

# La joie en classe : un rêve possible ?



**Pour répondre à la question, il faudrait déjà savoir de quelle joie on parle. Plus qu'une émotion, la joie est selon moi un état de calme, de tranquillité et de bonheur profond, sans raison apparente. Je propose donc de compléter l'enseignement traditionnel centré sur la transmission des savoirs par la connaissance de sa dimension intérieure. N'est-ce pas ce qu'on pourrait offrir de mieux à l'enfant, des outils autour de la joie pour maintenant et pour son futur ?**

**F**aire silence et fermer les yeux, ça s'apprend. Parler de soi et de ses états intérieurs aussi. Prendre le temps de savourer les détails de l'existence évoqués par les mots et les respirations, est la base d'une éducation à la joie, un socle pour maintenant et pour le futur. Apprendre à être tranquille et non à être productif donne accès à des ressources inestimables. Sensibiliser les enfants à cet état devrait selon moi faire partie de la pédagogie actuelle. Pour que cette joie intérieure se vive en classe, il faudrait d'abord que ce soit une décision, une intention, idéalement dès la rentrée. Une nouvelle vision éducative pourrait alors se vivre très simplement si l'enseignant le décide car il est au cœur du changement.

## COMMENT CULTIVER LA JOIE, DE FAÇON PRATIQUE ?

Tout d'abord, partons du principe que la prédisposition à la joie intérieure, ça se travaille, surtout si les enfants sont de plus en plus agités. C'est par le désir donné à l'enfant de vivre pleinement l'instant que nous pouvons le mieux lui proposer ces pratiques intérieures silencieuses. Nous pouvons transmettre l'état de joie par ce que j'appelle le 1, 2, 3, on profite. Dans mon dispositif, l'enseignant invite les élèves à arrêter le temps par cette expérience et à devenir responsables de cet arrêt silencieux, quand ils le souhaitent et durant toute l'année, dans la classe. Selon moi, c'est vraiment la base de la joie méditative : vibrer et donner à aimer cet arrêt du temps. Nous les encourageons à voir autrement les instants de vie quotidienne pour en profiter pleinement. Ensuite, la prédisposition à l'émerveillement, ça se cultive, notamment en nous concentrant sur les détails, yeux fermés. La beauté agrandit notre univers.

## PLANTER UNE GRAINE DE JOIE

Concrètement, j'ai eu envie de réhabiliter la pause, le temps pour soi et la puissance de l'imaginaire. Même 5 minutes par jour ou 15 minutes par semaine permettrait aux enseignants de planter une graine de joie et d'altruisme en chacun des enfants. C'est pour cela que nous avons pensé proposer le dispositif en termes de rituel. C'est l'enseignant qui choisit le moment opportun pour faire vivre aux enfants des expériences comme celle-ci : « Mets les deux mains sur ton cœur. Ressens la joie et la chance d'être tous ensemble avec tes amis et ta maîtresse. C'est merveilleux ». Le retour de la cantine ? Une tension palpable dans la classe ? Tous les matins pour commencer la journée ? Le jeu invite à prendre le temps de l'imaginaire poétique qui ouvre des espaces de grandeur en soi.



BONNES IDÉES RENTRÉE

## HÉROS DE LA JOIE

La joie se vit vers l'intérieur et vers l'extérieur. En premier lieu, encourageons les enfants à plonger dans leur imaginaire de bonheur. La joie proposée est alors intérieure. Puis elle devient extérieure quand nous leur demandons de partager à l'oral leur ressenti et d'inventer de nouvelles pratiques de joie pour leurs camarades de classe. Ce bonheur de donner et de recevoir, je l'ai tellement vécu dans ma vie professionnelle que j'avais envie que les enfants expérimentent leur aptitude à donner de la joie. C'est aussi pour cela que la notion de héros de la joie du jour est vraiment fondamentale dans ce dispositif, car elle est un vrai moteur pour les enfants. Les enseignants comme les enfants sont bien plus heureux !

La plus grande aide qu'on puisse donner à un enfant, en vue de l'adulte épanoui qu'il pourrait devenir, c'est de valoriser son monde intérieur et lui faire vivre l'expérience concrète de l'altruisme au sein même de sa classe. Toutes ces expérimentations dès le plus jeune âge devraient lui permettre de nourrir l'émerveillement, de partager joyeusement et de rêver son grand projet de vie. Adulte, il en aura le goût car il le vivait à l'école. Ce cadeau, c'est à nous de le faire vivre.



Sandra Meunier



*Terre de joie, Objectif Bien-être (primaire) et Terre de joie, pour des enfants heureux qui apprennent mieux (maternelle), sont des dispositifs créés par Sandra Meunier et enrichis au niveau du livret pédagogique par des enseignants (M. Iacchetti et A. Bretonnière). Ils ont été testés pendant un an au sein du portail pédagogique et collaboratif de Nathan (LEA.fr) dont l'objectif est de participer à des activités originales, de tester des méthodes pédagogiques innovantes et de bénéficier de conseils pédagogiques.*

**Plus d'infos :** [terredejoie.com](http://terredejoie.com) / [sandrameunier.com](http://sandrameunier.com)

## MINI-BIO

Sandra Meunier est art-thérapeute, clowne, enseignante, pédagogue, auteure d'articles spécialisés sur la joie et conférencière internationale. Elle est intervenue dans les hôpitaux d'Île-de-France pendant 17 ans et a fondé l'association Neztaille. Elle a aussi créé un personnage facétieux, Anabelle qui est au cœur même du dispositif pédagogique *Terre de Joie*, édité chez Nathan. Depuis 2006, elle donne des spectacles philosophiques et poétiques dans les pays francophones, afin de transmettre la profondeur et la nécessité de la joie dans notre société.