



LAISSEZ-MOI LE TEMPS DE RÊVER

Etty BUZYN

En librairie le 2 janvier 2020

LE LIVRE

Trop de stimulations, trop d'informations, trop d'écrans, trop d'activités extra-scolaires... À l'école comme à la maison, nos enfants saturent. Pourtant, tout comme leurs parents, ils ont besoin de faire relâche.

Etty Buzyn, psychologue-clinicienne et psychothérapeute, a rencontré tant d'enfants sous pression, anxieux, tendus et agités, qu'elle plaide en faveur d'un retour à la liberté de jouer pour... jouer, tout simplement. Le jeu est constructif, tout comme l'inactivité et l'ennui, alors que les écrans, en embuscade, menacent leur élan créatif.

Générateur de stress et d'agitation, l'excès de sollicitations met en péril la capacité des enfants à déployer toute la richesse de leur imaginaire. C'est pourtant là qu'ils puiseront la créativité nécessaire pour devenir des adultes à la fois autonomes et équilibrés. Pour leur épanouissement présent et futur, il est vital de leur laisser le temps de souffler. À nous de leur rendre cette indispensable liberté de rêver.

L'AUTEURE

Etty Buzyn, psychologue-clinicienne et psychothérapeute, formée par Françoise Dolto, a publié plusieurs titres dans la même collection *Papa, Maman, laissez-moi le temps de rêver* (ancienne édition) ; *Je t'aime, donc je ne céderai pas* ; *L'autonomie mode d'emploi, comment lui donner envie de devenir grand* (nouvelle édition de *Me débrouiller, oui, mais pas tout seul*).

Agnès Olivo ☎ 01 42 79 10 03 / 10 53
agnes.olivo@albin-michel.fr