

Observe et écoute

Les élèves d'âge préscolaire trouvent le calme et la sérénité dans les bois

Par **Catherine Koons Hubbard**
Traduit par **Ysabelle Poulin**

L'entrée de notre établissement préscolaire d'éveil à la nature, à Milwaukee, au Wisconsin, se trouve juste à côté d'une route très fréquentée. Mais une fois que vous avez franchi l'entrée et que vous roulez le long du chemin sinueux qui mène au bâtiment principal, la ville disparaît et les arbres se courbent en guise de salutation. Alors, on aperçoit une prairie, un champ d'herbe et souvent, même, des dindons qui se promènent à la recherche de nourriture. La plupart du temps, ils sont au milieu du chemin, regardant les automobilistes d'un air indifférent et entravant la circulation.

Pourquoi ne pas éteindre la radio lorsque vous-vous engagez dans l'allée, avons-nous coutume de dire aux parents des élèves. Vous serez mieux à même de noter les changements qui s'opèrent de semaine en semaine, comme les feuilles qui changent de couleur, passant du vert au rouge puis au jaune, et, soudainement, les branches qui se recouvrent de givre. C'est important de prendre le temps de respirer et de profiter du moment présent.

Un de nos objectifs, lorsque nous dispensons ce conseil, est de préparer les élèves pour les classes d'éveil à la nature de notre établissement préscolaire.



Photographs: Schlitz Audubon Nature Center

Nous aimons qu'ils soient tout contents de nous dire qu'ils viennent de voir un cerf ou qu'ils ont entendu un pic lorsqu'ils arrivent à l'école et souhaitons aussi qu'ils s'y sentent heureux. Nous voulons aussi aider les familles à faire une pause. Nous savons très bien que beaucoup de nos élèves doivent se hâter pour arriver à l'école à temps, qu'ils ont peut-être un grand frère qui doit se préparer aussi ou que, dans le cas de nos programmes d'après-midi, ils ont peut-être dû manger dans la voiture. Nous comprenons à quel point il est difficile pour les familles de ralentir, de conduire à 25 kilomètres à l'heure sur la propriété de l'école, et d'éteindre la radio afin de prendre le temps d'observer et d'écouter, mais nous leur demandons quand même d'essayer.

Au cours d'une journée typique à l'établissement préscolaire d'éveil à la nature, les enfants jouent, explorent, touchent, font des randonnées, mangent, chantent, écoutent des histoires, jouent dans la boue, rient... bref, ils ont le droit d'être



des enfants, de rigoler et d'interagir avec la nature qui les entoure d'une façon qui les aidera à développer leur confiance en soi et leurs aptitudes.

On leur demande aussi d'être attentifs, de s'asseoir et de respirer. Parfois, cela signifie de simplement se coucher sous un érable à l'automne, d'observer le couvert végétal de feuilles jaune vif et de prendre de grandes bouffées d'air frais d'octobre. D'autres fois, il s'agit de s'étendre de tout son long, face dans la neige, pour la goûter et pour sentir le sol recouvert par le gel. À l'occasion, nous allons au lac Michigan où les élèves s'assoient, immobiles, et regardent les vagues et en écoutent le bruit. Et lorsque nous y retournons en hiver, ils s'assoient de nouveau et écoutent plutôt le silence.

Donner la chance aux enfants d'apprendre à apprécier le silence et le calme est plus important que jamais puisque leur vie est remplie par toutes sortes de technologies et que leurs journées sont ponctuées d'une foule d'activités. Ils sont plus occupés que jamais, mais, en même temps, ils sont de moins en moins en phase avec la nature qui les entoure. Richard Louv écrit dans son livre *Last Child in the Woods* :

« Aujourd'hui, les enfants sont conscients de ce qui menace l'environnement à l'échelle internationale, mais leurs contacts physiques et leur intimité avec la nature diminuent. C'est exactement le contraire de ce que c'était lorsque j'étais enfant.

Quand j'étais un jeune garçon, je ne savais pas que les boisés que je fréquentais étaient liés, sur le plan écologique, à d'autres forêts. Personne, dans les années 1950, ne parlait de pluies acides, de trous dans la couche d'ozone ou du réchauffement climatique. Par contre, je connaissais par cœur la forêt et les champs; je connaissais chaque méandre des ruisseaux et toutes les aspérités des chemins de terre battue. J'ai erré dans ces bois jusque dans mes rêves. Un enfant d'aujourd'hui peut probablement vous parler de la forêt tropicale amazonienne, mais pas de la dernière fois qu'il a exploré les bois dans la solitude ni de celle où il s'est trouvé étendu dans un champ à écouter le vent et à regarder les nuages passer ».

Demandez à n'importe quel adulte qui a une passion pour l'environnement de quelle façon il a d'abord développé cet amour de la nature et la réponse est presque toujours la même : « Je jouais dehors lorsque j'étais enfant ». Cela est très significatif. L'amour de la nature ne s'acquiert pas grâce à une leçon sur les espèces envahissantes ou en raison d'une excursion de classe dans les bois une fois par an. Il grandit lorsqu'on réussit à grimper à un arbre par soi-même ou qu'on lance une pierre dans une flaque d'eau pour voir les anneaux qui s'y forment. Il vient de ces moments « entre deux », au quotidien : entre les fois où on fait la navette entre la maison, l'école et l'épicerie, entre les fois où on est absorbé par les téléphones intelligents, les tablettes et les jeux vidéo. L'amour de la nature se développe quand un enfant a le temps de jouer dans la terre, de toucher l'intérieur collant d'une tige de pissenlit ou d'entendre le trille du chant d'un carouge à épaulettes provenant des roseaux.

Quand je dis aux gens que je pense qu'il est important, en tant qu'enseignant, de donner aux jeunes enfants l'occasion de ressentir la paix et de développer leur spiritualité, je ne parle pas de guerre ni de religion. Je parle de réduire l'anxiété, de diminuer le taux de dépression et d'aider les enfants hyperactifs à

apprendre à être calme et maîtres de la situation. Je parle de donner aux enfants des possibilités de se trouver en silence dans la nature. Je parle des expériences profondes et significatives que chacun doit faire par lui-même et qui ne s'enseignent pas.

Je dirais qu'on peut y arriver, en dépit des évaluations qu'il faut faire et des salles de classe surpeuplées, même en pleine ville, où il ne suffit pas de regarder par la fenêtre pour voir la nature. Depuis des années, j'amène des animaux vivants dans des classes d'âge préscolaire de quartiers défavorisés afin que les jeunes enfants entrent en contact pour la première fois avec le rythme lent et paisible de la tortue. Je leur demande de toucher la carapace. Bientôt, les lumières s'éteignent, et les élèves regardent, en silence, la tortue marcher lentement.

Les enfants méritent ces moments. Ils méritent de trouver du réconfort dans la nature, de trouver en quelque sorte refuge dans ce qui est petit et simple, dans ce qui avance à un rythme beaucoup moins effréné que le nôtre.

Catherine Koons Hubbard enseigne dans des classes préscolaires d'éveil à la nature du Schlitz Audubon Nature Center, au nord de Milwaukee, au Wisconsin.

Ysabelle Poulin est étudiante en 3^e année au baccalauréat en traduction professionnelle à l'Université de Sherbrooke.