

ENQUÊTE

# LES NEUROSCIENCEES CONTRE FREUD

## L'éducation positive, nouvelle dogme parental

Par  
SONYA FAURE

**M**ais pourquoi diable a-t-on toujours tendance à stimuler le cerveau bas de nos enfants alors que nous ferions bien de mobiliser leur néocortex ? Pourquoi donner des ordres quand on peut parler à leur intelligence émotionnelle ?

Une floraison de livres est là pour aider les parents. Pas seulement des livres : des stages, des conférences, des ateliers. Tout un mouvement, celui de «l'éducation positive», en plein essor depuis une poignée d'années – et un filon sûr pour les maisons d'édition.

La parentalité positive ? «*Fournir aux enfants des ressources plutôt que des limites*», écrit Isabelle Filliozat. L'une des papesses du mouvement, qui l'a importé des États-Unis. Cette tendance s'appuie sur un mélange inédit : elle s'abreuve des récentes découvertes en neurosciences tout en revendiquant bon sens et

pragmatisme. Elle flirte avec la pédagogie tendance Montessori et s'inscrit dans la vogue du développement personnel. Mais elle ne se réfère jamais, ou presque, à la psychanalyse. «*On est à des années-lumière de Dolto pour qui la poupée d'une petite fille est un substitut phallique... Quand on est parent, on veut juste développer les aptitudes au bonheur de son enfant*», assure ainsi Catherine Meyer, éditrice aux Arènes.

Cette maison d'édition – qui publie la prestigieuse revue XXI mais aussi le livre récemment de compta de Valérie Thieryeller – vient justement de lancer une collection d'ouvrages consacrés à la parentalité positive. Le premier de la série, *le Meilleur pour mon enfant : la méthode des parents qui ne lisent pas les livres d'éducation*, d'abord tiré à 7 000 exemplaires, a dû être réimprimé à 3 000 exemplaires quelques semaines seulement après son lancement, en avril. Les éditions Jean-Claude Lattès avaient ouvert la voie dès 2012 avec leur propre collection de parentalité positive – un succès. Autre preuve de l'engouement, côté kiosque cette fois : un nouveau magazine, *Psychologie positive*, vient de sortir.

Dans ces manuels d'éducation *new-look*, revient sans cesse la «*développement*» et l'empathie. Les ordres et les menaces sont bannis. Les parents doivent se «*reconnecter*» aux émotions de leur progéniture. On parle du «*job de parent*», qui nécessiterait techniques et compétences.

Celles-ci sont extraites des neurosciences, qui donnent une légitimité scientifique nouvelle à des préceptes pédagogiques somme toute pas si inédits. Pas un livre qui ne s'appuie sur des tests scientifiques aux impressionnantes cohortes ou ne décrive de nouvelles con-



«*Front Porch*», de la photographe américaine Julie Blackmon. PHOTO JULIE BLACKMON

nexions neuronales révélées par IRM. «*Des chercheurs ont compilé les heures de coucher de plus de 10 000 enfants. Conclusion : ceux qui n'avaient pas d'heure de coucher régulière à 3 ans avaient plus tard de moins bons résultats à des tests de lecture, maths et repérage dans l'espace que ceux qui se couchaient à heure fixe*», rapporte ainsi la journaliste Guillemette Faure, dans *le Meilleur pour mon enfant*.

La plasticité du cerveau est le principe de base sur lequel s'appuie la psychologie positive. Le postulat est simple : chaque interaction avec un enfant a un impact sur ses neurones. Un cerveau n'est jamais définitivement

figé, rien n'est donc joué d'avance, les parents ont des leviers pour influencer sur les réactions et l'avenir de leur enfant. «*L'ingénierie cérébrale nous montre que donner un ordre à un enfant stimule son amygdale et le fait entrer en mode guerrier. La réaction de stress est la même que celle de nos ancêtres face aux dangers qui les assaillaient*», explique par exemple Isabelle Filliozat.

Un retour au biologisme ? «*Oui, mais le biologisme n'a rien d'homogène*, prévient le sociologue Sébastien Lemerle (1). Si certaines personnes croient encore qu'il existe un gène de la pédophilie, un biologisme d'un tout autre type s'est développé depuis une dizaine d'années,



Après des générations élevées par les conseils radiophoniques de Françoise Dolto, la célèbre psychanalyste pour enfants est-elle en train d'être détrônée ? Alors que la psychanalyse connaît un recul généralisé, les parents se tournent vers de nouveaux totems éducatifs bien éloignés des préceptes de Freud. Mélangé de neurosciences, de pragmatisme et d'idéologie individualiste,

la « parentalité positive » est le mode d'emploi de parents paniqués (à juste titre) par la course à l'excellence. Succès en librairie comme sur les réseaux sociaux, ce « *biopsychologisme* », comme l'appelle le sociologue Sébastien Lemerle, semble taillé pour l'individualisme contemporain. Il semble aussi répondre à ce désir parental d'être performant sur tous les fronts. Cocher toutes les

bonnes cases dès le premier vagissement de l'enfant ? Se rassurer par des études IRM du cerveau de la validité de recettes éducatives ? A cette obsession de la performance individuelle – toute libérale ? –, d'autres verront plutôt dans l'éducation positive une insoumission des parents contre les institutions : psychanalyse et école. S.F.

●●● depuis un siècle : les relations entre adultes et enfants ont un lien avec leur capacité de développement », note ainsi Sylviane Giampino, psychanalyste, psychologue pour enfant (2). Selon les promoteurs de la pédagogie positive au contraire, la découverte de ce « nouveau continent » va permettre de comprendre enfin. D'agir efficacement. « Grâce aux neurosciences, à l'heure actuelle, on sait exactement ce qu'il faudrait pour que l'enfant se développe bien », s'emballe la pédiatre Catherine Gueguen, dans une autre référence de l'éducation positive, dans une vidéo vue 6 900 fois sur Youtube.

La vogue de l'éducation positive passe par les réseaux sociaux. L'éditrice des Arènes, Catherine Meyer, la bien comprise : « Les parents ont pris le pouvoir. De même que les gens font des "tikos" sur Internet pour montrer aux autres comment réparer un évier, ils s'échangent leurs expériences sur l'éducation. » Dans les manuels de pédagogie positive, même les scientifiques se présentent avant tout comme parents débordés. « Dans ces moments-là, alors que vous devez (encore !) extraire un raisin sec d'une narine, vous ne pouvez rien espérer d'autre que survivre », admet ainsi le psychiatre américain Daniel Siegel, auteur de *Le Cerveau de votre enfant*, présenté comme « la bible de l'éducation positive » par les Arènes (3). Et dans son manuel, Guillemette Faure ne se pose pas en experte, mais en « mère collabotante », et même « pas tous les jours sûre d'être une bonne mère ». Plus encore que les neurosciences, la légitimité que cherchent les lecteurs est celle du « vécu ». Savoir que d'autres se sont plantés et qu'ils s'en sont sortis est le plus important, explique le sociologue Nicolas Marquis, qui a étudié le marché des ouvrages de développement personnel (4). Avec ces livres et ces conférences, ils s'inscrivent surtout dans une communauté (on n'est

plus tout seul), et dans une histoire (il y a un après, ça ne sera pas toujours comme ça). » Pour la psychanalyste Geneviève Delaisi de Parseval, auteur de *l'Art d'accueillir les bébés*, l'éducation positive s'est engouffrée dans le reflux de la psychanalyse. « Pendant des années, les parents étaient sous l'influence de Françoise Dolto qui leur disait à la radio s'il fallait ou non se promener tout nu devant ses enfants. Mais il n'y a pas eu de Dolto bis. Chaque psychanalyste a dit ce qu'il pensait lui-même. »

Les manuels d'éducation positive sont souvent émaillés de trucs, d'exercices et de dessins explicatifs. Dans *Le Cerveau de votre enfant*, chaque « leçon » est illustrée d'une petite BD. En haut, une mère (le plus souvent) au visage peu avenant représente la mauvaise attitude : « *Habile-toi ou tu seras punie* ». En bas, une mère souriante s'exclame : « *Et si on jouait à un jeu ? Tu vas sauter trois fois sur place et après, on mettra ton pantalon ensemble* ». Dans le droit fil de la littérature de développement personnel, ces manuels portent un discours centré sur l'individu. Version positive : « *Si on ne va pas bien, il est à notre portée d'aller mieux, en travaillant sur soi* », paraphrase enthousiasmant : « *On donne des outils aux gens pour qu'ils s'en sortent. Si ça ne marche pas, tant pis pour eux* », craint Sébastien Lemerle. Ce sociologue y voit un « discours de consolation pour survivre dans un monde angoissant ». La psychanalyse est culpabilisante, l'éducation nationale en échec. Des parents trouvent à s'opposer à l'école en s'appuyant sur le discours scientifique des neurosciences. Ce qui montre aussi qu'ils sont un peu moins dociles face à l'institution. » « Les parents qui lisent ces livres veulent être

actifs, ils tentent de trouver des repères, des outils, estime aussi la psychanalyste Sylviane Giampino. « J'y vois au fond un sursaut contre la vague de la performance, de l'excellence. Je ne suis donc pas dérangée par ces publications... sauf quand elles conseillent aux parents de sourire même quand ils n'en ont pas envie, sous prétexte que les muscles du visage envoient un signal au cerveau qui génèrera des endorphines et donc du bien-être... Ou quand le "coaching" amène ceux qui ne tiennent pas l'application de ces techniques à se vivre en échec. »

Derrière la neuroscience, il y a dans la pédagogie positive un peu de magie. « *La croyance dans la capacité de transformer la réalité par une série de techniques, de trouver un "nouveau moi", confirme Nicolas Marquis. Le fanatisme de pouvoir vivre sans colère, de réussir à s'aimer soi-même grâce à des techniques, comme en collent des Post-it sur son frigo*. » Dans un manuel, on a trouvé cette formule : « *C'est l'ocytocine qui nous permet d'aimer* ». ♦  
 (1) Le Singe, le Gène et le Neuron. Du retour du biologie en France, Sébastien Lemerle, PUF.  
 (2) Nos enfants sous haute surveillance, Sylviane Giampino, Albin Michel.  
 (3) Le Cerveau de votre enfant, Dr Daniel J. Siegel et Tina Payne Bryson, les Arènes, mai 2015.  
 (4) Du bien-être au marché du malaise, la société du développement personnel, Nicolas Marquis, PUF.



## EN HAUT DE LA PILE

### Vu par une journaliste



Est-ce qu'être gentil, ça peut s'apprendre ? Faut-il s'investir dans la vie à l'école ou rester une oasis après l'école ? Drôle et vivant, le livre de la journaliste Guillemette Faure a des airs de conversation entre amis. Entre deux enseignements très des neurosciences, l'ouvrage rapporte que le fondateur de Twitter interdit les écrans à ses propres enfants et que la chef Hélène Darroze permet aux siens de manger des croquettes en forme de Mickey. « *La parentalité positive soulage de toutes les injonctions. Plutôt que de rendre responsable le parent de ce qui ne va pas, on part du principe qu'il fait ce qu'il peut* », explique la journaliste. S.F.

**LE MEILLEUR POUR MON ENFANT** de Guillemette Faure, Les Arènes, 2015, 250 pp., 19,90€



Pour la psychothérapeute Isabelle Filliozat, la parentalité positive est devenue une industrie. Directrice de l'École des intelligences relationnelle et émotionnelle, responsable d'une collection, elle ne manque pas de rappeler que chacune de ses conférences réunit « *600 à 900 personnes* ». Son livre *J'ai tout essayé !*, pour les 0 à 5 ans, s'appuie sur la neurophysiologie, les IRM et la psychologie. Un tel succès (62 000 exemplaires vendus) que la suite. *Il me cherche*, est parue l'an passé pour les 5-12 ans. « *On a réussi à remettre en cause la psychanalyse qui présuppose que l'enfant est animé de pulsions auxquelles il faut poser des limites* », se félicite-t-elle. S.F.

**J'AI TOUT ESSAYÉ** d'Isabelle Filliozat, éd. Jean-Claude Lattès, 2011, 252 pp., 18€

auquel appartient notamment l'éducation positive : libéral, centré sur l'individu, il est plus apte à offrir des discours optimistes. » A une époque où chacun a l'impression de perdre prise sur le monde qu'il entoure, cette philosophie « nous donne l'impression que pour notre vie, au moins, on est aux commandes », estime Guillemette Faure. « *Contrairement à la psychanalyse qui nous définit beaucoup par nos liens, la parentalité positive nous définit par nos expériences*. » Tant pis si les psys relativisent grandement la nouveauté de l'éducation positive. « *La plasticité cérébrale ne fait que démontrer ce que les grands pédagogues ont dit* » ●●●