

# FICHE-OUTIL

## Décrypter les comportements inappropriés grâce à la discipline positive






« La force de la discipline positive, c'est d'identifier la croyance qui se cache derrière le comportement inapproprié pour la casser et retrouver une dynamique positive. »

Alix de Salaberry - Psychopédagogue,  
présidente de l'association de discipline positive française

### • RAPPEL •

Pour mémoire : Cette fiche-outil est la synthèse des conseils d'Alix De Salaberry lors du [Live du 29/04/2020](#) disponible en replay sur ÊtrePROF.fr.

### • LIENS RÉFÉRENTIEL COMPÉTENCES ENSEIGNANTES ET ENSEIGNANTS •

-  Installer avec les élèves une relation de confiance et de bienveillance.
-  Maintenir un climat propice à l'apprentissage et un mode de fonctionnement efficace et pertinent pour les activités.
-  Recourir à des stratégies adéquates pour prévenir l'émergence de comportements inappropriés et pour intervenir efficacement s'ils se manifestent.

### • LES IDÉES CLÉS •

1. QU'EST-CE QU'UN COMPORTEMENT INAPPROPRIÉ ?
2. LA LOGIQUE INTERNE DU COMPORTEMENT INAPPROPRIÉ
3. LA GRILLE DE LECTURE DE RUDOLF DREIKURS
4. POINTS DE VIGILANCE

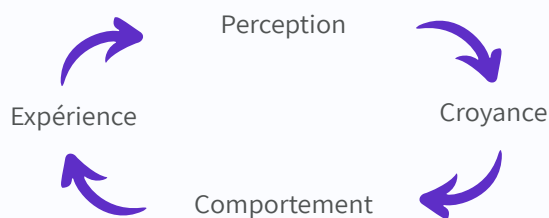
## • LES IDÉES CLÉS •

### 1. Qu'est-ce qu'un comportement inapproprié ?

Un comportement inapproprié, c'est lorsque l'enfant adopte un comportement irritant de manière récurrente face à un adulte (parent, enseignant, enseignante...). C'est un **comportement inconscient lié à des croyances** décourageantes quant à son appartenance et

### 2. La logique interne du comportement inapproprié

Selon Alfred Adler (psychiatre dont les travaux sont fondateurs de la discipline positive), le schéma de la logique interne est le suivant :



### 3. La grille de lecture de Rudolf Dreikurs

La discipline positive propose une grille de lecture, créée par Rudolf Dreikurs (psychiatre dont les travaux sont également fondateurs de la discipline positive) qui part du ressenti de l'adulte dans l'interaction. Il identifie 4 comportements inappropriés :

#### a. Accaparer l'attention

**Comportement** : demande d'attention permanente, prise de parole incontrôlée...

**Croyance** : « Je compte, j'appartiens seulement si on fait attention à moi. »

**Ressenti** : l'adulte est agacé par ce comportement, sa réponse habituelle est de rabâcher les consignes et rappeler les règles, ce qui ne fonctionne pas à long terme.

**Réponse à apporter** : dégager des temps dédiés à l'enfant (ex : 5 minutes après les cours) pour donner de l'importance. On peut aussi donner l'occasion de contribuer (donner un rôle pour canaliser l'énergie) ou mettre en place des routines (rendez-vous hebdomadaires...).

son importance (deux besoins fondamentaux). Attention, il ne faut pas le confondre avec l'enfant qui sort du cadre parce qu'il ou elle ne le connaît pas ou parce qu'il est incapable de le respecter (ex : les jeunes enfants qui se lèvent régulièrement à table car ils n'ont pas encore de capacité d'autorégulation).

Exemple de l'enfant de 4 ans qui fait l'expérience d'une maman qui rentre de la maternité avec un bébé. Le bébé prend beaucoup de place, l'enfant voit que sa mère est très présente pour le bébé et passe moins de temps qu'avant en sa compagnie. Il interprète sa **perception** et **croit** qu'il est remplacé, qu'il n'est plus aimé de sa mère. Il réagit par un **comportement** : il s'efface ou au contraire se fait remarquer, ou encore régresse. La réaction de sa mère, agacée et en colère, va renforcer la croyance de l'enfant (« Maman ne m'aime vraiment plus ») et son comportement. On entre ainsi dans une dynamique négative. La discipline positive propose d'aller **identifier la croyance qui se cache derrière le comportement pour la casser et retrouver une dynamique positive.**

#### b. Prendre le pouvoir, avoir la maîtrise

**Comportement** : attitude défiante, l'enfant fait l'inverse de ce qui est demandé, contredit, négocie perpétuellement...

**Croyance** : « Je n'existe que si je suis le chef, personne ne peut me commander. »

**Ressenti** : l'adulte est défié et mis en échec, sa réponse est souvent de rentrer dans une lutte de pouvoir (obliger, punir) ou de laisser faire, ce qui risque d'accentuer le comportement de l'élève (rébellion, résistance passive).

**Réponse à apporter** : proposer une façon appropriée de contribuer pour répondre à sa croyance, réorienter son besoin de pouvoir et de maîtrise. On peut rechercher des solutions communes et trouver une dynamique qui correspond à l'adulte et à l'enfant pour lui donner la place qu'il recherche (ex : lui donner le rôle de maître du temps, du silence en classe).

### c. Revanche (rendre les choses égales)

**Comportement** : grossier, vindicatif.

**Croyance** : « Je ne pense pas que j'appartiens ou que je compte donc je vais faire souffrir les autres autant que je souffre. »

**Ressenti** : l'adulte est blessé, écœuré par le comportement de l'élève et va menacer de représailles ou exprimer son découragement. L'élève en face va intensifier son comportement.

**Réponse à apporter** : Il y a beaucoup de souffrance derrière ce comportement, l'adulte peut valider les émotions (« Je vois bien que ça ne va pas») et travailler sur l'autorégulation de ces enfants qui sont à fleur de peau (donner des temps de pause, faire de la sophrologie), montrer qu'on tient à l'enfant et reconstruire une relation en entendant ce qu'il est. Utiliser les messages en « je », éviter de le culpabiliser et l'humilier, valoriser les points forts et éviter de prendre parti.

### d. Confirmer la croyance d'incapacité

**Comportement** : déviant, conduites à risque.

**Croyance** : incapacité et inaptitude.

**Ressenti** : l'adulte est découragé, il va comparer l'enfant, le critiquer ou laisser tomber (ex : le

laisser au fond de la classe). En réponse, l'enfant peut accentuer son retrait, rester dans une attitude passive. Il s'enfoncé dans la confirmation de sa croyance d'inaptitude : « Je ne peux ni compter ni appartenir à un groupe parce que je suis nul et inférieur, je vais convaincre les autres de ne rien attendre de moi. ».

**Réponse à apporter** : faire revivre chez l'élève le sentiment de capacité, pas à pas. Donner une responsabilité, explorer ce qu'il sait faire, montrer qu'on croit en lui. Les routines peuvent aider à mettre du cadre, montrer sa propre imperfection (on n'a pas besoin d'être parfait pour avancer). C'est un long processus et on peut avoir besoin d'aide extérieure.

### e. Utilisation de la grille

Dans cette grille de lecture, la clef de compréhension de ce qu'il se passe est dans le ressenti de l'adulte ! La manière dont l'adulte se sent dans les réactions de l'enfant va permettre d'identifier quelle est la croyance derrière le comportement inapproprié et d'apporter une réponse pour détruire cette croyance.

## 4. Points de vigilance :

### a. Se limiter à son terrain d'action

Le terrain d'action est limité, on ne peut pas agir sur les multitudes de facteurs extérieurs (comme la famille dans le cadre d'un enseignant ou d'une enseignante...). Il faut se cantonner à ce qu'on peut faire et ne pas hésiter à aller chercher de l'aide si on pense qu'un soutien psychologique est nécessaire (surtout dans les cas 3 et 4 où les enfants sont dans une grande souffrance).

### b. Sortir du faire payer

Mettre l'élève dans une situation embarrassante permet de retrouver la maîtrise de la situation, mais ce n'est pas préconisé par la discipline positive qui veut sortir de la logique du « faire payer ». Cette logique n'est pas un moteur pour donner envie de faire mieux. Avant d'agir, il faut réfléchir à notre attitude et ce qu'elle génère à long terme : est-elle blessante ou aidante ? Il faut se demander si notre attitude va aider l'enfant à faire mieux et lui donner envie de faire mieux demain.

## • RÉFÉRENCES •

 Nelsen J. (2021). *Mon cahier de discipline positive*. Marabout.