

consentement certifiée de l'autre parent, plus une copie du décret de divorce ou de séparation s'il y a lieu. La lettre de consentement est obligatoire, même si la garde de l'enfant est confiée au parent qui l'accompagne.

Si vos enfants sont en âge d'aller à l'école, leurs études constitueront probablement le point le plus important que vous aurez à régler. Il est important de leur trouver une école qui leur convienne avant de quitter le Canada. Apportez des copies des bulletins de notes de vos enfants au cas où vous en auriez besoin. Pour aider les membres de votre famille à se préparer au déménagement, ayez une discussion ouverte où chacun aura l'occasion d'exprimer ses sentiments et ses préoccupations à ce sujet. Le livre intitulé *Culture Shock! A Parent's Guide* pourra vous être utile à cet égard (voir la section Sources d'information). Il renferme des conseils pratiques sur la vie à l'étranger avec des enfants, et les choses à faire et à ne pas faire.

Soyez conscient du fait qu'un tel changement peut susciter des tensions au sein de votre famille. Si vous déménagez à l'étranger avec votre enfant et que la garde de l'enfant risque de susciter un conflit pendant votre absence, parlez-en à un avocat avant votre départ. Notre brochure *Enlèvements internationaux d'enfants : guide à l'intention des parents* pourrait vous être utile.

L'apprentissage de la langue

Si vous parlez couramment le français, l'anglais ou les deux, vous possédez une bonne base pour travailler et communiquer efficacement dans de nombreuses régions du monde. Mais si vous allez travailler dans un pays où l'on parle une autre langue, vous risquez d'avoir des difficultés à communiquer. Si vous projetez d'apprendre la langue de votre pays d'accueil, vous pourriez commencer avant de partir en écoutant des cassettes enregistrées ou en vous inscrivant à un cours.

Le choc culturel

Bien des gens qui travaillent à l'étranger subissent une période d'ajustement culturel que l'on appelle communément le « choc culturel ». Son intensité varie d'une personne à l'autre, mais il touche la plupart des gens.

Dans un premier temps, que l'on appelle souvent la lune de miel, toutes les rencontres faites dans le nouveau milieu sont perçues comme étant stimulantes et positives. Dans un deuxième temps, parfois appelé « passage à vide », les étrangers éprouvent un sentiment de déracinement et de malaise général. Les symptômes comprennent notamment :

- de la colère, de la frustration, de l'irritabilité et une perte du sens de l'humour;
- l'isolement : certaines personnes passent beaucoup de temps seules ou encore ne fréquentent que des Canadiens ou d'autres étrangers, évitant tout contact avec la population locale;