

## ▪ « Time out », éducation positive... La guerre des psys

Analyse

Impossible d'échapper à la polémique médiatique du moment, centrée sur le « time out », version anglaise de l'injonction « file dans ta chambre ». Ce débat passionné entre les partisans de l'éducation positive et ceux qui défendent une vision plus autoritaire ne rend pas service aux parents.

Paula Pinto Gomes

C'est une polémique qui laisse perplexe. Comment la moins sévère des punitions, selon les adeptes même de l'éducation bienveillante, qui consiste à envoyer un enfant dans sa chambre pour se calmer, a-t-elle pu donner lieu à un débat aussi enflammé ? Depuis plusieurs mois, des psys français s'affrontent à coups de tribunes médiatiques sur cette pratique éducative, avatar moderne de la mise au coin. Tout a commencé en octobre 2022 lorsque des rumeurs ont laissé entendre que le Conseil de l'Europe allait supprimer le « time out » (temps mort) de sa brochure sur la parentalité positive.

L'information a aussitôt fait réagir la psychanalyste et docteure en psychologie de l'enfant, Caroline Goldman, autrice de *File dans ta chambre* (Dunod 2023). Interviewée par *Le Figaro*, elle a défendu l'intérêt de cette punition en s'en prenant aux « excès » de l'éducation positive « à la française » qu'elle juge laxiste. Quelques jours plus tard, 350 spécialistes de l'enfance signaient une tribune, allant dans le même sens, dans *Le FigaroVox*.

## ▪ Une question de dosage

En février, la praticienne enfonce le clou dans une interview accordée au *Monde* où elle s'en prend nommément à la psychothérapeute Isabelle Filliozat et à la pédiatre Catherine Gueguen qu'elle qualifie de « spécialistes autoproclamées » et qu'elle accuse de faire de la désinformation en affirmant « que mettre des limites (est) néfaste pour les enfants et (peut) créer un traumatisme ».

La riposte ne s'est pas fait attendre. En mars, Catherine Gueguen lui répond, dans le même journal, que l'éducation bienveillante « ne remet pas en question l'importance des règles, mais la violence avec laquelle celles-ci sont imposées ». Quelques jours plus tard, un collectif de 280 chercheurs et professionnels de l'enfance signe une tribune, toujours dans le quotidien du soir, pour contester les « méthodes éducatives s'appuyant sur des stratégies répressives ». Bref, depuis six mois, il ne se passe pas une semaine, ou presque, sans que partisans et détracteurs du « time out » ne s'expriment dans les médias.

La polémique surprend d'autant plus que cette punition, censée éviter l'escalade, semblait faire consensus. « Les gens de bon sens, soit la grande majorité des parents, comprennent que c'est une punition raisonnable », souligne le sociologue Claude Martin,

spécialiste de la politique familiale, directeur d'un ouvrage intitulé *Être un bon parent. Une injonction contemporaine* (Éd. Presses de l'EHESP, 2014). « *De la même façon qu'ils savent qu'il vaut mieux être bienveillant, le plus souvent possible, avec ses enfants et éviter toute forme de violence ordinaire, physique et psychique.* »

À y regarder de près, le clivage se concentre sur l'âge et le temps d'isolement. Caroline Goldman conseille de « *laisser l'enfant, au-delà de 4 ans, une demi-heure ou plus dans sa chambre* » alors que les études sur lesquelles s'appuie la parentalité positive recommandent de ne pas dépasser cinq minutes. « *Pour que cette punition soit efficace, il faut aussi que le parent reste calme et que le temps mort soit uniquement utilisé pour punir des comportements délibérés sur lesquels l'enfant a un certain contrôle* », explique Franck Ramus, directeur de recherches au CNRS qui, à l'occasion de ce débat, s'est penché sur la littérature scientifique.

### ▪ Quels sont les enjeux ?

Si le « time out » peut, de fait, être appliqué de manière différente, le décalage entre l'ampleur de la polémique et le fond du débat interroge. Quels sont donc les enjeux d'une telle controverse ? « *Derrière cette affaire, il y a d'abord une bataille d'influence dans un marché du conseil aux parents très concurrentiel, observe Claude Martin. Ces derniers, inquiets pour l'avenir de leurs enfants, ont envie de bien faire et sont une clientèle facile.* » (lire les repères).

Caroline Goldman, Isabelle Filliozat et Catherine Gueguen sont devenus des références. La première a lancé un podcast très écouté par les familles. Les deux autres sont des poids lourds de l'édition et des réseaux sociaux, Isabelle Filliozat proposant, en outre, des formations aux parents.

Au-delà d'une guerre d'ego, cette polémique renvoie au vieux débat entre « permissifs » et « autoritaires » régulièrement ravivé depuis le traité d'éducation de Jean-Jacques Rousseau, rappelle Claude Martin. « *Elle fait aussi écho à la bataille de courants, commencée il y a plus d'un siècle, entre la psychanalyse, la psychologie comportementale et les écoles de psychologie du développement, sur la meilleure façon de garantir un bon développement de l'enfant. Aujourd'hui, ajoute-t-il, les neurosciences, auxquelles se réfèrent les tenants de l'éducation positive, s'invitent dans le débat, certains allant jusqu'à utiliser ces travaux pour conseiller les parents, au risque de verser dans le scientisme.* »

La polémique sur le « time out » signerait-elle donc la résurgence du vieux débat opposant neuroscience et psychanalyse ? L'opposition ne serait plus aussi marquée qu'autrefois, temporeuse Ariane Bazan, docteure en biologie, professeure de psychologie à l'université de Lorraine et psychanalyste. Il y a aujourd'hui « *une volonté de la part de neuroscientifiques et de psychanalystes de travailler ensemble, et cette collaboration insuffle de nouvelles dynamiques de recherche* », se réjouit-elle.

## ▪ Redonner confiance aux parents

En attendant une meilleure collaboration entre les disciplines, les parents se trouvent face à des injonctions contradictoires, ne sachant plus à quelle théorie se vouer. C'est d'autant plus regrettable que les connaissances sur le développement de l'enfant ont beaucoup progressé, toutes disciplines confondues. « On sait qu'à la naissance, un enfant a d'abord besoin d'être enveloppé, avec des gestes et des regards qui le protègent mais qui lui fixent aussi des limites entre le dedans et le dehors, entre lui et le monde extérieur, rappelle le pédopsychiatre Bernard Golse. Il lui faut ensuite un modèle affectif sécurisant, avec une présence importante et de qualité des parents. Plus tard, la socialisation se fera d'autant mieux qu'il y aura eu ce travail sur la sécurisation. »

Quel que soit l'âge, « la question des limites reste centrale dans le développement de l'enfant », ajoute le spécialiste. « L'absence de toute interdiction est une impasse, l'autoritarisme pur également. Il faut un mélange équilibré d'écoute et de règles. » Si Bernard Golse n'est pas foncièrement opposé au principe du « time out », il estime que ce n'est pas aux psys de dire aux parents ce qu'ils doivent faire et à quel moment. « C'est la culture de l'expertise qui leur a laissé croire qu'ils n'avaient pas de compétences, dit-il. Aujourd'hui, il faut surtout les aider à retrouver confiance en eux-mêmes car ce sont eux les experts de leurs enfants. »

---

## ➤ Un marché lucratif

**Les ventes d'ouvrages sur la parentalité** (parents-enfants, grossesse, pédagogie) ont représenté 5 % de la part de marché du segment livres « vie pratique et loisirs » de l'édition en 2022, selon les chiffres publiés par la société GFK. Après un pic entre 2016 et 2019, les ventes sont revenues à un rythme plus classique : 1 410 000 livres vendus en 2022, contre 1 680 000 en 2021.

**Isabelle Fillioza est la championne des ventes** avec 500 000 exemplaires écoulés pour son best-seller *Au cœur des émotions de l'enfant* (JC Lattès, 1999), en version poche, et 390 000 pour *J'ai tout essayé !* (JC Lattès, 2011).