



émergence

Docteur Catherine Henry-Plessier

80 rue Boissière 75116 Paris



Le 3 mars 2018



Bonjour
et Bienvenue

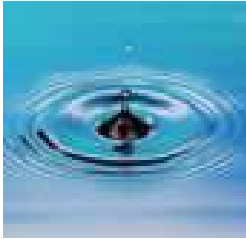
**La pédagogie
du Savoir-Être
et de l'écocitoyenneté
à l'école**



Georges Bernard Shaw

***Dans la vie il y a deux sortes d'individus
Ceux qui regardent le monde tel qu'il est
et se demandent pourquoi ?***

***Ceux qui imaginent le monde tel
qu'il devrait être et
se disent pourquoi pas ?
Georges Bernard Shaw***



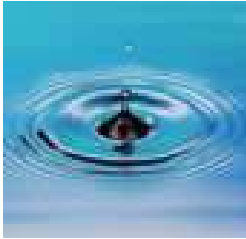
Constat 1

- L'éducation aujourd'hui ne prépare pas suffisamment à la Vie
- Le QI n'est pas garant de réussite
- Les attitudes qui permettent de réussir sa vie
- Le savoir être est le fondement de tout savoir faire d'excellence
- L'école privilégie les savoirs et les savoir-faire
- Nous vivons dans des croyances limitatives, la peur, le doute et le manque de confiance

Proposer une nouvelle base de la pédagogie

Le savoir-être

- ✓ *Former les enfants mais surtout les équipes enseignantes et les parents*
- ✓ *Focaliser sur le plein potentiel de l'enfant, cesser de le voir dans ses limitations et dans ses manques.*



Constat 2

- Les enjeux mondiaux
- Une nouvelle attitude, plus responsable.
- Prévoir dans un cursus scolaire une éducation à l'écocitoyenneté, à la santé, la responsabilité...
- Des enfants, acteurs éthiques de la société, citoyens épanouis, engagés, acteurs d'un monde meilleur

*En chacun existe **un potentiel immense**
(en capacité de vision, d'imagination, de choix,
de décision, de création, de concrétisation, d'orientation,
de dépassement et d'évolution...)
dans le but de contribuer à un monde meilleur.*

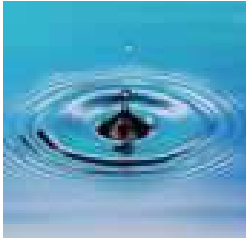


Ghandi

***“If you want to change the world,
begin by changing yourself”***

***“Be the change you would like
to see in the world”***

GANDHI



Le Savoir-Être 1

- Le savoir être correspond à **l'ensemble de nos dispositions de base** qui vont teinter l'ensemble de nos pensées, nos attitudes, nos comportements, nos choix, nos décisions, nos actions, tous nos savoir-faire et leurs effets.
- Il est **conditionné** par notre mémoire (cerveau limbique) donc directement lié à notre histoire et notre expérience de la vie, par l'héritage familial, donc notre généalogie, nos sous-personnalités archétypales, notre culture, nos croyances, nos égrégores
- Il est la **résultante** du fonctionnement harmonieux de **notre cerveau** (cognitif, limbique et reptilien), de notre **état de conscience** et de notre ouverture du **cœur**.
- Il est la base d'une nouvelle **forme d'intelligence « globale » dite « résonante »** (à soi, aux autres et au monde) et qui permet de révéler notre potentiel et nos talents et de devenir créateur de VALEUR GLOBALE : humaine, économique, sociale, sociétale et environnementale, pour soi-même, les autres, le monde, les générations futures et d'entrer sur le chemin de l'Eveil.



Le savoir-être 2

- L'Homme porte en lui la perfection
- Orienter résolument son regard sur l'immense potentiel de l'enfant et non sur ces limitations
- Plus un enfant est éveillé au savoir-être, plus il va s'épanouir, plus il aura confiance en lui, plus il sera à même de développer des savoir-faire et d'apprendre avec plaisir et dans la facilité.
- Il peut alors apporter une véritable contribution à la société et au monde.
- A l'inverse, le manque d'épanouissement entraîne des stratégies d'adaptation, de survie, de compensation, (de quête d'avoir, de pouvoir, de paraître pour combler ce manque intérieur.)



Le savoir être 3

**La formation au savoir-être est une pédagogie
de l'être
et non de l'avoir.**

Une formation au savoir-être
enseignée comme une matière à part entière
avec un temps dédié dans l'emploi du temps
permet aux enfants d'être bien avec eux-mêmes,
avec les autres et le monde qui les entoure.



L'exemplarité

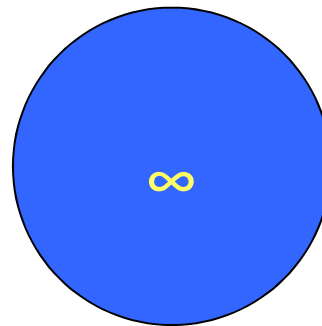
«When it comes to teaching values, example is not the best way, it's the only way.» Albert Schweitzer

- L'équipe enseignante doit montrer l'exemple.
 - Formation au savoir être, développement personnel
 - Impact sur leur personnalité, sur leur vocation, leur mission.
- Les parents,
 - Accompagner le changement de leurs enfants
 - Partager les mêmes repères, le même langage, les mêmes valeurs
 - L'école des parents



Le potentiel

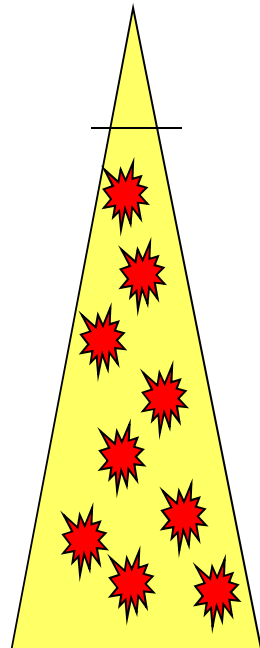
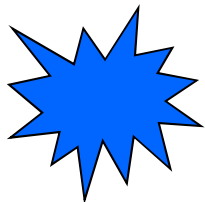
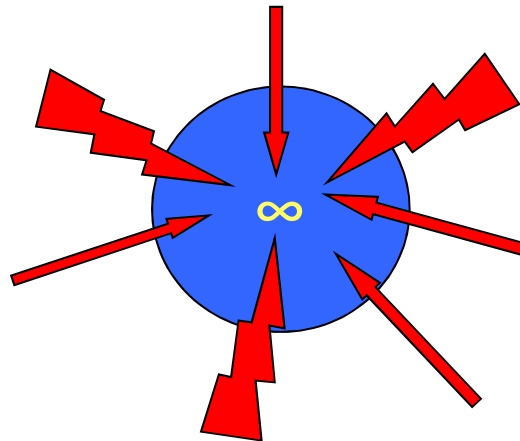
- Chaque enfant, chaque personne dispose d'un potentiel immense. C'est le « Grand Trésor »
- Dans toutes les cultures dans toutes les traditions, dans toutes les religions, la perfection
- Reconnaître ce potentiel, se centrer sur ce qu'il y a de meilleur en soi et le manifester



- Je suis centré, je vis dans le présent, dans la facilité, dans la joie, la confiance, le lâcher prise et je suis créateur de valeur pour moi-même les autres et le monde.



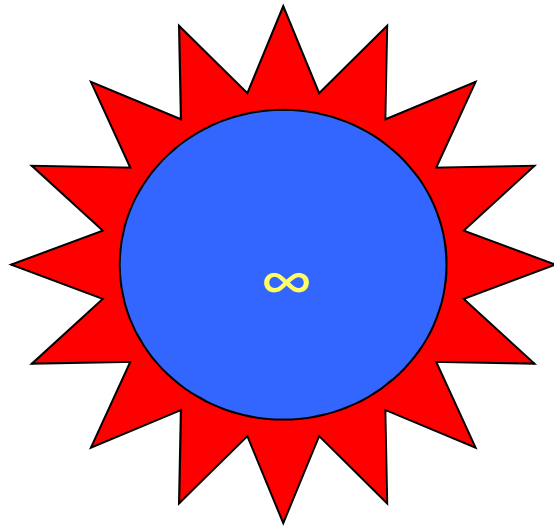
Le potentiel de vie contrarié, L'EGO (-) 1



- Par les expériences négatives de la vie
- Ce sont nos mémoires stockées dans notre inconscient et notre cerveau limbique
- L'image de nous-même est abimée, réduite
- Les stratégies inconscientes de compensation, d'adaptation, voire de survie se construisent.
- Le repère à l'extérieur
- Ainsi se crée une couche de personnalité extérieure à laquelle je m'y identifie



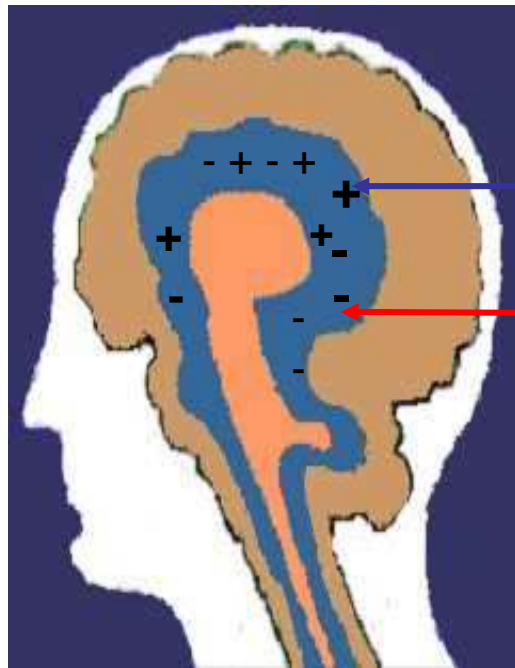
Le potentiel de vie contrarié, L'EGO (-) 2



- Cette couche prend le pouvoir dans nos vies, aidée de notre mental
- le doute, la peur, la tristesse, la colère, la frustration...
- Le repère à l'extérieur, la comparaison,
- les comportements reptiliens, reflexes
 - La lutte
 - La fuite
 - Le repli
- Le crocodile piloté par le tronc cérébral (cerveau reptilien) se manifeste dès l'instant que la situation que nous vivons ressemble de près ou de loin à notre histoire douloureuse passée.
- Ils ne sont pas créateurs de valeur et nous sommes décentrés



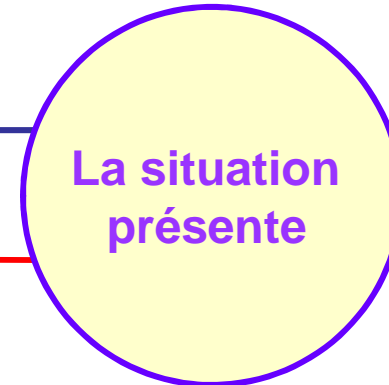
Le potentiel de Vie, le potentiel contrarié



Rappellent une mémoire positive
Coopération des 3 cerveaux
en harmonie
EGO +

Les informations
qui la caractérisent

Rappellent une mémoire
négative = **Stress**
Compétition des 3 cerveaux
Prise de pouvoir par le reptilien
Comportements reptiliens reflexes
EGO-



J'aime Action
Onde alpha α
Cohérence cardiaque
Création de valeur

Centré

Décentré

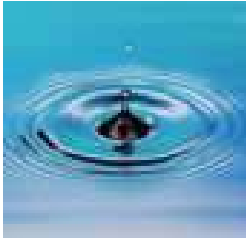
Je n'aime pas
Réaction
Onde beta β
Incohérence cardiaque
Pas de création
de valeur



Se former au savoir être 1

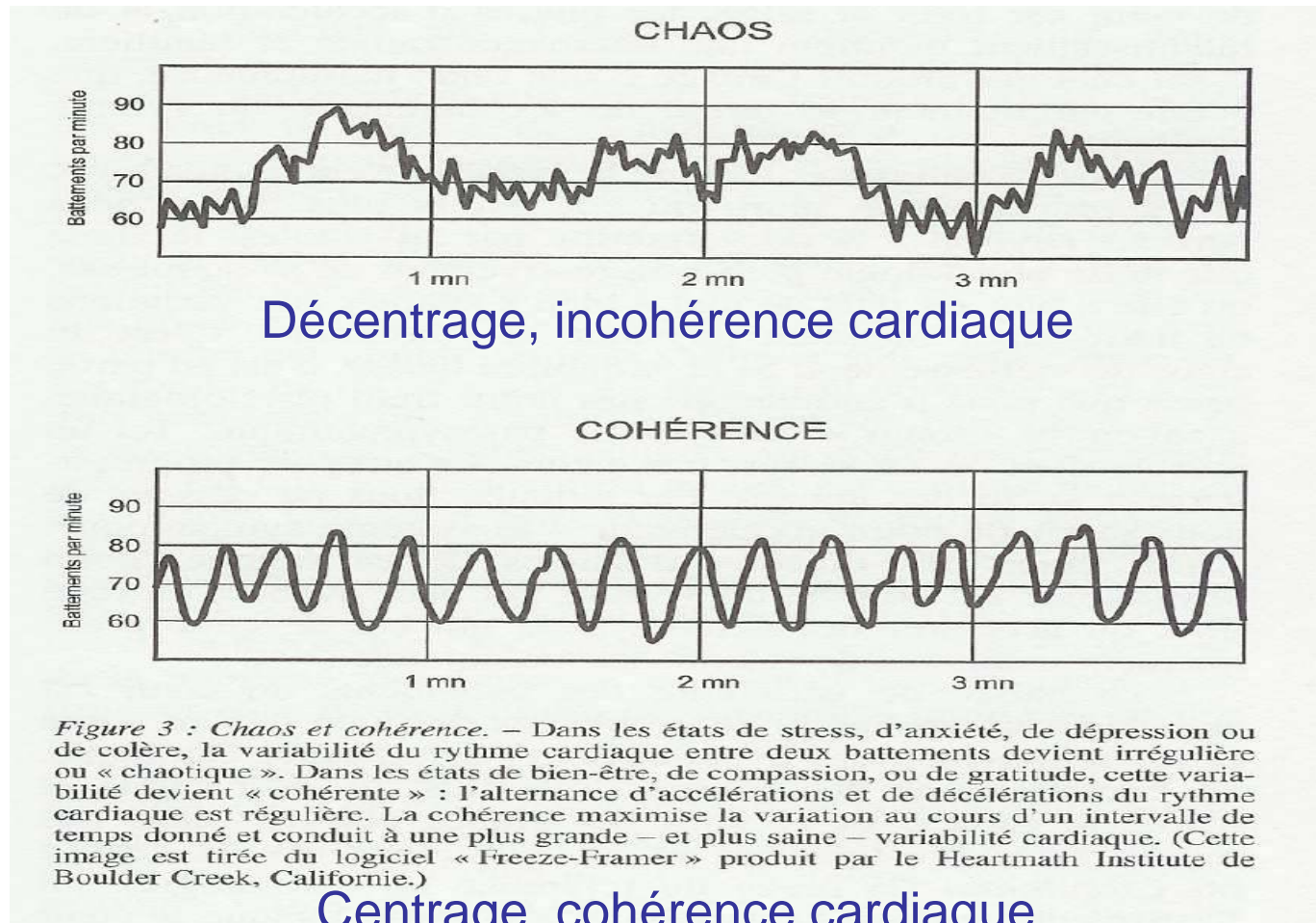
- Passer du décentrage au centrage :
 - Je pose l'intention,
 - Je plante mes pieds dans la terre
 - Je branche ma tête au ciel,
 - Je place ma conscience sur mon cœur
 - Je respire lentement et calmement

- Le plus difficile n'est pas de se centrer c'est de :
 - Reconnaître que nous sommes décentrés
 - Accepter notre vulnérabilité
 - Remettre son repère à l'intérieur.
 - Reconnecter son ressenti
 - Accueillir ses émotions



Cohérence cardiaque

Le marqueur physiologique du centrage, c'est la cohérence cardiaque





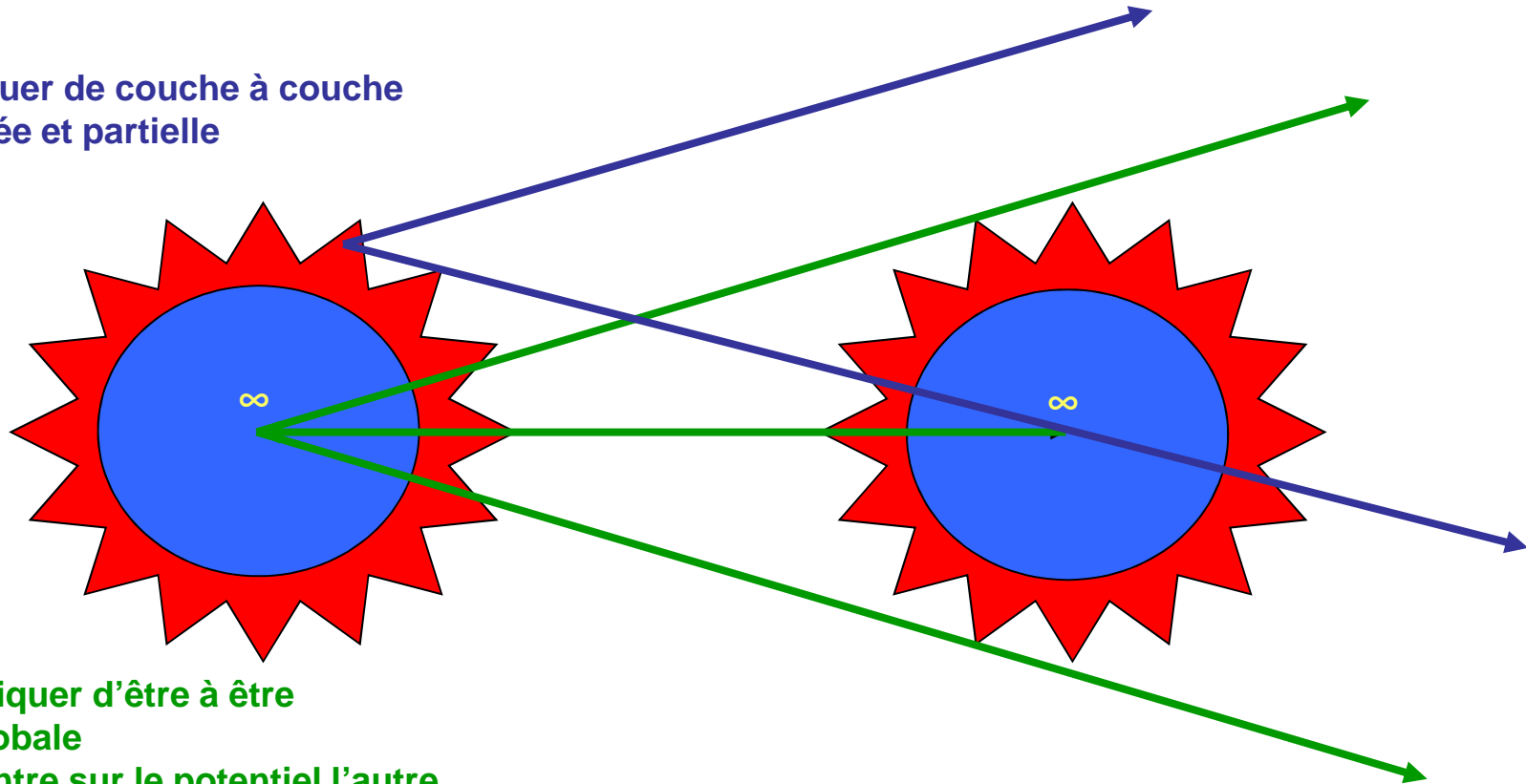
Se former au savoir être 2

- « Repère intérieur et ressenti, les enfants apprennent vite et simplement se recentrent »
- Le ressenti, un indicateur faces aux expériences qu'ils vivent.
 - Se fier aux avis extérieurs ?
 - Ou ressentir ce qui est juste ou non, ce qui est bon pour eux et pour le plus grand bien de tous.(Le ressenti c'est le corps, le cœur et l'intuition, le corps ne ment jamais)
- Ainsi ils développent une personnalité équilibrée, à l'écoute de soi et des autres, sans être dans le besoin de reconnaissance permanent pour exister. C'est cette force intérieure qui permet aux enfants ensuite de rejoindre des environnements très différents sans être profondément déstabilisés.



Communiquer d'être à être

Communiquer de couche à couche
Vision limitée et partielle



Communiquer d'être à être
Vision globale
Je me centre sur le potentiel l'autre

Une relation « de personne à personne » « une communication d'être à être » avec l'enfant, sans jugement de valeur. C'est voir d'abord et avant tout le potentiel en chacun



Valoriser et se valoriser

- Développer son savoir être, c'est valoriser sans cesse tout ce qui peut l'être
- Réactualiser son potentiel
- Encourager
- Développer sa confiance en soi, en lui
- Pas de « peut mieux faire » ni « c'est nul »
- C'est tourner résolument son regard vers le potentiel infini de création des enfants
- Le cahier de réussites
- Et toutes les semaines célébrer toutes les réussites



La coopération

- Développer le savoir être, c'est aussi réussir tous ensemble
- Un pour tous, tous pour un, réussissons ensemble
- Oui à la coopération et non à la compétition
- C'est magique parce que : quand je réussis, tu réussis aussi,
- La compétition fabrique un gagnant et tous les autres sont perdants



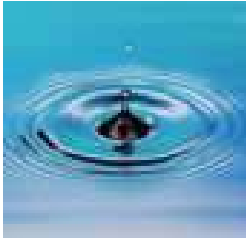
Les 4 Niveaux de l'être 1

- Sortir de l'hypertrophie de la tête, du mental prédominant et développer harmonieusement toutes les dimensions de l'être humain :
 - a) La dimension intellectuelle :
 - réfléchir, analyser, concevoir apprendre à apprendre,
 - la vision de synthèse, la vision globale et la vision de détail,
 - le cerveau droit et le cerveau gauche, l'intelligence globale
 - b) La dimension affective et émotionnelle,
 - Qualité relationnelle positive à soi et aux autres,
 - Apprendre à s'aimer, expérimenter le non-jugement vis-à-vis d'autrui et de soi
 - Se valoriser et valoriser
 - Résoudre d'une façon positive et juste des conflits, reconnaître et accueillir sa frustration, sa colère: coussin de décharge ou de recentrage, punching ball
 - Communiquer positivement avec les autres, CNV
 - Développer l'empathie.



Les 4 Niveaux de l'être 2

- Le plus tôt possible, dès la maternelle les enfants apprennent à dire « STOP » à la violence en s'affirmant et en faisant respecter leur espace personnel.
- Plus âgés, Ils apprennent à gérer leurs conflits en faisant des observations (plutôt que des jugements) et pratiquent la communication non violente, en partant des faits, des effets, de leur ressenti, ils expriment leur besoin et font leur demande.
- Très vite ils deviennent des médiateurs qui aident d'autres enfants à résoudre leurs conflits.



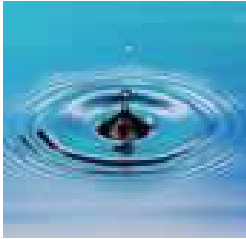
Les 4 Niveaux de l'être 3

c) La dimension corporelle

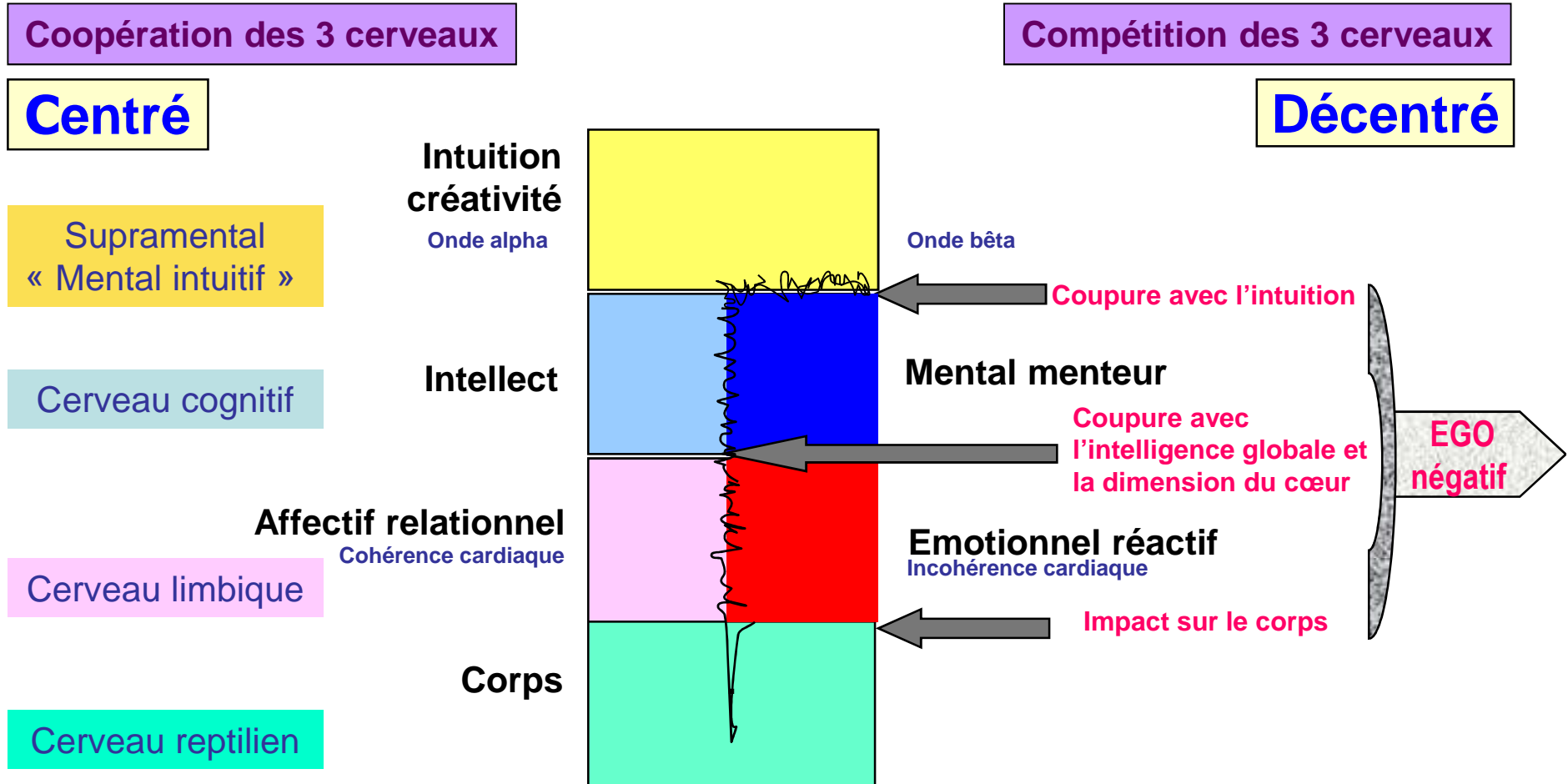
- Je ne suis pas mon corps et mais j'habite mon corps
- Véhicule de l'expérience et de la concrétisation
- Bien enraciné « les pieds dans la terre »
- Réveil du corps, un temps de relaxation, de méditation
- Sport, yoga, la musique, le chant, la danse, respiration
- Prendre soin de son corps nutrition, la santé, la vitalité, l'énergie de vie, l'hygiène de vie font aussi partie du programme...

d) La dimension créative représente tout le potentiel d'imagination, d'inspiration, d'intuition, de créativité et d'innovation des enfants

- Education artistique et musicale, jeux de mimes
- Projets éco-citoyens créés et portés par les enfants ...
- Les enfants doivent pouvoir se vivre comme des créateurs et c'est l'un des axes forts de cette pédagogie



Les 4 Niveaux de l'être 4





L'écocitoyenneté

- Tout comme le savoir être, l'écocitoyenneté s'enseigne comme une matière à part entière avec un temps dédié dans l'emploi du temps.
- Les écogestes : recycler, économiser l'eau et l'électricité, prendre soin de la nature, trier
- Un « Responsable Planète » peut être nommé dans chaque classe
- Agir dans le monde, ils font le choix des actions qu'ils souhaitent mener et parfois faire appel à des organisations, telles que les ONG, pour les accompagner dans leur démarche et les aider à concrétiser leurs rêves sera nécessaire.



Living School 1 : Caroline Sost



- Caroline Sost a été formée au savoir être et à l'écocitoyenneté
- Elle a créé Living School à Paris il y a 10 ans (de la maternelle au CM2)
- L'équipe est chaleureuse, incarne la joie, la cohérence avec ces valeurs et a un engagement personnel très fort
- Les enfants sont heureux et s'épanouissent vraiment
- Elle a créé des formations pour les enseignants et l'école des parents



Living School 2 : Caroline Sost

A Living School j'ai rencontré
des enfants heureux

(Photo Apprendre en s'amusant)



Le livre témoignage de Caroline SOST
« S'épanouir à l'école »





Résultats : L'expérience de Living school

Des enfants heureux et qui s'épanouissent à l'école

Nathan : « J'adore aller à l'école. J'aime bien quand on fait les activités. Des fois l'après-midi on a des invités et ça me fait plaisir. J'aime bien faire le savoir-être parce que c'est pas dans toutes les écoles qu'on le fait. J'aime bien quand on fait le calendrier le matin en anglais. Aussi ce que j'aime, c'est faire l'éveil corporel. Et puis, j'aime bien aller au parc parce qu'on est dans un endroit libre, où il y a plus de plantes. »

Oscar : « Je suis content d'aller à l'école et j'aime tout ! Les maths et l'écriture. J'aime apprendre et apprendre le savoir-être. On parle du crocodile et de la girafe. On apprend des choses pour ne pas avoir peur et pour dire « stop ». » [Le crocodile est l'animal élu par les enfants pour parler de leur état émotionnel et réactionnel. La girafe est l'animal totem de la communication non-violente.]

Elmar : « J'aime venir à l'école ! Ce que j'adore c'est lire. Et j'aime bien aussi faire la géométrie : avec le compas par exemple on peut faire de jolis ronds. J'aime bien jouer à Belfedar. Il faut s'y mettre à plusieurs et on travaille en équipe. Y'a pas de perdants, y'a pas de gagnants. J'aime bien aussi les maîtresses et la directrice ! » [Belfedar est un jeu de société coopératif.]

Marlowe : « J'aime la géométrie ! J'adore faire la découverte du monde sur le corps et des choses comme ça. J'aime aussi les arts plastiques et le savoir-être. J'aime bien apprendre comment dire « Stop » et les choses comme ça. »

Tiphaine : « J'aime bien les maîtresses. J'aime bien danser avec ma maitresse. J'aime bien apprendre. J'aime aussi le savoir-être parce que si on ne le connaissait pas on ferait souvent de la violence et on ne sentirait pas notre cœur ! »

Kléa : « J'aime les mathématiques. J'aime beaucoup lire et aussi j'aime les maîtresses. Et puis j'aime la planète Terre ! »



Les formations des enseignants au savoir être

Yanek, enseignant en CP : « Les ateliers savoir-être m'ont apporté des repères et des outils vraiment importants pour ma pratique pédagogique. J'ai pu immédiatement tester l'efficacité de mes changements de comportement sur le travail et l'entrain des enfants. J'ai redonné le sourire à des enfants en revalorisant l'image qu'ils avaient d'eux-mêmes. Je perçois en tout cas clairement qu'en complément d'une méthode pédagogique, il est fondamental de gérer en conscience notre savoir-être, pour le bien de l'enfant et pour le nôtre aussi. Ce stage est une étape clé pour moi. A faire absolument ! »

Camille, enseignante en lycée : « J'ai valorisé mes élèves de terminale. J'ai pris un temps pour leur dire qu'ils avaient plein de qualités et j'ai valorisé chacun individuellement. Ca leur a fait beaucoup de bien et ils en avaient bien besoin...on était juste avant le bac et leur professeur principal n'était pas très encourageant. »

Murielle, enseignante: « Très chouette. Très enrichissante de par la diversité de l'origine des participants et de par la matière transmise. Formation très intéressante et bien illustrée par les témoignages des enseignantes énergiques et de bonne humeur... L'essence du cours paraît tellement évidente maintenant, que je me demande comment il est possible que j'aie vécu tout ce temps sans m'en apercevoir avant... »



Ecole : le Hêtre bienveillant 1

Amélie et Sébastien Carlier



- Trois yourtes installées sur un terrain agricole, un potager en permaculture fait par les enfants
- Amélie et Sébastien formés au savoir être et à l'écocitoyenneté
- Deux intentions majeures : «Enseigner le savoir-être aux enfants en cohérence avec l'exemplarité des acteurs de l'école, révéler et développer les savoir-faire des enfants en leur offrant tous les espaces et l'accueil nécessaires à l'éveil de leurs talents et de leurs potentiels, afin qu'ils les incarnent concrètement dans le monde, de façon responsable et autonome.»



Ecole : le Hêtre Bienveillant 2 Amelie et Sébastien Carlier

- Trois inspirations pédagogiques : « Montessori pour le matériel, Freinet pour l'auto-discipline et la responsabilisation, et Steiner pour la créativité et les projets transversaux. »
- L'école accueille des enfants le plus souvent en souffrance. Précocité, phobie scolaire, troubles de l'attention, renvoi : la plupart d'entre eux ont rencontré des difficultés d'adaptation au milieu scolaire traditionnel.
- Aujourd'hui 42 enfants heureux, créatifs qui apprennent, grandissent, évoluent dans la joie, l'harmonie et le respect, de la maternelle au lycée.



Les enfants de la Gurukul, école de l'Ashram de Swami Nithyananda à Bidadi 1

- A Bidadi, la Gurukul, fait revivre l'authentique système d'éducation traditionnelle indienne où les enfants vivent quotidiennement dans la proximité du Maître et redécouvrent les sciences védiques
- Cette éducation n'est pas basée sur des concepts, des théories et des théologies, mais sur l'Eveil du potentiel infini de chaque enfant.
- Grace au Maître les enfants ont accès à la connaissance universelle, aux mémoires akashiques et cosmiques, c'est comme avoir son internet intérieur sans besoin de connexion. Ils sont initiés à différentes formes de yoga, de gymnastique traditionnelle, de méditation, de chants, de danses, d'arts védique.
- Ils participent aux pratiques des rituels, étudient le sanscrit et les textes sacrés
- Ils sont formés au savoir être à l'exemplarité et la pratique des 4 tattvas : l'authenticité, l'intégrité, la responsabilité, l'enrichissement de l'autre et du monde
- Les apprentissages se font sans stress, dans l'harmonie, l'amour et la paix.



Les enfants de la gurukul, école de l'Ashram de Swami Nithyananda à Bidadadi 2

- 50% des enfants ont jusqu'à 3 ans d'avance pour passer l'équivalent du bac, en général avant l'âge de 15ans.
- 35 % ont des Qi au dessus de 130 selon le référentiel de Slosson donc très élevés
- Ils ont des capacités mémorielles très rapides et importantes, ils sont capables d'agir sur la nature comme écarter les nuages ou faire pleuvoir, ou sur les plantes et les arbres comme faire pousser une rose sans épine
- Grâce à l'ouverture de leur 3^{ème} œil, 100% des enfants lisent les yeux bandés, scannent les corps, développent la claire voyance et ont une créativité artistique très développée.
- 30% des enfants sont capables de jouer d'un instrument de musique sans avoir appris.



Les enfants des gurukuls, écoles de l'Ashram. Bidadi

- Ces résultats ne sont pas l'apanage des enfants indiens.
- Des enfants occidentaux, australiens, malaisiens initiés à Bidadi lisent les yeux bandés dans l'heure qui suit
- Les initiations et les stages de ce types commencent à se répandre et les enfants de la gurukul sont venus à Paris faire une démonstration le 5 novembre 2017.
- 1000 personnes ont été témoins
- Bientôt ce sera accessible au plus grand nombre.



Les enfants des Gurukuls 3





CONCLUSION

Aujourd'hui permettez-moi de rêver un monde où :

- Les parents, les enseignants, les enfants seraient non seulement formés au savoir être mais encore recevraient toutes ces initiations. Nous serions ainsi plus authentiques (conscient de notre potentiel), plus responsables (de nous, des autres, du monde, de notre belle planète, des générations futures), plus désireux de contribuer à l'évolution du monde, plus engagés et surtout plus enthousiastes
- Avec ces apprentissages dès le plus jeune âge, dès l'école, tous les enfants du monde pourraient éveiller leur vraie nature, leurs pouvoirs, manifester leur potentiel infini et devenir des êtres éveillés

**Les enfants sont les créateurs du monde de demain
Faisons confiance à leur potentiel infini
et aidons les à le manifester**

A blue background with a water droplet creating ripples. The text is overlaid on the image.

Alors...
YOU CAN
Just do it now !

Emergence
Dr Catherine Henry-Plessier



Liens

- Living School:
 - <https://www.livingschool.fr>
 - 6 Rue Georges Auric, 75019 Paris / 01 42 72 00 24
 - <https://www.livingschool.fr/fr/pages/ecole/formations/parents>
 - <https://www.livingschool.fr/fr/pages/ecole/formations/professionnels-education>
- Le Hêtre bienveillant
 - <https://www.facebook.com/arboressencedenfants>
 - Chemin des Grignons Jaux 60880 / 06 08 26 94 30
- La Gurukul de Bidadi
 - <http://vidyapeetam.nithyananda.org/nithyananda-gurukul>



émergence

Docteur Catherine Henry-Plessier

80 rue Boissière

F-75016 Paris

Tél : 01 40 07 92 40

Gsm : 06 07 11 60 36

Cat.hp@free.fr

<http://www.catherinehenryplessier.typepad.com/>