RAPPORT DE LA RECHERCHE-ACTION RACCOR #3

Virginie Lambert

« Quels leviers pour des changements culturels et ontologiques (de rapport au monde) vers une société qui soutient la Vie et le Vivant ?"

COMMENT ADAPTER LA PROPOSITION DU TRAVAIL QUI RELIE DE SORTE À TOUCHER UN PUBLIC PLUS LARGE, À PRIORI PEU ENCLIN À EXPÉRIMENTER CE TYPE DE DISPOSITIF

TABLE DES MATIERES

TABLE DES MATIERES 1

1. INTRODUCTION 3

1.1. L'ÉCOLOGIE SENSIBLE ET PLUS SPÉCIFIQUEMENT LE TRAVAIL QUI RELIE COMME DISPOSITIF TRANSFORMATIF 3

Ecologie sensible – mise en mouvement intérieure 3

Le Travail Qui Relie (TQR) 4

Le Travail Qui Relie comme apprentissage transformatif 5

1.2. PROBLÉMATIQUE ET PISTES D'EXPLORATIONS 6

Format 6

Public traditionnel 6

Rétraction 7

Pistes d'exploration 7

1.3. QUESTION DE RECHERCHE 9

Illustration 9

1.4. PUBLICS – OBSERVATIONS 10

2. PRESENTATION DES DISPOSITIFS 12

2.1. INTRODUCTION 12

Recherche exploratoire 12

2.2. DISPOSITIFS ANALYSÉS 13

Dispositif I - Atelier itinérant "Sur les sentiers du vivant" 14

Dispositif II - Atelier destiné à un groupe de jeunes 15

Dispositif III - Atelier découverte destiné à un groupe de transitionneurs 16

3. METHODOLOGIE 17

3.1. POSTURE 17

3.2. RÉCOLTE DE DONNÉES 18

Récolte de données en amont 18

Pendant le dispositif : observation participante 19

Moments de réflexivité inclus dans les dispositifs 19

Evaluation des parties prenantes 20
Veille en amont et tout au long du projet 20
3.3. ANALYSE DES DONNÉES 22

4. RESULTATS - ELEMENTS CLES 23

4.1. UNE BOUSSOLE : AUTHENTICITÉ ET ADAPTATION 23
4.2. AUTHENTICITÉ V/V DU TRAVAIL QUI RELIE 23
Intentions 23
Le TQR comme pratique centrale 25
4 étapes dont "honorer sa peine" 26
Rémunération et relation à l'argent 26
4.3. SUR LA QUESTION DE L'ADAPTATION 27
Contexte / climat 27
Mesurer le niveau de profondeur à proposer 27
Suites – accompagnement des participant.e.s 29
Un cas particulier : Public captif 29
Publics plus éloignés 30
Solidité/sécurité 30

5. DISCUSSIONS ET CONCLUSION 32

Groupes rencontrés 32
Public à impact 33

ANNEXE 1 – DISPOSITIFS 34
ANNEXE 2 – DISPOSITIF I – Atelier itinérant 38
Intention initiale et adaptations prévues 38
Adaptations et préparations en amont 39
Pendant l'atelier 40
Après l'atelier 41
Questionnaire d'évaluation 42
ANNEXE 3 – DISPOSITIF II - Atelier destiné à un groupe de jeunes 50
Contexte et intention initiale 50
Adaptations et préparations en amont 51
Pendant l'atelier 54
Après l'atelier 62
Questionnaire d'évaluation 62
Analyse des données et pistes envisagées/enseignements tirés 66
ANNEXE 4 – DISPOSITIF III - Atelier découverte destiné à un groupe constitué de transitionneurs 68
Contexte et intention initiale 69
Adaptations et préparations en amont 69
Pendant l'atelier 70
Après l'atelier 71
Questionnaire d'évaluation 71
ANNEXE 5 – DISPOSITIF lie au livre Reliance 77
Contexte et intention initiale 77
Adaptations et préparations en amont 78
Pendant le cycle 78
Après le cycle 79
ANNEXE 7 - AUTRES RESSOURCES 80
Echelle de la conscience de Paul Chefurka 80
Les 3 dimensions du changement de Cap selon Joanna Macy 81
BIBLIOGRAPHIE 83

COMMENT ADAPTER LA PROPOSITION DU TRAVAIL QUI RELIE DE SORTE À TOUCHER UN PUBLIC PLUS LARGE, À PRIORI PEU ENCLIN À EXPÉRIMENTER CE TYPE DE DISPOSITIF

Lambert Virginie

1. INTRODUCTION

L'introduction commune de ce rapport met en évidence qu'un apprentissage transformatif est un changement de nos structures de sens, c'est-à-dire un changement des normes, croyances, valeurs, perspectives, hypothèses qui forment les fondements de notre identité. C'est donc un processus d'ordre profondément intime.

1.1. L'ÉCOLOGIE SENSIBLE ET PLUS SPÉCIFIQUEMENT LE TRAVAIL QUI RELIE COMME DISPOSITIF TRANSFORMATIF

L'écologie sensible et plus spécifiquement le Travail Qui Relie émergent de plus en plus comme des apprentissages transformatifs permettant de faire face aux enjeux actuels.

Ecologie sensible – mise en mouvement intérieure

Dans un premier temps, attardons-nous sur ce que l'on entend par écologie sensible. Voici la "définition" que propose le réseau belge d'écologie sensible[1] :

> ***Les approches «sensibles» de connexion au vivant*** *(à soi, autour de soi, aux humain.e.s et autres qu'humain.e.s et au plus grand que soi) visent à :*
>
> - *Rendre visibles les liens entre le fonctionnement de la société, le fonctionnement psychique et la façon de traiter le vivant pour passer de la dégradation à un prendre soin des individus et des communautés humaines et autres qu'humaines;*
> - *Permettre de ressentir et de nourrir l'interdépendance profonde avec le vivant.*
>
> *Ces approches allient différentes significations du mot «sensible» :*
>
> - *Cocréer du sens (signification et direction) sur «être humain.e à cette époque et au cœur de la toile du vivant» en s'inspirant de cette dernière;*
> - *Accueillir la sensibilité (émotionnelle) liée à l'état du monde et soutenir le travail de transformation de ces ressentis en cheminement individuel et/ou en engagement citoyen ;*
> - *Réveiller notre lien au vivant par des propositions qui ouvrent les sens.*

Laura Silva Castañeda fait état de la place du sensible dans le champ de l'écologie dans un article récent. Elle explique en quoi l'écologie sensible est spécifique, prolongeant la définition ci-dessus et précisant ce que l'exploration des facettes du sensible offrent [2].

[1] Réseau d'écologie sensible : www.reseauecologiesensible.org

[2] Laura Silva Castañeda , Pour une écologie sensible: renouer avec la terre sans se déconnecter du monde, La Pensée écologique, 2023

L'on y comprend bien la mise en mouvement intérieure que ces approches peuvent amener :

> *Dans le champ foisonnant des pratiques et des engagements écologistes, le sensible gagne […] de la voix : sa place se voit de plus en plus reconnue et instaurée.*
> *L'écologie sensible y apparaît comme un domaine naissant rassemblant diverses approches expérientielles se distinguant par l'importance qu'elles accordent aux sens, aux affects et à l'imagination.*
> *Les sens offrent une perception directe des ravages en cours tout comme des liens d'appartenance à la toile du vivant.*
> *Les affects recèlent une puissance de mise en mouvement, qu'il s'agisse de l'émerveillement, de l'attachement, ou de toute la palette des émotions difficiles liées à l'état du monde.*
> *Enfin, l'imagination ouvre à des expériences de pensée inaccessibles à la seule raison et permet de nourrir de nouveaux récits, d'imaginer des futurs trop lointains ou encore d'explorer des sensations et des affects susceptibles d'apporter des décalages salutaires.*

Même si elle s'ancre dans d'autres courants et que l'appel à renouer avec le sensible dans le champ de l'écologie date d'il y a quelques années[1], le terme d'écologie sensible apparait très récemment (en 2022 avec le réseau d'écologie sensible en Belgique francophone et en 2023 avec une école d'été intitulée "Dans la trame du vivant : laboratoire d'écologie sensible" en France).

L'écologie sensible recouvre un ensemble de champs de pratique qui peuvent revêtir des formes assez variées. Ceux-ci, accueillis par le réseau belge d'écologie sensible, sont notamment le Travail Qui Relie, les Bains de forêt, la Culture régénératrice, l'IPNA, la Permaculture humaine, l'Ecospiritualité, les Ecorituels, les Cercles de paroles en lien avec l'état du monde, …

Le Travail Qui Relie (TQR)

Nous nous pencherons plus spécifiquement dans cette recherche-action sur le Travail Qui Relie (TQR). Celui-ci nous semble particulièrement intéressant en tant que levier de changement culturel et ontologique vers une société qui soutient la Vie et le Vivant, intention de notre recherche-action.

Qu'est-ce que le TQR ? définition ?

En effet, le TQR offre à la fois une méthodologie et une vision du monde, développées par Joanna Macy, pour toucher, inspirer et accompagner les personnes qui souhaitent s'investir dans le "changement de cap" vers une société qui soutienne la vie. (site de Terr'Eveille[2])

Un processus en spirale – 4 étapes

Un atelier de Travail Qui Relie se déroule en suivant un processus en spirale, comprenant 4 étapes. L'image de la spirale n'est pas anodine : le processus, cyclique, peut être renouvelé et réenclenché. La spirale est ouverte et traduit le processus transformatif. En effet, en sortant d'un TQR, la personne est changée, a pu cheminer, elle n'est plus tout-à-fait là où elle en était en entrant dans la spirale. Comme une feuille de fougère, elle peut se déployer. Si elle entre dans une nouvelle spirale, elle pourra continuer à cheminer et être encore un pas plus loin en en sortant.

[1] Voir l'article de Laura Silva Castañeda

[2] Terr'Eveille est le collectif pionnier qui propose des ateliers de TQR en Belgique francophone depuis 2010 www.terreveille.be

La spirale est le fil conducteur qui permet aux participants de vivre un véritable processus, et non une série d'exercices enfilés les uns après les autres. Organique, une étape prépare et en amène une autre.

En voici le cœur [1]

1. La première étape est "**S'ANCRER DANS LA GRATITUDE**". Des pratiques permettent aux participants de redécouvrir la beauté et l'intelligence du vivant, et ainsi de nourrir de la proximité et de l'empathie pour diverses formes de vie. La gratitude permet aussi d'être plus pleinement présents à soi-même et à ce qui nous entoure. Les participants peuvent ainsi toucher à de l'émerveillement, de la joie de la Vie, de la confiance.

2. Ouvrir son cœur prépare à la seconde étape qui permet de reconnaître et accueillir la douleur que nous portons pour ce monde.
En osant **RECONNAÎTRE NOTRE PEINE**, nos sentiments de colère, de tristesse, de peur ou d'impuissance pour le monde, nous exprimons notre sensibilité à des situations qui vont au-delà de notre sphère privée et ainsi notre appartenance à un système plus vaste, en relation avec la communauté des êtres vivants sur Terre. En vivant ces pratiques en groupe, nous rompons l'isolement de la souffrance et devenons capables d'embrasser l'espace bien plus large de notre inter-existence.
Et en osant exprimer notre vérité, nous nous ouvrons aussi à la possibilité d'être "respons-able", capable de répondre et de réagir aux menaces qui pèsent sur l'ensemble de la planète.

3. Cette appartenance mutuelle nous fait naturellement ouvrir sur le monde un **NOUVEAU REGARD**, dans lequel les êtres ne sont plus séparés mais en interconnexion profonde/radicale, ç'est-à-dire jusqu'aux racines de notre vie.
Nous pouvons alors être nourris dans un changement de perception, voir le monde avec un regard neuf qui ne place plus l'humain au centre (anthropocentrisme) mais le vivant dans la complexité de ses interrelations (écocentrisme).

4. Nous sommes alors soutenus pour **ALLER DE L'AVANT**, dans nos projets et nos engagements, dans notre participation au changement de cap, vers une société qui soutienne la vie. Il s'agit d'aller vers les actions qui nous appellent, en fonction de qui nous sommes très précisément, notre situation, nos dons, nos limites qui sont aussi des forces, des sensibilités. Et de trouver les appuis et le soutien nécessaires en tissant un réseau de personnes, acteurs engagés et éclairés. Ceci sans attendre un plan directeur général, car "chaque étape sera notre professeur", apprenant de nos échecs et de nos doutes.

Une des spécificités et des richesses du TQR est de se vivre en groupe, car cela permet aux participants se relier et faire face ensemble aux défis de notre époque et construire une communauté soutenante pour traverser les tempêtes de notre époque.

Le Travail Qui Relie comme apprentissage transformatif

En vivant une spirale, les participants peuvent cheminer et en sortir transformés.

Le TQR est identifié par Michel Maxime Egger[2] *"comme un outil particulièrement puissant pour incarner la perspective de l'apprentissage transformatif, càd d'aller vers plus de conscience et d'autonomie à travers un changement de structures et perspectives de sens individuelles et collectives, héritées de la société ou élaborées de manière non critique au fil de l'existence.* **"**

[1] Issues du site web Naviguer en Terre agitée, collectif né en 2019 et proche de Terr'Eveille, qui propose également des ateliers de TQR en Belgique francophone. www.naviguer.be
[2] Article Michel Maxime Egger, « Le « Travail Qui Relie », un outil puissant d'apprentissage transformatif », Campus de la Transition, 2022.

[Le Travail Qui Relie est] une méthodologie transdiciplinaire et holistique élaborée dès le milieu des années 1980 par l'écophilosophe Joanna Macy […].

Transdisciplinaire, car au carrefour des "cercles expansifs" traversés par sa conceptrice avec son doctorat universitaire, son chemin spirituel et son engagement citoyen : la théorie des systèmes, le bouddhisme, le militantisme antinucléaire, l'écologie profonde et l'écopsychologie.

Holistique, car l'ensemble des exercices proposés convoquent toutes les dimensions – sensorielles, affectives, cognitives et même spirituelles – de l'être. Expert en éducation et études environnementales, Mark Hathaway définit le TQR comme "un processus d'apprentissage transformatif qui s'efforce d'aider les participants à reconnaître, expérimenter et comprendre les émotions qui peuvent soutenir ou inhiber l'action face à la crise écologique."

1.2. PROBLÉMATIQUE ET PISTES D'EXPLORATIONS

Les ateliers de TQR, nommés ci-dessous dispositifs, sont pour la plupart proposés par des collectifs ou groupes de facilitateur.ice.s à toute personne qui souhaite s'y inscrire d'initiative.

Format

Leur durée est traditionnellement 4 jours, qui permet d'explorer une étape de la spirale par journée. Ce format est proposé depuis plus de 10 ans par l'asbl Terr'Eveille et plus récemment par d'autres facilitateur.ice.s. Il permet de vivre la spirale de manière approfondie, dans un lieu proche de la nature, et de tisser des liens intenses en groupe.

Des ateliers plus courts (1/2, 1 ou 2 jours) sont régulièrement proposés depuis quelques années, notamment via le collectif Naviguer en Terre agitée. Ces formats s'adressent à des personnes qui souhaitent découvrir le TQR en un temps court ou y retoucher à la suite d'un atelier plus long.
Des ateliers plus longs (8, 21 ou même un an) sont proposés par la facilitatrice Aline Wauters au sein de l'asbl Terre et Conscience.

Public traditionnel

La plupart des participant.e.s sont des personnes sensibilisées à l'état du monde et déjà ouvertes aux pratiques proposées dans ces ateliers. Elles font partie d'un éco-système limité, que nous nommerons ci-dessous "public traditionnel".

Laura Silva Castañeda cite dans son article que le TQR, qui s'adressait à l'origine aux activistes, s'est davantage déployé en Europe francophone dans les milieux de la transition et dans les domaines du soin.

Laetitia Fernandez, du Réseau Idée (Réseau des associations actives en l'Education relative à l'Environnement (ErE) en Wallonie et à Bruxelles), relaie l'image véhiculée dans le secteur ErE selon laquelle ce type de proposition attire principalement des privilégiés, càd les personnes qui y ont accès (en termes de temps, légitimité, langage utilisé, argent nécessaire, ….).[1]

[1] Article Réseau Idée, Laetitia Fernandez, *« L'approche sensible : entre amalgames et nécessité », Septembre 2024* - https://www.reseau-idee.be/fr/analyse-approche-sensible

Rétraction

Alors même que les crises se multiplient et s'intensifient, selon un constat partagé par les facilitateur.ice.s de Travail Qui Relie au sein de la communauté francophone[1], nous observons une forme de rétraction dans les inscriptions.

Cela met à mal les facilitateur.ice.s et collectifs et donc leur aptitude à continuer à proposer ces pratiques transformatives, mais pose plus fondamentalement la question de l'ouverture à d'autres groupes de personnes qui pourraient bénéficier de ces dispositifs. Ceux-ci seront nommés ci-dessous "public plus large".

Pistes d'exploration

Bien évidemment, ce type de dispositifs peut être vécu à plusieurs reprises et permet d'ancrer et/ou d'approfondir la transformation et de continuer à faire face à l'état du monde et aux tempêtes qui continuent de nous bousculer.

Outre ces considérations, vu le potentiel transformatif du Travail Qui Relie, nous souhaitons dans le cadre de cette recherche-action nous concentrer sur l'élargissement des dispositifs à un public plus large pour amener un changement et du soutien au-delà des environnements qui ont déjà accès à ces pratiques.

Nous choisissons donc de nous concentrer sur la question "comment adapter les dispositifs à un public plus large et ainsi investiguer d'autres manières d'amener l'écologie sensible et plus particulièrement le TQR ?"
Des dispositifs proposés à un public plus large seront ainsi adaptés et testés, afin de tenter in fine d'activer une transformation intérieure auprès d'un plus grand nombre.

Complémentairement aux choix posés dans cette recherche, il nous semble bon de nommer que d'autres pistes pourraient être explorées pour répondre à cette intention. Au sein des collectifs évoqués et du réseau d'écologie sensible sont par exemple envisagés les axes de travail suivants :

- Travailler sur la communication pour qu'elle parle à différents types d'individus (canaux, lieux de présence, travail sur le langage, faire des vidéos, …)
- Consolider, étoffer et vulgariser la recherche scientifique - concernant l'écologie sensible et le TQR tenant - compte du fait que la science reste un argument central pour certains interlocuteurs (ex. milieu académique, politique, intellectuel) aujourd'hui, soit pour parler à certains publics, soit pour lever des financements
- Développer un argumentaire lié aux "bienfaits" de l'écologie sensible, qui permet de s'adresser à un public issu des organisations par ex. qui doivent justifier leur participation ou d'autres publics qui ont plus de difficulté à légitimer le fait de participer à un atelier (cf. article Laetitia Fernandez)
- Reconnaissance et recommandations de professionnels de la santé, comme c'est le cas dans certains pays[2] et via le projet pilote du Centre de Santé des Carrières[3]

[1] Selon des constats des facilitateur.ice.s de Travail Qui Relie en Belgique (Terr'Eveille et réseau de facilitateur.ice.s émergent.e.s) d'animateur.rice.s du réseau d'écologie sensible belge et de la communauté de facilitateur.ice.s français.es de Travail Qui Relie.
[2] Article Canopea, *« Et si les médecins vous prescrivaient de la nature »,* Janvier 2024 - https://www.canopea.be/et-si-les-medecins-vous-prescrivaient-de-la-nature/
[3] Centre de Santé des Carrières – prescriptions nature https://www.csic.be/prescription-de-nature/

- Mutualiser les publics et proposition d’une offre "centralisée" et facilement accessible (site internet, portail clairement identifié, liste d’animateur.ices et d’ateliers, explication des spécificités…)
- Développer des partenariats avec des secteurs qui pourraient s’emparer de l’écologie sensible (ex : ErE, parcs naturels, santé mentale, …)
- Recherche de financement permettant d’offrir des ateliers à des prix modérés pour permettre à un plus grand nombre de personnes d’y assister
- ….

1.3. QUESTION DE RECHERCHE

Nous nous proposons d'explorer au sein de cette recherche-action d'autres manières d'amener l'écologie sensible et plus spécifiquement le Travail Qui Relie.

Nous aborderons donc d'autres publics, qui fréquentent peu ou pas les ateliers de TQR traditionnellement proposés.

La question de recherche sera :

"Comment adapter la proposition du Travail Qui Relie de sorte à toucher un public plus large, à priori peu enclin à expérimenter ce type de dispositif"

Nous vous renvoyons plus loin pour plus de précisions sur le public ciblé.

Illustration

Nous proposons d'illustrer cette question de recherche, et ce qu'elle évoque pour nous comme enjeux, via ce collage réalisé lors d'un temps d'équipe RACCOr.

Les images et leur assemblage évoquent les questions suivantes :

Comment allier des cultures différentes, comment amener des personnes plus éloignées et/ou à priori moins intéressées à monter dans l'aventure, comment cheminer ensemble de manière inclusive, comment rejoindre sa nature, son lien au sauvage, au vivant alors que nous sommes (encore) fort conditionné par la culture, comment se tendre la main/patte sans diviser vers une culture qui soutient la Vie, comment amener cette grande bascule salutaire au vivant (y c. l'humain) ?

Mots-clés : allier, cheminer, sillage, aller de l'avant, médiation culturelle, se donner la main/la patte, joie, élan, solidarité, plénitude, simplicité, ligne de crête, méandres, fécondité…

1.4. PUBLICS – OBSERVATIONS

Il nous semble intéressant de tenter de préciser ce que nous entendons par publics "traditionnels" versus "plus larges".

Comme nous l'avons nommé ci-dessous, nous avons fait le choix d'adapter la proposition du Travail Qui Relie (TQR) à un public plus large que celui qui ferait le choix spontané de vivre un atelier de TQR tel que "traditionnellement" proposé.

Nous qualifions ici de public "traditionnel" celui que nous rencontrons dans les ateliers de TQR tels que proposés aujourd'hui. Cela passe par clarifier ce que nous entendons par ateliers (ou dispositifs) "traditionnels" et quels sont les contextes "autres – plus larges" qui ont été recherchés dans le cadre de cette recherche.

Nous entendons par dispositifs "traditionnellement" proposés les ateliers qui

- sont proposés directement par certains collectifs ou asbl dont c'est la mission centrale, à destination de leur public (les personnes qui s'intéressent directement à leur programme).
- s'adressent à des personnes qui sont sensibles à l'état du monde, ont eu accès à ce qu'est un atelier de TQR (ont lu ou en ont entendu parler), ont l'intention de cheminer dans leur vécu en lien avec l'état du monde et s'inscrivent librement et individuellement

Dans cette recherche, nous expérimenterons des dispositifs qui s'inscrivent dans d'autres contextes.

Il s'agit :

- soit d'ateliers commandés par des tiers pour leur public

  ex. festival ou salon pour ses visiteurs, organisme de jeunesse pour ses membres, asbl dans le secteur de l'éducation permanente pour ses bénéficiaires, employeur pour son personnel, …
- soit d'ateliers "proposés" par des organismes tiers dans une programmation plus large à un public qui s'inscrit librement et individuellement.

Tentative de classification du public en 6 groupes
en fonction de la conscience de l'état du monde et du lien à son vécu intérieur

Pour adapter les dispositifs, il nous a semblé important de s'intéresser au niveau d'intérêt lié à l'état du monde des divers publics et à leur ouverture vis-à-vis de leur vécu intérieur.
En s'appuyant sur notre expérience de terrain, nous formulons 6 groupes de publics. Ceux-ci ne sont probablement pas exhaustifs.

Dans cette recherche, nous tenterons d'élargir notre public aux groupes 1 à 3, qu'on ne trouve pas dans les TQR traditionnels. Les dispositifs développés tenteront donc de s'adapter à leur réalité.

Le "**public plus large"** que nous essayons de toucher seront donc possiblement dans une situation suivante :

1. Ne se sent pas concerné/touché par l'état du monde. Ne voit/perçoit pas le(s) problème(s) – cette réalité peut correspondre au niveau de conscience "sommeil profond" identifié par Paul Chefurka sur l'échelle de conscience. (Voir Autres Annexe 7 – Autres Ressources – Echelle de conscience)
2. Ne se dit pas ou ne se reconnait pas comme concerné par l'état du monde mais est touché et sensible, sans avoir encore mis des mots dessus, sans (se) l'avouer.

   Ceci pouvant être lié à du déni, de la minimisation, de la répression, de la honte, de la méconnaissance, une tendance à rebondir sur de la joie, …

   Ces personnes peuvent également être en réaction de rejet/évitement/ras-le-bol/agacement/jugement vis-à-vis de "l'état du monde" et/ou de l'intériorité.
3. Est consciemment touché/affecté par l'état du monde mais ne sait pas comment prendre soin de son vécu et se mettre en action et ne s'inscrit pas spontanément à un TQR, par exemple parce qu'il n'en a pas entendu parler, est en résistance v/v de la culture véhiculée, n'a pas les moyens propices (temps, argent, santé, énergie, environnement humain…), n'y perçoit pas de perspective positive (cf. peur de plonger dans un vécu désagréable)…

Les groupes 4 à 6 correspondent à un **public "traditionnel"**, c'est-à-dire susceptible de faire le choix de s'inscrire spontanément à un atelier de TQR :

4. Est touché/affecté par l'état du monde mais ne sait pas comment prendre soin de son vécu et se mettre en action de manière ajustée. La personne peut alors être perdue, anxieuse, sans perspectives, sans issue, se sentir isolée, dépassée, ...
5. Est touché/affecté par l'état du monde et est dans l'action. Peu conscient et/ou prend peu soin de son vécu. Cela peut être le cas de personnes engagées dans les dimensions "S'interposer" et "Construire" plus que dans la dimension "Régénération"[1]
6. Connait déjà des manières de prendre soin de son vécu et ajuster sa manière d'être au monde (que ce soit avec le TQR ou d'autres pratiques transformatives). Ce public peut alors découvrir, redécouvrir ou approfondir sa pratique du TQR, ce qui lui permettra notamment de grandir en reliance avec des humains qu'il pensait peut-être éloignés de ces préoccupations.

Les adaptations réalisées dans les ateliers proposés vont donc particulièrement se soucier de rejoindre les 3 premiers groupes, tout en parlant à l'ensemble des participants susceptibles de participer à un TQR et faisant partie des 6 groupes.

[1] Voir les 3 grandes dimensions dans le changement de cap exposées dans les livres de Joanna Macy et dans l'arbre aux actions du projet racines de résilience https://www.racinesderesilience.org/arbre-aux-actions/france

2. PRESENTATION DES DISPOSITIFS

2.1. INTRODUCTION

Recherche exploratoire

Tout au long de cette recherche-action nous avons cherché à mettre en place différents dispositifs destinés à un public plus large.

Une douzaine de dispositifs ont ainsi été développés. Ceux-ci s'adressent à divers publics, dans des contextes variés. Le format, le contenu, la durée ont donc été réfléchis et adaptés p/r à un TQR "traditionnel".

Vous en trouverez un aperçu dans le tableau de l'Annexe 1 – Dispositifs.

Trois d'entre eux ont été retenus pour faire l'objet de l'analyse réflexive que nous avons fournie dans le cadre de la recherche-action. (voir ci-dessous)

2.2. DISPOSITIFS ANALYSÉS

Dans le cadre de cette recherche-action, nous avons choisi de centrer l'analyse sur 3 dispositifs. Comme le montre le tableau ci-dessous, ceux-ci ont été choisi pour leur :

- Complémentarité en terme de formats et publics rencontrés
- Richesse en terme de données disponibles

Des annexes fouillées sont consacrées à chaque dispositif. Ne sont reprises ci-dessous que quelques informations saillantes.

Dénomination	Spécificité public	Classification	Nombre de participants	Durée - Date	Adaptation format	Autres apports que le TQR	Données récoltées
Dispositif I : Atelier itinérant "Sur les sentiers du vivant" Avec les Schumacher Sprouts	Participation volontaire Objectif initial : public naturaliste et plus "tête" Portes d'entrées : marche-rando et intérêt naturaliste	2, 4, 5 et 6	14 participants	4 Jours – septembre 2023	Itinérance visite lieux de transition	Apports naturalistes et Deep Time Walk Hutte de sudation Intervenants externes : G. Chapelle et hôtes	Observations directes Échanges entre facilitateur.ice.s Cercle de sortie Evaluation à froid (google form) Échanges avec les participant.e.s - individuel et collectif (groupe whatsapp)
Dispositif II : Atelier Au sein du parcours Tremplin (IFF Europe)	Public captif : Jeunes 18-25 ans engagés dans un parcours de 3 mois pour mieux se connaître et cheminer dans leurs choix de vie	1, 2, 3, 4, 5	1er édition : 13 jeunes 2ème édition : 19 jeunes + 2 IFF	2,5 Jours Novembre '23 et Mai '24	Adaptation à un public "captif" et en difficulté personnelle Accompagnement progressif et ouvert de l'émergence de la préoccupation pour le monde		Investigations préalables Observations directes Échanges entre facilitateur.ice.s et avec l'équipe organisatrice Evaluation à chaud (post-it) Cercle de sortie Evaluation à froid (google form)
Dispositif III : Atelier découverte Halte – collectif EcosystM (Festival Maintenant)	Public semi-captif : engagé dans un parcours de 4 "haltes". Majoritairement engagé dans transition extérieure	2, 3, 4, 5 et 6	Env. 40 participants	4 h 8 juin 2024			Observations directes Échanges entre facilitateur.ice.s et avec l'équipe organisatrice Cercle de sortie Evaluation à chaud (formulaire écrit)

Dispositif I - Atelier itinérant "Sur les sentiers du vivant"

Durée : 4 jours

Nombre de participants : 14

Public : Cet atelier a été imaginé et développé en collaboration avec les Schumacher Sprouts. C'est le seul TQR dans le programme des Sprouts, qui propose traditionnellement des ateliers, conférences et expériences d'*université du dehors* centrées sur la transition et s'adresse ainsi à un public intéressé par une réflexion sur les pratiques en milieu académique et notamment l'implémentation d'apprentissages transformatifs.

Adaptations par rapport à un atelier de TQR traditionnel :

Nous avons donc adapté cet atelier pour toucher également ce public, qui pourrait avoir une porte d'entrée plus cérébrale. Nous souhaitions également rejoindre un éventuel public naturaliste fréquenté par une co-facilitatrice dans le cadre de sa formation comme guide nature.

Nous avons fait le pari de proposer un atelier "itinérant", pour embarquer des personnes intéressées par cet accent micro-aventure, qui pourraient ainsi associer la découverte du TQR au plaisir de la découverte et la randonnée, à des apports naturalistes et à l'intervention de Gauthier Chapelle connu pour ses ouvrages cosignés avec Pablo Servigne et Raphaël Stevens et ses interventions lors de séminaires divers.

Cette formule nous a permis de

- Rencontrer des "éco-lieux" et leurs hôtes, qui témoignent d'un autre rapport au monde et rendent la transition très palpable et réaliste, permettant une ouverture des "possibles" et donnant du crédit au changement de cap,
- Amener des apports naturalistes et une perception très incarnée du temps profond, et de la réalité des interdépendances inter espèces,
- Faire une proposition d'une grande cohérence : lieux visités, aventure très locale et trajets peu impactants (itinérance de gare à gare), sobriété par le peu de bagages transportés, le logement en tentes et les repas autour du feu.

Quelques observations :

Nous nous étions assurés de l'ouverture des participants à explorer leurs affects liés à l'état du monde via un formulaire d'inscription. Les participants se sont montrés d'emblée très ouverts et alignés avec l'intention du TQR.

La marche, au-delà des pratiques, soutient un cheminement intérieur et le lien à son corps, au présent et au vivant. Sortir de sa zone de confort (effort physique, campement, sobriété…) installe d'emblée de la coopération dans le groupe.

Que ce soit en amont de l'atelier ou durant celui-ci, de nombreux ajustements ont été imposés de par:

- Les tissages de pratiques différentes par des facilitatrices ayant des "cultures" d'animation différentes et assez marquées.
- Le format en itinérance (retards, composer avec hôtes et lieux, intervenants extérieurs ponctuels, blessure, fatigue, surprises en chemin, météo…)

Les temps de pratiques liés au TQR ont été réduits, vu les temps dédiés à la marche, les temps d'installation/démontage du campement, la rencontre des lieux et des hôtes, les apports naturalistes,… Les processus en eux-mêmes ont donc été moins puissants que lors d'un TQR traditionnel. Nous avons choisi d'allonger la 2ème édition à 5 jours, notamment pour soigner l'étape "honorer sa peine" qui dans la 1ère édition n'a pas pu être déployée comme nous l'aurions souhaité.

Plus d'infos et analyse des données : Annexe – Dispositif I

Dispositif II - Atelier destiné à un groupe de jeunes

Durée : 2.5 jours

Nb participants : 13 (édition 1) à 19 (éd.2)

Public : Cet atelier répond à une demande de l'organisme IFF Europe dans le cadre du parcours Tremplin. Ce parcours de 14 semaines s'adresse à des jeunes de 18 à 25 ans qui sont en questionnement, dans un moment de transition (pause choisie ou forcée), en réflexion par rapport à des choix de vie et/ou de formation.

L'intention est d'organiser un atelier qui permette aux jeunes de mettre leurs projets et choix de vie en lien avec le vivant et la réalité du monde qui les entoure et de vivre un temps convivial (seul atelier en résidentiel pour tout le groupe).

Ces jeunes engagés dans ce parcours sont souvent fragiles et sous pression, en grand questionnement sur leur vie et évoquent peu les enjeux liés à l'état du monde.

Adaptations par rapport à un atelier de TQR traditionnel :

Vu leur âge et un profil souvent fragile, nous avons particulièrement veillé à ne pas pousser les jeunes au-delà de leurs limites. De plus, nous les savons parfois résistants à entendre des constats tirés par des personnes de nos générations (45 ans et plus) qu'ils peuvent tenir pour responsables de l'état du monde. Nous avons donc veillé à laisser le groupe doser l'intensité des partages et faire émerger les constats.

Par ailleurs, vu leur âge et la nature du groupe, nous avons pris soin de

- réduire au maximum les temps d'explication ou théoriques
- proposer des pratiques concrètes et ludiques
- proposer des supports quand c'était possible (ex. loupes ou miroirs pour explorer la forêt / support visuel quand apports plus "tête")
- amener la peine pour le monde de manière progressive et ouverte, en les laissant avant tout exprimer leur ras-le-bol, lassitude ou colère qu'on leur parle de ce sujet
- garder un rythme dynamique et nous adapter aux signes d'ennui/de besoin de distraction
- alterner les facilitatrices (couleurs, énergies et compétences différentes)
- alterner le type de pratiques et les temps en solo, à deux ou en sous-groupe
- éviter tant que possible les temps à l'intérieur
- garder des temps conviviaux (soirée du 1er jour et pauses longues)
- être très attentives aux jeunes qui manifestent un mal-être

Quelques observations :

Pour que le dispositif rencontre les jeunes, il doit être introduit à l'avance et avoir lieu en milieu ou fin de parcours, pour que les jeunes soient apaisés par rapport à leurs choix de vie, développent une capacité à entrer dans leur intériorité et rejoignent l'intention du TQR.

Un groupe déjà uni laisse moins de place à s'approcher/prendre soin des participants pendant les moments informels.

Amenés de manière progressive, les vécus et partages ont été d'une profondeur surprenante, notamment sur les dimensions sensibles et émotionnelles (spiritualité, expression de la peine, reliance à la forêt…).

Le contact avec la nature s'est réveillé ou révélé pour de nombreux jeunes. Beaucoup ont nommé de l'émerveillement, de la confiance et le plaisir de la simplicité.

Même s'ils ont pu identifier beaucoup d'invitations pour leur vie, les jeunes ont besoin d'être plus accompagnés dans le concret pour aller de l'avant.

Plus d’infos et analyse des données : Annexe – Dispositif II

Dispositif III - Atelier découverte destiné à un groupe de transitionneurs

Durée : 4 heures

Nombre de participants : env. 40

Public :

Cet atelier court répond à une demande du collectif Maintenant.
En effet, en 2024, plutôt que d'organiser un festival, le collectif a réuni un groupe d'une cinquantaine de citoyen.ne.s, l' EcosystM, qui s'engage dans un parcours de 4 "haltes", sans connaissance préalable des ateliers prévus. Nous considèrerons ce public semi-captif, car une annonce quelques jours avant l'atelier leur permet de choisir de venir. 40 personnes seront présentes.

La demande pour cette 2ème halte est de proposer un atelier de Travail Qui Relie, qui aie comme intention d'aider les participant.e.s à "trouver leur juste place dans un monde agité".
Il s'agit de les soutenir dans la découverte de leur juste engagement, leur puissance au service d'une société qui soutient la Vie.

Ce public est plutôt militant et/ou engagé dans transition "extérieure".

Adaptations par rapport à un atelier de TQR traditionnel :

Tissage entre le TQR (étapes et intention) et les danses de la paix et chants, permettant – en un temps court - d'engager le corps, de rejoindre la pleine présence, de tisser une membrane, de cultiver la joie…

Pour répondre à l'intention initiale, un des outils imaginés a été de s'appuyer sur les 3 dimensions du changement de cap et de vivre un mapping permettant à chacun.e de sentir sa juste place et laisser un temps d'échange long et ouvert sur les constats et la complémentarité de ces 3 dimensions.

Par ailleurs, nous avons opté pour des pratiques qui permettent de

- respecter l'intimité des personnes dans un groupe récemment formé, encore en train de consolider sa membrane de sécurité, constitué de personnes qui se connaissent très probablement dans d'autres contextes (évoluent dans le petit monde de la transition dans le Brabant Wallon)
- tenir compte de degrés de mobilité et âges variés
- tenir compte de degrés et natures d'engagement variables
- rentrer dans l'esprit du TQR et y goûter rapidement, tout en n'imposant pas de s'exposer émotionnellement
- limiter fortement les partages en grand groupe et faire la part belle aux temps solo, en binôme ou par quatre pour des partages plus confortables et pudiques
- maintenir des temps en grand groupe pour nourrir le sentiment de membrane (par le chant, la danse et le partage de pépites)
- parcourir les 4 étapes de la spirale

Quelques observations :

Ces personnes, engagées dans la transition, y découvrent et apprécient la dimension intérieure, précieuse pour soutenir un engagement actif dans la transition. Elles clarifient ainsi les 3 manières de s'engager dans le changement de cap. Certaines s'apaisent p/r à une tendance à s'engager à tout va et intègrent mieux les bénéfices de l'interdépendance.

Les approches par la danse et le chant et les partages en petits groupes ont permis de vivre de la confiance, du déliement, de créer des liens profonds et de nourrir un sentiment de communauté.

Plus d'infos et analyse des données : Annexe – Dispositif III

3. METHODOLOGIE

3.1. POSTURE

En pédagogie, "*la recherche-action est un processus destiné à doter tous les participants de la scène éducative, qu'il s'agisse des étudiants, des enseignants ou d'autres intervenants, des moyens d'améliorer leurs pratiques grâce à leurs expériences éclairées et nourries des savoirs théoriques en cours*" (Catroux, 2002).

Il s'agit d'une démarche intrinsèquement collaborative et participative, qui s'inscrit dans une volonté d'amélioration continue du cadre d'apprentissage, que ce soit du point de vue des apprenants ou des enseignants. Grâce à la réflexivité personnelle qu'elle induit, la recherche-action permet une stratégie pédagogique dynamique, constamment en mouvement. Elle met aussi en lumière une série d'impacts des interventions en classe qui, sans elle, passeraient inaperçus (Catroux, 2002).

Catroux (2002) dira de la recherche-action que sa plus grande richesse est sa flexibilité. Selon elle, "*il y a autant de variantes de cette forme de pratique réfléchie que d'enseignants et d'apprenants évoluant dans autant de situations particulières. Il n'y a pas de bonne façon de pratiquer la recherche-action et de devenir praticien-chercheur. Le praticien qui s'engage dans des voies de réflexion ouverte invente sa propre méthodologie au fur et à mesure de la mise en place d'actions innovantes et opère un retour systématique vers les bases théoriques adéquate. La recherche-action conduit chacun de nous à élaborer et expérimenter des méthodes originales, à contribuer à sa formation continue et à celle des membres du groupe. Elle pousse à élaborer des propositions d'enseignement autour de thématiques particulières et à produire des documents pouvant constituer un apport pour l'enseignant, tant par rapport à la discipline qu'il enseigne que pour sa pratique pédagogique même*".

C'est dans cette optique que nous inscrivons notre approche de la recherche-action.

Virginie est co-coordinatrice du réseau d'écologie sensible depuis janvier 2024 et participe à l'émergence de ce réseau en tant que partenaire depuis plusieurs années. Elle a également travaillé une vingtaine d'années dans le domaine de l'environnement pour un service public.

Mais c'est avant tout en tant que praticienne qui emploie des dispositifs immersifs d'écologie sensible dans sa pratique professionnelle qu'elle contribue à la présente recherche-action. Les résultats que nous présentons ci-après sont le fruit de

- **Ses années de pratiques** dans
  - La co-facilitation d'ateliers de TQR traditionnels
  - L'animation de propositions s'appuyant sur le TQR :
    Cercles de paroles en lien avec l'état du monde
    Formation à l'animation d'espaces de paroles
    Post-animation du film "Une Fois Que Tu Sais"
    Ateliers tissant le TQR avec d'autres approches : PRH, land art, bains de forêt, … par ex.
  - L'accompagnement de personnes et d'équipes
- **Divers parcours formatifs** : Écopsychologie, Travail Qui Relie, formation de formateurs, formation de coaching, formation en intelligence collective, formation à l'utilisation du jeu des ODD, au resilience coaching, à l'utilisation de photolangages, aux pratiques narratives, … ainsi que deux formations suivies spécifiquement dans le cadre de cette recherche-action : formation "Emmener un groupe en nature aventure" et formation sur le Travail Qui Relie et les écosystèmes professionnels
- **Divers espaces d'intervisions et de dialogues entre facilitateur.ices :** au sein de l'ancien RSTI (Réseau de Soutien de la Transition Intérieure), du Réseau d'Ecologie Sensible, des journées de coopération proposées par l'asbl

Terr'Eveille, au sein des équipes de co-facilitation dont les 3 équipes constituées pour mener les dispositifs exposés dans cette recherche-action

Les résultats que nous présentons ci-après ne peuvent pas être considérés comme scientifiques. Pour autant, le constat est que le savoir des "praticiens" et leurs temps réflexifs sont peu visibilisés car les moyens permettent rarement de les formaliser, alors qu'il a de la valeur. C'est dans cette optique que nous inscrivons notre démarche.

Ce savoir, en lien avec des pratiques qui touchent à l'intériorité plutôt qu'aux données chiffrées, nous semble faire sens au regard du thème de RACCOr qui explore les changements culturels et ontologiques pour une société qui soutient la Vie et le Vivant.

3.2. RÉCOLTE DE DONNÉES

En fonction des contextes, un choix a été posé d'utiliser certains dispositifs de récoltes de données.

Les éléments suivants étant par exemple déterminants : longueur de l'atelier, contact direct avec les participant.e.s à la suite de l'atelier (ou pas), présence de l'équipe organisatrice, faisabilité …

La récolte de données a pris des formes différentes en fonction du dispositif, cela est spécifié dans le tableau (dernière colonne "données récoltées") et dans le détail des dispositifs en annexe.

Nous avons récolté des données plus systématiquement pour les 3 ateliers explorés dans le cadre de cette recherche-action. (groupe A – tableau en annexe)

L'analyse a donc porté sur celles-ci, mais a été soutenue par les données récoltées pour les autres ateliers s'ouvrant également à d'autres publics et contextes (groupes B et C – tableau en annexe)

Récolte de données en amont

Une grande partie du travail d'adaptation des dispositifs s'appuie sur les données récoltées en amont, autour d'éléments comme : la demande et la réalité de l'équipe organisatrice, la réalité des futurs participants, les lieux, le temps et le matériel disponible, qui vont permettre de poser le cadre du futur dispositif.

Certains éléments de ce cadre seront prédéfinis ou vont pouvoir être définis ensemble (par exemple le choix du lieu, la durée du dispositif, ...). Dans ce 2ème cas de figure, ils font donc déjà partie des "adaptations" qui pourront avoir un impact important sur la manière dont le dispositif va être vécu.
Exemple - Dispositif III : choix d'une salle en pleine forêt pour permettre des pratiques de lien au vivant

Les investigations préalables permettent de mieux percevoir les futur.e.s participant.e.s et plus spécifiquement :

- Leur état d'esprit
- Leur culture
- Leurs demandes et/ou besoins
- Leur niveau d'implication dans le changement de cap
- Leur sensibilité à l'état du monde
- Le niveau de confiance dans le groupe
- …

Ces investigations ont lieu via :

- Des échanges avec l'équipe organisatrice – via des réunions, échanges téléphoniques ou mails (infos de 2ème main)
- Des échanges avec les participants si un lien direct peut être établi (infos de 1ère main) – via des contacts téléphoniques, échanges par mail et/ou formulaires

	Info de 1ère ou 2ème main	Niveau d'info sur les participants en amont du dispositif
Dispositif I	1ère main	Faible : réponses à un formulaire d'inscription en ligne comprenant quelques questions sur les intentions des participants
Dispositif II	2ème main	Faible à Moyen : selon les éditions, informations transmises par l'équipe organisatrice à l'équipe de facilitation relatives aux participants et l'énergie du groupe
Dispositif III	2ème main	Moyen : la proposition réunit des personnes sensibles à l'état du monde et déjà engagée. Mais l'équipe organisatrice découvre encore le groupe, certain.e.s participant.e.s ne sont pas bien connus et la dynamique de groupe se construit.

Pendant le dispositif : observation participante

L'observation participante se caractérise par "*une période d'interactions sociales intenses entre le chercheur et les sujets, dans le milieu de ces derniers. […] Par participation, il faut entendre le mode de présence du chercheur au sein du milieu observé*" (Lapassade, 2002). L'objectif d'une telle démarche est de permettre au chercheur de comprendre son terrain et les logiques qui le sous-tendent, d'en saisir la complexité, mais aussi de produire des données inédites qui ne seraient pas accessibles par enquêtes ou entretiens (Hilgers, 2013). Aussi, dans notre cas, comme nous nous intéressons à la manière d'adapter le TQR aux publics rencontrés, il s'agissait pour nous d'interroger et de dialoguer avec ces derniers, de partager leur environnement, de noter leurs réactions, de les interroger sur tel ou tel aspect de leur expérience tout en étant directement impliquée dans ces expériences en tant que facilitatrice. Le tout, en tentant de comprendre comment ce que nous leur faisions vivre était susceptible, ou non, de les connecter à leur vécu intérieur et de modifier leur rapport au monde.

"*Lorsqu'un chercheur parle à partir d'une connaissance issue de l'observation participante, il s'exprime nécessairement depuis un terrain particulier*" (Hilgers, 2013). Les trois dispositifs qui forment le terrain de cette recherche ont été réalisées avec des groupes composés principalement de personnes blanches, allant de 13 à 40 participant.e.s, mixtes. En termes de tranches d'âge, les participant-es avaient entre 18 et 70 ans environ. Leurs professions étaient variées, allant de l'étudiant, demandeur d'emploi à la juriste en organisation, psychologue indépendante, des retraité-e.s, des enseignant.e.s, des ingénieur.e.s, des artistes,...

Dans les 3 dispositifs analysés, être deux ou trois co-facilitateur.ice.s nous a permis d'alterner entre la posture d'observante pure et d'observante animant et la posture de facilitatrice prenant part aux pratiques comme un.e participant.e. Nous n'étions donc pas sur un pied d'égalité avec les participant.e.s, ce qui donne une couleur particulière à nos observations.

Moments de réflexivité inclus dans les dispositifs

Dans le Dispositif I "Sur les sentiers du vivant", des temps d'échanges réflexifs ont été prévus à divers moments :

- Chaque matin, un **temps de météo** permettait à chaque personne de partager comment elle vivait l'atelier, ce qui l'a marquée, ce qui a été/est inconfortable ou confortable, comment elle se sent dans le groupe ou dans son cheminement…
- Des **home groupes**, temps en sous-groupes, ont également permis ce type de partage en fin de journée.

- Un **temps de remontée** des 3 premières journées a été prévu en début de 4ème journée.
- Et un **temps de célébration** a permis également de témoigner en fin de parcours des étapes franchies, invitations concrètes et/ou en quoi l'atelier a permis des prises de conscience.

Evaluation des parties prenantes

- **Cercle de sortie :** pratique très généralement utilisée dans les dispositifs de Travail Qui Relie qui permet généralement de nommer "comment je me sens en quittant le dispositif" et "avec quoi je repars". Cette pratique permet notamment de s'assurer que la personne est solide en quittant ou d'identifier la nécessité d'un éventuel suivi.
  Elle a été vécue à la fin des 3 dispositifs (sous forme très courte pour le dispositif III vu le nombre de participants)
- **Evaluation à chaud** de processus spécifiques au sein de l'atelier : qui peut porter sur l'évaluation du contenu du dispositif ou du chemin parcouru par la personne.

  Dispositif I : A la fin de chaque journée ont eu lieu des sous-groupes qui permettent aux participants d'évaluer leur journée, déjà évoqués ci-dessus pour leur intérêt réflexif. En début de journée 2, 3 et 4 ont eu lieu des cercles de paroles (également réflexifs) qui ont permis aux participants de faire le point sur leur cheminement et peuvent être utilisés comme temps d'évaluation intermédiaire.

  Dispositif II :
  Cercles de paroles de début de journée : idem ci-dessus
  En fin de dispositif : évaluation mise en commun via la méthode KISS (Keep - Improve - Start - Stop)

  Dispositif III: formulé par l'équipe organisatrice (même formulaire pour tous les ateliers suivis par les participants), évaluation à chaud, directement après le dispositif
- **Evaluation à froid** : Des questionnaires ont été transmis à la suite du dispositif aux participant.es des dispositifs I et II. Les questions et réponses obtenues sont détaillées dans les annexes propres à chaque dispositif.
  Ces formulaires ont été formulés de manières différentes :

  Dispositif I : formulé par nous en lien avec les objectifs de la recherche, avec l'aide de la personne responsable de la recherche au Réseau Idée
  Dispositif II: formulé par l'équipe organisatrice (même formulaire pour tous les ateliers suivis par les participants), évaluation à froid
- **Retours spontanés** des participant.e.s (échanges verbaux, mails, commentaires sur Facebook, …)

Veille en amont et tout au long du projet

Nous sommes rentrée dans la recherche-action RACCOr en avril 2023 et nos dispositifs ont été menés en septembre 2023 (dispositif I), en novembre 2023 (dispositif II – édition 1) et en mai 2024 (dispositif II – édition 2) et en juin 2024 (dispositif III).

Que ce soit en amont ou au fur et à mesure de nos dispositifs, différentes activités ont nourri nos réflexions en lien avec notre question de recherche. Cela nous a permis de réfléchir autrement l'adaptation des dispositifs. Cette veille a été alimentée par :

Intervision / échanges entre pairs :

- réunions d'intervision régulières organisées au sein de l'équipe RACCOr

- journées d'échanges et de coopération organisées par le Réseau d'Ecologie Sensible et Terr'Eveille
- échanges mensuels entres facilitateur.rice.s de TQR autour de l'organisation d'atelier pour des écosystèmes professionnels
- réunions entre facilitateur.rice.s de cercles de paroles en lien avec l'état du monde

Participation à des formations, ateliers, conférences :

- Formation "Travail Qui Relie & Ecosystème pros" organisée par Charlotte Ogier, Aurélie Moy & Marion Atzel, 3 jours, Février 2024
  Cette formation transformative a intégré des temps de réflexivité et a permis des observations directes, des échanges entre participant.e.s et avec les formatrices, des notes personnelles, des notes liées à un mapping sur les freins et pistes pour le TQR en milieu professionnel et la naissance d'une communauté de facilitateur.rice.s en organisation.
- Formation "Accompagner un groupe en pleine nature" organisée par Ecotopie et D'une Cime à l'autre (IPNA), 4 jours, juin-juillet 2023
  Cette formation transformative a intégré des temps de réflexivité et a permis des observations directes, des échanges entre participant.e.s et avec les formateur.rice.s, des notes personnelles.
- Atelier "Désorcelons la finance", Mycelium, ½ jour
- Conférence "Reliance. Manuel de Transition intérieure. Michel Maxime Egger, Tylie Grosjean & Elie Wattelet
- Rencontre de l'auteur du livre sur la gratuité, Véronique Perriot

Lectures, écoute, prise d'informations :

- (Re)Lecture de documents de référence notamment les livres de Joanna Macy, le document de référence "Arbre Source[1]" de Terr'Eveille et autres cadres éthiques (RAFUE, AFECOP, Pratiques narratives[2])
- Lectures diverses : Politiser le bien-être (Camille Teste), Gratuité (Véronique Perriot), Reliance. Manuel de transition intérieure (MM Egger, T. Grosjean & E. Wattelet), …
- Ecoute de podcasts : Tout tourne rond sur cette terre, We are the great turning, Fréquence collective, …
- Visionnage de la Série Des Arbres Qui Marchent, Pierre-Paul Renders

[1] L'arbre Source de Terr'Eveille - Document qui a l'intention de clarifier le positionnement de Terr'Eveille sur la manière dont ce collectif souhaite proposer et promouvoir le Travail Qui Relie.
[2] Charte déontologique de l'AFECOP (Association Française d'ECOPsychologie) : https://afecop.com/charte-deontologique/
RAFUE (Réseau des professionnels de l'Accompagnement Face à l'Urgence Ecologique) : www.rafue.fr
Informations sur l'éthique narrative en lien avec les organisations dans le "*Grand manuel d'approche narrative*", C. Mengelle, 2021

3.3. ANALYSE DES DONNÉES

Nous avons analysé nos données essentiellement par le biais de :

Échanges avec nos pair.e.s et les équipes organisatrices

Avant, pendant et après les dispositifs, sur base des données récoltées

Nous avons analysé nos données essentiellement par le biais d'échanges écrits et verbaux entre co-facilitateur.rice.s et avec les équipes organisatrices permettant les allers-retours et le croisement de nos perspectives quant à ces données. Nous sommes parties des éléments d'observations que nous estimions interpellants et/ou signifiants et avons développé nos réflexions sur le mode de l'intervision.

Se faisant miroir les un.e.s des autres, nous avons approfondi nos analyses et stimulé notre réflexivité. Nous avons pu utiliser ces réflexions pour adapter les dispositifs en amont, pendant et à leur suite.

Formulation d'une formation à l'animation d'espaces de paroles

L'organisation de cette formation a imposé une analyse de nos pratiques transformatives pour pouvoir les transmettre.

Cette formation est destinée à des facilitateur.rice.s émergent.e.s d'espaces de paroles, qui ont soit besoin d'espaces d'intervision, soit besoin d'acquérir les bases pour proposer un espace de paroles.

Elle a été organisée deux fois au cours du projet RACCOr (automne 23 et printemps 24)

La formation n'est pas une adaptation à proprement parler d'un TQR, même si les espaces de paroles que nous proposons s'appuient sur la spirale. Mais formuler la formation a participé à notre analyse, car cela a impliqué :

- de nombreux échanges réflexifs entre formateur.rice.s
- l'élaboration de plus de 20 fiches pédagogiques de 3 à 4 pages
- la formalisation de contenus et la mise au point d'une pédagogie participative permettant à nos participants de s'adapter à leur public, intégrer des balises et les bases d'une posture adéquate, trouver leur "couleur" de facilitateur.rice, s'empuissancer et vivre des espaces d'expérimentation.

Ce n'est donc pas un matériau premier, mais cela soutient notre analyse

Données récoltées : Observations directes pendant les cercles de paroles facilités avant la formation, échanges entre facilitateur.ice.s, notes personnelles, cercles de sortie, échanges avec les participant.e.s - individuel et collectif, évaluation post-cercle et post-formation

4. RESULTATS - ELEMENTS CLES

Face à notre question de recherche "Comment adapter la proposition du Travail Qui Relie de sorte à toucher un public plus large, à priori peu enclin à expérimenter ce type de dispositif", nous proposons de prendre du recul et nous poser avant tout la question de ce qui est central dans nos dispositifs et pour nous et est de ce fait non négociable. Autrement dit, ce qui ne peut être adapté, sous peine de ne plus être fidèle à son/notre essence.

4.1. UNE BOUSSOLE : AUTHENTICITÉ ET ADAPTATION

Dans toutes les étapes de déploiement d'une proposition, surtout si elles sortent des propositions habituelles, il nous parait bon d'être soutenue par deux balises[1] :

- **Authenticité** :
  Il s'agit d'être au clair avec les intentions du Travail Qui Relie et d'y rester fidèles.
  Ainsi que d'être à l'écoute de ce qui est juste pour nous, pour le processus et la dynamique en tant que tels et de ce qui serait dissonant.
  Et ainsi rester connectés à des balises et agir en référence à elles.
- **Adaptation** : il s'agit également d'écouter l'environnement extérieur et s'y ajuster, faire le chemin qu'il nous semble acceptable pour jeter des ponts et faciliter le lien entre nous et notre proposition et notre public, nos co-facilitateur.rice.s, l'équipe organisatrice, le contexte, ce qui survient …

4.2. AUTHENTICITÉ V/V DU TRAVAIL QUI RELIE

Dans le balancier adaptation – authenticité, avant de voir "comment adapter", nous pourrions insister sur l'importance de rester dans l'authenticité. En d'autres mots, il s'agit de " veiller à ce que les dispositifs développés, quels que soient leur public et les adaptations réalisées, restent dans le cœur du Travail Qui Relie".

Intentions

Il nous parait fondamental que le Travail Qui Relie ne soit pas détourné de son objectif. Nous avons veillé à rester relié.e.s aux intentions "socio-politiques" du Travail Qui Relie et du processus transformatif qu'il permet, au service d'un changement de cap radical vers une société qui soutient la Vie et le Vivant.

Le texte "l'Arbre Source"[2] édité début 2024 par l'asbl Terr'Eveille a pour intention de clarifier son positionnement sur la manière dont ce collectif souhaite proposer et promouvoir le TQR. Ce texte évoque notamment l'intention suivante "pouvoir être lucide sur la nécessité de transformations profondes aux niveaux collectifs et structurels" et assied son souhait de développer et intégrer une compréhension socio-politique du monde, détaillée dans le document.

Complémentairement, nous nous sommes régulièrement référés aux écrits de Joanna Macy, qui nomme l'intention du TQR comme suit :
"*Le but essentiel du Travail Qui Relie est d'amener les gens à découvrir et faire l'expérience de leurs connexions naturelles avec les êtres qui les entourent ainsi qu'avec la puissance systémique et auto régénératrice de la grande toile de la vie. Cela, afin qu'ils puissent trouver l'énergie et la motivation de jouer leur rôle dans la création d'une civilisation durable*."[3]

[1] Issues de la psychopédagogie P.R.H. Personnalités et Relations Humaines
[2] Terr'Eveille, Texte de "L'Arbre Source", www.terreveille.be , Février 2024.
[3] Joanna Macy & Chris Johnstone, *L'espérance en mouvement*, Genève, Labor et Fides, 2018, p.17

Ou encore : *"Le Travail Qui Reconnecte aide les gens à découvrir et à expérimenter leurs liens innés les uns avec les autres ainsi que les pouvoirs d'auto-guérison de la toile de la vie, transformant le désespoir et l'accablement en une action inspirée et collaborative."*

Comme le paraphrase Michel Maxime Egger dans sa préface du livre "l'Espérance en mouvement", *"l'objectif est d'aider les personnes à éveiller et développer leurs ressources - intérieures et sociales – pour passer du déni à la conscience, de l'apathie au désir d'agir, de l'impuissance à l'empowerement, de la compétition à la coopération, du désespoir à la résilience, du moi égocentré et séparant au soi relié. Autant de conditions pour sortir de la dissociation entre le plan mental (tête) et le plan émotionnel (cœur), cesser de fonctionner comme "des cerveaux sur un bâton" et accéder par la même à la connaissance de soi et la vie authentique."*

Le Travail Qui Relie permet de :

- se reconnecter à son vécu (émotionnel et tripes) pour pouvoir le transformer

  "quand les gens sont capables de dire la vérité sur ce qu'ils savent, voient et ressentent par rapport à ce qui arrive à leur monde, une transformation se produit. On observe une détermination accrue à agir et un appétit de vivre renouvelé"[1]

- se relier à soi, aux autres, au vivant et à plus grand – grandir en conscience de notre interdépendance avec la toile de la Vie (sortir de l'isolement et du repli sur soi)
- pouvoir sortir de l'impuissance, du déni, … pour s'engager à sa mesure et à sa juste place dans le changement de cap

Collaborations avec un organisme demandeur :

Si le dispositif est organisé au nom d'un organisme tiers pour son public, comme pour les 3 dispositifs que nous avons analysés, il est très soutenant que les personnes qui représentent l'organisme connaissent le TQR et soient des "alliées", au service de son intention et plus largement d'une culture qui soutient la Vie et le Vivant.

Si cela n'est pas présent, nous prenons le temps de bien expliquer ce qu'est le Travail Qui Relie, son intention, la manière dont un atelier peut se dérouler, ce que ça implique pour les participants… et d'écouter le contexte et la réalité de l'organisation et des participant.e.s.

Il nous parait important de laisser mûrir la collaboration, parfois sur plusieurs années, avant de réellement proposer un dispositif. Ce qui a été le cas pour les 3 dispositifs analysés. Il s'agit aussi d'être ouvert à refuser une intervention si cela ne nous semble pas juste, par exemple si le TQR est détourné de son intention, si l'atelier est imposé aux participant.e.s sans qu'il n'y ait de demande ou de préparation des celleux-ci, si le mode de gouvernance ou la culture ne permet pas de prendre soin des personnes ou pourrait les fragiliser en s'appuyant sur l'atelier.

Dans le cadre de cette recherche-action, <u>pour le Dispositif III par exemple</u>, nous avons eu la "chance" de collaborer avec des personnes (au sein de l'équipe organisatrice) qui connaissent bien le TQR pour l'avoir elles-mêmes expérimenté et sont alignées avec ses intentions. L'intention des 4 haltes était d'emblée très alignée au TQR, l'adhésion est donc très facilitée, même pour un public est "semi-captif".

<u>Concernant le Dispositif II</u>, l'articulation du parcours Tremplin aux enjeux socio-économiques actuels et au nécessaire changement de cap n'est à ce jour pas réellement affirmée lors de la présentation du parcours aux jeunes et à leurs parents. L'adhésion des participant.e.s au TQR est donc très liée à la préparation qu'ils reçoivent pendant le parcours, en amont de cet atelier. Celle-ci semble facilitée par l'implication dans le changement de Cap et la connaissance du TQR de certains membres de l'équipe, qui relaient l'intention du TQR de manière à préparer les jeunes en amont, ainsi que par le positionnement tardif de cet atelier dans le parcours, ce qui

[1] Michel Maxime Egger, *Soigner l'esprit, guérir la terre*, Genève, Labor et Fides, 2015, p.70

permet aux jeunes d'avoir vécu d'autres ateliers et travaux liés à l'état du monde avant d'arriver en TQR. Le bon déroulement du dispositif et les fruits qu'ils peuvent en retirer en sont dépendants. (plus d'information dans le dispositif II et le paragraphe suivant "public captif").

Le TQR comme pratique centrale

Les dispositifs proposés gardent le TQR comme pratique centrale. Les autres pratiques proposées sont "au service" de la spirale et d'un engagement dans le changement de cap.

Collaborer avec des facilitateur.rice.s de TQR

C'est généralement assez fluide et facile de collaborer avec un.e/des facilitateur.rice.s qui ont le même champ de pratique. D'autant que, dans le cas du TQR, la plupart des facilitateur.rice.s ont été vécus plusieurs ateliers donnés par Terr'Eveille, qui a coloré la culture de ce champ de pratiques en Belgique francophone.

Par ailleurs, le TQR nous invite à travailler sur notre relation au pouvoir, notre relation à l'argent, nos complémentarités, la reconnaissance de l'altérité comme un enrichissement, … ce qui est aidant pour coopérer.

Collaborer avec des facilitateur.rice.s issus d'autres champs de pratiques

Il est régulier de tisser avec d'autres champs de pratiques pour proposer des ateliers qui permettent de s'adresser à un plus grand nombre et rejoindre un public dans ses intérêts et portes d'entrées privilégiées tout en amenant le Travail Qui Relie.

Dans notre recherche-action, nous avons tissé avec des apports naturalistes et les danses de la paix dans les dispositifs étudiés, mais aussi la projection du film "Une Fois Que Tu sais", le land art, les bains de forêt, l'écosophie, la randonnée/bivouac, la psychopédagogie PRH, … dans les autres dispositifs vécus durant cette période.

En cas de nouvelle collaboration avec des personnes qui ne sont pas facilitateur.rice.s de Travail Qui Relie, il nous parait opportun de nous assurer que nous nous comprenons bien sur :

> Les intentions profondes de notre action "pour le monde", l'intention que nous donnons à l'atelier en lui-même et l'esprit, la culture qui nous guidera tout au long du développement de la proposition et de l'atelier en lui-même. Par exemple plus spécifiquement sur le TQR comme pratique centrale, la rétribution, la manière d'accompagner les participants, l'équilibrage des pratiques, …

Pour coopérer harmonieusement, les balises suivantes ont été utiles :

- Nous (nous) connaissons et (nous) apprécions les pratiques les un.e.s des autres,
- Nous nous sentons mobilisé.e.s pour le changement de cap et les participant.e.s et mettons cela au centre (au-delà de nos intérêts individuels),
- Nous sommes imprégné.e.s de la pratique que nous amenons. Nous sommes à la fois solide.s/ancré.e.s et souple.s. Nous vivons ainsi une certaine liberté par rapport à la culture liée à notre/nos champ.s de pratiques . Nous privilégions le fond à la forme, l'esprit à la lettre, ce qui nous permet de tisser avec la pratique de l'autre et vivre une certaine créativité.
- Nous avons fait un chemin personnel qui nous permet d'être ajusté.e relationnellement et de traiter de manière constructive les tensions.
- Le TQR est "central" et structure les dispositifs (dans la forme et les intentions).

En composant avec d'autres pratiques, un défi a été de maintenir suffisamment de place au TQR pour déployer chaque étape pleinement.

4 étapes dont "honorer sa peine"

Chaque étape – y compris honorer sa peine – est déployée, à la mesure du temps disponible en fonction du format choisi. Dans les ateliers-découvertes, nous insistons auprès des participant.e.s sur la brièveté du format et les bénéfices de plonger plus longuement dans la spirale. Nous relayons des ateliers plus longs et les collectifs qui les proposent.

Rémunération et relation à l'argent

Si nous nous adressons à des particuliers, nous gardons le principe de la participation consciente.

Si nous nous adressons à des collectifs :

Nous veillons à proposer des budgets équitables et mesurés, qui s'adaptent au budget des collectifs/associations demandeuses. Nous sommes attentifs au fait que le dispositif sera à la suite accessible financièrement pour les participant.e.s. Le dispositif peut ainsi être gratuit, en participation consciente ou à tarif mesuré/différencié.

Nous privilégions le fait de poser un prix juste de manière à continuer à offrir le TQR le plus largement possible. Tout en questionnant nos motivations, qui ne doivent en aucun cas devenir vénales. Il nous parait important de cheminer en authenticité dans notre relation à l'argent, nos besoins matériels, la valeur que nous donnons à l'argent (en quoi nous lions par exemple ce que nous recevons à la valeur perçue, à la valeur que nous nous donnons, à la reconnaissance que nous recevons) et ce que nous recevons quand nous facilitons un dispositif de TQR.

Même si nous souhaitons que cette question ne soit pas centrale dans la décision d'offrir un atelier, il s'agit que nous sentions que ce que nous percevons est juste au regard du temps et des moyens investis dans l'atelier et sa préparation (ex. trajets, matériel). Dans une société qui soutient la Vie, est équitable, dans laquelle la coopération est fluide, il nous semble souhaitable que nos choix permettent à chacun.e – en ce compris les facilitateur.rice.s - de vivre dignement et de rester serein.e face à l'argent reçu et donné.

Dans une équipe de co-facilitation, les réalités sont parfois assez différentes. Nous veillons dans certain.e.s équipes à ajuster les sommes reçues en fonction des besoins et implications de chacun.e. Nous tentons aussi de pouvoir investir le temps nécessaire à un travail de qualité sans nous mettre en difficulté personnelle.

Plusieurs balises nous sont utiles :

- Recherche de justesse – pour les organisations demandeuses (et/ou les participants) et les facilitateur.rice.s et entre celleux-ci
- Négociation ouverte pour cheminer vers un prix juste pour l'équipe et pour l'organisation demandeuse
- Envisager un équilibre sur plusieurs dispositifs et sur le temps

<u>Exemple : Dispositif III</u> - Dans ce cas, l'organisme demandeur a pu bénéficier d'un soutien financier public, ce qui nous permettait d'appliquer des tarifs assez "courants" dans le monde de la facilitation, mais relativement élevés dans le monde du TQR. Ce prix n'a par ailleurs jamais été un frein à l'organisation de ce dispositif et a été fixé en concertation avec l'organisme. Il a aussi tenu compte des reformulations nécessaires liées au changement de lieu, des quelques réunions nécessaires pour préparer le dispositif (dont l'ampleur ne dépend que peu de la longueur du dispositif) et de la taille du groupe assez exceptionnelle (40 à 50 personnes).
Par ailleurs, il est bon de noter que nous proposons depuis quelques années des dispositifs gratuits au sein du festival Maintenant. Ce qui témoigne d'une forme d'équilibrage possible et souhaitable sur les années.

Exemple : Dispositif II - En fonction de la taille du groupe, l'organisme demandeur ne peut à ce stade rémunérer qu'une ou deux facilitatrice.s, alors que la facilitation demande la présence de 2 ou 3 facilitateur.rice.s. Dans ce cas, nous savons que la tenue de ce dispositif a été conditionnée par la participation bénévole d'une des deux (ou trois) facilitatrices. Nous veillons à ne pas considérer sa participation comme acquise et à ne pas faire peser sur elle la responsabilité de la tenue de ce dispositif. Elle reste libre et cet arrangement tient tant qu'elle "gagne" à continuer à co-faciliter cet atelier.

4.3. SUR LA QUESTION DE L'ADAPTATION

Il s'agit aussi d'être à l'écoute de l'altérité, de sa réalité, ses besoins, souhaits, limites. Il peut s'agir d'un autre que nous (co-facilitateur.rice, participant.e, organisateur.rice, …), d'un autre champ de pratique, du climat, de la réalité, du contexte, du vivant autour de nous, de ce qui se joue autour du dispositif, …

Nous cherchons donc la juste adaptation à ce qui survient. Cela peut être lié à la météo, du bruit, un malaise ou une tension dans le groupe p/r aux pratiques, entre participant.e.s, la sensibilité des participants, une blessure…

En ce qui concerne le public, il nous semble important de chercher le bon curseur dans la manière de jeter des ponts entre une culture supposée, que nous essayons d'approcher en glanant diverses informations et notre propre culture, en veillant bien à rester authentiques.

Voici quelques éléments :

Contexte / climat

Pour concevoir un dispositif et l'adapter si nécessaire en cours, nous explorons le contexte dans lequel le dispositif s'inscrit.

Nous porterons notamment une attention spécifique au climat relationnel entre les personnes impliquées, la présence et la nature de rapports d'autorité, d'éventuelles tensions, … Nous cherchons ici à sentir quels sont les jeux relationnels, la liberté des participant.e.s, de quelle manière les partages pourraient être utilisés à la suite du dispositif.

Nous essayerons notamment de débusquer les logiques de domination éventuellement présentes ou qui pourraient survenir (entre participants, entre l'organisation et les participant.e.s, entre co-facilitatrices et participants, …).

Exemple : Dispositif II – édition I : un jeune mal à l'aise avec ses émotions a eu tendance à rire, certains étaient "emmenés" par lui dans cette dynamique. Nous avons veillé à reposer le cadre de sécurité, à redonner l'intention de la pratique en cours, à insister sur l'intérêt pour chacun.e de jouer le jeu, à dialoguer avec le participant et finalement, lui proposer de sortir pour que les autres puissent vivre pleinement la pratique, ce qui a été soulageant pour toutes les parties. Ce jeune avait en effet du charisme et de l'influence sur d'autres, qui étaient facilement emmenés dans ses blagues, diversions ou attitudes. Dans la même édition, le groupe avait également des effets très positifs. Le climat très amical entre les jeunes leur permettait de vivre de la solidarité, du soutien en cas de difficulté personnelle. Nous sentions leur membrane solide. Nous avons donc tenu compte de cela et n'avons pas été intrusives, en leur laissant des temps d'auto-régulation entre jeunes, sans regard ou intervention de la part de l'équipe.

Mesurer le niveau de profondeur à proposer

Nous veillons à nous adapter au niveau acceptable d'exploration des émotions, des pratiques corporelles, de partages entre participant.e.s. Dans cette intention :

- Si le dispositif est prévu par un tiers, nous interrogeons l'équipe organisatrice sur la culture du groupe et ce qu'il pressent de son ouverture à ce type de pratiques, en sachant que sa perception est subjective. Pour pallier à cela, il est intéressant -quand c'est possible - de croiser plusieurs regards de personnes qui ont des positions différentes.
  Exemple – Dispositif II : nous croisons le regard de l'équipe avec d'autres formateurs qui interviennent dans le parcours
- Si les participants s'inscrivent librement, nous envoyons un formulaire d'inscription dans lequel certaines questions ont pour objectif de nous assurer du niveau de compréhension/adhésion des participant.e.s. Cela leur permet de sentir s'ils sont à la bonne place, cela nous permet de sentir s'il est utile de contacter une personne pour s'assurer de son adhésion et cela nous permet enfin d'éventuellement adapter le contenu et l'approche de l'atelier. Ce type de question peut porter sur le niveau de conscience (sur l'état du monde, affective, lien au vivant,…), la motivation, l'ouverture à explorer ses émotions liés à l'état du monde, …
  Exemple : dispositif I : questionnaire envoyé à l'inscription

Nous adapterons ainsi le dispositif pour tenir compte du niveau d'adhésion, de sensibilité et installer du confort et de la sécurité.

- **Choix du type de pratiques :**
  En fonction des données que nous collectons, nous pouvons par exemple proposer des ancrages (méditations/visualisation), des pratiques corporelles, des chants et danses, des partages intenses en grand groupe ou privilégier des temps en binômes moins engageants.

  Exemple : Dispositif III, nous étions conscients que les participant.e.s évoluent dans un même milieu géographique et socio-culturel, nous avons donc veillé à ce que les partages plus intimes puissent se vivre en sous-groupe, de manière à préserver la pudeur des participant.e.s, car celleux-ci peuvent ainsi choisir avec qui partager. Par contre, les pratiques de danse et chants en cercle ont été partagées en grand groupe. Le facilitateur à l'œuvre a l'habitude de proposer ce type de pratiques et a pu emmener l'ensemble du groupe à jouer le jeu, ce qui a eu plusieurs bénéfices : détente corporelle, connexion à la joie, connexion aux autres.
- **Cadre de sécurité :**
  Nous portons une attention particulière à installer un cadre de sécurité clair, certainement dans des groupes qui continueront à se côtoyer au-delà du dispositif.
  Nous nommons notamment 3 grands principes :
  - Souveraineté : Aller jusqu'où c'est juste pour soi, se respecter, notamment dans des relations où certains jeux de pouvoir ou d'influence pourraient être présents.
  - Confidentialité : importance de ne pas rapporter les propos tenus par d'autres dans d'autres sphères (par ex. professionnelles) ou dans d'autres contextes (par ex. lors de moments informels)
    Ce point est particulièrement important dans ce cadre et peut être répété en fin d'atelier.
  - Bienveillance : vis-à-vis de soi et des autres

Exemple - Dispositif I : Le public visé était possiblement plus cérébral et intéressé par des apports naturalistes. Mais le niveau de conscience et de capacité à entrer dans leurs émotions des inscrits ont ouvert la porte à un atelier plus approfondi sur le plan émotionnel et introspectif.

Exemple - Dispositif II : Nous avions prévu un atelier qui permettait de doser la profondeur et éventuellement rester plus en surface car ils exprimaient peu/pas leur

préoccupation pour le monde. Mais les jeunes – captifs – nous ont surpris par leur capacité à rentrer dans l'émerveillement, une dimension spirituelle, dans leurs émotions douloureuses… Les pratiques ouvertes et notre posture se sont donc adaptées. Dès les premières pratiques, nous avons pu observer leur réceptivité et aller plus loin dans les propositions que nous ne l'avions imaginé d'emblée.

Suites – accompagnement des participant.e.s

Nous veillons quand c'est possible et certainement pour les ateliers de minimum un jour à soutenir les suites et le retour au quotidien des participants. Dans le cas d'un atelier commandité par un organisme tiers, il arrive que nous n'ayons pas les coordonnées des participants. Nous nous adaptons à la situation et avons exploré plusieurs pistes:

- Donner la possibilité aux participants de transmettre leurs coordonnées en prenant soin de demander leur accord de recevoir des informations en lien avec l'atelier (cf. RGPD).
- Encourager les participant.e.s à prendre contact avec nous en cas de besoin
- Transmettre un mail à l'équipe organisatrice, qui sera retransmis aux participants. Dans ce cas, il est plus difficile d'assurer un suivi des participants qui seraient fragiles à la suite de l'atelier ou de continuer à nourrir les participants par les textes, pratiques ou autres propositions (ateliers ou autres) qui leur permettraient d'approfondir l'expérience vécue.
- Encourager l'équipe organisatrice à mettre en place un prolongement, par exemple dans les missions du collectif ou pour continuer à accueillir le vécu des participants, …

<u>Exemple – Dispositif II :</u> Les jeunes ont pu continuer à être accueillis dans leur vécu par l'équipe de IFF Europe. En fonction de l'état d'avancement du parcours, iels pourront également faire évoluer leur projet personnel en tenant compte à ce qui est survenu pour elleux pendant le TQR . La 2ème édition répondait à ces intentions, car les accompagnants ont vécu le TQR avec les jeunes et bien compris la nature du cheminement proposé. Par contre, le positionnement du TQR à la fin du parcours IFF ne permettait pas réellement de nourrir leur projet personnel.

Un cas particulier : Public captif

Dans le cas du dispositif II, le public est captif. Il nous parait acceptable que ça soit le cas, à certaines conditions :

- Soin dans la préparation
  - Leurs accompagnants ont pris un temps en amont du TQR pour leur expliquer de quoi il s'agit. Un mail explicatif leur a également été transmis.
  - Partage de contenus (textes, films, documentaires, …) liées à l'état du monde et cerce de paroles permettant aux jeunes de commencer à se laisser toucher et laisser émerger leur vécu quelques jours avant le TQR
  - Les participants ont par ailleurs vécu des dispositifs préalables qui les ont "préparé" au TQR, la 3ème partie du parcours liée à l'ouverture au monde peut être déjà bien enclenchée : dans l'édition 2, les jeunes ont déjà vécu leur bénévolat et une journée sur la spirale dynamique et les portes de la transition.
  - Par ailleurs, ils ont déjà vécu certains dispositifs leur permettant de grandir en intelligence émotionnelle et en capacité à formuler leurs ressentis
- Soin dans le dispositif leur permettant une régulation du niveau d'implication des participant.e.s et l'émergence des contenus.

- Il serait bon de manière complémentaire que la dimension liée à l'état du monde soit annoncée d'emblée, et congruente avec l'intention du TQR. Que les participant.e.s sachent en s'engageant dans le parcours qu'ils tisseront leurs projets personnels avec la réalité du monde d'aujourd'hui et le changement de cap.

Publics plus éloignés

Les publics moins proches peuvent avoir plus de mal à rentrer dans les pratiques.

Le **cadre de sécurité** nous semble une des réponses particulièrement importante. Il s'agit d'insister sur la souveraineté, la bienveillance et la confidentialité de mise.

Les participant.e.s peuvent en effet toujours choisir de ne pas vivre une pratique, de la vivre à sa manière, de partager ou pas, de choisir ce qu'iel partage et à qui.

Nous mettons en évidence que le processus demande un engagement et une implication dans les pratiques proposées et les encourageons à placer le curseur entre

- ✓ lâcher-prise et confiance dans ce processus et les personnes qui le facilitent.
- ✓ garder leur libre arbitre, esprit critique, sentir ce qui est juste pour eux

Sortir de sa zone de confort permet des expériences, des perspectives et des apprentissages nouveaux (c'est même une des étapes de la spirale: le changement de regard). Mais si l'inconfort devient trop fort, cela crée des blocages à l'inverse. Nous les encourageons à sentir et tester pour se donner l'occasion de vivre un apprentissage transformatif.

<u>Exemple : Dispositif I :</u> Deux des participant.e.s étaient plus introverti.e.s et partageaient peu en grand groupe. Même si iels nomment un regret de ne pas être plus à l'aise dans le groupe, respecter leur besoin a contribué au fait de se sentir faire partie du groupe et s'impliquer dans les pratiques proposées d'une manière juste pour elleux.

Nous veillons également à **nous adapter aux codes** vestimentaires, au langage des participant.e.s pour éviter le plus possible de générer de la réactivité. Nous savons que nous portons malgré nous une culture qui peut être éloignée des participant.e.s. Nous pouvons être amenés à le nommer et encourageons les personnes à prendre "ce qui leur est utile" et à transformer ce qui ne leur convient pas.

<u>Exemple : Dispositif II :</u> Nous veillons à nous habiller simplement, à adapter notre langage pour tenter de sortir du vocable propre au TQR et rester accessibles.

Solidité/sécurité

En soi, dans l'équipe, avec l'équipe organisatrice.

Contrairement à un type d'apprentissage plus formel, les apprentissages transformatifs travaillent avec une matière hautement "changeante", que ce soient les humains et ce qui est réveillé par les pratiques, la météo qui conditionne les sorties en nature, la dynamique du groupe, l'actualité du collectif ou mondiale, …. L'équipe de co-facilitation doit accueillir et jouer avec ce qui survient tout en revenant à son fil.

Amener le TQR dans un milieu autre demande une certaine assise et expérience.

Plus l'équipe sera solide, ouverte et confiante, plus l'attention pourra se porter sur le dispositif lui-même et les participant.e.s et plus le dispositif pourra s'adapter avec souplesse et écoute.

Avec un public plus éloigné, qui découvre le TQR, les réactions sont potentiellement plus inattendues et peuvent bousculer ce qui était prévu. Il s'agit d'avoir une capacité

à sentir, se comprendre et s'entendre facilement sur les adaptations à prévoir, en restant centré.e.s sur l'expérience du groupe et le fil à dérouler : accueillir ce qui survient, sentir ce que ça met en jeu, composer avec, coopérer, assumer, rebondir/imaginer/faire avec …

Plus que pour un atelier traditionnel, il nous semble important de bien soigner l'équipe de co-facilitation. Si les facilitateur.rice.s se connaissent peu, le temps de préparation d'un atelier sera aussi le temps de formation/consolidation de la membrane de co-facilitation et mieux se connaître.

Ex. Dispositif I : Avant le dispositif et vu la nature de celui-ci, nous avons joué à "Et Si…" en envisageant tout ce qui pourrait mal tourner (ex. Et si un participant se casse une jambe, et si le train arrive en retard, et s'il pleut tous les jours, …) pour envisager des solutions ensemble, enrichir la gamme de solutions, grandir en confiance mutuelle, … ce qui nous a été bien utile vu qu'il y a eu une blessure et d'autres surprises inhérentes à l'atelier en itinérance.

5. DISCUSSIONS ET CONCLUSION

Dans l'introduction commune de ce rapport portant sur la recherche-action RACCOr, nous avons montré que sortir des crises écologiques et sociales actuelles implique de nous que nous passions par des apprentissages transformatifs. En effet, il ne s'agit pas seulement de changer nos techniques de production, ni même nos comportements, il s'agit de transformer notre rapport au monde, ce qui ne peut survenir qu'en

- Tombant amoureux.se de la Terre comme le dit Thich Nhat Hanh
- En osant nous confronter à ce qui est et ce qui ne nous convient pas avec lucidité et authenticité,
- En reconnaissant l'impasse dans laquelle nous sommes collectivement ,
- En s'autorisant les émotions qui surgissent en faisant ce constat de manière non mentale,
- En nourrissant un autre rapport au monde, d'autres manières d'être au monde qui soient éco-centrée, en revisitant notre rapport aux autres formes de vie, au temps long, au pouvoir, à nos communautés, … et en nourrissant confiance et joie dans cette interdépendance,
- Et en identifiant notre élan vital plein et juste, en y donnant corps, en se sentant légitime et capable de le suivre. En d'autres mots, en retrouvant la responsabilité (respons-able) de notre vie sur terre.

Bref, en acceptant de cheminer intérieurement, en vivant une transformation intérieure.

Le TQR permet de vivre ce chemin. Ses pratiques permettent un apprentissage transformatif et font appel au sensible, au corps, aux émotions, aux tripes et au mental de manière à soutenir ce chemin.

Tout au long de la période de la recherche-action, afin de permettre à un public plus large de vivre cette méthodologie éprouvée et impactante, nous avons expérimenté une douzaine de dispositifs en sortant des publics traditionnels.

Nous en avons sélectionné 3 pour faire l'objet d'une analyse plus détaillée, en raison de la richesse des données et de la complémentarité de ces 3 dispositifs (formats et publics).

Ces 3 dispositifs ont adapté le TQR tout en en gardant l'essence.
Nous avons ajusté le curseur entre adaptation et authenticité lors de chaque choix posé, que ça soit en amont, pendant ou après l'atelier, que ça soit dans le dispositif en lui-même, les relations avec les diverses parties prenantes, le cadre installé, …

Les retours des participant.e.s peuvent témoigner des impacts des dispositifs et de leur contribution au changement de cap désirable.
Notamment sur les plans suivants :

- la relation à soi, aux autres, à la toile du vivant,
- mieux percevoir son/notre interdépendance avec toutes les formes de vie,
- élargir son rapport au temps,
- apprécier la beauté de la vie sur terre,
- nourrir de l'espérance et de la confiance,
- se mobiliser pour aller de l'avant,
- préciser sa place, ses intentions et ses pas concrets,
- …

Groupes rencontrés

Nous avons identifié 6 groupes de publics. Via le choix des dispositifs organisés, nous avons tenté de nous adresser aux 3 premiers groupes qui ne fréquentent pas les TQR "traditionnels", tout en veillant à parler à l'ensemble des participants susceptibles de faire partie des 6 groupes.

Nous constatons que nous vous rencontré dans les 3 dispositifs analysés ces 3 premiers groupes, mais également plus largement les 6 groupes identifiés. En voici la répartition :

Groupes correspondant à un public plus large		Rencontrés dans les dispositifs suivants :
1	Pas concerné par l'état du monde	Dispositif II – certains jeunes semblent être dans cette situation
2	Ne se dit pas concerné, mais est touché et sensible	Dispositif II Dispositif III : certaines personnes engagées dans la transition le font par envie de construire, sans être consciemment concerné/touché par l'état du monde
3	Consciemment touché et affecté mais ne s'inscrit pas à un TQR (faute de moyens, d'informations, en résistance...)	Dispositif I, II et III
Groupes correspondant au public traditionnellement rencontré en TQR		Rencontrés dans les dispositifs suivants :
4	Consciemment touché/affecté.e par l'état du monde mais ne sait pas comment prendre soin de son vécu	Dispositif I, II et III
5	Dans l'action, peu conscient et prend peu soin de son vécu	Dispositif I, II et III
6	Sait comment prendre soin de son vécu et ajuster sa manière d'être au monde	Dispositif I et III – peu nombreux

Public à impact

Dans le courant de cette recherche-action, une des pistes aurait pu être de nous adresser à un public plus large, qui lui-même était en capacité d'essaimer vers un public encore plus éloigné, selon le principe des ronds dans l'eau.

Nous avons ainsi tenté de nous adresser à des publics "à impact", nommé ainsi parce que ces publics ont un rôle de référent et ont eux-mêmes un impact sur d'autres en lien avec leur rôle: par exemple dans le social/soin, dans l'enseignement/éducation, dans l'environnement, dans le secteur artistique, politique et associatif.

Bien évidemment, il s'agit de reconnaître que certaines personnes participant à des ateliers (par exemple dans les dispositifs I et III) ont un de fait un rôle "à impact"[1], en auront un (cf. jeunes du dispositif II) ou ont un impact dans leur entourage proche, ce qui n'est pas anodin.

Nous n'avons pas pu développer de dispositif de TQR s'adressant spécifiquement à un tel groupe au sein de cette recherche-action. Ce qui est le cas par contre lorsque nous proposons la formation à l'animation d'espaces de paroles (qui n'a pas fait l'objet d'une analyse approfondie dans cette recherche-action).

Nous continuerons à chercher à nous adresser spécifiquement à ces acteurs, de manière à essaimer plus largement.

[1] Nous pensons par exemple à des enseignants dans le supérieur, animateur.rice.s de fresques climat (et autres fresques), animateur.rice.s en écologie sensible, thérapeutes, référent.e.s pour jeunes en questionnement, responsables/dirigeants dans des organismes publics, responsables de communication, …

ANNEXE 1 – DISPOSITIFS

La question de recherche nous a amenée à proposer des ateliers à certains publics, dans certains contextes. Les dispositifs (ici les ateliers) ont donc été adaptés en fonction du public et du contexte de l'atelier.

L'ensemble des dispositifs proposés et réalisés entre avril 2023 et juin 2024 et quelques éléments sur la manière dont ils ont été conçus et adaptés sont exposées dans le tableau ci-dessous.

Pour s'adresser à des **publics plus larges**, nous avons opté pour **deux types de propositions**. Il s'agit :

- Soit d'ateliers proposés à un **public qui fréquente certains lieux/événements/partenaires** (ex. festival, salon, actions… souvent liés à la nature ou à la transition socio-écologique) organisés et médiatisés par des tiers – l'accès à l'atelier est donc "validé/accrédité" par d'autres organismes référents et touche ainsi un public élargi. Son accès est ainsi facilité (par les lieux ou par l'identité du tiers - par ex. lors de la fréquentation d'un festival ou par le crédit octroyé au tiers/partenaire). Le public participe de manière volontaire.
  Dans ce cas : ReNature Brussels, Atelier itinérant, Festival Cap Transition
- Soit d'ateliers programmé au sein d'activités/parcours proposés à des **collectifs/équipes/groupes constitués**. Le participant est alors **"captif" ou "semi-captif"** (il peut par exemple avoir eu le choix entre deux activités ou avoir eu le choix de venir à l'atelier tout en continuant à faire partie du groupe)
  Dans ce cas : IFF, Halte Festival Maintenant

Nature du public, engagements et durées :

Ont été abordés différent.e.s :

- Groupes "cibles": Selon nos prédispositions et contacts, nous avons été amenés à toucher plusieurs groupes cibles:
  - Grand public "éloigné" : pas encore d'affinités ou intérêts plus éloignés v/v de l'état du monde et/ou l'écologie sensible – dans ce cas : *EcosystM, ReNature Brussels, atelier itinérant, cercle de paroles, balade écosophique*
  - Jeunes en chemin (en questionnement ou acteurs de transition) - *IFF, Festival Cap Transition*
  - Organisations, collectifs – *EcosystM, Asbl bureau d'étude*
- Natures d'engagement : public captif – semi-captif – participation volontaire
- Durées : Format long (4 jours) – moyen (1 à 2,5 jours) – court (1.5 à 4 heures)

Dispositifs analysés :

Trois des douzes dispositifs cités ci-après ont été analysés dans le cadre de cette recherche-action. Il s'agit du 1er groupe A du tableau ci-dessous. Ceux-ci sont développés dans les 3 annexes dédiées au dispositif I, au dispositif II et au dispositif III.

Un quatrième dispositif, un peu particulier de par sa nature, a également été un peu plus largement exposé dans la 5ème annexe

	Dénomination	Spécificité public	Nombre de participants	Durée - Date	Adaptation format	Autres apports que TQR	Données récoltées
GROUPE A - ATELIER S INVESTIGUES PLUS AVANT DANS LA RECHERCHE	Dispositif I : Atelier itinérant * Avec les Schumacher Sprouts	Objectif initial : public naturaliste et plus "tête" Portes d'entrées : marche-rando et intérêt naturaliste Participation volontaire	14 participants	4 Jours – septembre 2023	Itinérance visite lieux de transition	Apports naturaliste, DTW, hutte de sudation, éléments issus du Schumacher College Intervenant externe : G. Chapelle	Observations directes Echanges entre facilitateur.ice.s Cercle de sortie Evaluation à froid (google form) Echanges avec les participant.e.s - individuel et collectif (groupe whatsapp)
	Dispositif II : Atelier * Au sein du parcours Tremplin (IFF Europe)	Public captif : Jeunes 18-25 ans engagés dans un parcours de 3 mois pour mieux se connaître et cheminer dans leurs choix de vie	1er édition : 13 jeunes 2ème édition : 19 jeunes + 2 IFF	2,5 Jours Novembre '23 et Mai '24	Adaptation à un public "captif" et en difficulté personnelle Accompagnement progressif et ouvert de l'émergence de la préoccupation pour le monde		Investigations préalables Observations directes Echanges entre facilitateur.ice.s et avec l'équipe organisatrice Evaluation à chaud (post-it) Cercle de sortie Evaluation à froid (google form)
	Dispositif III : Atelier découverte Halte – collectif EcosystM (Festival Maintenant) *	Public semi-captif : a fait le choix de vivre 4 haltes, mais reçoit une annonce préalable de l'atelier et pourrait faire le choix de ne pas y participer. Majoritairement engagé dans transition extérieure	Env. 40 participants	4 h 8 juin 2024		Danses de la paix et chant	Observations directes Echanges entre facilitateur.ice.s et avec l'équipe organisatrice Cercle de sortie Evaluation à chaud (formulaire écrit)

GROUPE B - AUTRES ATELIERS ADRESSES A UN PUBLIC ELARGI	Atelier découverte Au sein du Festival Cap Transition (LLN)	Participation volontaire Jeunes participants du Festival Cap Transition (étudiants et autres) En réalité : *connaissances de la co-organisatrice, fortements engagés dans la transition*	10 participant.e.s	3h 5 mars 2024	TQR court Adaptation au format Festival (départ de la grand place LLN) Adaptation au public (pas de contact, pas de regards directs, ...)		
	Projection du film UFQTS et mini-atelier découverte Mise au vert asbl (bureau d'étude en énergie) *	Equipe de collègues semi-captif (cf. choix entre 2 ateliers) Majoritairement engagé dans transition extérieure	20 à 25 participant.e.s	3h		Film "Une fois que tu sais" (UFQTS) – projection et post-animation	
	Balade réflexive – changer de regard sur la nature en ville * Au sein de ReNature Brussels (organisé par Bruxelles Environnement)	Participation volontaire Initialement : Tout public - Plus éloigné / intérêt nature (intéressé par le programme de Re-Nature Brussels) Réalité : public intéressé par transition, plus tête, étranger à l'écologie sensible	8 participant.e.s	2h 29 octobre '23		Ecopsychologie en ville – porter un autre regard sur la ville	
	Balade écosophique Au sein de la Journée de la Terre organisée par les Schumacher Sprouts	Participation volontaire: habitué aux activités de l'asbl Schumacher Sprouts et/ou intéressé par la venue de P.Servigne (préalable à la conférence de Pablo Servigne)	3 groupes de 20 participant.e.s	3 x 20min 31 août '23		Lecture d'un texte écosophique Courbe du deuil Cefurka (niveaux de conscience)	

GROUPE C - AUTRES ATELIERS CROISES AVEC D'AUTRES OUTILS (public plus traditionnel)	Atelier TQR-PRH	Participation volontaire Organisé par Naviguer en Terre agitée et PRH		4.5 jours Mai '23 et mai '24		PRH	
	Atelier Déployer son arbre de vie	Participation volontaire Organisé par Naviguer en Terre agitée		1 Jour 27/8/23		Arbre de Vie	
	Atelier Accueillir l'essentiel	Participation volontaire Organisé par Naviguer en Terre agitée		1 Jour 30/09/23		Land Art	
	Atelier sur les pertes et les deuils	Participation volontaire Organisé par Naviguer en Terre agitée		1 Jour 1/11/23			
	Cercles de paroles	Participation volontaire Organisé par le collectif "cercles de paroles en lien avec l'état du monde"	11 participant.e.s – octobre '23 4 participant.e.s – juin '23	Plusieurs dates 2h30	Cercle de paroles, s'appuie sur la trame et l'intention du TQR (avec partie peine plus développée)		
AUTRE	Groupe Reliance	Formateurs-animateurs Participation volontaire sur invitation	8 participant.e.s	9 soirées mensuelles Sept '23 – juin '24	Co-animation Lecture d'un livre Chapitre par chapitre	Transition intérieure – Livre 'Reliance'	Pré-évaluation (google form) Observations directes Echanges entre participant.e.s Réunion de clôture/évaluation Groupe whatsapp

ANNEXE 2 – DISPOSITIF I – ATELIER ITINÉRANT

Collaboration avec	Schumacher Sprouts
Public initialement visé :	Public naturaliste et plus "tête"
Nombre de participants :	14 2 co-facilitatrices, 1 personne en charge des aspects logistiques (site web, inscriptions, accueil, cuisine, transport), 1 bénévole
Durée	4 jours
Dates	Septembre 2023
Adaptation format	Itinérance de gare à gare et campement dans des éco-lieux
Apports autres que le Travail Qui Relie	Apports naturalistes et DTW - Hutte de sudation – éléments issus du Schumacher College Autre spécificité : Intervenant externe : G. Chapelle sur les sujets éducation, pouvoir, interdépendance
Données	Observations directes, Echanges entre facilitatrices, Cercle de sortie, Evaluation à froid (formulaire en ligne), Echanges avec les participant.e.s - individuel et collectif (groupe WhatsApp)

Nous faisons état ci-dessous des données récoltées.

Les observations, résultats et conclusions sont dans le corps du rapport.

Intention initiale et adaptations prévues

- Cet atelier a été envisagé et développé par les Schumacher Sprouts et Virginie Lambert en co-construction. C'est le seul atelier de Travail Qui Relie dans le programme des Sprouts, qui propose des ateliers, conférences et expériences d'université du dehors centrées sur la transition et s'adresse ainsi à un public

intéressé par une réflexion sur les pratiques en milieu académique et notamment l'implémentation d'apprentissages transformatifs.

- Par rapport à un atelier de TQR plus traditionnel, nous avons donc adapté celui-ci pour toucher également ce public, qui pourrait avoir une porte d'entrée plus cérébrale. Nous souhaitions également rejoindre un éventuel public naturaliste fréquentés par une co-facilitatrice dans le cadre de sa formation comme guide nature.
- Les facilitatrices sont Aurèle Destrée (Schumacher Sprouts) et Virginie Lambert (Naviguer en Terre agitée). Marie de Wouters (Schumacher Sprouts) organise les aspects pratiques et l'intendance.

Lien vers l'annonce de l'atelier : https://naviguer.be/sentiersvivant/ et https://www.fr-thesprouts.co/courspasses

- **Public** : L'atelier est proposé principalement au public de l'asbl Schumacher Sprouts et du collectif Naviguer en Terre agitée.
- **Formule et approches privilégiées :**
  - Nous avons pris soin de rejoindre les participants via une porte d'entrée plus mentale et ainsi associer les dimensions "tête – cœur – mains/corps".
  - Nous avons proposé un atelier "itinérant" de gare à gare et avons veillé à y associer des apports naturalistes, la visite d'éco-lieux et l'intervention de Gauthier Chapelle connu pour ses ouvrages cosignés avec Pablo Servigne et Raphaël Stevens et ses interventions orales lors de séminaires divers.
- **Inscription** : Le public s'est inscrit de manière volontaire.
  Nous nous assurons à l'inscription que les participant.e.s peuvent porter un sac de randonnée pendant 15 km et est ouverte à explorer ses émotions liées à l'anthropocène.
  Les motivations et attentes des participants sont également demandées.

Adaptations et préparations en amont

Des préparations personnelles, des repérages sur place, des contacts avec les lieux ont nourri des temps de réunions qui nous ont permis de dialoguer et de développer de proche en proche l'itinéraire et le déroulé.

Nous avons adapté l'atelier au public et au format choisi, notamment via le tissage entre le Travail Qui Relie (étapes et intention) et

- Des apports plus **naturalistes**, par exemple :
  - 2ème jour : Marche du temps profond
  - 3ème jour : apports naturalistes et écosophiques sur la vallée, le parcours de la Lesse
- La **hutte de sudation** : pour composter la 2ème étape de la spirale "honorer sa peine pour le monde" et introduire la 3ème étape de la spirale "changer de regard" et notamment le lien aux 4 éléments, le lien aux ancêtres, à la Terre mère, à une dimension spirituelle, …
- **L'intervention** de Gauthier Chapelle : le soir du 3ème jour pour nourrir de manière plus consciente et explicite le changement de regard et l'interdépendance. Gauthier a également abordé les thèmes de l'éducation et du pouvoir.
- La culture du **Schumacher College**, que les Schumacher Sprouts ont à cœur de prolonger dans leurs propositions. Il s'agit notamment des "Morning meeting", des "Home groups", de lectures de textes écosophiques et de la marche du temps profond chère au Schumacher College qui a également été intégrée dans l'atelier.

Repérage – chemins, sites, dates

- Le choix de l'itinérance nous a amené à poser un choix sur une région de cœur et à trouver des dates et un chemin qui nous permette d'éviter les flux touristiques trop éloignés de l'intention de l'atelier.
- Nous avons repéré de manière fine les chemins, écouté les lieux, la forêt, la rivière… nous nous sommes imprégnées des éco-lieux dans lesquels nous serions hébergé.e.s pendant le dispositif pour ajuster au mieux les pratiques et ce que nous proposons.
- Pour soutenir la dynamique de l'atelier, nous avons fait le choix de suivre le cours de la Lesse (et pas l'inverse) et pour plus de calme, d'ajuster le planning afin d'entrer dans la vallée le dimanche après le lâcher des kayaks et y rester le dimanche soir et lundi.
- Amener un groupe dans un lieu où nous pouvions nous sustenter et dormir a demandé de nous concerter à plusieurs reprises avec nos hôtes pour
    - Convenir des aspects pratiques (date, lieu pour cuisiner, manger, planter les tentes, coût, …)
    - Leur expliquer l'intention de l'atelier et veiller à une articulation soignée de leurs interventions avec la logique de l'atelier, la maturité du groupe, le timing disponible, la fatigue des participants, …

De manière générale : nous avons eu besoin de nombreux temps d'ajustements liés à au fait de tisser des pratiques différentes et construire un atelier inédit en ayant des "cultures" d'animation différentes et assez marquées.

- Nous avons tenu compte de cela en passant du temps ensemble pour repérer et mieux nous connaître, en nous concertant régulièrement pour construire la proposition, en jouant à "Et si…" pour mieux nous connaître dans nos réflexes d'animation, notamment en cas de situation inconfortable (blessure, mauvais temps, défection, …).

Pendant l'atelier

Vu le contexte en itinérance et campement, les informations collectées ont servi à accompagner au mieux les individus, le groupe et adapter si nécessaire le processus et le timing.

L'observation, l'écoute et le dialogue ont été des moyens constamment déployés pendant l'atelier, avec :

- <u>Soi-même :</u> faits marquants :
  fatigue et problème de santé, besoin de temps de pause, très peu de temps de retrait et de silence possibles
  élans v/v du fil, des pratiques et des particpant.e.s
- <u>Les participants</u>
  diversité des profils : un couple, deux sœurs, des amies, des participants qui connaissent le TQR/les sprouts ou pas du tout
  profils plus introvertis, personnes impliquées dans les pratiques proposées
- <u>Entre co-facililatrices</u>
  Moyens : écoute mutuelle, temps d'intervision limités
  En effet, quand le groupe s'arrête les facilitatrices sont souvent mobilisées par des aspects concrets (installation du campement, rencontre des hôtes, soutien à la cuisine, …) et quand le groupe marche, celles-ci sont au devant et à l'arrière pour veiller au groupe (montrer le chemin et prendre soin d'événtuels retardataires / blessés). A l'issue de la journée, la fatigue et les derniers arrangements nous laissaient peu de temps d'échange, qui ont donc été assez limités et courts.

Constats : l'atelier, bien préparé et se déroulant dans des conditions optimales s'est passé de manière fluide et satisfaisante.

Cependant, des tensions ont pu naître principalement le 2ème jour, et ce en raison de plusieurs facteurs : manque de temps/journée trop ambitieuse ; blessure ; chaleur et fatigue des participant.e.s et co-facilitatrices.
Venant de pratiques différentes, les besoins et intentions sont parfois différents et difficilement conciliables. Cela s'est manifesté par une difficulté de concilier la Deep Time Walk et les pratiques permettant de plonger dans sa peine pour le monde et l'honorer de manière pleine.
L'intensité d'autres pratiques de Travail Qui Relie ont également été atténuées vu que celles-ci ont été proposées en marchant.
Par ailleurs, les "bénéfices" bien connus de la marche permettent de cheminer intérieurement, de composter, de prendre du recul, de trouver d'autres inspirations, de se reconnecter à son corps, d'être dans le moment présent et ses sens, de se laisser toucher par "plus grand" au contact de la nature.

- Nos hôtes : cf. hutte avec d'autres intervenants
- D'autres activités humaines :
  Une fois en chemin, il s'agit d'écouter le groupe, l'énergie du lieu, les éléments, … et d'autres facteurs extérieurs comme les autres groupes humains que nous croisons (ex. kayak, course de quads à Houyet, soirée témoignage plus longue qu'envisagé le 1er soir à Made in Chenou, …).
- La dynamique de groupe et ce qui survient
  blessure
  fatigue après la hutte de sudation (matin et soir du 3ème jour)
  difficulté exprimée de manquer de temps d'intégration et de convivialité
  temps de cuisine/douche parfois longs lié aux lieux simples et la présence d'une seule douche dans plusieurs lieux (pour 18 personnes)
  très bonne entente, entraide, simplicité et authenticité relationnelle
- Avec le vivant :
  émerveillement – sequoias
  météo exceptionnelle invite à des baignades dans la Lesse, à se reposer après une marche sous le soleil (ex. sieste 2ème jour), …
- L'invisible :
  La hutte de sudation a été vécue comme très nourrissante et a introduit la 3ème étape de la spirale de manière très ajustée et inspirée/inspirante.
  Cela nous a amené à alléger le programme prévu à la suite, en cours de journée et de laisser cheminer ce qui a été vécu dans la hutte et laisser également libre court à la légèreté de certains moments (baignade à Houyet)
- Echange avec les participants :
  - échanges pendant les temps de marche "libre"
  - assister à des échanges entre participants pendant les temps informels

Temps plus formel de récolte de données : Cercles de paroles, Home groups, célébration de sortie, Check out

Après l'atelier

- Divers dispositifs ont été mis en place :
- Mail de suivi
- Groupe whatsapp pour prolonger les partages et la communauté
- Questionnaire d'évaluation (voir ci-dessous)

Questionnaire d'évaluation

Le questionnaire d'évaluation qualitatif et semi-quantitatif a été réalisé avec l'aide de la personne référence pour la recherche au Réseau Idée. Il a été envoyé aux participant.e.s 12 jours après l'atelier.

Ses intentions étaient de recueillir :

- L'auto-évaluation de leur expérience et l'impact de l'atelier sur elleux-mêmes
- Des avis sur la formule afin de la faire évoluer pour une prochaine édition (difficultés, appréciation, avis sur le programme, commentaires et suggestions d'amélioration)
- Des témoignages

Nombre de répondant.e.s et proportion femmes/hommes :

	Femmes	Hommes	Total
Participant.e.s	11	3	14
Répondant.e.s	8	3	11

Le voici :

Titre du questionnaire : **Sur les Sentiers du Vivant 2023 - Évaluation**

Introduction

🌍🌱🧑‍🤝‍🧑🏻🧑🏾‍🤝‍🧑🏾🧑🏾‍🤝‍🧑🏾🧑🏾‍🤝‍🧑🏾🧑‍🤝‍🧑🌿 Merci d'avoir marché avec nous sur les Sentiers du Vivant et de prendre quelques minutes pour répondre à ce questionnaire d'évaluation.

Nous espérons qu'il te soutiendra dans l'intégration de cet atelier et la continuation de ton cheminement.

Ton feedback nous aidera également à améliorer les pratiques proposées.

Nous sommes conscientes que répondre aux questions de cette manière ne reflètera pas la richesse et les nuances de ton expérience. Nous avons donc prévu des questions "ouvertes" en complément des questions "fermées".

Nous t'encourageons à prendre une grande inspiration et à retoucher aux sensations, émotions, impressions vécues lors de cet atelier avant de répondre ;-)

Merci de ton précieux retour !

Contact: […]

Tes apprentissages

Peux-tu résumer ton expérience en une ou deux phrase(s)?
11 réponses

Une très belle expérience pour se connecter à soi même, aux autres et à la nature. Je penses que le format itinérant en mouvement était parfaitement adapté.

Une expérience dans les émotions, une expérience humaine et une expérience avec le vivant.

Une reconnection à la nature, au monde, aux autres, à moi,... Un bain d'humanité et de bienveillance.au cœur de la nature.

Experimenter la spirale sous une nouvelle forme et la partager avec la membrane, encadrée par un cadre sécure et bienveillant.

Un voyage vers soi, vers les autres, vers la Vie. Un sentier qui passe par un arc-en-ciel d'émotions allant de la tristesse à la colère, pour aboutir à la paix et la joie. Parfait !

Ce weekend de TQR de 4 jours en itinérance en Ardenne fut pour moi un moment d'une intensité rare, où j'ai pu à la fois me connecter et m'écouter au plus profond de moi-même et me connecter et vibrer avec la grande toile du Vivant tout autour de moi, le tout porté par un groupe absolument merveilleux.

Passer 4 jours dans la Nature, en mouvement, entourée de belles personnes, autour de valeurs communes et de belles Ames pour nous guider et prendre soin de nous sur ce Chemin.

Heureuse d'avoir vécu ces 4 journées entourées de magnifiques accompagnants ✺ #ecologie #emotion #ancrage #resilience

Moment hors du quotidien, relié à soi, aux autres et ressentir le vivant en soi et autour de soi...ouvrir ses sens ouvrir son cœur

Une très belle expérience collective de reconnexion au vivant, de ralentissement et d'inspiration !

Mon expérience initiale dans le Travail Qui Relie a été très proche en réflexion et partages, riche en émotions également. L'itinérance m'a permis d'avoir une bonne connectivité avec le vivant et le milieu du vivant.

Qu'en retires-tu? Qu'est-ce que cet atelier t'a apporté? Qu'a-t-il nourri sur ton chemin?

11 réponses

J'en retire plus de sérénité et une envie d'aller plus sur le chemin de la reconnexion à la nature. L'existence même de cette pratique, la bienveillance des participants et animatrices, les lieux et personnes que l'on a rencontré, donnent plus de confiance et d'espoir pour l'avenir.

Une remise en conscience du règne vivant de la terre avec toute son histoire. Être positif avec soi même quand aux actions que l'on veux mettre en place pour respecter ce monde vivant.

Ouverture des yeux sur l'imminence de l'effondrement... Je ne pensais pas à ce point... ou je ne voulais pas le voir par protection pour ne pas m'écrouler... Du coup, ça a réveillé des angoisses pour l'avenir. Pas confortable du tout... Sur le moment même... bonheur /essentiels des choses simples, de l'authentique, du Vrai en relations et dans les moments de joie, partages de Vie,...

J'ai pu faire le point, notamment à travers les phrases ouvertes, sur là où j'en suis. J'ai trouvé la marche du temps profond très instructive. C'est un magnifique outil pour lequel j'aimerai me former. j'ai beaucoup apprécié le Temascal pour son aspect très physique, mais aussi l'aspect lié au coeur et à la connexion des coeurs, humains et non humains. J'ai apprecié le côté physique et lié aux éléments : marche, temascal, baignade, chaleur… j'ai apprecié la beauté tout autour de moi; la surprise des nouveaux lieux de bivouacs.

Une connexion plus forte à la Vie, à la longueur du temps, à l'indécence de nos modes de vie, à l'envie de m'engager pour changer les choses à ma mesure, en partenariat étroit avec le vivant (y compris les roches ;-)

J'en retire un apaisement et une grande sérénité. Une joie profonde également d'avoir pu vivre un tel moment empli de bienveillance, d'authenticité, de simplicité, et très puissant et transformateur en même temps.

Ce séjour m'a nourrie par - la présence de cette belle nature - l'aspect itinérant : dormir seule dans ma tête, me coucher et me réveiller dans la nature et être autant en mouvement pendant la journée - ce qui nous a relié avec les autres participants :

nombreux intérêts et valeurs communes partagés (et qu'est-ce que ça fait du bien !) - la bienveillance ressentie au sein de l'ensemble du groupe : vous qui nous avez accueillis, accompagnés, nourris, Gauthier et les autres participants - les histoires si bien racontées par Aurèle de l'historique géographique de ces régions que nous avons traversées (savoir d'où l'on vient)

De déposer mes émotions de colère, de tristesse et de découragement par rapport au monde

J ai eu conscience de ma force, j ai réappris à faire confiance à mon corps à ma capacité d être en lien et ressentir le bien être.

Cet atelier m'a apporté une belle "bulle" hors du temps et de l'espace. Il m'a permis de le connecter à plein de belles personnes, à moi-même, et à des projets det paysages très inspirants. Il m'a aussi invité à questionner et renouveler mes engagements associatifs / militants.

Cet atelier a nourri en moi une grande humilité face au vivant, face à a notre passage sur terre. Il a rappelé que notre passage sur terre est tellement éphémère mais tellement impactant. Il m'a donner l'envie plus furieuse encore, d'être dans le respect du vivant par des projets dans ce sens, aussi petits soient-ils.

Qu'est-ce qui a été plus difficile pour toi pendant ces 4 jours et/ou ne t'a pas nourri.e?

11 réponses

Étant introverti, je me suis probablement moins connecté au groupe dans les moments de convivialité. Je me sens généralement déconnecté de mes émotions car j’ai tendance à les bloquer, je n’ai probablement pas confronté ces émotions aussi profondément que j’aurais voulu.

M'exprimer, difficile de developer verbalement avec beaucoup de mots. L' expression orale était difficile pour moi mais j'ai découvert que la spontanéité laissait parler d' elle même.

Le rythme. Pas assez de temps de pause, d'intégration au calme, pour juste souffler et profiter de ce bonheur ensemble au cœur de la.nature et de nous. Tout trop chronométré : 50 min pour la.douche à 14... 50 min pour manger,... sous pression du timing tout le temps. Les endroits étaient parfaits mais peut-être raccourcir le temps de marche pour profiter plus, jouir, s'imprégner du bonheur simple d'être ensemble, se poser dans la nature, (comme le.1er matin dans la carrière, c'était parfait), respirer plus... laisser un espace temps, plus de temps pour juste Être. J'ai eu l'impression de tout le temps "courrir" comme dans la vie, Météo, boulot, dodo, ce qui a cassé le bon du "ressourcement" que je venais chercher.

La marche qui me demande beaucoup de concentration m’a empêchée de me sentir vraiment reliée surtout aux autres qu’humains. J’ai besoin de temps et d’être pausée pour ça. J’ai manqué de temps de reverie; de prendre le temps; de temps " yin", pour recevoir. M’ont manqué les biais si precieux pour moi du TQR que sont les jeux, danses, chants, anges et autres façons d’être ensemble et de partager autre qu’intellectuelle et verbale. Tout cela m’ à rendu cette experience peut ètre un petit peu moins profonde et nourrissante que les deux precedentes.

Rien à voir de manière directe avec l'organisation, mais mes sensibilités alimentaires excessives ont rendu les premiers jours très inconfortables.

Rien n'a été très difficile pour moi. J'ai tout aimé: le plongeon dans ce qui était difficile émotionnellement tout comme les nouvelles expériences (comme la hutte de sudation). J'ai adoré dresser notre campement tous les soirs et marcher. J'ai savouré chaque bouchée de ce qu'on nous offrait à manger, et chaque conversation et échange que nous avons eus.

La bruit lors de la 1e nuit qui ne m'a pas permis de dormir et qui a rendu la journée du lendemain compliquée à appréhender

Globalement rien. Si je dois dire qqch, c'est sans doute l'organisation du jour 3 (le type d'exercices) qui pourrait être un peu revu je pense

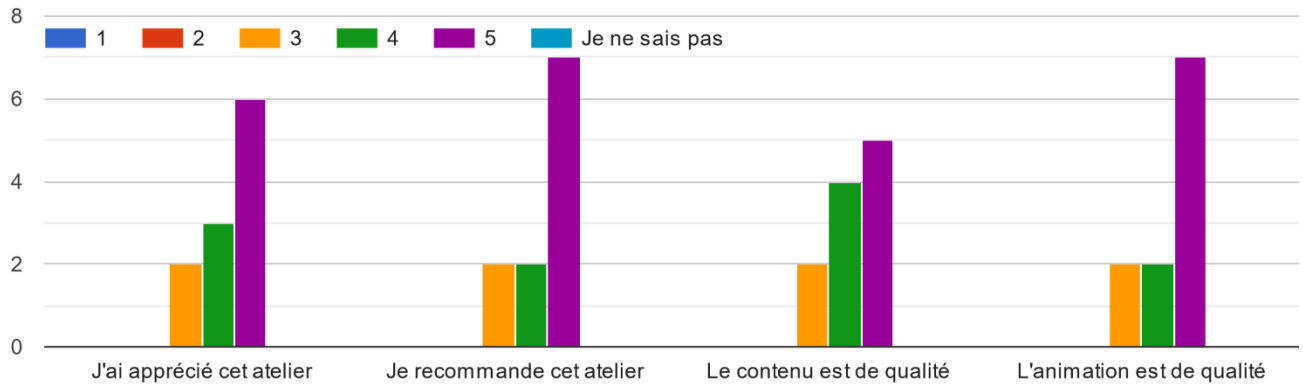
Un rythme soutenu parfois par nécessité.

Il a été plus difficile pour moi de connecter profondément avec l'approche TQR, à aller chercher de réelles émotions fortes et de peines à honorer. J'ai eu l'impression de personnellement rester un peu en surface sur l'aspect TQR

C'était un réel effort pour moi de m'exprimer oralement, de creuser certaines réflexions. J'avais parfois l'impression de tourner en rond dans ma tête.

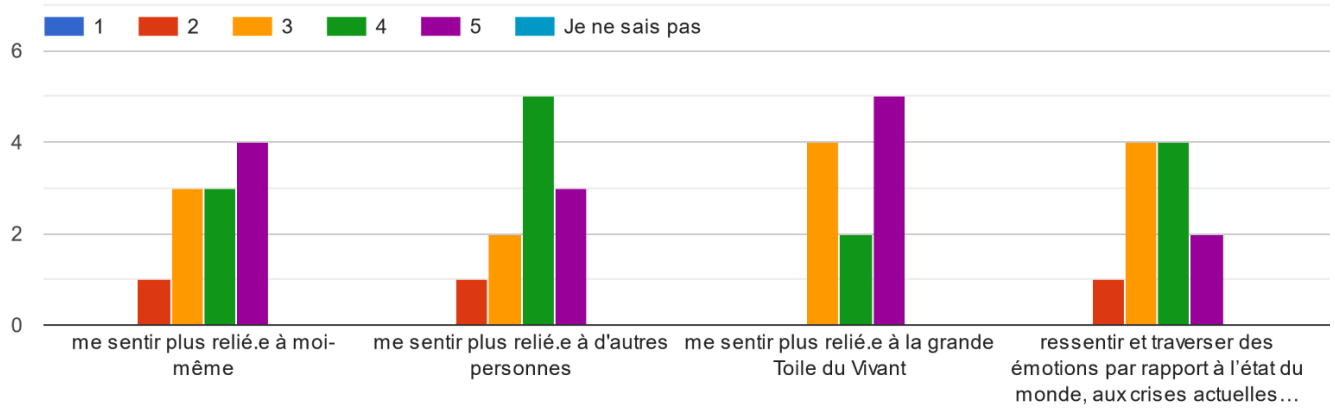
Ce que tu as pensé de cet atelier

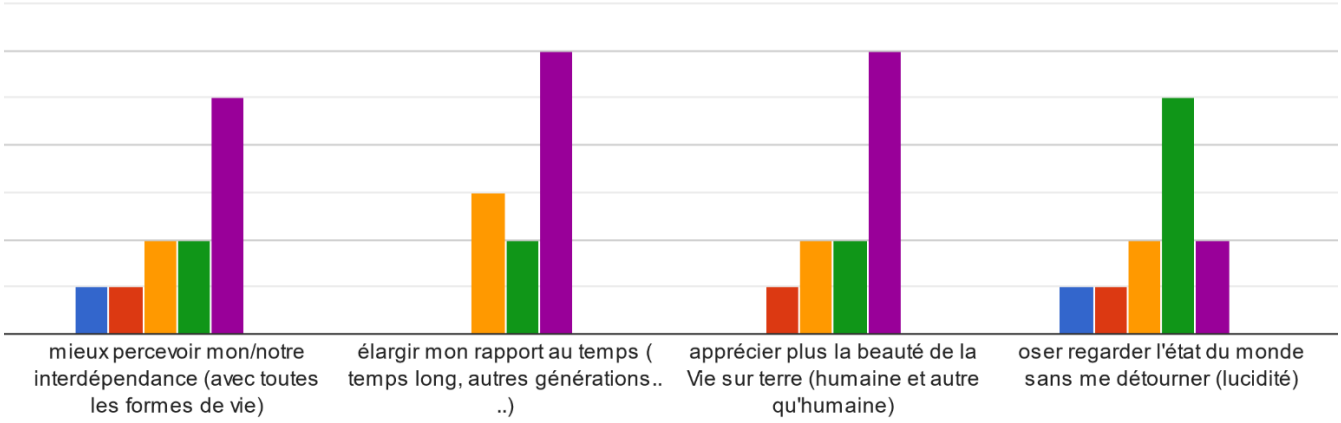
Attribue une note de 1 (= pas du tout d'accord) à 5 (= tout-à-fait d'accord) à chaque ligne

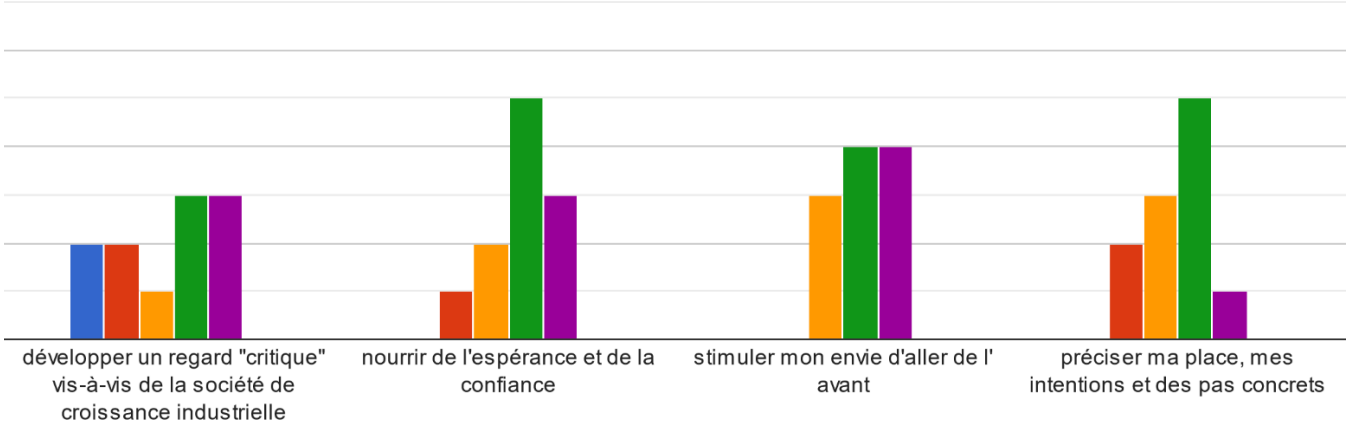


Cet atelier m'a permis de…

Attribue une note de 1 (= pas du tout) à 5 (= tout-à-fait) à chaque ligne



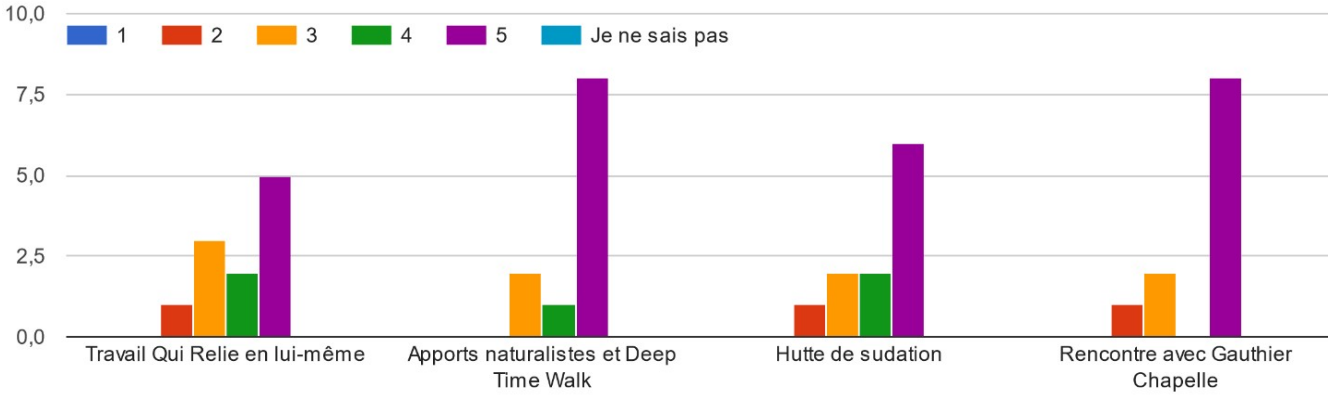


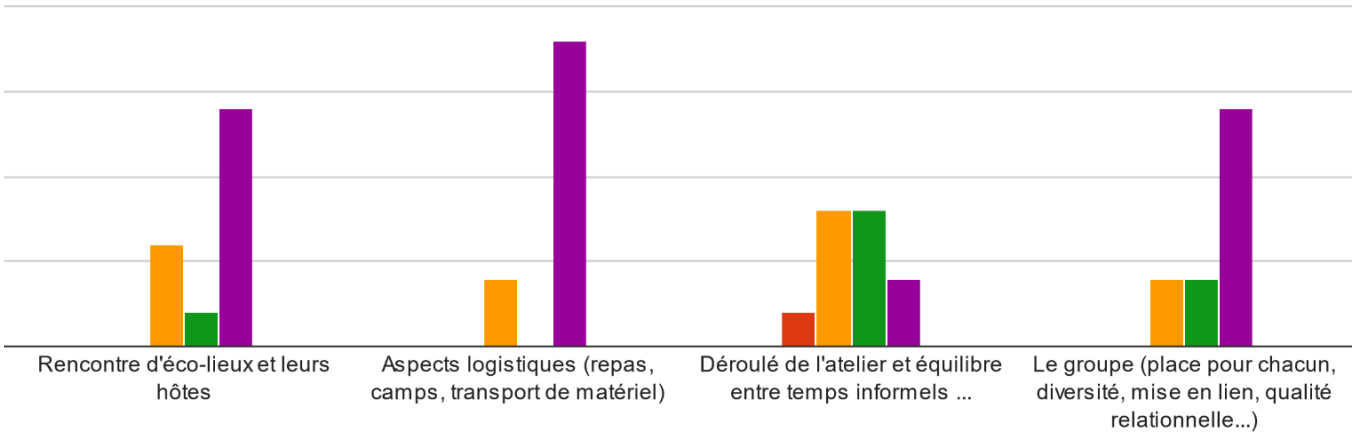


Retours sur le programme

Quelle est ton appréciation de ...

Attribue une note de 1 (= très peu apprécié) à 5 (= très apprécié) à chaque ligne





N'hésite pas à commenter tes réponses ci-dessus ou à proposer des améliorations/ suggestions :
7 réponses

La rencontre avec Gauthier Chapelle est vraiment un point fort car il a une très bonne capacité à relier toutes les notions avec un discours à la fois scientifique, historique et politique. La logistique était vraiment parfaite, un grand merci à Marie et Colin. La distance à parcourir chaque jour ajoute un peu de pression pour respecter les horaires. Des parcours un peu plus court pourraient permettre plus de tranquillité et de marges. La hutte était une belle découverte, je ne sais pas si le timing (matin) était le plus adapté, je dirais que ce serait peut-être plus agréable après une journée assez courte de marche, ou alors le matin d'une journée sans randonnée (quitte à rallonger le programme d'un jour).

J'ai adoré l'intervention de Gauthier mais j'étais tellement KO que j'avais du mal à écouter... ça aurait pu être plus long même tellement il est intéressant mais pas si tard dans la soirée et le séjour. Perso je ne tenais plus debout (lié à des problèmes de sommeil pré-existant).

Pour les questions TQR, pas évident de répondre en marchant et en plus "à chaud". J'ai l'habitude, en PRH, de d'abord préparer, écrire avant de partager.m dans le groupe. Cela permet d'aller plus loin, creuser plus en profondeur en nous. La marche permet peut-être de lâcher plus le mental, je ne sais pas. Mais du coup, je reste avec une impression d'avoir survoler le thème, plus "raconté" du "connu" pour moi que de creuser profondeur et découvrir du neuf.
Je dis tout les filles hein ☺ J'aime l'authenticité et ce n'est que pour être constructive ☺
J'ai adoré le séjour.

Plus de diversité parmis les participants apporterais peut être plus de points de vus differents donc de richesse(même di il y en avait dejà beaucoup;)). Pour moi qui ai parfois du mal à entrer en contact avec les autres humains, les tâches a effectuer en équipe sont très enrichissantes. Peut être cette formules bivouac/ marche demanderai plus de jours pour y integrer jeux, chants, rêveries, prendre son temps, tâches en equipes, se pauser…en plus du côté physique et lié aux éléments.

Le format itinérant (que j'ai adoré !) ne m'a pas permis de plonger dans la dimension TQR comme je l'ai déjà goutée. Je n'ai pas pu plonger de la même manière dans mon ressenti en étant en mouvement de la sorte, plutôt que d'être posée ou dans une marche légère dont l'intention n'est pas d'avancer ou la destination. La logistique de ces déplacements n'a pas non plus permis de temps long.
Pourquoi (sur un séjour plus long), ne pas combiner des journées où l'on se déplace comme ici et des journée où on reste posé à notre campement ? Pour profiter de ce que ces deux approches peuvent apporter de différent.
J'ai adoré cette formule en itinérance ! ! ! Ca m'a nourrie de plein de belles choses mais ça ne m'a permis de plonger dans ce que le TQR peut permettre. Je ne suis pas rentrée avec un gout de trop peu sur ce point. Juste avoir vécu une expérience différente.

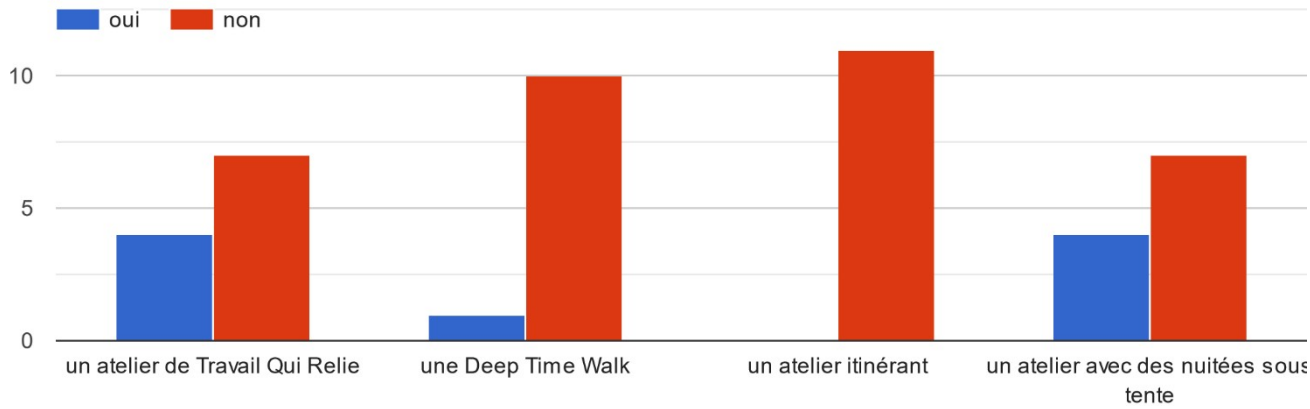
Concernant le jour 3, j'aurais aimé avoir l'un ou l'autre exercice différent pour apporter l'aspect "changement de regard", j'ai eu l'impression que c'était surtout l'aspect "payer différemment" mais je me dis que c'est sans doute plus large que cela.. J'ai trouvé également la deep time long, très chouette, mais peut-être que cela aurait pu prendre moins de temps (ex: rester sur 3heures et permettre d'autres exercices après le lunch)

Je n ai pas pu profiter de la rencontre avec Gauthier car la journée avait déjà été très dense(levée tôt, la hutte, la chaleur sur le chemin, le dénivelé, les partages en chemin,..) et le partage du soir était vraiment trop lourd pour moi à ce moment là ..je le regrette bcq..

Ce que je vais apporter est nourri d'une comparaison avec le précédent TQR que j'ai vécu, sur 4 jours aussi, mais dans un lieu fixe. J'ai personnellement manqué de profondeur dans certaines pratiques TQR, et de cadre qui "sacralise" des cercles ou des temps de partage profonds. Par exemple, le moment pour honorer ses peines (type mandala des vérités) a été pour moi trop léger, un peu "bâclé" (le mot est fort, désolé) car assez court, au milieu d'un chemin, etc. Je n'ai pas réussi à aller chercher cette peine et cette profondeur, ce cadre sécurisant et cette énergie presque "lourde" qui invite le groupe à plonger. J'ai néanmoins bien conscience de la complexité de gestion d'un groupe, d'une itinéraire, d'une personne blessée etc, donc je ne sais pas si j'aurais fait mieux :) J'ai aussi trouvé un peu légers les apports théoriques sur les différentes étapes du TQR, et me suis fait la remarque quand Gauthier parlait en disant "mais ça vous avez déjà dû le voir hier, ou ce matin" et qu'à quelques reprises je me suis dis "eh bien non, on n'en a pas vraiment parlé, ou très peu". Encore une fois, c'est probable nourri d'une comparaison avec un TQR fixe, avec du temps conséquent dédié à l'explication de toutes les étapes, et des temps ritualisés beaucoup plus longs.
Pour autant, j'ai adoré les chemins, le cadre en extérieur, les petites pépites de paysages magiques, les écolieux et lieux super inspirants, vos postures, les apports sur les espèces sauvages et la géologie, le groupe, etc.. c'est une expérience où globalement je me suis régalé ! :)

Avant de partir...

Avant cet atelier, avais-tu déjà vécu :



Souhaites-tu a J'accepte que mes réponses soient utilisées pour améliorer les pratiques proposées (et évaluer leur impact)

Consentement à la confidentialité des données
11 réponses

11 oui – 0 non

Souhaites-tu ajouter quelque chose?
7 réponses

MERCI pour TOUT L'ouverture de mes yeux mêmes si c'est terrifiant. Vos apports, engagement, soin envers nous, Votre joie, passion. Votre soutien quand je galèrais dans les montées. La merveilleuse humanité de ces moments tous ensemble, nos aurevoirs yeux dans les yeux. La découverte de cette belle "lasagne" 😄 Les supers lieux de bivouacs. La super intendance de Marie et Colin. C'était vraiment une très très belle expérience humaine au cœur de notre chère Terre Mère. Merci Biiiiisous à vous 4 Delphine

Merci ;-)

Merci à vous deux, à vous quatre, vraiment, pour le temps et l'énergie que vous nous avez consacrés. Ce fut un weekend vraiment exceptionnel à tous les niveaux! Merci pour votre si belle présence, quel cadeau vous nous avez fait. A très bientôt, V.

Merci à toute l'équipe d'avoir pris soin de nous et de nous avoir permis de vivre cette expérience de la sorte. Je suis rentrée de ce séjour nourrie de très belles choses qui m'ont permis à mon retour d'avancer dans mon quotidien allégée et plus confiante.

Mille merci encore à toutes les deux pour votre accompagnement qui fut très bienveillant ! Le duo fonctionne très très bien !! <Je recommande!

Merciiiiii de m avoir permis de vivre ces 4 jours qui m habitent encore dans mon quotidien..une expérience inoubliable..merci pour votre investissement de grande qualité.

Merci à vous pour cette magnifique expérience !! :)

ANNEXE 3 – DISPOSITIF II - ATELIER DESTINÉ À UN GROUPE DE JEUNES

Collaboration avec	IFF Europe – parcours Tremplin
Public	Jeunes 18-25 ans – public captif
Nombre de participants :	Edition automne '23: 13 jeunes + 2 membre de l'équipe IFF Edition printemps '24 : 19 jeunes + 2 membre de l'équipe IFF
Durée	2.5 jours
Dates	Novembre '23 et Mai '24
Adaptation format	Adaptation à un public "captif" et en cheminement personnel Accompagnement progressif et ouvert de l'émergence de la préoccupation pour le monde
Données	Investigations préalables - Observations directes - Echanges entre facilitateur.ice.s et avec l'équipe organisatrice - Evaluation à chaud (post-it) - Cercle de sortie - Evaluation à froid

Nous faisons surtout état ci-dessous des données récoltées.

Les observations, résultats et conclusions sont dans le corps du rapport.

Contexte et intention initiale

- **Contexte :**
  Cet atelier répond à une demande de l'organisme IFF Europe dans le cadre du parcours Tremplin[1].
  Ce parcours de 14 semaines s'adresse à des jeunes de 18 à 25 ans qui sont en questionnement, dans un moment de transition (pause choisie ou forcée), en réflexion par rapport à des choix de vie et/ou de formation. Le parcours leur permet de :

[1] Plus d'informations via le site internet de Tremplin : https://parcours-tremplin.be/tremplin/

1. cheminer dans leur connaissance d'eux-mêmes,
2. approfondir leur vie relationnelle,
3. explorer la réalité du monde d'aujourd'hui (enjeux et opportunités)
4. construire un projet.

Les ateliers, formations, temps réflexifs, associés à de l'accompagnement individuel, se suivent pour former un parcours dense et construit.
En lien avec l'étape 3, les jeunes vivent un voyage de volontariat, visitent des organisations/entreprises, rencontrent des témoins de réalités professionnelles diversifiées, font un stage, découvrent la spirale dynamique et les portes de la transition, … et vivent l'atelier de TQR.

- **Demande :**
  Après avoir expérimenté un atelier de TQR d'un jour en février 2022 dans le cadre d'un parcours précédent, IFF Europe revient vers nous pour nous demander de concevoir un atelier de 2.5 jours (une soirée + 2 journées) qui soit également un temps de groupe en résidentiel.
- **Public** : Jeunes entre 18 et 25 ans, inscrits dans le parcours Tremplin. Souvent fragiles et sous pression, ces jeunes sont en grand questionnement sur leur vie et évoquent relativement peu les enjeux liés à l'état du monde.
  - Edition A (Automne '23) : 13 participant.e.s (2 femmes et 11 hommes) + 2 organisatrices non participantes (2 femmes)
  - Edition B (Printemps '24) : 19 participant.e.s (9 femmes et 10 hommes) + 2 organisateur.rice.s participant.e.s (1 femme et 1 homme)
- **Formule et approches privilégiées :**
  Atelier de 2.5 jours
  Résidentiel – en autonomie (les jeunes aident à la préparation des repas)
  Tempo assez dynamique, approche ludique et concrète privilégiée
  Temps conviviaux permettant de vivre un temps de groupe, qui continuent à tisser les liens entre jeunes et avec l'équipe organisatrice.

Adaptations et préparations en amont

Données :

Des préparations personnelles, des réunions et autres échanges (mails, appels téléphoniques) entre facilitatrices et avec l'équipe organisatrice nous ont permis de dialoguer et de développer de proche en proche une proposition.

Nous l'avons adapté au public, à la réalité des jeunes et au format choisi, notamment via :

Tissages entre le Travail Qui Relie (étapes et intention) et
- l'intention et l'étape du parcours
- l'intention de l'équipe organisatrice (cf. plus haut)
- la réalité du groupe et spécificités

- **Positionnement de l'atelier au sein du parcours Tremplin**

  Edition A : l'atelier se positionne aux 2/3 du parcours, avant
  - le volontariat qui permettra à 3 sous-groupes de se souder,
  - de rentrer dans la thématique 3 liée aux enjeux du monde d'aujourd'hui

  Certains jeunes sont déjà au clair avec leurs choix de vie. D'autres sentent la pression monter de la part de leur entourage ou en eux. Les réalités sont donc diversifiées. L'atelier peut les soutenir dans les choix à poser.

- **Préparation :**
  Sachant que les jeunes ne sont pas encore rentrés dans la thématique 3 et qu'ils sont "captifs", nous avons envoyé **un texte et des vidéos** qui leur permettraient de se préparer intérieurement.
  Les organisatrices ont choisi de ne pas les diffuser car les jeunes ont visionné le film "Ruptures » [1] quelques semaines avant l'atelier. Ce film leur paraissait fort à propos, car il met en avant un phénomène récent :
  "Depuis 2018, des dizaines de milliers d'étudiants et jeunes diplômés remettent en question un système dans lequel ils ne se reconnaissent plus : un capitalisme effréné et des entreprises jugées trop polluantes. Face à l'urgence, ils ressentent le besoin vital d'agir, quelque soit le déclassement social et les difficultés financières que cela peut entraîner : certains choisissent l'entrepreneuriat, d'autres l'engagement associatif, d'autres encore la grande entreprise pour la transformer de l'intérieur. Il n'y a pas de règles, il faut réinventer sa place dans la société…"
  Mais les jeunes du parcours se sont dit peu touchés et intéressés par les enjeux soulevés dans le documentaire.

  Un descriptif de l'atelier et ses intentions a été envoyé aux jeunes (avec le matériel nécessaire)

<u>Edition B</u> : en fin de parcours, les projets des jeunes sont en très bonne voie, voire pour la plupart bouclés. L'atelier n'aura donc généralement pas d'influence directe sur leurs choix à l'issue du parcours, mais les colorera éventuellement et leur offrira un soutien plus large.

- Timing : l'atelier se positionne 2 semaines avant la fin du parcours. Le voyage et la plupart des autres ateliers/réflexions ont donc déjà eu lieu. L'atelier va permettre aux jeunes d'être nourris et de se reconnecter plus largement au vivant et à une dimension spirituelle, ce qui peut leur être profitable à très long terme.
- Préparation : L'équipe a choisi de leur faire visionner les films envoyés. Les jeunes ont aussi reçu un descriptif de l'atelier pour les préparer intérieurement.

- **Réalité du groupe et spécificités :**

  - <u>Edition A</u> : groupe principalement masculin qui a vécu le parcours en un seul groupe.
    L'équipe organisatrice nous avait fait part de leur besoin de bouger, de personnes plus actives qui avaient du mal à tenir en place et rester attentives.

  - <u>Edition B</u> : groupe équilibré qui a vécu le parcours en deux sous-groupes (majorité des ateliers vécus en sous-groupe), remélangés en 3 sous-groupes pour le volontariat selon leurs intérêts.
    Groupe plus introverti, attentif, intéressé, bienveillant, profond, authentique.

De manière générale, pour les deux groupes :
Quelques jeunes ont des difficultés singulières, mais les accompagnateurs sont disponibles pour les soutenir.
Les jeunes sont encore fort dans leurs blessures, n'expriment pas d'éco-anxiété, mais plusieurs envisagent des études/métiers en lien une contribution plus large (en lien avec des enjeux plus larges).
Une gêne sociale ne leur permettrait pas d'exprimer leurs émotions de manière brute dans le groupe ou de se regarder les yeux dans les yeux, ou de vivre des

[1] https://www.ruptures-le-film.fr/

longs moments de silence.
L'empathie les un.e.s pour les autres fait que les émotions se propagent très vite dans le groupe.
Les jeunes ont besoin de bouger pour ne pas sombrer dans l'apathie ou l'ennui.

- **Fragilité / sensibilité :**
  Vu leur **âge** et un profil souvent **fragile**, nous avons particulièrement veillé à ne pas les pousser au-delà de leurs limites. Comme il ne font pas le choix de participer, il est en effet difficile de savoir à priori si les jeunes vont être soulagés de pouvoir partager avec authenticité leur vécu en lien avec l'état du monde ou être alourdis de faire état de constats peu enthousiasmants.
  Par ailleurs, nous sommes des co-facilitatrices d'une autre **génération** qu'eux, souvent pointée du doigt pour être co-responsable de l'ampleur des dégâts sociaux, environnementaux, politiques, économiques, … Nous savons cette génération souvent peu ouverte à entendre des constats tirés par des personnes de nos générations qui peuvent avoir tendance à faire reposer sur les épaules des "jeunes" le poids de trouver des solutions tout en faisant un aveu d'échec de leurs propres tentatives.
  Nous avons veillé à proposer des dispositifs progressifs et formuler nos propos de manière à ne pas taire tout en restant ouvert, leur laisser la place, la possibilité de dire sans anticiper la profondeur de leur vécu et leur implication dans la phase "honorer sa peine" de la spirale.
  Il nous a semblé aussi particulièrement important de faire émerger les contenus et d'éviter le plus possible une approche top down.
  - Par exemple, pour aborder l'étape d'honorer notre peine pour le monde, nous avons développé une approche très progressive et avons inséré une pratique qui leur permettait d'exprimer avant tout leur ras-le-bol, leur agacement, leur lassitude face à ces sujets.
- Par ailleurs, ces 2 jours est leur **seul moment en résidentiel en grand groupe**. C'est donc aussi un moment convivial qui leur permet de nourrir les liens et permet aux organisateur.rice.s de les découvrir dans d'autres circonstances.
- Nous avons pris soin de
  - réduire au maximum les temps d'explication ou théoriques
  - proposer des pratiques concrètes et ludiques
  - proposer des supports quand c'était possible (ex. loupes ou miroirs pour explorer la forêt / support visuel quand apports plus "tête")
  - garder un rythme dynamique et nous adapter aux signes d'ennui/de besoin de distraction
  - alterner les facilitatrices, qui ont des couleurs, des énergies et des compétences différentes.
  - alterné les temps en solo, à deux, en petit sous-groupe et en 3 sous-groupes (accompagné par les co-facilitatrices).
  - éviter tant que possible les temps à l'intérieur
  - garder des temps conviviaux (soirée du 1er jour et pauses longues)
- **Choix du lieu** : proche d'une forêt, simple pour soutenir une reconnexion à la nature, permettant une expérience de groupe (sans se mêler à d'autres groupes/personnes), disposant d'un hébergement et de la possibilité de cuisiner.
- **Inscription** : Public captif – atelier prévu dans le parcours Tremplin

Equipe de co-facilitation :

- Edition A : co-facilitation avec une bénévole, qui connait le TQR et s'y intéresse beaucoup, a des compétences en animation, notamment avec un public de jeunes, mais n'a pas d'expérience en animation de tels processus : nous avons co-créé le déroulé en s'appuyant sur une expérience/connaissance du Travail Qui Relie et en profitant du regard "neuf" de la co-facilitatrice
- Edition B : co-facilitation avec la même bénévole et une autre facilitatrice formée au TQR. Nous avons bonifié la formule en tenant compte des feedbacks de celle-ci et de l'expérience de l'édition A.
  Manque global de temps pour se mettre plus à l'aise, répondre à toutes les questions de la nouvelle co-facilitatrice, faire plus évoluer le déroulé.

Pendant l'atelier

Les informations collectées avaient pour intention première d'accompagner au mieux les individus, le groupe et adapter si nécessaire le processus et le timing.
Elles ont en partie été consignées par écrit.

L'observation, l'écoute et le dialogue ont été des moyens constamment déployés pendant l'atelier, avec :

- Soi-même :
  Donner un atelier comme celui-ci est nourrissant et sollicitant. Il est important d'être bien en lien avec soi-même et ses ressentis, démasquer nos réactivités pour nous ajuster rapidement. Voici quelques éléments sensibles et susceptibles d'être délicats :
  - Nous sommes des co-facilitatrices mamans de (jeunes) adultes. Nous sommes conscientes que des des phénomènes de transfert, captation, … peuvent naître et veillons à rester attentif.ve à chaque jeune
  - Fatigue liée aux nuits courtes, aux conditions d'hébergement et l'intensité de l'atelier
  - Temps de pause nécessaires pour se ressourcer et se régénérer (notamment avec du calme vu le contexte bruyant de l'atelier
  - Adaptation avec un nouvelle équipe de co-facilitation
  - Manque de clarté dans la répartition des tâches et des rôles avec l'équipe organisatrice
- Les participants
  - La "membrane" entre participants est déjà bien installée et solide. Le groupe est constitué et a des habitudes relationnelles, ce qui rend plus difficile le lien avec les co-facilitatrices quand un.e des participant.e.s traverse une difficulté (d'autres jeunes en prennent soin).
  - Alors que la sensibilité à l'état du monde semblait peu émergée, les 2 groupes se sont emparés des espaces pour exprimer leur peine pour le monde de manière plus intense et profonde que nous ne l'avions imaginé.
  - Indépendamment de l'atelier, certains jeunes se sont montrés fragiles et très sensibles.
    Edition A :
    - Difficulté d'un jeune (en difficulté psychiatrique) à être en groupe.
    - Plusieurs jeunes sont très "perturbateurs", ont tendance à papoter, à rire, à discuter entre eux, cela nous demande une vigilance constante pour les séparer, adapter le timing des pratiques, éventuellement recadrer certains jeunes, voire même leur demander de sortir.

    Edition B :
    - Dès le 1er soir (balade nocture) le groupe a témoigné d'une grande sensibilité et ouverture aux pratiques sensibles, au lien avec le vivant

- Grand respect des co-facilitatrices
- Profils plus introvertis et engagés dans les propositions
- Autres :
  Sensibilités personnelles liées à des caractères différents et des maturités assez variables.
  Sensibilité au buit, au rythme, à la justesse des chants
  Difficulté d'une jeune à accueillir ses propres émotions (assez nouveau pour elle)

- Entre co-facililatrices
  Moyens : écoute mutuelle, temps d'intervision limités
  En effet, quand l'animation s'arrête les facilitatrices sont souvent mobilisées par des aspects concrets (installation, préparation de la salle, rangement, soutien à la cuisine, nourrir le lien avec les jeunes…) et quand le groupe marche, celles-ci sont au devant et à l'arrière pour veiller au groupe (montrer le chemin et prendre soin d'éventuels retardataires). A l'issue de la journée, la fatigue et les derniers arrangements nous laissaient peu de temps d'intervision.

  Constats : l'atelier, bien préparé et se déroulant dans des conditions optimales s'est globalement passé de manière fluide et satisfaisante.

- Avec l'équipe organisatrice :
  Très bonne entente et compréhension mutuelle lié au fait que les organisateur.rices sont des alliées et connaissent pour certains le TQR.
  Mauvaise compréhension sur les rôles respectifs liés aux moments conviviaux (ex. soirée du jour 1 – animation par les organisateurs ou par les facilitatrices)

  Souplesse nécessaire dans le déroulé car les temps de cuisine sont parfois plus longs que prévus.

- D'autres activités humaines :
  Edition printemps '24 : la forêt est privée et aucun contact n'a été pris en amont pour s'assurer des autorisations nécessaires pour y évoluer librement. En fin de 1ère matinée et du temps seul en forêt (étape gratitude), un jeune déclenche par mégarde un piège photo et un garde chasse intervient rapidement pour nous dissuader de revenir. Il s'adresse à une jeune participante. Une animatrice (organisatrice) voit la scène et intervient, afin de préserver la jeune dans son expérience de temps solo en forêt et d'une éventuelle agressivité de la part du garde-chasse.

- La dynamique de groupe et ce qui survient
  Très belle entente et dynamique.

  Bonnes surprises :

  Les jeunes semblent particulièrement bien disposés à accueillir de manière sensible et profonde les propositions que nous leur faisons. Ils sont attentifs, intéressés, touchés…

  Echanges pendant les temps "libres" fréquents et faciles pour certains jeunes. Ils sont sympathiques, certain.e.s viennent facilement et spontanément vers nous.

  Neutre :

  Les jeunes sont en demande de temps libres dédiés à la convivialité.

  La disposition des locaux et la sensibilité des jeunes (qui souhaitent avoir 2 espaces séparés pour dormir) imposent à l'équipe de dormir dans une salle d'appoint.

Certains jeunes plus réservés ou pudiques semblent dans l'évitement et restent à l'écart, en sous-groupes d'amis.

Ce qui est moins favorable/positif :

Les temps d'intégration à la suite des pratiques : s'ils sont libres, ceux-ci semblent souvent remplacés par des temps conviviaux

- Edition A : certains jeunes complices ont besoin de rire, bouger, attirer l'attention d'autres… ce qui est déroutant, demande à l'équipe de co-facilitation une vigilance constante pour les "cadrer" et ne pas laisser de place à l'ennui.
- Edition B :
  La pratique "Jeu des systèmes[1]" est surprenante pour la facilitation pour deux raisons :
  - les jeunes l'ont déjà vécues à plusieurs reprises et ne sont donc pas du tout surpris par la première partie (recherche d'équilibre) – la deuxième partie, non connue, leur permet de découvrir les volets "effondrement" et "régénération des systèmes"
  - le système s'arrête, est à l'équilibre ce qui nous parait curieux – nous choisissons de les croire et relançons la recherche d'équilibre en leur demandant de sélectionner deux autres personnes.

- Avec le vivant :
  Edition A : magnifique forêt très appelante et ruisseau. Beaucoup de pluie ternit l'expérience de certains jeunes et colore le souvenir de ce temps en nature. La météo semble prédominante pour certains face au sens profond des pratiques.
  Edition B : magie de certains moments soutiennent l'émerveillement et le sentiment de gratitude (pleine lune au sortir de la forêt, ambiance très feutrée dans la forêt, vue d'une biche, paysages embrumés et ensoleillés…)
  Les jeunes témoignent d'une pré-disposition à l'émerveillement très accessible.

- L'invisible :
  Edition A : plusieurs jeunes évoquent leur foi, leur lien à l'invisible de manière ouverte, sans pudeur.

  Edition B : dès le 1er soir, marche dans la nuit, les jeunes évoquent la spiritualité, le lien à plus grand que Soi.

- Lieu :
  Edition A : lieu inspirant mais nécessité de quitter le gîte le matin du 2ème jour et s'installer dans une autre salle beaucoup plus spartiate. Perte de temps et d'énergie. Groupe plus difficile à contenir. Froid.
  Feu possible pour la veillée du 1er jour.

  Edition B : lieu moins agréable, salle sombre – réfectoire très bruyant – 2 grandes chambres et nécessité pour les facilitateur.rice.s d'utiliser de manière sommaire un local non prévu.
  Pas de feu possible – pas de forêt "publique" (autorisations nécessaires)

  En conséquence : La soirée prévue autour du feu devient une veillée en salle, autour de mashmallows initialement prévus pour être grillés sur le feu. C'est assez éloigné de ce qu'un TQR traditionnel valorise, mais les jeunes peuvent décompenser après l'après-midi qui leur a permis d'honorer leur peine et ils tissent du lien entre eux de manière joyeuse.

[1] Ce processus offre une expérience directe de la nature dynamique des systèmes ouverts. Il met en scène deux caractéristiques de la vision de la réalité du nouveau paradigme : la vie n'est pas tant composée d'entités séparés que de relations entre elles ET ces relations permettent à toute forme de vie de s'auto-organiser.

- **Temps plus formel de récolte de données** : Cercles de paroles, temps d'évaluation (cf. plus loin), célébration de sortie, Check out

  Focus : évaluation KISS (2ème édition)

  - En fin d'atelier, avant le tour de clôture (check out), nous avons proposé un temps d'évaluation des 2.5 jours aux jeunes.
  - Dispositif : Un panneau subdivisé en 4 zones est affiché. Les jeunes reçoivent des post-it's et sont invités à répondre successivement à 4 questions et apposer les post-its dans la zone correspondante du panneau
  - Questions 1. J'ai aimé … / 2. J'ai moins aimé… / 3. J'ai appris / 4. Je vais tester…
  - Les post-its – anonymes - sont ensuite lus à voix haute par les faciliatrices.

  En voici le résultat (retranscrits en dessous de chaque image pour plus de lisibilité) :

J'ai aimé :

Me connecter aux arbres et à l'ensemble de cette forêt

La balade du premier soir

L'énergie du TQR

Les moments passés ensemble

La découverte de la nature avec la loupe

Les témoignages

Faire ressurgir toutes nos émotions

Le courage et la sincérité des partages

Les moments en forêt

Le mandala

Être déconnectée

Honorer sa peine dans le cercle

L'authenticité, partager ce que je ressens vraiment

Les émotions que m'a procuré la Nature

J'ai aimé les balades et "la spirale du Travail Qui Relie"

J'ai aimé prendre mon temps

J'ai aimé marcher en forêt

J'ai aimé parler d'oiseaux avec Tam (co-facilitatrice)

La connexion authentique, vraie, pure, joyeuse et bienveillante avec l'équipe de facilitation, le groupe, le vivant et moi

La douceur avec laquelle les ateliers ont été amenés

Les exercices de gratitude

La confiance, le courage des participants pour plonger dans les pratiques

Tous les moments en nature

Percevoir la richesse de chacun

La forêt et aussi les Totaly Spies

Les moments passé hier matin dans la forêt

L'ambiance

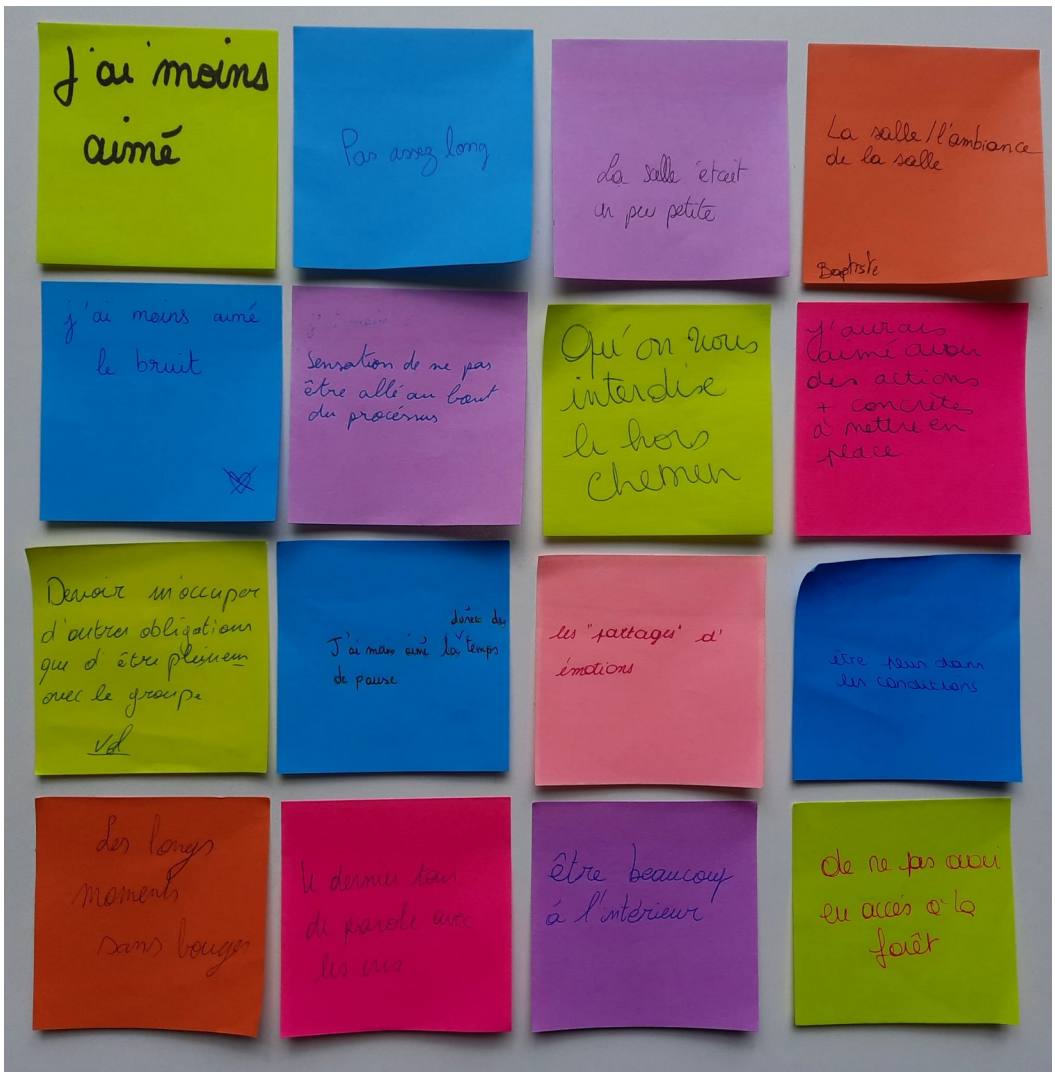
La nature

La bienveillance du groupe

Pouvoire être unie (?)

Chercher des insectes avec la loupe ça me rappelait mon enfance

Rigoler



J'ai moins aimé :

Pas assez long

Sale était un peu petite

Salle / l'ambiance dans la salle

Le bruit

Sensation de ne pas être allée au bout du processus

Qu'on nous interdise le hors chemin

J'aurais aimé avec des actions plus concrètes à mettre en place

Devoir m'occuper d'autres occupations que d'être pleinement avec le groupe (cf. organisateur)

La durée des temps de pause

Les partages d'émotions

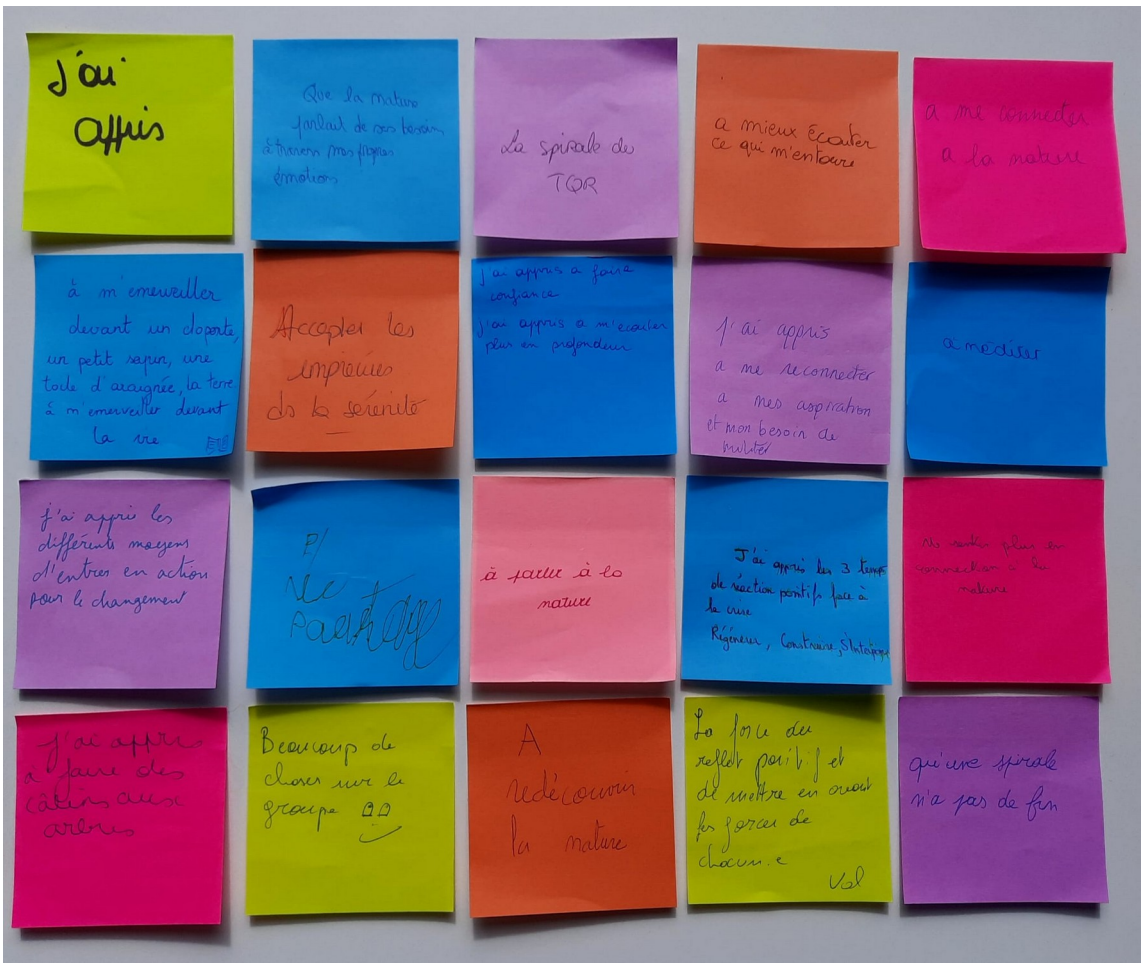
Être plus dans les conditions (?)

Les longs moments sans bouger

Le dernier tour de parole avec les cris

Être beaucoup à l'intérieur

Ne pas avoir eu accès à la forêt



J'ai appris :

Que la nature parlait de ses besoins à travers mes propres émotions

La spirale du TQR

À mieux écouter ce qui m'entoure

À ma connecter à la nature

À m'émerveiller devant un cloporte, un petit sapin, une toile d'araignée, la terre. A m'émerveiller devant la vie.

Accepter les imprévus dans la sérénité

À faire confiance

À m'écouter plus en profondeur

À me reconnecter à mes aspirations et mon besoin de militer

À méditer

Les différents moyens d'entrer en action pour le changement

Le partage

À parler à la nature

Les 3 temps de réaction positifs face à la crise : régénérer, construire, s'interposer

Me sentir plus en connection à la nature

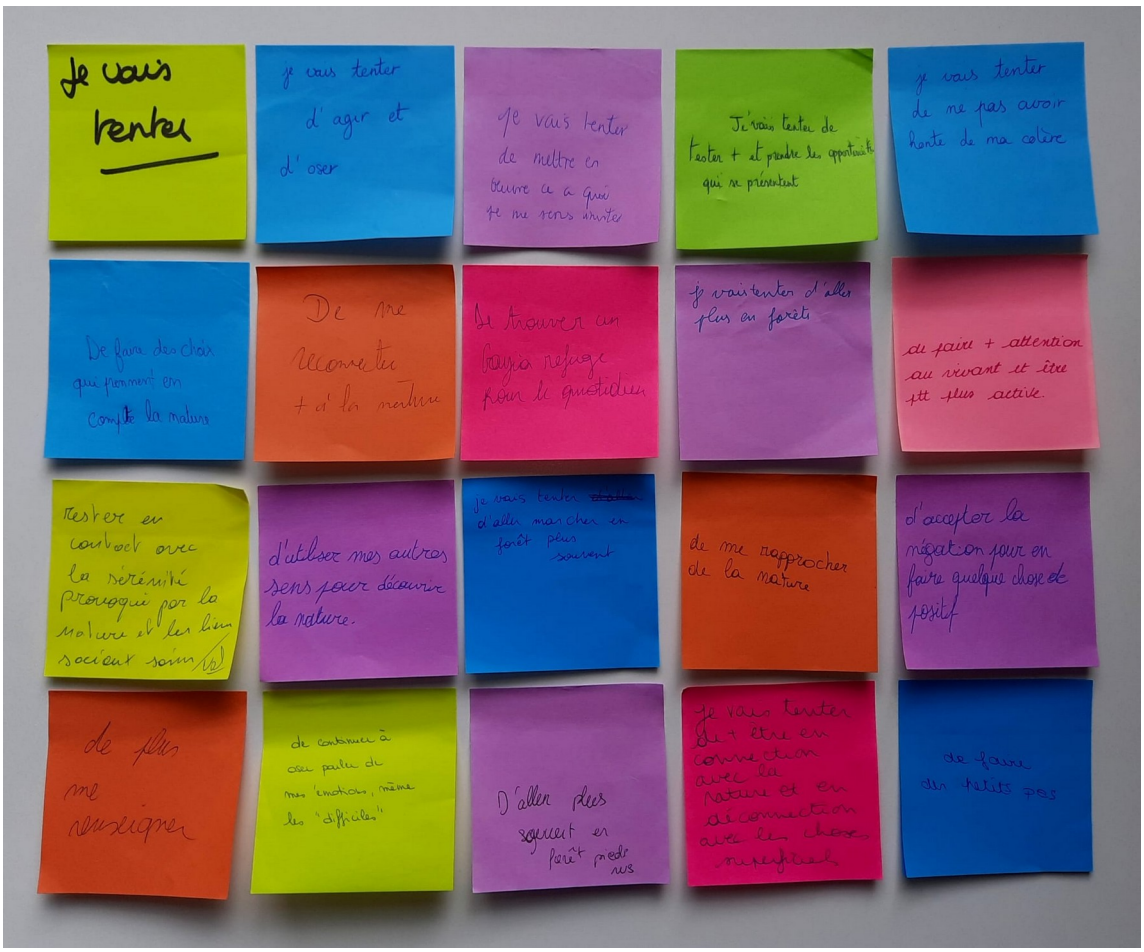
À faire des câlins aux arbres

Beaucoup de choses sur le groupe

À redécouvrir la nature

La force du reflet positif et de mettre en avant les forces de chacun.e

Qu'une spirale n'a pas de fin



Je vais tenter :

D'agir et d'oser

De mettre en œuvre ce à quoi je me sens invitée

De tester plus et prendre les opportunités qui se présentent

De ne pas avoir honte de ma colère

De faire des choix qui prennent en compte la nature

De me reconnecter plus à la nature

De trouver un Gaïa refuge pour le quotidien

D'aller plus en forêt

De faire plus attention au vivant et être plus active

De rester en contact avec la sérénité provoquée par la nature et les liens sociaux sains

D'utiliser mes autres sens pour découvrir la nature

D'aller marcher en forêt plus souvent

De me rapprocher de la nature

D'accepter la négation pour en faire quelque chose de positif

De plus me renseigner

De continuer à oser parler de mes émotions, même difficiles

D'aller plus souvent en forêt pieds nus

De plus être en connexion avec la nature et en déconnection avec les choses superficielles

De faire des petits pas

Après l'atelier

- Divers dispositifs ont été mis en place :
- Mail de suivi destiné aux jeunes (avec une attention particulière à leur donner des pistes concrètes vu la demande de certains)
- Echanges avec l'organisateur – débriefing suite aux retours des jeunes et à l'évaluation
- Echanges informels (groupe WhatsApp) et réunion entre co-facilitatrices
- Questionnaire d'évaluation (voir ci-dessous)

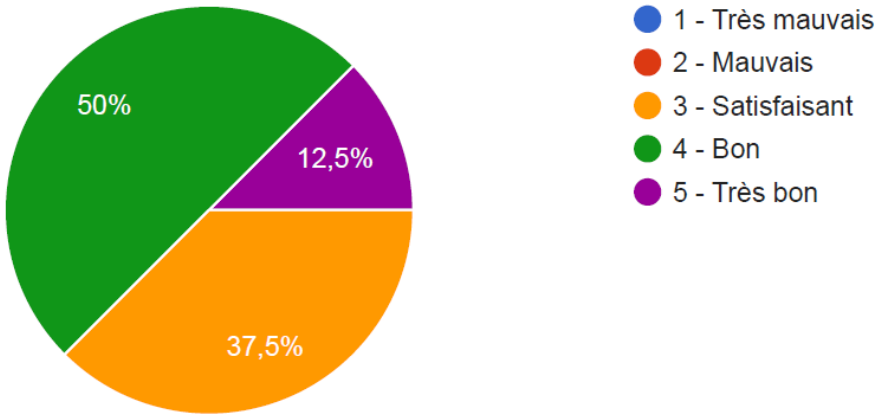
Questionnaire d'évaluation

Questionnaire d'évaluation quantitatif et qualitatif à froid, mis en place par l'organisation et transmis après le dispositif (formulaire unique utilisé après chaque formation du parcours)

- Réponses au questionnaire édition B
- 16 répondant.e.s (sur 19 participant.e.s)

Satisfaction globale de l'atelier

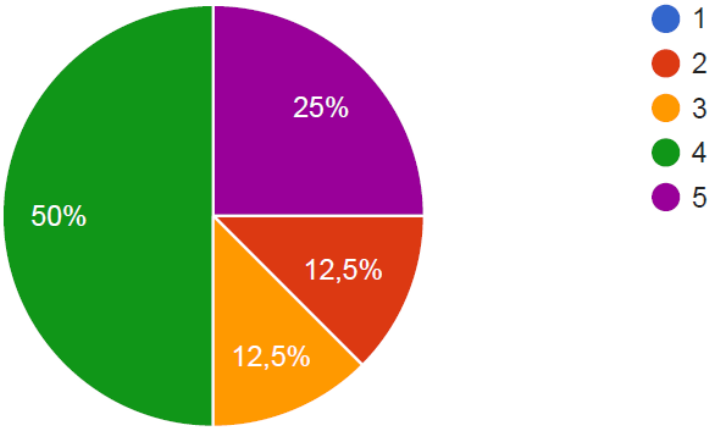
16 réponses



- **Commentaires et suggestions sur la satisfaction globale de l'atelier**
  - Très court comme temps et le faire après une journée tremplin ça épuise dès le début
  - Incroyable
  - L'équipe était adorable
  - C'était intéressant mais je pense que je n'étais pas dans les conditions personnelles idéales et certains choses me paraissaient très différentes de ce que j'ai l'habitude de faire
  - Les formatrices étaient très chouette et le programme très intéressant
  - J'ai bien apprécié l'atelier mais je repars avec une forte sensation de ne pas avoir eu le temps de tous finir comme si les dernière étapes avaient été passé trop rapidement

Une note sur l'organisation de l'atelier (durée, support, matériel,...)

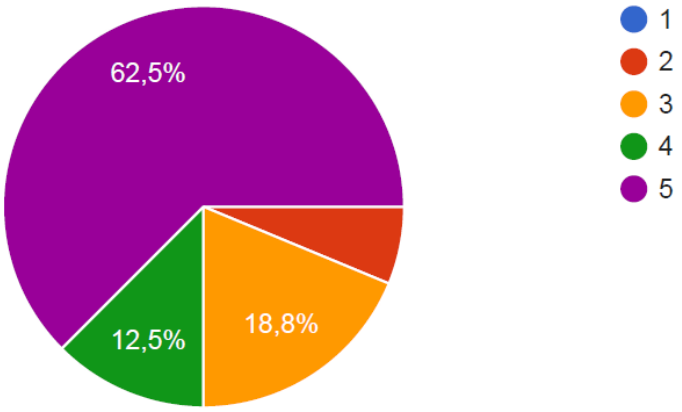
16 réponses



- **Commentaires et suggestions sur l'organisation (durée, support, matériel,...)**
    - Endroit très sympa et belle banderole du TQR
    - J'aurais aimé plus de théorie ou du moins des actions concrètes qu'on puisse réalisé
    - J'aurais bien voulu que ça dure plus longtemps. En effet, le début était super qualitatif et puis sur la fin j'ai l'impression que c'était bâclé. En effet, on a du expliquer pourquoi la crise nous stressait ou nos émotions lie à la crise mais après on a pas parler des solutions etc donc j'ai été déçue
    - C'était bien
    - Journée rythmée bizarrement
    - Une peu court, impression de s'arrêter en plein milieu de la formation
    - Prévoir un jour de plus pour l'atelier. Et aussi s'assurer d'avoir les autorisations pouvoir faire les ateliers en forêt

Une note pour l'animation (flexibilité, empathie, créativité, impact,...)

16 réponses

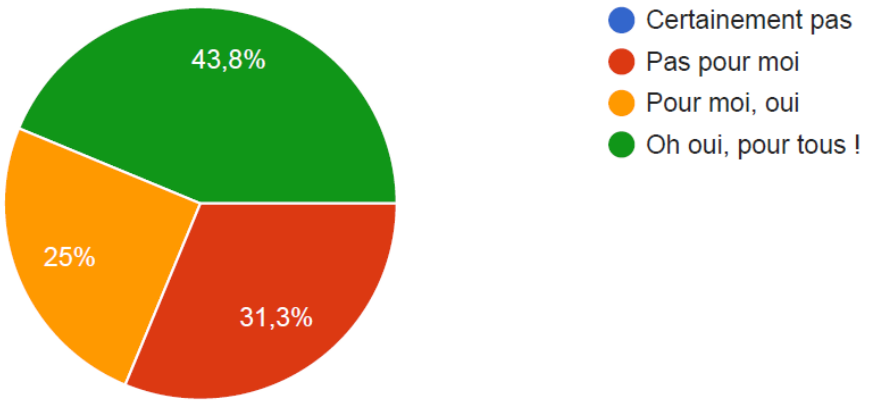


- **Commentaires et suggestions sur l'animation (flexibilité, empathie, créativité, impact,...)**

- Trop peu d'informations pratiques
- C'était sympa à part le moment où on devait exprimer QUE ses émotions négatives, ce qui est compliqué pour moi de parler que de négative. Je ne pouvais pas parler de négatif sans parler de positif
    - L'impact était dingue, on se sentait très bien entouré durant l'atelier, il faisait plus que sens
    - Ça m'a fait réaliser beaucoup de choses
    - Moments dans la salle trop calme et enfermé.
    - Moment très 《sympa 》au moment de la déclaration des 4 émotions
    - Les facilitatrices sont vraiment à l'écoute de nos besoins et de nos émotions
    - Je me suis sentie bien accompagnée
    - Nous étions soutenus et nous pouvions parler si nous avions besoin
    - Très flexible, bienveillant, empathique, à l'écoute

Cet atelier te semble-t-il utile dans le parcours ?

16 réponses



- **Quels sont les points positifs à garder absolument ?**
    - Que ce soit en grand groupe, que cela se fasse dans un lieu en dehors de tremplin
    - Ce moment de déconnection
    - très enrichissant, on parle de sujets sensibles dont on ne parle pas forcément beaucoup
    - Balades
    - L'endroit était super - Le fait d'être dans la nature
    - Le lieu
    - le partage et la connexion entre les autres et la nature
    - La loupe pour observer les insectes; le moment de 50 min seule dans la forêt
    - Les balades dans la forêt incroyable !!
    - Les activités faites en forêt étaient très apaisantes, ressoursantes et enrichissantes
    - Intéressant de parler de l'écologie
    - Faire un séjour qui nous reconnecte plus à la nature
    - Moment de vie en grand groupe
    - Aller en campagne comme nous avons fait est très important

- Bien que ce soit sortir de ma zone de confort, être en petit groupe pendant 2 nuits et 2 jours est une expérience très importante pour la vie du groupe et la vie de cet atelier
- Les formatrices, le lieu
- Le lieu et les faciliratrices étaient au top

- **Quels sont les points à améliorer, à faire progresser ?**

  - Pauses un peu plus longues
  - Avoir qqc de plus concret à faire en sortant
  - ptt[1] des sujets trop sensibles pour certains
  - Plus d'informations pratiques sur l'état du monde
  - Faire 4 jours et je pas avoir une journée tremplin dans les pattes avant de comme ver
  - Les plats
  - Creuser plus loin et donner des choses concrète à réaliser
  - Trouver de solutions concrètes ensemble m'aurait sembler primordial et aussi je trouverais ça chouette que personne ait son téléphone du moins pendant la journée genre dans une petite boite que vous gardez
  - Peut-être faire durer l'atelier sur 3 jours complets au lieu de 2 parce que tout a été vu un peu en surface mais pas vraiment en profondeur j'ai l'impression. On a pu aborder pleins de thèmes et de sujets mais j'ai pas su bien tout retenir. Et j'ai du mal à expliquer vraiment ce que j'ai fait lors de cet atelier à mes proches alors que je sais que j'ai vécu une expérience super chouette.
  - Le passage émotions était un peu trop soudain
  - Le faire peut être plus tôt dans le parcours
  - L'atelier en général était très spirituel et je n'ai pas aimé le moment où tout le monde parlait d'émotions négatives ça m'a mis dans une mauvaise énergie pour le reste de la journée
  - Les ateliers et leur diversité
  - Je ne sais pas vraiment
  - On ne pouvait plus aller dans la forêt le vendredi
  - Prévoir au moins un jour en plus pour l'atelier et avoir les autorisations pour aller en

- **Qu'est-ce que cet atelier t'a apporté/t'a appris ? (Ou pas ?)**

  - À prendre l'environnement en compte lors de mes choix futurs
  - Qu'il fallait éduquer les nouvelles générations
  - j'ai appris à faire plus attention à mon environnement
  - Pas assez d'informations pratiques
  - L'importance de la nature pour moi
  - Les réactions face à une problématique
  - Il a renforcer mon lien à la nature et j'ai redécouvert beaucoup de chose sur moi, que j'ai envi de mettre en place ou bien mon indignation envers tous ce qui ce passe
  - À réapprendre à aimer les insectes alors que de base ils me dégoûtaient, à faire des câlins aux arbres, à être déconnecter
  - Il m'a appris et convaincu que je voulais avoir un lien plus fort avec la nature et m'a permis d'envisager le coter "construction" dans les 3 axes de solutions et d'envisager la vie en habitat groupé, ou éco lieux
  - Je sais pas trop, j'ai pas l'impression d'avoir appris grand chose, ça m'a surtout amené un petit moment de déconnexion qui fait quand même du bien à ce stade du parcours
  - Prise de conscience

[1] Ptt pourrait signifier « peut-être »

- A faire plus attention à la nature autour de moi
- Cet atelier m'a appris à être à l'écoute de moi. Il m'a aussi permis d'exprimer des émotions qui se cachaient au fond de moi.
- Une reconnection à la nature
- J'ai appris les 3 moyens d'entrer en action

Analyse des données et pistes envisagées/enseignements tirés

Conclusions de l'équipe organisatrice (sur base des retours des jeunes)

- Le résidentiel est à maintenir
- Le lieu est important, la décision a été prise de changer pour une prochaine édition (cf. salle sombre et peu agréable, réfectoire trop petit et bruyant, bois non accessible (moyennant demande) et chambre nécessaire pour équipe de facilitation.
- L'équipe organisatrice a l'intention de faire encore mieux attention à l'usage des téléphones (souvent utilisés aux pauses)
- Certains jeunes suggèrent que l'atelier soit avancé dans le parcours
- Tous les jeunes ne se sont pas saisi de la même manière de l'atelier et de manière, certains aimeraient que l'atelier soit plus long que 2J est trop court
- La plupart ont apprécié rentrer dans leurs émotions, mais certains ont eu plus de mal avec le fait de "devoir" exprimer des émotions difficiles (alors qu'ils seraient plus de l'espoir ou de la joie)
- La transition entre la 2ème étape et la 3ème étape n'a pas été bien comprise.
- Les jeunes ont le ressenti que la 2ème journée a été écourtée. Les deux dernières étapes de la spirale n'ont pas été bien comprises. Il s'agira de retravailler cette journée, rendre les étapes plus explicites et amener des éléments plus concrets pour aller de l'avant.
- Certains ont besoin de pistes concrètes pour rentrer en action

Les jeunes ont donné un très bon retour autour dans le formulaire d'évaluation que dans les entretiens individuels qui ont suivi et dans leur témoignage de clôture de parcours.

L'atelier est dans le top 5 des ateliers appréciés par les jeunes !

Conclusions complémentaires tirées par l'équipe de co-facilitation

- Nous avons été touchées et impressionnés par la capacité des jeunes à s'émerveiller, se connecter à "plus grand", rentrer dans leurs émotions négatives, identifier des pistes pour aller de l'avant, se sentir en sécurité auprès de l'équipe de facilitation…
- Faire preuve de souplesse est plus important que la forme à laquelle nous pourrions être attachée (ex. feu le 1er soir remplacé par une veillée chant)
- Equipe : prendre plus de temps en amont de l'atelier pour être au clair sur les pratiques, pouvoir les faire évoluer, nous entendre dans les besoins de clarification et de bonification
- Avec l'organisation : coordonner de manière plus fine encore – compenser le fait d'avoir des interlocuteurs différents à différents stades du processus.
- Recherches à faire pour améliorer la formule :
    - mieux expliquer les étapes du TQR (et peut-être permettre aux jeunes de les intégrer plus activement) sans être dans l'explication

- prendre plus soin de la sortie de l'étape "honorer sa peine" (ne pas compter sur les jeunes pour le faire en autonomie) et de l'articulation avec l'étape 3
- temps en forêt plus ludique
- alléger le programme en intérieur le 2ème jour
- plus de mouvement, de jeu
- éviter trop de temps en intérieur

Globalement nous notons que ce qui les a marqués ce sont les liens tissés entre eux grâce au résidentiel, une (re)connexion à la nature et à la forêt qui semble leur faire du bien

En effet, la reconnexion à la nature est très bénéfique. Des études scientifiques parlent de Nature Deficit Disorder, notamment chez les jeunes.
Et un des enjeux était de leur permettre de vivre un vrai temps de groupe joyeux et tissant leur membrane, ce qui a été atteint.

Les suggestions et difficultés vécues par certains étaient pour certaines claires pendant l'atelier et nous les avons accompagnées, d'autres n'ont pas été nommées (ex. manque de clarté p/r à la spirale), c'est intéressant de les découvrir dans l'évaluation. Nous continuons à chercher une formule qui permette d'avoir le moins d'apports/explications "théoriques" possible et de la clarté méta sur le cheminement parcouru.

Les feedbacks des jeunes portent sur la connaissance de soi "dans la nature", la confiance en la nature, le regard sur le monde, les bienfaits d'une vraie reconnexion (soutenue par les pratiques qui favorisent l'émerveillement, la reliance, le sentiment d'interdépendance...), l'écoute de ses émotions (même difficiles), le lien à ses valeurs, la découverte (et le respect qui peut venir à la suite) que tout le monde réagit différemment à des situations qui les touchent, les dérange, ...
et l'émergence d'élans, l'envie d'en prendre soin.

La plupart des jeunes ont vraiment pu plonger dans un autre lien à la forêt, dans leur vécu difficile, ce qui est salvateur (alors qu'ils venaient avec des résistances à ce propos).
Même si ça ne leur parait pas assez concret, ils ont aussi beaucoup noté d'"invitations" pour leur vie.

ANNEXE 4 – DISPOSITIF III - ATELIER DÉCOUVERTE DESTINÉ À UN GROUPE CONSTITUÉ DE TRANSITIONNEURS

Collaboration avec	Festival Maintenant – Collectif Ecosyst'M
Public initialement visé :	Public majoritairement engagé dans la transition. Collectif temporaire de 50 personnes destiné à soutenir la reformulation du Festival Maintenant et se laisser inspirer par 4 Haltes. Public semi-captif (choix d'assister ou pas à la Halte à la suite d'une annonce préalable)
Nombre de participants :	Environ 40 2 membres de l'équipe du Festival Maintenant
Durée	4 h
Dates	8 Juin 2024
Adaptation format	Format court, destiné à un grand groupe et un groupe déjà constitué Peu de partages en plénière
Apports autres que le Travail Qui Relie	Danses de la paix et chant
Données	Observations directes Echanges entre facilitateur.ice.s et avec l'équipe organisatrice - Cercle de sortie - Evaluation à chaud (formulaire écrit)

Nous faisons état ci-dessous des données récoltées.

Les observations, résultats et conclusions sont dans le corps du rapport.

Contexte et intention initiale

Contexte
Cet atelier court répond à une demande du collectif Maintenant.
En effet, en 2024, plutôt que d'organiser un festival comme les précédents, le Collectif prend un chemin de traverse et a réuni un groupe d'une cinquantaine de citoyen.nes avec l'intention d'explorer :

- ce qui peut renforcer l'action individuelle ET collective
- ce qui peut aider aux transformations nécessaires pour construire une société résiliente et respectueuse du Vivant

Le parcours est prévu en 4 étapes, 4 "haltes", qui seraient suivies d'un camp de quelques journées prévu en septembre.

- La première halte a permis aux participants d'explorer l'enjeu de "décarboner nos vies pour préserver la Vie". À travers 2 ateliers, l'un autour de la démarche '2 tonnes' et l'autre autour de la démarche 'low-tech'.
- La deuxième halte nous a été confiée

Demande :
La demande pour cette 2ème halte est de proposer un atelier de Travail Qui Relie, qui aie comme intention d'aider les participant.e.s à "trouver leur juste place dans un monde agité".
Il s'agit de soutenir les participant.e.s dans la découverte de leur juste engagement, leur puissance au service d'une société qui soutient la Vie.
Tout en prenant soin de soi, de ses besoins, de ses émotions, de ses (in)cohérences, …
Et en accueillant sa puissance et ses impuissances…

- **Public** : Groupe d'une cinquantaine de citoyens, de tous âges, inscrits dans le parcours proposé par l'équipe du Festival Maintenant. Nombre annoncé : entre 40 et 50 personnes
- **Formule :** le TQR est le cœur de cet atelier.
- **Inscription** : Parcours semi-captif. Les participants se sont engagés à participer aux haltes, sans savoir de manière explicite qu'un atelier de Travail Qui Relie leur serait proposé. Iels ont reçu un descriptif quelques jours avant. Une quarantaine de personnes étaient présentes.

Adaptations et préparations en amont

Des préparations personnelles, des contacts avec les organisatrices, l'écoute du lieu, la connaissance du public du Festival Maintenant et des salles ont nourri des temps de réunions qui nous ont permis de dialoguer et de développer de proche en proche le déroulé.

Nous avons adapté l'atelier au public et au format choisi, notamment via :

- **Choix du lieu** : Critères : Brabant Wallon, proche d'une forêt (accès aisé), accessible financièrement.

  Le lieu envisagé a naturellement été celui du monastère de Clerlande, pour sa situation au cœur du Brabant Wallon et du bois de Lauzelle, permettant d'envisager des pratiques dehors, en lien avec le vivant.
  Le monastère de Clerlande nous a annoncé quelques jours avant l'animation que la salle avait été réservée pour un autre événement. Nous avons été accueillis dans la salle de l'habitat groupé proche, plus petite et en bien moins grande connexion rapide avec la forêt.

- Articulation - Tissage entre le Travail Qui Relie (étapes et intention) et les danses de la paix et chants, permettant – en un temps court - d'engager le corps, de rejoindre la pleine présence, de tisser une membrane, de cultiver la joie…
- L'équipe a émis les souhaits suivants:
    - garder une trace, en suggérant un processus créatif qui pourrait être "capitalisé".
    - les participant.e.s sentent la multiplicité des engagements possibles, grandissent en clarté, puissent les distinguer et avancer en clarté dans leur propre couleur.
      Un des outils imaginés a été de s'appuyer sur les 3 dimensions du changement de cap, représentées dans l'arbre "racines de résilience" développé dans le cadre de la compagne de diffusion du film documentaire "Une fois que tu sais" (Nour Films, Réalisateur : E.Cappellin, 2020)

Le changement de lieu a imposé de revoir le déroulé. L'accès à la forêt étant moins aisé, nous n'avons pas pu maintenir les temps de connexion en forêt. La seule grande salle sans sas d'entrée n'a pas permis de maintenir le processus créatif que nous avions imaginé.

Nous avons opté pour des pratiques qui permettent de

- respecter l'intimité des personnes dans un groupe récemment formé, encore en train de consolider sa membrane de sécurité, constitué de personnes qui se connaissent très probablement dans d'autres contextes (évoluent dans le petit monde de la transition dans le Brabant Wallon)
- tenir compte de degrés de mobilité et âges variés
- tenir compte de degrés et natures d'engagement variables
- rentrer dans l'esprit du Travail Qui Relie et y goûter rapidement, tout en n'imposant pas de s'exposer émotionnellement
- limiter fortement les partages en grand groupe et font la part belle aux temps solo et temps en binôme ou par quatre pour des partages plus confortables
- Maintenir les temps en grand groupe pour nourrir le sentiment de membrane (par le chant, la danse et le partage de pépites)
- Parcourir les 4 étapes de la spirale

Tissage avec parcours : parcours en 4 haltes
Nous avons articulé l'atelier aux haltes précédentes et suivantes. Les constats liés à l'état du monde avec l'atelier 2 tonnes/low tech avaient été posés et ont nourri la 2ème étape de la spirale (phrases ouvertes, entrecroisements). La suite du parcours sera nourrie par la clarté des 3 dimensions et le processus "Qui es-tu ?" et continuera à préciser l'aller de l'avant propre à chacun.e.

Pendant l'atelier

Les informations collectées avaient pour intention première d'accompagner au mieux les individus, le groupe et adapter si nécessaire le processus et le timing.

L'observation, l'écoute et le dialogue ont été des moyens constamment déployés pendant l'atelier, avec :

- <u>Soi-même :</u>
  lien particulier au Festival Maintenant et à leurs acteurs (bénévoles de tous âges) actifs et acteurs de transition
  Inconfort lié au fait d'animer un temps court, avec des attentes importantes de la part de l'équipe organisatrice
- <u>Les participants</u>
  membrane sensible pas encore très installée
  certains connaissent le TQR, d'autres pas du tout

- Entre co-facililateur.rices
  Moyens : écoute mutuelle, échanges authentiques, rapides et bienveillants
  Constats : l'atelier, bien préparé et se déroulant dans des conditions optimales malgré le changement de lieu s'est globalement passé de manière très fluide et très satisfaisante. Une petite appréhension en lien avec le changement de lieu, la taille du groupe et le fait qu'un seul facilitateur portait la dimension du chant et de la musique. Cela n'a pas été perçu et notre patrique de facilitation nous a permis d'emmener le groupe.
  Une autre appréhension était le temps d'apports plus théorique vécus comme "longs" par un des facilitateurs. Le groupe n'a pas montré de signes d'ennui et a accueillir cela de manière fluide.
- …

Temps plus formel de récolte de données : Météo de début d'atelier, Temps d'échange et d'expression autour des 3 dimensions du changement de Cap, Check out

Après l'atelier

- Divers dispositifs ont été mis en place :
- Affichette permettant de donner suite a été rendue disponible (reprenant l'annonce des ateliers longs ou cercles proches, coordonnées pour prise de contact si difficulté ou émotion)
- Mail de suivi
- Groupe whatsapp avec l'équipe organisatrice pour prolonger les partages et les feedbacks
- Questionnaire d'évaluation (cf. ci-dessous)

Questionnaire d'évaluation

Questionnaire qualitatif à chaud proposé par l'équipe organisatrice à tous les participants

Les réponses manuscrites sont retranscrites ci-dessous.
29 répondant.e.s sur une quarantaine de participant.e.s.

Evaluation atelier III
Tu viens de vivre la Halte 2 "S'engager à sa juste place dans un monde agité".
Ton vécu est précieux pour la suite du chemin.
Peux-tu nous partager en quelques phrases/mots clés :

	Comment je me sens, quelle(s) émotion(s) est/sont là en moi?	**Par rapport à ce qu'on a exploré aujourd'hui, qu'est-ce que j'ai découvert, appris, de quoi j'ai pris conscience ?**	**Ceci me donne l'élan de .. (moi-même et/ou avec les autres)**	**La pépite, le "waouw" de cette halte, ce qui m'as mis en joie...**	**Une chose qui reste en questionnement, une chose qui me met dans l'inconfort, une chose qui nécessiterait approfondissement....**	**Autre chose que j'ai envie de partager...**
1	Ancré conforté	Je suis à ma place	Continuer	"Qui es-tu?"	/	/
2	Ancrée, xxx(mot pas lisible)	Posture juste 3 différents pôles d'action	Juste place pour faire une différence aujourd'hui	Chanter et danser -> "joie"	/	Merci pour ce bel atelier de partage
3	Juste bien, merci pour ce moment 💜	Du lien, d'être beaucoup à ressentir la même chose, les mêmes émotions	Rester en lien. Continuer à chercher comment être utile et juste dans ce collectif.	La danse et le chant. L'exercice avec les regards	Comment m'engager concrètement dans la joie et en me respectant	Merci du fond du coeur de nous permettre de vivre ces moments
4	Emue, bouleversée, fatiguée	J'ai repris conscience du lien et de son importance	De prendre soin de moi... dans un premier temps	Le triangle avec ses 3 façons de s'engager	Comment créer ces liens et bouger les choses collectivement ?	
5	La joie d'être ensemble, d'être reliée aux autres et au monde	J'ai plus de facilité aujourd'hui à regarder l'autre dans les yeux. La puissance du collectif, de prendre conscience qu'on peut avoir les mêmes préoccupations,qu'on est pas seul mais qu'il ne s'agit pas de foncer comme une poule sans tête. J'ai appris l'existence des 3 pôles. J'ai appris "honorer notre peine pour le monde".	- me reconnecter à moi-même - m'engager d'avantage - ne plus avoir peur d'être seule - retourner à des bals folk! - rejoindre des collectifs	Le collectif, la danse et le chant	Quel est l'impact de nos petites actions de Colibry ?	Merci pour cette organisation, le choix du lieu 💜
6	Chouette d'approfondir le lien dans notre groupe	Spirale qui relie	creuser ces sujets	la main qui relie à soi, à	Comment engager le plus grand nombre dans	

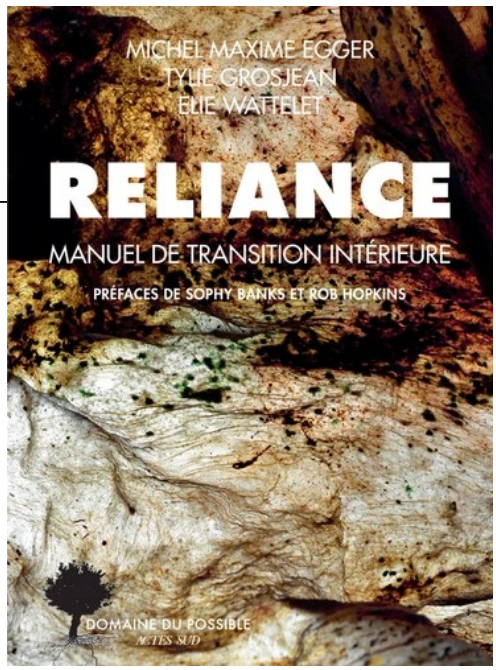
				l'autre, au vivant	cette voie pour un monde en harmonie ?	
7	Fatiguée parce que ça brasse et qu'il y avait beaucoup de mouvements énergétiques. Plutôt joyeuse et en paix. J'aime me sentir en reliance, j'ai aimé partagé ces moments ensemble, et les différentes propositions de reliance ont bien résonnées en moi.	Qu'il y a différents chemins, moyens d'œuvrer. Le travail ou le positionnement de l'un n'est pas celui de l'autre. J'aime la triangulartié des 3 pôles et comment ils peuvent se nourrir.	Continuer à explorer ma posture - une posture alignée corps-âme-esprit avec ce qui est juste pour moi.	La constellation dans le triangle	Une présence d'ancrage constitue-t-elle une posture ?	
8	J'ai fait le plein d'émotions, gratitude, connexion avec les autres	Force de la connexion Travail Qui Relie	Cela me donne de la force pour mon interview formation de la semaine prochaine	Le moment où on s'est connecté par le regard		Merci pour la découverte !
9	Je suis remplie de toute l'énergie d'amour, du partage et de la rencontre de toutes les belles âmes présentes	J'ai observé la place de chacun et suis confortée dans la place la mission que je remplis	Continuer et développer ce que j'entreprends	La gratitude partagée		Merveilleux EngagementRealiseCommunion - CollaborationIndividus
10	Un peu "chamboulée" suite à l'ensemble des séquences, exercices/interactions vécus tout au long de cet après-midi. Toute cette réflexion, riche, intense, le partage, l'interaction remue intérieurement.			L'engagement, la réflexion		
11	Je me sens légère, nourrie. Un peu soûle dans le sens "comme revenue d'un magnifique voyage" et en même temps joyeuseement consciente de nos/mes potentiels, de tous les possibles.	J'ai découvert des gens, des "exercices". Et même les exercices que je connaissais m'ont apporté une dimension très riche. Je suis confortée dans l'idée que nous sommes nombreux, que nous pouvons faire bouger les lignes.	Devenir de plus en plus moi-même, qui se met en lien avec les autres pour un monde meilleur			
12	Importance du tissage	Accompagner la fin d'un monde mortifère et accompagner un	Nous ne pouvons pas tous être sur		La séance des "yeux dans les yeux" m'a mise	Merci pour votre engagement

		nouveau monde émergeant "Etre malade d'un monde malade" = signe de bonne santé	tous les fronts. Savoir que d'autres personnes sont à d'autres pôles est très important.		mal à l'aise.	
13	Conscient Sensibilisé	Force du collectif Nécessité de faire bouger les lignes	Continuer à vivre simplement, diminuer mon empreinte écologique Co-construire un monde meilleur	Gaité transmise par Joachim	Comment accélérer le ralentissement !	Je viendrai à la 3ème et 4ème Halte ;-)
14	Sereine, apaisée, nourrie	De la force de l'impact d'un simple regard de la force du processus qui a été proposé J'avais déjà vécu des petits exercices "Travail Qui Relie" mais j'ai acquis et intégré/vécu le processus dans son ensemble aujourd'hui	à écrire en écriture automatique à écouter mon intuition et à me laisser guider par elle pour trouver ma juste place	les regars miroirs de notre profondeur et complexité se sentir relier	La question de la juste place L'exercice de la constellation ne fonctionne pas bien avec moi. J'ai du mal à sentir. Il subsiste un flou.	💗
15	Joie du partage	Un peu plus de lâcher prise	Poursuivre cette introspection seul et ensemble	L'échange de regard	Comment traduire cette expérience en mise en action	Merci !
16	Je me sens bien	Je connaissais le TQR pour en avoir vécu un durant 5 jours... J'ai pris conscience une nouvelle fois de la puissance de cette approche, de ce processus Je me sens confortée dans les directions que je suis en train de prendre	d'en proposer autour de moi	les échanges avec les autres humains magnifiques	l'objectif "profond" de ces 4 haltes par rapport au Festival les intentions des participants	
17	Je me sens bien	J'ai aimé rencontrer des personnes du cercle	d'aller à la prochaine étape	des rencontres brèves et intenses provoquées et acceptées	Je ne souhaite pas que le processus aille trop dans l'affectif	
18	gratitude pour les échanges, le voyage intérieur et aussi reboostée	J'apprends de plus en plus à me connaître et à trouver ma juste place	de continuer avec cette nouvelle énergie mes	l'exercice d'échanges des regards	/	Je suis très heureuse de participer à ces chemins de travesée, merci à VOUS

			actions de militantisme	voir les "autres" à leur juste place		
19	Je me sens connectée - à moi, avec légèreté, clareté, calme, ancrage - aux autres : vivants humains - appartenance, joie, soutien collectif ! - aux ô vivants non humains	Conscience, comme un rappel , de la justesse de ralentir, du courage de la transformation/transition intérieure, de l'audace de dire le moins facile et de la nécessité de faire circuler	Continuer ! A - prendre soin de moi - tenir la barre de ce nouveau "Cap" de vie que je prends - me relier	Tout. ++ pour la danse et le chant en début et fin ! On ne fait jamais assez cela		Merci Gratitude 💜
20	Découverte Intensité Gratitude	Tous les chemins sont bons pour arriver à changer les mentalités	Continuer !	Le soleil La convivialité		confiance !
21	Je suis intrigué Rencontre d'un groupe ouvert	Que je ne suis pas seul		La danse de Joachim :-) La rencontre et l'échange des regards	Se poser la question qui-suis-je	
22	Une grande ouverture - une bouffée d'oxygène = gratitude	Honorer tout ce qui est - de là changer, agir	De trouver les bonnes personnes agir en groupe pour la planète être plus actif pour les réfugiés et les enfants non-respectés	Tout		
23	Justesse - joie - gratitude	Que je ne suis pas seul Empathie humaine	D'agir de différents moyens pour une société plus juste	Les regards complices		
24	Je me sens bien, sur le chemin de la réflexion	à chaud, c'est difficile d'avoir déjà tout "processé" mais je retiens une forme d'amour et d'empathie pour les autres personnes présentes	penser	être ensemble		
25	Confiance et sérénité	bizzaremment le monde me semble moins agité. J'ai découvert que ce qui est juste et authentique pour moi	D'être la plus authentique possible	l'énergie partagée la danse en	/	/

		l'est pour le collectif.		début de halte		
26	Apaisée	Découverte du Travail Qui Relie Ouverture sur les différents modes d'action...	De valider mon mode de fonctionnement D'accueillir les modes de faire différents... Bienveillance	La rencontre des autres	Trouver d'autres moddes d'action pour moi	Merci
27	Bien, joie, gratitude, partage	Beaucoup de personnes sont imliquées dans un processus d'évolution positive du monde	Continuer à m'investir dans les projets et dans des actions pour un monde meilleur	le chant et la danse : beau moment de partage		Merci
28	Très positive - Je sens les lliens qui se créent - Le groupe commence à exister J'ai adoréé cette halte, sensible, en reliance	J'ai besoin de ce genre de pratiques Je me sens nourrie Je confirme que j'ai envie de tisser du lien et d'œuvrer en ce sens dans ma vie.	Créer un café citoyen Continuer à participer aux haltes m'engager dans le festival Maintenant Merci ! 💚			
29	Un peu fatigué, heureux	des trois dimensions La spirale	inviter les II agoras de Grez-Doiceau à la dimension spirituelle de l'action citoyenne			

ANNEXE 5 – DISPOSITIF LIE AU LIVRE RELIANCE



A la suite de la sortie du livre Reliance nous avons souhaité réunir quelques personnes pour cheminer en visitant toutes les dimensions de la transition intérieure abordées dans le manuel. Nous avons donc constitué un groupe "fermé".

Contexte et intention initiale

Notre intention est de cheminer en étant accompagné.e.s par le livre "Reliance", de manière "active", en se laissant "travailler" par son contenu, ses propositions, ses réflexions càd se donner un terreau favorable pour vivre un chemin de transition intérieure à travers sa lecture, les pratiques et les temps de partage.

Et ce à travers des intentions plus concrètes :

- **Lire le livre chapitre par chapitre et se laisser "bouger"** intérieurement (pour enrichir son chemin et le partage lors des rencontres)
- **Vivre des pratiques** proposées dans le livre (en les adaptant au besoin) pour intégrer un pas plus loin le propos et réellement cheminer
- **Vivre un cercle**, une petite membrane de personnes engagées et en chemin, tisser des relations d'authenticité et de "croissance"

Ainsi, nous sentions juste de

- proposer **un contexte "sécurisant",** pour vivre de la confiance et de la proximité et ainsi pouvoir se livrer et cheminer de manière authentique, v/v de soi et des autres.
- vivre un réel **engagement sur les 9 rencontres** (même si nous savons qu'il est bien sûr possible qu'il y ait parfois des absences)
- réunir des personnes qui … (voir ci-dessous)

Participants : Nous avions l'élan de proposer à des personnes

- Qui ont une certaine "maturité", un certain **chemin de transition intérieure** en lien avec les enjeux du monde, qui sont par ex. confortables de parler en je, de parler d'effondrements, de spiritualité, ….
- A l'aise avec la pratique du cercle, **parlant à partir du cœur** (nous avions l'intention d'éviter les échanges de connaissance/cérébraux pour privilégier les émotions/tripes)
- Ayant (ou ayant eu) une posture de facilitateur, formateur, animateur, et étant donc **à l'aise de faciliter une des soirées** et de proposer une pratique du livre reliance (voire même de l'ajuster pour le format de nos rencontres)
- Qui amènent des **dimensions différentes** que celle du Travail Qui Relie (noyau de base) ou de l'écopsychologie, de par leur vécu, leur pratique professionnelle. S'enrichir de la diversité tout en résonnant de manière proche.
- Idéalement **diversifiées** en âge, genre, terreaux, …
- Idéalement sur Schaerbeek-Evere, pour que nous restions dans un périmètre relativement proche pour ne pas faire trop de trajets (même si nous avons ouvert le groupe à plus large ;-)

Autogestion :

Même si ce **cercle** est initié par certains, nous avions le goût qu'il soit **autogéré** (facilitation et lieux tournants, invitation à des nouveaux membres ouverte à toustes avant le démarrage)

Nombre de rencontres : 9 de septembre 2023 à juin 2024, une fois par mois environ Les 9 rencontres correspondent aux 8 chapitres du livre, plus l'introduction. Il est possible qu'une dernière rencontre soit ajouté pour clôturer/célébrer le chemin parcouru et/ou de prolonger ce cercle avec d'autres lectures/sources d'inspiration… C'était initialement ouvert.

Nombre de participants : 8

De manière à répartir les 8 chapitres et ça nous semble intéressant, car à 8, il est possible
* de vivre une rencontre dans un salon,
* que chacun.e ait vraiment un temps de parole pour un partage en profondeur,
* et d'accueillir avec souplesse une éventuelle absence tout en restant assez nombreux.ses pour vivre les pratiques et s'enrichir mutuellement.

Adaptations et préparations en amont

Le déroulement des rencontres a été posé lors de la 1ère rencontre. Il suivait un canevas assez simple.

Préparation : L'intention initiale était que chacun.e lise un des chapitres avant la soirée et aie pris un temps pour se poser face à une question introspective de type "Qu'est-ce que ça fait bouger en moi ? En quoi ça me parle/bouscule/fait cheminer… ?"
La personne qui facilite prépare une des pratiques (sur base du livre et d'éventuels déroulés transmis par Elie et Tylie)
Déroulé des rencontres (à affiner):
* temps de météo (30')
* vivre une pratique en lien avec le chapitre lu (60')
* petite pause (15')
* partage sur base de notre lecture/préparation et vécu de la pratique (45')
* check out (et arrangements pratiques : agendas, lieux, qui prépare ?) (30')

Pendant le cycle

Lecture du chapitre :

Nous avons vite constaté que l'objectif de lire un chapitre était difficile à tenir :

Notre connaissance de la transition intérieure a fait que nous étions peu surpris.es par le contenu du manuel et de ce fait, d'être peu "mis en chemin" par notre lecture. Celle-ci nous a permis le plus souvent de clarifier les concepts, mettre des mots et ancrer ces bagages théoriques.

Par ailleurs, nous avons chacun.e des vies chargées et il était difficile de consacrer du temps de manière régulière à cette lecture et au cheminement intérieur qu'elle aurait pu provoquer. Une partie du groupe avait généralement pu lire le chapitre dédié à la rencontre.

Une participante, en fin de vie professionnelle, y consacrait plus de temps. Elle a régulièrement témoigné du fait que les lectures lui permettait de réaliser un chemin approfondi.

Déroulement des soirées

Les soirées avaient plusieurs intentions :

- Mieux se connaître via un temps de météo
- Vivre une pratique
- Echanger sur le contenu du livre
- Faire émerger du neuf

Les 3 heures dédiées étaient souvent trop courtes pour vivre ces divers temps pleinement. Des choix ont donc du être réalisés et le temps d'échange a souvent été réduit au profit de la pratique vécue.

Poursuite du cycle et des facettes du livre

Les réunions ont été autogérées. Les participant.e.s ont pu préparer à tour de rôle les soirées et proposer des animations, généralement issues du livre et parfois liées à leurs propres pratiques.

Des proximités et liens de confiance ont pu naître et/ou se renforcer. D'autres n'ont pas pu être nourris du fait de l'objet de nos réunions et du peu de temps laissés aux échanges plus libres.

Nos vies bien sollicitantes ont parfois amené certains à faire des choix et priorétiser d'autres activités, ce qui a amené des échanges sur l'engagement.

En fin de cycle, une soirée a été écourtée du fait que 2 participants vivaient une situation personnelle bousculante. Il nous apparaissait plus juste de les laisser seuls et traverser leur situation personnelle.

Après le cycle

La dernière réunion a permis de faire le point sur le cycle et sur ce qui y avait été vécu, notamment sur le plan interpersonnel.

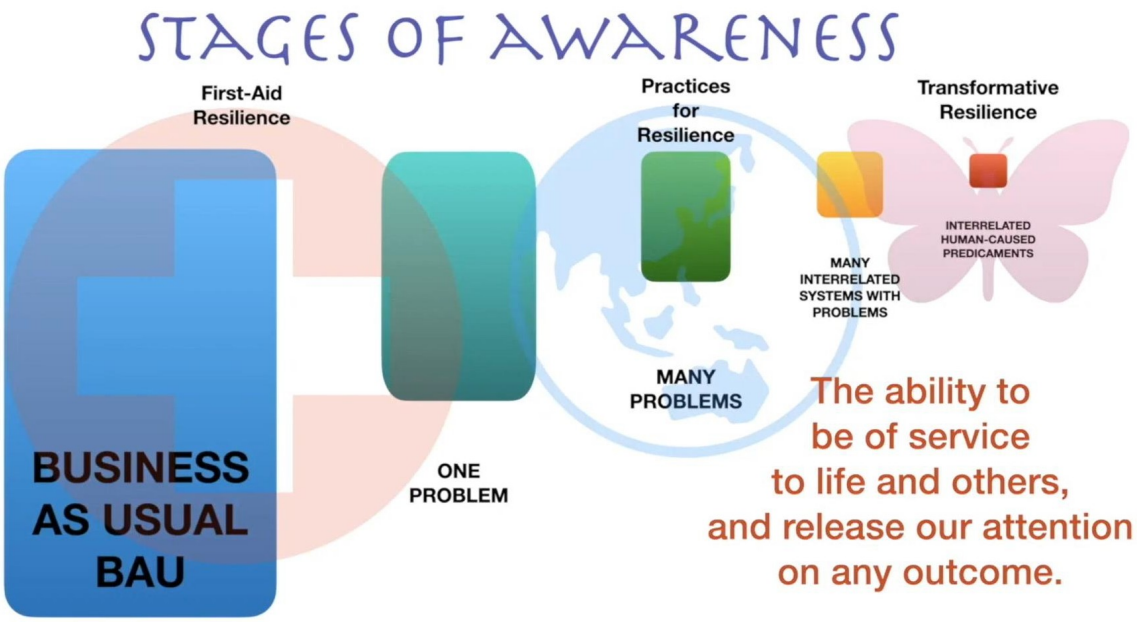
ANNEXE 7 - AUTRES RESSOURCES

Echelle de la conscience de Paul Chefurka

Paul Chefurka, informaticien et statisticien canadien et auteur du site web a développé un modèle en cinq étapes de la prise de conscience écologique.

Lorsqu'il s'agit de notre compréhension de la crise mondiale actuelle, chacun de nous semble s'insérer quelque part le long d'un continuum de prise de conscience qui peut être grossièrement divisé en cinq étapes :

1. En sommeil profond. (ci-dessous business as usual)
2. Conscience d'un problème fondamental. (one problem)
3. Conscience de nombreux problèmes. (many problems)
4. Conscience des interconnexions entre les nombreux problèmes. (many interrelated systems with problems)
5. Conscience que la situation difficile englobe tous les aspects de la vie (interrelated human-caused predicaments)



Références :

Ces niveaux sur l'échelle de conscience sont développés dans l'article de Paul Chefurka, "Climbing the Ladder of Awaraness", 2021
www.paulchefurka.ca/LadderOfAwareness.html
Et traduits sur le site de l'association Adrastia : www.adrastia.org/2012-gravir-l-echelle-de-conscience-par-paul-chefurka-fr3238.html

Site internet "Approaching the Limits to Growth" : www.paulchefurka.ca

Les 3 dimensions du changement de Cap selon Joanna Macy

Pour s'engager dans le changement de cap, 3 grandes voies complémentaires et interdépendantes peuvent être empruntées. Elles correspondent à 3 grandes "familles d'action" possibles.

Ces domaines sont exposées par Joanna Macy, la fondatrice du TQR dans ses livres[1].

Les voici en quelques mots :

- Poser des actions de résistance pour la défense de la vie – S'interposer
  Autrement dit "Se mobiliser massivement pour faire respecter les limites du climat et du vivant"
- Expérimenter des alternatives au système dominant et transformer les conditions de notre vie commune – Construire
  Autrement dit "Déployer des alternatives pour respecter les limites du climat et du vivant"
- Transformer nos perceptions, nos valeurs et notre culture – Régénérer
  Autrement dit "Changer de culture pour intégrer les limites du climat et du vivant"

"L'arbre aux actions" repris à la page suivante représente ces 3 grandes dimensions et propose près de 200 actions concrètes qui soutiennent la Vie et le Vivant. Cette illustration est portée par Racines de résilience, pour nous aider à nous mettre en mouvement collectivement. Le poster de l'arbre est souvent exposé en atelier pour témoigner de la variété d'engagements possibles.

Ce poster et site internet sont une des facettes de la campagne d'accompagnement du film "Une fois que tu sais", écrit et réalisé par Emmanuel Cappellin.

Référence : https://www.racinesderesilience.org/arbre-aux-actions/france

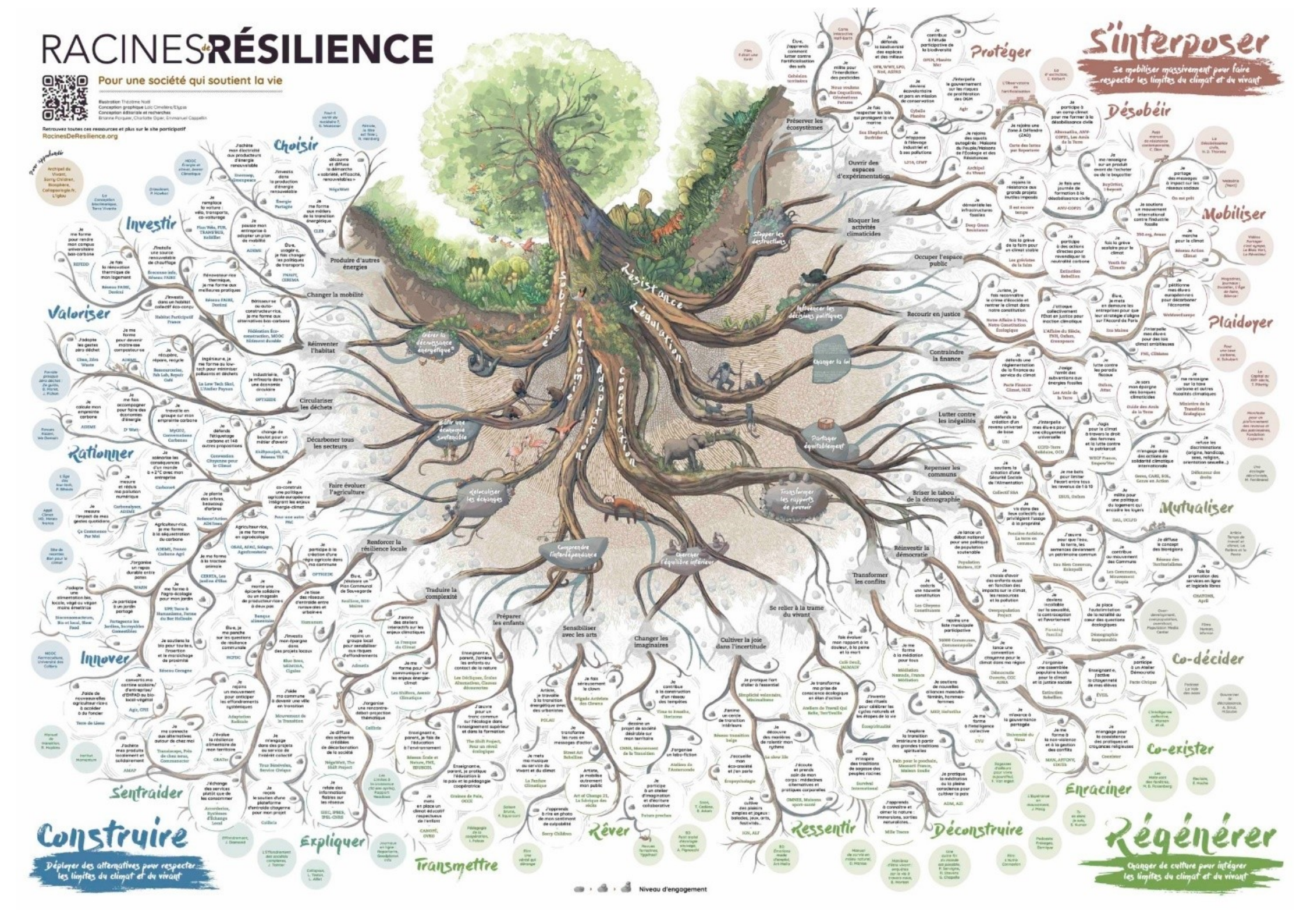
[1] Livres en français de Joanna Macy :
Ecopsychologie pratique et rituels de la terre, Joanna Macy & Molly Young Brown, Le Souffle d'Or 3ème édition 2021
L'espérance en mouvement, Joanna Macy et Chris Johnstone, Labor et Fides, 2018

RACINES de RÉSILIENCE

Pour une société qui soutient la vie

Illustration Théotime Noël
Conception graphique Loïc Cimetière/Elypsis
Conception éditoriale et recherches
Brianne Forquier, Charlotte Oger, Emmanuel Cappellin

Retrouvez toutes ces ressources et plus sur le site participatif
RacinesDeResilience.org



BIBLIOGRAPHIE

Catroux, M. (2002). *Introduction à la recherche-action: modalités d'une démarche théorique centrée sur la pratique*. Les cahiers de l'APLIUT. Pédagogie et Recherche, 21(3), 8-20.

Centre de Santé des Carrières – prescriptions nature www.csic.be/prescription-de-nature

Joanna Macy & Molly Young Brown, *Ecopsychologie pratique et rituels de la terre*, Le Souffle d'Or, 3ème édition, 2021

Joanna Macy & Chris Johnstone, *L'espérance en mouvement*, Labor et Fides, 2018

Laetitia Fernandez, "*L'approche sensible : entre amalgames et nécessité*", Réseau Idée, Septembre 2024 - https://www.reseau-idee.be/fr/analyse-approche-sensible

Laura Silva Castañeda , Pour une écologie sensible : renouer avec la terre sans se déconnecter du monde, La Pensée écologique, 2023

Maxime Michel Egger, *Le Travail Qui Relie, un outil puissant d'apprentissage transformatif*, Campus de la Transition, 2022

Michel Maxime Egger, *Soigner l'esprit, guérir la terre*, Labor et Fides, 2015, p.70

Michel Maxime Egger, Tylie Grosjean et Elie Wattelet, *Reliance. Manuel de Transition intérieure*, Actes Sud, 2023.

Paul Chefurka, "Approaching the Limits to Growth, Site internet www.paulchefurka.ca/LadderOfAwareness.html

Pauline Dessard, "*Et si les médecins vous prescrivaient de la nature*", Canopea, Janvier 2024 - https://www.canopea.be/et-si-les-medecins-vous-prescrivaient-de-la-nature/

Racines de résilience, arbre aux actions *www.racinesderesilience.org*

Réseau d'écologie sensible, www.reseauecologiesensible.org

Terr'Eveille, L'Arbre Source www.terreveille.be/l-arbre-source