



Que Dire Aux Enfants ?

Guide parental pour parler aux enfants de
la séparation et du divorce ©



International
Academy of
Family Lawyers

Your Logo

Your company details

If you purchase 100 or more copies of this booklet, you can have your logo and company details imprinted here.

Que Dire Aux Enfants ?

Guide parental pour parler aux enfants de la séparation et du divorce ©

Ce livret a été établi par l'Académie internationale des avocats de la famille (IAFL) pour aider les familles qui se posent des questions juridiques

CONNECTING COLLEAGUES

CULTIVATING KNOWLEDGE

CREATING SOLUTIONS

IAFL est une association mondiale d'avocats praticiens, reconnus par leurs pairs comme les plus expérimentés et les meilleurs des spécialistes en droit de la famille dans leur pays respectif.

L'association américaine des avocats de la famille (AAML) a créé cet ouvrage en 2009 et a donné l'autorisation de le réimprimer dans différentes langues à IAFL. Pour toute information sur l'AAML allez sur www.aaml.org.



QUE DIRE AUX ENFANTS ?

Guide parental pour parler aux enfants de la séparation et du divorce

©2009 AMERICAN ACADEMY OF MATRIMONIAL LAWYERS
150 North Michigan Avenue, Suite 2050
Chicago, Illinois 60601, USA

Réimpression par autorisation consentie à IAFL

International Academy of Family Lawyers
Tel : +44 1245 380010
E-mail : donna.goddard@iafl.com
www.iafl.com

Ce livret a pour but d'aider les parents à guider leurs enfants à travers la difficile transition de la séparation ou du divorce. Les éléments présentés n'ont pour but que de servir de guide aux parents pour parler avec leurs enfants de la séparation et du divorce. Aucune information qui y est contenue ne doit être considérée comme un avis juridique ou comme un élément constitutif de la relation avocat/client. Les suggestions formulées dans ce livret ne sont ni un substitut à un avis juridique ni une consultation de santé mentale. Afin de répondre à des questions juridiques spécifiques, il convient de rechercher l'avis d'un spécialiste.

Introduction



Lorsque les parents vont se séparer, la meilleure chose à faire est de préparer les enfants et adolescents à ce qui va arriver. Peu de parents se préparent à cette importante discussion, encore moins ensemble, et la plupart des parents n'en disent pas assez lorsqu'ils parlent aux enfants de la séparation.

Ce petit livre a pour objet d'aider les parents à penser et à réussir cette tâche difficile : que dire aux enfants lorsque vous vous séparez.

La séparation est un événement central, souvent primordial, pour la plupart des enfants, que vous divorciez ou mettiez fin à une relation longue ou brève. Ce livret vous donnera quelques idées sur ce que l'enfant a besoin d'entendre, sur ce que vous devez vous préparer à leur dire et sur la façon de parler la séparation, de gérer les émotions de vos enfants et les vôtres. Il vous alertera également sur les commentaires moins utiles et parfois dommageables pour les enfants qui sont la conséquence des conflits parentaux, de la colère et du désappointement.

Le but principal de ce petit livre est de vous rendre les discussions avec vos enfants sur la séparation un peu plus faciles, afin de mieux les aider et leur expliquer. Ceci afin d'améliorer pour vos enfants la gestion du stress et des difficultés liées à la séparation.

Vous verrez qu'il existe neuf parties dans ce petit livre. Il serait bien évidemment préférable pour vous et l'autre parent de lire la totalité, mais, si vous n'avez pas le temps, ou que vous souhaitez une aide immédiate sur un sujet particulier immédiatement, chaque partie est listée ici pour y accéder rapidement.



« Les enfants sont un message vivant que nous adressons à un temps que nous ne verrons pas »

— JOHN W. WHITEHEAD

TABLE DES MATIÈRES



| | PAGE |
|---|--|
| 1 | Pourquoi est-il important de parler maintenant à vos enfants ?..... 1 |
| 2 | Pourquoi les parents ont-ils tant de difficultés à en parler à leurs enfants ? 3 |
| 3 | Comment se préparer à parler de la séparation aux enfants ? 5 |
| 4 | Ce qu'il faut prendre en compte pour parler à vos enfants de la séparation.10 |
| 5 | Qu'est-ce que les enfants et adolescents ont besoin de savoir et comment le leur dire ?..... 12 |
| 6 | Ce qu'il faut dire aux enfants sur les raisons de votre séparation..... 15 |
| 7 | Gérer vos émotions et celles de vos enfants 18 |
| 8 | Cas particuliers : violence, abus et maladies mentales..... 22 |
| 9 | Où trouver de l'aide 25 |