

Expats : pour que vos enfants en profitent au maximum !

Septembre 2003

Tim et Joe¹ ont respectivement 9 et 11 ans. Ils viennent d'Australie. Ils sont arrivés en France il y a quelques mois. C'est leur cinquième expatriation ! Et ils sont ravis. Ils se sont déjà faits beaucoup de nouveaux copains, ils apprennent le français et ils aiment ça. Leurs parents sont fiers. Fiers de pouvoir offrir à leurs deux garçons une fenêtre ouverte sur différentes cultures. Or, il n'y a rien de plus contagieux que l'enthousiasme : soutenus par des parents joyeux, Tim et Joe le sont aussi naturellement.

Et pourtant... Une expatriation peut être une source infinie de tensions pour les enfants, qui y font face souvent en silence, car personne ne leur demande leur avis. Si le défi est mal relevé, les séquelles peuvent être lourdes : échec scolaire, déséquilibre émotionnel, problèmes relationnels, etc... Autant de tensions qui peuvent amener l'expatrié à mettre un terme à sa mission internationale de façon précoce.

Mais Tim et Joe sont la preuve vivante que tout peut très bien se passer. Comment ? Après un bref aperçu des enjeux principaux, nous vous proposons ici une dizaine de pistes à explorer vous-mêmes...

1. Trois défis à relever

Les enfants d'expatriés sont confrontés à trois tensions principales, autant avant le départ que une fois sur place :

a. *"Et les copains ?"*

Ils ont peur de quitter leurs copains (ce qui peut inclure les cousins, et même les grands-parents !) Ils ont aussi peur de ne pas arriver à se faire de nouveaux copains dans leur nouveau pays. Cette reconquête amicale sera d'autant plus difficile s'ils ne parlent pas la langue du pays d'accueil.

b. Problèmes scolaires

Ils risquent de faire face à des problèmes scolaires - et ce d'autant plus s'ils ne parlent pas la langue. Des enfants brillants peuvent ne plus rien comprendre aux cours, avoir de mauvaises notes, subir les moqueries de camarades ou de professeurs impatientes. De plus, lors de leur retour dans leur pays d'origine, ils peuvent perdre une, voire plusieurs, année(s) à cause des différences dans les programmes scolaires, et se retrouver comme des "redoublants".

c. Perte de contrôle et sentiment d'abandon

Ils perdent une grande partie de leur contrôle sur leur vie et leur environnement. De plus, ils ont le sentiment d'être abandonnés par des parents trop occupés à préparer le déménagement et à s'adapter eux-mêmes au nouvel environnement.

¹ Les prénoms des deux enfants ont été changés par respect pour leur vie privée.

Tous ces conflits sont d'autant plus présents chez les adolescents qui sont en quête de points de repère et d'identité. Chez eux, la difficulté à quitter les copains peut être aggravée s'il y a un ou une petit(e)-ami(e).

La première chose à faire pour relever avec succès tous ces défis est de reconnaître les difficultés pour ce qu'elles sont et ne pas les ignorer. Cette prise de conscience passée, une dizaine de solutions simples peuvent être envisagées, pour aider les enfants à maintenir leur équilibre psychologique et leur assurer une pleine réussite scolaire.

2. Dix solutions pour aider vos enfants à garder un bon équilibre psychologique

Si la plupart des solutions que nous préconisons ici est à mettre en place une fois que vous serez installé dans votre nouveau pays, il n'est pas inutile non plus de faire attention à quelques petites choses avant même le départ :

a. Avant le départ :

1. Écoute

La première chose à faire pour aider vos enfants à garder un bon équilibre psychologique est d'être à leur écoute et de les faire parler sur ce qu'ils ressentent. Ainsi, vous leur montrez que vous les comprenez, que vous êtes là pour les aider, qu'ils ne sont ni seuls ni abandonnés.

2. Découverte

Si cela vous est possible, faites un voyage de reconnaissance préalable pour repérer les lieux, les vêtements à la mode (ceci est très importants pour les ados), voir les écoles, etc... Ainsi, l'inconnu sera moindre, et la peur aussi. Si un tel voyage n'est pas envisageable, vous pouvez encourager vos enfants à faire une étude préalable de leur nouveau pays : lire des articles, des livres, voir des cassettes vidéo, et tout consigner dans un cahier.

3. Autonomie

Selon leurs âges, vos enfants peuvent faire eux-mêmes leurs cartons et nettoyer leurs armoires ! Ainsi, ils regagnent un certain contrôle sur leur environnement. De plus, vous vous dégagez ainsi du temps et de l'énergie pour les écouter et simplement parler avec eux.

4. Cours de langue

Dans la mesure du possible, permettez-leur de prendre des cours de langue pour qu'ils puissent le plus rapidement possible communiquer dans la langue du pays d'accueil.

b. Sur place :

5. Pour une transition en douceur...

Vous avez certainement envie que vos enfants s'adaptent très vite, et qu'ils se fassent des tonnes de nouveaux copains en quelques jours. Si cela est tout à fait possible, ce n'est pas forcément souhaitable. Vos enfants ont besoin de temps, pour prendre leurs nouvelles marques et pour s'habituer à un changement aussi radical qu'une expatriation ! Laissez-leur donc du temps, et ne les poussez pas tout de suite à avoir des activités extra-scolaires, même s'il est conseillé qu'ils en aient (mais plus tard).

De plus, vous pouvez les encourager à écrire des e-mails ou des lettres, voire même à passer des coups de téléphone le week-end, quand les tarifs sont moins chers, pour raconter à leurs copains restés au pays tout ce qu'ils vivent. La transition n'en sera que plus douce.

6. Sorties en famille

Une des premières choses que l'on aime faire quand on "débarque" à l'étranger est de visiter le pays d'accueil. Que ces sorties soient organisées en famille ! Ainsi, vos enfants se sentiront appartenir à une "équipe" qui va relever le défi ensemble. Leur sentiment d'abandon sera moindre, et ils seront ravis de découvrir, en toute sécurité, cet inconnu qui leur faisait peur.

7. Régularité

Ce qui perturbe surtout les enfants, c'est le changement. Alors, s'il y a des habitudes que vous aviez à la maison et que vous pouvez garder dans votre nouveau pays, surtout n'hésitez pas ! Cela peut recouvrir des choses aussi simples que l'heure à laquelle on se lève, on se couche, on mange, on regarde la télé, etc. La régularité des horaires surtout est très importante.

8. Expression

De même que, avant le départ, il est conseillé de faire parler les enfants sur ce qu'ils ressentent, de même, une fois sur place; veillez à ce que vos petits expriment tout ce qui tourbillonne à l'intérieur d'eux. Vous pouvez les encourager à tenir un journal, ou, pour les plus petits, à faire des dessins - beaucoup de dessins...

9. Visites

Quand on vit à l'étranger, on a souvent une foultitude d'amis qui veulent venir nous rendre visite. Et bien, que les copains des enfants en profitent aussi ! Acceptez que les amis viennent rendre visite pour les vacances, ou alors envoyez vos enfants chez leurs grands parents pour les vacances.

10. Contacts

Ce qui vaut pour le conjoint, vaut également pour les enfants : il est conseillé de se connecter avec les autres expats sur place pour que les enfants aient aussi des copains qui parlent leur langue.

Toutes ces solutions vous paraissent sans doute évidentes. Mais quand on est dans "le feu de l'action", ces comportements ou attitudes peuvent complètement nous échapper. Alors, pensez-y à l'avance pour que, le jour J, tout soit bien naturel. N'oubliez-pas : Tim et Joe nous le montre, c'est bien l'attitude des parents qui conditionne l'attitude des enfants.

Et pourtant, même si leur équilibre psychologique est préservé, les enfants d'expatriés doivent faire face à d'autres problèmes : leur scolarité. Le choix de la bonne école est absolument crucial. Nous reviendrons sur ce sujet pour le développer plus en profondeur le mois prochain, mais nous vous présentons d'ores et déjà la trame de notre réflexion :

3. Choisir la bonne école : cinq pistes à explorer

Pour choisir la bonne école pour ses enfants expatriés, trois critères sont à prendre en compte : l'âge des enfants, la durée de l'expatriation et l'emplacement géographique de l'école par rapport au lieu de résidence. Le choix s'effectue la plupart du temps entre une école locale (langue et programmes du pays d'accueil) et une école du pays d'origine (langue maternelle et programmes du pays d'origine), bien que d'autres alternatives peuvent aussi s'offrir à vous.

a. Les différents systèmes scolaires

- 1. Scolarité dans la langue et le système du pays d'accueil**
- 2. Scolarité dans la langue maternelle**
- 3. Ecoles bilingues ou internationales**

b. Spécificité française : lycées français et CNED

c. Le cas des enfants majeurs : Quel visa ? Quelles études ? Et le travail ?

Emmener ses enfants avec soi dans la formidable aventure de l'expatriation est donc potentiellement très riche, pour eux comme pour soi. Encore faut-il prendre les problèmes au sérieux et ne pas les négliger. Un enfant expatrié a besoin d'une attention toute particulière, d'une écoute chaleureuse, de points de repères stables. Mais si vous savez les lui offrir, il saura sans aucun doute recevoir comme un don du ciel l'expérience internationale et multiculturelle que vous lui offrez ! Il est même à parier que, une fois devenu grand, il cherchera lui aussi à emmener sa propre famille à l'étranger. Et vous deviendrez alors grands parents d'expatriés...



Pour aller plus loin :

Articles :

Diana Morales. "Scolarité des enfants anglophones arrivant à Paris". In *La lettre de Cocitra Mobilité aux Responsables de la Mobilité dans les Entreprises*. Une série d'articles dans trois numéros consécutifs : juin, septembre et décembre 2000.

Julia Goodwin. "Family-Related Issues And How They Impact The Relocation Process". In *Mobility*. Janvier 2000. Pages 41-43.

Donna J. Malinak. "Picture two little girls..." In *Mobility*. Avril 1999. Pages 21-24.

Livres :

Karen Curnow McCluskey. *Notes From A Traveling Childhood*. Foreign Service Youth Foundation. 1994. 123 pages.

Nancy J. Piet-Pelon et Barbara Hornby. *Women's Guide To Overseas Living*. Intercultural Press. 1992. Chapitre 10 : "Moving Overseas With Children". Pages 131-155.