

# Punition & Sanction

punition et sanction sont des termes couramment utilisés comme synonymes. Il existe cependant une différence entre ceux-ci.

## PUNITION

La punition est répressive et concrétise le pouvoir du fort (l'adulte) sur le faible (l'enfant)

- souffrance psychologique et physique
- émotions négatives
- entrave au fonctionnement cérébral
- comportements indésirables
- aversion pour l'enseignant et pour l'école
- habitude et désensibilisation
- escalade des punitions et augmentation des infractions.

### Les pièges des punitions

- Un mauvais résultat scolaire!
- Un bon comportement réalisé imparfaitement -> Modelage nécessaire.
- Retirer des récompenses déjà données.
- N'enseignent pas comment se comporter.
- Négatives et instinctives, interrompent les comportements perturbateurs. Or cette efficacité immédiate est un renforcement positif de ces réactions négatives.
- Absence d'efficacité sur le long terme non prise en compte.

## SANCTION

La sanction est éducative et réparatrice. Elle est justifiée par des règles connues de tous (adultes et enfants) et acceptées par avance

- responsabilité de ses actes
- interrogation sur sa conduite en prenant conscience des conséquences.
- le sens et l'utilité des règles de vie en collectivité.
- permettre de s'améliorer

### La Sanction

- s'adresse à un **seul individu**, à un instant T, en fonction de son âge et du degré de gravité de ses actes.
- porte sur des actes précis (≠ faits subjectifs).
- prive de l'exercice d'un droit, subie par le fautif.
- peut s'accompagner de réparations.
- objectif réel -> l'assimilation de la règle, de la loi
- s'accompagne d'une relation de suivi pour déterminer si le comportement a évolué.

### La sanction est individualisée

S'adresse à une personne, **ne doit en aucun cas être collective.**

Tient compte du degré de responsabilité de l'élève, de sa personnalité et du contexte.

Application calme et systématique d'une règle préétablie.

### La sanction est

Courte (quelques minutes peuvent suffire) Donnée et exécutée immédiatement après le comportement.

Les punitions retardées -> aucun impact.

Systématique (autant que possible) Donnée calmement, sans cri, ni lever la main ou donner des coups(!).

La sanction (éducative) n'intervient pas qu'en cas de problème, mais aussi, en cas de réussite, sous forme de remerciements ou de félicitations, par l'intermédiaire de remarques positives.

**++ Renforcement positif ++**

## Références

- INSHEA Université d'été 2019 - Conférence de clôture - Comment réguler efficacement les comportements perturbateurs ? par Franck Ramus, directeur de recherche au CNRS, professeur attaché à l'ENS et membre du Conseil scientifique de l'Éducation nationale
- SALOME Jacques, SANCTIONS et PUNITIONS... Quelques repères pour un langage commun.
- GRATTEPANCHE Marie-Ophélie, Violence éducative ordinaire et troubles psychiatriques à l'âge adulte. Thèse 2017
- GUEGUEN Catherine, Développement de l'enfant : l'apport des neurosciences. Article dans la Santé en Action, N°447, mars 2017. Santé Publique France



# Punition Bienveillance & Empathie

Pour aller plus loin, du côté des neurosciences

## PUNITION

La punition est une maltraitance émotionnelle ou encore une violence éducative ordinaire (VEO)

D'après les dernières découvertes en neurosciences, chaque fois que l'on punit l'enfant, on l'humilie, on le fait souffrir, cela entrave le bon fonctionnement de son cerveau.

La Violence Éducative Ordinaire (plus souvent nommée « VEO »), est la violence (physique, psychologique ou verbale) utilisée envers les enfants à titre éducatif (corrections, punitions) communément admise et tolérée (« ordinaire »). Plus simplement : claque, fessée, tape mais aussi humiliation, chantage affectif et autres. Nommer la violence éducative ordinaire, c'est déjà en prendre conscience car le plus souvent, notre propre schéma éducatif et notre environnement sont tels que ces agissements nous paraissent normaux et justifiables. De nombreuses études, notamment en neurosciences, ont démontré les conséquences néfastes de ces violences – mêmes « légères » – subies dans l'enfance.

Catherine GUEGUEN : La maltraitance émotionnelle, définie comme tout comportement ou toute parole qui rabaisse l'enfant, le ridiculise, le critique, le punit, lui procure un sentiment d'humiliation, de honte ; tout ce qui lui fait peur ou le terrorise est redoutable pour le cerveau de l'enfant. Cette maltraitance émotionnelle sévère chez l'enfant affecte de nombreuses structures cérébrales et de nombreux circuits neuronaux dont le fonctionnement du cortex orbito-frontal. Elle augmente le risque de développer de nombreuses pathologies comportementales et psychiatriques : agressivité, anxiété, dépression, troubles dissociatifs (dépersonnalisation, troubles de l'identité), etc.

En 2013, Rebecca Waller, de l'université d'Oxford, a fait le bilan de 30 études sur les éducations punitives et sévères. Elle conclut que les effets sont déplorables et totalement contraires au but recherché par les adultes. Ce type d'éducation n'améliore pas du tout l'enfant et l'adolescent, au contraire, cela les rend insensibles, durs, sans empathie et cette éducation débouche souvent sur des conduites antisociales (agressivité, vol, drogues).

## Bienveillance & empathie

L'empathie, le maternage (prendre soin, rassurer, consoler), et également le stress ont des effets extrêmement importants sur le cerveau de l'enfant. Ils ont des retentissements sur le cortex préfrontal, le cortex orbito-frontal, les circuits cérébraux, la sécrétion de l'ocytocine, du Brain-Derived Neurotrophic Factor-BDNF (facteur de croissance neuronale), sur le système nerveux parasympathique et même sur l'expression d'un gène, le NRC31, qui agit sur l'hippocampe – structure cérébrale dévolue à la mémoire et à l'apprentissage – et sur notre aptitude à faire face au stress par le biais de l'axe hypothalamo-hypophysaire

Un enfant élevé avec bienveillance, empathie, que l'on aide à se connecter à ses émotions, à les exprimer, va devenir lui-même empathique, sociable et ne développera pas des comportements agressifs et antisociaux. À chaque fois que l'on console et apaise un enfant qui pleure, est en colère ou a peur, on l'aide à faire face à ses émotions et à ses impulsions, en développant une meilleure maturation de son cerveau. Une attitude soutenante, encourageante favorise le développement de l'hippocampe.

Être bienveillant ne signifie pas être laxiste, laisser tout faire. L'adulte donne des repères, un cadre, mais il le fait avec empathie et bienveillance. Il dit son désaccord et donne confiance : « Cela ne me convient pas, je ne suis pas d'accord quand je t'entends dire..., quand je te vois faire... Tu vas apprendre à faire autrement, je te fais confiance. » ; mais il ne juge pas l'enfant, ne le critique pas, ne lui fait pas de reproches en disant : « Tu n'es pas gentil, ce n'est pas bien de... Tu es paresseux, égoïste... » En effet, en entendant ces paroles, l'enfant perd confiance en lui, se dévalorise et ne progresse pas.

## Références

- GUEGUEN Catherine, Développement de l'enfant : l'apport des neurosciences. Article dans la Santé en Action, N°447, mars 2017. Santé Publique France
- L'impact de VEO à l'âge adulte (VEO = Violence Éducative Ordinaire)