent en considérant l'éventail de conséquences que le divorce peut engendrer au cours d'une vie. Il est donc primordial que les gens qui vivent cette transition soient bien outillés et accompagnés dans cette étape cruciale. L'ergothérapeute avec sa vision holistique et centrée sur la personne pourrait être un atout considérable aux équipes de travail qui accompagnent ces gens. De plus, il est essentiel que l'ergothérapeute considère la situation familiale de l'enfant, qui peut avoir un impact considérable sur le suivi en ergothérapie et sur l'atteinte des objectifs thérapeutiques. En effet, ces impacts variés peuvent entraver le bon déroulement du plan d'intervention.

De plus, il est pertinent de mobiliser ces connaissances afin de briser le tabou derrière le divorce. En effet, de nombreux parents qui se séparent ressentent de la culpabilité et même un sentiment de deuil par rapport à la vie de famille qu'ils auraient voulu offrir à leurs enfants. Ils peuvent donc se sentir réticents à l'idée d'aborder le tout avec un professionnel de la santé par peur de se faire juger. D'un autre côté, l'ergothérapeute peut ne pas discerner les manifestations du divorce sur l'enfant, par manque d'informations sur le sujet ou par manque d'intérêt envers la situation familiale de l'enfant. Pourtant, les relations familiales de l'enfant ont un impact considérable sur son développement et sur son état psychologique. Il est donc primordial que l'ergothérapeute soit sensible à ces enjeux familiaux qui sont de plus en plus courants. D'autant plus lorsqu'on sait que c'est plus d'un enfant sur cinq qui vit cette transition pendant son enfance (Statistique Canada, 2022). Il est donc important que l'ergothérapeute qui œuvre auprès d'enfants et de parents soit outillé par rapport à cet enjeu.

3. BUT/OBJECTIF/QUESTIONS DE RECHERCHE

L'objectif principal du présent essai est de déterminer comment les ergothérapeutes peuvent soutenir les enfants et les parents qui vivent un divorce. Afin d'y répondre, deux questions de recherche sont élaborées. Tout d'abord, « Comment les ergothérapeutes peuvent-ils soutenir l'adaptation occupationnelle des enfants et des parents qui vivent un divorce ? ». Ensuite, « Comment les ergothérapeutes peuvent-ils mobiliser les facteurs de protection chez les enfants et les parents qui vivent un divorce ? ».

4. CADRE CONCEPTUEL

4.1. La perspective d'adaptation au stress lié au divorce

Selon cette théorie, le divorce est un processus qui débute alors que le couple vit toujours ensemble et qui se termine après la fin des procédures légales entourant celui-ci (Amato, 2000). Il ne s'agit donc pas d'un événement isolé. Ce processus déclenche normalement de nombreux événements stressants qui peuvent avoir des conséquences négatives tant sur le plan émotionnel que comportemental et sur la santé des enfants et des parents qui le vivent. La sévérité et la durée de celles-ci varient en fonction de la présence ou non de facteurs de protection (Amato, 2000). Cette théorie décrit de nombreux facteurs de risque et de protection qui peuvent exercer une

influence sur le risque de développer une détresse mentale après le divorce, tant pour les enfants que pour les parents. Donc, la gravité des symptômes psychologiques varie en fonction des dispositions individuelles de la personne ainsi que ses ressources personnelles ou interpersonnelles (Hald et al., 2023).

Par ailleurs, l'auteur qualifie une adaptation réussie par trois facteurs spécifiques. D'une part, un nombre limité de symptômes liés au divorce est requis. Ensuite, il faut avoir une bonne capacité à adopter et remplir de nouveaux rôles au sein de la famille, au travail ou à l'école. Finalement, il doit y avoir le développement d'une identité et d'un mode de vie distinct du mariage qui est terminé (Kitson, 1992 ; Kitson et Morgan, 1990).

Comme mentionné précédemment, il existe des facteurs de protection qui vont réduire les liens entre les événements liés au divorce et le niveau de stress ressenti par les individus, et donc, qui vont réduire le risque d'apparition de conséquences néfastes sur le plan émotionnel, comportemental ou sanitaire (Rutter, 1987). Selon cette théorie, il existe trois types de ressources qui sont des facteurs de protection. Chez l'individu, cela peut résider dans le sentiment d'auto-efficacité, dans les compétences d'adaptation et dans les compétences sociales, par exemple. Sinon, dans les relations interpersonnelles, le soutien social joue un rôle primordial. Finalement, dans les rôles et dans les contextes structurels, l'emploi d'une personne, les services communautaires disponibles et les politiques gouvernementales de soutien peuvent aussi être d'importants facteurs de protection (Amato, 2000).

D'un autre côté, les enfants et les parents sont exposés à des facteurs de stress qui font partie du processus du divorce. L'enfant peut subir un déclin au niveau du support parental qu'il reçoit et même une perte de contact avec un des deux parents. Il peut aussi être témoin de conflits persistants entre ses parents, subir un déclin économique et vivre une panoplie d'autres événements stressants liés au divorce (Amato, 2000).

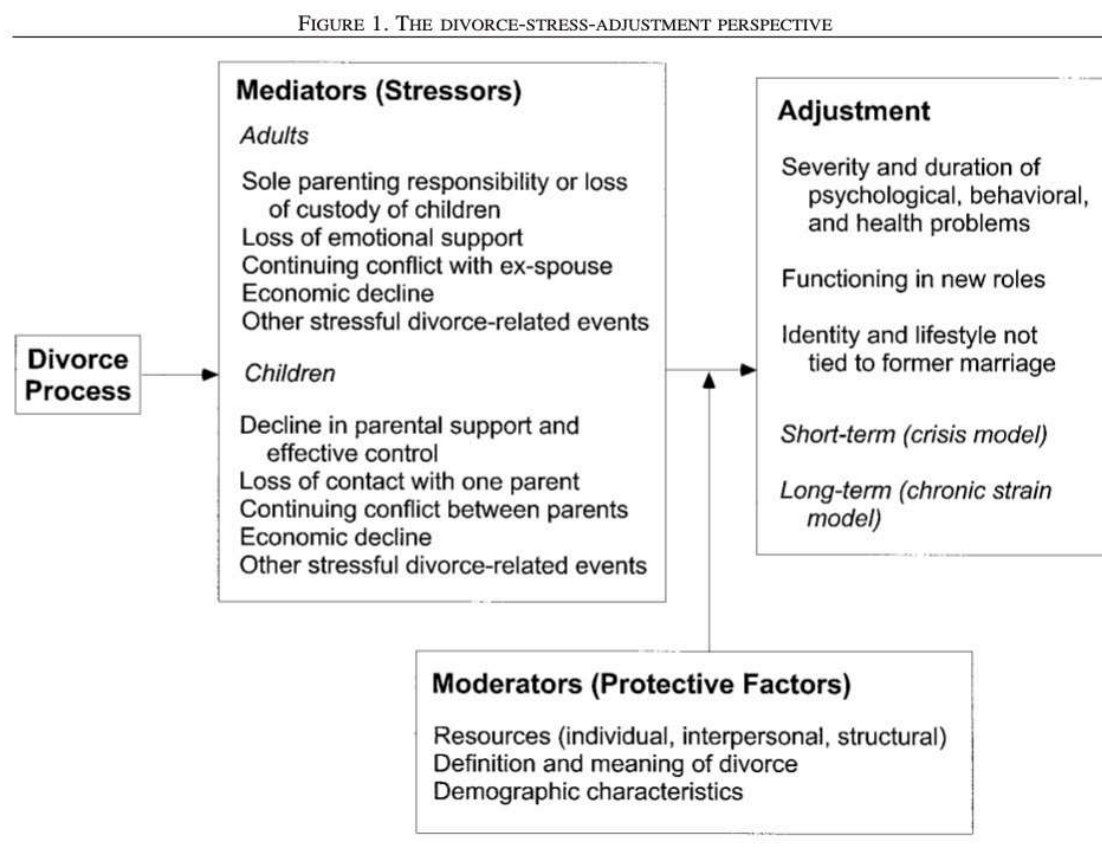
Par ailleurs, un autre facteur influençant l'adaptation au divorce réside dans la perception que l'individu se fait du divorce. Certaines personnes peuvent le considérer comme une tragédie, alors que, pour d'autres, cela peut être perçu comme une opportunité de croissance personnelle ou encore comme une manière de fuir une relation qui n'était pas adéquate (Amato, 2000). Cette

perception a un impact considérable sur les actions qui seront posées par la personne et sur sa manière d'aborder les défis que comporte le divorce.

Finalement, il y a plusieurs caractéristiques démographiques, comme le genre, l'âge, l'ethnicité et la culture, qui ont un impact sur la manière dont les individus s'adaptent et vivent le divorce (Amato, 2000). Alors, selon les facteurs de protection présents chez un individu, celui-ci pourra davantage faire preuve de résilience, alors que d'autres feront preuve davantage de vulnérabilité. Chaque personne vit donc ce processus de manière différente.

Figure 1

La perspective d'adaptation au stress lié au divorce (Repris du The Divorce-Stress-Adjustment perspective de Amato (2000))



4.2. Le modèle de l'occupation humaine (MOH)

Le modèle de l'occupation humaine (MOH) est un modèle centré sur l'occupation élaboré par Gary Keilhofner vers la fin des années quatre-vingt (Taylor, 2017). Ce modèle permet d'améliorer la compréhension du fonctionnement occupationnel d'une personne en y incluant son expérience subjective et objective (Bélanger, Briand, et Marcoux, 2006). Il est applicable auprès de toutes les personnes qui vivent des difficultés dans la réalisation de leurs occupations, et ce, peu importe le stade de leur vie. Ce modèle se centre sur la nature occupationnelle de l'humain qui donne un sens à sa vie et qui contribue à son adaptation face aux exigences de la vie.

Cette nature occupationnelle est définie d'abord à travers les dimensions de l'agir, soit la participation occupationnelle, le rendement et les habiletés d'une personne (Taylor, 2017).

- La participation occupationnelle correspond à l'engagement d'une personne dans ses activités, quelles que soient leurs natures (Mignet et al., 2017) ;
- Le rendement occupationnel fait référence à la réalisation d'un ensemble de tâches qui permettent la participation (Mignet et al., 2017) ;
- Les habiletés occupationnelles, les plus petites composantes de l'agir, font référence aux actions observables que la personne réalise lors d'une occupation (Mignet et al., 2017).

Cette dimension de l'agir est influencée par trois composantes essentielles de l'être humain, soit la volition, l'habitation et la capacité à fournir un rendement (Bélanger, Briand, et Marcoux, 2006). Ces composantes ont pour fonction de définir la personne et de l'aider à se mettre en action.

- La volition fait référence à la manière dont une personne se perçoit dans son autodétermination et dans son sentiment d'efficacité personnelle. Elle tente de répondre à des questions comme : suis-je apte à réaliser cette occupation ? A-t-elle une valeur pour moi ? Est-ce que j'aime cela ? (Bélanger, Briand, et Marcoux, 2006). Ces questions sous-entendent donc que la volition comprend trois composantes. Les déterminants personnels font référence à la perception de la personne en lien avec son sentiment d'efficacité personnelle. Les valeurs regroupent tous les éléments

significatifs de la personne et les intérêts, tout ce que la personne trouve agréable et satisfaisant à réaliser (Bélanger, Briand, et Marcoux, 2006) ;

- Ensuite, l'habituatation fait référence à l'organisation de nos actions qui prennent la forme de comportements semi-automatiques (Bélanger, Briand, et Marcoux, 2006). Celle-ci prend forme lorsque des comportements sont répétés et deviennent éventuellement des routines en fonction des différentes caractéristiques de l'environnement (Forsyth et Kielhofner, 2003). Il s'agit donc des meilleures méthodes trouvées par une personne pour s'adapter le plus rapidement possible sans y consacrer trop d'énergie. L'habituatation comprend les habitudes, donc les comportements répétitifs et automatiques exécutés lors d'une situation ou d'un environnement familier. Elle comprend aussi les rôles qui sont composés de plusieurs habitudes apprises et intégrées qui sont soumises à un contexte social spécifique (Bélanger, Briand, et Marcoux, 2006) ;
- Finalement, la capacité de rendement est définie dans l'article de Bélanger, Briand, et Marcoux (2006) comme : « Celle-ci s'intéresse à la possibilité, pour une personne, d'atteindre ses buts en fonction des moyens dont elle dispose ». La capacité de rendement se divise en deux catégories. D'une part, les composantes objectives de la personne qui font référence à ses fonctions physiques et mentales. D'autre part, l'expérience subjective ou le corps vécu de la personne qui correspondent à ce qu'elle ressent par rapport à l'éventualité de s'engager dans l'occupation en question (Taylor, 2017).

Par ailleurs, l'environnement exerce une influence qui varie en fonction de la volition, de l'habituatation et de la capacité de rendement d'une personne. Selon le MOH, l'environnement comporte deux composantes interdépendantes, soit l'environnement physique et social. D'un côté, l'environnement physique comprend tous les objets et les espaces physiques qui sont autour d'une personne. D'un autre côté, l'environnement social, lui, comprend les individus qui entourent la personne (Bélanger, Briand, et Marcoux, 2006).

De plus, dans le MOH, les interactions entre toutes ces composantes (composantes de l'être, de l'agir et de l'environnement) mènent de façon dynamique et continue à l'adaptation occupationnelle (Bélanger, Briand, et Marcoux, 2006). L'adaptation occupationnelle est donc la

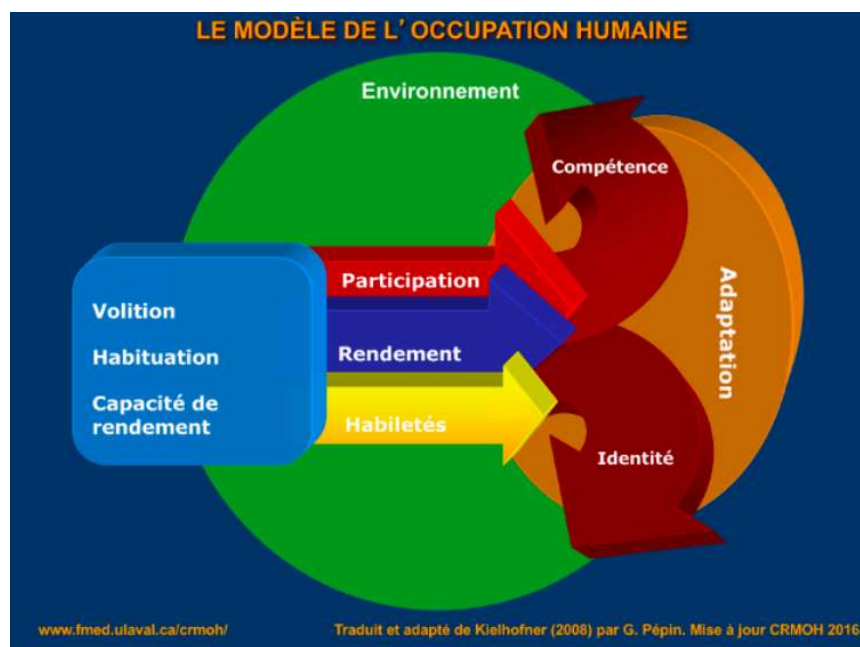
résultante souhaitée. Il faut comprendre que lorsqu'une des composantes du modèle est modifiée, cela exerce une influence sur toutes les autres, étant donné qu'elles sont interreliées et interdépendantes. Une bonne adaptation occupationnelle exige un équilibre ou un ré-équilibre entre toutes ces composantes, une pleine identité occupationnelle et une compétence occupationnelle.

- L'identité occupationnelle est la connaissance qu'une personne a d'elle-même et de ce qu'elle souhaite devenir, en tant qu'être occupationnel, générée par son histoire de participation occupationnelle (Bélanger, Briand et Marcoux, 2006) ;
- La compétence occupationnelle est le degré avec lequel une personne est capable de maintenir un schème de participation occupationnelle qui reflète son identité occupationnelle (Bélanger, Briand et Marcoux, 2006).

Dans le cadre de cet essai, le concept d'adaptation occupationnelle du MOH et l'ensemble de ces composantes permettent de comprendre comment l'ergothérapeute peut accompagner et soutenir les enfants et les parents à travers le processus d'ajustement qu'apporte le divorce. En effet, ce modèle permet d'illustrer les relations dynamiques entre les composantes de la personne comme ses valeurs et ses intérêts, les changements au niveau de ses rôles ou de ses habitudes de vie et la manière dont elle vit l'expérience dans le but de favoriser l'adaptation occupationnelle (Mignet et al., 2017).

Figure 2

Le mécanisme de l'adaptation occupationnelle. (Repris du Model of Human Occupation: Theory and Application de Gary Kielhofner, 2008. Adapté par Pépin, 2004)



5. MÉTHODOLOGIE

5.1. Devis de recherche

Dans le cadre de cet essai, un devis descriptif qualitatif a été utilisé, puisqu'il permet d'avoir une vision sommaire d'un phénomène à l'étude (Fortin et Gagnon, 2022). En effet, puisqu'il y a très peu d'études portant sur l'apport de l'ergothérapeute auprès d'enfants et de parents qui vivent un divorce, il est pertinent de documenter les pratiques des ergothérapeutes s'intéressant à cette problématique. Les objectifs de recherche concordent avec le devis de recherche sélectionné, étant donné qu'il permet de décrire un phénomène peu connu de manière générale pour en faciliter sa compréhension (Fortin et Gagnon, 2022).

5.2. Ergothérapeutes rencontrées

Les ergothérapeutes rencontrées pour faire partie de cet essai œuvrent dans différents milieux de pratique au Québec. Ceux-ci devaient se sentir interpellés par le sujet à l'étude, soit les impacts du divorce sur les enfants et les parents et l'apport que l'ergothérapeute peut apporter en

ce sens. Ils devaient aussi avoir été témoins des impacts du divorce sur les enfants ou sur les parents dans le contexte de leur travail. Ils pouvaient être des gestionnaires ou des coordonnateurs, par exemple, pourvu qu'ils aient déjà travaillé comme ergothérapeutes cliniciens.

Le choix des ergothérapeutes a été fait selon une stratégie de type non probabiliste, soit l'échantillonnage accidentel (Fortin et Gagnon, 2021). Il s'agit d'une méthode qui permet de recruter des ergothérapeutes qui sont facilement accessibles pour participer au projet (Fortin et Gagnon, 2021). En d'autres termes, il s'agit de choisir des ergothérapeutes en fonction de leurs disponibilités. Les ergothérapeutes manifestant leur intérêt et ayant des disponibilités pour la table ronde étaient donc automatiquement inclus dans le projet.

5.3. Recrutement des ergothérapeutes

Pour permettre une variabilité dans les réponses fournies, le nombre d'ergothérapeutes souhaité est de cinq à six. Fortin et Gagnon (2022) conseillent idéalement d'avoir un groupe formé de six à dix participants pour favoriser la diversité des perspectives tout en laissant la place à chacun de s'exprimer (Fortin et Gagnon, 2022). Néanmoins, considérant le court délai admis pour réaliser le présent essai, le nombre d'ergothérapeutes souhaité est de cinq à six pour ce projet exploratoire.

Pour inviter ces ergothérapeutes à partager sur leurs pratiques respectives lors d'une table ronde, trois milieux de pratique ont été ciblés par la chercheuse étudiante et sa superviseure en fonction de leurs contacts. La chercheuse étudiante a envoyé l'affiche de recrutement accompagnée d'un message présentant le projet de recherche à la directrice clinique d'une clinique privée, à une coordonnatrice clinique du centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec et à des ergothérapeutes œuvrant en milieu scolaire. Les ergothérapeutes souhaitant participer à la table ronde étaient invités à contacter la chercheuse étudiante par courriel. Plusieurs relances ont été effectuées. Dans un deuxième temps, l'affiche de recrutement a été publiée sur un groupe Facebook d'ergothérapeutes au Québec.

Les ergothérapeutes qui ont manifesté leur intérêt ont reçu un document d'information expliquant le fonctionnement de la table ronde et les choses à faire avant celle-ci pour s'assurer

de son bon déroulement. Les liens pour la rencontre Zoom et pour le tableau blanc partagé y étaient aussi inclus. Les ergothérapeutes choisies devaient donc avoir lu au préalable ce document. Le recrutement s'est déroulé du 25 mars au 17 avril 2025.

5.4. Collecte de données

Pour recueillir les données escomptées, une table ronde auprès d'ergothérapeutes a été réalisée. Cela a permis de réunir quelques ergothérapeutes avec un modérateur, soit l'étudiante chercheuse, pour discuter d'un sujet déterminé (Fortin et Gagnon, 2022). Le modérateur a donc eu à guider la discussion en posant des questions ouvertes et en orientant la discussion pour rester centré sur le sujet. Un document résumé a aussi été coconstruit par l'ensemble des ergothérapeutes à partir des questions posées par l'étudiante chercheuse. Pour que le groupe de discussion focalisé se déroule adéquatement, un guide d'entrevue a été réalisé. On y retrouvait des questions ouvertes qui ont été formulées par la chercheuse étudiante et sa superviseure d'essai. Celle-ci s'est basée sur ses connaissances antérieures, sur les informations trouvées lors de la recension des écrits et sur les connaissances de sa superviseure. À titre informatif, une des questions qui a été posée aux ergothérapeutes était : en tant qu'ergothérapeute, comment accompagnez-vous les parents et les enfants pour réduire les impacts négatifs du divorce et soutenir l'adaptation à cette transition de vie? D'ailleurs, l'ensemble des questions posées lors de la table ronde sont inscrites dans le canevas d'entrevue de groupe (voir annexe A).

Pour s'assurer d'une compréhension commune, deux termes sont définis. Ce projet d'essai a pour but de documenter les interventions réalisées en ergothérapie auprès d'une clientèle en particulier. Il importe donc de définir celles-ci. Les interventions sont des modalités proposées par les ergothérapeutes pour aborder différentes difficultés occupationnelles rencontrées par les parents ou les enfants qui vivent un divorce. Par ailleurs, les interventions recherchées lors de la table ronde doivent représenter une forme d'accompagnement fournie par l'ergothérapeute auprès du client. Il s'agit d'interventions où l'ergothérapeute aide les parents et les enfants en discutant avec eux et en leur fournissant des outils pour améliorer leur fonctionnement au quotidien après le divorce. Les interventions décrites seront toutes sous une forme d'accompagnement.

Le groupe de discussion focalisé a été réalisé sur la plateforme Zoom à une date choisie en fonction des disponibilités de chacune des ergothérapeutes intéressées. Le groupe a eu lieu le 2 mai 2025. La durée prévue était d'environ une heure et le groupe était composé de trois ergothérapeutes. L'étudiante chercheuse animait le groupe de discussion seule. Celui-ci a été enregistré à l'aide de la fonctionnalité de l'application Zoom et avec le consentement verbal des ergothérapeutes. Afin qu'elles puissent accéder au groupe de discussion focalisé, un courriel leur a été acheminé avec un document explicatif du déroulement de la rencontre. Celui-ci comprenait un lien et un mot de passe pour s'assurer que seuls les ergothérapeutes choisies et la chercheuse étudiante allaient avoir accès à la rencontre. Il comprenait aussi un lien menant à un tableau blanc où ils pouvaient écrire leurs réponses pendant la table ronde. Les échanges qui ont eu lieu lors du groupe ont été transcrits en intégral, sous forme de verbatims, dans un document Word protégé par un mot de passe connu de la chercheuse uniquement. Le document du tableau blanc a aussi été exporté de l'application et le document PDF a été protégé par un mot de passe. L'ordinateur portable contenant ces documents a d'ailleurs été aussi muni d'un mot de passe.

5.5. Analyse de données

Comme mentionné précédemment, les données recueillies lors de la table ronde ont été transcrites en verbatim en prévision de l'analyse qualitative. Les informations contenues dans le document coconstruit seront présentées dans la section des résultats. Un processus inductif a été utilisé pour réaliser une analyse thématique (Paillé, et Mucchielli, 2021). Il s'agit d'une méthode qui permet de relever tous les thèmes les plus pertinents en lien avec les questions et les objectifs de recherche. Afin de réaliser une analyse de la sorte, il convient d'adopter une démarche de thématisation. Les thèmes sont donc dégagés au fur et à mesure que le texte est lu. Ils sont ensuite regroupés et fusionnés, au besoin, pour finalement être hiérarchisés (Paillé, et Mucchielli, 2021).

La première étape fut la lecture des verbatims par la chercheuse pour en permettre une immersion (Fortin et Gagnon, 2022). Par la suite, une première codification a été proposée par la chercheuse étudiante. Le logiciel NVivo 15 a été utilisé pour l'analyse des données. Il faut noter qu'elle n'a reçu aucune formation en analyse qualitative, à l'exception de son cours de méthodes de recherche à l'Université du Québec à Trois-Rivières. Un premier lexique de code a donc été créé pour ensuite être ajusté. La prochaine étape fut une validation par deux coordonnatrices

travaillant au centre de recherche de la superviseure d'essai. Le lexique de code a donc ensuite été modifié selon les commentaires reçus. Les descriptions des codes ont été peaufinées par la chercheuse étudiante et le tout a été acheminé à la superviseure d'essai. Celle-ci est une chercheuse, ergothérapeute de formation. Des modifications ont été réalisées en fonction de ses commentaires. Finalement, l'analyse et l'extraction des résultats furent réalisées.

5.6. Considérations éthiques

Dans le cadre du présent essai, le protocole de recherche n'a pas eu à être approuvé par le comité d'éthique de la recherche. En effet, les ergothérapeutes qui participaient à cette table ronde n'étaient pas considérées comme des participantes à la recherche.

Elles n'étaient pas appelées des participantes, étant donné qu'elles n'étaient pas visées personnellement par le projet de recherche. En effet, elles fournissaient des informations au sujet d'organisations, de politiques, de méthodes et de pratiques professionnelles. Les ergothérapeutes n'ont eu, en aucun cas, à donner leur opinion.

6. RÉSULTATS

Les résultats sont divisés en deux sections, soit les résultats de l'analyse qualitative réalisée à partir des verbatims de la table ronde et la présentation du document co-construit avec les ergothérapeutes qui ont participé à celle-ci.

6.1. Description des ergothérapeutes rencontrées

Trois ergothérapeutes pratiquant depuis entre 10 à 16 ans ont été rencontrées lors de la table ronde du 2 mai 2025. Ces ergothérapeutes pratiquent respectivement dans les régions administratives suivantes : le Saguenay-Lac-Saint-Jean, l'Estrie et la Mauricie. Toutefois, les trois ergothérapeutes font également de la télé pratique à travers le Québec. Deux d'entre elles sont des travailleuses autonomes. L'ergothérapeute 1 pratique dans deux cliniques privées, une en réadaptation périnéale et une en santé mentale. L'ergothérapeute 3 œuvre davantage en santé mentale auprès des mères entrepreneures ainsi qu'en santé physique. L'ergothérapeute 2, elle, travaille en accompagnement de retour au travail en clinique privée. Elles ont toutes accompagné des clients qui rencontraient des enjeux en lien avec le divorce dans le cadre de leur pratique. Les différents contextes d'accompagnement sont décrits dans le Tableau 1. Cela permet de

comprendre dans quels contextes elles ont accompagné des parents ou des enfants vivant un divorce. Considérant la nature exploratoire de cette étude et les enjeux de recrutement, malgré la volonté de rencontrer cinq à six ergothérapeutes, trois ergothérapeutes ont participé à la table ronde de cet essai.

Tableau 1

Caractéristiques socioprofessionnelles des ergothérapeutes rencontrées

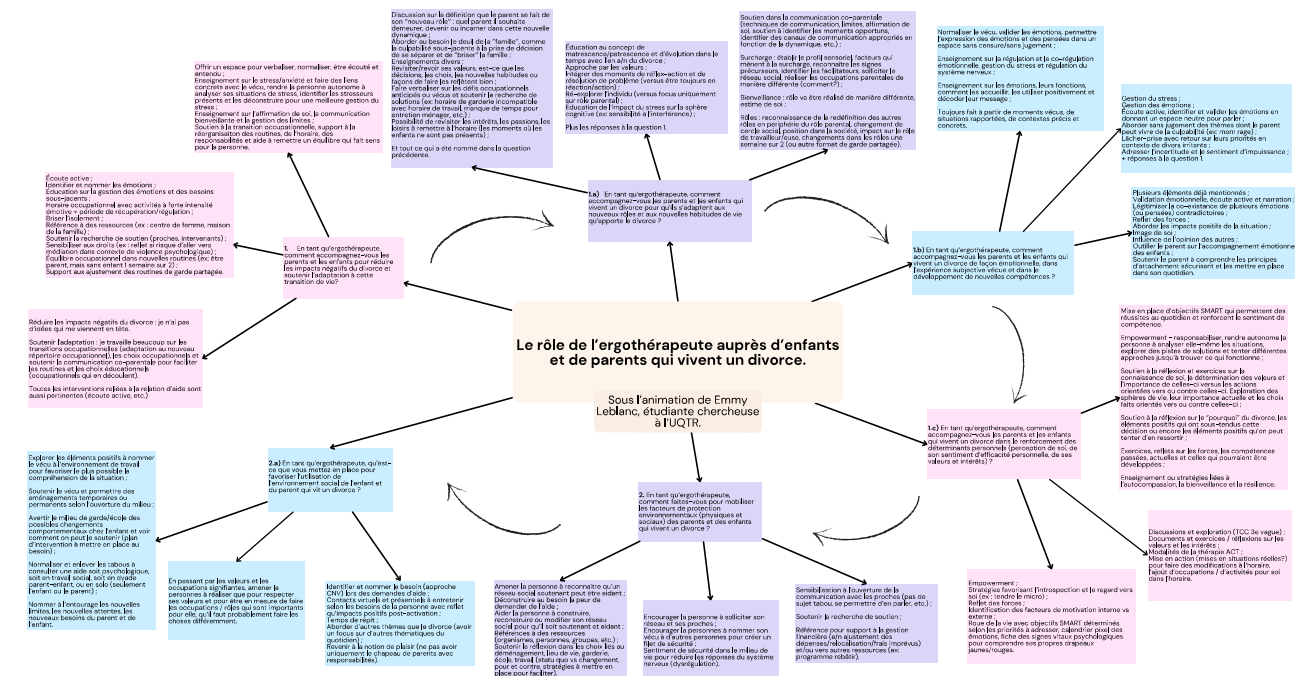
Ergothérapeutes rencontrées	Nombre d'années de pratique	Région administrative	Milieu de pratique	Contexte de l'accompagnement auprès d'enfants ou de parents vivant un divorce
Ergothérapeute 1	16 ans	Saguenay-Lac-Saint-Jean	Travailleuse autonome dans deux cliniques privées (clinique de réadaptation périnéale et clinique en santé mentale offrant de la télé pratique partout au Québec).	Accompagnement de parents qui pensaient au divorce ou qui s'étaient séparés temporairement pour tester la coparentalité séparée et pour avoir une pause de la charge mentale.
Ergothérapeute 2	10 ans	Estrie	Clinique privée en accompagnement de retour au travail et télé pratique.	Accompagnement de clients en santé mentale où le thème était abordé dans le cadre du suivi. Souvent, il s'agissait de personnes qui avaient de l'ambivalence par rapport à la décision du divorce pour de multiples raisons. Le rôle était donc de sensibiliser, d'éduquer, d'offrir du soutien et de fournir des outils. Le référent limitait parfois le temps fourni pour adresser ces enjeux, notamment dans un contexte de retour au travail. Un temps était

				toutefois pris pour adresser le divorce et pour leur permettre de nommer leurs émotions.
Ergothérapeute 3	11 ans	Mauricie	Travailleuse autonome en télé pratique dans le volet santé mentale auprès des mères entrepreneurs et en clinique privée en santé physique.	Accompagnement de clientes en réadaptation physique qui vivaient actuellement un divorce comprenant des enjeux d'aliénation parentale. Ceux-ci engendraient des conséquences sur la réadaptation, que ce soit au niveau de la gestion de la douleur, de leur capacité à pouvoir effectuer des exercices ou à pouvoir obtenir du repos. Sinon, les enjeux rencontrés étaient souvent au niveau de la communication entre les parents en ce qui a trait aux méthodes d'éducation et du partage des responsabilités. Le suivi en santé mentale est aussi affecté par cela en raison du stress constant, de la charge mentale, de l'irritabilité et de problématiques émotionnelles. Le divorce interférerait donc dans le rétablissement.

6.2. Présentation du document co-construit avec les ergothérapeutes

Lors de la table ronde avec les ergothérapeutes, un document sous forme de carte conceptuelle a été créé. Les questions basées sur les deux modèles théoriques avaient déjà été déterminées auparavant par la chercheuse étudiante. Les ergothérapeutes étaient donc invitées à écrire leur réponse sous la question correspondante. Il s'agit d'un document résumé des

Document coconstruit avec les ergothérapeutes



L'analyse des données recueillies a permis de dégager neuf thèmes à partir des verbatims et du document coconstruit avec les ergothérapeutes rencontrées. Tout cela dans le but de répondre à l'objectif de cet essai, soit de déterminer comment les ergothérapeutes peuvent soutenir les enfants et les parents qui vivent un divorce. Pour ce faire, le contenu des verbatims a été analysé, ce qui a permis de déterminer de nombreuses interventions pouvant être mises en place auprès des parents et des enfants qui vivent un divorce pour soutenir leur adaptation occupationnelle et pour mobiliser leurs facteurs de protection.

Tableau 2

Thèmes dégagés à partir des verbatims de la table ronde

Offrir du soutien dans la gestion des émotions
Offrir du soutien dans la recherche de ressources
Offrir du soutien à l'adaptation vers un nouvel horaire occupationnel
Offrir une écoute active lors des rencontres individuelles
Offrir du soutien dans la découverte de techniques pour faciliter la communication avec l'entourage
Offrir du soutien dans la prise de décision
Offrir du soutien dans la redéfinition des valeurs après un divorce
Offrir du soutien dans la redéfinition du rôle parental après un divorce
Offrir du soutien dans le développement d'un sentiment de compétence après un divorce

6.3.1. Offrir du soutien dans la gestion des émotions

Les ergothérapeutes rencontrées ont mentionné, à plusieurs reprises, des interventions qui ont pour but de soutenir la gestion des émotions. Ce sont des interventions où l'ergothérapeute aide la personne à identifier ses émotions et à trouver ses propres stratégies pour les gérer au quotidien.

(Ergothérapeute 3) : Tout l'enseignement sur le stress et l'anxiété. Faire des liens vraiment avec la situation de la personne, l'amener à être capable elle-même de reconnaître ses moments de stress, les facteurs, les stressors qui sont dans cette situation-là puis comment les déconstruire pour arriver à gérer le stress dans ces situations-là.

(Ergothérapeute 1) : Au niveau de la surcharge, parce que c'est quelque chose qui est souvent nommé. Il y a moins de possibilités d'avoir une pause dans la journée quand on devient le parent par défaut tout le temps ou une semaine sur deux. [...] Je passe toujours, bien souvent, par un genre de profil sensoriel pour que les gens apprennent à mieux se comprendre, à mieux se connaître. Donc, les facteurs qui mènent à la surcharge, pas juste sensorielle, ça peut être aussi émotive et environnementale.

Reconnaître les signes précurseurs, identifier des facilitateurs pour diminuer la surcharge, solliciter le réseau social, réaliser les occupations parentales de manière différente, puis voir comment que ça peut être fait pour alléger.

(Ergothérapeute 1) : Outiller le parent sur l'accompagnement émotionnel de ses enfants aussi parce que des fois les stratégies doivent changer parce que le vécu des enfants aussi change. Soutenir le parent à comprendre ou enseigner les principes d'attachement sécurisant, puis faciliter la mise en place dans les routines au quotidien parce que des fois l'attachement peut probablement être plus ébranlé, surtout s'il y a de l'aliénation parentale, faque soutenir le parent qui soutient son enfant.

6.3.2. Offrir du soutien dans la recherche de ressources

Les ergothérapeutes ont souligné l'importance d'avoir du soutien dans la recherche de ressources. Il s'agit d'une intervention où l'ergothérapeute accompagne la personne pour tenter d'identifier les ressources disponibles autour de soi. L'ergothérapeute aide la personne dans la recherche et l'utilisation de ressources. Celles-ci peuvent être au niveau de l'entourage de la personne ou encore des services dans le réseau communautaire et de la santé.

6.2.4.1 Solliciter l'entourage

Les ergothérapeutes ont discuté de l'importance de solliciter son entourage. Cette intervention consiste donc en des encouragements par l'ergothérapeute à la personne pour qu'elle sollicite son environnement social proximal. Cela peut inclure sa famille, ses amis et ses collègues de travail par exemple. Il s'agit également de tenter d'enlever le tabou autour du fait de demander de l'aide. L'ergothérapeute 3 nomme même l'importance de : « Avertir le milieu de garde ou d'école, des possibles changements comportementaux chez l'enfant, puis voir comment on peut le soutenir : est-ce qu'il y a un plan d'intervention qui sera à mettre en place ? ».

(Ergothérapeute 2) : En dehors de soutenir la recherche de soutien, y'avait vraiment le fait de sensibiliser à l'importance d'ouvrir la discussion, que ce soit en famille, avec les enfants ou avec les proches. Faque l'idée c'est de s'ouvrir sur le sujet, puis qu'ensuite, il y ait des ajustements en cours de discussion.

(Ergothérapeute 3) : Aider la personne à reconnaître justement que le réseau social peut être soutenant et aidant, donc aux besoins déconstruire la peur de demander de l'aide ou l'inconfort à demander de l'aide. Aider la personne à construire, reconstruire ou modifier son réseau social.

6.2.4.2. Trouver des services dans le réseau communautaire et de la santé

Il est tout aussi important de savoir quelles ressources s'offrent à nous et où aller chercher de l'aide en situation de divorce. Il s'agit alors d'une présentation à la personne des ressources comme des organismes communautaires, des services du réseau de santé public ou d'autres formes de soutien par des intervenants ou des professionnels de la santé pour qu'elle soit au courant des ressources mises à sa disposition. L'ergothérapeute peut également référer la personne directement.

(Ergothérapeute 2) : Je fais beaucoup de référence à des ressources, que ce soit des centres de femmes ou des maisons de la famille [...]. Soutenir vraiment la recherche de soutien pour que le parent ne soit pas seul avec son méli-mélo d'émotions.

(Ergothérapeute 2) : [...] La référence pour différents éléments que ce soit la gestion financière ou vers des ressources. Je pense entre autres au programme « rebâtir » quand les clients avaient des enjeux au niveau de la médiation ou au niveau de la garde. Des fois, c'est des programmes qu'on connaît pas faque c'est de nommer ce qui se peut mais qu'ensuite c'est à eux de se renseigner pour avoir le soutien qu'il leur faut, que ce soit au niveau légal, financier ou autre.

(Ergothérapeute 3) : Normaliser et enlever les tabous à consulter une aide soit psychologique, soit en lien avec le travail social, soit que ça soit une demande d'aide en dyade parent-enfant ou solo (seulement l'enfant ou le parent), mais qui n'y ait pas de tabou à ce niveau-là puis normaliser ça.

6.3.3. Offrir du soutien à l'adaptation vers un nouvel horaire occupationnel

Le sujet de l'adaptation à un nouvel horaire occupationnel est revenu à plusieurs reprises lors de la discussion. Il s'agit d'un accompagnement par l'ergothérapeute de la personne à travers les changements qu'elle souhaite apporter au niveau de ses horaires et de ses routines incluant les

occupations qu'elle fait au quotidien. Cela peut être un soutien apporté dans l'intégration de nouvelles occupations ou encore des périodes dédiées pour répondre à de nouveaux besoins.

(Ergothérapeute 2) : De venir, des fois, voir leur horaire occupationnel lors des activités à forte intensité émotive. Donc, si le changement de garde c'est le lundi et que le lundi soir et le mardi soir, c'est des journées difficiles, bin comment alléger la préparation du souper ou la période des devoirs pour qu'il y ait un petit coussin à la période « crunchy ». [...] L'horaire occupationnel pour les d'activités à forte intensité émotive autant pour les changements de garde que pour d'autres enjeux au niveau du divorce c'est vraiment un outil que moi je prends souvent, puis qui est visuel.

(Ergothérapeute 3) : [...] Possibilité de revisiter les intérêts, les passions et les loisirs qu'on pourrait penser à remettre à l'horaire dans les moments où les enfants sont pas présents. Faque, c'est d'essayer de réaménager l'horaire, puis de réfléchir à qu'est-ce qu'on veut remettre de l'avant.

(Ergothérapeute 2) : [...] Le support aux ajustements aux routines de garde partagée. Donc, est-ce qu'il y a un support visuel pour savoir quand c'est la semaine de maman, la semaine de papa et les activités pour diminuer un petit peu l'incertitude, puis les demandes d'adaptation fréquentes.

6.3.4. Offrir une écoute active lors des rencontres individuelles

Selon les ergothérapeutes, il est essentiel d'adopter une écoute active lors des rencontres individuelles avec les parents et les enfants qui vivent un divorce. C'est une méthode de communication appliquée par l'ergothérapeute qui lui permet de se concentrer uniquement sur l'utilisateur en étant attentif à son langage verbal, non-verbal et à son contexte. Cela permet à la personne de se sentir entendue et validée. Par exemple, l'ergothérapeute 3 nomme les aspects suivants : « Normaliser le vécu, valider les émotions, permettre l'expression des émotions et des pensées dans un espace sans censure et sans jugement ».

(Ergothérapeute 2) : Par exemple, tout ce qui concerne quand qu'ils me font un partage [...] bin des fois avant de donner comme un certain « feedback » ou d'aller

vers une direction en particulier, moi je leur tends le micro de ce qu'ils ressortent de la situation qu'ils ont vécue pour que, d'eux-mêmes, il y ait un bilan qui ressorte puis que moi je rebondisse par la suite. Donc les stratégies d'introspection, puis le regard vers soi.

6.3.5. Offrir du soutien dans la découverte de techniques pour faciliter la communication avec l'entourage

La communication a été soulevée comme un enjeu fréquemment rencontré par les parents et les enfants qui vivent un divorce. Les ergothérapeutes peuvent soutenir la personne dans la découverte de techniques facilitant la communication avec l'entourage. C'est une intervention de l'ergothérapeute visant la découverte, en collaboration avec la personne, de stratégies qui ont pour objectif la transmission efficace d'idées, d'informations et de sentiments entre plusieurs personnes. Cela comprend également le fait de mettre ses limites et de demander de l'aide au besoin. L'ergothérapeute 1 soulève les pistes d'intervention suivantes : « Soutien dans la communication coparentale [...] donc techniques de communication. Limites, affirmation de soi, soutien, identifier les moments opportuns, identifier les canaux de communication appropriés en fonction de la dynamique, et cetera ».

(Ergothérapeute 2) : Dans le fond, lorsque la personne demande de l'aide à son réseau c'est le fait d'identifier et de nommer spécifiquement le besoin. Des fois, j'utilise la grille de l'approche « CNV » pour les besoins humains fondamentaux pour justement préciser que ce qui est une demande d'aide, mettons à la mère, à la grand-mère, mais c'est qu'on vient spécifier un petit peu plus spécifiquement.

(Ergothérapeute 1) : Je fais aussi la dyade parentale faque des fois quand c'est une dyade coparentale bin soutenir les techniques de communication pour pouvoir faciliter soit les choix occupationnels ou les choix éducationnels [...] et les occupations aussi qui en découlent pour qu'il y ait une meilleure harmonie entre les deux milieux de vie ou, avant le divorce, bin dans la famille.

6.3.6. Offrir du soutien dans la prise de décision

Le divorce exige la prise de décision en lien avec plusieurs aspects, tant pour les parents que les enfants. Un soutien peut être offert par l'ergothérapeute en lien avec ces prises de décisions. La personne est donc accompagnée par l'ergothérapeute dans l'exploration des options possibles en vue de faire un choix. Les solutions possibles sont aussi explorées pour adresser une problématique au quotidien et en arriver à une prise de décision.

(Ergothérapeute 3) : Faire verbaliser sur les défis occupationnels anticipés ou vécus, puis soutenir la recherche de solutions. Faque exemple : bin là mon horaire de travail concorde pas avec l'horaire de la garderie, ce serait quoi les pistes de solutions qu'on pourrait explorer.

(Ergothérapeute 3) : Soutenir la réflexion dans les choix liés, par exemple, au déménagement, au lieu de vie. Exemple : est-ce que si je déménage par rapport à la garde partagée, l'école, la distance avec le travail et tout ça, est-ce que je maintiens le statu quo ? Est-ce que je fais un changement ? C'est quoi les pouts et les contres, s'il y a vraiment des pouts à s'éloigner, ce serait quoi les stratégies qu'on peut mettre en face pour en place pour faciliter ça.

6.3.7. Offrir du soutien dans la redéfinition des valeurs après un divorce

Après un divorce, de nombreux changements se produisent et des questionnements peuvent survenir en lien avec les valeurs de la personne. Les ergothérapeutes rencontrées pensent donc qu'il est important d'accompagner le client dans la redéfinition des valeurs après un divorce. L'ergothérapeute peut accompagner la personne pour qu'elle redéfinisse les éléments significatifs qui guident ses actions et ses décisions au quotidien.

(Ergothérapeute 1) : [...] Des exercices qui apportent des réflexions, qu'on fait ensemble ou que la personne peut faire par elle-même sur les valeurs et les intérêts. [...] J'utilise des fois aussi, bien souvent, des modalités de la thérapie « Act », pas nécessairement la matrice, mais les modalités générales qui rentrent dans du cognitivo-comportemental.

(Ergothérapeute 3) : Soutien à la réflexion et exercices sur la connaissance de soi et la détermination des valeurs. [...] L'exploration des sphères de vie, dans le fond. Quelles sphères de vie, en ce moment, prennent le plus de place, est-ce que c'est celles qui sont les plus importantes pour la personne ? Puis, est-ce que les choix que la personne fait sont orientés vers ou contre justement l'importance qu'elle accorde à ces différentes sphères de vie. Le but étant que tout ça fasse que tout son quotidien fasse du sens pour elle.

6.3.8. Offrir du soutien dans la redéfinition du rôle parental après un divorce

Le divorce peut également chambouler l'idée que le parent se fait de son rôle parental. L'ergothérapeute peut donc accompagner un client expérimentant un changement dans ses habitudes en fonction d'un contexte social précis. Ensemble, ils explorent la définition que la personne se fait de ses rôles, de l'impact qu'un événement comme le divorce apporte sur ceux-ci et sur leur importance.

(Ergothérapeute 1) : Au niveau du de la redéfinition du rôle, bin reconnaître qu'aussi les autres rôles vont être touchés en périphérie du rôle parental. Explorez ce que ça a comme impact aussi. Par exemple, changement au niveau du cercle social et de la position à la société : on était la mère d'une famille traditionnelle, maintenant on est notre rôle social a changé, mère ou père là. Impact sur le rôle de travailleur/travailleuse aussi qui va être impacté de façon différente une semaine sur deux ou tout dépendant du modèle de garde partagée.

(Ergothérapeute 2) : Revenir à la notion de plaisir, que ce soit pour l'enfant ou le parent, mais tsé de ne pas uniquement porter son chapeau de parents avec responsabilités constamment en adaptation, mais aussi des fois se permettre des moments de jeu, puis de simplicité sans lourdeur avec le réseau.

(Ergothérapeute 3) : Moi, j'essaierais probablement d'avoir une discussion sur la définition que le parent se fait de son nouveau rôle. Faque comment lui il voit sa parentalité en étant seul ou, bon, peut-être avec un autre conjoint. Peut-être explorer quel parent il souhaite soit demeurer ou devenir dans cette nouvelle dynamique-là.

6.3.9. Offrir du soutien dans le développement d'un sentiment de compétence après le divorce

Les ergothérapeutes ont discuté d'interventions permettant le développement d'un sentiment de compétence qui peut avoir été atteint par le divorce. C'est donc l'accompagnement de l'ergothérapeute afin que la personne améliore sa croyance en sa propre capacité à accomplir une tâche dans le but de faciliter son fonctionnement au quotidien. L'ergothérapeute 3 donne les exemples suivants : « Exercices et reflets sur les forces, les compétences passées et celles qu'elle a actuellement, puis des compétences qu'elle pourrait elle-même développer pour la suite ».

(Ergothérapeute 2) : Euh reflet des forces, tout ce qui est facteurs de motivation interne versus externe. [...] Tout qui est un peu du support visuel à introspection pour investiguer un peu les sphères de vie, comme la roue de la vie. Sans forcément la dessiner, juste des fois la partager puis que ça fasse du pouce visuel à la discussion pour déterminer les objectifs SMART selon leurs priorités adressées.

(Ergothérapeute 3) : La mise en place d'objectifs SMART qui permettent des réussites au quotidien dans le fond puis qui renforcent le sentiment de compétence. Travailler sur « l'empowerment », faque responsabiliser et rendre la personne autonome à être capable justement de s'analyser elle dans ces situations. D'explorer par elle-même soit les pistes de solutions possibles, tenter différentes approches pour arriver à trouver ce qui fonctionne. Euh toujours dans l'optique où, quand techniquement on sera plus là, qu'elle va être capable par elle-même de s'auto s'autogérer.

7. DISCUSSION

Cet essai a permis le développement de connaissances sur le rôle de l'ergothérapeute auprès des parents et des enfants qui vivent un divorce. L'objectif était de déterminer comment les ergothérapeutes peuvent soutenir les enfants et les parents qui vivent un divorce. Pour répondre à cet objectif, les questions de recherche initiales étaient : « Comment les ergothérapeutes peuvent-ils soutenir l'adaptation occupationnelle des enfants et des parents qui vivent un divorce ? » et « Comment les ergothérapeutes peuvent-ils mobiliser les facteurs de protection chez les enfants

et les parents qui vivent un divorce ? ». Les discussions lors de la table ont permis de cibler de nombreuses interventions pouvant être mises en place auprès de cette clientèle pour à la fois soutenir l'adaptation occupationnelle et mobiliser les facteurs de protection, tant au niveau de l'environnement de la personne qu'au niveau de ses compétences personnelles.

7.1. Retour sur les impacts du divorce sur le parent et l'enfant

De nombreux impacts sur le parent et sur l'enfant ont été documentés d'entrée de jeu dans le présent essai. Il importe donc de revenir sur ceux-ci afin de déterminer si les interventions proposées en ergothérapie peuvent répondre aux besoins de cette clientèle.

7.1.1. Retour sur les impacts du divorce sur le parent

Les recherches préliminaires ont permis de mettre en lumière de nombreux impacts du divorce sur le parent. Il expérimente de nombreuses conséquences en lien avec le divorce, comme la pression d'adopter un modèle de fonctionnement post-séparation exemplaire (Bussières et al., 2021). En effet, les parents ressentent une pression externe pour que leur coparentalité soit idéale. L'ergothérapeute peut offrir une écoute active et un soutien dans la redéfinition du rôle parental pour att nu er cette pression. Certains parents peuvent aussi craindre d'être rejetés par leur enfant (Sanford et Divers, 2017), vivre de l'aliénation parentale (Amato, 2000) et vivre des moments de détresse en différé avec l'autre parent, ce qui peut accentuer le sentiment de solitude (Emery, 1994). De plus, des conflits avec l'autre parent peuvent survenir en lien, entre autres, avec la pension alimentaire et le modèle de garde adopté. L'ergothérapeute peut offrir un soutien dans la gestion des émotions, dans la découverte de techniques pour faciliter la communication avec l'entourage et dans la recherche de ressources pour adresser la crainte d'être rejeté par l'enfant, l'aliénation parentale, la détresse vécue et les conflits avec l'autre parent. Finalement, le parent peut aussi vivre une perte au niveau de son réseau social et un déménagement du domicile familial (Amato, 2000). Pour répondre à ces besoins, l'ergothérapeute peut aider le parent dans la prise de décision en lien avec le déménagement tout en soutenant l'adaptation à un nouvel horaire occupationnel pour qu'il puisse intégrer des activités sociales ou de loisirs. Le développement de techniques de communication avec l'entourage peut aussi être bénéfique pour ouvrir la discussion avec l'entourage en lien avec les besoins du parent. Donc, l'ergothérapeute peut accompagner le parent en adressant l'ensemble

des impacts que le divorce lui apporte ou en le référant, au besoin, à des ressources communautaires ou dans le réseau de la santé.

7.1.2. Retour sur les impacts du divorce sur l'enfant

D'un autre côté, le divorce engendre de nombreux impacts sur l'enfant. En effet, des problématiques de nature psychologique et sociale peuvent aussi être visibles chez l'enfant, de même que des conséquences sur l'estime de soi (Martin, 2007 ; Çaksen, 2022). Un accompagnement peut alors être fait au niveau de la gestion des émotions et des techniques de communication comme mentionné lors de la table ronde. Les interventions mentionnées en lien avec le soutien au développement d'un sentiment de compétence peuvent aider l'enfant à améliorer son estime de soi. Par ailleurs, les conflits parentaux sont l'obstacle principal qui empêche un enfant de faire face aux changements familiaux adéquatement (Çaksen, 2022). D'ailleurs, de nombreuses conséquences négatives sur les enfants sont engendrées par les conflits entre les parents et les discussions enflammées dont ils sont témoins (Martin, 2007). L'ergothérapeute peut donc faire des dyades parentales, c'est-à-dire, rencontrer les deux parents simultanément pour soutenir leurs techniques de communication. Pour les enfants en bas âge au moment du divorce, des conséquences sur le développement psychomoteur peuvent survenir, notamment au niveau des capacités linguistiques et graphiques (Kacenelenbogen et al., 2016). D'un autre côté, l'enfant peut expérimenter des problèmes de comportements (Çaksen, 2022 ; Clarke-Stewart et al., 2000) et des difficultés en lien avec la relation d'attachement envers le parent (Clarke-Stewart et al., 2000). Les résultats obtenus lors de cet essai proposent que l'ergothérapeute puisse soutenir le parent dans la compréhension et l'enseignement des principes d'attachement sécurisant avec son enfant, ce qui fait partie des interventions soutenant de la gestion des émotions. De nombreuses autres conséquences peuvent être observées chez l'enfant, telles que de l'anxiété, un déclin éducatif, émotionnel et social, une perte de confiance en soi, des problèmes dans les relations avec les pairs, un ressentiment envers le parent absent et un sentiment d'abandon (Sarmadi et Khodabakhshi-Koolaei, 2023). L'ergothérapeute peut, comme mentionné lors de la table ronde, référer l'enfant à un intervenant social ou à un psychologue peut adresser les aspects plus sociaux ou psychologiques. Il peut également, aider l'enfant à mieux comprendre ses émotions, à développer des techniques pour qu'il se régule de manière autonome et à communiquer ses émotions à ses parents pour améliorer leur relation (OEQ,

2009). Bien que cet aspect n'ait pas été abordé lors de la table ronde, l'ergothérapeute est un professionnel de la santé qui peut contribuer à l'évaluation de l'enfant en observant l'enfant en action, en discutant avec les parents et l'entourage de l'enfant et en effectuant des tests standardisés pour confirmer s'il y a un retard de développement. Il peut également cibler les conséquences sur le fonctionnement de l'enfant. Ensuite, l'ergothérapeute utilise différentes techniques, notamment à travers le jeu et les activités plaisantes, pour accompagner l'enfant dans le développement des habiletés en question (OEQ, 2012). Encore, une fois, certains aspects ont moins été abordés lors de la table ronde, mais le champ d'expertise de l'ergothérapeute lui permet d'évaluer et intervenir sur ces difficultés.

7.2. Retour sur les cibles d'intervention des programmes actuellement mis en place

Les recherches réalisées au préalable ont permis de démontrer que les cibles d'intervention des programmes actuellement mis en place pour aborder les impacts du divorce sur l'enfant et le parent sont relativement variées. En effet, ils adressent, entre autres, le développement de stratégies d'adaptation (AAMFT, s.d ; Gouvernement du Canada, 2022), l'expression et la compréhension des sentiments tant chez l'enfant que chez le parent (AAMFT, s.d ; Gouvernement du Canada, 2022 ; RAFT, s.d. ; Rainbows for all children, s.d), le soutien thérapeutique pour aider l'enfant à mieux comprendre ses sentiments (Gouvernement du Canada, 2022), la redéfinition des relations familiales en adressant les besoins et les responsabilités de chacun (AAMFT, s.d.) via des groupes de relation d'aide (RAFT, s.d.), de l'enseignement et de l'accompagnement à travers le processus de deuil (Rainbows for all children, s.d).

La table ronde réalisée auprès des ergothérapeutes a permis d'identifier plusieurs cibles d'intervention pouvant être mises en place par l'ergothérapeute. Nombreuses sont celles qui se rapprochent des cibles d'intervention des programmes actuellement mis en place pour adresser les impacts du divorce sur l'enfant et le parent. On y compte notamment le soutien dans la gestion des émotions, l'écoute active lors des rencontres individuelles et le soutien dans la découverte de techniques pour faciliter la communication avec l'entourage.

Néanmoins, de nombreuses interventions de l'ergothérapeute ne font pas partie des cibles d'intervention des programmes, alors que leur fonction est essentielle. En effet, l'ergothérapeute peut offrir du soutien dans la recherche de ressources tant au niveau de l'entourage que des

services dans le réseau communautaire et de la santé. Il est primordial d'aider la personne à reconnaître que le réseau peut être soutenant et aidant, de déconstruire la peur de demander de l'aide au besoin, de redéfinir son réseau social, d'intégrer le réseau de l'enfant dans le processus (milieu de garde ou scolaire) et de savoir quelles ressources s'offrent à elle. Par ailleurs, l'expertise de l'ergothérapeute lui permet de soutenir la personne à travers l'adaptation vers un nouvel horaire occupationnel. Le divorce apporte de nombreux changements au niveau des routines, ce qui peut nécessiter de s'adapter en fonction, notamment, des changements de garde et des moments sans les enfants. L'ergothérapeute peut proposer un outil visuel, l'horaire occupationnel (OEQ, 2024), qui permet d'identifier les activités à l'horaire et les changements de garde pour diminuer l'incertitude et les demandes d'adaptation fréquentes tant sur l'enfant que sur le parent. Il peut aussi accompagner le parent ou l'enfant dans la recherche d'intérêts ou de passions à l'aide d'une liste d'intérêt pour intégrer de nouveaux loisirs à l'horaire (OEQ, 2024). Par ailleurs, l'ergothérapeute peut aider la personne en soutenant sa prise de décision, notamment en analysant les défis occupationnels anticipés ou vécus, en soutenant la réflexion et en soulevant les pour et les contres via l'utilisation d'une balance décisionnelle (Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Centre, 2022) dans le but d'arriver à une prise de décision. Ensuite, l'ergothérapeute apporte l'aspect de la redéfinition des valeurs et du rôle parental après un divorce. Il peut donc utiliser des exercices pour que le client identifie ce qui est réellement important pour lui dans le but d'aménager son horaire occupationnel en fonction des sphères de vie les plus significatives. De plus, il peut aussi explorer la vision que le parent se fait de son rôle parental, ce qu'il souhaite devenir ou demeurer et l'impact du divorce sur les autres rôles, comme celui de travailleur. Finalement, l'ergothérapeute apporte également un soutien dans le développement d'un sentiment de compétence après le divorce. Il utilise donc le reflet des forces de la personne, les principes de motivation interne et la mise en place d'objectifs qui permettent des réussites au quotidien pour favoriser le sentiment de compétence du client. Tout cela en ayant une approche occupationnelle et humaine.

On peut donc constater que, malgré le fait que des ressources variées sont offertes pour les enfants et les parents qui vivent un divorce, de nombreux aspects ne sont pas actuellement adressés. D'une part, de nombreuses cibles d'intervention des programmes sont aussi adressées par l'ergothérapeute. D'autre part, l'ergothérapeute peut également apporter un aspect

complémentaire en intervenant notamment sur la recherche de ressources, l'adaptation à un nouvel horaire occupationnel, le soutien dans la prise de décision, la redéfinition des valeurs et du rôle parental ainsi que le développement d'un sentiment de compétence. Toutes les interventions de l'ergothérapeute s'installent directement dans le quotidien de la personne en ayant des impacts concrets sur son fonctionnement. Il est donc juste de croire que l'ergothérapeute a sa place pour intervenir auprès des parents et des enfants qui vivent un divorce, puisque, justement, il apporte la vision occupationnelle qui n'a pas été documentée dans la littérature à ce jour. Pourtant, le divorce est une transition qui demande de l'adaptation occupationnelle.

7.3.Implications pour la pratique en ergothérapie

Cet essai permet donc de constater que l'ergothérapeute peut accompagner les parents et les enfants qui vivent un divorce. En effet, il est essentiel de réduire les impacts négatifs du divorce et soutenir l'adaptation aux nouveaux rôles et aux nouvelles habitudes de vie. Les facteurs de protection chez une personne, comme le sentiment d'auto-efficacité, les compétences d'adaptation, les compétences sociales, le soutien social et les services disponibles sont tous des aspects qui font partie de l'intervention de l'ergothérapeute (Amato, 2000). De plus, la perception qu'une personne se fait du divorce a une incidence directe sur l'adaptation qui en découlera (Amato, 2000). L'ergothérapeute fait preuve d'une écoute active en tentant de comprendre la vision que la personne se fait du divorce tout en l'aidant dans la prise de décision, notamment en soulevant les avantages du divorce. Les composantes pouvant être adressées en suivi avec l'ergothérapeute peuvent être, par exemple, le sentiment d'efficacité personnelle, les valeurs, les habitudes et les rôles. D'ailleurs, l'approche adoptée par l'ergothérapeute se base sur le MOH (Taylor, 2017) et permet d'adresser toutes ces composantes de la personne dans le but de favoriser l'adaptation à travers les différentes transitions occupationnelles. Les ergothérapeutes sont donc bien placés pour répondre aux besoins des enfants et des parents qui vivent un divorce.

Cette étude a donc non seulement démontré les conséquences de nature occupationnelles du divorce sur les parents et les enfants, mais aussi mis en lumière le rôle que l'ergothérapeute peut avoir auprès d'eux. Malgré le fait que l'ergothérapeute n'est pas inclus au sein des équipes des différentes ressources communautaires ou gouvernementales, il a tout à fait sa place pour

adresser cet enjeu. En effet, le divorce modifie certaines composantes du MOH, ce qui demande une adaptation occupationnelle (Taylor, 2017).

L'ergothérapeute peut donc accompagner le parent ou l'enfant à travers cette transition en appliquant une approche d'accompagnement qui aborde les difficultés occupationnelles. À ce jour, il s'agit d'un phénomène qui prend de plus en plus d'ampleur. En effet, de plus en plus de familles sont confrontées à cette épreuve et ont besoin d'être accompagnées. L'ergothérapeute, utilisant une analyse de l'occupation tout au long de son processus, peut adresser les enjeux occupationnels qui en découlent tout en prenant soin d'utiliser les forces de la personne ainsi que ses ressources (ACORE, ACPUE et ACE, 2021). Il demeure que les contextes de référence en ergothérapie peuvent parfois être limitants, dans des cas de tiers payeurs, mais il demeure important d'être conscient de tous les impacts négatifs d'une adaptation occupationnelle inadéquate au divorce, tant au niveau mental que physique. Une sensibilisation aux professionnels de la santé est donc requise en lien avec les impacts négatifs du divorce sur la réadaptation physique et mentale et, donc, sur l'importance d'adresser le tout en suivi. Cette étude a donc permis de démontrer les nombreuses répercussions occupationnelles du divorce sur les parents et les enfants qui le vivent ainsi que le rôle de l'ergothérapeute auprès de cette clientèle.

7.4. Limites de l'essai

Le nombre d'ergothérapeutes rencontrées étant relativement petit, il est possible de croire que les résultats obtenus ne représentent pas une vision globale des interventions mises en place par les ergothérapeutes travaillant avec des enfants et des parents vivant un divorce. Le court délai alloué pour réaliser cette étude ainsi que les difficultés de recrutement peuvent avoir été en cause. Une période de recrutement plus longue aurait donc pu permettre de rejoindre plus d'ergothérapeutes. De plus, étant donné qu'il s'agit d'un sujet émergent et que peu d'ergothérapeutes rencontrent des clients spécifiquement pour ces enjeux, certains ergothérapeutes ont pu se sentir moins compétents à participer au projet. En ce sens, le nombre limité d'ergothérapeutes rencontrées n'a pas permis d'atteindre une saturation des données, c'est-à-dire que ce ne sont pas toutes les interventions possibles qui ont été abordées lors de la table ronde. D'autres pistes de réflexion demeurent à explorer. Les courriels et l'affiche de recrutement auraient donc pu mettre davantage en lumière la visée exploratoire de l'étude et le fait que les

ergothérapeutes n'avaient pas besoin d'être des experts dans ce contexte de pratique. Par ailleurs, les ergothérapeutes rencontrées provenaient de milieux de pratique peu variés. En effet, il n'y avait pas d'ergothérapeutes exerçant dans le milieu public, communautaire, scolaire ou même auprès d'enfants directement. Il aurait été intéressant d'avoir des perspectives provenant d'ergothérapeutes de milieux ayant des réalités différentes. Les enjeux de recrutement n'ont pas permis d'avoir des ergothérapeutes œuvrant dans différents secteurs. Finalement, la chercheuse étudiante en étant à sa première expérience de recherche qualitative, l'analyse des données peut avoir été influencée par ses valeurs et sa vision. D'ailleurs, le vécu de la chercheuse étudiante en lien avec le divorce peut avoir influencé l'analyse des verbatims en faisant preuve de moins d'objectivité et davantage d'interprétation. Une contre-codification aurait donc pu être pertinente. Néanmoins, la superviseure d'essai ainsi que deux coordonnatrices d'un centre de recherche ont accompagné l'étudiante dans l'analyse des données pour en renforcer l'objectivité.

7.5. Forces de l'essai

Cet essai constitue une première étude portant sur le rôle de l'ergothérapeute auprès d'enfants et de parents vivant un divorce. Les résultats obtenus sont les premiers qui rapportent des répercussions occupationnelles sur les parents et les enfants qui vivent un divorce tout en fournissant des pistes d'intervention qui peuvent être mises en place par les ergothérapeutes pour adresser celles-ci. De plus, le document coconstruit avec les ergothérapeutes rencontrées constitue un outil riche pour déterminer quelles interventions peuvent être mises en place pour adresser des problématiques spécifiques en lien avec le divorce. Par ailleurs, les ergothérapeutes rencontrées ont tous plus de dix ans d'expérience. Leur apport à ce projet peut donc être plus important. Finalement, lors du codage, il y a eu une validation par deux coordonnatrices travaillant au centre de recherche de la superviseure d'essai pour objectiver les données. Cette étape supplémentaire permet de donner davantage de crédibilité au processus d'analyse.

7.6. Futures recherches

Très peu d'études ont été réalisées en lien avec le rôle de l'ergothérapeute auprès d'enfants et de parents vivant un divorce. En effet, les recherches menées à ce sujet en adoptant la vision ergothérapique n'en sont qu'à leur début. Il serait tout à fait pertinent que la présente étude soit réalisée avec un plus grand nombre d'ergothérapeutes provenant de milieux de pratiques variés.

En ce sens, il serait intéressant que des ergothérapeutes de différents milieux, soit le public, le privé, le communautaire ou le scolaire, y participent. La clientèle desservie par ces ergothérapeutes pourrait aussi être hétérogène (enfants, mères, pères, santé mentale et santé physique). Par ailleurs, il pourrait également être intéressant de documenter les impacts du divorce sur la réadaptation physique des clients. Comme mentionné par un ergothérapeute dans le présent essai, cette transition entraîne de nombreuses conséquences sur l'implication du client dans sa réadaptation. D'un autre côté, il serait aussi intéressant de documenter l'apport de l'ergothérapeute auprès d'enfants et de parents qui vivent un divorce, mais davantage du côté de l'évaluation. En effet, les méthodes d'évaluation utilisées par les ergothérapeutes auprès de cette clientèle n'ont que très peu été abordées lors de cet essai. Or, il serait pertinent d'avoir une vision d'ensemble du rôle de l'ergothérapeute, soit les évaluations et les interventions qu'il peut mettre en place auprès des clients.

8. CONCLUSION

Cet essai a permis d'accroître les connaissances en lien avec le rôle de l'ergothérapeute auprès de parents et d'enfants qui vivent un divorce en identifiant plusieurs pistes d'interventions. Parmi celles-ci, on y compte le soutien offert à l'adaptation vers un nouvel horaire occupationnel, le soutien dans la recherche de ressources, dans la prise de décision, dans la redéfinition des valeurs et des rôles après un divorce, dans le développement d'un sentiment de compétence, dans la gestion des émotions et dans la découverte de techniques pour faciliter la communication avec l'entourage. L'écoute active lors des rencontres individuelles est également une intervention pertinente dans ce contexte de pratique. Donc, ce projet de recherche a permis de répondre à l'objectif qui était de déterminer comment les ergothérapeutes peuvent soutenir les enfants et les parents qui vivent un divorce.

Étant donné les nombreux enjeux occupationnels déclenchés par le divorce, l'ergothérapeute a certainement sa place pour accompagner les familles vivant un divorce. Il est donc pertinent que les ergothérapeutes soient sensibles aux situations familiales vécues par leurs clients pour les aider à travers ce processus d'adaptation. Les recherches devraient se poursuivre afin de

documenter davantage les évaluations et les interventions pouvant être faites en ergothérapie pour accompagner ces gens dans cette transition occupationnelle majeure.

LISTE DE RÉFÉRENCES

- ACORE, ACPUE et ACE. (2021). *Référentiel de compétences pour les ergothérapeutes au Canada*. Ordre des ergothérapeutes du Québec.
<https://www.oeq.org/publications/occupation-ergotherapeute/articles-sur-la-pratique-professionnelle/117-referentiel-de-competences-pour-les-ergotherapeutes-au-canada.html>
- Amato, P. R. (1994). Life-span adjustment of children to their parents' divorce. *The Future of children*, 4(1), 143–164. <https://doi.org/10.2307/1602482>
- Amato, P. R. (2000). The Consequences of Divorce for Adults and Children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269-1287. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x>
- Amato, P. R. (2014). The Consequences of Divorce for Adults and Children: An update. *Društvena istraživanja-Časopis za opća društvena pitanja*, 23(1), 5-24.
<https://doi.org/10.5559/di.23.1.01>
- American Association for Marriage and Family Therapy. (s.d.). *Children and Divorce*.
https://www.aamft.org/AAMFT/Consumer_Updates/Children_and_Divorce.aspx
- American Association for Marriage and Family Therapy. (2016, juillet). *Marital Distress*.
https://www.aamft.org/AAMFT/Consumer_Updates/Marital_Distress.aspx
- Bélanger, R., Briand, C. et Marcoux, C. (2006). Le modèle de l'occupation humaine. *Le partenaire*, 13(1), 8-15.
<https://static1.squarespace.com/static/64888bc04d229c3f54e71f555/t/65a1598133fac96a547df009/1705073027291/partenaire-vol13no1.pdf>
- Bussi res,  .-L., Godbout, E., Lachance, V. et Drapeau, S. (2021). The effectiveness of group educational interventions for parents who experience a conflicted separation: A meta-analysis. *Canadian Psychology*, 62(3), 252–266. <http://dx.doi.org/10.1037/cap0000199>
- Çaksen, H. (2022, mars). The effects of parental divorce on children. *Psichiatriki*, 33(1), 81-82.
<https://doi.org/10.22365/jpsych.2021.040>
- Cara, E. (2019). Mental Health of Infants. Dans A. MacRae(dir.), *Cara and MacRae's Psychosocial Occupational Therapy: An Evolving Practice* (4e éd., p. 139-156). Routledge.
- Carrefour Aliénation Parentale Québec. (s.d.). *Comprendre l'aliénation parentale*.
<https://alienationparentale.ca/fr/comprendre/>
- Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Centre. (2022). *Balance décisionnelle*. Guide de pratique :  ducation psychologique et autosoins.
<https://www.santemonteregie.qc.ca/sites/default/files/2022/06/i2.pdf>
- Clarke-Stewart, K. A., Vandell, D. L., McCartney, K., Owen, M. T. et Booth, C. (2000). Effects of parental separation and divorce on very young children. *Journal of Family Psychology*, 14(2), 304-326. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0893-3200.14.2.304>
- Cour du Québec. (2024, janvier). *Programme d'intervention sociojudiciaire en conflits sévères de séparation : une coparentalité à construire*. Gouvernement du Québec.
<https://courduquebec.ca/fileadmin/cour-du-quebec/centre-de-documentation/chambre-de-la-jeunesse/ProgCoparentalite.pdf>
- Dallaire, Y. (2014, février). *Le couple et le divorce*. Le journal de Montréal.
<https://www.journaldemontreal.com/2014/02/08/le-couple-et-le-divorce>
- Emery, R. E. (1994). *Renegotiating family relation- ships: Divorce, child custody, and mediation*. New York: Guilford Press.

- Forsyth, K. et Kielhofner, G. (2003). Model of human occupation. Dans P. Kramer, J. Hinojosa et C. Royeen (dir.), *Human occupation participation in life*. Lippincott, Williams and Wilkins.
- Fortin, M-F. et Gagnon, J. (2022). *Fondement et étapes du processus de recherche: méthodes quantitatives et qualitatives* (4e éd.) Chenelière éducation.
- Gouvernement du Canada. (2022). *Les programmes de participation et de soutien à l'intention des enfants dont les parents se séparent ou divorcent*. https://www.justice.gc.ca/fra/pr-rp/lf-fl/divorce/2004_2/annexa.html
- Grych, J. H. et Fincham, F. D. (1992). Marital dissolution and family adjustment: An attributional analysis. Dans T. L. Orbuch (dir.), *Close relationship loss: Theoretical approaches* (pp. 157–173). New York: Springer-Verlag. https://doi.org/10.1007/978-1-4613-9186-9_9
- Hald, G. M., Wimmelmann, C. L., Overup, C. S., Cipric, A., Sander, S. et Strizzi, J. M. (2023, avril). Mental health trajectories after juridical divorce: Does personality matter? *J Pers*, 91(2), 426-440. <https://doi.org/10.1111/jopy.12737>
- Hazan, C. et Shaver, P. R. (1992). Broken attachments: Relationship loss from the perspective of attachment theory. Dans T. L. Orbuch (dir.), *Close relationship loss: Theoretical approaches* (pp. 90–110). New York: Springer-Verlag. https://doi.org/10.1007/978-1-4613-9186-9_5
- Kacenelenbogen, N., Dramaix-Wilmet, M., Schetgen, M., Roland, M. et Godin, I. (2016). Parental separation: a risk for the psychomotor development of children aged 28 to 32 months? A cross-sectional study. *BMC pediatrics*, 16, 89-98. <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0621-y>
- Kayser, K. (1993). *When love dies: The process of marital disaffection*. New York: Guilford Press.
- Kitson, G. C. (1992). *Portrait of divorce: Adjustment to marital breakdown*. New York: Guilford Press.
- Kitson, G. C. et Morgan, L. A. (1990). The multiple consequences of divorce: A decade review. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 913–924.
- Lambert, W.L. (2019). Mental Health of Children. Dans A. MacRae(dir.), *Cara and MacRae's Psychosocial Occupational Therapy: An Evolving Practice* (4e éd., p. 139-156). Routledge.
- Martin, C. (2007). Des effets du divorce et du non-divorce sur les enfants. *Recherches et Prévisions*, 89, 9-19. <https://doi.org/https://doi.org/10.3406/caf.2007.2306>
- Mignet, G., Doussin-Antzer, A. et Sorita, É. (2017) Le modèle de l'occupation humaine (MOH) de Gary Kielhofner (1949-2010). Dans M.-C. Morel-Bracq (dir.), *Les modèles conceptuels en ergothérapie : Introduction aux concepts fondamentaux* (2^e éd., p.72-85). De Boeck Supérieur.
- Ordre des ergothérapeutes du Québec. (2009, 1^{er} janvier). *L'ergothérapie en santé mentale*. Chroniques de l'ergothérapie. <https://www.oeq.org/publications/chroniques-de-l-ergotherapie/15-lergothérapie-en-santé-mentale.html>
- Ordre des ergothérapeutes du Québec. (2009, août). *L'ergothérapeute au sein des services de santé mentale en première ligne jeunesse*. <https://www.oeq.org/DATA/MEMOIRE/15~v~1-ergotherapeute-au-sein-des-services-de-santé-mentale-en-première-ligne-jeunesse.pdf>

- Ordre des ergothérapeutes du Québec. (2012, janvier). *L'ergothérapie auprès de l'enfant qui présente un retard de développement*.
https://www.oeq.org/DATA/CHRONIQUE/11~v~retards_developpement-3-.pdf
- Ordre des ergothérapeutes du Québec. (2024, mars). *Guide des activités professionnelles de l'ergothérapeute*.
https://www.oeq.org/DATA/NORME/74~v~27025_oeq_gape_v2couleur.pdf
- Ordre des ergothérapeutes du Québec. (s.d.-a). *Qu'est-ce que l'ergothérapie ?*
<https://www.oeq.org/m-informer/qu-est-ce-que-l-ergotherapie.html>
- Ordre des ergothérapeutes du Québec. (s.d.-b). *Pourquoi consulter un ergothérapeute ?*
<https://www.oeq.org/m-informer/pourquoi-consulter-un-ergotherapeute.html>
- Paillé, P. et Mucchielli, A. (2021). L'analyse thématique. Dans P. Paillé et A. Mucchielli (dir.), *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales* (p. 269-357). Armand Colin.
 shs.cairn.info/l-analyse-qualitative-en-sciences-humaines--9782200624019-page-269?lang=fr.
- Patterson, J. M. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and Family*, 64, 349–360. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00349.x>
- Rainbows for all children. (s.d.). *Coping With Separation Or Divorce*.
<https://rainbows.org/resources/divorce-separation/>
- Réseau d'Aide pour les Familles en Transition. (s.d.). *Bien réussir sa séparation et sa coparentalité, c'est possible !* <https://ressourcefamille.ca/#1716305013924-e524f708-0d67>
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316–331. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Sanford, K. et Rivers, A. S. (2017). The Parting Parent Concern Inventory: Parents' appraisals correlate with divorced family functioning. *Journal of Family Psychology*, 31(7), 867–877. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000340.supp>
- Sarmadi, Y. et Khodabakhshi-Koolaei, A. (2023). Psychological and Social Consequences of Divorce Emphasis on Children's Well-Being: A Systematic Review. *Journal of Preventive Counselling*, 4(2), 1-34. <https://doi.org/10.22098/jpc.2023.12578.1162>
- Statistique Canada. (2022, 23 mars). *Combien d'enfants ont vécu la séparation ou le divorce de leurs parents ?* (publication no 98-1921). <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-627-m/11-627-m2022018-fra.htm#>
- Taylor, R. R. (2017). *Kielhofner's Model Of Human Occupation* (5e éd.). Wolters Kluwer.
- Thoits, P. A. (1995). Stress, coping, and social support processes: Where are we? What next? *Journal of Health and Social Behavior*, 36, 53–79.
- Vallant, P. (1999). *Rapport d'étude de l'appréciation des parents et des enfants bénéficiaires du groupe Confidences*. Montréal : Les centres Jeunesse de Montréal.
- Wheaton, B. (1990). Life transitions, role histories, and mental health. *American Sociological Review*, 55, 209–223.

ANNEXE A : CANVEVAS D'ENTREVUE DE GROUPE

Introduction

Bonjour à tous ! Je me présente Emmy Leblanc, étudiante chercheuse à l'UQTR. Je tiens tout d'abord à vous remercier de votre présence aujourd'hui. La réalisation de ce projet ne serait pas possible sans vous, alors je suis reconnaissante que vous preniez du temps pour y participer !

Déroulement de la rencontre

Au cours de la prochaine heure, nous allons discuter ensemble et coconstruire un document résumé de nos échanges. En effet, vous verrez que les questions que je vais vous poser sont déjà écrites sur le tableau blanc que je vous ai partagé. Je vais donc vous demander d'ajouter une bulle d'information à la question correspondante et d'y écrire vos réponses. Vous pouvez écrire seulement des mots, sans faire de phrases complètes. Nous allons ensuite faire un tour de table pour que tout le monde puisse nous partager ce qu'il a écrit et nous pourrions bonifier le tableau blanc au besoin.

Confidentialité et consentement

Avant de débiter, je veux simplement vous avertir que je vais enregistrer la réunion dans le but de faciliter mon analyse des données par la suite. Toutes les informations recueillies seront anonymisées et conservées de manière sécurisée. Cet enregistrement me permettra de retranscrire fidèlement vos propos, mais sachez que seuls les membres de l'équipe de recherche auront accès aux données et qu'elles ne seront utilisées qu'à des fins académiques. Est-ce que vous consentez à l'enregistrement ?

Thématique et objectif de l'essai

Mon projet d'essai pour thème le rôle de l'ergothérapeute auprès des enfants et des parents qui vivent un divorce. Il s'agit d'un contexte de pratique peu abordé encore, en effet, dans les données probantes. Pourtant, je suis convaincue que l'ergothérapeute est bien outillé pour accompagner ces gens, étant donné qu'il a les compétences pour accompagner ses usagers au travers du processus d'adaptation. Le divorce est d'ailleurs considéré comme un processus d'adaptation en soi, voilà ce qui me permet de croire que l'ergothérapeute a sa place pour intervenir auprès des enfants et des parents qui vivent un divorce.

Droits des ergothérapeutes rencontrées

Votre participation est volontaire. Vous êtes libres de ne pas répondre à certaines questions et de vous retirer à tout moment.

Encore une fois, merci pour votre présence, avez-vous des questions avant de commencer?

Question d'introduction

1. Dans quel milieu de pratique exercez-vous ? Dans quelle région administrative ? Depuis combien de temps pratiquez-vous en ergothérapie ? Avez-vous déjà eu à accompagner des parents ou des enfants qui vivent un divorce ?

Questions inspirées sur la perspective d'adaptation au stress lié au divorce (Amato, 2000) et du modèle de l'occupation humaine (Taylor, 2017)**Adaptation occupationnelle**

1. En tant qu'ergothérapeute, comment accompagnez-vous les parents et les enfants pour réduire les impacts négatifs du divorce et soutenir l'adaptation à cette transition de vie?
 - a. En tant qu'ergothérapeute, comment accompagnez-vous les parents et les enfants pour qu'ils s'adaptent aux nouveaux rôles et aux nouvelles habitudes de vie qu'apporte le divorce ?
 - b. En tant qu'ergothérapeute, comment accompagnez-vous les parents et les enfants de façon émotionnelle, dans l'expérience subjective vécue et dans le développement de nouvelles compétences ?
 - c. En tant qu'ergothérapeute, comment accompagnez-vous les parents et les enfants dans le renforcement des déterminants personnels (perception de soi, de son sentiment d'efficacité personnelle, de ses valeurs et intérêts) ?

Facteurs de protection de l'environnement

1. En tant qu'ergothérapeute, comment faites-vous pour mobiliser les facteurs de protection environnementaux des parents et des enfants qui vivent un divorce ?
 - a. En tant qu'ergothérapeute, qu'est-ce que vous mettez en place pour favoriser l'utilisation de l'environnement social de l'enfant et du parent qui vit un divorce ?