

Pour une école dans la nature

« Il n'y a pas de mauvais temps, il n'y a que de mauvais vêtements »

Une extinction massive dans l'indifférence

Les études se suivent et confirment un déclin massif de la biodiversité dans notre pays et plus globalement à l'échelle mondiale. C'est plus des 2/3 de la biomasse des insectes qui a disparu. En France, les populations d'oiseaux ont chuté de 30 et 70 % selon les espèces, en seulement 30 ans. [L'IPBES acte dans un récent rapport](#) le fait que nous sommes responsables de cette extinction massive.

Dans le même temps, une part majoritaire de la population semble indifférente à l'extinction, sous ses yeux, des autres vivants de la planète. Le marketing basé sur le toujours plus, l'individualisme et le paraître à tout balayé. Pourtant, en y regardant de plus près, les mots touchant la biodiversité, semble toucher aussi notre espèce. Les maux de la terre sont aussi les maux de l'homme. Le concept d'une « seule santé⁽¹⁾ » fait son chemin et a trouvé un de ses épilogues avec les coronavirus car la santé de l'environnement, celle des animaux et des hommes est la même. Elle est le résultat des même maux... la mise au pas toujours plus forte et puissante de notre planète. Nombreux sont les scientifiques qui nous alerte depuis une dizaine d'année pour nous montrer le lien évident entre destruction de la nature et le passage des virus de l'animal à l'homme⁽²⁾.

Une nature bannie de l'environnement des enfants

Depuis une vingtaine d'année, les classes nature au sens large ont décliné⁽³⁾ en France sous l'influence de plusieurs facteurs dont le manque de moyen, l'avènement du développement durable et son approche essentiellement technique et dans les murs, une formation des enseignants déclinante dans ces domaines et le développement d'une hyper-sécurisation des écoles. Auxquels s'ajoutent la déconnexion à la nature dans le cadre familial et l'hyper connexion des jeunes.

Nous avons développé des cours d'écoles d'une pauvreté sans nom (bitume, platane, jeux urbains normatifs et peu créatif ou inspirants). Les cours d'école prennent peu en compte les besoins des enfants. Elles ont été conçus en privilégiant le bas coût de la standardisation et les aspect sur-sécuritaires. Les écoles reflètent leur époque et ressemblent globalement à la vision urbaine des années 80, du bitume, des pavés autobloquants, du mobilier urbain et assez peu d'espace vert, de corridor, d'éléments naturels (eau, bois, terre...) une ville minérale d'où la nature a été bannie. La nature a aussi pour avantage de n'être pas « genrée » comme le sont un certain nombre de cours d'école avec des codes couleurs ou des terrains de foot qui séparent, dès le plus jeune âge, filles et garçons.

Ce qui est vrai à l'école l'est tout autant en dehors. L'ensemble de l'environnement d'une grande majorité d'enfant est extérieur à toute nature. Même à la campagne, nos enfants ne jouent plus dehors et ne font plus l'expérience du vivant. Faites l'expérience, demandez à un enfant de s'assoir par terre, de toucher certains animaux... et vous découvrirez dans la majorité des cas une véritable peur ou un véritable dégoût chez nombre d'entre eux.

Des enfants en mauvaise santé psychique et physique

En France, trois à cinq pour cent des enfants d'âge scolaire (entre trois et dix-sept ans) souffrent de Trouble Déficit de l'Attention (avec ou sans hyperactivité) ou TDAH, soit un enfant par classe⁽⁴⁾. Dix-sept pour cent des enfants de six à dix-sept ans sont en surpoids, dont quatre pour cent obèses⁽⁵⁾. Un à deux pour cent des enfants âgés entre un et dix ans connaissent un état dépressif⁽⁶⁾, dont les deux tiers présentent au moins un trouble comorbide^{(7)*}. L'émergence de ces troubles est en grande partie liée à la

sédentarisation accrue des enfants, scotchés à leur chaise et à leurs objets connectés, sans aucun contact avec leur environnement naturel, même proche. Ce constat est valable à la maison comme à l'école : la numérisation des établissements scolaires, tous niveaux confondus, gagne du terrain sous couvert d'égalité des chances pour tous les enfants, de facilitation des enseignements et d'adaptation aux nouvelles facultés cognitives des *digital natives*⁽⁸⁾. Or, il est de notoriété publique que les patrons des plus grandes entreprises du numérique placent leurs enfants dans des écoles privées sans écran⁽⁸⁾. De quoi remettre en doute ces bonnes volontés.

L'expérience du dehors, même à petites doses, soulage et soigne !

De nombreux scientifiques étudient depuis plus de vingt ans les effets des contacts que nous entretenons avec le dehors sur notre santé morale, physique et psychologique. Les résultats sont sans appel : en passant plus de temps à l'extérieur, dans un environnement naturel, nous sommes moins stressés⁽⁹⁾, plus aptes à nous concentrer, à apprendre et à créer⁽¹⁰⁾, et ce d'autant plus que l'environnement est conservé⁽¹¹⁾.

Des effets bénéfiques étudiés :

- Une étude menée sur des enfants de sept à douze ans atteints de TDAH montre qu'une marche de vingt minutes les aident à trouver une capacité de concentration proche de celle des autres enfants⁽¹²⁾.
- Sortir, laisser les enfants s'adonner à des jeux libres, sans contraintes, suffit à motiver un effort physique permettant de limiter la prise de poids⁽¹³⁾.
- Les enfants brûlent plus de calories par minute dans le jeu que dans les activités physiques structurées⁽¹⁴⁾.
- Sortir régulièrement dans un environnement naturel ou avec des éléments naturels (parc, jardin) contribue à limiter les symptômes dépressifs et d'autres maladies mentales⁽¹⁵⁻¹⁶⁾.

Une relation à re-construire

L'école à un rôle majeur à jouer dans cette connexion au vivant à travers plusieurs dispositifs d'éducation à la nature mais également en travaillant sur les espaces récréatifs au sein de l'école. Nous avons tout fait pour bâtir un fossé avec la nature, nous pouvons aujourd'hui faire plus pour retisser ce lien qui nous ferait collectivement du bien.

Ce lien fort, puissant, qu'il nous faut renouer doit passer prioritairement par l'expérience de la nature, par la nature vécue et pas seulement par cette nature conçue, pensée voir fantasmée... La raison est certes importante mais elle doit être fondée sur une relation au monde réelle, sur la base d'un lien intime avec les éléments et les autres vivants. En inversant les choses, nous pensons une nature qui n'existe pas, une nature de laboratoire.

Tout comme nous ne devons pas nous habituer à des printemps sans hirondelles nous ne devons pas non plus, nous habituer à voir grandir une génération atteinte « du syndrome du manque de nature⁽¹⁷⁾ ».

Ref :

(1) podcast : Une planète, une santé du muséum - <https://www.youtube.com/channel/UCyQuKkNt-Jiaw45eNfXWBXw>

(2) Articles de presse :

- . Courrier international : <https://www.courrierinternational.com/article/coronavirus-la-destruction-des-ecosystemes-par-lhumain-favorise-lemergence-depidemies>
- . 20 minutes : <https://www.20min.ch/ro/news/monde/story/La-destruction-de-la-nature-menace-l-Homme-26593543>
- . Libération : https://www.liberation.fr/terre/2020/03/26/la-crise-du-coronavirus-est-une-crise-ecologique_1783155

(3) Des classes nature en régression depuis le DRAC et l'avalanche des Orres d'après Claude Le lièvre historien de l'éducation

(4) -Lecendreux M., mai 2011, **TDAH, classification actuelle, problèmes et enjeux**, L'information psychiatrique, (Volume 87), pages 379 à 382.

(5) -Équipe de surveillance et d'épidémiologie nutritionnelle, 2017, **Étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition (Esteban). 2014-2016. Volet Nutrition. Chapitre Corpulence**. Saint-Maurice : Santé publique France, 42 pages.

- (6) - Egger HL., Angold A., **Common emotional and behavioral disorders in preschool children: presentation, nosology, and epidemiology**, J Child Psychol Psychiatry, 2006 Mar-Apr • 47(3-4):313-37.
- (7) - Ord T., Goodman R., Meltzer H., **The British Child and Adolescent Mental Health Survey 1999: the prevalence of DSM-IV disorders**, J Am Acad Child Adolesc Psychiatry, 2003 Oct • 42(10):1203-11
3 et 4 in Julie Brunelle et David Cohen - **La dépression chez l'enfant**, article n°2-1, Service de Psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, Hôpital Pitié-Salpêtrière, Paris.
- (8) -Desmурget Michel, 2019, **La Fabrique du Crétin Digital**, éditions Seuil
- (9) - Michelle C.Kondo' Sara F.Jacoby' Eugenia C.South' **Does spending time outdoors reduce stress? A review of real-time stress response to outdoor environments**, Health & Place Volume 51,2018, Pages 136-150
- (10)- Marc G. Berman, John Jonides, Stephen Kaplan, **The Cognitive Benefits of Interacting With Nature December 1**, 2008, Psychological Science
- (11) - Rupert Lloyd Hough, 2013, **Biodiversity and human health: evidence for causality?** Biodiversity and Conservation, volume 23, pages267-288
6, 7 et 8 in **Pourquoi la nature nous fait du bien, les scientifiques expliquent**, 2018, CEST The Conversation
- (12)- Kuo E. et Faber-Taylor A., **A potential Natural Treatment for Attention Deficit / Hyperactivity Disorder. Evidence from a National Study**, American Journal of Public Health, vol 94, n°9 in Espinassous Louis, **Besoin de Nature, santé physique et psychique**, éditions Hesse, 2014, page 16
- (13) - Collectif APOP, **Activité physique et obésité de l'enfant, Synthèse du Programme National Nutrition Santé**, 2008
- (14) - Cardinal F., **Perdus dans la Nature**, Odila Jacob, 2002
- (15) -Espinassous Louis, **Besoin de Nature, santé physique et psychique**, éditions Hesse, 2014
- (16) - Crevier Laurence, **L'activité physique pour les enfants et adolescents présentant un trouble du spectre de l'autisme**, mémoires d'études, décembre 2014, 96 pages
- (17) - "Nature Deficit-Desorder", Richard Louv, 2005

Lexique :

*comorbide : associé à plusieurs maladies