

## Principe

Le terme « sanction » est souvent **confondue** avec celui de « punition ». Ainsi, dès que l'on prononce ce mot, nous avons tous tendance à trembler en espérant que la sanction ne sera pas trop importante. Pourtant, **la signification de la sanction est beaucoup plus large que celle de la punition.**

Sanctionner, c'est **apporter une conséquence à un comportement** afin de l'encourager ou au contraire le décourager. Ainsi, selon que le comportement soit considéré comme approprié ou inapproprié, la conséquence sera **positive** (pour valoriser l'action), ou **négative** ( pour la « recadrer ».)

La sanction est donc un outil indispensable pour que votre enfant respecte votre autorité. Elle est un indicateur pour qu'il puisse connaître son positionnement au sein de votre cadre de fonctionnement.

## Les deux types de sanction

### La sanction dite « positive »

Ce sont tous les comportements que nous allons avoir pour **signaler** à notre enfant qu'il « **correspond** » ou qu'il a « **respecté** » notre cadre de fonctionnement. Elles peuvent prendre différentes formes (félicitations, récompenses, encouragement, temps dédié, etc.) et doivent **répondre à un de ses besoins.**

### La sanction dite « négative »

Ce sont tous les comportements que nous allons avoir pour **signaler** à notre enfant qu'il **ne correspond pas** ou qu'il **n'a pas respecté** notre cadre de fonctionnement. Elles peuvent également prendre différentes formes ( rappel de la règle, expression émotionnelle, perte d'un acquis, etc.) et doivent « **bloquer** » la **satisfaction d'un de ses besoins.**

## Les 4 grands principes de la sanction

- 1. La sanction doit être en lien direct avec le comportement visé.**
  - Si votre enfant finit un puzzle tout seul, vous pouvez (par exemple) le féliciter pour cette réussite. (**sanction positive**)
- 2. La sanction doit être adaptée au comportement approprié ou inapproprié.**
  - Si votre enfant a eu une mauvaise note à l'école et que vous décidez de lui faire copier plusieurs fois sa leçon (**sanction négative**), il peut ne pas comprendre votre décision. Lui faire refaire le contrôle (par exemple), après révision, sera nettement plus adapté à la situation.
- 3. La sanction doit être apporté au moment le plus proche du comportement.**
  - Si votre enfant s'est mal comporté en journée chez vos amis et que vous lui faites la remarque le soir (**sanction négative**), il aura déjà commencé à oublier ses différents comportements et fera moins le lien avec ce que vous direz.
- 4. Une sanction construite avec votre enfant sera désirée ou acceptée par celui-ci**
  - Si votre enfant réussit un examen et que vous lui demandez son avis sur ce qui lui ferait plaisir (**sanction positive**), vous pouvez être sûr que cette sanction répondra de manière précise à un de ses besoins.
  - De même, si votre enfant vous déçoit par un comportement précis et que vous lui demandez son avis sur ce qu'il pourrait faire pour se faire pardonner (**sanction négative**), vous pouvez être sûr qu'il sera davantage motivé dans la réparation de ce comportement.

## Important

Il est plus **facile de sanctionner négativement** mais plus **utile de sanctionner positivement.**

## Et vous?

Quels types de sanctions utilisez-vous le plus?