

Les bienfaits de l'éducation positive

Par Julia Kadri



Ni laxiste ni autoritaire, l'éducation positive tranche avec les traditions. Charlotte Ducharme, auteure du livre "Cool Parents Make Happy Kids", témoigne des bienfaits de cette méthode.

Éduquer ses enfants, ce n'est pas toujours une mince affaire. Ils ne vous écoutent pas toujours, ils ne veulent pas prêter leurs jouets (et ce n'est pas faute d'avoir voulu leur inculquer la notion de partage !), ils font des bêtises, ils vous tiennent tête... Bref, malgré tout l'amour que vous leur portez : ils vous épuisent.

Comme tous les parents, Charlotte Ducharme, auteure du livre "Cool Parents Make Happy Kids", n'aime ni les cris, ni les conflits, ni les pleurs. Elle s'est donc interrogée sur la façon dont les tensions naissent entre parents et enfants. Un questionnement qui la mène vers l'éducation positive.

L'obéissance : une obligation ?

L'obéissance n'est pas une fin en soi. Prenons par exemple une situation que chaque parent a sûrement déjà vécue : l'adulte donne l'ordre de se brosser les dents, l'enfant tient tête, l'adulte devient autoritaire. Plus il est autoritaire, plus l'enfant lui tient tête. Au final, le chérubin finit par pleurer et faire ce qu'on lui demande : le père ou la mère a donc "gagné" la bataille. Mais ce dénouement est-il réellement une victoire ? A-t-il seulement compris pourquoi on lui impose de faire une action embêtante alors qu'il était tranquillement en train de jouer ? Pas vraiment.

Changer sa façon de s'adresser à ses enfants est essentielle pour que le conflit se fasse plus rare. Au lieu d'ordonner quelque chose, on peut opter pour une explication logique. L'explication est outil de transmission qui peut s'avérer plus efficace qu'un ordre, notamment sur le long terme.

En tant qu'adulte, pourquoi respectons-nous les lois sans pour autant toutes les connaître, ni se sentir soumis ? Parce qu'elles sont en accord avec nos valeurs. A travers ce constat, Charlotte Ducharme met en lumière une facette de l'éducation parfois oubliée : **transmettre une valeur, plutôt que vouloir se faire obéir**. C'est autour de ce constat que se construit "Cool Parents Make Happy Kids". Garder en tête, encore et toujours, cette idée de transmission et non d'autorité, de bataille d'ego.

Les punitions : vraiment efficaces ?

Les punitions, les menaces, les fessées... Est-ce là une façon d'inculquer les valeurs de respect, de compassion et [l'altruisme](#) à nos enfants ? Une nouvelle fois, Charlotte Ducharme, est sceptique. Elle juge ces méthodes tout simplement inefficaces.

Prenez l'exemple suivant : votre enfant a tapé son petit frère, vous lui dites que ce n'est pas bien, qu'il faut dire pardon. Il ne veut pas, alors il va au coin. Au final, la dispute explose, l'enfant fautif pleure à chaudes larmes : il est fâché contre vous, il est également fâché contre son petit frère, qui est à l'origine de sa punition. Il est triste et en colère à cause de ces éléments là, non pas à cause de son geste. Submergé par l'émotion, il n'est ni capable de comprendre ni d'écouter pourquoi on le sanctionne.

Si on le laisse plutôt constater les conséquences de son geste, il prendra conscience que c'est mal : voir son petit frère pleurer est déjà une punition lourde de sens. Mais ce n'est pas suffisant. On peut également lui demander comment il pourrait arranger les choses : en soignant son petit frère ? En lui faisant un bisou ? On cherche ainsi à le solliciter, à le rendre actif et autonome dans la réparation de son erreur. Dans ces conditions, il sera plus apte à demander pardon.

L'éducation positive ne signifie pas "absence de sanction", car celle-ci est nécessaire pour que les règles soient appliquées. La punition prend juste une autre forme, sans pour autant disparaître.

Colère parentale : comment gérer ?

Il n'y a rien de plus normal que les bêtises d'un enfant. Elles sont des expérimentations, des découvertes, qui se terminent parfois en maladroites : une tâche sur le pantalon, un brocoli dans le verre d'eau...

Mais parfois les bêtises vous embêtent, et ça aussi, c'est normal. Votre canapé en cuir ne doit pas être gribouillé, et votre petit de 4 ans veut jouer avec ses feutres bien trop près de lui. L'important est de garder votre objectif en tête : ne pas tâcher le canapé. Et non pas de vous faire obéir à tout prix. On explique alors à son enfant pourquoi il doit aller dessiner ailleurs, ou on lui propose d'utiliser des crayons de couleurs. Si cela ne marche pas, on attire alors son attention autre part, dans sa chambre par exemple.

Malgré toute votre bonne volonté, la dispute est parfois inévitable. Vous êtes fâchée, et lorsque c'est le cas, vous ne cessez d'utiliser le "tu" (accusateur) en vous adressant à votre enfant. Lui dire "tu m'énerves" est blessant, selon Charlotte Ducharme, car ce n'est pas votre enfant qui vous énerve en réalité, c'est ce qu'il fait. Il est nécessaire de se rappeler que lors d'un conflit, chacun possède une part de responsabilité. On demande aussi pardon à son enfant lors d'une dispute, avec précision : "Je suis désolée d'avoir perdu patience", "je te demande pardon, je n'aurais pas du crier".

Enfin, quand la friction est forte, l'auteure du livre sur l'éducation positive conseille d'aller s'isoler dans une pièce pour faire redescendre la pression ou de passer le relais à son conjoint.