

Caroline Goldman

Nouvelle
édition

File dans ta chambre !

Offrez des limites
éducatives à vos enfants

DUNOD

Illustrations intérieures :
Paul Beaupère

Illustration de couverture :
Shutterstock / Alfmaler & Yusif.Khalilov

Conception graphique :
Nicolas Wiel & Florie Bauduin

Mise en pages :
Belle Page

© InterÉditions, 2020 pour la 1^{ère} édition
© Dunod, 2023
11 rue Paul-Bert, 92240 Malakoff
www.dunod.com
ISBN 978-2-10-085728-9

À mes quatre petits chaudrons
dont la flamme pétille à *l'intérieur*

À tous les papas-girafes,
souvent si loin d'imaginer leur pouvoir

Table des matières

<i>Avant-propos</i>	11
<i>Introduction</i>	15

1

L'enfant qui va bien appelle les limites

Les excitations normales de l'enfance	25
Les stades du développement psychologique de l'enfant	25
Les quatre formes d'excitation chez l'enfant	27
Les symptômes de l'enfant qui recherche les limites	31
Les repas, le sommeil, la propreté...	32
Mettre en place des repas sereins avec les jeunes enfants	35
La sensibilité aux changements de cadre	39
L'action au détriment du lien	40
La recherche de <i>contenants</i>	41
L'intolérance à l'impuissance	41
Le maintien dans la bisexualité psychique	42
Un sentiment d'insécurité	43
Dinosaures, mythologie, planètes et mort : interroger les limites	44
Hypersensibles ?	46
Mutisme social, TOC, tics, exigences... La quête de freins	48
Dessins d'enfants	51
Ne pas offrir de limites à un enfant : quelles conséquences ?	55
Sur la construction affective	55
Sur l'intelligence	61

Les écueils de l'éducation « positive »	73
La confusion entre <i>contenu</i> et <i>contenant</i>	73
Le déni de l'agressivité	77
L'indistinction des générations	81
Une idéologie aux applications floues	84
Culpabilisation, marketing et neurosciences	85

2

Comprendre et utiliser la feuille de route

La feuille de route : mode d'emploi	91
Toutes les transgressions	92
L'état d'esprit	93
L'attitude des parents	94
Le rôle du tiers	97
« File dans ta chambre ! »	100
Lorsque l'enfant ne veut pas obéir	103
Lorsque l'enfant négocie	104
La sanction de l'enfant, pas du parent	106
À l'école	111
Les scrupules parentaux	114
Le couple face à l'enfant	116
Les frères et sœurs	117
Vous doutez encore ?	119
Cette répartition des rôles père/mère est caricaturale et en contradiction avec nos conceptions éducatives	119
Nous ne souhaitons pas entrer dans des rapports de force avec notre enfant	121
Pourquoi expliquer ne suffit pas ?	123

La rupture d'empathie entre parents et enfants n'est-elle pas dangereuse ?	127
J'ai été/je connais un enfant sage qui n'a jamais été sanctionné, comment l'expliquez-vous ?	131
Nous craignons d'écraser des parts de son désir, de ses inspirations, de sa créativité, de sa joie de vivre, de sa personnalité	132
Il ne peut s'agir d'un simple appel capricieux de limites, il souffre vraiment, ses pleurs sont déchirants	136
Mon enfant n'a plus 1 an, est-il encore en âge de s'emparer de ce système éducatif ?	139
Le format de la sanction doit-il évoluer avec l'âge ?	140
Le rôle de l'histoire familiale	141
Origine fréquente, dans le lien parents/enfant, d'une problématique limite	141
Quand faut-il consulter un psy ?	145
<i>Conclusion</i>	149

Les feuilles de route

Feuille de route version enfants	154
Feuille de route version adolescents	160
<i>Bibliographie</i>	167

Avant-propos

En 2006, le Conseil de l'Europe donnait une définition parfaite de la « parentalité positive », intégrant *tendresse, explications*, mais aussi *limites éducatives* (extrait : « Les enfants réussissent mieux quand leurs parents [...] réagissent à leur mauvaise conduite en leur expliquant pourquoi ils n'ont pas bien agi et en recourant, si nécessaire, à *des punitions non violentes, comme leur imposer une mise à l'écart temporaire*, leur faire réparer les dommages causés, ou encore leur donner moins d'argent de poche, et à d'autres sanctions de ce type, plutôt que les punir sévèrement »).

Pourtant, depuis une petite dizaine d'années, mes collègues et moi-même observons dans nos consultations une explosion grandissante des troubles du comportement chez nos petits patients, fréquemment due à un relâchement de l'autorité dans les familles. Les parents nous expliquent en effet avoir lu des livres de « parentalité positive » et en avoir tiré des scrupules à gronder et punir leurs enfants, de crainte de causer en eux des dommages psychologiques irréversibles.

J'ai lu ces ouvrages (et écouté les conférences) largement relayés dans les médias et sur les réseaux sociaux. J'y ai découvert qu'ils avaient été portés en France par des idéologues sans aucune qualification en pédopsychiatrie, qui en avaient dévoyé les principes originels en n'en traduisant

qu'une partie. Ils ont en effet retenu la nécessité d'offrir *tendresse* et *explications* aux enfants, mais en bannissant toute mise en place de *limites éducatives*, n'hésitant pas à leur prêter les effets caractéristiques d'un traumatisme (écrasement de la personnalité, extinction de la joie, renoncement définitif à solliciter le soutien, etc.).

Ces idéologues ont fait croire au grand public qu'une parentalité « idéale », c'est-à-dire *dénuée de toute agressivité*, était possible – et salubre – entre parents et enfants. Ils ont bâti un cynique empire marchand consistant à répondre à la culpabilité parentale (d'échouer à faire disparaître cette agressivité de leur quotidien) par des livres exposant des rouages psychologiques grossiers; et par des méthodes de coaching inefficaces, entretenant la dépendance (l'échec éducatif induisant la recherche de soutien, sur le modèle des *communautés d'adeptes* de sectes...).

Lasse de « décontaminer » mes patients jour après jour et heure après heure de ces schémas idéologiques aussi légers que dommageables, j'ai décidé en 2019 d'aller combattre ces contre-vérités à leur source, c'est-à-dire auprès des médias. Cette même année, je publiais un livre pour les psychologues intitulé *Établir les limites éducatives*. Puis, en 2020, la première édition du présent ouvrage, à l'intention du grand public.

Nous sommes en avril 2023. En trois ans, les véritables professionnels de la petite enfance ont commencé à faire entendre leurs voix et le paysage médiatique s'est subrepticement divisé en deux.

D'un côté, les idéologues français promoteurs de cette éducation positive « mal traduite » ont légèrement assoupli leur discours au sujet des limites éducatives (après les avoir explicitement décriées, ils les admettent aujourd'hui