

## Les stratégies adaptatives déployées par les familles québécoises dans leurs différents rôles durant les trois premières vagues de la crise du COVID-19

La pandémie a profondément changé le mode de vie familiale en raison de la distanciation physique, des répercussions sur les emplois, des fermetures des institutions scolaires ainsi que des services de garde d'enfants, les parents ont dû modifier leur routine pour se réorganiser. Ainsi, bon nombre d'enfants et de familles ont été isolés à leur domicile pendant de longs mois (Statistique Canada, 2020). Ces mesures dites préventives ont eu des impacts considérables sur la situation des familles québécoises et cette période d'adaptation a généré du stress et de l'anxiété. Or, chaque famille n'a pas la même capacité à gérer et rebondir face aux situations imprévues. La COVID-19 a engendré une perte de repères ce qui a eu pour effet d'amplifier les difficultés vécues par les familles: conciliation famille-travail; accompagnement scolaire; partage des « espaces de travail », composition avec les horaires de chacun (Madon, 2020), etc. Cette situation a affecté directement les pratiques parentales et a contribué à l'épuisement de nombreux parents. À cet effet, les parents ont été préoccupés par le fait d'être moins patients et d'élever la voix (Couillard, 2020), par le niveau de stress et d'anxiété de leurs enfants (Statistiques Canada, 2020), par une certaine détresse psychologique vécue en raison du confinement (Naitre et grandir, 2020), ainsi que par la réussite scolaire des enfants et leur besoin de socialiser (Ng et Badets, 2020; Statistiques Canada, 2020). En prenant en compte la pression supplémentaire que les parents ont pu ressentir, le climat anxigène dans lequel la réorganisation familiale et scolaire s'est effectuée, l'instabilité socio-économique qui perdure (OMS, 2020) ainsi que le risque d'une récession (Côté, 2023), il importe de se pencher sur les différentes stratégies (McCubbin, Olson & Larsen, 1981) déployées par les familles québécoises

pendant la pandémie afin de mieux comprendre comment celles-ci leur ont permis de s'adapter à cette « crise » sanitaire sans précédent afin de pouvoir en tirer des enseignements pour le futur.

Cette communication présente les résultats d'une recherche qualitative ayant interrogé, à l'aide d'entrevues virtuelles semi-dirigées, 30 parents sur la manière dont ils ont su développer différentes stratégies adaptatives dans les trois premières vagues de la COVID-19 dans leurs différents rôles tant sous les angles familial et conjugal que du point de vue scolaire. Les résultats montrent que malgré les différentes problématiques vécues et les impacts de ceux-ci sur chacun des membres pendant les trois premières vagues de la COVID-19 (ex. : conciliation travail/famille/scolarité des enfants, gestion du temps d'écran, surcharge mentale, relations conflictuelles, isolement social, etc.), les familles québécoises ont su rebondir et déployer des stratégies leur permettant de rétablir l'équilibre familial et émotionnel de chacun de ces membres. L'un des points saillants de cette étude est que les parents se sont rapidement mobilisés dès la première vague afin de s'assurer de maintenir un certain équilibre familial, et ce, malgré la perte de repères soudains provoqués par cette crise sanitaire. Les parents ont mis en place certaines stratégies afin de rassurer les enfants en tentant de conserver le même horaire qu'avant la pandémie, d'adapter leur horaire de travail afin d'être présents pour leurs enfants, de maintenir des contacts sociaux avec la famille et les amis, etc., et ce, même jusqu'à ne pas respecter les mesures sanitaires émises par les instances gouvernementales.

Les connaissances produites contribueront tant sur le plan social que scientifique à développer des dispositifs d'accompagnement, de soutien et d'intervention pour les acteurs scolaires et sociaux afin de mieux composer avec les enjeux liés aux possibles crises sociales. Notre réflexion portera aussi sur l'intégration des pratiques émergentes dans la formation de futures travailleuses sociales.