

Dr Patrick TERRIER
Spécialiste FMH en pédiatrie
2800 Delémont

Chers parents,

Ces quelques conseils n'ont pour unique but que d'aider votre enfant à vivre au mieux votre séparation, et plus particulièrement les visites chez l'un ou l'autre d'entre vous.

Conseils à l'adresse du parent séparé n'ayant pas la garde parentale

En présence de l'enfant, évitez d'émettre toute réflexion négative à l'encontre du parent ayant obtenu sa garde. Evitez aussi toute question qui pourrait être interprétée par l'autre partie comme une tentative d'obtenir des renseignements à son sujet.

Vos cadeaux doivent rester en juste proportion avec les cadeaux donnés par l'autre parent. Pour des cadeaux conséquents, mettez-vous d'accord avec l'autre partie. Lorsque la séparation est difficile, des petits cadeaux que l'enfant pourra ouvrir une fois rentré à la maison peuvent se révéler utiles.

En période difficile, les visites peuvent être organisées de telle façon à ce que d'autres personnes, connues de l'enfant (peut être des enfants du même âge) soient également présentes (par exemple sous forme de "goûters" ou d'activités communes...).

Lors des visites, et dans la mesure de votre possible, consacrez-vous vraiment à votre enfant, ne le confiez pas à de tierces personnes pendant la plus grande partie du temps.

Il est important de ne pas confondre « droit de visite » avec « pension alimentaire ». Il est possible qu'à un moment ou un autre votre enfant aura du mal à venir avec vous. Même si cette situation est difficile à accepter, ne menacez pas de couper la pension alimentaire pour tout autant.

En présence de l'enfant et lors de vos rencontres avec l'autre parent, tenez-vous en absolument aux règles élémentaires de courtoisie et de savoir-vivre que vous appliqueriez lors de toute rencontre avec un autre adulte.

Conseils à l'adresse du parent séparé ayant la garde parentale

Il est important que vous expliquiez clairement à votre enfant que vous êtes d'accord avec la visite qu'il va faire à l'autre parent. Ces visites devraient être considérées comme des événements tout à fait normaux et évidents ; ne faites pas trop de commentaires à leur sujet.

Evitez de proposer à votre enfant des activités ludiques juste au moment des droits de visite.

Dans la mesure du possible, il vaudrait mieux éviter de changer les dates qui ont été préalablement convenues.

Ne discréditez par l'autre parent, évitez tout commentaire défavorable devant l'enfant. Il n'est pas bon de questionner votre enfant à son retour. Laissez-lui la liberté de raconter ce qu'il veut.

Tachez de ne pas accorder trop d'importance à l'agitation éventuelle et aux troubles suivant les visites chez l'autre parent ; ils disparaissent souvent d'eux-mêmes.

En présence de l'enfant et lors de vos rencontres avec l'autre parent, tenez-vous en absolument aux règles élémentaires de courtoisie et de savoir-vivre que vous appliqueriez lors de toute rencontre avec un autre adulte.

N'oubliez pas de remettre à votre enfant tout cadeau ou lettre venant de l'autre parent et encouragez-le à répondre ou à remercier.