

Par Sandra Meunier

Art-thérapeute et fondatrice de Neztoiles (une pratique d'art-soignant à l'hôpital), artiste clowne et conférencière internationale, auteure des dispositifs pédagogiques **TERRE DE JOIE**, cycle 1,2,3.

Cette formation est réservée à la communauté éducative dans son ensemble, à des personnes exerçant un métier de relation d'aide ou des praticiens du bien-être et à des artistes engagés dans une démarche de développement personnel, qui souhaitent transmettre des pratiques de joie intérieure auprès des enfants.

*Et si on habituait l'enfant
à devenir un des plus grands héros
qui soit sur terre, celui qui donne de la joie ?*

C'est bien le pari que nous pouvons faire en ce moment : **encourager les enfants à vivre une joie profonde et à la partager**. Dans ce monde en bouleversement, c'est audacieux mais nous n'avons peut-être plus le temps de rêver. Il est temps de passer à l'action et la question de la joie à l'école est, selon moi, un vrai sujet.

Ce n'est pas la question du plaisir ou du bonheur, mais bien celle d'un éveil à la joie sans objet, une sensibilisation à l'intériorisation par des pratiques de joie intérieure pour aborder la vie le plus sereinement possible.

N'est-ce pas ce qu'on pourrait offrir de mieux à l'enfant, des outils autour de la joie pour maintenant et pour leur futur ?

Éduquer à la joie n'est pas un plus, c'est une nécessité.

L'idée la plus importante du projet est d'apprendre aux enfants à devenir héros de la joie (celui qui sait prendre soin de lui et des autres) et à découvrir que même si cela va mal à l'extérieur, ils ont en eux les ressources pour retrouver leur joie intérieure.

Du fait de mon métier d'art-thérapeute, ma note donnée aux enfants est la créativité autour de l'état de pleine présence et de la philosophie altruiste. Je les invite alors à devenir des héros de la joie, c'est à dire des individus en puissance qui explorent leur joie intérieure et qui l'offrent à ceux qui en ont moins, au sein même de leur classe. Devenir un héros altruiste et heureux, cela se transmet. Et si ceux qui incarnent la pacification, l'empathie, la générosité devenaient des exemples ?

Le dispositif pédagogique **TERRE DE JOIE** propose une initiation à l'écoute intérieure qui se complète à merveille par les pratiques de pleine présence, la philosophie, la CNV, le yoga, les pratiques artistiques, la sophrologie, les promenades accompagnées en forêt, etc. Je suis toujours heureuse de découvrir tout ce qui se développe pour les enfants. C'est comme si une grande mélodie de bonheur arrivait dans les écoles.



**Alors, créons une communauté de la joie.
Devenez des diffuseurs de joie.**

TRANSMISSION PÉDAGOGIQUE

mentale, corporelle et émotionnelle

3 axes :

- exploration de concepts pédagogiques autour de la joie
- développement d'une philosophie autour de la sagesse
- mise en mouvement : corps, respiration et créativité

Comprendre

Explorer le dispositif pédagogique complet de **TERRE DE JOIE**

Ressentir

Expérimenter toute la profondeur des pratiques de bien-être, ressentir les effets et échanger autour de cet intime.

Se projeter

Comment envisager de devenir diffuseur de joie, à son tour, avec sa propre singularité ?

Comment passer de la tête au cœur ?

Comment éduquer à la joie ?

Oser offrir un chemin : s'apaiser pour apaiser les autres.

Offrir beauté, paix et joie : une façon d'être au monde.



1. La philosophie de **TERRE DE JOIE**

L'origine des pratiques : du soin à l'hôpital aux soins de joie à l'école.

Qu'est ce que la joie ? Pourquoi à l'école ?

Besoins des enfants dans le jeu / exploration liberté.

La question de l'émerveillement : pour l'enfant, identifier le socle de joie / pour l'adulte, nourrir l'état de l'innocence.

L'utilité de la respiration : expériences

La place du corps : exploration autour des citations de sagesse

Le monde des émotions : réflexions et expériences

Le héros : thème d'étude

Citoyens du monde : de la joie intérieure à la joie extérieure

(passage de soi à l'autre, de la terre intérieure à la terre extérieure)

Coopération (une philosophie à expérimenter)

Créativité (exploration et attitude face au monde. Puissance de l'Imaginaire du conte, dessins, poésie...)

Empathie (expériences)

Altruisme (philosophie en actions)



2. Préparation et rituels

Comment le proposer ?

Création d'un climat propice au calme et à la détente (lumières, musiques, silence...)

La place du rituel (pourquoi / comment)

Le rapport au temps (arrêt du temps, expériences)

Conditionnement des élèves : être à l'écoute de soi et des autres, un pré-requis.

Climat de classe : souder le collectif / Créer une communauté.

3. Un jeu

Création d'une classe virtuelle pour jouer. Expériences.

4. L'accompagnement

L'art de l'écoute et de la reformulation : un long apprentissage.

L'accueil des émotions : comment faire ?

(Posture écoute et stabilité, présence inconditionnelle)

L'imaginaire de profondeur et de beauté : espace privilégié de connaissance de soi.

La place du corps à l'école ? Le pouvoir des mots / ressentis (choisir les mots, les faire voyager dans le corps). Un imaginaire dansé (atelier à vivre).

Devenir héros de la joie, un citoyen heureux qu'est ce que cela veut dire concrètement ?

(processus du héros de la joie : de la phrase de bonheur intérieur à l'action de bonheur)

De l'école à la maison : quel lien avec la famille ?

Dynamisation : diplômes, applaudissements, chants...

Les pratiques complémentaires : CNV, philosophie, pratiques de l'attention, écoute musicale, poésie...



5. Les modes de transmission / action

- Scolaire / éducation
- Animation / loisirs
- Psychologues / pédopsychiatres / hôpital

**Une fois facilitateur certifié,
qu'est-ce que je peux faire ?**

Théâtre sous forme de spectacles à l'école

Formation-éducation-éveil à la joie

Ecole ateliers-rituels

Cours yoga, chant, théâtre

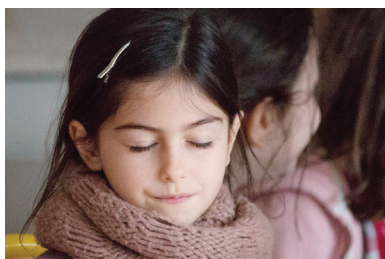
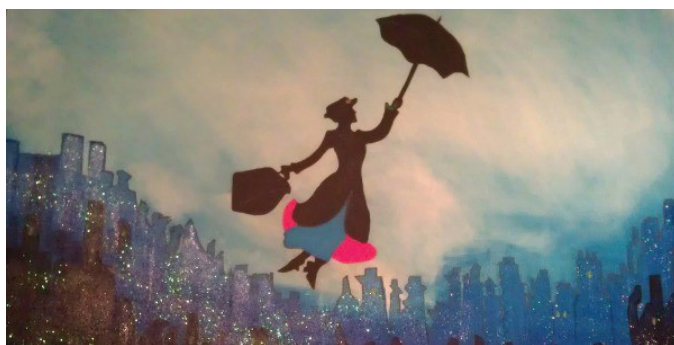
Bibliothèque

Hôpital (bénévolat)

Centre médicalisé

Accompagnement thérapeutique : pédiatre, orthophoniste, psychologue... Et ?...

Explorations des pistes possibles selon la singularité de chacun.



Nous avons besoin de connaître l'art de rendre l'autre heureux. L'art est l'essence de la vie. Essayez d'être artiste dans vos paroles et dans vos actes. La substance de l'art est la pleine conscience. Quand vous êtes en pleine conscience vous êtes artiste. Nous devons apprendre l'art de créer le bonheur. Les sentiments de joie ont la capacité de transformer les sentiments de chagrin et de douleur en nous.

Extraits de «Enseignements sur l'amour» de Thich Nhat Hanh

Ce stage va vous permettre de

Développer la créativité des enfants autour de la joie intérieure.
Instaurer un climat de classe serein et coopératif.
Mieux écouter les émotions des enfants.
Proposer des dispositifs et rituels pour un collectif.
Développer l'imaginaire apaisant et l'écoute empathique.
Proposer aux enfants des exercices autour de la présence, de la respiration et du mouvement dansé.
Développer l'expression corporelle des enfants autour du merveilleux.
Approfondir les pratiques méditatives créatives adaptées au monde de l'enfance.
Explorer la puissance et la poésie des mots.
Inventer et créer autour de la singularité de chacun.
Ouvrir un espace de jeu pour permettre l'expression de l'intime.

Les modalités du stage «Écoute créative»

La transmission se fait sous forme d'explorations corporelles, de pratiques méditatives en mouvement et en assise.
L'enseignement est construit autour de séquences d'écoutes, d'explorations et d'échanges : lectures, expériences de visualisations positives, mises en mouvement du corps, techniques de respiration, de pleine présence, danse, intégration corporelle et émotionnelle.

Merci de prévoir une tenue souple et éventuellement votre zafu ou autres sièges de confort.

Prise de notes largement conseillée.

Pour plus d'informations sur tarif groupe ou individuel : info@terredejoie.com



Comment rendre les enfants heureux ?

https://www.youtube.com/watch?v=BGYwHJDX_wI

Sandra Meunier

La question de la joie a toujours été centrale dans ma vie.

Comment on la trouve, comment on la maintient, comment on la retrouve et de quelle joie parle-t-on ?

Pour incarner cette joie, j'ai créé en 2002 le personnage féerique et joyeux d'Anabelle.

Ce personnage m'a permis pendant 17 ans d'être docteur de la joie à l'hôpital, de relier les êtres en eux et de proposer un accompagnement dans la joie profonde avec humour, créativité et enchantement.

Depuis 2007, en plus de mon travail d'art-thérapeute dans les hôpitaux, je donne des conférences-spectacles sur la nécessité de la joie dans les soins, jusque dans la fin de vie.

Puis j'ai décidé de transmettre toute mon expérience de terrain aux enfants.

En 2012, j'ai commencé à développer un dispositif pédagogique sur l'éducation à la joie et à l'altruisme.

J'ai enfin créé les dispositifs :

TERRE DE JOIE / Objectif Bien-être (cycle 2 et 3) édité chez Nathan en 2019 et en 2021 la version maternelle **TERRE DE JOIE / pour des enfants heureux qui apprennent mieux** (MS et GS).

Mes dispositifs ont été testés au sein de LEA.fr, un portail pédagogique de référence en ligne, regroupant plus de 15000 enseignants.

TERRE DE JOIE a été soutenu et plébiscité par l'Education Nationale de Monaco en 2019 et 2021.

Je suis aussi soutenue par Nathalie Leblanc, CPD Maîtrise de Langue, DSDEN et par Rémy Guitton, Inspecteur de l'Education Nationale chargé de la circonscription du 1er degré du Val de Siagne, en charge pour le département de l'Enseignement moral et civique, de la Citoyenneté et la laïcité.

Je propose régulièrement ma conférence ou ma conférence-spectacle «*Réenchantons l'éducation, osons la joie !*» un peu partout en France.

Je suis intervenue notamment au congrès national AGGEM des enseignants, au congrès Innovation en éducation à Montpellier, puis à Paris et au festival de l'éducation de Besançon et je participe régulièrement à des sommets éducatifs internationaux en ligne.

Enfin, le dispositif a été intégré dans une pièce de théâtre interactive qui peut se jouer à l'école.

La version musicale **TERRE DE JOIE SYMPHONIQUE**, quant à elle, créée avec Samuel Tupin, trompettiste et compositeur à l'orchestre de Monaco, se joue en auditorium avec l'orchestre.





terredejoie.com
sandrameunier.com

SANDRA MEUNIER
Siret N° 842 171 324 0001071