

Principe

La punition est, le plus souvent, la **conséquence d'un comportement inapproprié** de l'enfant face à l'adulte. Elle vise à la fois, à montrer **les limites de notre cadre de fonctionnement**, mais également à **contraindre l'enfant à le respecter**. De fait, elle est, le plus souvent, considérée comme une violence faite à l'enfant qui n'a pas d'autres choix que de s'y soumettre.

Jane Nelsen, psychologue et éducatrice, s'interroge dans son livre « la discipline positive » sur les résultats ou **les bénéfices à long terme** de l'usage de la punition. Après étude et recueil de divers témoignages, elle constate que les punitions sont très souvent « **efficaces** » à **court terme**, mais qu'elles le sont nettement moins à long terme.

Elle explique ce phénomène au travers de ce qu'elle a appelé les « 4R » de la punition. Ces « 4R » représentent **les conséquences indésirables de toute punition**.

Et vous?

Quel « R » avez-vous ressenti la dernière fois que vous avez vécu une injustice?

Important

Toute punition est négative pour la relation avec votre enfant et donc pour votre autorité

Les 4 « R » de la punition selon la discipline positive de Jane Nelsen

➤ La Rancœur

Face à **l'incompréhension de la conséquence**, choisie par l'adulte, l'enfant va **ressentir une rancœur**. Celle-ci va générer chez l'enfant une **perte de confiance** dans sa relation à l'adulte. C'est le début d'une prise de conscience de ce que l'on appelle « **le sentiment d'injustice** ».

➤ La revanche

Lorsque l'enfant considère que la relation à l'adulte est un **jeu de pouvoir** (celui qui a le pouvoir peut tout faire), il peut tenter de **prendre sa revanche** (une prochaine fois) afin d'inverser la tendance et de **se libérer du pouvoir négatif** de l'adulte. L'idée est donc pour lui, ici, de se libérer d'un pouvoir sur lui qu'il ne désire pas (car vécu comme injuste...), qu'il n'a pas choisi.

➤ La rébellion

Face à **une conséquence incomprise**, l'enfant peut **refuser la punition proposée** par la mise en place d'un comportement agressif. Cette rébellion a pour but de ne pas subir un pouvoir qu'il n'a pas choisi ou qu'il n'a pas demandé.

➤ Le retrait

Lorsque l'enfant ne se sent pas **l'énergie d'être dans l'agressivité**, il peut au contraire se **refermer sur lui-même** et même valider intérieurement cette punition. Ainsi, même s'il ne comprend pas les raisons de cette punition, il pourra considérer qu'il l'a mérité, se sentant mauvais. Ce type de comportement a des conséquences directes sur **son estime personnelle** et sa **confiance en lui**.

Dès lors, quelque soit le résultat obtenu, **la punition a un impact négatif à long terme que ce soit pour l'enfant ou pour la relation adulte-enfant et en conséquence pour notre autorité**.