Katherine Bécotte

Près de 90% des couples mariés vivent la transition à la parentalité (Cowan & Cowan, 1995). Cette transition, vécue partout dans le monde, représente un bouleversement majeur tant pour les individus que pour le couple (Feeney, 2001) Maintes études révèlent que cette transition contribue à une diminution de la satisfaction conjugale chez la majorité des couples suivant l'arrivé du premier enfant (Schulz, Cowan, & Cowan, 2006). Bien qu'il soit connu que la satisfaction des conjoints puisse s'amenuiser avec le temps, les chercheurs concluent que la diminution de la satisfaction conjugale est généralement plus marquée chez les couples de nouveaux parents que chez les couples sans enfants (Doss, Rhoades, Stanley, & Markman, 2009; Shapiro, Gottman, & Carrère, 2000). Plusieurs recherches montrent que les difficultés d'adaptation lors de cette transition pourraient provoquer de l'anxiété ou de la dépression chez les nouveaux parents, ce qui peut nuire au bien-être de chaque conjoint, de leur relation, ainsi qu'au développement d'une bonne relation parent-enfant (Cowan & Cowan, 1995).

Le couple est la relation centrale à partir de laquelle se développera la famille. Il apparait donc primordial d'en savoir plus sur la période de transition à la parentalité, puisque 40 à 60% des couples vive une baisse de satisfaction conjugale, environ 30% conserve une satisfaction stable et moins de 20% des couples voit leur satisfaction conjugale augmenter (Cowan & Cowan, 1995; Shapiro et al., 2000) Peu d'études ont documenté les facteurs d'adaptation présents chez les couples pour qui cette transition a favorisé une augmentation de la satisfaction conjugale. En effet, les chercheurs ont plutôt mis en relief les facteurs explicatifs des difficultés d'adaptation à la parentalité, en explorant tout de même certains facteurs facilitants (p. ex., sécurité d'attachement, cours prénataux, tendresse entre les conjoints, alliance parentale (Deave & Johnson, 2008; Mikulincer & Shaver, 2010; Shapiro et al., 2000) Puisque l'approche systémique suggère que tout ce qui influence un membre de la famille a un impact sur les autres (Cowan & Cowan, 1995), il apparait important de s'intéresser aux deux membres du couple (Shapiro et al., 2000), ce que certaines études négligent. La présente recherche tente de se démarquer des études précédentes en s'intéressant au point de vue subjectif des couples de nouveaux parents et à ce que ceux-ci rapportent comme ayant facilité leur adaptation à la parentalité.

**Question de recherche** : Quels sont les facteurs contribuant à faciliter la transition à la parentalité d'après le point de vue subjectif de chacun des conjoints?

**Objectifs** : 1- Explorer les facteurs facilitants la transition à la parentalité des couples d'après leur propre subjectivité. 2- Observer les similitudes et les différences entre ce qui est rapporté par les mères et les pères comme étant facilitant.

**Méthode** : Une approche qualitative phénoménologique est favorisée pour répondre aux objectifs de la recherche, puisqu'elle permet aux personnes elles-mêmes de décrire leur expérience de la transition à la parentalité (Fortin & Gagnon, 2016). Des entrevues individuelles auprès des deux membres des couples de nouveaux parents sont envisagées, afin de pouvoir identifier les éléments explicatifs de l'adaptation à la parentalité relevés par chaque genre. Un canevas d'entrevue semi-structuré sera élaboré et prétesté lors d'une entrevue pilote. Puis, des entrevues semi-structurées seront menées par une professionnelle de recherche auprès de 10 à 12 couples de la région de l'Estrie, ou jusqu'à la saturation des données. Les couples de nouveaux parents d'un premier enfant âgé de 6 à 12 mois qui perçoivent s'être bien adaptés seront recrutés au moyen d'affiches dans les lieux publics et de publicité sur les réseaux sociaux (p. ex., groupes de parents). Avec le consentement des conjoints, les entrevues seront enregistrées, puis retranscrites. Elles seront codifiées à l'aide du logiciel Nvivo et feront l'objet d'une analyse thématique (Braun & Clarke, 2006; Fortin & Gagnon, 2016).

**Retombés attendues** : Des nouvelles connaissances sur la transition à la parentalité seront générées par cette recherche. Celle-ci permettra d'analyser sous un nouvel angle la transition à la vie de famille, puisqu'elle s'intéresse au point de vue subjectif des parents. Cette méthode pourrait mettre en relief des facteurs contribuant au succès de la transition à la parentalité qui n'auraient pas été décelés dans les études précédentes. En étudiant les couples qui se perçoivent bien adaptés à cette transition, il sera possible de repérer les facteurs facilitants l'adaptation ce qui pourrait aider à générer dans le futur des programmes de sensibilisation plus efficaces pour faciliter cette transition chez les nouveaux parents.

**BIBLIOGRAPHIE**

Alexander, R., Feeney, J., Hohaus, L., & Noller, P. (2001). Attachment style and coping resources as predictors of coping strategies in the transition to parenthood. *Personal Relationships, 8*, 137-152. doi:10.1111/j.1475-6811.2001.tb00032.x

Beaudoin, A. (2013). *Transition vers la parentalite: Humour et resilience* (Order No. NR96362). Available from Dissertations & Theses @ Universite de Sherbrooke; ProQuest Dissertations & Theses Global. (1490838974). Retrieved from http://ezproxy.usherbrooke.ca/login?url=http://search.proquest.com.ezproxy.usherbrooke.ca/docview/1490838974?accountid=13835

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology, 3, 77-101.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. New York: Basic Books:

Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1995). Interventions to ease the transition to parenthood: Why they are needed and what they can do. Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies, 44, 412-423. doi:10.2307/584997

Deave, T., & Johnson, D. (2008). The transition to parenthood: what does it mean for fathers? *Journal of Advanced Nursing, 63*, 626-633 8p. doi:10.1111/j.1365-2648.2008.04748.x

Doss, B. D., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009). The effect of the transition to parenthood on relationship quality: An 8-year prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology, 96*, 601-619. doi:10.1037/a0013969

Feeney, J. (2001). *Becoming parents: Exploring the bonds between mothers, fathers, and their infants*. Cambridge, NY: Cambridge University Press.

Fortin, F., & Gagnon, J. (2016). *Fondements et étapes du processus de recherche: Méthodes quantitatives et qualitatives* (3e éd.). Montréal, Qc, Canada: Chenelière Éducation.

Gottman, J. M., Shapiro, A. F., & Parthemer, J. (2004). Bringing baby home: A workshop for new and expectant parents. *International Journal of Childbirth Education, 19*, 28-30.

Jones, J. D., Cassidy, J., & Shaver, P. R. Adult attachment style and parenting. Dans J. A. Simpson & W. S. Rholes (Éds.), *Attachment theory and research : New directions and emerging themes* (pp. 234-260). New York: Guilford.

Lawrence, E., Rothman, A. D., Cobb, R. J., Rothman, M. T., & Bradbury, T. N. (2008). Marital satisfaction across the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology, 22*, 41-50. doi:10.1037/0893-3200.22.1.41

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford.

Schulz, M. S., Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (2006). Promoting healthy beginnings: A randomized controlled trial of a preventive intervention to preserve marital quality during the transition to parenthood. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*, 20-31. doi:10.1037/0022-006X.74.1.20

Shapiro, A. F., Gottman, J. M., & Carrere, S. (2000). The baby and the marriage: Identifying factors that buffer against decline in marital satisfaction after the first baby arrives. *Journal of Family Psychology, 14*, 59-70.