



PETER BAZELLE/GETTY IMAGES

Manque d'autorité

Les parents retournent à l'école !

SOCIÉTÉ.
Une nouvelle méthode, dont les Américains raffolent, séduit de plus en plus de parents débordés en France : la "discipline positive". Décryptage.

Des parents désespérés

Sophie, mère divorcée, souffre du chantage affectif de sa fille Marine, 16 ans : « Elle a fini par se faire tatouer malgré mon opposition. » « Si tu refuses, j'irai vivre chez papa », lui a-t-elle lancé. Laure voit son autorité vaciller depuis que Nicolas, 12 ans, l'a dépassée en taille : « Il me donne des ordres et me parle mal. Même son père ne sait plus quoi faire. » Quand enfants et ados désobéissent, cultivent l'arrogance, souvent, c'est qu'ils manquent de cadre et en réclament à leur manière. En face, de plus en plus de parents se sentent dépassés, certains allant même jusqu'à démissionner. « L'autorité, ça structure et ça se structure », déclare la psychanalyste Catherine Audibert, auteure d'*Abymes adolescentes* (Payot). Tout cela n'est pas nouveau, mais se voit davantage. Ces parents-là, on les retrouve dans une dizaine d'ateliers de Discipline positive, répartis à Paris et en province. Ils y apprennent à retrouver leur autorité perdue en se

livrant à des jeux de rôles, se mettant par exemple dans la peau de leur enfant quand il refuse de faire ses devoirs. Pierre, un père débordé, dit avoir ainsi compris le sentiment de pouvoir que son fils, Nathan, 12 ans, éprouvait en s'opposant systématiquement à lui.

Mettre l'enfant en confiance

« Il ne s'agit pas d'appliquer des recettes qui seraient valables pour tous, mais plutôt d'étudier ensemble ce qui va permettre à chacun de devenir le parent qu'il a envie d'être », explique Béatrice Sabaté, créatrice de ces ateliers. Ils s'inspirent d'une méthode américaine qui connaît un énorme succès. Les parents ont ensuite des exercices à faire à la maison. Exemple : « Je dois prendre du recul lorsqu'une difficulté surgit, au lieu de réagir comme avant, brusquement, à chaud. Puis je discute des conséquences avec mon enfant s'il s'entête. Et, du coup, je le responsabilise s'il s'obstine », confie Jean-Pierre. Inspirée des théories du psychiatre autrichien Alfred Adler (1870-

1937), mise au goût moderne par Jane Nelsen et Lynn Lott, La discipline positive a un credo simple : « Un enfant réussit mieux lorsqu'il se sent mieux. » Cette méthode insiste sur la restauration de l'autorité dans le calme. Un livre expose comment, en famille et à l'école, éduquer avec fermeté et bienveillance. « Ni cris ni coups », clame Jane Nelsen. « Il faut mettre l'enfant en confiance afin de lui donner la liberté et l'ordre dont il a besoin pour développer sa responsabilité et son autonomie », ajoute Béatrice Sabaté. C'est comme ça qu'il acquiert autodiscipline, respect de soi et de l'autre, envie d'apprendre pour lui-même, et plus seulement pour le professeur ou pour ses parents. Avec ces méthodes, l'enfant éprouve vite un sentiment d'appartenance et de contribution au groupe. Les familles qui suivent ces ateliers instaurent des réunions à la maison, au cours desquelles parents et enfants font le point. Une technique pour retrouver l'harmonie.

Léon Mazzella

● *La Discipline positive*, de Jane Nelsen, Éd. du Toucan.
 ● www.disciplinepositive.fr (Les ateliers se déroulent sur sept semaines à raison de 2 heures par session.)

75%

des parents se jugent trop peu autoritaires, selon un sondage Ipsos de juillet 2011.