



Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID-19. The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect, the company's public news and information website.

Elsevier hereby grants permission to make all its COVID-19-related research that is available on the COVID-19 resource centre - including this research content - immediately available in PubMed Central and other publicly funded repositories, such as the WHO COVID database with rights for unrestricted research re-use and analyses in any form or by any means with acknowledgement of the original source. These permissions are granted for free by Elsevier for as long as the COVID-19 resource centre remains active.



Disponible en ligne sur www.sciencedirect.com

ScienceDirect

et également disponible sur www.em-consulte.com



Article original

Explorer l'expérience subjective du confinement lié à l'épidémie de la Covid-19 par les familles : une analyse interprétative et phénoménologique (IPA) du discours de parents



Exploring the subjective experience of confinement linked to the COVID-19 epidemic by families: An Interpretative and Phenomenological Analysis (IPA) of parents' discourse

A. Fischer-Gaspard*, R. Zebdi, Consortium Confami (CONfinement en FAMille)¹

UR CLIPSYD, laboratoire EvaCliPsy, Université Paris Nanterre, 200, avenue de la République, 92001 Nanterre cedex, France

INFO ARTICLE

Historique de l'article :
Reçu le 13 septembre 2021
Accepté le 16 juillet 2022

Mots clés :
Confinement
Famille
Parents
Enfants
Vécu

R É S U M É

Introduction. – Les mesures de confinement liées à la COVID-19 ont entraîné chez les parents et enfants des effets négatifs (stress, inquiétudes) et ont perturbé le fonctionnement habituel de la famille (rythme de vie, habitudes, relations).

Objectif. – L'objectif de ce travail est de mettre en lumière le caractère idiosyncrasique de l'expérience du confinement, ses conséquences d'un point de vue psychologique, le vécu des parents ainsi que les changements qu'il a induit au sein des familles.

Méthode. – Le vécu de parents, ayant été confinés en famille, a été étudié à l'aide d'entretiens menés et analysés avec la méthode d'Analyse Interprétative Phénoménologique (en anglais,

* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : alice.gaspard-fischer@live.fr (A. Fischer-Gaspard).

¹ M. Chahed, G. Chaudoye, A. Delalandre, Y. Hentati, B. Lignier, E. Moreau, E. Plateau, S. Vanwallegem.

Interpretative Phenomenological Analysis, IPA). Nous avons interrogé cinq parents (38–44 ans) trois femmes et deux hommes, qui avaient chacun deux enfants minimum (3–13 ans).

Résultats. – Sept axes majeurs reflétant l'expérience de confinement de ces parents ont été relevés : ils sont illustrés par des extraits d'entretiens (verbatim). Les sujets ont vécu cette expérience comme une parenthèse unique, une opportunité de passer du temps en famille, et de se recentrer sur ce qui compte fondamentalement pour eux.

Conclusion. – L'expérience de confinement a amené des changements dans le quotidien de ces parents ainsi que dans leur manière d'appréhender leur existence. Une forme de réévaluation positive émane de leur discours.

© 2022 Société Française de Psychologie. Publié par Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

A B S T R A C T

Keywords:
Lockdown
Family
Parents
Children
Experience

Introduction. – The COVID-19 containment measures had many effects on parents and children (stress, concerns), and the functioning of the whole family has been disrupted (lifestyle, habits, relationships).

Objective. – The objective of this work is to highlight the idiosyncratic nature of the experience of confinement, its psychological consequences, and the changes it has induced within families.

Method. – Interested in the experiences of parents who had been confined within their families, we conducted interviews with parents and analyzed their discourse using the IPA method. We interviewed five parents (38–44 years old) with at least two children each (3–13 years old). Three of the interviewees were women.

Results. – We have identified seven major axes that illustrate the confinement experience of these families: accompanied by extracts from participants' interviews (verbatim). The subjects lived this experience in confinement as a unique opportunity to spend time with their family and recalibrate what matters to them fundamentally in life.

Conclusion. – The experience of confinement has brought changes in the daily lives of these parents as well as in their way of understanding their existence. A form of positive reevaluation emanates from their discourse.

© 2022 Société Française de Psychologie. Published by Elsevier Masson SAS. All rights reserved.

1. Introduction

1.1. Contexte

L'épidémie du nouveau coronavirus COVID-19, qui a débuté en décembre 2019 en Chine, a été qualifiée de pandémie en mars 2020 par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS). En mars 2020 en France, est décrétée la fermeture des crèches, écoles, collèges, lycées et universités, suivie d'un confinement national qui durera 55 jours consécutifs. La COVID-19 a été perçue dans le monde entier comme une menace majeure pour la santé. Elle a affecté la vie des individus, influencé leur comportement, et provoqué des sentiments d'anxiété, de panique, de dépression et de peur (Jiao et al., 2020) principalement. L'Organisation des Nations Unies (ONU) a déclaré que, bien que les enfants ne soient pas les plus exposés durant cette pandémie, des retentissements psychologiques pourraient être relevés

dans cette population, et ce de manière durable, ces répercussions psychiques feront alors partie des conséquences les plus durables de la COVID-19 pour les sociétés (United Nations, 2020). Étudier les effets psychologiques immédiats et à long terme de cette pandémie est donc fondamental, y compris chez les enfants et les jeunes, qui représentent actuellement 42 % de la population mondiale (Dalton et al., 2020).

1.2. Les effets de la COVID-19 recensés chez les plus jeunes

De nombreux auteurs ont alerté sur les différents effets psychologiques et sociaux, ainsi que sur les conséquences sur la santé. Parmi les conséquences psychologiques qui sont susceptibles d'être retrouvées chez les enfants et adolescents, ils citent l'anxiété, la peur excessive, la frustration, un sentiment de solitude, la dépression, la colère, ainsi que différents facteurs de stress comme l'ennui ou encore l'isolement (Hammami et al., 2020 ; Jiao et al., 2020 ; Orgilés et al., 2020 ; Panda et al., 2021 ; Pisano et al., 2020 ; Wang, 2020 ; Zebdi et al., 2021). Certains parents ont relevé chez leurs enfants des comportements régressifs, d'opposition ou encore d'agitation (Imran et al., 2020 ; Orgilés et al., 2020 ; Pisano et al., 2020). Nous pouvons citer d'autres perturbations physiologiques comme des troubles du sommeil, des variations de poids liées notamment à un manque d'activité physique, ainsi qu'un renforcement de l'utilisation des écrans (Berthomier & Octobre, 2020 ; Guan et al., 2020 ; Hammami et al., 2020 ; Orgilés et al., 2020 ; Panda et al., 2021 ; Pisano et al., 2020 ; Thierry et al., 2021 ; Zebdi et al., 2021). La vulnérabilité des plus jeunes serait due à (1) leur compréhension limitée des événements, (2) leur difficulté à échapper à la situation physiquement et psychologiquement en raison de stratégies d'adaptation (*coping*) limitées (Imran et al., 2020), (3) leur difficulté pour communiquer leurs sentiments comme les adultes, et (4) au fait qu'un état de détresse mentale et émotionnelle se manifeste différemment chez les enfants selon leur âge (Imran et al., 2020), ce qui peut rendre leur détresse plus difficile à repérer. Le fait pour un enfant d'être maintenu dans un environnement restreint peut causer une dégradation des soins et des liens nécessaires à une croissance saine, et à son bon développement sur le plan physique, affectif et social (Buheji et al., 2020) : ceci explique la forte vulnérabilité des enfants aux risques environnementaux (Clark et al., 2020). Aussi, durant les épidémies de nombreux enfants souffrent d'un manque d'expériences normales dans l'apprentissage, la socialisation et l'activité physique (Guan et al., 2020). Dans l'étude de Pisano et al. (2020), les auteurs observent que les enfants de l'échantillon sont plus calmes, plus sages, comme si ceux-ci s'adaptaient à la situation et aux restrictions. Selon eux, ce comportement pourrait correspondre à une stratégie de faire face (*coping*) vis-à-vis de cette situation inédite de confinement. Notons l'importance de prendre en compte ces mécanismes adaptatifs par les parents et les professionnels afin de comprendre et d'adapter l'accompagnement et l'aide proposés à ces enfants, et de favoriser leur bien-être global durant le contexte pandémique (Buheji et al., 2020). García Ron & Cuéllar-Flores (2020) indiquent que la plupart des études présentant la prévalence des troubles psychopathologiques durant cette pandémie concernent surtout les populations adultes, et très peu les enfants et les adolescents. Depuis, différents auteurs ont repéré chez les jeunes populations ayant été confinées la présence de : signes d'irritabilité (42,3 %), d'inattention (30,8 %), d'anxiété (34,5 %), de dépression (41,7 %), d'ennui (35,2 %), de perturbations du sommeil (21,3 %), de peur excessive (22,5 %), de manque d'attention (30,8 %) (prévalence établie sur un échantillon de $n = 21\ 330$ enfants). Et plus largement, on repèrerait chez les enfants une aggravation du comportement avec ou sans symptômes psychologiques (Panda et al., 2021). Ces manifestations constituent les problèmes psychologiques prédominants durant ce confinement (Jiao et al., 2020 ; Panda et al., 2021 ; Guessoum et al., 2020 ; Śniadach et al., 2021). Selon Meherali et al. (2021) ces signes de souffrance psychologique seraient liés, non pas au virus de la COVID-19 directement qui a touché dans une proportion moindre les plus jeunes, mais en grande partie aux mesures en place (interdiction de sorties, interruption des activités, etc.). Les enfants déjà sujets à des problématiques psychologiques et/ou comportementales telles que des troubles du spectre autistique, des troubles de l'attention et d'hyperactivité, de l'anxiété ou de la dépression avaient une forte probabilité d'aggravation de leurs symptômes durant cette période (Panda et al., 2021 ; Singh et al., 2020 ; Śniadach et al., 2021).

1.3. Les effets de la COVID-19 recensés chez les adultes

Les répercussions de la pandémie et des mesures appliquées pour l'endiguer relevées chez les adultes sont : l'ennui, l'inquiétude/l'angoisse, la frustration, l'isolement, la paranoïa, la psychose, le stress, les troubles des conduites alimentaires, les conduites addictives et suicidaires, les violences, mais aussi l'agoraphobie (Mengin et al., 2020 ; Zebdi et al., 2021), et après deux semaines de confinement, trois français sur quatre déclaraient présenter des problèmes de sommeil (Lambert et al., Enquête COCONEL, 2020 ; Tourette-Turgis & Chollier, 2021). Plus largement c'est près de 35 % de la population adulte qui présentait des symptômes psychologiques légers à modérés (anxiété, dépression, compulsions, etc.) durant le confinement (Mengin et al., 2020). Les parents jouent un rôle de modèle pour leurs enfants, et c'est un double défi pour eux de réussir à prendre soin à la fois d'eux-mêmes et de leur famille durant cette période (Jacobson, 2020). De surcroît, les parents s'inquiètent à la fois de la possibilité d'être infectés par le virus, mais également des impacts socio-économiques, ou liés à leur emploi, que cette pandémie pourrait entraîner (Wang et al., 2020). Notons que durant la pandémie et le confinement, 52,3 % des parents présentaient des signes d'anxiété, et 27,4 % des signes de dépression (Panda et al., 2021). Les inquiétudes des parents seraient aussi tournées vers l'avenir, notamment vers les conséquences économiques, et ils évoquent le chômage partiel comme une « situation anxiogène » (Zebdi et al., 2021).

En se plaçant dans une perspective développementale, il est communément admis que les enfants sont extrêmement sensibles à l'état émotionnel des adultes qui les entourent et qui constituent une source essentielle de sécurité, les « *caregivers* » en référence à la théorie d'attachement telle que développée par Bowlby (1979), et de bien-être émotionnel (DiCorcia & Tronick, 2011 ; Imran et al., 2020) ; les comportements, émotions, et réactions des parents seraient susceptibles d'influencer, par voie de conséquence, leurs enfants. Le comportement des enfants pourrait en retour exercer une influence sur le niveau de stress et d'anxiété des parents durant le confinement (Imran et al., 2020 ; Orgilés et al., 2020 ; Unicef, 2020).

1.4. Les effets sur les familles

C'est toute la dynamique familiale qui serait touchée par le confinement qui directement vient bouleverser leurs routines et rythmes de vie ; les familles ont été éloignées de leurs systèmes de support direct, à savoir la famille, la garde d'enfants, l'école, les groupes religieux et autres organisations communautaires (Jacobson, 2020 ; Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), 2020). Le confinement aurait aussi « distendu les liens familiaux et amicaux », les parents ont évoqué un manque de « contact social avec les amis », de « lien social » et de liberté, manque qui est devenu « synonyme d'absence, de sentiment de solitude et de séparation » (Zebdi et al., 2021). D'autres conséquences sociales ont modifié le rythme de la vie familiale, telles que le chômage ou le télétravail (Berthomier & Octobre, 2020 ; Lambert et al., 2020), ces changements ont pu être à l'origine de modifications positives ou négatives de l'entente familiale. Par exemple, les familles dans lesquelles les enfants ont moins joué aux jeux vidéo, et ont fait plus de sport, ont déclaré en général que l'entente au sein de la fratrie s'était améliorée (Orgilés et al., 2020). Certaines activités ont permis de resserrer les liens familiaux, et d'autres d'avoir du temps pour soi : l'équilibre entre ces deux types d'activités a contribué à déterminer la qualité des relations familiales pendant cette période de pandémie (Berthomier & Octobre, 2020). Cette situation aurait permis aux familles de profiter de plus de temps disponible, mais aurait aussi distendu les liens amicaux et les liens et familiaux avec la famille plus éloignée (Zebdi et al., 2021). La plupart des études concernant les effets du confinement ont été réalisées sous la forme de questionnaires complétés en ligne (Orgilés et al., 2020 ; Pisano et al., 2020). Peu d'études ont utilisé des méthodes qualitatives visant au recueil d'éléments subjectifs sur le vécu des individus soumis à des périodes épidémiques, comme le SRAS (Cava et al., 2005) ou la COVID-19 (Tiwari et al., 2020). Les recherches qualitatives présentent l'avantage de proposer une compréhension contextualisée et incarnée de la problématique étudiée, elles visent à décrire et expliquer un phénomène. Elles sont décrites comme une « façon de regarder la réalité sociale », et permettent aux individus de pouvoir s'exprimer autrement qu'en se plaçant dans des catégories imposées (Kohn & Christiaens, 2014, p.72).

Tableau 1
Caractéristiques des participants de l'étude lors du premier confinement ($n = 5$).

| Caractéristiques | Participant 1 | Participant 2 | Participant 3 | Participant 4 | Participant 5 |
|---|--|--------------------|-------------------------|--------------------|--------------------|
| Sexe | Masculin | Féminin | Féminin | Féminin | Masculin |
| Âge (en années) | 44 | 38 | 38 | 42 | 40 |
| Catégorie socioprofessionnelle | Professions Intermédiaires | Employés | Professions libérales | Employés | Cadres |
| Télétravail | Non | Non | Oui | Non | Oui |
| Nombre d'enfants | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 |
| Âge des enfants au moment du premier confinement (années) | 10 ; 13 | 4 ; 7 | 3 ; 6 | 6 (jumeaux) | 5 ; 7 ; 10 |
| Sexe des enfants (F/M) | F (2) | F ; M | M (2) | M (2) | M (2) ; F |
| Caractéristiques du lieu de confinement | Appartement en rez-de-chaussée avec terrasse | Maison avec jardin | Appartement avec jardin | Maison avec jardin | Maison avec jardin |
| Situation maritale | Marié | En couple | En couple | En couple | Marié |
| Situation professionnelle du/ de la conjoint(e) | Employée | Cadre | Cadre | Employé | Employée |
| Durée de l'entretien (minutes) | 50 | 60 | 55 | 65 | 60 |

L'objectif de ce travail est de mettre en lumière les effets à court et moyen terme du confinement, sur des familles, d'un point de vue psychologique. Il a pour but de présenter le vécu subjectif de parents ayant été confinés en famille. Ce vécu est recueilli et évalué à l'aide d'entretiens menés et analysés selon la méthode d'Analyse Phénoménologique Interprétative (en anglais : *Interpretative Phenomenological Analysis-IPA*) (Smith et al., 2009) qui en plus de présenter les avantages des méthodes qualitatives permet une compréhension du sens que les individus donnent aux événements et expériences de vie qu'ils ont vécus (Restivo et al., 2018), en visant à saisir leur expérience intime.

2. Méthode

2.1. Recueil des données

Les sujets, dont les caractéristiques sont présentées dans le Tableau 1, étaient au nombre de cinq conformément aux recommandations des auteurs de la méthode IPA (Smith et al., 2009, p.51), et ils ne faisaient pas partie de la même famille. L'investigatrice seule s'est entretenue avec cinq adultes, sélectionnés selon différents critères d'inclusion : ils étaient âgés de 38 à 44 ans et parents d'au moins deux enfants ; chacun âgé d'entre 3 et 13 ans. Tous les participants ainsi que leurs enfants vivaient et ont été confinés sous le même toit, avec un accès privatif à l'extérieur. Les autres critères résidaient dans le fait d'être en concubinage avec l'autre parent, d'être âgé d'entre 35 et 45 ans, et d'être parent d'au moins deux enfants d'âge scolaire. À l'inverse, les parents ne remplissant pas ces critères étaient exclus. Trois d'entre eux étaient des femmes et deux des hommes, les prénoms des sujets ont été modifiés afin de préserver leur anonymat. Les participants ont été approchés par courriels et recrutés par réseau de connaissance de pair en pair, aux deuxièmes degrés au minimum, c'est-à-dire à au moins trois niveaux de connaissance : ainsi ils ne connaissaient pas directement l'investigatrice. Aucun des participants ayant été approchés n'a refusé de participer ou a abandonné l'étude. Nous avons fait le choix délibéré de nous entretenir seulement avec des parents ayant au moins deux enfants de moins de 18 ans, puisqu'ils représentent 55,2 % des foyers français (Insee, 2016).

Chaque participant était invité par la chercheuse à discuter librement sur son expérience du confinement au cours d'un entretien semi-structuré d'environ une heure, mené par visioconférence (Teams, Zoom, Skype), duquel l'investigatrice et le sujet étaient les seuls participants. Le seul contact établi en amont de l'entretien se faisait par e-mail à des fins d'organisation, seul le statut de l'investigatrice et l'objectif de la recherche étaient transmis au sujet, et aucune caractéristique particulière de l'investigatrice ne lui a été transmise. L'unique entretien débutait par une question ouverte : « Pouvez-vous me parler de ce premier confinement et du premier souvenir que vous en avez ? ». L'investigatrice

disposait d'une liste de relances préétablie, tel qu'avisé par Smith (et al., 2009, p.62), formalisée à partir des thèmes relevés dans la littérature (regroupés en trois domaines) qui n'a pas fait l'objet d'un projet pilote. Le programme de relances s'articule autour d'un choix de questions larges et ouvertes, et de reformulations (Smith et al., 2009, p.59), permettant à l'investigatrice de favoriser l'expression du participant en cas de difficultés à communiquer son expérience. Elles sont utilisables en ordre libre, et présentées en annexe (Tableau A.1). Il est important de préciser que ces relances n'avaient pas pour fonction d'être utilisées systématiquement et que l'investigatrice n'a pas eu la nécessité d'utiliser la majorité d'entre elles lors des entretiens. L'investigatrice avait au préalable entamé un travail de réflexion autour de ses préconceptions théoriques afin de tendre à ne relancer les participants que sur les éléments amenés par leurs discours, et non sur des éléments liés à sa subjectivité. L'objectif étant de ne pas être inductif afin d'éviter des biais de recueil de données. Cette méthode nommée « bracketting » est utilisée dans la recherche qualitative pour atténuer les potentielles interférences provenant des idées préconçues qui peuvent venir influencer et biaiser les processus de recherche (Tufford & Newman, 2010).

Ces entretiens ont été réalisés entre les mois de février et mai 2021, soit près d'un an après le premier confinement mis en place en France. Afin de respecter la procédure de collecte de données, les entretiens étaient enregistrés in extenso avec l'accord des sujets, puis retranscrits intégralement. Les participants n'ont pas eu l'occasion de fournir de commentaires sur l'analyse de leur discours.

2.2. Analyse des données

Cette étude qualitative vise à capturer l'expérience intime du confinement au sein de familles, et à explorer comment des parents ont donné du sens à cette expérience unique, à l'aide de l'Analyse Interprétative Phénoménologique (IPA) méthode d'analyse du discours développée par Jonathan A. Smith en 1996, qui permet la compréhension de l'expérience vécue et du sens que les individus lui donnent (Smith et al., 2009, p.40 ; Restivo et al., 2018). Notons que son objectif n'est pas de développer des conclusions générales à partir d'un échantillon, mais bien d'être attentifs à la complexité et à la subtilité de l'expérience individuelle des sujets (Flahault et al., 2018), tout en visant à repérer ce que cette expérience a pu changer pour eux. L'analyse des données avec l'IPA se construit en six étapes, et repose sur une double herméneutique dans laquelle le chercheur tente de donner à son tour un sens à la façon dont le participant donne du sens à sa propre expérience subjective (Flahault et al., 2018 ; Smith et al., 2009, p.3). L'objectif était de relever, grâce à la relecture des retranscriptions et à leur analyse, des thèmes émergents au sein des récits des participants afin de les mettre en lien pour construire différents grands thèmes illustrant leur expérience du confinement. Un thème « reflète non seulement les paroles et les pensées originales du participant, mais aussi l'interprétation de l'analyste. Il reflète un processus synergique de description et d'interprétation » (Smith et al., 2009, p.91). L'analyse suit les six étapes suivantes : (1) lecture et relecture de la retranscription de l'entretien ; (2) analyse des données à l'aide d'annotations et de commentaires, (3) analyse des données et développement des thèmes émergents (c'est-à-dire « des phrases qui reflètent l'essence psychologique de l'extrait, et contenant assez de particularités pour être ancrées, et assez d'abstraction pour être conceptuelles ») (Smith et al., 2009, p.92) ; (4) recherche de liens entre les thèmes émergents (les thèmes ont été relevés selon l'ordre chronologique dans lequel ils apparaissaient puis ont été regroupés sous forme de clusters) ; (5) considérer un nouvel entretien et application des étapes présentées précédemment ; (6) recherche de liens entre les différents discours de chacun des sujets : celle-ci étant guidée par « l'objectif de mettre en relief le caractère idiosyncrasique de l'expérience de chacun des participants tout en pointant ce que ces expériences partagent » (Restivo et al., 2018). Une attention particulière a été portée aux cas déviants. Les thèmes relevés, qui forment un condensé de l'analyse des discours, viennent refléter le caractère semblable du vécu de l'expérience évoquée par les participants, et il émane une concordance et une uniformité entre les données recueillies et les constatations émergentes.

Nous avons repris et intégré les lignes directrices COREQ (« consolidated criteria for reporting qualitative studies ») pour la construction des études qualitatives (Gedda, 2015 ; Tong et al., 2007).

3. Résultats

Suite aux entretiens menés avec les parents, retranscrits puis analysés, nous avons relevé sept thèmes majeurs illustrant leurs expériences de confinement en famille. Ceux-ci sont suivis de sous-thèmes interprétatifs, qui condensent les processus de création de sens des participants, et constituent la dernière étape de l'analyse (IPA). Ces derniers sont accompagnés d'extraits des verbatims des entretiens afin d'illustrer les thèmes. Chacun des sept thèmes présentés n'a pas été évoqué systématiquement par chacun des participants, et lorsqu'un thème faisait partie du discours de chacun des participants, sa place pouvait varier à différents niveaux (temps accordé et place dans le discours). Nous avons alors choisi de définir un seuil de prévalence de trois participants pour qu'un thème puisse être considéré comme récurrent, c'est-à-dire qu'un thème devait être évoqué par au moins trois des cinq participants pour être défini. Ces thèmes ont été déterminés en raison de leur caractère phénoménologique, c'est-à-dire propre ou relatif aux phénomènes vécus par les participants, et se fondant sur l'observation de ces phénomènes, sur les données de l'expérience, et de leur prévalence dans les discours des participants. Le processus d'analyse thématique du discours des participants est repris phase par phase dans le [Tableau A.2 \(Annexe 1\)](#).

3.1. Thème 1 : L'annonce des mesures de confinement s'accompagne d'une nécessité pour les parents d'organiser le quotidien de la vie familiale afin d'affronter la situation

Ce premier thème est composé de cinq sous-thèmes développés ci-dessous, accompagnés de verbatims correspondants et apparus chez la majorité des participants :

- Pour les parents, le souvenir de l'annonce du confinement s'accompagnait d'une nécessité immédiate de s'organiser pour faire face à la situation, et constitue un souvenir très clair :

« C'était très simple, c'était un vendredi au boulot où on nous a dit en réunion qu'on faisait le point pour lundi des forces en présence : « est-ce que vous avez des enfants ? Oui ou non ? En bas âge ? Vont-ils être scolarisés ? Et donc de là on a commencé à laisser entrevoir si on allait revenir travailler le lundi matin ou pas. » (Bruno 44 ans, 2 enfants).

« Quand il y a eu l'annonce du confinement on a eu toute une réflexion sur comment on va faire pour gérer au mieux cette période. » (Victoire 38 ans, 2 enfants).

- Cette organisation est passée par une modification de l'espace de vie familial pour s'adapter à la situation :

« Nous par rapport à ça on a réaménagé le temps du week-end les espaces à la maison pour qu'on puisse établir l'école à la maison, c'était quelque chose qu'on avait en tête. » (Olivier 40 ans, 3 enfants).

« On a réaménagé la maison, j'ai fait un meuble avec des choses un petit peu pour travailler, j'ai du matériel Montessori, donc j'ai fait un meuble d'activités, on a collé l'alphabet sur l'escalier [...] j'ai modifié l'horloge dans la pièce à vivre pour qu'ils voient à chaque heure ce qu'il y aurait comme activités : un peu de travail, une sortie. » (Agathe 38 ans, 2 enfants).

- L'instauration d'une routine, inspirée du rythme scolaire, est apparue comme nécessaire et rassurante :

« Pour que les filles gardent le rythme et pas qu'elles soient complètement coupées, on les levait toujours à la même heure, elles ne se levaient jamais à 10 heures du matin, elles se levaient comme si elles allaient à l'école. [...] Et après bah tous les jours tu t'inscris dans une routine quoi. Qui rassure un peu, comme la journée est un peu vide, bah on s'oblige à faire des choses pour la rendre un peu intéressante ou quoi. » (Bruno)

« On avait vraiment fait un rythme : on se lève à 7 h, un peu comme un rythme avec l'école. » (Agathe)

« On a décidé de proposer des activités créatives tous les matins pour venir détourner l'attention et faire baisser l'anxiété et la tension qui était sous-jacente à l'enfermement [. . .]. C'était hyperritualisé, l'objectif c'était de proposer ce rituel qui était rassurant, il y avait vraiment une réassurance qui était recherchée derrière tout ça. Les enfants ont besoin de calme et de rituels pour les rassurer [. . .] C'est quelque chose qui m'a aidée en fait finalement à mieux le vivre, même si c'était pour eux que je le faisais, mais ni vu ni connu c'est ce qui m'a permis à moi de tenir. » (Victoire)

- Ce rythme et cet équilibre ont eu tendance à s'essouffler :

« Par exemple le matin on travaillant un petit peu, et puis avec le temps ça s'est émoussé . . . Au début ils étaient super motivés : « Chouette ! L'école à la maison », et puis au bout d'un moment ils avaient plus envie quoi. » (Agathe)

« Comme ça a duré il a fallu qu'on gère la motivation et le fait d'essayer d'avoir une vie normale. Se lever le matin et avoir un rythme. C'était pas évident. » (Bruno)

Une nouvelle organisation ainsi qu'une nouvelle planification des activités se sont imposées dans la vie de ces familles (nouvelles routines et activités). Cette nouvelle programmation a joué un rôle rassurant et essentiel pour les participants. Pourtant, ce rythme établi semble s'être affaibli au fil du temps. Les participants soulignent ses limites et notamment l'impossibilité de ce nouveau cadre à pouvoir contrecarrer totalement les effets négatifs de la situation.

3.2. Thème 2 : La pandémie et ses conséquences sont angoissantes et s'accompagnent d'affects négatifs

- Le confinement représente un épisode qui n'a pas toujours été évident à affronter pour les parents, et qui a pu s'accompagner de sentiments négatifs, à commencer par l'angoisse :

« La première angoisse de me dire : ça va être en non-stop, avec eux, à la maison. J'adore mes enfants hein ! Mais de faire que ça. . . » (Agathe)

« Je sais qu'au troisième jour au début du confinement j'ai eu un moment d'angoisse, non pas d'angoisse. . . en fait si ça devait être certainement de l'angoisse, j'essaye de faire appel à mes souvenirs. . . Où vraiment je me suis dit : on va pas y arriver, comment on va gérer ça. . . ça va être horrible quoi ! Le troisième jour je m'en souviens ! Je me suis dit, on en est qu'au troisième jour et ça y est, c'est l'enfer. » (Victoire)

« Quand on voyait aux informations des grandes villes qui étaient vides, où il y avait des silences, bah c'était angoissant quelque part, c'était angoissant. Et pas normal. . . et pas normal. » (Bruno)

- La modification de leur rythme de vie a été également source de stress et d'ennui pour eux :

« Le temps était long, c'est sûr que le temps était long, parce que quand t'as pas l'habitude de rien faire. . . tu t'ennuies quoi. À la fois tu t'ennuies puis à la fois tu te dis t'façons j'ai pas le droit de sortir. . . » (Bruno)

« La pire chose c'était que je devais quitter mon boulot pour m'occuper des enfants, et ça m'a fait un stress pas possible pendant tout le confinement. » (Agathe)

- Le tout, venant se lier à la peur du virus. . .

« Il y a eu du stress lié à la peur des blessures, car les enfants étaient quand même assez surexcités par rapport au fait d'être enfermés, de ne pas pouvoir se dépenser, ils couraient beaucoup, ils tombaient, ils se mettaient régulièrement en danger. Donc c'était un peu une crainte d'aller en plus aux urgences surtout en cette période [. . .] avant le confinement il n'y avait pas de masques, la peur d'attraper le virus elle est quand même là encore maintenant, c'est pas une peur qui empêche de dormir, mais voilà. » (Victoire)

- . . . Et étant renforcé par le caractère interminable et isolant de la situation :

« Dans ma tête je pensais que ça durerait quelques jours, une semaine [. . .] On voit pas le bout, on a l'impression de le voir, et puis 15 jours après il y a une nouvelle annonce après qui nous dit qu'on a plus le droit de faire ci ou ça ! » « Puis c'est sûr que de toute façon, l'être humain il a besoin d'être en contact avec les autres, d'aller vers les gens, donc ce contact manquant, que tu aies 7 ans ou 77 ans, à un moment donné ça pèse, on tourne en rond sur soi-même, ouais y a des moments un peu. . . pas de dépression mais pas évidents quoi ! Pas évidents. » (Bruno)

« La pire chose c'est d'avoir l'impression que la vie d'avant qu'on avait, la vie à l'extérieur et la vie avec les autres, le côté contact avec l'autre on a l'impression que ça, ça n'existera plus jamais, donc c'est ça la pire chose. »

(Laure 42 ans, 2 enfants).

- Les médias ont joué un rôle important dans l'entretien de ces sentiments négatifs de par leur caractère anxiogène :

« Oui on regardait les infos mais moi je regardais sans plus, je me disais que de toute façon ça ne sert à rien de se rendre malade, et de s'inquiéter à outrance. » (Agathe)

« Par contre, on a très vite arrêté de regarder les infos parce que c'était anxiogène, et les enfants s'interrogeaient. » (Laure)

« Je me suis coupé un peu des informations parce que les chaînes d'information en continu, et de radio en continu qui toute la journée remémorent le nombre de morts, le nombre de contaminations, tout ça c'était anxiogène quoi [. . .] trop d'info tue l'info ! Je préférerais ne pas écouter que d'entendre des gens qui se contredisaient et qui avaient des discours négatifs et anxiogènes. » (Bruno)

Les sujets ont fait part de sentiments d'angoisse, d'ennui et de stress en lien avec la situation qu'ils ont traversée, qui était inédite et incertaine. Le manque ou le trop-plein d'informations au sujet du virus sont venus renforcer ces sentiments pénibles, et les parents ont pu développer des stratégies afin de vivre au mieux cette période.

3.3. Thème 3 : Comparer sa situation à celle des autres permet de la relativiser

- Pour ces parents, prendre conscience qu'ils ont une situation professionnelle confortable leur a permis de relativiser sur leur vécu du confinement :

« Dans mon travail j'ai vu pleins de gens qui avant s'en sortaient, qui arrivaient à boucler les fins de mois et pour qui maintenant c'est devenu vraiment difficile, en situation de précarité et de difficultés financières quoi. Du coup ça fait relativiser, tu te dis : je ne suis pas trop malheureux quoi, ça va ! » (Bruno)

« S'occuper des enfants je trouve que c'est déjà un boulot à plein temps quand on est à la maison, donc les parents qui devaient télétravailler en même temps ça devait être beaucoup plus compliqué. » (Agathe)

- De la même manière, constater qu'ils disposent d'un logement confortable en comparaison à d'autres familles venait les rassurer et soulager leur vécu :

« Euh. . . et sincèrement je pense que je fais partie de ceux qui sont quand même privilégiés, parce qu'on a un extérieur, une petite cour devant la maison. » (Laure)

« C'est vrai qu'on a la critique facile quand on voit les gens dans les parcs à Paris ou autre, mais d'être à plusieurs dans un appartement ça devait être dur à gérer. . . Nous, on avait trop de chance d'avoir une maison, un jardin. . . » (Agathe)

- En comparaison avec ceux qui étaient seuls à traverser cette expérience, les sujets ont pu se sentir privilégiés de la vivre en famille :

« On a de la chance d'être ensemble, tous ensemble, parce que j'ai connu moi des personnes qui étaient seules, qui l'ont très mal vécu à juste titre. . . C'est très différent quand on est la seule personne à qui on peut parler et quand on a quelqu'un à qui parler. » (Victoire)

Ce processus de comparaison utilisé par les parents comme une stratégie adaptative, n'est pas sans rappeler le mécanisme de comparaison sociale descendante décrit par Festinger (1954). Ce procédé utilisé par les parents, consiste en la comparaison de leur situation sociale à celle d'individus qu'ils considèrent comme relativement bas dans leur « échelle de valeur » et leur permet inconsciemment de se rassurer et d'accepter avec plus d'aisance leur sort et ainsi de faire face aux événements difficiles (Festinger, 1954). Cette comparaison sociale se fait sur les versants économiques, sociaux, professionnels, situationnels et familiaux, et nous la retrouvons dans le discours des parents.

3.4. Thème 4 : Le confinement, une occasion de prendre le temps, et de prendre du temps en famille

- Les parents font le récit du confinement comme d'un moment de pause au sein d'une vie mouvementée :

« Là on prend un peu plus le temps. J'ai presque envie de dire le mot « en pleine conscience », parce qu'il s'agit presque de ça en fait, y a une espèce de saveur du moment présent, dont on n'a pas d'habitude en fait. » (Victoire)

« On sera tous à la maison et on va pouvoir déjà arrêter de courir après le temps, parce que vraiment j'avais besoin de cette pause, donc c'était plutôt une bonne nouvelle ce confinement. » (Laure)

« Les temps du repas c'était important, on prenait vraiment le temps de déjeuner ensemble, [. . .] parce qu'auparavant on ne l'aurait pas fait parce qu'ils étaient à la cantine, on mangeait pas du tout ensemble le midi. » (Olivier)

- Cette pause leur permettant de profiter davantage de temps pour passer des moments en famille :

« Nous, on a fait pas mal de choses [. . .] j'étais plus disponible, donc plus cool aussi, c'est vrai qu'on a redécouvert autre chose, une autre façon de vivre, j'étais forcément beaucoup plus à l'écoute [. . .]. Et après le plus c'était vraiment de se retrouver tous en famille, de pouvoir profiter de ce temps-là en famille, de faire plein de trucs ensemble. Je pense que de rester enfermés tous les quatre ça nous a vraiment fait du bien, parce qu'il n'y avait pas ce stress de timing. » (Agathe)

« La meilleure chose c'était le temps, avoir du temps pour soi et pour les siens. C'est vraiment ça, c'est le temps. » (Laure)

- Ils racontent un renforcement des liens familiaux, avec une proximité entre les membres de la famille et du temps partagé ensemble qui les rapproche :

« Ça a resserré les liens [. . .] au sens plus restreint, c'est-à-dire mon mari et mes enfants. On était tous ensemble de toute façon pendant presque deux mois tout le temps, ça a resserré, je pense, les liens dans le sens où on n'a jamais vécu aussi longtemps ensemble 24 heures sur 24 [. . .] ça a dû forcément nous rapprocher. » (Laure)

« Nos liens entre nous sont encore plus forts qu'avant. Quelque part, la notion de protéger, se protéger les uns les autres, et de faire attention aux uns et aux autres s'est encore plus renforcée qu'avant. » (Bruno)

« Je pense que ça nous a quand même tous rapprochés, même avec mon conjoint on était beaucoup plus « famille » comme on était plus ensemble, je pensais que ça allait être compliqué et finalement c'était l'inverse ! Ça nous a vraiment plus rapprochés ! » (Agathe)

« Je pense que ça nous a rapprochés, notre relation n'a pas changé en soi, mais je dirais que ça nous a vraiment rapprochés sur le moment c'est certain. Le fait d'être 24 heures sur 24, comme ça, plus d'échanges, plus de temps ensemble, plus de temps pris » (Victoire)

- Ces moments partagés en famille viennent renforcer la manière et le sentiment de coexister et de se protéger de ces familles :

« *Donc on fait une bulle autour de soi, on protège les enfants d'abord et puis soi après quoi ! Ça c'est sûr.* » (Bruno)

« *Quand j'y repense, j'y repense vraiment comme une bulle ! On était comme dans une bulle, mais une chouette bulle, où tout ce qu'il y avait à l'extérieur ça nous atteignait pas beaucoup.* » (Agathe)

« *On a réussi à trouver notre rythme et on était dans notre petit cocon.* » (Laure)

Pour ces parents exerçant une activité professionnelle prenante, se retrouver au domicile familial tous les jours est venu marquer une pause dans leur quotidien. Ils ont traduit cette pause comme une occasion de prendre ce temps qui leur manquait en famille, ce qui à terme, est venu renforcer les liens entre parents et enfants, en les réunissant autour du partage.

3.5. Thème 5 : Vivre le confinement en phase avec ses enfants

- Les parents ont rassuré leurs enfants par rapport au virus :

« *J'avais expliqué le virus aux enfants avec le truc des paillettes : on leur en met dans la main et tout ce qu'ils touchent y a des paillettes partout, et du coup y en avait partout mais je trouvais l'idée géniale !* » (Agathe)

« *On leur a jamais montré les infos avec les images ou quoi, mais on les tenait régulièrement informés de la situation sanitaire, toujours, on leur a jamais rien caché. Il y avait la petite chanson du pangolin [...]. C'est assez parlant, c'est expliqué avec de l'humour, pour des enfants ça passe bien.* » (Victoire)

- Le défi pour ces parents résidait aussi dans leur capacité à transmettre et à maîtriser leurs inquiétudes :

« *Ils ont très bien vu qu'on ne l'a pas mal vécu et donc aux aussi ! [...] ils nous ont jamais vus stressés parce qu'eux-mêmes n'ont jamais vraiment été stressés par ça.* » (Agathe)

« *Ils l'ont vécu comme nous je pense, vraiment les enfants c'est des éponges, la manière dont on a ressenti les choses je pense qu'inconsciemment on leur a transmis. Comme nous on ressentait des choses plutôt positives, je pense qu'ils étaient dans un état d'esprit assez positif au final.* » (Victoire)

« *Je me fâchais beaucoup plus, j'étais énervé beaucoup plus facilement qu'avant. C'étaient... c'étaient des éclats de voix ou malheureusement c'étaient des fessées qui partaient un peu plus facilement que la normale. Les nerfs étaient mis à rude épreuve quoi.* » (Bruno)

- Et résidait également dans le fait de réussir à faire preuve de patience et de pédagogie :

« *C'était compliqué quand même parce que mine de rien j'ai pas la pédagogie des maîtresses, donc je leur tire mon chapeau parce que vraiment c'est un métier, on s'en est bien rendu compte en tant que parents, à ce moment-là. Et puis j'ai pas non plus leur patience donc c'était compliqué par contre de faire les devoirs.* » (Laure)

- Certains parents se sont sentis en mesure de repérer et d'évaluer les répercussions de la situation sur leurs enfants :

« *Alors les enfants ont apprécié d'être à la maison et de ne pas avoir école [...], ils ont beaucoup apprécié, ils étaient contents d'avoir leurs parents avec eux et qu'on passe du temps ensemble.* » (Laure)

« *Globalement moi j'ai plutôt eu la sensation que c'était quelque chose de positif, qu'ils étaient très contents d'être avec nous.* » (Victoire)

« Après... je pense que la grande l'a un peu... elle n'a pas été déprimée parce que c'est un grand mot la dépression, mais ça l'a affectée quand même, il y a des moments où elle était un peu, un peu « tristounette ». » (Bruno)

Bien que le confinement ait pu rapprocher les parents et les enfants, on peut observer ce lien à un niveau encore plus fusionnel. En effet, le discours de ces parents rend compte d'une influence réciproque de leurs émotions et comportements sur ceux de leurs enfants. Ce lien renvoie également à la capacité qu'ils peuvent avoir à distinguer différentes émotions chez leurs enfants.

3.6. Thème 6 : Une situation exceptionnelle qui pousse à une réflexion sur l'existence :

- Pour ces parents le confinement a été l'occasion de faire le point sur qui ils sont, et dans quelle direction ils souhaitent aller :

« Inconsciemment je pense que ça m'a permis de revoir mes priorités, de me rendre compte de ce qui était réellement essentiel, de réévaluer ce qui était important pour moi, dans quelle direction je souhaite aller. Ouais, de prioriser vraiment et puis on se rend compte de ce qui est important et dans quoi on a envie de mettre notre énergie [...] on a le temps de se poser les bonnes questions, de faire son introspection et si nécessaire de réévaluer les choses quoi. » (Laure)

« Demain si on a un autre job qui est plus ancré sur l'autre envers l'humain on n'est pas réfractaires en fait. On se rend compte qu'on a été à un tournant de notre vie et qu'il était aussi important de profiter et de voir différemment les choses, on voit aussi les choses différemment c'est clair [...], ça donne du sens à qui on est, à ce qu'on veut être, et comment on peut faire les choses. Donc en fait, on est acteur de notre vie et à un moment donné il faut se prendre aussi en main si on a envie de changer les choses. » (Olivier)

- Aussi, de réaliser ce qui compte foncièrement pour eux, selon leurs valeurs :

« L'importance de la vie, qui peut du jour au lendemain, qui peut d'une seconde à l'autre disparaître, ça relie aux gens qui te sont chers beaucoup plus quoi, et t'es plus conscient on va dire de la valeur des choses quoi, et de l'impermanence des choses, que tout peut s'arrêter d'une seconde à l'autre [...] les choses importantes dans la vie elles ont été repensées autrement et les priorités aussi. C'est-à-dire que, la principale, la chose la plus prioritaire c'est la vie ! » (Bruno)

« Ce que je me suis dit en fait c'est « quand on veut on peut », et en fait qu'il faut aussi repenser tout le système et se dire : et bah en fait c'est quoi l'essentiel aussi ? Dans notre monde ? De quoi on a envie ? Qu'est-ce qu'on a envie de donner ? Qu'est-ce qu'on a envie de laisser aux générations futures ? » (Olivier)

- Choisir de faire de cette expérience unique quelque chose de positif est apparu comme une évidence pour certains parents :

« Je pense que vraiment on l'a vécu comme une expérience, comme une chance, comme quelque chose d'unique, de négatif qu'on peut tourner en positif en fait. On s'est vraiment dit : « c'est un truc qui nous tombe dessus, c'est quand même une tragédie, il y a des morts, c'est pas rien, mais à notre échelle on va en faire quelque chose de bien, de chouette ». Et puis ça restera un souvenir gravé dans nos mémoires qui sera plus positif pour nous. » (Victoire)

« On éteignait la TV, on mettait la musique, et on était comme dans notre bulle, on dansait... vraiment on a essayé sincèrement de profiter de cette période. On s'est dit : voilà c'est dramatique ce qu'il se passe mais on va essayer de positiver et d'en tirer le meilleur. » (Laure)

- Faire place à la créativité et à la construction de souvenirs communs a été un moyen pour certaines familles de faire avec cette situation :

« Pour chacun j'avais fait un carnet de confinement pour faire un peu un retour pour les maîtresses [...] je me suis dit que bon ça leur fera aussi un souvenir pour plus tard. » (Agathe)

« On a tourné des films, on a fait des vidéos où mes enfants étaient acteurs, pleins de trucs. [...] L'ennui a laissé la place à une certaine créativité de leur part. Le vide a été créateur de ressources je pense. » (Victoire)

« Ils ont inventé une chanson qu'ils ont mimée et que j'ai filmée, j'ai gardé cette vidéo. Je pense que quand ils seront plus grands le confinement ça va certainement leur rappeler des bons souvenirs puisque c'étaient des moments où l'on était ensemble et on a essayé de créer des jolis souvenirs. » (Laure)

Cette situation a fait émerger chez certains parents, un processus réflexif sur leur existence qui les a menés à reconsidérer leur place dans la société ainsi que leurs priorités. Ils ont envisagé cette situation comme une occasion positive leur offrant la possibilité de redéfinir la suite de leur carrière, et de créer des souvenirs familiaux. Pris dans une période où l'avenir pouvait paraître très incertain, les sujets étaient pourtant relativement tournés vers l'avenir : cela fait écho aux processus de résilience, définis comme « la capacité ou le résultat d'une adaptation réussie à une situation particulière, malgré ses circonstances difficiles ou menaçantes » (Masten et al., 1990), ou plus largement comme un mécanisme inné de rétablissement (Windle, 2011) constituant un système adaptatif (Gauvin-Lepage et al., 2016). Notons qu'il y aurait différentes conditions nécessaires à la définition d'un processus de résilience : une adversité ou un risque significatif, la présence d'éléments ou de ressources pour compenser les effets de l'adversité, ainsi qu'une adaptation positive ou l'évitement d'un résultat négatif (Windle, 2011). Il est ainsi important de prendre en compte le rôle des facteurs de risques et de protection lorsqu'on évoque les processus de résilience (Rutter, 2012) car ils jouent un rôle déterminant dans la capacité des sujets à se sortir ou dépasser l'événement difficile.

3.7. Thème 7 : Laisser place à des changements :

- On remarque dans le discours de certains parents une mise en lumière de ce qu'ils possédaient déjà, comme une prise de conscience :

« C'est comme si ça mettait vraiment en lumière tout ce qu'on avait, et qu'on se disait « on a trop de bol », on a ça et ça, et ça, on s'entend tous bien [...] On s'est rendu compte qu'on est très bien ici. On va améliorer notre maison on ne veut plus déménager, parce qu'on est trop bien là ». (Agathe)

- D'autres évoquent une rupture entre la vie d'avant, et la vie d'après l'apparition du virus :

« Quand tu vois à la télé il y a un an des fêtes, ou des regroupements de personnes [...] où les gens sont tous agglutinés dans des petits espaces vitaux, bah aujourd'hui on a du mal à l'imaginer, et moi ça me frappe, limite ça me fera flipper maintenant, d'aller au stade, d'aller en concert ou autre, je ferai attention. Avant je me posais pas de questions, je n'y pensais pas. Je pense que ça va changer, vraiment. » (Bruno)

- Une réorganisation s'est opérée dans leur dynamique familiale durant le confinement, et a tendance à perdurer :

« Après avec les enfants, je suis plus restée dans une dynamique de faire des bricolages, des choses ensemble, on récupère pour faire des petits trucs... Ça, c'est la chose qui a changé. » (Agathe)

« Mais aussi si je peux parler d'un changement qui pour moi est positif : ils se sont beaucoup rapprochés tous les deux, ils ont beaucoup plus joué ensemble euh... un peu main dans la main [...] ça m'a fait prendre conscience que dans un idéal de vie j'aimerais passer plus de temps avec mes enfants. » (Victoire)

« Je me sens encore plus détendu avec mes enfants. Après il y a des trucs sur lesquels avant j'aurais été plus ferme et là j'ai lâché prise sur certains sujets [...] on a demandé aux enfants de mettre la main à la pâte. Ils étaient un peu trop assistés et comptaient un peu trop sur nous. C'était l'occasion de les laisser grandir, pas qu'on les laissait pas grandir, mais que dans une vie quotidienne sans avoir ce temps entre parenthèses on est toujours pris par le temps. » (Olivier)

- Ces changements s'inscrivent aussi dans leurs modes de consommation :

« Ça nous a fait aussi davantage réfléchir sur nos modes de consommation. On n'est pas non plus des acharnés de l'achat mais on s'est rendu compte aussi qu'on était plutôt sur des éléments restreints et c'est pas pour autant qu'on vivait moins bien ». (Olivier)

Tout en se tournant vers l'avenir, ces parents évoquent d'ores et déjà les changements que le virus de la COVID-19 et le confinement ont pu entraîner dans leurs vies. Ces changements se situent aussi bien dans leurs modes de consommation, que dans l'organisation de leur famille et de leur vie quotidienne. Se dégage aussi de leurs discours une forme de changement dans la manière de se représenter leur vie dans son ensemble, d'une part en évoquant ce qui a changé dans leur vie, et d'autre part en portant un regard différent sur leur situation.

3.8. Récit interprétatif

Il émane des récits des parents interrogés une certaine homogénéité quant à leur expérience du confinement. À l'annonce des mesures, il est apparu comme une nécessité pour eux de faire preuve d'une organisation de leur vie familiale, qui était étayée par la mise en place d'une routine favorisant la stabilité de tous les membres de la famille. Cette routine venait jouer un rôle de réassurance, apparaissant comme motivante et presque vitale pour certains parents (thème n°1). Se comparer aux « autres » est une stratégie qui a été appliquée à différents domaines de la vie (professionnelle, logement, situation familiale et maritale) (thème n°3) par les parents. L'ensemble apparaît comme une somme de stratégies d'adaptation de la part des parents pour faire face à la situation. Tous les parents n'ont pas évoqué les mêmes sentiments d'angoisse, de stress, ou encore d'ennui, bien que ces émotions aient été évoquées. Pourtant, la situation de confinement est potentiellement créatrice d'affects négatifs chez les parents, qui pourraient être majorés par des facteurs comme : la durée des mesures, la possibilité de se projeter au sein de la situation, les médias ou encore le manque de liens et de contacts sociaux (thème n°2). Pour les parents qui nous ont fait part de leur expérience, le confinement a été vécu comme un moment à part, une pause au cours d'une vie rythmée par une activité professionnelle prenante. Ils ont souligné le caractère exceptionnel de cette situation, et ont choisi de lui donner du sens : d'une part en considérant cette période comme une occasion de prendre du temps en famille, et d'autre part en en profitant comme d'une opportunité de mener une introspection et une réflexion en phase avec leurs valeurs (thèmes n°5 et 6). Des récits des participants apparaît une forme de résilience, en narrant qu'ils ont fait de cette expérience unique quelque chose de positif au présent. Mais également dans le futur en choisissant de créer des souvenirs familiaux, cela mettant en avant de potentiels facteurs de protection (thème n°4). Cette situation a été créatrice de changements, notamment au niveau des dynamiques familiales, en marquant une rupture entre la vie d'avant et la vie suivant l'apparition du virus. L'ensemble rejoint l'effort de réflexion des sujets concernant leur place dans le monde qui les entoure (thème n°7), notamment avec la notion de « temps » qui occupe une place centrale dans leurs récits : avoir le temps, prendre le temps, passer du temps en famille.

Nous remarquons une chronologie qui englobe les événements relatés dans les récits des parents. Ils évoquent tous le moment de l'annonce des mesures, les semaines qui l'ont suivie et leur organisation, et surtout comment ils les ont vécues. Tous ont cette capacité de mise en récit de leur expérience, et de sa mise en lien avec leur histoire personnelle. Cet événement au caractère marquant est intégré dans la chronologie de leur vie, et transmis par ces parents qui ne sont pas entravés dans leurs capacités d'élaboration. Ils semblent avoir réussi à lui donner du sens dans le parcours de leur vie familiale, ce qui peut être expliquer le vécu davantage positif et adaptatif ressenti et partagé.

4. Discussion

Cette expérience de confinement en famille a été évoquée par les participants comme une opportunité de se recentrer sur ce qui compte réellement pour eux, de passer du temps en famille, de renforcer les liens familiaux et de mener une réflexion sur leur existence.

4.1. *Le vécu des participants—Entre prise de conscience, résilience et réévaluation positive*

Dans l'ensemble, bien que le vécu de chacun des participants soit unique et spécifique, les sujets interrogés ont vécu cette expérience d'une manière relativement positive en comparaison avec les résultats des études quantitatives internationales. En effet, cette expérience s'est présentée à eux comme une opportunité de se recentrer sur ce qui compte fondamentalement à leurs yeux, tout en en profitant pour passer du temps en famille. Des capacités d'adaptation, de résilience, et de rétablissement (Windle, 2011) vis-à-vis de cette situation difficile apparaissent dans le discours des participants. Ces derniers mettent en place des stratégies d'adaptation telles que l'organisation, la création de souvenirs communs, ou encore le mécanisme de comparaison sociale (Festinger, 1954). En effet, ces stratégies viennent potentiellement contrer les effets négatifs pénibles vécus par les parents. Vivre cette épreuve en famille, dans un logement confortable, apparaît comme un facteur de protection pour ces parents qui étaient plus disposés à profiter de cette période pour prendre le temps de la réflexion (thème n°6) et du temps en famille (thème n°4). Cette expérience a également donné suite à des changements dans leur quotidien ainsi que dans leur manière d'appréhender leur existence, en réévaluant positivement une partie de leur expérience. Elle marque une rupture entre la vie d'avant et celle d'après le premier confinement pour ces parents qui n'évoquent pas cet épisode comme quelque chose d'anodin, et qui soulignent son impact au niveau familial mais également à un niveau plus individuel et personnel.

4.2. *Vers un vécu plus universel ?*

Il est intéressant de remarquer que certains éléments de notre analyse rejoignent des éléments issus de l'analyse qualitative des résultats de l'Enquête CONFAMI (Zebdi et al., 2021). En effet, en lien avec le thème n°4 de l'analyse de nos résultats, la majorité des parents interrogés dans le cadre de l'étude CONFAMI ont évoqué le terme de « temps », passé avec eux-mêmes et/ou avec la famille, comme étant un avantage du confinement. Comme évoqué par nos participants, le confinement leur aurait permis d'avoir davantage de temps pour eux-mêmes et de « rompre avec le rythme du quotidien ». Le temps, évoqué comme un gain, coïnciderait avec des émotions positives (ex. rire, joie, amour..) et moins d'émotions négatives, de la même manière qu'évoqué par nos participants dans leurs discours. Les participants de cette enquête ont également évoqué des émotions négatives telles que l'angoisse, l'ennui, ou encore des inquiétudes et du stress (liées à la situation du confinement, aux médias, ou à l'avenir) (Zebdi et al., 2021), en lien avec les discours des participants (thème n°2).

4.3. *Des changements sur le long terme ?*

Le récit de l'expérience du confinement a été recueilli moins d'un an après la fin du premier confinement qui a eu lieu en France entre les mois de mars et de mai 2020. Des effets à plus long terme, y compris dans le processus de création de sens en lien avec cette expérience, pourraient émerger ultérieurement, et cela pourrait faire l'objet d'une autre étude. Les habitudes familiales auraient été modifiées durant la période du premier confinement, au même temps que le rythme de vie. Ces changements pourraient s'être inscrits sur du plus long terme, et pourraient en avoir entraîné d'autres. En effet, cette période de confinement national aurait été suffisamment longue pour favoriser l'installation durable de certains états psychologiques, ou comportements (Tourette-Turgis & Chollier, 2021). Le confinement aurait entraîné un bouleversement dans l'usage et l'occupation du logement, et changé les conditions de vie quotidiennes (Lambert et al., 2020) ; aurait modifié les pratiques exercées autour de la convivialité, et reconfiguré la convivialité intrafamiliale durant le confinement par des formes résilientes (Boutaud, 2020). Lors de précédentes mesures de quarantaine, des auteurs ont relevé une grande prévalence de stress, de colère, de symptômes de détresse, d'insomnie, de dépression, d'épuisement émotionnel, d'irritabilité, de symptômes de stress post-traumatique, de peur, de culpabilité, et certains de ces symptômes persisteraient jusqu'à plusieurs mois après la fin du confinement (Brooks et al., 2020). On observerait chez les personnes présentant une fragilité mentale avant le confinement, un maintien de l'anxiété et de la colère jusqu'à 4 à 6 mois après le confinement, ainsi que des comportements d'évitement des contacts physiques, de la peur des rassemblements ou de

prendre les transports en commun. Un lien pourrait être établi entre les mesures d'isolement, et leur durée, et la présence de symptômes de stress post-traumatique. Un confinement d'une durée supérieure à 10 jours est lié à une prévalence de symptômes d'état de stress post-traumatique plus élevée qu'un confinement d'une durée plus courte (Brooks et al., 2020 ; Hawryluck et al., 2004). Néanmoins, les effets à long terme restent encore très difficiles à évaluer. En effet, depuis le premier confinement du mois de mars 2020, les Français ont été reconfinés à deux reprises et les mesures restrictives pour endiguer la pandémie, sont toujours d'actualité. Cette situation est inédite par le caractère mondial et durable du confinement : celle-ci, diffère des expériences antérieures qui correspondaient davantage à des mises en quarantaine (exemple : SRAS) et qui n'impliquaient pas l'ensemble de la population mondiale. De facto, il y a encore peu de résultats sur les conséquences du confinement à long terme, qu'elles soient psychologiques ou somatiques, sur les individus et les familles.

4.4. Limites

Tout d'abord, la passation des entretiens s'est déroulée entre les mois de février et mai 2021, nous supposons que des effets à plus long terme pourraient émerger et étaient encore difficiles à évaluer au moment de l'étude. Il était toutefois intéressant d'avoir accès au vécu relativement immédiat des participants, car l'objectif ici était de recueillir leur expérience du confinement. En effet, des effets à plus long terme pourraient émerger et faire l'objet de recherches ultérieures ne portant pas sur le vécu immédiat du premier confinement.

Il est important de signaler une autre limite à notre étude, qui réside dans le fait d'avoir recruté les participants par réseau de connaissances, de pair en pair. Ce choix de recrutement se justifie par la difficulté à la sortie du confinement et en période de distanciation sociale d'avoir accès à des participants regroupant les critères d'inclusion requis (parents de deux enfants, etc.), et acceptant de participer à cet entretien au caractère engageant. Le tout dans un temps limité et contraint par le cadre universitaire de la recherche. En effet, bien que le niveau de connaissance ne se situe qu'à partir du deuxième degré (c'est-à-dire à au moins trois niveaux de connaissances), il peut introduire un biais concernant l'homogénéité des participants, induite par ce choix méthodologique discutable.

Nous relevons la présence de cas déviants parmi nos sujets. En effet, deux de nos sujets ont été contraints de télétravailler durant ce premier confinement et ont qualifié leur expérience professionnelle de « pénible » et « compliquée », les obligeant à se relayer afin de s'occuper de leurs enfants. D'autres processus de création de sens liés à leur expérience ont émergé des discours, et cela de manière singulière, comme : la difficulté du télétravail en famille, la peur du virus avec des évitements comportementaux, ou encore l'isolement social, mais n'ont pas été conservés dans la sélection des titres des grands thèmes interprétatifs. Cependant, ces aspects convergent dans le sens du grand thème « affects négatifs » (Thème n°2) par exemple, et ont pu venir jouer un rôle lors de sa définition. Cela nous permet également de déterminer des thématiques émergentes singulières, représentant des pistes d'interprétation supplémentaires. Faire une IPA implique constamment de négocier cette relation entre convergences et divergences, points communs et individualité des éléments constituant les récits (Smith, 2009).

Enfin, le fait de posséder un accès à l'extérieur constituait un critère d'inclusion de notre étude. Ces parents mettent en lien le versant positif qu'ils retiennent de ce premier confinement avec le fait qu'ils possédaient un accès à l'extérieur, nous pouvons alors retenir cette dimension comme une condition facilitatrice, car tous ont évoqué à quel point cela leur a permis de traverser cette période dans de bonnes conditions. Notons qu'en France, « 11 % [des ménages] ne possèdent aucun espace extérieur (jardin privatif ou partagé, cour, balcon, loggia. . .) » (Lambert et al., 2020). De plus, aucun des participants interrogés n'a évoqué de difficultés financières particulières, et tous étaient en couple. Cela leur permettait d'une part une sécurité financière, ainsi qu'un relais parental qui est susceptible d'être amoindri dans le cadre de familles monoparentales, sachant que la coparentalité durant le confinement apparaîtrait comme un facteur crucial qui atténuerait le stress parental (Giannotti et al., 2021). Il est également important de mentionner comme limite que certaines des questions prévues dans le programme d'entretien (Tableau A.1, annexe) ont pu être trop inductives, ce qui aurait pu influencer le discours de certains participants. À titre d'exemple, la relance « Pouvez-vous me raconter une journée typique en famille durant le confinement ? », bien qu'elle pût sous-tendre l'idée de la

mise en place d'une routine, la plupart des participants l'ayant abordée l'avaient fait spontanément avant son utilisation, qui n'a par ailleurs pas eu lieu de manière systématique. De surcroît, cela exige une démarche réflexive quant à la place prépondérante qui est occupée par l'analyste dans l'IPA en lien avec sa subjectivité dans la passation des entretiens et l'interprétation des résultats (Restivo et al., 2018).

4.5. Comment mieux vivre des mesures de confinement en famille ?

Différents auteurs ont proposé des recommandations pour les familles afin de leur permettre de mieux vivre le confinement à savoir : la pratique d'une activité physique (Chen et al., 2020), le maintien d'une routine (Imran et al., 2020 ; Zebdi et al., 2021), la mise en place d'un dialogue ouvert (Liu, 2020 ; Unicef, 2020), le partage d'activités (Jiao et al., 2020). Il y a une résonance entre ce qui dans le discours des participants les a aidés à mieux vivre le confinement, comme la mise en place d'une routine, le partage de moments en famille, et la possibilité d'échanger/de discuter du moment passé ensemble, et les études quantitatives internationales proposant des recommandations. L'Analyse Interprétative Phénoménologique (IPA) étant essentiellement idiosyncrasique, c'est-à-dire se référant à la personnalité psychique d'un individu, elle ne permet pas de formuler des recommandations généralisables. Selon les participants, limiter l'exposition aux écrans, notamment aux informations journalistiques, aurait permis l'éloignement des parents et des enfants, de sources anxiogènes. Un dialogue ouvert et adapté entre les parents et les enfants à propos du virus et de la situation leur a permis d'apaiser leur vécu de l'expérience du confinement en favorisant une communication ouverte. Partager des activités en famille a permis de mieux vivre le confinement commun. La promotion de la résilience psychologique pourrait contribuer à diminuer la détresse émotionnelle pendant les périodes de pandémie et de confinement (Lenzo et al., 2020). Enfin, l'instauration d'une routine familiale a joué un rôle rassurant en rythmant le quotidien. Les parents sont des modèles centraux de comportements pour leurs enfants (Wang, 2020), de bonnes compétences sont fondamentales lorsque les enfants sont confinés à la maison, une compréhension claire de leur rôle est essentielle pour protéger et favoriser la santé globale des enfants (Buheji et al., 2020).

Finalement, cet espace-temps caractérisé par le confinement et occupé par l'ensemble des membres de la famille a permis, lorsqu'il est évoqué par les parents, de recueillir des éléments de son vécu par les enfants. On peut citer de l'ennui, un manque des interactions sociales, ou encore des tensions ou rapprochements entre fratries. Ces éléments pourraient faire l'objet d'une étude complémentaire, dans laquelle des enfants ayant vécu le premier confinement en France seraient interrogés sur leur vécu de celui-ci à distance.

Déclaration de liens d'intérêts

Les auteurs déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts.

Annexe 1.

Tableau A.1 Programme d'entretien

| | |
|--|---|
| Question de recherche sur les effets du confinement | « Vous avez accepté de participer à cet entretien parce que vous avez vécu le premier confinement en famille. Pouvez-vous me parler de ce premier confinement et du premier souvenir que vous en avez ? » |
| Domaine 1 : Effets psychologiques, comportementaux, santé | <p><i>Le premier confinement a-t-il changé votre façon de penser, de vous sentir, ou encore de vous comporter ?</i></p> <p>Instruction possible : et concernant vos enfants ? et concernant votre conjoint(e) ?</p> <p><i>Pensez-vous que votre conjoint(e) a vécu le confinement de la même manière que vous ?</i></p> <p><i>Pouvez-vous me parler de vous aujourd'hui et de ce que vous pensez ou ressentez ?</i></p> <p>Instruction possible : comment vous vous sentez ? comment vous vous décrieriez ?</p> <p><i>Comment vos enfants se sont sentis par rapport à cette situation particulière ?</i></p> <p>Instruction possible : avez-vous perçu des changements chez eux ? Des sentiments inhabituels ?</p> <p><i>Pensez-vous que le confinement vous a changé(e) vous, ou les membres de votre famille ?</i></p> |

Domaine 2 : Incidence sur la famille (perturbations, interactions)

Pouvez-vous me raconter une journée typique en famille durant le confinement ?
 Instruction possible : par quoi commençait la journée ? vos petites habitudes ?
 Avez-vous perçu un changement dans vos relations avec vos enfants durant ce premier confinement ?

Instruction possible : au niveau des interactions par exemple ?

Comment selon vous vos enfants percevaient votre vécu du confinement ?

Comment sont les choses au sein de votre famille depuis cet épisode de confinement ?

Domaine 3 :**Solutions (activités, communications, etc.)**

Pour vous, quelle était la pire ou les pires chose(s) concernant le confinement que vous avez vécu ?

Pour vous, quelle était la meilleure ou les meilleures choses(s) concernant le confinement que vous avez vécu ?

Pouvez-vous me dire ce qui fait partie des choses qui vous ont aidés vous et votre famille à mieux vivre le confinement ?

Voyez-vous quelque chose qui aurait permis de mieux vivre le confinement ?

Pourquoi ?

Comment ?

Pouvez-vous m'en dire plus à propos de ça ?

Dites-moi ce que vous pensiez ?

Comment vous vous sentiez ?

Annexe 2.

Tableau A.2. Procédure de la formulation des thèmes et sous-thèmes (étape 4 de l'analyse IPA)

| Phases | Descriptif |
|--|--|
| Phase 1 : Relecture des thèmes émergents lors de l'étape 3 (développement de thèmes émergents) | Regroupement des éléments grâce aux annotations et aux commentaires produits lors de l'étape 3 Les éléments pertinents relevés et formant l'essence du discours du participant sont regroupés sous forme de clusters, par exemple : <i>situation angoissante et anormale, période positive, bulle et espace-temps agréable, peur du virus</i> Nous reconsidérons ces thèmes et écartons ceux qui sont trop éloignés du sujet de la recherche |
| Phase 2 : Mise en lien des thèmes émergents | Recherche de liens entre les thèmes émergents à partir du discours des cinq sujets Regroupement de ces thèmes émergents sous forme de clusters, par exemple : <i>cluster A-La peur du virus et affects négatifs, cluster B- Être dans une bulle familiale</i> |
| Phase 3 : Nommer les clusters | Une fois les clusters formés ils sont nommés à partir des éléments phénoménologiques (thèmes émergents) le constituant |
| Phase 4 : Thèmes et Sous-thèmes | Les clusters nommés forment à présent les thèmes présentés dans les résultats : ils sont décomposés en sept thèmes différents, par exemple : <i>La pandémie et ses conséquences sont angoissantes et s'accompagnent d'affects négatifs</i> Ces thèmes sont eux-même divisés en sous-thèmes formant des regroupements de thèmes émergents et permettant de comprendre le processus de création d'un thème. |
| Phase 5 : Rédaction | Rédaction des thèmes et sous-thèmes accompagnés de verbatims pour permettre d'accéder à l'essence du discours. |

Références

- Berthomier, N., & Octobre, S. (2020). Loisirs des enfants de 9 ans en situation de confinement au printemps 2020. *Culture études*, 5(5), 1. <https://doi.org/10.3917/cule.205.0001>
- Boutaud, J.-J. (2020). *Les formes résilientes de la convivialité en confinement* (13).
- Bowlby, J. (1979). The bowly-ainsworth attachment theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 2(4).
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920.
- Buheji, M., Hassani, A., Ebrahim, A., da Costa Cunha, K., Jahrami, H., Baloshi, M., & Hubail, S. (2020). Children and Coping During COVID-19: A Scoping Review of Bio-Psycho-Social Factors. *International Journal of Applied Psychology*, 10(1), 8–15. <https://doi.org/10.5923/j.ijap.20201001.02>
- Cava, M. A., Fay, K. E., Beanlands, H. J., McCay, E. A., & Wignall, R. (2005). The Experience of Quarantine for Individuals Affected by SARS in Toronto. *Public Health Nursing*, 22(5), 398–406. <https://doi.org/10.1111/j.0737-1209.2005.220504.x>
- Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E., & Li, F. (2020). Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *Journal of Sport and Health Science*, 9(2), 103–104. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2020.02.001>
- Clark, H., Coll-Seck, A. M., Banerjee, A., Peterson, S., Dalgligh, S. L., Ameratunga, S., Balabanova, D., Bhutta, Z. A., Borrazzo, J., Claeson, M., Doherty, T., El-Jardali, F., George, A. S., Gichaga, A., Gram, L., Hipgrave, D. B., Kwamie, A., Meng, Q., Mercer, R., & Costello, A. (2020). After COVID-19, a future for the world's children? *The Lancet*, 396(10247), 298–300. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)31481-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)31481-1)

- Dalton, L., Rapa, E., & Stein, A. (2020). Protecting the psychological health of children through effective communication about COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(5), 346–347. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30097-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30097-3)
- DiCorcia, J. A., & Tronick, E. D. (2011). Quotidian resilience: Exploring mechanisms that drive resilience from a perspective of everyday stress and coping. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 35(7), 1593–1602.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117–140.
- Flahault, C., Dolbeault, S., Sankey, C., & Fasse, L. (2018). Understanding grief in children who have lost a parent with cancer: How do they give meaning to this experience? *Results of an interpretative phenomenological analysis. Death Studies*, 42(8), 483–490. <https://doi.org/10.1080/07481187.2017.1383951>
- García Ron, A., & Cuéllar-Flores, I. (2020). Impacto psicológico del confinamiento en la población infantil y como miti-gar sus efectos: revisión rápida de la evidencia. *An Pediatr (Barc)*, 2020 <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2020.04.015>
- Gauvin-Lepage, J., Lefebvre, H., & Malo, D. (2016). La résilience familiale: Essai de définition à partir d'une perspective humaniste. *Revue québécoise de psychologie*, 37(2), 197–213. <https://doi.org/10.7202/1040043ar>
- Gedda, M. (2015). Traduction française des lignes directrices COREQ pour l'écriture et la lecture des rapports de recherche qualitative. *Kinésithérapie, la revue*, 15(157), 50–54.
- Giannotti, M., Mazzoni, N., Benvenuto, A., Venuti, P., & de Falco, S. (2021). Family adjustment to COVID-19 lockdown in Italy: Parental stress, coparenting, and child externalizing behavior. *Family Process*, 00, 1–19. <https://doi.org/10.1111/famp.12686>
- Guan, H., Okely, A. D., Aguilar-Farías, N., del Pozo Cruz, B., Draper, C. E., El Hamdouchi, A., Florindo, A. A., Jáuregui, A., Katzmarzyk, P. T., Kontsevaya, A., Löf, M., Park, W., Reilly, J. J., Sharma, D., Tremblay, M. S., & Veldman, S. L. C. (2020). Promoting healthy movement behaviours among children during the COVID-19 pandemic. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(6), 416–418. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30131-0](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30131-0)
- Guessoum, S. B., Lachal, J., Radjack, R., Carretier, E., Minassian, S., Benoit, L., & Moro, M. R. (2020). Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry research*, 291, Article 113264 <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113264>
- Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M., & Krustup, P. (2020). Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): Specific recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure*, 1–6. <https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1757494>
- Hawrylyuk, L., Gold, W. L., Robinson, S., Pogorski, S., Galea, S., & Styra, R. (2004). SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *Emerg Infect Dis*, 10, 1206–1212.
- Imran, N., Zeshan, M., & Pervaiz, Z. (2020). Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic. *Pakistan journal of medical sciences*, 36, S67.
- Insee. (2016). *RP1975 et RP1982 sondages au 1/20 - RP1990 sondage au 1/4 - RP1999 à RP2016 exploitations complémentaires*.
- Jacobson, R. (2020). *Supporting kids during the coronavirus crisis* (3).
- Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M., & Somekh, E. (2020). Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic. *The Journal of Pediatrics*, 221 <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013>, 264–266.e1
- Kohn, L., & Christiaens, W. (2014). Les méthodes de recherches qualitatives dans la recherche en soins de santé: apports et croyances. *Reflets et perspectives de la vie économique*, LIII, 67–82. <https://doi.org/10.3917/rpvpe.534.0067>
- Lambert, A., Cayouette-Remblière, J., Guéreau, E., Bonvalet, C., Girard, V., Le Roux, G., & Langlois, L. (2020). *Logement, travail, voisinage et conditions de vie : Ce que le confinement a changé pour les Français (CORonavirus et CONfinement Enquête Longitudinale (COCONEL))*. Institut national d'études démographiques (INED).
- Lenzo, V., Quattropiani, M. C., Musetti, A., Zenesini, C., Freda, M. F., Lemmo, D., et al. (2020). Resilience Contributes to Low Emotional Impact of the COVID-19. *Outbreak Among the General Population in Italy. Front Psychol*, 11, 576485. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.576485>
- Liu, J. J., Bao, Y., Huang, X., Shi, J., & Lu, L. (2020). Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4, 347–349.
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: contributions from the study of 16 Gill Windle children who overcome adversity. *Dev Psychopathol*, 2, 425–444.
- Meherali, S., Punjani, N., Louie-Poon, S., Abdul Rahim, K., Das, J. K., Salam, R. A., & Lassi, Z. S. (2021). Mental health of children and adolescents amid COVID-19 and past pandemics: A rapid systematic review. *Int J Environ Res Public Health*, 18(7), 3432. <https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3390/ijerph18073432>
- Mengin, A., Allé, M. C., Rolling, J., Ligier, F., Schroder, C., Lalanne, L., Berna, F., Jardri, R., Vaiva, G., Geoffroy, P. A., Brunault, P., Thibaut, F., Chevance, A., & Giersch, A. (2020). Conséquences psychopathologiques du confinement. *L'Encéphale*, 46(3) <https://doi.org/10.1016/j.encep.2020.04.007>. S43–S52
- Orgillés, M., Morales, A., Delvecchio, E., Mazzechi, C., & Espada, J. P. (2020). Immediate psychological effects of the COVID-19 Quarantine in youth From Italy and Spain. *Frontiers in Psychology*, 11, 579038. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.579038>
- Panda, P. K., Gupta, J., Chowdhury, S. R., Kumar, R., Meena, A. K., Madaan, P., Sharawat, I. K., & Gulati, S. (2021). Psychological and behavioral impact of lockdown and quarantine measures for COVID-19 pandemic on children, adolescents and caregivers: A systematic review and meta-analysis. *J Trop Pediatr*, 67(1), fmaa122. <https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.1093/tropej/fmaa122>
- Pisano, L., Galimi, D., & Cerniglia, L. (2020). A qualitative report on exploratory data on the possible emotional/behavioral correlates of Covid-19 lockdown in 4–10 years children in Italy. [Preprint]. *PsyArXiv*, <https://doi.org/10.31234/osf.io/stwbn>
- Restivo, L., Julian-Reynier, C., & Apostolidis, T. (2018). Pratiquer l'analyse interprétative phénoménologique : Intérêts et illustration dans le cadre de l'enquête psychosociale par entretiens de recherche. *Pratiques Psychologiques*, 24(4), 427–449. <https://doi.org/10.1016/j.prps.2017.12.001>
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and psychopathology*, 24(2), 335–344.
- Singh, S., Roy, D., Sinha, K., Parveen, S., Sharma, G., & Joshi, G. (2020). Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations. *Psychiatry Res*, 293, 113429. <https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.1016/j.psychres.2020.113429>
- Smith, J. A., Flower, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research* (6) <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14780880903340091>

- Śniadach, J., Szymkowiak, S., Osip, P., & Waszkiewicz, N. (2021). Increased depression and anxiety disorders during the COVID-19 pandemic in children and adolescents: A literature review. *Life (Basel)*, *11*(11), 1188. <https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3390/life11111188>
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA). (2020). *Intimate Partner Violence and Child Abuse Considerations During COVID-19*. (p. 4). <https://www.samhsa.gov/sites/default/files/social-distancing-domestic-violence.pdf>
- Thierry, X., Geay, B., Pailh , A., Berthomier, N., Camus, J., Cauchi-Duval, N., Lano , J.-L., Octobre, S., Pagis, J., Panico, L., Sim on, T., Solaz, A., & Sapis. (2021). Les enfants   l' preuve du premier confinement. *Population & Soci t s*, *58*(1), 1. <https://doi.org/10.3917/popsoc.585.0001>
- Tiwari, G. K., Singh, A. K., Parihar, P., Pandey, R., Sharma, D. N., & Rai, P. K. (2020). *Understanding the perceived health outcomes of children during COVID-19 pandemic*. <https://doi.org/10.22541/au.158958012.27449923> [Preprint] Preprints
- Tong, A., Sainsbury, P., & Craig, J. (2007). Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): A 32-item checklist for interviews and focus groups. *International Journal for Quality in Health Care*, *19*(6), 349–357. <https://doi.org/10.1093/intqhc/mzm042>
- Tourette-Turgis, C., & Chollier, M. (2021). Modifications des modes de vie et impact psychosocial du confinement li    la COVID-19. *M decine des Maladies M taboliques*, *15*(1), 40–44. <https://doi.org/10.1016/j.mmm.2020.12.006>
- Tufford, L., & Newman, P. (2010). Bracketing in qualitative social work. *Qualitative Social Work*, *11*, 80–96.
- Unicef. (2020). *Key Messages and Actions for COVID-19 Prevention and Control in Schools*. pp. 13.
- United Nations. (2020). *Policy Brief: The Impact of COVID-19 on children*. pp. 17.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- Wang, G. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *395*, 3.
- Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in clinical gerontology*, *21*(2), 152–169.
- Zebdi, R., Plateau, E., Delalandre, A., Vanwalleghe, S., Chahed, M., Hentati, Y., Chaudoye, G., Moreau, E., & Lignier, B. (2021). Effets du confinement durant l' pid mie de la COVID19 sur la vie de famille. *L'Enc phale*. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2021.06.02>