

## ТРАНСКРИПЦИЯ

– Les enfants sont de plus en plus occupés. Pour preuve, nous avons rencontré la famille Jacquet un soir de la semaine. Sur le chemin de la maison, il ne faut pas perdre de temps car après l'école, une deuxième journée commence. Olivia nous parle de sa semaine.

– Je vais au théâtre le lundi et au basket le mercredi.

– Et toi, Faustine ?

– Moi, je joue du violon ce soir, mais demain j'ai dessin et je danse trois fois par semaine.

– Et ce n'est pas trop dur, toutes ces activités ?

– Non ! Pas du tout, on s'amuse ! Au moins, on ne s'ennuie pas !

– Ne pas s'ennuyer... Occuper les enfants au maximum avec des livres, des ateliers, des sports. Les

parents pensent souvent que c'est leur faute si leurs enfants s'ennuient. C'est comme s'il fallait absolument remplir les agendas. Et pourtant, l'ennui n'est pas inutile. Il serait même indispensable. Nous avons posé la question à un psychologue.

– Oui. Les enfants ont besoin d'un espace de vide, d'un moment d'ennui, de temps en temps, pour pouvoir penser, imaginer, rêver.

– Maman, elle dit toujours que c'est très bien de s'ennuyer. Elle dit que ça fait marcher mon cerveau. Moi, ça m'énerve quand elle dit ça. Je n'aime pas m'ennuyer.

– Pourquoi les enfants n'aiment pas s'ennuyer ?

– L'enfant, on le sait, n'est pas autonome. Il est très dépendant des parents et des adultes. Il a besoin de leur compagnie pour s'occuper. Mais, c'est important de développer assez tôt chez lui la capacité à rester seul un moment. L'enfant doit apprendre à vivre le moment où il n'est pas avec un adulte comme un moment de tranquillité et non pas d'angoisse. Les enfants ont besoin de temps pour eux, pour se découvrir et découvrir leurs centres d'intérêt. De plus, l'ennui est une ressource nécessaire pour le cerveau.

Quand on s'ennuie, le cerveau, lui, s'occupe. Il réfléchit. Dans les brèves périodes d'ennui, que ce soit à l'école ou à la maison, le cerveau revoit les apprentissages de l'école ou de la journée.

– L'ennui serait donc utile. À condition bien sûr qu'il ne dure pas trop car si on s'ennuie trop, on peut devenir triste.