

Programme de formation
«Enseignants Heureux 1 2 3 étape II»
(ou Wake-Up Schools France 1 2 3 étape II)
2020-2021



Depuis 2017, le comité Wake Up Schools France 1 2 3 propose son accompagnement à travers un programme de parrainage/marrainage s'inscrivant dans les programmes internationaux Wake Up Schools 1 2 3.

Ce programme est destiné aux professionnel-les souhaitant approfondir leur pratique de Pleine Conscience auprès des enfants, adolescent-es ou adultes auprès desquel-les ils/elles travaillent et devenir « Enseignant-es Heureux » pratiquant dans la tradition du Village des Pruniers. Ce programme se déroulera sur l'année scolaire 2020-2021 et sera coordonné par Hélène Le Bris, Enseignante du Dharma Laïque.

Le processus de cette formation se décline en 3 étapes :

- **L'étape I** correspond aux pratiques de base du Village des Pruniers
- **L'étape II** correspond à partager et transmettre la pratique aux enfants, adolescent-es et adultes en situation professionnelle
- **L'étape III** est actuellement en cours de développement

Les filleul-es seront accompagné-es de manière individuelle par un-e Enseignant-e du Dharma laïque durant une année scolaire. Afin de préserver une qualité d'accompagnement, le nombre de participant-es sera limité.

Les pré-requis pour accéder à la formation étape II incluent :

- Avoir participé à une **retraite éducation** ou équivalent, signifiant ainsi son engagement
- Avoir reçu et pratiqué les **cinq Entraînements à la Pleine Conscience** depuis au moins un an.
- Pratiquer activement au sein d'une **Sangha du Village des Pruniers** depuis au moins un an.
- Remplir le formulaire, incluant la motivation et l'aspiration à se former Enseignant-e Heureux et l'envoyer à helene.le.bris@netc.fr

Ce programme se décline sous forme de processus. L'étape I s'appuie sur les trois piliers de Wake Up Schools (cf ci-dessous). Passer à l'étape II requiert une intégration minimale de l'étape I.

L'étape II consiste en une année de parrainage/marrainage avec un-e Enseignant-e du Dharma laïque avec des partages sur la pratique personnelle et sur les pratiques amenées dans le contexte d'enseignement, accompagnement d'enfants, adolescent-es, adultes.

Les filleul-es participeront à :

- une **retraite éducation** ou équivalent (des précisions seront apportées en fonction de l'ouverture du Village des Pruniers)
- une **rencontre mensuelle** avec leur parrain / marraine, par téléphone, visioconférence ou présenteielle. Ces rencontres seront initiées par le filleul-e qui reste acteur-trice de son parcours de formation
- au moins **deux rencontres** en visioconférence du groupe parrains marraines/filleul-es (des invitations seront envoyées après consultation des disponibilités)
- quatre ateliers Educ ' (Maison de l'Inspir', Toulouse, Tours, Rennes ...) ou un week-end Inspir'action

Les filleul-es remettront au cours du parcours de formation à leur parrain/ marraine

4 lettres de soutien témoignant de leur pratique :

- une de membre(s) de la Sangha de pratique
 - une de membre(s) de la famille ou ami-e(s) proche(s)
 - une de collègue(s) de travail ou enfants/adolescent-es/adultes accompagnées
 - une de leur parrain/marraine Enseignant-e du Dharma laïque.
- (les ajustements, adaptations seront à envisager avec le parrain/ la marraine et/ou Hélène Le Bris)

Ils-elles remettront à leur parrain-marraine le document **«Moment d'arrêt sur ma pratique »** complété au début et au cours du parcours. Ceci pourra être un support aux échanges.

Les filleul-es satisfaisant aux demandes de l'étape II recevront un certificat du Village des Pruniers attestant de leur engagement et de leur pratique.

Le rôle des parrains/marraines :

Le parrain/marraine soutiendra en premier lieu la pratique personnelle et le développement de la capacité du filleul-e à prendre soin de lui-même grâce aux pratiques de base du Village des Pruniers. Les parrains/marraines pourront avoir une expérience de l'enseignement scolaire mais ce n'est pas une obligation.

Un point parrains/marraines sera effectué à l'issue de l'année scolaire afin d'ajuster et envisager la suite de ce programme.

Merci pour votre pratique de pleine conscience

Hélène Le Bris

pour toute demande d'information : helene.le.bris@netc.fr ou 06 32 33 62 19

les 3 piliers de Wake up Schools :

Pratique : Conscient-e que les actions de mon corps, de ma parole et de mes pensées sont ma véritable continuation, je suis déterminé-e à cultiver la pleine conscience dans ma vie quotidienne et à ne pas l'enseigner seulement comme une théorie ou une technique.

Service : Conscient-e que partager la pratique dans l'esprit du don m'enrichit autant moi-même que les autres, je suis déterminé-e à offrir les enseignements de pleine conscience librement et ouvertement, et non pour mon profit ou mon gain personnel.

Communauté : Conscient-e que mon bonheur et le bonheur des élèves, étudiant-es, parents, collègues et de l'école toute entière sont profondément inter-connectés, je suis déterminé-e à construire et maintenir une communauté à l'école qui génère et permette d'incarner l'inclusivité, la compassion et la compréhension.