



SÉRIE GRANDS-PARENTS

3
SUR
3

Pour une communication
intergénérationnelle harmonieuse



L'une des clés de saines relations intergénérationnelles : la capacité de préciser ses attentes et ses limites

Les adultes d'une famille ont avantage à s'entendre sur le **rôle que chacun doit jouer** dans la vie des petits-enfants. Ces derniers trouvent ainsi un équilibre entre l'attention, l'affection et l'encadrement des parents ou grands-parents.

Une communication claire, ouverte et authentique dès le début entre grands-parents et parents est cruciale pour le développement de relations harmonieuses au sein de la famille. C'est particulièrement vrai lorsqu'il y a des différences dans l'éducation, les valeurs et la culture des adultes d'une famille. Elle permet de **préciser les attentes et les limites de chacun**. Les petits-enfants, quant à eux, à mesure qu'ils grandissent et deviennent adultes, sont en mesure d'exprimer leurs propres attentes.

Il est également important pour les parents et les grands-parents de **se respecter mutuellement** dans la relation de proximité qui peut s'installer pour préserver les rôles et l'intimité de chacun. La **capacité de dire non** et de se sentir à l'aise de part et d'autre est une autre habileté à développer.

En maintenant des activités en dehors de la famille, les grands-parents apportent de nouvelles perspectives et expériences enrichissantes à leurs enfants et leurs petits-enfants, ce qui favorise une relation intergénérationnelle dynamique.

Pour mieux communiquer en tant que grands-parents avec vos enfants et petits-enfants

Conseils aux grands-parents concernant la relation avec leurs <u>enfants</u>		Explications ou exemples
• Demander directement : « Comment pouvons-nous vous aider? »	• Préparer un plat, faire une brassée de lavage ou du ménage peut être aussi utile que de s'occuper du bébé.	
• Respecter les décisions parentales et les règles d'éducation.	• Être fidèles à l'heure du coucher et aux choix alimentaires. • Gâter les petits-enfants, mais respecter les règles des parents.	
• Exprimer régulièrement votre confiance en leurs capacités parentales.	• Confirmer et célébrer la compétence parentale facilitent le partage des expériences et renforcent la confiance.	
• Éviter les critiques autant envers vos enfants et vos petits-enfants. • Ne pas discuter de désaccords devant l'enfant.	• Accepter les membres de la famille tels qu'ils sont, sans jugement.	
• Préciser vos disponibilités et les activités que vous pouvez faire et demander de les respecter.	• Cela aide à gérer les demandes et à renforcer les liens avec vos petits-enfants. • Éviter d'arriver à l'improviste.	
• Démontrer une attitude d'ouverture et de tolérance.	• Cette attitude facilite les échanges, surtout en cas de tension avec vos enfants à propos de votre rôle.	
• Exprimer votre gratitude et le privilège d'avoir une place auprès de vos petits-enfants.	• Reconnaître que cette place se gagne par une confiance mutuelle avec les parents.	
• Se souvenir de ce que vous avez apprécié chez vos parents.	• S'inspirer des expériences positives et éviter les erreurs passées.	
Conseils aux grands-parents concernant la relation avec leurs <u>petits-enfants</u>		Explications ou exemples
• Démontrer de la bienveillance.	• Donner du temps et de l'amour de diverses façons : préparer leur repas préféré, ne pas se fâcher pour des bagatelles. Ces qualités montrent un amour inconditionnel et une acceptation de l'enfant tel qu'il est.	
• Créer une atmosphère joyeuse et sans tension.	• Relativiser les situations grâce à votre expérience.	
• Éviter de s'inquiéter en permanence ou d'user d'une autorité intransigeante.	• Éviter de manifester votre peur que votre petit-enfant tombe en jouant. • Éviter d'ajouter des règles qui sont plus sévères que celles des parents.	
• Éviter de vous plaindre constamment.	• Éviter de parler souvent de vos douleurs, maladies, inquiétudes financières.	
• Éviter d'avoir des attentes irréalistes face à vos petits-enfants.	• Ne pas exiger de câlins, bisous ou de fréquents appels téléphoniques ou visites.	



Parole d'une sage grand-maman

« Malgré leur bonne volonté, les grands-parents vivent beaucoup de maladresse de la part de leurs enfants et cela rend leur rôle plus difficile.

Nos enfants sont souvent centrés sur leurs propres besoins et s'adressent à nous pour connaître nos disponibilités pour garder, sans prendre de nos nouvelles au préalable.

Ce que j'aurais souhaité est d'avoir de leurs nouvelles de temps en temps et de passer un peu de temps ensemble. Je dois donc me contenter de m'occuper de mes petites-filles en y prenant plaisir, bien sûr. Nous avons au fil du temps développé une belle complicité qui nous fait du bien.

Pour ma part, je marche souvent sur des œufs avec mes enfants et leurs conjointes, mais je persiste et signe, car je tiens à préserver le lien avec mes petites filles. Elles me le rendent bien alors j'essaie d'être patiente et compréhensive envers leurs parents qui vivent diverses situations hors de mon contrôle. »



Quand les grands-parents doivent faire valoir leurs droits

Il arrive que des conflits entre grands-parents et parents conduisent ces derniers à refuser l'accès des grands-parents à leurs petits-enfants. L'article 611 du Code civil du Québec permet aux grands-parents de faire valoir leurs droits :

« Des relations personnelles entre l'enfant et ses grands-parents peuvent être maintenues ou développées dans la mesure où cela est dans l'intérêt de l'enfant et, s'il est âgé de 10 ans et plus, qu'il y consent, à moins qu'il soit dans l'impossibilité de manifester sa volonté. »

L'Association des grands parents du Québec (ADGPQ) a pour mission de favoriser les liens intergénérationnels au sein de la famille et de défendre les droits et les relations entre les grands-parents et leurs petits-enfants. Si ces liens sont fragilisés, n'hésitez pas à consulter l'Association des grands parents du Québec !

Ligne d'écoute (porte d'entrée de l'ADGPQ) :
514 745-6110 | 1 866 745-6110

Site web : grands-parents.qc.ca

Cafés rencontres, Conférences juridiques et psychosociales y sont répertoriées.

Facebook et Instagram : @ladgpq

Association des grands-parents du Québec
365, rue St-Jean, Bureau 035
Longueuil (Qc) J4H 2X7

VOUS VOULEZ EN SAVOIR PLUS ?

Consultez le dossier de Naître et grandir [Parents et grands-parents : favoriser l'harmonie ?](#)

Ce projet pour une retraite active fait partie d'un grand projet, le plan d'impact collectif – Réseau Résilience Aîné.es Montréal (RRAM) qui vise à favoriser la résilience, l'inclusion et la participation sociale de personnes aînées dans le contexte montréalais.

[Abonnez-vous à notre infolettre](#) | [Suivez-nous sur Facebook](#)



Financé par le gouvernement du Canada par le biais du Programme Nouveaux Horizons pour les aînés

