

Les divorces après 50 ans ne sont plus rares. Mais comment l'annoncer à ses enfants adultes et petits-enfants sans tout bouleverser ?

# DIVORCE GRIS : PROTÉGER SES (PETITS-)ENFANTS

**I**ls ont élevé leurs enfants, parfois même des petits-enfants, et partagé des décennies d'amour, de disputes, de compromis. Mais voilà qu'à 50 ans passés ou à l'heure de la retraite, ils décident de tourner une page. Le phénomène du « grey divorce », ou divorce gris – soit celui des seniors – est aujourd'hui en plein essor. « *Au moins, les enfants sont grands* », se diront certains. Oui, « *mais même adultes, ils ont besoin d'être rassurés et guidés* », explique d'emblée Sandrine Mercy, coach en divorce et autrice du livre *Guide des parents qui divorcent, se séparent – Comment protéger ses enfants ?*

## Des repères, même adultes

« *Un des plus grands malentendus du grey divorce est de croire qu'il n'affectera pas les enfants parce qu'ils sont adultes.* » Pourtant, même si les enfants ne sont plus directement touchés par des questions de garde, le divorce des parents soulève tout de même pour eux de nombreuses questions pratiques et émotionnelles. « *Les enfants, surtout s'ils sont parents à leur tour, vont se demander où ils vont passer Noël, où leurs propres enfants verront leurs grands-parents, et comment s'organiser pour les vacances.* »

Pour les seniors qui divorcent, la clé est de maintenir des traditions tout en se réinventant. « *Que ce soit pour une fête de fin d'année ou un anniversaire, les enfants ont besoin de savoir qu'ils ne perdront pas leurs repères familiaux.* » Certaines familles trouvent des solutions créatives, comme célébrer Noël en janvier ou organiser une « *journée spéciale grands-parents* », pour recréer des rituels familiaux et apaiser les tensions. « *L'essentiel est d'assurer une continuité émotionnelle* », souligne Sandrine Mercy, afin de permettre ainsi aux petits-enfants de garder leurs repères et de préserver un lien fort avec leurs grands-parents.

## Les petits-enfants aussi ont besoin d'être rassurés

Vous l'aurez compris, le « grey divorce » a aussi des implications pour les petits-enfants. Bien que leur monde émotionnel soit moins touché qu'un enfant vivant un divorce parental direct, leur quotidien peut se voir perturbé – selon l'implication de mamy et papy dans leur vie.

Évidemment, pas question de l'annoncer en même temps qu'aux adultes, ni de la même manière – il faut adapter le message à l'âge. « *Quand on annonce le divorce à ses petits-enfants, il faut veiller à leur dire que rien ne changera pour eux. Même si les grands-parents vivent séparément, leur amour pour eux reste*



CAROLINE BEAUVOIS

■ Le divorce des parents peut avoir un impact sur les enfants même s'ils sont adultes.

*inchangé.* » C'est un point clé pour éviter les angoisses inutiles, précise-t-elle.

## L'art de l'annonce : du bon timing et un message positif

En parlant timing, le divorce, même tardif, se prépare. Et l'annonce de la séparation doit être réfléchi avec soin. « *Aujourd'hui, avec les réseaux sociaux et les groupes familiaux en ligne, les nouvelles peuvent se répandre trop vite, créant de la confusion et de l'anxiété.* » Choisir le bon moment pour annoncer la séparation est crucial. Elle recommande de temporiser jusqu'à ce que les changements soient concrets. « *On attend d'avoir trouvé un nouveau logement ou d'avoir pris une décision claire pour informer les enfants. Cela permet d'anticiper les questions pratiques – où chaque parent va vivre, comment s'organiser pour les visites – et d'éviter les décisions précipitées.* »

Un délai de quinze jours entre l'annonce et le début des nouveaux arrangements peut aider à amortir le choc, même si la durée idéale dépend de la fréquence des contacts avec les enfants et petits-enfants. « *Bien souvent, les couples pensent que l'aspect juridique suffit pour le divorce. Mais en réalité, il s'agit d'un processus qui inclut aussi des étapes émotionnelles et relationnelles à gérer pour protéger toute la famille.* »

## Ne leur demandez pas de prendre parti

Dans un « grey divorce », même quand les enfants sont adultes, le rôle des parents reste le même : être un guide et ne pas les embarquer dans les complexités de la séparation. « *On ne partage pas les détails personnels avec eux, même s'ils expriment l'envie de comprendre* », conseille Sandrine Mercy.

Si un enfant adulte demande des explications, le parent doit lui rappeler avec douceur que ce qui se passe entre ses parents reste leur histoire à eux. « *On peut dire : 'Mon chéri, c'est quelque chose qui concerne ton père et moi. Mon rôle est de rester ton parent aimant, pas de te faire prendre parti.'* » Ce cadre permet de protéger la relation parents enfants et d'éviter que les enfants soient pris dans les tensions du divorce.

Par ailleurs, en ce qui concerne les petits-enfants, Sandrine Mercy recommande de discuter dès que possible des nouvelles routines et de la manière d'organiser leur temps avec chacun des grands-parents. En Belgique, notons que l'article 375bis du Code civil prévoit que « *les grands-parents ont le droit d'entretenir des relations personnelles avec l'enfant* ». Sans convention officielle, un dialogue sincère et structuré aide à prévenir les incompréhensions et à maintenir des liens solides entre toutes les générations.

