

## Parents séparés

Une séparation est toujours un passage difficile pour les enfants. Des points d'attention ont cependant été mis en exergue par les psychologues.

1. Être disponible pour son enfant. Toute séparation a un impact sur les enfants. Il est nécessaire de donner du temps à chacun d'eux.
2. Dire humblement la vérité à l'enfant et le rassurer. « Ta maman et moi avons décidé de nous séparer. En voici les raisons. (...) Tu resteras toujours notre enfant bien-aimé et ne seras pas abandonné. Nous allons régler au mieux les nouvelles questions qui se présenteront à toi. »
3. Inviter son enfant à s'exprimer. Il doit pouvoir mettre lui-même des mots sur les événements, les émotions qui le touchent et poser ses questions.
4. Lutter contre la culpabilité de l'enfant. Il se sent souvent responsable de la séparation de ses parents. Il cherchera à devenir irréprochable pour que ses parents se remettent ensemble. Ou, au contraire, commettre les pires bêtises pour les contraindre à se parler.
5. Accorder à son enfant sa place d'enfant. L'accabler de confidences, le charger de la gestion de la maison, en faire son nouveau partenaire de tendresse, voler son temps de jeu sont des signes de dérapage. Inversement, le considérer comme encombrant et le délaisser n'est pas mieux.
6. Respecter le conjoint séparé. Pour un enfant, un père reste un père ; une mère demeure une mère. Ce sont des personnes à respecter, même si l'on n'est pas d'accord avec tous leurs actes. Une attitude négative et critique du partenaire pousse l'enfant dans un conflit douloureux de loyauté.
7. Rechercher une certaine concordance éducative entre parents. La séparation est le fruit d'une accumulation de conflits, d'absences, de non-dits, d'offenses mutuelles. Des normes éducatives semblables et des valeurs spirituelles acceptées entre les ex-conjoints s'avèrent nécessaires pour permettre à l'enfant de se structurer.

En conclusion : il n'y a pas de parents ni d'enfants parfaits. Il revient à chacun de tracer son propre chemin dans les tourbillons lumineux et obscurs de son histoire familiale.