

Les enfants en contact avec la nature se comporteraient mieux

De nouvelles recherches révèlent que le fait de passer du temps en pleine nature a de nombreux effets bénéfiques pour la santé des jeunes enfants.



Les enfants en contact avec la nature se comporteraient mieux - © Imgorhand - Getty Images

La déclaration de Parme sur l'environnement et la santé impose de fournir à chaque enfant des espaces verts dans un périmètre de 300 mètres. A Hong Kong, 90% de la population vit à moins de 400 mètres de ces zones vertes. Elles sont pourtant très peu fréquentées, jugées souvent "sales" ou "dangereuses" par les parents.

L'équipe de recherche de la présente étude, publiée dans la revue *PLOS ONE* et réalisée par l'Université de Hong Kong et l'Université d'Auckland en Nouvelle-Zélande, a souhaité analyser le lien entre la nature et le bien-être des enfants.

Pour cela, les scientifiques ont transmis aux parents un questionnaire qui mesure la relation entre les enfants et la nature, selon quatre domaines: la jouissance de la nature, l'empathie pour la nature, la responsabilité envers la nature, et la sensibilisation à la nature.

Les scientifiques ont également mis en place des entretiens avec les familles pour connaître le bien-être psychologique des enfants. Ce sont en tout 493 familles, avec des bambins âgés de deux à cinq ans, qui ont participé à l'étude.

Les résultats ont révélé que les enfants qui avaient un lien plus étroit avec la nature avaient moins de troubles comportementaux ou psychologiques, étaient moins anxieux, moins hyperactifs et présentaient un comportement pro-social.