

La dimension du temps n'est plus celle d'autrefois, le temps s'accélère et se négocie différemment mais reste important. La capacité d'attendre représente le début de la liberté et s'enseigne dès la naissance. L'enfant, quand il attend, développe ses ressources propres et cela va lui donner confiance en lui. Et plus il a confiance en lui, plus il va exploiter ses ressources. Il faut que l'enfant ait le sentiment d'être créateur de son propre monde et c'est à travers le temps qu'il va le faire. Quand l'enfant à la naissance crie, il s'aperçoit qu'il a une réponse. Il faut prendre du temps pour répondre aux enfants et il faut être fiable. La fiabilité lui permet d'attendre et pendant ce temps d'attente, il exploite ses capacités. Le développement de l'enfant dans la confiance est du à l'entourage et à la monotonie.

A la différence des animaux, l'homme a une activité réflexive c'est-à-dire qu'il a conscience de la conscience de lui même. Cela lui donne le choix et un contrôle sur ses instincts, la possibilité de créer et de détruire à l'infini. Ce choix dépendra de ses valeurs, c'est-à-dire du miroir qu'il a de lui-même. C'est aux parents de s'atteler à la gestion du temps en créant des espaces où l'on peut se questionner (comment gérer le téléphone), faire jouer l'activité réflexive. Remplacer l'autorité verticale par l'activité réflexive (capacité à se regarder). Il faut prendre le temps d'une interrogation interactive afin d'améliorer le quotidien.

Il faut créer la confiance en développant sa capacité d'attendre avec des parents fiables. Il vaut mieux moins faire mais être fiable dans ses promesses. Et prendre du temps pour parler. Il faut accompagner cette accélération du temps, et cet accompagnement consiste à poser des limites. Il faut gérer le temps selon son propre rythme. On peut garder les mêmes références de base mais elles vont s'exprimer de façons différentes, il faut poser des limites et non diaboliser. Il ne faut pas non plus tenter l'enfant (télé, ordinateur, téléphone...). Pendant le sommeil, l'enfant régénère son cerveau, l'hormone de croissance est sécrétée. Le rythme biologique est très important, toute la physiologie est fondée sur le rythme. Nous sommes conditionnés physiologiquement par une horloge, d'où la très grande importance du coucher à heure fixe.

La société d'aujourd'hui est plus stimulante, les enfants se développent plus vite, sont plus autonomes... mais elle fabrique plus d'hyperactifs. Il ne faut donc pas transmettre ces stimulations avec anxiété. L'anxiété s'exprime par l'activité ou l'apathie. L'émotion se subit, on ne choisit pas ni la nature ni l'intensité de ses émotions, en revanche on peut choisir ses sensations. L'émotion donne du sens mais elle n'est pas le fruit du sens, elle est le fruit de son tempérament. Quand la suractivité devient un drame, cela provoque de l'anxiété chez l'enfant. On peut momentanément avoir un rythme plus soutenu mais il faut le gérer et le supporter. Si cette suractivité est vécue de façon détendue l'enfant ne ressentira pas d'anxiété.

Trois domaines sont nécessaires à la vie : nourrir son corps, nourrir ses apprentissages, et se socialiser. C'est ce qui fait qu'un être humain se construit. Dès qu'on ne va pas bien on se restreint dans l'un de ces trois domaines.

Le modèle de l'adulte est primordial. L'intériorité, la tolérance, le fait de ne pas savoir, la capacité d'attendre sont bien meilleurs chez la femme (cela peut s'expliquer par les 9 mois de gestation). Le garçon est persuadé qu'il est d'emblée complet, il ne sait pas demander.

Oui, la relation au temps a changé mais ce qui compte c'est ce que nous allons en faire et c'est pour cela que les adultes sont si importants. Le climat dans lequel on vit se répercute sur les enfants. Il faut un juste équilibre entre l'abandon et l'intrusion mais dans un monde plus rapide et plus fatigant qu'autrefois. Il faut apprendre à gérer un meilleur équilibre. Contrairement au passé, la communication est plus efficace aujourd'hui. Autrefois il a fallu également s'adapter. Il ne faut pas s'agripper au passé. C'est à nous de créer dans le monde actuel un environnement porteur. Nous allons nous adapter à ce changement de rythme, le tout est de ne pas s'enfermer, car l'enfermement empêche de vivre.

**Ce qui fait la vie c'est l'attente.**