



Éclaireuses • Éclaireurs de la Nature

Mouvement scout pour une éducation à la Pleine Conscience

LIVRET PÉDAGOGIQUE

Vivre et faire vivre la proposition spirituelle
chez les EDLN

Version Mars 2019



Table des matières

I. Introduction à la proposition spirituelle des Éclaireurs de la Nature	4
1. La proposition spirituelle en trois points	4
2. Bouddhiste ou pas ?	4
3. Méditation, c'est quoi ça ?	5
4. Et la nature dans tout ça ?	5
5. Le défi : éduquer les jeunes par les jeunes aussi pour la spiritualité	6
6. Comment bien se former ?	6
7. Du soutien pour bien préparer son temps spi	7
II. Les fondements pédagogiques de la proposition spirituelle	8
1. Les 3 qualités développées dans la proposition spirituelle	8
2. Comment faire vivre la proposition spirituelle chez les EDLN	9
III. Comprendre les propositions de branches de la spiritualité	10
1. Les Voyageurs	10
2. Les Vaillants	11
3. Les Pionniers	12
4. Accueillir les nouveaux avec un temps spi introductif	13
IV. Poser le cadre du temps spi	14
1. Les temps spi ne sont pas une option	14
2. Le lieu des temps spi	15
3. L'horaire	15
4. La durée	15
5. Déroulement type d'un temps spi	16
6. Le nombre de participants	16
7. Soigner les transitions	16
8. En résumé : anticiper et s'adapter avec la sagesse du bon sens	17
9. Et faire un temps spi informel ?	17
V. Préparer son temps spi	18
1. J'y vais ou je n'y vais pas ? La question de se lancer la première fois	18
2. Choisir le temps spi	18
3. Préparer le temps spi que l'on a choisi	19
VI. Animer le temps spi	21
1. Bien guider le temps d'expérience	21
2. Animer le temps d'échange qui suit	21
3. Comment faire quand ça ne se passe pas comme tu le souhaites	23
VII. Après le temps spi	26
1. Faire un bilan	26
2. Continue à progresser en faisant de ton mieux	26
3. Souviens-toi de ta motivation	27

Objectif de ce manuel :

Ce manuel pédagogique de la proposition spirituelle des Éclaireuses et Éclaireurs de la Nature a pour but d'être un support pour aider les chefs et cheftaines à bien mettre en œuvre la proposition spirituelle dans les différentes branches. Il peut être lu d'une façon linéaire ou bien être consulté en fonction de vos besoins.

Il ne remplace pas les formations organisées par les Éclaireurs de la Nature.



I. Introduction à la proposition spirituelle des Éclaireurs de la Nature

L'éducation spirituelle fait partie intégrante de la proposition scoutie au même titre que la dimension physique, psychologique, sociale, etc...

Le scoutisme se situe du côté de la spiritualité, au niveau pratique, vécu, senti et non pas du côté de la religion en tant qu'enseignement systématique et rationnel, structuré.

Scoutisme et développement spirituel, Bureau Mondial du Scoutisme

La proposition spirituelle des Éclaireurs de la Nature se situe complètement en phase avec cette recommandation.

Voici quelques rappels fondamentaux de cette proposition spirituelle car il est important de savoir où l'on va pour aller quelque part.

1. La proposition spirituelle en trois points

Pour plus de détails, tu peux consulter le document "La spiritualité chez les Éclaireurs de la Nature" sur le centre de ressource (http://edln.org/centre_de_ressources/) mais voici un petit résumé pour t'aider à y voir un peu plus clair.

La proposition spirituelle des Éclaireurs de la Nature est là pour aider le jeune à développer les qualités humaines fondamentales.

- **la pleine présence**, une qualité d'écoute et d'ouverture au monde extérieur, notamment au travers des sens, comme à son monde intérieur. Cette qualité est souvent appelée aujourd'hui "pleine conscience", ou "pleine présence" (en anglais *mindfulness*). Si l'on n'est pas présent dans sa vie, alors quand vit-on ?
- **l'intelligence émotionnelle** ou savoir se dépatouiller avec ces trucs qu'on appelle les émotions,
- **un bon cœur** (empathique, généreux, altruiste) qui tend à dissoudre le sentiment de séparation entre soi et l'autre, entre soi et son monde.

2. Bouddhiste ou pas ?

Alors bouddhiste ou pas les EDLN ? Bonne question. Le bouddhisme ou dharma est l'enseignement du Bouddha qui remonte il y a 2500 ans. Le Bouddha a particulièrement insisté sur le développement des qualités dont nous venons de parler : la présence, l'ouverture de l'esprit, l'ouverture du cœur... Et il a enseigné de nombreuses méthodes pour cultiver ces qualités. Alors oui de ce point de vue les Éclaireurs de la Nature sont pleinement bouddhistes !

Pour autant, ces qualités n'appartiennent pas au bouddhisme, ni à aucun courant ou tradition, elles sont universelles, atemporelles, transversales à toutes les religions. C'est pour cela que les Éclaireurs de la Nature ont choisi de développer ces qualités dans un contexte non religieux, complètement ouvert et laïque. C'est ainsi que dans la proposition spirituelle des Éclaireurs de la

Nature, il n'y a aucune trace de la religion bouddhiste en termes de vocabulaire, de rituels, d'autels, ni même de Bouddha !

En résumé, les Éclaireurs de la Nature sont pleinement bouddhistes de par le fond et la méthode mais ne le sont pas dans la forme et dans le contexte.

Par conséquent, tout le monde est bienvenu dans le mouvement sans devoir adhérer à une croyance et sans que l'on ne colle une étiquette "bouddhiste" à des jeunes qui ne l'ont pas encore choisie. Les jeunes pourront faire en conscience le choix de leur orientation spirituelle dans leur vie lorsqu'ils seront en âge de le faire.

Il est important de savoir que les retraites spirituelles base et appro (formations à la spiritualité du mouvement organisées par les Éclaireurs de la Nature) sont guidées par des instructeurs de méditation pleinement formés et qualifiés en tant que tel (MBSR, MBCT, OMT, etc...), ce qui garantit un rattachement authentique à une source.

Pour compléter, on peut rappeler qu'historiquement les Éclaireurs de la Nature sont nés dans un centre bouddhiste (l'Institut Karma Ling en Savoie) et beaucoup de membres fondateurs étaient eux-mêmes pratiquants de cette tradition.

Au niveau des structures, les Éclaireurs de la Nature sont membres associés de l'UBF (Union Bouddhiste de France) et sont reconnus au sein du Scoutisme Français comme mouvement représentant la tradition bouddhiste. Ils ont déjà participé à deux émissions de "Sagesses Bouddhistes" du dimanche matin sur France 2.

3. Méditation, c'est quoi ça ?

Rien de particulièrement ésotérique ou de très compliqué. Dans son étymologie sanskrite ou tibétaine, "méditer" veut dire s'entraîner, s'habituer. Alors si un parent te demande "qu'est-ce que la méditation de pleine conscience ?", tu peux lui répondre très simplement "c'est **l'entraînement à la présence**". Dans une V2 un peu plus développée : "c'est un entraînement à être présent, à bien vivre ses émotions et à se connecter à son bon cœur" Facile non ?

Il est aussi important de comprendre que la méditation ne se réduit pas à juste le fait de s'asseoir immobile, mais consiste à s'entraîner à chaque instant de notre vie. A chaque instant, nous avons le choix de revenir à la présence et devenir ainsi pleinement vivant !

4. Et la nature dans tout ça ?

Ah la nature !!! Comme disait Baden Powell, la nature est à la fois un club, un laboratoire, un temple. La nature c'est notre maison, plus que ça, nous n'en sommes pas séparés comme la vague et l'océan, c'est notre nature fondamentale.

Aujourd'hui notre monde moderne s'est déconnecté de la nature, celle-ci étant souvent perçue comme une ressource qu'il faut contrôler, maîtriser, rentabiliser, au mieux un lieu pour "profiter" mais toujours avec cette idée de la domination, de la possession et du contrôle d'une seule espèce sur toutes les autres : les humains, nous.

Cette folie de la déconnexion qui a commencé il y a plusieurs milliers d'années a conduit notre communauté humaine à détruire sa maison, à menacer sa propre vie, et aujourd'hui à menacer la vie elle-même dans son ensemble (pour rappel nous vivons la sixième extinction de masse du vivant en ce moment).

Alors la proposition des Éclaireurs de la Nature est de contribuer à reconnecter les jeunes à la nature et faire que l'homme retrouve la place qui est la sienne dans le cercle de la vie. Il ne s'agit pas d'une philosophie ou d'une idéologie conceptuelle mais d'une reconnexion de cœur avec la Terre, avec son propre cœur et le cœur de toute vie. La nature parle et enseigne continuellement de myriades de façons, elle nous offre un chemin du retour, le retour à notre maison, le retour à notre cœur, le retour à notre nature, le retour à la vie.

Et quelle est la clé pour opérer cette reconnexion de cœur avec la nature? C'est parce que l'on y vit, que l'on y grandit, que l'on y joue, que l'on y rit, que l'on y pleure, c'est aussi parce que l'on fait une pause pour la contempler en silence et découvrir ses merveilles, en bref c'est parce que l'on y passe du temps. Il n'y a pas d'autres moyens, y passer du temps, encore, encore et encore.

C'est pour toutes ces raisons que **les Éclaireurs de la Nature considèrent comme primordial l'évolution spirituelle dans, avec et par la nature elle-même**. C'est aussi la raison pour laquelle ce nom "Éclaireuses et Éclaireurs de la Nature" a été choisi.

5. Le défi : éduquer les jeunes par les jeunes aussi pour la spiritualité

Chez les Éclaireurs de la Nature, l'animation de la proposition spirituelle n'est pas confiée à des personnes dûment formées et accréditées en tant qu'instructeurs de méditation (l'équivalent d'aumôniers dans d'autres mouvements). Ce ne serait ni possible pratiquement ni même souhaitable d'un point de vue pédagogique. Mais il y a là un véritable défi ! C'est un choix fort de confiance et c'est aussi une vraie responsabilité pour chacun d'entre nous. Mais le jeu et l'enjeu en valent la chandelle. Il s'agit ni plus ni moins d'amener les Éclaireurs de la Nature à devenir un vaste mouvement de jeunesse portée par les valeurs universelles du scoutisme, de la nature et celles de la tradition du Bouddha dans sa dimension fondamentalement non religieuse.

Ainsi ce sont nous, les chefs et cheftaines de notre mouvement, qui avons la responsabilité de partager cette expérience avec nos jeunes scouts. Comme nous allons le voir, cela commence par le fait de commencer à vivre ce chemin pour soi-même, notamment au travers de toute la dynamique de formation proposée par le mouvement.

6. Comment bien se former ?

Il est primordial pour que la proposition spirituelle vive sur le terrain que les chefs/cheftaines eux-mêmes vivent ce chemin de l'intérieur, pour eux-mêmes, avant de le partager avec les jeunes.

La formation est donc capitale. Voici ce que les Éclaireurs de la Nature mettent à ta disposition pour t'aider à bien entrer dans la proposition spirituelle du mouvement :

- **la caravane de formation** : c'est une première étape de découverte de la spiritualité du mouvement ; la proposition spirituelle y est rapidement présentée et un temps d'expérience guidé y est partagé
- **le BAFA EDLN** : découvrir ce qu'est la méditation et la proposition spirituelle des Éclaireurs de la Nature. Vivre et animer ses premiers temps spi.

- **la retraite “base”** : 3 jours de méditation pour découvrir les techniques de base de la méditation suivi de 2 jours pour présenter la spiritualité des Éclaireurs de la Nature dans les différentes branches et apprendre à animer des temps spi.
- **la retraite “apro”** dite aussi “*into the wild*” : 6 jours de retraite en pleine nature dont 2 jours en solitaire, seul avec la nature pendant 48h : une expérience fondatrice qui fait entrer dans le cœur la proposition spirituelle des Éclaireurs de la Nature.
- **Sati Scout** : pour celles et ceux qui veulent aller plus loin, les Éclaireurs de la Nature proposent de mettre en lien un chef avec un instructeur de méditation de pleine conscience près de chez lui afin qu’il participe à un cycle de méditation organisé par ce dernier, et ce dans un prix se limitant à une participation libre et consciente.
- **Cercles de méditation intra EDLN** : les EDLN essayent de favoriser au maximum les rencontres des chefs et bénévoles pour méditer ensemble que ce soit localement, en lien avec un groupe local, ou bien de façon nationale avec les méditations guidées virtuelles.

Il est vivement conseillé d’avoir accompli au moins la retraite base avant de commencer à animer un temps spi.

N’hésite pas à te renseigner auprès de ton·ta responsable de groupe ou du secrétariat national qui te guidera dans toutes tes démarches de formation.

7. Du soutien pour bien préparer son temps spi

En plus de la dynamique de formation, les chefs/cheftaines EDLN bénéficient de soutien et supports pour aider à la mise en œuvre de la proposition spirituelle et animer les temps spi. Ainsi pour préparer ton temps spi tu peux :

- **demander des conseils à ton·ta chef/cheftaine d’unité (ou par défaut à ton·ta responsable de groupe)**, si celui-ci a déjà une certaine expérience de l’animation de temps spi
- **contacter directement un·e autre chef/cheftaine plus ancien·ne**, même d’un autre groupe, qui a déjà quelques années d’expérience dans l’animation spirituelle de la branche qui te concerne. Il·elle sera le·la plus à même de te donner de bons conseils et de te faire partager son expérience
- **consulter le centre de ressource EDLN**, rubrique *Animation spirituelle*, avec tous les documents clés, plus des ressources complémentaires (méditations guidées, articles, etc...) pour approfondir son expérience
- **participer à la rencontre annuelle sur la spiritualité** organisée chaque année via Skype (ou équivalent) par la commission spiritualité du mouvement pour tous les chefs/cheftaines d’une même branche (Voyageurs, Vaillants, Pionniers). Cette rencontre permet de répondre à toutes les questions et de faire des retours du terrain sur la mise en œuvre.

Là encore, n’hésite pas à te renseigner auprès du secrétariat national ou de ton·ta responsable de groupe pour en savoir plus.

II. Les fondements pédagogiques de la proposition spirituelle

En totale harmonie avec la pédagogie du mouvement, la proposition spirituelle suit les deux grands principes pédagogiques :

- **une progression et un contenu adaptés selon les âges** (cf. les propositions pédagogiques de branches, PPDB)
- **apprendre et comprendre dans l'expérience** et dans les échanges plutôt qu'avec des apports théoriques

1. Les 3 qualités développées dans la proposition spirituelle

La proposition spirituelle dans son ensemble et dans toutes les tranches d'âges a pour objectif de permettre aux jeunes de développer trois qualités essentielles :

- **la pleine présence** : apprendre à être présent dans sa vie, présent au monde qui nous entoure, présent à l'autre, présent à soi, à son corps, à ses émotions. Méditer c'est écouter. C'est dans la mesure où l'on est présent, que l'on est vraiment à l'écoute et en lien avec la situation et que l'on peut y apporter une réponse adaptée. Ainsi dans l'entraînement à la présence, on découvre comment cultiver la pleine présence à la respiration, la pleine présence au corps et aux sensations physiques, la pleine présence dans les cinq sens. On apprend aussi comme retrouver un état de calme et de clarté lorsque l'esprit est très agité et confus. Enfin on apprend comment cultiver l'expérience directe sans partir dans l'interprétation et les commentaires du mental. Cette pleine présence ouverte et sans jugement est la base sans laquelle aucun développement intérieur ne peut se faire.
- **l'intelligence émotionnelle** : découvrir le monde des émotions, du stress, de la peur, apprendre à les reconnaître, à les nommer, à voir comment elles se manifestent dans le corps, à découvrir comment il est possible de ne pas les réprimer et de les exprimer sans être prisonnier de la réactivité. En résumé, apprendre à bien vivre ses émotions qui sont les énergies mêmes de la vie.
- **la bonté** : découvrir les qualités fondamentales du cœur : l'empathie, la bienveillance, la générosité, la gratitude, pour soi, pour autrui, pour la nature. La racine du mal de notre société est la coupure de l'homme avec son cœur, développant une mentalité toujours plus égoïste, avide, indifférente, individuelle. Il est primordial de remettre le cœur au centre pour amorcer le cycle de guérison au niveau personnel comme au niveau global. C'est le cœur qui guérit, c'est le cœur qui rend heureux.

2. Comment faire vivre la proposition spirituelle chez les EDLN

Il est d'abord essentiel de rappeler que **l'éducation spirituelle chez les Éclaireurs de la Nature ne se réduit pas aux temps spi !**

Les qualités développées par la proposition spirituelle sont transversales et il s'agit d'apprendre à les cultiver en toutes circonstances.

Comment faire vivre la proposition spirituelle chez les EDLN ?

- **Les temps spi** bien sûr sont des moments privilégiés pour vivre la proposition spirituelle. Ils consistent en des temps d'expériences et d'échanges selon un cursus défini. Ils sont quotidiens sur les camps et ont lieu à chaque sortie de groupe local.
- **Les rappels de présence** : Ainsi des rappels de présence, comme une sonnerie de bol tibétain ou de petites cymbales suivie d'un bref moment de silence peuvent être utilisées (ex. pendant le repas, ou pendant un rassemblement).
- **Des temps spi spontanés et improvisés** comme un moment de silence en contemplant un ciel étoilé ou un feu en fin de veillée, une pause devant un beau paysage, une marche silencieuse pendant une expo pour écouter les oiseaux...
- **Des temps de solitudes dans la nature** peuvent parfois être des moments précieux pour vivre un moment privilégié.
- **L'exemple et l'inspiration des chefs**. C'est même souvent le premier point. Le chef est souvent perçu comme un grand frère ou une grande sœur, un modèle à suivre pour les jeunes. Il est donc important que les chefs se sentent sur le chemin. Bien sûr lorsque l'on arrive chez les EDLN, la proposition spirituelle peut être aussi nouvelle pour soi et il ne s'agit pas d'être parfait. Mais il est important d'avoir soi-même une certaine inspiration et aspiration pour la proposition spirituelle des Éclaireurs de la Nature afin de pouvoir vraiment la faire vivre et la partager avec les jeunes. Et cela commence par montrer l'exemple dans notre comportement au quotidien, dans notre façon de gérer notre réactivité et nos propres émotions, dans la façon de communiquer avec le groupe, dans la bienveillance et la générosité que l'on peut manifester, dans la façon de favoriser l'harmonie et de l'inspiration dans la vie du groupe...

III. Comprendre les propositions de branches de la spiritualité

Dans son ensemble la pédagogie des Éclaireurs de la Nature se décline en fonction des différentes tranches d'âge : les propositions pédagogiques de branches (PPDB). Il en est de même pour la proposition spirituelle qui est intégrée aux PPDB.

Dans ce chapitre, nous n'allons pas entrer dans le détail des propositions (voir PPDB dans le centre de ressource > éducation et pédagogie) mais essayer de mettre en relief l'intelligence globale et la progression de ces propositions.

1. Les Voyageurs

1. Comprendre la proposition

La progression des temps spi suit progressivement les trois grands objectifs de la proposition spirituelle que nous avons vue en introduction :

1. **Développement de l'attention et la présence.** On commence par ce qui est évident : apprendre à être présent à l'extérieur au travers de nos sens. Puis on amène à découvrir que la présence se vit aussi à l'intérieur : dans le corps immobile, et dans le corps en mouvement. On découvre ensuite une façon de calmer un peu l'agitation en ressentant la respiration.
2. **Développement de l'intelligence émotionnelle :** sur la base de la présence au corps, on introduit la notion d'émotion et de météo intérieure et de voir comment les sensations du corps sont aussi reliés aux émotions que l'on vit. On commence chez les Voyageurs à apprendre à reconnaître et nommer les émotions, puis comment faire pour apaiser lorsqu'il y a "beaucoup de vent" (c'est-à-dire beaucoup d'émotions ou d'agitations).
3. **Développement de la bienveillance et de la dimension relationnelle,** lorsque l'on est plus calme et plus ouvert, naturellement nos qualités de cœur se manifestent. On amène alors le jeune à découvrir son bon cœur (bienveillance, gratitude) et surtout à lui faire prendre conscience que les qualités du cœur sont très importantes dans la vie d'un être humain et chez les Éclaireurs de la Nature.

2. Quelques caractéristiques des temps spi Voyageurs

- Utiliser **peu de concepts abstraits** mais un vocabulaire relié à une expérience concrète et palpable
- **Temps spi plus court** que les autres branches (10 minutes de pratique est déjà bien pour un voyageur, 15 minutes pour un exercice ludique)
- Utilisation d'exercices **ludiques** (ex. l'appareil photo) ou faisant appel à l'**imaginaire** (ex. la méditation de la grenouille) mais sans pour autant que cela soit obligatoirement systématique, il est bien d'apprendre aussi à rester un peu sans rien faire en silence à tout âge.

2. Les Vaillants

1. Comprendre la proposition

La progression des temps spi chez les Vaillants est très proche de celle des Voyageurs. En fait l'intelligence est la même (présence, intelligence émotionnelle, bonté) mais en **approfondissant** l'expérience vécue chez les Voyageurs. Quelques remarques complémentaires :

- Au niveau de la présence, il peut être bien parfois de faire partager des **moments de silence** sans rien faire. Des petits moments de pauses silencieuses sont quelque chose qui doit s'intégrer dans la culture du mouvement. Et il est important de ne pas présenter le silence comme une privation, comme un moins, mais comme un plus : plus d'écoute de soi et de la nature, plus de lien, plus de calme.... Se rendre compte du caractère rare et précieux d'un moment de silence dans la nature dans un monde où le bruit est omniprésent.
- Approfondir la **gestion des émotions, des peurs, du stress**. C'est l'âge de la pré adolescence et beaucoup de choses émergent. Il est important que les jeunes puissent commencer à avoir quelques clés pour se dépatouiller avec tout ça. Non seulement il s'agit d'apprendre à les reconnaître, mais aussi comment bien y répondre ? Comment bien les ressentir et les exprimer sans les refouler ni les défouler ?

2. Quelques caractéristiques des temps spi Vaillants

- Les temps spi peuvent être un peu plus longs que chez les Voyageurs (15 minutes d'expérience est déjà bien pour un exercice immobile)
- Les **moments d'échange peuvent être aussi développés**. Il est important que les jeunes puissent apprendre à s'exprimer, à écouter et à grandir ensemble dans une intelligence collective. Ainsi un temps spi Vaillants peut durer jusqu'à 30-40 minutes en incluant ce temps d'échange.
- Là encore on utilisera peu de concepts abstraits mais il devient possible au cours des échanges d'aider le jeune à structurer une compréhension plus claire de ce qui est vécu à l'aide de concepts simples et reliés à l'expérience
- Le ludique et l'imaginaire peuvent encore parfois être utilisés mais de façon plus restreinte. Le-la Vaillant·e aime explorer.



3. Les Pionniers

1. Comprendre la proposition

Les Pionniers sont à l'âge de l'adolescence. L'âge où l'on se pose beaucoup de questions, et où l'on remet beaucoup de choses en question, sur sa vie, sur le monde, sur ses valeurs, sur son avenir, etc... La proposition spirituelle Pionniers tient compte de cette évolution et propose d'autres outils en plus des temps spi.

Ainsi la proposition spirituelle des Pionniers va en particulier se développer avec deux éléments de base :

- **les temps spi**
- **le temps caverne** (en général un week-end ou sur une journée sur un camp)

Et deux éléments complémentaires :

- **les veillées débat** (une ou deux par camp)
 - **le rite de passage pour les Pionnières qui sont en dernières années** (camp d'été)
- **Les temps spi** vont reprendre la même progression que les branches précédentes avec les trois dimensions (présence, intelligence émotionnelle et dimension relationnelle-bonté). Là encore vécues comme un approfondissement des années précédentes.
 - **Le temps caverne** dans l'année va permettre d'amener une réflexion sur son idéal de vie, ses valeurs, la connaissance de soi, etc... des questions essentielles à cet âge.
 - **Les veillées débat** : L'âge de l'adolescence est aussi l'âge pour apprendre à réfléchir, débattre, formuler ses idées, etc... Pour cela la proposition est de créer des espaces de réflexions et de débats autour de thèmes essentiels dans la vie : l'organisation de veillée débat peut être un outil par excellence pour ce genre de temps.
 - **Le rite de passage** : la fin de la branche des Pionniers marque aussi un passage vers le monde du jeune adulte, les compas. Il est important de mettre en valeur ces moments par des rites de passage : rencontrer ses limites, ses peurs, mais aussi prendre confiance dans sa capacité à dépasser des sommets, d'aller au bout, et se connecter en profondeur avec la nature en solitude. C'est le propos du rite de passage avec le temps de solitude dans la nature.

2. Quelques caractéristiques des temps spi Pionniers

- **Les temps spi peuvent durer plus longtemps** et laisser plus de places aux échanges et à la réflexion, très importants à cet âge
- **Favoriser l'autonomie** : il est possible certaines fois de proposer à certains pios anciens d'animer un temps spi, afin de favoriser leur autonomie aussi à ce niveau
- Le plus important à ce stade est que les jeunes **s'approprient** les valeurs et les outils de la proposition spirituelle. Un des critères de réussite de cet objectif est par exemple de les voir fier de présenter une méditation à d'autres jeunes dans des rassemblements interscouts.

4. Accueillir les nouveaux avec un temps spi introductif

Dans les trois branches, il est important de savoir introduire ce que sont les temps spi aux nouveaux. Ainsi que ce soit le premier jour sur un camp ou à la première sortie de l'année, s'il y a un certain nombre de nouveaux, il est important de faire un **temps spi introductif** qui a pour objectif de rappeler ce qu'est un temps spi et qu'est-ce que l'on y fait. N'hésite pas à donner la parole aux jeunes qui connaissent déjà afin qu'ils partagent leur expérience et qu'ils partagent leur inspiration. Lorsque tu fais un temps spi introductif avec des nouveaux, veille à ce que le temps de pratique ne soit pas trop long pour leur donner un bon goût...



IV. Poser le cadre du temps spi

Voici ici résumés quelques éléments importants qui vont t'aider à poser un bon cadre pour les temps spi. Poser un bon cadre, c'est se faciliter la tâche !

1. Les temps spi ne sont pas une option

Que ce soit sur un camp ou dans une sortie à la journée du groupe local, les temps spi ne sont pas une option. Bien sûr il peut y avoir des exceptions en fonction de l'activité de la journée (visite à l'extérieur, grosse expo, etc...) ou des imprévus éventuels mais **la régularité est la clé pour que la proposition s'ancre dans la culture du mouvement** et dans les valeurs du jeune et ne soit pas considérée comme une dimension marginale ou optionnelle.

Il est donc important de prévoir et d'anticiper au maximum l'organisation des temps spi (notamment dans le planning des activités de la journée).

Il est aussi important que les chefs/cheftaines montrent que les temps spi comptent et sont essentiels dans la vie d'un scout Éclaireurs de la Nature, tout autant que l'est une veillée, une exploration ou un conseil de cordée, de tribu ou de caravane.

Pour cette raison, **il est également essentiel que tous les chefs présents à la sortie participent au temps spi (sauf urgence évidemment) et pas seulement le chef qui anime.**

La présence des autres chefs t'aidera aussi à réguler naturellement tous les problèmes de discipline qu'il pourrait y avoir...



2. Le lieu des temps spi

Lorsque le mouvement des Éclaireurs de la Nature s'est créé, les premiers temps spi étaient organisés dans des lieux dédiés spécifiquement aux temps spi (souvent délimités par des pierres, des drapeaux à prière, etc...).

Avec l'expérience cela s'est avéré être parfois artificiel et avait tendance à enfermer la proposition spirituelle dans le lieu dédié alors qu'au contraire comme nous en avons parlé, elle doit être transversale. De plus, ce qui est d'abord essentiel est d'être **suffisamment souple et malléable pour s'adapter aux circonstances**.

Ainsi un bon lieu de temps spi aura les caractéristiques suivantes :

- Être **suffisamment plat** pour que tout le monde puisse être assis relativement confortablement. Rien de pire que d'être mal assis pendant 20 minutes.
- **Attention à l'ombre, au soleil et à la température** : s'il fait froid on recherchera le soleil, mais attention à l'éblouissement. En tant qu'animateur·trice choisissez plutôt la place face au soleil afin que la majorité des jeunes aient le soleil dans le dos ou de côté et ne soient pas éblouis. S'il fait très chaud, il est important de chercher un endroit à l'ombre, gare au coup de soleil et à l'insolation en restant immobile trop longtemps en plein soleil.
- **S'adapter aux conditions météo** :
 - Si l'herbe est humide, ne pas hésiter à étendre des bâches, surtout si on s'allonge !
 - Evidemment en cas de pluie ou de froid intense, on recherchera un lieu abrité. Aucun sens de passer 20 minutes à grelotter.
- **Utiliser au maximum la richesse et les opportunités de la nature environnante** et donc ne pas hésiter à déplacer le lieu du temps spi en fonction des objectifs pédagogiques (ex. arbres mon ami, explorer les petites bêtes, contempler le ciel, marche méditative, radio nature, ...).

3. L'horaire

A quelle heure faire les temps spi ? Sur une sortie à la journée d'un groupe local, il n'y a pas de règle et c'est à la maîtrise d'organiser sa journée comme cela lui semble le plus propice.

Sur un camp, le moment idéal est le matin juste après le petit déjeuner et avant que les activités plus actives ne commencent.

4. La durée

La durée est variable selon la tranche d'âge, selon l'exercice choisi et le temps disponible. A titre indicatif et moyen, sur un camp on peut proposer les durées suivantes :

- Voyageurs 15-20 min dont 10 minutes exercice pratique
- Vaillants 20-30 min dont 15 minutes d'exercice pratique
- Pionniers 20-40 min dont 15-20 minutes d'exercice pratique

5. Déroulement type d'un temps spi

En général un temps spi se structure en trois temps :

1. l'introduction :

- rappeler ce qui a été vu le jour précédent,
- présenter le thème du temps spi du jour,
- faire le lien avec le temps spi de la veille pour montrer la progression et la continuité

2. le corps du temps spi

- l'exercice du temps spi proprement dit, le principal
- le temps d'échange qui suit (s'il y a suffisamment de temps)

3. la conclusion :

- faire un petit bilan de l'échange
- conclure par quelques instants de silence
- puis suivre avec un temps d'information et d'échange sur la vie du camp (temps forum) : présenter la suite du programme de la journée, des informations variées, etc.... Ce moment peut être fait par un autre chef ou le chef de camp, et c'est même bien de changer d'interlocuteurs pour marquer la transition.

6. Le nombre de participants

Pour faciliter l'animation et les échanges, il est préférable que les groupes de temps spi ne soient pas trop grands. **Un temps spi à une vingtaine pouvant être considéré comme une limite.**

Ainsi pour des gros camps (30 ou 40) ou des camps multi-villages, si on le peut, mieux vaut privilégier de scinder en 2 ou 3 groupes. Ce sera plus facile pour le chef qui anime, et chaque jeune aura plus d'espace pour échanger.

7. Soigner les transitions

Si l'on ne fait pas le temps spi en début de journée, il est important que les changements de rythme ne soient pas trop brutaux, en particulier, lorsque l'on passe d'un temps d'activité intense (type grand jeu) à un temps calme (type temps spi). A l'inverse, il en va de même si une longue activité calme, pouvant endormir, nécessite un court réveille corporelle pour être plus présent. Ainsi il est utile de pouvoir ménager un petit temps de transition : un goûter, un petit moment libre, une ou quelques chansons...



8. En résumé : anticiper et s'adapter avec la sagesse du bon sens

Il est important que les temps spi soient bien anticipés et prévus dans le planning des journées et considérés comme une activité de base quotidienne et non-optionnelle sur la vie d'un camp ou dans la journée d'un groupe local. Ceci étant dit, la sagesse du bon sens consiste à **s'adapter aux circonstances, en fonction :**

- **du timing** de la journée. Exemple : on a pris du retard pour le départ de l'explo. La priorité c'est d'arriver à l'heure le soir au lieu de bivouac. On peut donc réduire la durée du temps spi. Quelques minutes de respiration en silence peuvent être un super partage avec jeunes. Ou pourquoi ne pas organiser un temps de marche en silence pendant l'explo....
- **de la météo**. Exemple : il pleut et on n'a pas d'endroit abrité pour faire le temps spi, peut être pouvons-nous trouver un abri sous les arbres de la forêt, ou d'attendre de trouver un refuge pour se poser un peu
- **de l'état des jeunes**. Exemple : les jeunes sont transis de froid, ont très faim, etc... leurs besoins primaires dans la pyramide de Maslot n'étant pas satisfaits, il est important de leur donner la priorité
- **des ressources en chefs disponibles (et compétents)** : le chef qui devait faire le temps spi est malade, et aucun autre chef ne s'est formé et ne se sent de faire un temps spi, on peut alors transformer le temps spi un simple moment de respiration en silence.

9. Et faire un temps spi informel ?

C'est top. Un beau cadeau à offrir aux jeunes consiste à les surprendre avec un temps spi informel et non prévu. Exemples :

- vous marchez et tu leur proposes de faire quelques minutes de silence pour écouter les beaux chants d'oiseaux ou le silence de la forêt
- vous contemplez le feu ou les étoiles et tu leur proposes un temps de silence pour écouter le crépitement et se plonger dans les étoiles
- vous arrivez en haut d'un beau point de vue, etc...
- toute autre chose qui t'inspire sur le moment

Le temps spi informel peut se résumer à **quelques instants de silence** (rappel du gong) pour redescendre un peu de l'agitation et se rebrancher sur le présent.

Dans tous les cas, faire **un temps spi informel est un puissant outil pédagogique** car il montre aux jeunes qu'un temps spi est juste un temps de présence et d'ouverture à ce qui est là, un temps pour ne pas passer à côté des petits (et des grands) cadeaux de la vie et de la nature.

V. Préparer son temps spi

1. J'y vais ou je n'y vais pas ? La question de se lancer la première fois

Il est normal que l'on puisse hésiter à se lancer avant d'animer son premier temps spi, surtout si l'on vient d'arriver chez les Éclaireurs de la Nature. Alors on se lance ou pas ?

Si l'on a suivi le parcours de formation spirituelle EDLN (caravane, BAFA et surtout la retraite base), il y a toutes les chances d'avoir toutes les clés en mains pour se lancer. Peut-être avons-nous simplement besoin de demander quelques conseils à un ancien (notre chef d'unité, notre responsable de groupe, ou un autre chef expérimenté), un petit peu d'encouragement et hop c'est parti !

Il y a **deux écueils possibles** :

- Adopter une **attitude du genre "no problem je gère" sans avoir pris le temps d'entrer dans la proposition spirituelle**, ni de commencer à la comprendre, à la vivre. On se dit qu'on va improviser et que l'on va faire à sa sauce, ça va le faire. Il est important de comprendre la responsabilité qui est la nôtre en tant que chef/cheftaine. Si l'on fait n'importe quoi, quelles connexions cela amène-t-il pour les jeunes au niveau de leur expérience, avec les qualités que les Éclaireurs de la Nature proposent d'explorer ? (la proposition spirituelle) ? Il est bien d'avoir confiance en soi mais il est également bien de se former aux choses que l'on ne connaît pas encore avant de s'improviser.
- **Se dire que l'on n'y arrivera jamais**, même si on s'est bien formé. Dans ce cas par contre il est bien de relâcher un peu la pression que l'on se met. Animer un temps spi n'est pas faire une conférence. Il n'y a pas de théorie vraiment à connaître. L'essentiel est déjà de vivre soi-même l'expérience du temps spi, et de la partager simplement avec les jeunes. Curiosité, exploration sont dans ce cas de très bons guides ! Et si l'on fait ainsi, il y a toutes les chances pour que cela se passe bien.

2. Choisir le temps spi

1. Se conformer aux propositions de branches....

Pour des questions de cohérence dans le mouvement, de garantie de qualité, d'intelligence de la progression, il est important de suivre les objectifs et la progression de la proposition spirituelle correspondant à chaque branche.

Il est en particulier important d'éviter l'improvisation selon son feeling, en ramenant des trucs que l'on a plus ou moins vu, lu, entendu ou expérimenté, et qui n'ont peut-être rien à voir avec la proposition des Éclaireurs de la Nature. En particulier tout ce qui fait beaucoup appel au mental risque d'être "perché". Si vraiment il y a quelque chose de particulier que tu souhaites présenter, tu peux demander un avis extérieur mais d'une façon générale **il est important de respecter le cadre éducatif des Éclaireurs de la Nature dans son ensemble et donc naturellement celui de la proposition spirituelle.**

2. ...Tout en s'adaptant avec créativité

Pour autant la proposition spirituelle de chaque branche est faite de façon à laisser une certaine part de créativité au chef qui l'anime. Les temps spi sont présentés par objectifs. Le plus important est de respecter les objectifs et leur progression en comprenant bien l'intelligence de celle-ci. Mais pour servir chaque objectif, il peut être possible d'utiliser différents exercices en fonction :

- **du passé** : le fait que les jeunes ont déjà fait tels ou tels exercices (*ex. le grain de raisin*) et qu'il est bien de varier pour les surprendre et qu'ils n'aient pas l'impression de redite (*du coup on va leur donner un pruneau*). Attention cependant cela est à relativiser pour les temps spi fondamentaux (méditation en silence, méditation avec le corps, la respiration, la marche, l'approche sensorielle, etc...). Dans ce cas la répétition est même une bonne chose.
- **de l'opportunité du moment** : on est dans une forêt avec de magnifiques arbres. Le temps spi "arbre mon ami" s'impose à nous, ou bien on est à côté d'une rivière, écouter le bruit de l'eau semble être un must....
- **de l'inspiration du chef qui l'anime**, c'est à dire toi. Choisi de préférence des exercices qui t'inspire et pour lesquels tu te sens à l'aise. C'est le plus important. Ne fais pas quelque chose à contrecœur que tu ne sens pas. Dans tous les cas on ne fait pas d'erreur en allant vers la simplicité.
- **et encore et toujours des circonstances extérieures** : météo, temps disponible, état de fatigue (ou d'excitation) des jeunes, ...

C'est là où la créativité du chef peut intervenir.

3. Préparer le temps spi que l'on a choisi

1. Cela commence par bien se former

Nous n'insistons jamais assez sur l'importance de la formation pour être un bon relais de la proposition éducative auprès des jeunes. Nous avons déjà évoqué les formations pour la spiritualité organisées par les EDLN dans leurs différentes étapes : caravane, BAFA, retraite base, retraite appro, Saticout, etc...

2. Utiliser les ressources pédagogiques disponibles sur le centre de ressource

Un certain nombre de documents sont à ta disposition à la rubrique *Animation spirituelle* :

- la proposition spirituelle chez les Éclaireurs de la Nature
- les propositions spirituelles de branche
- le manuel pédagogique pour la spiritualité (ce document !)
- et tous les documents variés sur le centre de ressources

N'hésite pas à les lire (et à les relire !). Tu y trouveras beaucoup d'informations importantes.

3. Demander conseils à un·e chef·taine ancien·ne

Tu n'es pas seul·e. Tu peux avoir de l'aide pour préparer ton temps spi. Voici quelques personnes que tu peux contacter en priorité :

- ton·ta responsable de groupe ou ton·ta chef·taine d'unité s'ils·elles sont calés·es dans l'animation des temps spi
- un·e chef·taine plus ancien·ne de ton groupe ou d'un autre groupe qui a déjà mis en œuvre la proposition spirituelle dans la même branche que la tienne
- dans tous les cas il reste toujours la commission spiritualité et les secrétariats nationaux !

4. Si cela te rassure, fais un test avec des amis

Si c'est pour toi une première fois, demande à quelques amis si tu peux les guider dans le temps spi que tu vas animer le week-end. S'ils sont d'accord ce sera une première façon de tester et de te donner confiance.



VI. Animer le temps spi

1. Bien guider le temps d'expérience

1. Vis toi-même l'expérience

C'est le conseil le plus important. Animer un temps spi ne consiste pas à dire ce que les enfants doivent faire. Animer un temps spi, c'est vivre soi-même une expérience dans le moment présent et inviter les enfants à s'y connecter et à la partager.

Ainsi la meilleure façon de guider un temps spi est de le faire à partir de sa propre expérience dans l'instant.

L'expérience d'un temps spi a toujours pour fondement la présence. Si tu es présent à la situation, tu as toutes les clés.

Si tu stresses beaucoup avant ton temps spi, n'hésite pas à prendre quelques minutes en amont pour te poser afin d'arriver plus serein au moment de commencer.

2. Les écueils à éviter :

- **Adopter une posture artificielle**, forcée, fabriquée de celui qui donne des instructions de l'extérieur sans les vivre lui-même ou de celui qui se met dans une position de "sage" qui doit transmettre et expliquer la vie aux jeunes
- **Aborder le temps spi avec trop de gravité** en considérant que "c'est LE moment sacré de la journée, et qu'il faut être particulièrement sérieux et grave dans ce moment...". Non le sacré est partout et tout le temps. Au contraire l'important est de faire sentir que le temps spi est complètement naturel, c'est juste un moment d'écoute profonde, un moment de connexion, un moment de lien avec soi, avec son corps, avec ses émotions, avec la nature, avec les autres.... Et qu'un temps spi cela peut se vivre (et c'est même encouragé !) non seulement en dehors des temps spi formel et même dans l'idéal à chaque instant !

2. Animer le temps d'échange qui suit

Le temps d'échange qui suit un temps spi est un temps de relecture important pour permettre aux jeunes de comprendre à partir de leur propre expérience et non pas au travers de la théorie. C'est un temps qui peut être délicat à bien mener et qui nécessite aussi une certaine expérience du sujet. L'esprit essentiel de ce temps d'échange est de permettre à une intelligence collective d'émerger sur la base d'une expérience vécue. Voici quelques conseils pour bien animer ces temps d'échanges :

- **mettre en place des consignes d'échange** : on parle de soi, de son expérience, on ne se coupe pas la parole, on s'écoute, beaucoup de ces consignes peuvent déjà faire partie du pacte de la tribu ou de la caravane.
- **si personne ne parle**, il est possible de lancer le dialogue en posant des questions pour démarrer. Si rien ne démarre quand même, ce n'est pas grave, le temps d'échange peut aussi se réduire à presque rien si rien ne ressort. Il n'y a pas à forcer quelque chose.

- **réguler la parole** : si certains parlent trop et d'autres pas du tout, on peut aussi réguler volontairement en calmant les bavards et en sollicitant les muets.
- **favoriser les échanges sur l'expérience plutôt que sur la théorie** : d'une façon générale, il est important d'orienter les échanges autour de l'expérience vécue pendant le temps spi ou dans sa vie. Certaines fois, pour certains temps spi, les échanges peuvent dériver vers des réflexions théoriques et intellectuelles mais cela ne doit pas être la règle.
- **réunir** : si quelqu'un partage quelque chose, on peut demander si d'autres partagent aussi cela ou si d'autres ont eu d'autres expériences
- **questionner** : il est parfois habile de répondre à une question par une question du genre "et toi qu'est-ce que tu dirais?" ou "vous en pensez quoi les autres ?" ou d'autres... Si personne ne répond tu peux lancer la dynamique en partageant ta propre expérience. Ex. "quels sons avez-vous entendu ?" et de répondre "moi j'ai entendu des oiseaux au loin, et une voiture...". Tu peux aussi poser de nouvelles questions pour faire avancer la réflexion.
- **recentrer le sujet** si l'on s'en écarte "j'aimerais que l'on puisse revenir sur le sujet initial de notre discussion" ou "j'aimerais que l'on puisse revenir sur votre expérience du temps spi"
- **reformuler** ce qui vient d'être dit pour le rendre plus clair si c'est nécessaire "si je comprends bien tu veux dire que..."
- **synthétiser** : de temps en temps tu peux faire des petites synthèses de ce qui a été partagé pour aider à l'intégration
- Pour des échanges plus théoriques, tu peux aussi :
 - faire surgir un contre-exemple si quelqu'un exprime une position arrêtée
 - nuancer, montrer que les choses ne sont pas aussi simples,
 - etc....
- **remercier** : lorsqu'un jeune a pris la parole n'hésite pas à le remercier simplement en disant son prénom "Merci Max pour ton partage!" Un véritable merci valorise la prise à la parole et le partage que font les enfants. C'est aussi un exemple pour eux d'accueillir l'expérience des autres.

1. Les choses à éviter

- **l'erreur principale à ne pas commettre : désavouer ce que le jeune vient de partager.** Lorsqu'un jeune parle de son expérience (ce qui est différent d'une réflexion intellectuelle) il est fondamental et crucial de ne pas lui faire sentir de façon directe ou indirecte qu'il ne devrait pas vivre ou expérimenter ce qu'il expérimente. Au contraire il s'agit de l'aider à accueillir et à accepter ce qu'il vit, c'est ok, c'est entendu ... En bref par notre comportement, nous ne devons ni induire un "non", ni même un "oui mais", mais un vrai "Oui". Dans le doute, mieux vaut parfois ne rien dire que risquer de blesser le jeune encore plus si c'est un point sensible.
- **se mettre dans une position de celui qui donne des conseils de façon systématique.** Rappelle-toi que tu es sur ce chemin comme les autres jeunes, tu apprends en même temps qu'eux, même si tu es dans une position de grand frère ou de grande sœur. Dans certains cas donner des conseils peut être utile si on te le demande, mais d'une façon générale il est beaucoup plus utile d'être dans une **écoute empathique** et de permettre au jeune de trouver ses propres clés

- **Vouloir répondre à toutes les questions.** Si l'on te pose des questions auxquelles tu ne peux pas répondre, tu peux dire avec humilité que tu ne sais pas, que c'est une bonne question à laisser mûrir, mais ta mission n'est surtout pas d'avoir réponse à tout. Les questions sont parfois plus importantes que les réponses et tu peux aussi proposer aux jeunes de chercher de leur côté et de revenir avec une réponse la prochaine fois. Tu peux aussi parfois répondre à une question par une autre question "et toi tu en penses quoi ?" "est ce que certains ont des idées sur la question ?"

3. Comment faire quand ça ne se passe pas comme tu le souhaites

Qui n'a jamais vécu des petits bavardages intempestifs, des petits ricanements glossements pendant des temps de silence, une grande agitation qui fait que personne ne tient en place ou bien tu as l'impression que tout le monde s'ennuie ?

Bienvenue dans le monde de l'animation !

Alors comment faire quand ça t'arrive ?

1. Il n'y a pas de remède miracle

Le premier point est qu'il n'y a pas de truc extérieur qui marcherait tout le temps en toutes circonstances, car chaque chef est différent, chaque jeune est différent, chaque contexte est différent, chaque historique est différent. Fondamentalement tu trouveras spontanément la réponse juste adaptée à la situation parce que tu seras pleinement présent, ouvert et ancré.

2. Sois toi-même et authentique

Toi aussi tu es un être humain, et oui même si tu es un chef, tu as le droit d'avoir ta vulnérabilité, tes émotions, tes faiblesses... Sois authentique tu n'as pas à jouer de rôle. Tu peux être fier de ton implication. Tout ce que tu fais est un don, une offrande pour les jeunes. Toi aussi tu mérites le respect, et de te respecter. Il n'est jamais juste de ne pas être respecté.

3. Essaie de ne pas céder à la réactivité

Qu'est-ce qu'être réactif ? C'est répondre de façon impulsive, souvent irrationnelle, en se laissant emporter par son émotion, sa colère, sa peur, etc.... Si tu veux montrer un exemple aux enfants, montre celui de ta non réactivité, ce qui ne veut pas dire la passivité, mais celui qui fait que tu peux répondre à la situation sans être dans la réactivité du tac au tac, sans partir dans la tension excessive. Parfois tu seras titillé, poussé dans tes retranchements, etc... Ainsi si parfois tu perds pieds, le conseil primordial est de se recentrer d'abord et avant tout sur toi. Reconnecte-toi à ton corps, à ton ressenti, à tes émotions, à ta respiration. Peut-être même ferme quelques instants les yeux pour mieux te retrouver et retrouver ta base. Et de ce recentrage peut-être émergera la réponse adaptée à la situation. Et dans tous les cas, cela montre aux jeunes que l'on n'est pas obligé d'être dans la réactivité pour vivre nos émotions. C'est extrêmement précieux car de nos jours la majorité des parents ou des enseignants ne sont pas capables de montrer cet exemple aux enfants. Du coup comment pourrait-il faire autrement à leur tour ?

4. Quelques petits conseils pour t'aider quand même

Comme nous venons de le voir, **le point essentiel est la posture intérieure qui te fera trouver la réponse juste à chaque situation.**

Néanmoins, voici une liste non exhaustive de quelques petits trucs que tu peux essayer d'appliquer selon les circonstances :

- **Faire un temps de transition** : si tu sens beaucoup d'agitation avant le temps spi, pense à faire un temps de transition (une chanson, un goûter, un moment libre...). Si tu sens beaucoup d'agitation au début du temps spi, surf là-dessus et fais un truc « défoulage » au début : ex. tout le monde s'agite sur place et crie le plus possible et le plus longtemps possible, etc... Normalement après les jeunes devraient être plus fatigués....
- **Trucs pour réguler les bavardages** : si des bavardages ou des ricanements perturbent le temps spi, voici quelques trucs qui peuvent être essayés (mais tu as déjà peut-être les tiens) :
 - tu t'arrêtes de parler et tu regardes les bavardeurs, en ne reprenant que lorsqu'ils ont cessé
 - tu peux parler de moins en moins forts pour obliger à plus t'écouter
 - tu peux demander à untel et untel qui bavardent s'ils veulent bien partager avec les autres, ça a l'air très intéressant
 - ou bien s'ils rigolent, tu peux leur demander de partager avec les autres ce qui les fait rire, ça a l'air super marrant
 - tu peux faire plus participer ceux qui bavardent en leur posant des questions sur le sujet du temps spi. "Et toi tu en penses quoi ?"
 - d'en faire le moins possible une histoire personnelle en s'appuyant sur le pacte de la tribu ou de la caravane en menant un dialogue avec le bavardeur :
 - "est ce que tu as l'impression en bavardant pendant que je parle que tu respectes le pacte de la tribu ?"
 - "qu'est-ce que tu ferais si tu étais à ma place ?"
 - "est ce que tu penses que tu peux maintenant respecter le pacte et ne pas parler en même temps que moi ?"
 - "tu as le droit de ne pas être intéressé, par contre selon le pacte de la tribu, tu dois respecter les autres. As-tu le sentiment que tu respectes les autres en faisant ainsi ?"
 - parfois un peu d'humour approprié peut faire passer un message sans amener de la tension
 - Si vraiment un jeune ne souhaite pas participer, tu peux lui proposer de sortir du cercle, la consigne étant de rester seul et silencieux
 - Si vraiment tu arrives à une limite dans ta capacité de gérer la situation et que tu ne sais plus quoi faire, tu peux arrêter et dire que tu ne trouves pas que les conditions soient réunies pour mener un temps spi de façon harmonieuse.
 - **Fais appel aux autres chefs** : c'est aussi pour cela qu'il est important de ne pas être tout seul. La présence des autres chefs, même en tant que simples participants, va aider au processus de régulation de la discipline. Propose aux autres chefs d'aller s'asseoir en particulier à côté des bavards, en général ça a un effet de régulation naturel. En cas de problèmes récurrents n'hésite pas à demander du soutien aux autres chefs pour qu'il t'aide aussi à réguler les problèmes.

- S'il y a des problèmes récurrents, tu peux aussi :
 - discuter en tête à tête avec les jeunes concernés en dehors du temps spi
 - faire remonter les problèmes en conseil de tribu ou de caravane, pour que les jeunes eux-mêmes trouvent une solution
- **Les écueils à éviter** autant que possible :
 - te mettre en position de victime
 - endosser le rôle du prof punisseur, ou du gardien de discipline
 - te laisser écraser en refoulant tes émotions et en ne te respectant pas
 - attendre que les jeunes te respectent si tu ne te respectes pas toi-même.
 - l'excès de rigidité (genre le prof irrité) souvent contreproductif à tous les égards
 - l'excès de laxisme (genre le pion dépassé par les événements) en laissant une minorité ne pas respecter le pacte de la tribu ou de la caravane

**Dans tous les cas souviens toi, tu ne fais pas d'erreur
en revenant à la présence à ton expérience.**



VII. Après le temps spi

Comme pour tout apprentissage des temps de relectures sont importants pour progresser.

1. Faire un bilan

1. Commence par t'auto évaluer

Voici quelques questions que tu peux te poser :

- Comment je me suis senti ?
- Est-ce que j'ai vécu la chose ?
- Est-ce que j'ai pris plaisir à animer le temps spi ?
- Parmi les critères observables :
 - est-ce que l'objectif du temps spi a été atteint ?
 - est-ce que les jeunes ont paru réceptifs et intéressés ? Ont-ils notamment participé aux échanges ?
- As-tu eu des difficultés sur certains points concernant l'animation :
 - concernant la discipline ?
 - concernant la guidance de l'exercice ?
 - concernant le temps d'échange
- Comment pourrais-tu progresser sur ces points :
 - besoin de plus de formation, de relire certaines choses ?
 - besoin de demander conseils ou des éclaircissements à d'autres ?
 - ou simplement continuer à apprendre en faisant ?

.....

2. Demande le feed back des autres chefs

Il peut être très précieux de demander le feed back des autres chefs qui ont participé à ton temps spi. Comment ont-ils vécu la chose ? Auraient-ils des conseils à te donner pour les fois suivantes ?

La pratique du feedback demande beaucoup de bienveillance et d'objectivité pour celui qui le donne, et beaucoup d'ouverture et d'humilité de la part de celui qui reçoit. Mais c'est une pratique très précieuse qui peut faire énormément progresser. N'hésite donc pas à l'utiliser !

2. Continue à progresser en faisant de ton mieux

Dans tous les cas, fais preuve de beaucoup de bienveillance envers toi-même. Être un bon chef, comme être un bon scout, comme être un bon être humain, c'est un chemin de vie. Cela prend du temps. Il est normal de faire des erreurs et d'avoir des pistes de progression. Donc même sur la spiritualité ne te mets pas trop de pression dans tes jugements. Continue à faire simplement de ton mieux, avec sincérité et générosité.

3. Souviens-toi de ta motivation

Permettre aux plus jeunes de découvrir les clés de leur propre vie, de découvrir les ressources qui les aideront à faire face, de leur donner une inspiration pour qu'ils deviennent les acteurs d'un nouveau cycle pour notre société et pour notre civilisation, tels sont les enjeux du projet éducatif des Éclaireurs de la Nature.

Rappelle-toi que le jeu en vaut la chandelle et que cela ne peut se faire que grâce à des gens comme toi qui donne de leur temps, de leur énergie, parfois sans compter, pour aider les plus jeunes à grandir.

Mais ce chemin n'est pas seulement celui des jeunes scouts, c'est aussi le tien, c'est aussi le nôtre. C'est dans la mesure où tu chemines sur ce chemin, que tu pourras encourager d'autres à le suivre.

*Souviens-toi qu'une jeunesse marchant sur le chemin du cœur et de la nature
n'est ni plus ni moins que la raison d'être des Éclaireuses et Éclaireurs de la Nature.
Et c'est tellement précieux et nécessaire pour l'avenir ...*

