

## MEILLEURS CONSEILS

pour les parents séparés

Les membres du FJYPB sont des enfants et des jeunes ayant une expertise des procédures en droit de la famille. Ils ont conçu ces meilleurs conseils pour les parents afin de les aider à réfléchir du point de vue de leur enfant.

"ÉCOUTEZ VOTRE ENFANT"

Vous pouvez en savoir plus sur le FJYPB sur [cafcass.gov.uk](http://cafcass.gov.uk)

1	<ul style="list-style-type: none"><li>N'oublies pas que j'ai le droit de voir mes deux parents tant que cela ne présente aucun danger pour moi.</li></ul>
2	<ul style="list-style-type: none"><li>Je peux avoir une relation avec le partenaire de mon autre parent sans que cela change mon amour pour toi.</li></ul>
3	<ul style="list-style-type: none"><li>Essayes d'avoir une bonne communication avec mon autre parent car cela m'aidera. Parles-lui gentiment.</li></ul>
4	<ul style="list-style-type: none"><li>Tiens mon autre parent au courant de mes besoins et de ce qui se passe pour moi. J'ai peut-être besoin de son aide aussi.</li></ul>
5	<ul style="list-style-type: none"><li>Ne dis pas de mauvaises choses sur mon autre parent, surtout si je peux entendre. Ne dis pas de mal de mon autre parent, surtout si je peux l'entendre. N'oublies pas que je peux souvent surprendre tes conversations ou voir tes commentaires sur les médias sociaux.</li></ul>
6	<ul style="list-style-type: none"><li>Souviens-toi qu'il est normal pour moi d'aimer et d'avoir une relation avec mon autre parent.</li></ul>
7	Ne me donne pas l'impression de me sentir coupable de passer du temps avec mon autre parent.
8	<ul style="list-style-type: none"><li>Ne prends pas de décisions permanentes sur ma vie en fonction de ce que tu ressens en ce moment. Penses à ce que je ressens maintenant et à ce que je pourrais ressentir à l'avenir. Mes souhaits pourraient changer.</li></ul>
9	<ul style="list-style-type: none"><li>Sois ouvert au changement, sois flexible et fais des compromis lorsque tu fais des arrangements pour moi.</li></ul>
10	<ul style="list-style-type: none"><li>Ce n'est pas grave pour moi si mes parents ne font pas exactement les mêmes choses. Vous êtes tous les deux différents et ça me va.</li></ul>
11	<ul style="list-style-type: none"><li>Ne sois pas possessif envers moi et les choses qui m'appartiennent. Aides-</li></ul>

	<p>moi à emporter facilement les choses dont j'ai besoin lorsque je passe du temps avec mon autre parent, comme le travail scolaire, les kits d'éducation physique, les livres, les jeux, le portable, etc. Laisse-moi choisir ce que je veux emporter avec moi.</p>
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiens-moi au courant de tout changement dans mes arrangements.</li> </ul>
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Essayes de ne pas te sentir blessé si je choisis de passer du temps avec mes amis au lieu de te voir. Je grandis !</li> </ul>
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>• N'oublies pas que les dates importantes (anniversaires, célébrations, soirée des parents, journée sportive, etc.) sont spéciales pour toi, moi et mon autre parent. Je souhaiterais peut-être partager ces dates avec chacun de vous.</li> </ul>
15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Décides avec mon autre parent de qui est responsable des choses supplémentaires dont j'ai besoin, comme les nouvelles chaussures d'école et l'uniforme, les voyages scolaires, l'argent du dîner et le coût de mes passe-temps ou activités parascolaires. Je ne veux pas y être impliqué.</li> </ul>
16	<ul style="list-style-type: none"> <li>• N'oublies pas que je ne m'attends pas à ce que toi ou mon autre parent soyez parfaits, donc je ne veux pas que tu espère que mon autre parent soit parfait non plus. Acceptes les erreurs et passes à autre chose.</li> </ul>
17	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fais en sorte que je ne sois pas exclu des événements familiaux principaux. Essayes de faire un compromis avec mon autre parent pour que je puisse participer.</li> </ul>
18	<ul style="list-style-type: none"> <li>• S'il te plaît, ne m'empêches pas d'avoir des contacts avec les membres de la famille élargie qui sont importants pour moi. Demandes-moi ce que je ressens pour eux. Ne présumes pas que mes sentiments sont les mêmes que les tiens.</li> </ul>
19	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne m'utilise pas comme messenger entre toi et mon autre parent.</li> </ul>
20	<ul style="list-style-type: none"> <li>• N'utilises pas ma relation avec mon autre parent contre moi ou contre eux.</li> </ul>
21	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne me demandes pas de mentir à mon autre parent ou à d'autres membres de la famille.</li> </ul>
22	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne me demandes pas de mentir aux professionnels, ou de dire ce que tu veux que je dise.</li> </ul>
23	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne me fais pas peur de dire ce que je pense de mes arrangements de peur d'être réprimandé ou maltraité par toi si tu n'es pas d'accord.</li> </ul>
24	<ul style="list-style-type: none"> <li>• N'oublies pas que je pourrais vouloir quelque chose de différent que mon frère ou ma sœur.</li> </ul>
25	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne t'inquiètes pas de la façon dont les autres te voient ou de ce qu'ils pensent. Je suis ce qui compte.</li> </ul>

