

## **Interview de Hubert Montagner**

Question : pouvez-vous préciser, de manière générale, quels sont les tests effectués pour formuler les résultats que le chronobiologie nous fournit aujourd'hui ?

Nous observons les variations de comportement des enfants au cours de la journée, d'une journée à l'autre, d'une semaine à l'autre. Ces observations sont filmées, avec l'accord de tous les acteurs impliqués. La caméra est laissée en permanence ; plusieurs mois après, les analyses sont menées à partir de comportements ayant été définis au préalable : des comportements d'offrande, de sollicitation, de coopération, d'entraide, des mouvements (s'asseoir, se lever, se tourner, bailler...). Ce sont autant d'indicateurs des fluctuations de l'attention à l'échelle de la période choisie.

Les analyses se font à plusieurs, afin de recouper les différentes observations. Une fois une analyse assez conséquente constituée, des comparaisons peuvent être effectuées sur un même enfant, différents enfants voir différentes classes.

On peut compléter, et c'est ce que nous avons fait, ces analyses par l'enregistrement de variables biologiques comme le rythme cardiaque. Ce critère est important car il est significatif du degré de recueillement d'informations sur le monde extérieur : lorsque le rythme cardiaque est élevé, la capacité d'acquisition de ces informations diminue.

On peut également quantifier la pression artérielle, qui permet de caractériser le stress de l'environnement.

Avec des collaborateurs, nous avons, il y a quelques années, relevé dans l'urine des enfants le taux de corticostéroïdes, sécrétés par le cortex des glandes surrénales, qui jouent un rôle essentiel dans la protection de l'organisme. Par exemple, ces sécrétions sont élevées entre 6 heures et 8 heures, comme si l'individu se donnait les moyens de faire face aux agressions de la journée à venir.

Question : Comment sont choisis les échantillons d'enfants ?

Le nombre est déterminé par les contraintes matérielles. Autant d'enfants sont examinés simultanément que le matériel le permet. Pour le reste, les échantillons sont constitués au hasard.

Question : ne donne-t-on pas assez de voix à la chronobiologie dans le débat des rythmes scolaires ?

Le Ministère de l'Éducation Nationale s'en fiche royalement ! La communauté scientifique n'a pas arrêté de dire et d'écrire depuis 20 ans ce qui est maintenant retenu par la majorité des acteurs du débat. La commission Éducation et Écriture de l'Assemblée Nationale a repris tous nos travaux avec presque plus de fermeté que nous. Les inspecteurs généraux de l'Éducation Nationale reprennent également ces travaux.

D'après ce que j'entends, c'est l'ensemble de la conférence nationale qui s'appuie sur ce que nous avons dit et écrit, même si cette conférence est une vraie imposture.

Question : y a-t-il une banalisation des résultats apportés par la chronobiologie par la presse et le grand public ?

C'est surtout une ignorance et une confusion : on mélange chronobiologie et rythmes biologiques, alors qu'ils ne se superposent pas. Par exemple, dans la journée, il y a deux moments de forte vigilance, variant selon les journées et les enfants : de 9 h ou 9 h 30 à 11 h, 11 h 30, puis de 14 h, 14 h 30 à 16 h, 16 h 30. Pourtant, si l'on considère un enfant venant d'une cité difficile, ayant des difficultés personnelles, il ne sera pas du tout vigilant l'après-midi. Une proportion non négligeable de ces enfants n'est même plus attentive à partir de 11 h ou 11 h 30. Ils ont une petite plage de vigilance le matin qu'il faut savoir exploiter.

Les difficultés rencontrées dans la famille peuvent rendre les rythmes illisibles, non interprétables. Il n'y a alors pas de fatalité de ne pas rencontrer un pic d'attention dans l'après-midi, celui-ci étant étouffé par les difficultés rencontrées notamment dans la vie familiale. Les rythmes biologiques sont alors atténués par ces facteurs, qu'il faut alors tous prendre en compte.

Question : à votre avis, dans quelle mesure les intérêts autres que celui de l'enfant doivent intervenir dans cette controverse, par exemple la question des transports ?

Il est d'abord nécessaire de bien voir que l'intérêt des familles est primordial. Si le cadre familial n'est pas propice à son développement, l'enfant peut développer « l'insécurité affective » qui se caractérise, notamment le matin, par un repli sur soi-même. L'école devrait permettre aux enfants arrivant le matin de relativiser cette sécurité affective.

Des considérations telles que le transport sont de l'ordre du « petit bout de la lorgnette ». On doit facilement résoudre le problème en mobilisant la réflexion des responsables du transport, des mairies, du Conseil Général. L'école a été instituée pour l'enfant et ne doit se développer que dans son intérêt, en étant à l'écoute de ses problèmes et de ses besoins.

Question : y a-t-il un rythme de société qui vient contraindre le rythme des enfants ?

Le rythme fondamental est l'alternance du jour et de la nuit, il synchronise l'alternance veille-sommeil, qui joue un rôle majeur dans la récupération des fatigues physiques, psychiques et intellectuelles, dans la mémorisation, et dans tous les événements psychiques et biologiques.

Les rythmes sociaux sont eux-mêmes indexés sur l'alternance du jour et de la nuit : les administrations, les entreprises n'ouvrent pas à n'importe quelle heure de la journée. Les rythmes sociaux s'organisent donc d'abord par rapport à l'alternance jour-nuit.

Question : pouvez-vous nous rappeler quels ont été les enjeux de la chronobiologie durant ces dernières années ?

Cela fait 20 ou 30 ans, selon les aspects, que nous n'arrêtons pas d'écrire et de publier la même chose à partir de la recherche fondamentale menée.

Question : Y a-t-il possibilité d'alterner des cours de natures différentes à la suite à l'école ?

Bien sûr. Ce que nous, la communauté scientifique, souhaitons depuis longtemps, c'est que la première heure (celle qui précède 9h30 pour l'école primaire, et celle qui précède 8h pour le collège) soit dédiée à un accueil informel des élèves. En effet, chaque enfant a besoin d'une période (dont la durée lui est propre) pour retrouver un niveau de vigilance, d'attention qui lui permettra de pouvoir suivre les cours de la journée. Certains individus ne sont pas réveillés avant 9h ou 9h30 et nécessitent ainsi un temps plus long que les autres pour retrouver pleine mesure de leurs capacités intellectuelles. Ce moment est important : c'est donc à l'école de trouver le temps d'instaurer cette période où l'enfant peut s'éveiller, mais aussi relativiser l'insécurité affective qu'il a développée dans le milieu familial, à cause de disputes entre les parents, de la situation professionnelle de ceux-ci ou autres perturbations. Il faut donc neutraliser la première heure au plan pédagogique.

Ensuite, il y a une plage favorable à l'apprentissage, se situant entre 9h, 9h30 et 11h30, 12h voir 12h30 selon les enfants.

Viens ensuite la pause méridienne, qu'il faut également neutraliser puisqu'elle est le siège d'un affaïssement de la vigilance du cerveau. Il y a une augmentation de la sécrétion de mélatonine, parfois appelée hormone du sommeil, par l'épiphyse (glande de la partie supérieure du cerveau), ainsi que, entre 13 et 14h, une augmentation du rythme cardiaque (multiplié par 3 à 4 chez les enfants de l'école primaire).

Arrive une nouvelle période forte entre 14h30, 15h et 16h30, 17h. Après et jusqu'à 20h, apparaît un temps fort du métabolisme, avec une hausse de la température corporelle. C'est à ce moment que l'on observe une force musculaire maximale, et des coordinations motrices optimales. C'est à ce moment que devraient être préparées des activités physiques et sportives, ainsi que des activités ludiques nécessitant une grande mobilisation physique.

Enfin, il faut transmettre l'information de l'importance du sommeil aux enseignants et aux parents, trop peu renseignés dans l'état actuel des choses.

Question : N'y a-t-il pas un risque d'accentuer les discriminations sociales si l'école s'adapte à la vitesse de chacun ?

Non, au contraire. C'est à l'heure actuelle que l'école discrimine les enfants en leur imposant à tous le même rythme, quel que soit leurs difficultés par ailleurs, ce qui est un facteur d'inégalité sociale et d'injustice sociale. Or, les enfants qui ont des difficultés pour se réveiller le matin sont en général ceux qui souffrent dans le milieu familial et dont le milieu familial souffre. On peut être certain de leur souffrance, et de leur incapacité à mobiliser leur réflexion si on ne sait pas créer, pour eux, un milieu de confiance, d'interaction et d'échange.

La France est le pays qui a la journée scolaire la plus longue du monde. Pour pouvoir mobiliser leurs ressources dans les temps forts de la journée, les enfants ont besoin d'être rassurés, d'être mis en confiance.

Question : doit-on parler de rythmes, ou de temps scolaires ?

Il est vrai qu'il serait plus correct de parler d'aménagement du temps scolaire, basé sur les rythmes biologiques et biopsychologiques des enfants.

Question : votre avis sur le classement PISA ?

Ce sont exactement nos chiffres.

Question : qu'en est-il du modèle allemand évoqué par de nombreux partis ?

Il est très mauvais ! Même les allemands n'en veulent pas. Ce système est basé sur deux temps. Le premier est une période de cours de 8h à 13h30, avec deux, parfois trois récréations. Mais aucun enfant au monde, pas même le plus doué, ne peut se mobiliser si longtemps sous la contrainte scolaire. C'est trop de pression de la part du milieu scolaire.

Le second temps, celui de l'après-midi, est en théorie consacré aux sports, activités manuelles, musique... mais ne fonctionne que pour les familles qui en ont les moyens. Pour les autres, il n'y a que deux issues : ou bien les enfants se retrouvent à la rue, ou bien ils se confinent dans le milieu familial, et restent devant la télévision pendant 2 heures, 3 heures... en attendant que leurs parents reviennent du travail. Cette situation dans laquelle ils sont abandonnés, délaissés, est très grave, surtout pour les plus jeunes.

Question : Et le système finlandais, dont les résultats PISA sont les meilleurs ?

A mon avis, c'est le meilleur qui soit : les finlandais savent être patients avec les enfants. En France par exemple, on a instauré une exigence, celle pour tous les enfants de savoir lire, écrire et compter à l'issue du cours préparatoire, soit entre 6 et 7 ans. En Finlande, les enfants qui ont la motivation d'acquérir ces compétences à 5 ans le peuvent, tandis que ceux qui ne peuvent qu'apprendre à 8 ou 9 ans sont libre de le faire. Les Finlandais savent patienter jusqu'au moment où les jeunes sont prêts, et savent leur faire confiance. De notre côté, nous ne faisons pas confiance à nos enfants et exerçons une pression négative sur eux ; c'est ce qui est bien décrit dans le livre de Peter Grumbel, On achève bien les enfants.

Question : pensez-vous que la fatigue que l'enfant peut éprouver à l'issue d'une journée d'école est essentiellement une fatigue intellectuelle due aux cours, ou y a-t-il une fatigue d'ordre plus générale due à la présence à l'école ?

Les phénomènes que nous avons étudié ont pour cadre les 24 heures. La fatigue, la vigilance,

l'alternance veille-sommeil ont été étudiés sous l'angle du rythme fondamental qu'est l'alternance jour-nuit.

Pour analyser cette fatigue, il faut d'abord se donner des indicateurs, éléments objectifs et pouvant être reconnus comme tels par chacun. Ces indicateurs sont analysés en continu, étudiés sur des vidéos réalisées tout au long du temps scolaire. Des éléments de fatigues, et/ou de non-vigilance sont observés. Les indicateurs de fatigue sont les bâillements, les affailements, l'absence d'attention (regard fixe, yeux fermés...). La fatigue et la non-vigilance sont souvent corrélés, mais pas toujours.

Il se passe, durant un cycle d'ensemble veille-sommeil, des événements physiologiques et psychiques en lien avec la vigilance ou non de l'individu le lendemain. Il n'est pas étonnant que les indicateurs de fatigue et de non-vigilance mettent en relief la période autour de 9h du matin : la personne peut se mettre dans son coin, développer des conduites auto-centrées. L'individu s'allonge dès qu'il le peut, somnole voir s'endort, ce que l'on observe parfois chez des petits de 5 ans, 6 ans. Cette fatigue peut être due uniquement au rythme de sommeil de l'enfant ; mais le temps passant, on observe parfois des phénomènes de fatigue qui ne sont plus corrélés au rythme veille-sommeil. Par exemple, au cours préparatoire, 68 % des élèves baillent entre 9h et 9h30 (indicateur de non-vigilance due au rythme veille-sommeil) et chez les mêmes enfants, entre 11h et 11h30, on peut observer une fréquence de plus en plus élevée de bâillements, d'étirements, d'yeux qui se ferment, d'affailements, etc. Ces événements traduisent le trop plein des mobilisations des ressources intellectuelles, effectuées sur un temps supérieur à ce que l'enfant peut supporter. On voit ces phénomènes apparaître clairement entre 11h et 11h30, ce qui signifie une indisposition des élèves au travail intellectuel. Des enfants de CE1, CE2 peuvent présenter les mêmes caractéristiques, et ce jusqu'à midi ; il en est de même en CM1 puis CM2, aux alentours de 12h ou 12h30.

La matinée est donc trop longue, et les mobilisations intellectuelles excèdent les capacités des enfants. C'est d'autant plus prononcé que l'enfant est en échec scolaire. Ainsi, les phénomènes de fatigue apparaissent chez des enfants moins motivés, plus stressés que les autres. La fatigue n'est donc pas du même ordre chez les enfants qui souffrent des activités scolaires que chez les autres.

Question : un de vos articles dénonce notamment la stigmatisation des enfants en difficulté par l'ajout d'heures de soutien d'après cours, à une heure où l'attention est très basse. Ne pensez-vous pas que, même en intégrant ce temps à la journée habituelle, cette stigmatisation soit conservée par le fait de mettre à l'écart ces enfants en difficulté ?

Tout à fait. Le Ministère de l'Éducation Nationale a proposé trois moments de la journée qui pourraient accueillir l'aide personnalisée. Le premier, avant le début des cours, vers 8h, est une aberration totale : à ce moment, les enfants en échec scolaire ou qui manquent de sommeil mettent plus de temps que les autres à se réveiller. Le matin, et cela est valable pour tout le monde, il faut un certain temps pour pouvoir à nouveau être disponible, mobiliser ses capacités intellectuelles. Il ne sert à rien de vouloir stimuler les enfants à 8h où les enfants sont dans la non vigilance, voir la somnolence.

D'un autre côté, les enfants qui ne sont pas dans cette situation, et connaissent la sécurité affective (sentiment de ne pas être abandonnés) peuvent se mobiliser dès 8h30 ou 8h45. C'est alors la double peine pour les enfants en difficulté : Ils n'ont pas les moyens d'être attentifs au message délivré à 8h, et mettent alors plus de temps que les autres pour à nouveau pouvoir être vigilant en cours.

Un second moment est « maltraité » : celui de la pause méridienne, entre 12h et 14h, où il y a un affaissement de la vigilance cérébrale (vigilance corticale), un souvenir de la dernière période de sieste, une augmentation de la sécrétion de la mélatonine par l'épiphyse ainsi qu'une augmentation du rythme cardiaque entre 13h et 14h. Ce moment ne peut également pas être envisagé pour y placer des heures de soutien scolaire.

Le troisième moment envisagé est l'après cours, à 17h, qui est tout aussi aberrant : les enfants en difficultés scolaires sont fatigués, stressés, démotivés, déjà en désamour pour l'école. Sans être scientifique, on conçoit bien qu'après une période scolaire difficile, il ne peut pas y en avoir une meilleure.

Ce que nous, la communauté scientifique, pensons, c'est que cette aide personnalisée doit être intégrée au temps scolaire traditionnel, et pour cela il faut réduire le programme. Tous les programmes, à tout niveau du système éducatif français, sont bien trop massifs. On vit encore avec l'idée périmée que

notre état de connaissance ne cesse de s'améliorer en apprenant le plus possible, ce qui est aberrant. Le programme est insupportable ; par exemple, la grande section de la maternelle est devenue un petit cours préparatoire, une honte sur laquelle tout le monde se tait.

Nous souhaitons une réduction significative des programmes, et une réduction de la journée scolaire. Les enseignants pourraient ainsi organiser leur pédagogie sur deux semaines au lieu d'une, ce qui donnerait plus de flexibilité, et permettrait lors de la deuxième semaine d'organiser l'aide personnalisée, de revenir sur des points délicats ou mal abordés lors de la semaine précédente. Ce qui compte, c'est de donner sens au message qui est transmis à l'enfant, objectif qu'une seconde semaine aide grandement à consolider.

La non vigilance observée tôt le matin ne vient pas que du rythme veille-sommeil, mais est aussi une conséquence de l'insécurité affective, c'est-à-dire le sentiment d'être délaissé, abandonné, non entendu. Elle peut être conséquence d'une maladie d'un des deux parents, dont l'enfant se rend responsable, d'une difficulté professionnelle, voir d'un conflit familial ouvert ou de l'agression de la part de la fratrie.

A l'école tôt le matin, cela peut se traduire par des conduites auto-centrées, des attitudes de mouvement et de fuite ou un excès de mouvement improprement appelé « hyperactivité ». Ceci a pour conséquence que le matin, les enfants à la fois en manque de sommeil et de sécurité affective ne sont certainement pas disponibles à 9h.

Question : vous évoquez, pour construire la sécurité affective de l'enfant, la nécessité pour lui d'avoir une « figure d'attachement sécuritaire », une personne de confiance pour l'enfant. Comment se forge-t-on une telle figure auprès d'un enfant ?

Il faut que l'enfant ait la possibilité de dire tout ce qu'il a envie de dire, y compris ce qui le rend malheureux ou insécure. Il faut savoir l'écouter, ne pas le juger, ne pas le renvoyer à ses difficultés ou celles de sa famille, lui montrer qu'on le considère comme une personne à part entière, et ne pas évoquer le moindre élément négatif lorsque l'enfant arrive à l'école le matin. Il ne faut pas l'accueillir afin des propos tels que : « Mais enfin, tu ne dors pas chez toi ? Qu'est-ce que font tes parents ? Tu arrives déjà en bâillant... ». On culpabilise d'emblée l'enfant en stigmatisant sa famille qui « n'a pas fait son travail ». Il faut également éviter les renvois aux souffrances déjà vécues telles : « j'espère que ça va aller mieux aujourd'hui qu'hier », d'autant plus que parfois l'enfant subit déjà une pression familiale : « Tu ne réussis déjà pas à l'école, qu'est-ce que tu vas bien pouvoir faire ? ». On inquiète l'enfant, à tel point que celui-ci développe parfois l'anxiété de performance, c'est-à-dire la peur de mal faire. Ils savent pourtant ce qu'il faut ou ne faut pas faire, mais sont submergés par leur angoisse à cause de cette pression excessive exercée sur eux.

Il faut que l'école apprenne à parler aux enfants, à les reconnaître avant tout comme des enfants et non des élèves, c'est-à-dire à accepter les difficultés qu'ils vivent par ailleurs, leurs réactions à ces difficultés, que l'école apprenne à donner confiance en soi et confiance en autrui, ainsi qu'à forger l'estime de soi. Ce bloc est indispensable, et doit être antérieur à la pédagogie.

La figure d'attachement sécuritaire, elle, sera choisie par l'enfant, considérée par lui comme une personne de confiance, à qui il peut tout dire, surtout dire des choses qu'il ne révèle à personne d'autres. Bien sûr, il faut du temps pour que l'enfant apprivoise cette personne et pour que cette personne se laisse apprivoiser.

Ce doit être une personne ayant des qualités humaines, par forcément le professeur ou le maître. L'équipe pédagogique doit alors accepter qu'un enfant puisse rechercher une relation affective avec un maître qui n'est pas le sien, un éducateur autre. Ce point est examiné dans chaque établissement scolaire, qui a son propre fonctionnement.

Il faut identifier les personnes qui joueraient ce rôle. Il n'est par exemple pas exclu de mobiliser les grands-parents, qui sont davantage détachés de la réussite scolaire de l'enfant que les parents, tout en ayant le plus grand intérêt pour l'enfant lui-même. On peut aussi penser à mobiliser des psychologues qui accepteraient d'accompagner l'enfant dans sa scolarité et seraient les réceptacles de difficultés psychiques. Il y a tout un travail à faire sur cette figure d'attachement sécuritaire, et cela à la maternelle, en

primaire, au collège, au lycée et même à l'université.

Question : pourrait-on, par exemple, envisager une pré-rentrée pendant laquelle les enfants pourraient faire connaissance avec le personnel des écoles, ceci afin de nouer des liens qui leur permettront de développer la sécurité affective ?

J'ai personnellement proposé qu'à la rentrée, il y ait une semaine consacrée à autre chose qu'à la pédagogie. Au cours de cette semaine, l'école pourrait inviter tous ceux qui ont des compétences à apporter hors du temps scolaire aux enfants : le personnel de la mairie qui organise différentes manifestations, des membres d'associations, de clubs sportifs, d'ateliers artistiques, des écologistes aptes à faire passer un message aux enfants, et toute autre personne qui a un apport à fournir aux enfants en dehors des temps scolaire et familial. L'enfant aurait alors le choix d'un « menu de plaisir » des activités qu'il voudrait bien faire le Mercredi après-midi, ou après les cours, et ne serait pas contraint aux activités imposées par ses parents.

C'est au cours de cette semaine que l'on inviterait les personnes susceptibles de jouer le rôle de la figure d'attachement sécuritaire que j'ai évoqué. Au bout de cette semaine, l'enfant se réaliserait comme enfant et non comme élève. Ce serait un temps de développement relationnel et de prise de repères, qui me paraît absolument indispensable.

Question : trouvez-vous que l'on n'essaie pas assez le modèle que vous proposez, à savoir une journée avec un accueil informel le matin et une pause méridienne ménagée notamment ?

Cela a déjà été testé, avec succès d'ailleurs. Comme cela perturbe les habitudes des uns et des autres, ce n'est évidemment pas facile à mettre en place. A chaque fois que cela m'a été demandé, j'ai aidé les équipes pédagogiques à mettre en place ce système, et ça a bien marché. J'ai notamment en tête l'exemple des écoles de la ville de Grillon (84600) : ces écoles reçoivent des enfants de milieux différents (enfants d'ingénieur, enfants de paysans...). Ceux-ci sont accueillis à 9h, et jusqu'à 9h30 leurs activités sont des ateliers auxquels ils peuvent venir librement. Dans ces ateliers, on fabrique des masques, on écrit un conte, on fait les clowns... toute sorte d'activités susceptibles d'induire le sourire, le rire, des activités impliquant des comportements que je qualifie d'« affiliatifs », c'est-à-dire qui donnent le sentiment d'adhésion à ce qu'on fait, à ce qu'on dit. La pédagogie ne démarre qu'à 9h30, et ça marche très bien, pas pour des résultats scolaires immédiats, mais à court terme : en effet, arrivés au collège, ces enfants étaient perçus comme plus sociables, mieux organisés et plus autonomes. Toutes sortes de qualités qui les rendaient plus capables de s'adapter aux exigences du collège.

Question : quelle est le rapport des entreprises aux rythmes scolaires ?

Elles s'en fichent ! Vous savez bien qu'on vit dans un monde de compétition et de rentabilité. Les facteurs humains sont largement négligés... Pourtant, si les entreprises veulent que leur personnel soit attentif, réceptif, disponible et prêt à mobiliser son potentiel intellectuel, il faut qu'il soit le moins fatigué, le moins stressé et le plus motivé possible. Tout cela a des conséquences, malheureusement le monde de l'entreprise n'est pas toujours capable de développer une réflexion sur ces questions.

Question : c'est donc le message que vous souhaiteriez faire passer aux entreprises : leur montrer des enjeux dont-elles ne tiennent pas réellement compte ?

Oui. Leur expliquer les conséquences d'un non prise en compte des rythmes biologiques ou biopsychologiques des individus.

Question : nous évoquions précédemment le manque de prise en compte des études des chronobiologistes et chronopsychologues...

Il me semble tout de même qu'il y a une évolution, à moins que ce ne soit une manœuvre : la conférence nationale sur les rythmes scolaires vient de rendre un pré-rapport au ministre, et ce qui m'inquiète, paradoxalement, c'est que ce rapport reprend pratiquement tout ce que nous disons et écrivons depuis 20 ans, ce qui est étonnant. Il se pourrait que ce soit uniquement dans le but de noyer le

poisson : le temps passe, aux nouvelles réclamations on répond qu'on en a déjà parlé et ainsi on ne change rien.

Ce qui me rassure en revanche, c'est que nous avons été bien entendu par la commission Éducation et Écriture de l'Assemblée Nationale. Ce rapport est très intéressant ; la commission y est même parfois plus exigeante que nous. L'Académie de Médecine nous a également suivi en rédigeant un rapport qui reprend presque ce que nous publions depuis 20 ans à la virgule près. Les inspecteurs généraux de l'Éducation Nationale sont également mobilisés, l'association des éducateurs des villes de France et les directeurs d'éducation des villes de France ont également accepté toutes nos conclusions. La communauté scientifique n'est donc plus seule à alerter l'opinion.

Question : de notre point de vue, c'est une nouveauté. Ces dernières années, la communauté scientifique ne semblait pas au cœur de l'opinion, notamment en 2008 avec l'adoption de la semaine de 4 jours...

Au contraire, le Ministre de l'Éducation Nationale de l'époque a eu l'audace de dénoncer la chronobiologie comme une spécialité française, autrement dit de lui enlever toute légitimité. Il y a trois ans, on peut dire que la chronobiologie n'existait pas.

Question : y a-t-il un message que vous voulez faire passer, que nous n'aurions pas encore abordé ?

Le développement de l'enfant, son évolution d'âge en âge est tributaire de plusieurs groupes de facteurs, qui sont également importants : les facteurs génétiques, qu'on ne cerne pas encore bien (on ne peut pas encore clairement quantifier leur influence sur le comportement psychique, intellectuel...), mais qui existent ; les facteurs familiaux, car l'enfant absorbe totalement l'ensemble des affects du milieu familial, et tout ce qui touche les parents touche l'enfant. Si la mère est malade au point d'évoquer sa future opération, elle nourrit par là l'insécurité affective de son enfant, qui culpabilise de ce mal ; même chose si un des deux parents est au chômage, ou même pire, craint de le devenir. Ces facteurs peuvent se retrouver dans tout milieu social, mais certains sont propres aux milieux déshérités comme la misère, la pauvreté, les rythmes de travail, le stress du quotidien... ensemble de facteurs propres au pouvoir d'achats de ces personnes. Tous ces facteurs interviennent dans la mobilisation intellectuelle alors que les enfants peuvent être intrinsèquement intelligents.

Le dernier groupe de facteurs est la maltraitance psychologique des enfants à l'école : en France, l'attitude des enseignants est curieusement négative (tu n'as pas su faire ça, tu as oublié, tu as encore échoué) tandis que dans un pays comme la Finlande - et c'est en grande partie ce qui fait son succès - on est très positif avec les enfants, on leur fait confiance, ce qui est capital. Peter Grumbel, anglais, décrit dans son livre On achève bien les enfants à quel point l'école française est toujours dans la négation et la punition. Il faut vraiment en finir avec cette vision, et faire confiance aux enfants, qui savent ou peuvent savoir, et avec cette stigmatisation de l'échec. Il faut mettre en question les mairies qui ne s'investissent pas suffisamment dans le tiers temps. C'est tout de même l'avenir de la nation qui est en jeu, ce à quoi il faut répondre avec un budget suffisant consacré au tiers temps. Il faut également donner l'envie aux associations de participer à la réussite des enfants, de même pour les clubs sportifs qui apportent beaucoup à l'équilibre physique et psychologique des enfants. Même chose pour les ateliers, même chose pour le monde rural qui pourrait faire côtoyer les animaux.

Il est temps que l'école devienne une vraie priorité de la nation, c'est important pour l'avenir du pays. Certaines personnes ont toutes les capacités de faire « de grandes choses » mais ont peur : ils sont paralysés par l'insécurité affective et ne réussissent pas comme ils devraient, parce qu'on n'a pas fait attention à leurs difficultés d'être humains.