

L'éducation positive, ni laxiste

L'éducation positive et la parentalité bienveillante suscitent un intérêt réel aujourd'hui. Fini le temps des menaces et des fessées, place à l'autonomie et à la coopération entre l'éducateur et l'enfant. Plus qu'une simple mode, cette méthode sans excès semble efficace.

Il s'agit de ne pas rabaisser l'enfant, mais d'établir avec lui une relation de confiance. Qui n'empêche pas la fermeté.



123rf

«Qu'est-ce qu'il est bien élevé!» Quel parent n'a pas rêvé d'entendre cette remarque au sujet de son enfant? La volonté des parents de bien faire est heureusement souvent présente, mais les résultats ne sont pas toujours convaincants. Alors, existe-t-il une recette inratable à appliquer pour élever un enfant? Si le sujet fait encore couler de l'encre, il semblerait que la réponse soit non. Toutefois, l'expérience de grands-parents, de parents et d'éducateurs ainsi que la science peuvent nous apporter des solutions.

L'éducation positive semble être la plus en vogue en ce moment, mais elle est loin d'être nouvelle. Venue des Etats-Unis, cette «méthode» inventée dans les années 1980 par les thérapeutes Jane Nelsen et Lynn Lott s'appuie sur les travaux de deux psychiatres autrichiens: Alfred Adler (1870-

1937) et Rudolf Dreikurs (1897-1972). L'éducation positive prône l'autodiscipline, l'autonomie et le respect des parents comme des enfants sans recourir à la violence. Elle n'est ni permissive ni punitive. Autrement dit, l'éducation positive se distingue de l'éducation autoritaire ou laxiste.

CHANGEMENT DE CAP

L'éducation positive propose de changer d'angle: l'enfant n'est pas un être à dompter. Il ne cherche pas en tant que tel à embêter ses parents ou à s'énerver pour le plaisir. Ce qui ne veut pas dire que ses parents n'ont pas le droit d'être agacés.

Dans l'éducation positive, le postulat de base est le suivant: l'enfant apprend mieux dans un environnement sécurisé, protecteur et bienveillant. Les recherches sur l'enseignement montrent sans trop de surprise que les classes

qui progressent le mieux sont celles où l'enseignant montre à ses élèves qu'il croit en leurs capacités, où il fixe des règles simples et où il tente de leur inculquer le sens de l'autonomie. D'après Dominique, enseignant en primaire depuis 1979, il est important d'instaurer «un climat de travail positif, un esprit d'ouverture». De plus, «les punitions, cris et menaces ne sont pas nécessaires», ajoute-il. «Au début de ma carrière, je grondais, je punissais. Depuis quelques années, je le fais moins. J'utilise d'autres armes: j'avertis, je parle, j'essaie de faire comprendre les risques encourus par un travail mal fait. Avec une méthode douce, on arrive à de meilleurs résultats.»

LE CERVEAU PARLE

Qu'en dit la science? Le cerveau rationnel, appelé néocortex, se construit principalement durant les cinq pre-

ni autoritaire



mières années de vie. Un petit enfant peut donc difficilement se raisonner si une émotion prend le dessus. L'expression des émotions est également importante chez les tout-petits. À l'inverse, garder pour soi toutes ses émotions secrète l'hormone du stress, nocive au bon développement. L'idée est donc de renforcer les bons comportements et de sevrer des mauvais sans blesser physiquement ou verbalement. S'il se sent en confiance et compris, l'enfant cherche de moins en moins à contredire l'autorité. Notre cerveau est doté de neurones miroirs qui permettent l'empathie. Face à quelqu'un qui ressent une émotion forte, nous pouvons ressentir le même sentiment grâce à ces neurones. Autrement dit, s'énerver contre un enfant ne l'aidera pas à se calmer. Mieux vaut prendre du recul et agir sereinement pour l'aider à s'apaiser.

Les découvertes dans le domaine des neurosciences sont aujourd'hui accessibles, permettant aux parents et aux éducateurs d'éclairer leur réflexion sur l'éducation qu'ils souhaitent donner à leurs enfants.

Dimitri, jeune papa, souligne cet élément: «J'avais toujours imaginé suivre mon flair pour l'éducation de nos enfants. Ma femme, elle, s'est renseignée en écoutant des podcasts ou en lisant des articles sur les thématiques liées à l'éducation. Avant, l'accès à toutes ces informations me semblait difficile, donc décourageant. Aujourd'hui, il est simple de se renseigner sur l'éducation positive sans devoir lire trois livres sur la question!».

OUI À TOUT?

Marcel Rufo, pédopsychiatre, insiste sur l'importance de poser des limites: «Il ne faut pas laisser la bienveillance dériver en séduction et vouloir absolument plaire à son enfant. Certaines frustrations sont nécessaires à son bonheur: tout lui accorder, ce n'est pas le préparer au monde réel, dans lequel il devra faire face à des obstacles». Eduquer positivement n'équivaut donc pas à dire oui à tout.

«L'éducation parentale est devenue plus permissive; ce n'est pas à la mode de dire non. Toutefois, nombre de jeunes parents sont en train de prendre un virage, car ils ont compris les dangers d'une éducation trop laxiste», fait remarquer Dominique.

L'enseignant constate également que la notion d'autorité se perd. «Autrefois, l'éducation était assez stricte et les parents apprenaient aux enfants le respect de l'autorité», explique-t-il. «Depuis une dizaine d'années, l'enseignant est devenu une personne que l'on critique plus volontiers. L'enfant devient roi, tyran, et les parents se



Keystone

tourment de plus en plus vers des logopédistes, des psychothérapeutes et des psychologues», ajoute-t-il. Accorder tout à sa progéniture revient à tomber dans l'écueil du laxisme où parents et enfants s'épuisent.

Catherine, grand-mère aguerrie, soutient que l'éducation positive signifie «aimer plus que tout son enfant en lui donnant tous les atouts pour une vie équilibrée et heureuse». Selon elle, cela veut non seulement dire «élever l'enfant sans jamais le rabaisser ou l'humilier», mais aussi «établir une relation de

confiance et ne pas le tromper». «Il n'est pas nécessaire d'utiliser carottes et coups de bâton pour les enfants», ajoute son mari. Qui souligne toutefois l'importance de «cultiver leur capacité à discerner, à accepter des limites; le tout sans dureté ni esprit de domination. Les enfants ont une grande capacité à imiter, alors commençons par leur montrer le bon exemple, cela me semble être une solution efficace et positive».

L'éducation positive semble donc être une véritable harmonie entre bienveillance et fermeté. ■

Jadis figures d'autorité, enseignantes et enseignants sont de plus en plus souvent critiqués.

«Commençons par leur montrer le bon exemple.»