



## SÉPARATION DES PARENTS

### *Je veux mon pull qui est chez papa...*

Séparation. Divorce. On a essayé, on a épuisé toutes nos ressources, on ne peut plus rester ensemble. Comment aider les enfants à affronter cette épreuve ? « Composez du sur mesure ! », encouragent Claire Wiewauters et Monique van Eyken dans le livre *Une semaine chez Papa, une semaine chez Maman*. Car aucune solution standard ne saurait être parfaite et immuable.

Ne dites plus « garde », dites « hébergement ». Sans que cela change grand-chose aux conséquences sur la vie de famille : elle est totalement chamboulée. Et pour les enfants, il faut le répéter : ils vivent un choc, une perte, l'une des plus grandes douleurs, qui peut être équivalente à celle ressentie lors d'un décès.

En Belgique, depuis 2006, en cas d'autorité parentale conjointe, si un des parents en fait la demande, la priorité est donnée à l'hébergement égalitaire, la fameuse « garde alternée », sauf dans le cas où celle-ci serait reconnue par le juge comme étant néfaste pour le développement des enfants. Dans des circonstances exceptionnelles cependant, comme le très jeune âge des enfants, le juge peut décider d'une modalité adaptée, qui sera progressive et graduelle.

#### **Le grand tremblement**

Claire Wiewauters est psychotérapeute et pédagogue à l'Institut Supérieur pour les Sciences de la Famille/Odisee. Dans son cabinet, elle reçoit des enfants, des parents, des familles confrontées aux séparations. Sa priorité : aider les enfants et leurs parents à en surmonter les difficultés. Le livre a été rédigé dans cette optique, avec l'appui de Monique Van Eyken, médiatrice et enseignante en médiation familiale à la KU Leuven.

« Ces situations demandent que l'on considère avec un soin tout particulier les besoins des enfants. Aujourd'hui, rares sont ceux qui n'ont aucun camarade dont les parents sont séparés ou divorcés, tous connaissent des familles solos ou recomposées. Cependant, ils restent convaincus que cela ne leur arrivera jamais, même quand les disputes sont quotidiennes. Et bien des parents imaginent que lorsqu'ils parviennent à divorcer sans trop de conflits, leurs enfants ne sont pas trop affectés. Les enfants souffrent toujours. Toute leur sécurité et leur confiance dépendent du cocon familial, leur base, leur ancre. Il est important que les parents, la famille et l'école sachent comment leur venir en aide. »

Mieux vaut se préparer émotionnellement à annoncer cette mauvaise nouvelle aux enfants, conseille Claire Wiewauters. « Je dirais aux parents qu'ils doivent les informer de la situation et de ce qui va arriver, des arrangements prévus. L'enfant est inquiet, il sent la confusion, il faut être honnête avec lui. Les parents souffrent terriblement, mais doivent éviter de tergiverser : il est préférable d'aller droit au but, avec des paroles adaptées à l'âge de chacun. Dire pourquoi on se sépare, garantir la constance de leur amour, les rassurer du fait qu'ils ne sont en rien responsables, que la décision est définitive, mais qu'ils peuvent poser toutes les questions qu'ils souhaitent et, surtout, qu'ils seront informés de ce qui va se passer ensuite, et qu'ils seront écoutés ».

#### **Chez qui on va habiter ?**

Car leur chez-eux est éclaté, avec désormais deux lieux de vie bien distincts. Vous devrez arrêter une convention, qui va établir l'autorité parentale (conjointe, exclusive ou sur mesure) et fixer la



répartition des frais (en fonction des capacités financières de chacun). Les enfants s'inquiètent principalement de la suite, de l'organisation : l'endroit où ils vont vivre, quand ils y seront et pour combien de temps.

Leurs interrogations ? Comment vont se dérouler les week-ends et les vacances scolaires ? Avec qui fêter les réveillons, les anniversaires et autres célébrations ? Qui les conduira au foot, à la natation ou chez les scouts ? Continueront-ils à voir leurs grands-parents, leurs amis ? Devront-ils changer d'école ? Bref : quel sera le régime de résidence ?

Ce point sera crucial dans la convention parentale. Il est possible de s'entendre à l'amiable, d'être créatifs et, si vous le souhaitez, de passer devant une autorité compétente pour enregistrer vos décisions. Quand on n'y arrive pas, s'en référer à des avocats et déléguer la décision à un juge du tribunal de la famille, qui statuera dans le meilleur intérêt des enfants et en tenant compte de leur droit à garder le contact avec les deux parents.

### **Pensez médiation**

Pour la loi, les parents sont également importants pour le développement de leurs enfants. Il faut être très attentif, recommande Claire Wiewauters, car le meilleur régime d'hébergement est d'abord celui qui peut donner à l'enfant une structure rassurante et permettre la meilleure disponibilité de ses parents.

« Il faut rester souple et envisager plusieurs scénarios, l'essentiel étant de ne pas se laisser imposer l'hébergement égalitaire par le juge parce que les parents ne parviennent pas à se mettre d'accord, ce qui arrive souvent. Or, le régime d'hébergement ne peut pas être un indicateur de la qualité de 'bon parent' ! Le meilleur choix tient compte des besoins des enfants et se mesure à la qualité et non à la quantité des contacts. Surtout, n'hésitez pas à faire appel à un médiateur, il vous aidera à éviter bien des écueils. »

### **Soins partagés valent mieux que garde alternée**

L'hébergement égalitaire ne convient pas à tous les enfants : il faut considérer leur âge, l'organisation de leur vie, leurs activités, l'éloignement géographique éventuel, etc. « Il peut arriver que l'enfant soit 9 jours chez l'un, 5 jour chez l'autre, ou tout autre arrangement, précise la psychologue. L'essentiel est qu'il puisse avoir une bonne relation avec chacun de ses parents. Mieux vaut des soins partagés qu'une garde alternée, car chaque âge et chaque situation demande une adaptation. Nous encourageons les parents à écouter les enfants, à entendre leur opinion. Mais leur offrir un nid sûr, c'est savoir prendre une décision claire et être en mesure de la motiver, même si elle est différente de ce qu'ils auraient souhaité. Le fait d'avoir été entendus, d'avoir pu exprimer leurs désirs, leurs frustrations, leurs préférences les aident déjà à s'adapter à la nouvelle situation ».

Aya Kasasa

## **EN PRATIQUE**

### **Quel mode de garde pour quel âge ?**

Claire Wiewauters et Monique Van Eyken se basent sur les études récentes, les connaissances actuelles et les expériences des parents pour proposer un canevas général, avec une préférence pour un hébergement fixe en dessous de 3 ans.

*Moins de 9 mois : rétablir et consolider son sentiment de sécurité et sa confiance.*

O Maintenez un bon contact entre le bébé et ses deux parents, par des visites fréquentes, en respectant ses rythmes de vie.

O Assurez-lui un environnement stable, avec des horaires structurés et des affaires familiales.



O Informez-vous de son évolution en tenant un carnet de bord.

*De 18 mois à 3 ans : rester vigilant à son sentiment d'attachement*

- O La notion du temps est importante : les tout-petits ne sont pas prêts à alterner les semaines.
- O Maintenir l'image de l'autre parent, en exposant une photo par exemple.
- O Emporter ses objets transitionnels lorsqu'il dort chez l'autre parent.

*De 3 à 5 ans : vous pouvez envisager la garde alternée*

- O Allongez progressivement les périodes d'alternance.
- O Réalisez un calendrier de garde que vous tiendrez à jour ensemble.
- O Transmettez les doudous et autres objets transitionnels.

*De 6 à 12 ans : soyez créatifs*

- O Les écoliers peuvent supporter des périodes de séparation plus longues.
- O N'hésitez pas à prévoir de courts moments de contact avec l'autre parent, par exemple pour l'accompagner à une activité.
- O Permettez-lui de contacter l'autre parent pendant votre semaine.

*De 13 à 16 ans : amis et activités, l'alternance complique leur vie*

- O Leurs lieux de vie deviennent une prolongation d'eux-mêmes : ils ont besoin de leurs refuges.
- O Restez à l'écoute et impliquez le jeune ado dans l'éventuelle adaptation du mode de garde.
- O N'hésitez pas à planifier des moments à partager avec lui.

*De 16 à 18 ans : dialogue et négociation*

- O Le grand ado a tendance à fixer lui-même les modalités d'alternance : écoutez-le.
- O Cherchez l'équilibre : avec l'autre parent, exprimez vos limites et vos désirs.
- O Motivez-le à être présent, notamment avec les plus jeunes, s'il a des frères et sœurs.

### Ressources

- Démarches, points pratiques, organisation : la Fondation Roi Baudouin et la Fédération Royale du Notariat belge ont publié une brochure rédigée par Virginie De Potter, *Séparés du jour au lendemain, que faire ?*
- Aide pré-judiciaire, médiation et lieux de visites : infos auprès des centres de planning familial.
- Une semaine chez Papa, une semaine chez Maman par Claire Wiewauters et Monique van Eyken (De Boeck).
- Séparation, divorce. Comment accompagner l'enfant par Amandine Langevin (Enrick).

### ILS EN PARLENT

#### Tensions, mais communication

*« Il était hors de question pour nous d'aller devant les tribunaux pour une question d'hébergement : nous avons mis en place une garde alternée égalitaire, une semaine sur deux. C'était quand même assez tendu entre nous : pour éviter de nous croiser, ce qui restait douloureux au début, nous avons décidé que les déménagements se feraient le vendredi, après l'école. Ils sont ados maintenant : ils passent chez l'un ou chez l'autre quand ils en ont besoin, nous mettons tout en œuvre pour leur faciliter les déplacements. »*

Marie, maman d'Alizée et Georg, 16 et 19 ans

#### Adaptation facile



*« Je me suis toujours occupé des enfants, je n'ai pas eu de problèmes à m'adapter à la garde alternée. En plus, j'ai la chance d'avoir de l'aide de ma famille, et mes amies m'admirent ! »*

Fred, papa de Marine, Hector et Amélie, 8, 10 et 14 ans

### **Tout en double**

*« J'avais très mal, au début, quand ma fille était chez son père. Je ressentais une énorme culpabilité, une profonde impression de la trahir. Le plus difficile, c'étaient les modalités pratiques. On avait tendance à se disputer pour les affaires, les habits. Très vite, j'ai décidé que chacun aurait des vêtements à son domicile, ce qui a permis d'évacuer des échanges stériles sur les chaussons et les pyjamas ! Le bon côté des choses, quand la colère et la frustration passent, c'est d'avoir du temps à soi. On réorganise sa vie, on peut se lancer dans de nouvelles activités. »*

Oumou, maman de Safia, 10 ans

Publié le 7 février 2018 et mis à jour le 5 février 2018

Paru dans le Ligneur des parents du 7 février 2018