



**DHAGPO KAGYU LING**

Centre d'études et de méditation bouddhiques

# **PROJET D'ACCUEIL DES ADOLESCENTS A DHAGPO KAGYU LING**

## SOMMAIRE

### **\* PROJET EDUCATIF :**

I. L'ORGANISATEUR

II. VISION GLOBALE DU PROJET

III. CONSTATS DES PROBLEMES ET DES MANQUES

IV. LE COEUR DU PROJET

### **\* PROJET PEDAGOGIQUE :**

I. CADRE GENERAL

- ⌚ Conditions à remplir
- ⌚ Période
- ⌚ Hébergement
- ⌚ Lieux
- ⌚ Règles « incontournables »

II. ACTIVITES PROPOSEES

- ⌚ Type d'activités
- ⌚ Journée type
- ⌚ Objectifs et moyens pour les activités proposées

III. EQUIPE PEDAGOGIQUE

IV. EVALUATION



**DHAGPO KAGYU LING**

Centre d'études et de méditation bouddhiques

## **PROJET EDUCATIF**

### **I. L'ORGANISATEUR :**

Dhagpo Kagyu Ling est un lieu d'enseignement et de formation bouddhiste ainsi qu'un lieu de vie communautaire. Le centre accueille un public varié d'adultes et de jeunes soucieux de s'inspirer de l'enseignement du Bouddha.

### **II. VISION GLOBALE DU PROJET:**

L'être humain devient une personne par un processus d'individuation qui implique de cultiver l'ensemble des ressources humaines fondamentales, et de créer sa propre personnalité en constante évolution.

L'enfance est une période déterminante dans le processus de développement de la personne humaine et la participation active de chaque individu à son développement est indispensable.

L'enfant est une personne qui se distingue de l'adulte et qui a des besoins, des désirs, des droits et des devoirs spécifiques. Conformément à la Convention Internationale des Droits de l'enfant, il s'agit de garantir que chaque enfant puisse, durant son temps libre, se reposer, jouer, exercer des activités de loisirs, être informé, s'exprimer et être acteur de la vie sociale.

Toute action éducative doit permettre l'individuation, l'épanouissement et la socialisation de l'enfant, ce qui lui permettra d'agir de façon utile dans la société.

### **III. CONSTATS DES PROBLEMES ET DES MANQUES**

Le système éducatif actuel ne propose pas ou peu d'espaces de connaissance de soi, d'exploration de ses potentiels et de ses richesses intérieures.

Il permet peu de développer la créativité et l'imagination.

D'une manière plus générale, il ne conduit pas les jeunes à construire l'estime de soi dont ils ont besoin pour entrer dans la vie adulte et être acteurs de leur vie, ce qui cause un sentiment de pauvreté.



**DHAGPO KAGYU LING**

Centre d'études et de méditation bouddhiques

## **IV. LE CŒUR DU PROJET**

L'accueil des adolescents à Dhagpo Kagyu Ling suppose de les introduire à deux aspects :

- ⌚ **Acquérir une connaissance du monde et de ses codes dans la perspective d'une attitude de vie citoyenne**

*(Citoyen = qui constitue ou apporte une contribution active à la vie publique et à sa bonne marche)*

Comprendre l'importance d'apprendre et d'être éduqué

Intégrer les différents niveaux de relation

Inter personnelle

Au groupe

A la société

Acquérir une éthique de vie respectueuse de soi-même et des autres.

- ⌚ **Acquérir une motivation et une mise en pratique basée sur l'attitude du "bodhisattva" :**

Le *bodhisattva* est le courageux qui décide d'agir pour accomplir les deux bienfaits :  
le sien et celui des autres.

Cet axe se décline en les trois entraînements :

**L'éthique** : *elle est faite de générosité, de discipline et de patience*

**La méditation** : *elle consiste à dissiper la confusion de l'esprit afin d'avoir une vision claire de ses fonctionnements. Elle permet de connaître le fonctionnement des émotions et de travailler avec elles.*

**La sagesse** : *elle est un entraînement à la vision critique et lucide des situations.*

### **Le citoyen bodhisattva :**

- ⌚ Il est investi dans le monde qui l'entoure, il s'efforce de développer clarté et bienveillance afin d'être utile à lui-même et aux autres.
- ⌚ Il utilise chaque situation comme matériau de transformation afin de grandir en générosité et en lucidité.
- ⌚ Il cultive le respect critique du cadre et l'effort enthousiaste face aux circonstances rencontrées.



**DHAGPO KAGYU LING**

Centre d'études et de méditation bouddhiques

## **Le projet éducatif de Dhagpo Kagyu Ling**

**visent donc à permettre aux enfants et aux jeunes** des milieux les plus divers :

- ⌚ De participer à des activités individuelles et collectives adaptées à leur âge, répondant à leurs intérêts et à leurs besoins.
- ⌚ D'accéder à des techniques et des formes d'expression variées.
- ⌚ De se confronter aux réalités de l'environnement matériel et humain.
- ⌚ D'investir leurs connaissances et leurs compétences dans des réalisations individuelles et collectives.
- ⌚ De participer activement à l'élaboration et à la réalisation de projets collectifs divers.
- ⌚ D'assumer, selon leurs compétences acquises, des responsabilités et des rôles variés.
- ⌚ De participer activement à l'élaboration, à l'actualisation, à la mise en vie et au contrôle des règles de vie.
- ⌚ D'acquérir des connaissances de base de l'enseignement du Bouddha.
- ⌚ D'acquérir des outils de réflexion sur la façon de rentrer en relation avec eux-mêmes et avec les autres, et la manière de les mettre en pratique.
- ⌚ De s'entraîner à vivre ces outils lors d'activités diverses.
- ⌚ De profiter d'un espace de parole où jeunes et adultes s'enrichissent mutuellement.



**DHAGPO KAGYU LING**

Centre d'études et de méditation bouddhiques

# PROJET PEDAGOGIQUE

## I. CADRE GENERAL

### 1. Conditions à remplir :

1. Avoir entre 14 et 17 ans. Une dérogation est envisageable pour les jeunes de 13 ans suffisamment mûrs et motivés..
2. La participation de l'adolescent doit être son propre désir
3. Un entretien téléphonique avec les parents d'une part, et avec l'adolescent d'autre part.
4. Dhagpo n'est pas un lieu thérapeutique ; nous n'accueillons pas les adolescents qui présentent des troubles de la personnalité ou de lourds troubles du comportement qui entraveraient l'intégration au groupe et le bon déroulement du stage.

### 2. Période :

1. Un stage de 5 jours aux vacances de la Toussaint.

### 3. Hébergement :

1. Les adolescents sont hébergés en dortoirs non-mixtes de 10 lits maximum.
2. Deux animateurs sont présents pour accompagner le bon déroulement du coucher, de la nuit et du lever (couvre feu à 23h maximum).
3. Les repas sont pris en commun. Les menus tiennent compte de l'équilibre alimentaire, des goûts des adolescents et des régimes particuliers.

### 4. Les lieux :

1. Les sessions d'animation se déroulent dans la salle d'étude et dans le parc de Dhagpo. Nous pouvons être amenés à sortir de Dhagpo pour une petite balade.
2. Les activités du soir ont lieu également dans la salle d'étude jusqu'à 22h. Ensuite un arrangement est trouvé par le groupe pour que les discussions ou les jeux ne gênent pas ceux qui veulent dormir. (Possibilité d'utiliser le réfectoire)

### 5. Les règles « incontournables »

1. Ne pas sortir de Dhagpo sans animateur.
2. Ne pas aller dans les endroits « privés ».
3. Dhagpo est entièrement « non-fumeur ». Pour les fumeurs, aller sur le parking.
4. Respecter l'intimité des autres.
5. Ne pas prendre d'intoxicants.



**DHAGPO KAGYU LING**

Centre d'études et de méditation bouddhiques

## II. LES ACTIVITES PROPOSEES

### Type d'activités :

6. Enseignements, groupes de parole et discussions autour de thèmes tels que : les émotions, la famille, les addictions, les projets, la sexualité, les études, l'amour, l'amitié, l'enseignement du Bouddha etc.
7. Ateliers artistiques (théâtre, ateliers d'écriture, arts plastiques, expression corporelle) et relaxation (sophrologie, respiration etc)
8. Veillées
9. Méditation (le séjour n'est pas une retraite spirituelle. Les jeunes peuvent assister aux rituels proposés par le centre, s'ils le souhaitent mais toujours accompagnés d'un animateur.)
10. Suivi individuel

Toutes les activités et la vie du groupe en général servent de support et de champ d'expérimentation pour alimenter les discussions et l'évolution de chacun.

L'éclairage des enseignements bouddhistes tibétains est proposé comme une possibilité différente d'aborder les événements que l'on rencontre.

### Journée type :

- ⌚ Lever échelonné
- ⌚ Petit déjeuner entre 8h et 9h
- ⌚ Toilette avant 10h pour libérer les sanitaires (filles : 7h à 8h / garçons : 9h à 10h)
  
- ⌚ 9h-9h30 : méditation guidée, discussion
- ⌚ 10h à 12h00: enseignements et ateliers d'expression ou de relaxation.
  
- ⌚ 12h service repas pour les jeunes de service. Pause pour les autres.
- ⌚ 12h30 : repas : s'intégrer au fonctionnement général de Dhagpo (badge, horaires, rapporter son plateau...) On mange ensemble.
- ⌚ Jusqu'à 14h30 : temps de repos, de discussion et d'entretiens.
  
- ⌚ 14h30 : enseignement et ateliers d'expression ou de relaxation.
- ⌚ 16h15 : goûter
- ⌚ 17h à 18h00 : Groupes de discussion ou animations diverses.
  
- ⌚ Douches possible (filles : 18h à 19h / garçons : 20h30 à 21h)
- ⌚ 19h30 à 20h30 : dîner
  
- ⌚ 21h00 à 22h : veillée ou questions réponses.
- ⌚ Couvre feu : 23h



## DHAGPO KAGYU LING

Centre d'études et de méditation bouddhiques

### Objectifs et moyens pour les activités :

	OBJETCIFS	MOYENS
<b>Enseignement, groupes de paroles et discussions</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Y voir plus clair sur son fonctionnement et sur celui des autres</li> <li>- Développer des notions et des qualités telles que : la responsabilité, la capacité de choisir, l'entraide, l'écoute, le soutien, la communication, la capacité de négocier...</li> <li>- S'ouvrir à d'autres façons de penser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enseignements</li> <li>- Discussions en petits et grands groupes</li> <li>- Mises en situation, jeux de rôles.</li> <li>- Relaxation</li> <li>- Exercices corporels</li> </ul>
<b>Ateliers artistiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mieux se connaître, s'exprimer.</li> <li>- Communiquer des notions à travers des moyens qui ne font pas entrer en jeu que le mental, mais sont plus sensoriels ou intuitifs.</li> <li>- Développer la confiance en soi, être moins dépendant du regard des autres.</li> <li>- Accéder à tous les types de communication.</li> <li>- S'amuser, se faire plaisir.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arts plastiques : peinture, terre, matériaux en tous genres.</li> <li>- Théâtre : improvisations, jeux théâtraux mettant en jeu le langage, le corps, individuellement ou en groupe.</li> <li>- Ateliers d'écriture : jeux de mots et d'écriture.</li> <li>- Ateliers corporels : sophrologie, relaxation, expression corporelle.</li> </ul>
<b>Veillées</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Détente.</li> <li>- Échanger dans un cadre non formel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jeux, chants, improvisations théâtrales, ballade...</li> </ul>
<b>Méditation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Être présent à soi-même et aux situations.</li> <li>- Être moins débordé par ses émotions.</li> <li>- Développer plus de clarté pour être en mesure de faire de meilleurs choix.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un temps est prévu chaque jour pour une méditation guidée.</li> </ul>
<b>Suivi individuel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utiliser ce qui se passe tout au long du stage pour permettre au jeune d'y voir plus clair sur ses fonctionnements. Le soutenir dans ses questionnements et ses démarches, lui permettre d'exprimer et d'entendre des choses qui ne pourraient pas être dites en grand groupe.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les animateurs se rendent disponibles à certains moments de la journée pour d'éventuels entretiens avec les adolescents.</li> <li>- Ces entretiens ont lieu à la demande du jeune ou à l'initiative de l'équipe.</li> </ul>



**DHAGPO KAGYU LING**

Centre d'études et de méditation bouddhiques

### **III. L'EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

L'équipe se compose de :

- ⌚ 2 enseignants bouddhistes
- ⌚ 1 animateur (DUT carrière sociale animation socio culturelle)
- ⌚ 1 moniteur éducateur
- ⌚ 1 animateur (MASTER recherche en STAPS)

### **IV. MOYENS ATTRIBUES AUX ANIMATEURS :**

Une voiture, une salle de réunion, une chambre, du matériel de bureau ainsi que pour les activités créatives.

### **V. EVALUATION :**

Avec les adolescents :

- ⌚ Évaluation des besoins et des attentes des adolescents :
  - Entretien téléphonique préalable, expression des souhaits et des questions en début de stage (différentes techniques d'animation peuvent être mises en place).
  - A la fin du stage : les adolescents sont invités à exprimer ce qui leur a plu, ce que le stage leur a apporté, ce que leur a manqué...
- ⌚ Des entretiens individuels peuvent avoir lieu pendant et en fin de stage à la demande des adolescents ou si les animateurs le jugent nécessaire.

Avec les parents :

- ⌚ Entretien téléphonique au moment de l'inscription de l'adolescent.
- ⌚ En fin de séjour des entretiens peuvent avoir lieu si les parents en font la demande.
- ⌚ Les parents ont la possibilité de contacter les animateurs après les stages pour toute information ou demande de soutien du suivi de leur enfant.

Entre animateurs :

- ⌚ Avant : Préparation des stages.
- ⌚ Pendant : réunion quotidienne et mise au point entre chaque session.
- ⌚ Après : réunion de bilan.

*Dhagpo Kagyu Ling, 1er juillet 2019*

---

S I È G E E U R O P É E N D U K A R M A P A

LANDREVIE - 24290 SAINT LÉON SUR VÈZÈRE - FRANCE - TEL. 05 53 50 70 75 FAX 05 53 50 80 54 - ASSOCIATION LOI 1901

site : [www.dhagpo.org](http://www.dhagpo.org) / e-mail : [accueil@dhagpo-kagyu.org](mailto:accueil@dhagpo-kagyu.org)