



L'école-forêt

— De A à Z —

26 clés pour  
comprendre  
la sylvo-éducation

Par Laura NICOLAS @<https://mapetiteforet.fr>

# SOMMAIRE

*La sylvo-éducation, qu'est ce que c'est ?*

Arbrentissage

Bio mimétisme

Créativité

Découverte

Émerveillement

*Forest school*

Guider

Holistique

Imagination

Jeu

*Kinésis*

Liberté

Montessori

Nature

Oiseaux

Programme

Qualification

Risque

Sylvothérapie

Temps

Utopie

Végétal

Wifi

Xénophile

*Yoku (Shinrin)*

Zen



La sylvo-éducation est une notion qui rassemble deux types de pratiques complémentaires :

- **la sylvothérapie**
- **l'éducation en nature.**

Ces deux domaines se sont développés séparément:

- la sylvothérapie et les bains de forêt ("Shinrin Yoku" en japonais) sont apparus dans les années 1980. L'objectif de la sylvothérapie est de **procurer un bien-être physique et psychologique** grâce à des marches et des séances en forêt.
- L'éducation en nature et les Forest schools, influencées par les "pédagogies alternatives", se sont implantées en Europe et en Amérique du Nord depuis le début du XXème siècle. Elle **prône l'éducation en milieu extérieur.**

# La sylvo-éducation qu'est-ce que c'est ? (1)



La sylvo-éducation caractérise **toute pratique pédagogique (public enfant) ou andragogique (public adulte) qui s'effectue en forêt et qui intègre des pratiques de sylvothérapie.**

Par exemple, un exercice de respiration face aux arbres peut précéder ou entrecouper une séance de lecture. Une marche méditative peut tenir lieu de pause entre deux activités.

La sylvo-éducation postule que **le bien-être est un préalable à l'apprentissage**, quels que soient l'âge des élèves, la discipline enseignée, et le contexte d'enseignement. Or l'univers forestier est un formidable outil et environnement de développement personnel et de construction des connaissances.

# La sylvo-éducation qu'est-ce que c'est ? (2)



La sylvo-éducation se présente comme **un mouvement de pensées et de pratiques reposant sur des bases scientifiques** (philosophiques, psychologiques, sociologiques, pédagogiques et didactiques) solides et structurées. Ce mouvement vise premièrement à **rassembler les praticiens – pédagogues et sylvothérapeutes – autour d'un projet commun** : inventer, construire, tester et modéliser des pratiques collaboratives efficaces tant du point de vue péda/andragogique que du point de vue psychothérapeutique. Il vise, ensuite, à **transférer ces pratiques dans le domaine de la formation** – ouverte à tous – pour que les pratiques sylvo-éducatrices et thérapeutiques puissent s'insérer dans le quotidien des personnes.

La sylvo-éducation  
qu'est-ce que c'est ?  
(3)



A

ARBRENTISSAGE



# A



Une école-forêt – et toute école qui apprend dans une nature où les arbres sont présents – est un lieu d'arbrentissage". J'ai inventé ce mot pour décrire **une éducation similaire à la croissance des arbres**. Apprendre en forêt, c'est d'abord **apprendre lentement**, au rythme de chacun et au rythme des saisons, de la même manière qu'un arbre pousse à sa propre vitesse. C'est aussi **apprendre avec les autres**, en collaboration avec ses congénères et ses aînés, sans le soutien de qui nous perdrons la course. On ne survit pas seul, on n'apprend pas seul non plus. L'arbrentissage renvoie évidemment à l'apprentissage en nature: on apprend mieux dans un environnement sain, bienveillant, calme et non pollué, de la même manière qu'un arbre se développe mieux dans un contexte respectueux de ses rythmes biologiques.

# A



Apprendre en nature signifie aussi **prendre en compte les principes psycho-affectifs** propres aux mammifères, dont les humains : la nécessité de marcher, de courir, de crier, de parler, de pleurer dès lors qu'on sait marcher et parler. Également, d'un point de vue cognitif, on sait les similitudes entre le cerveau et les ramifications d'un arbre : à la manière des cartes mentales, on apprend de manière non linéaire, par association d'idées, en créant du lien et des réseaux entre les sujets de la vie. Enfin, l'arbrantissage considère les principes primaires de l'éducation dans leur **lien avec les espèces végétale et animale**, tant dans leurs similitudes que dans leurs différences.





**B**

**BIO MIMÉTISME**

Le bio mimétisme, et plus exactement la “bio-inspiration”, désigne le fait de **copier les mécanismes présents dans la nature pour les adapter à l'espèce humaine**. Cette notion qualifie en particulier les innovations dans l'ingénierie (par exemple, l'invention de l'avion, calquée sur le fonctionnement du vol des oiseaux et des chauves-souris). Ce domaine intéresse les éducateurs en nature parce qu'elle repose principalement sur **l'observation des mondes végétal et animal**, une qualité qu'ils inspirent aux enfants dès le plus jeune âge. L'observation attentive permet à l'enfant de **comprendre intellectuellement et émotionnellement son environnement**. Et d'y trouver sa place unique.



# B



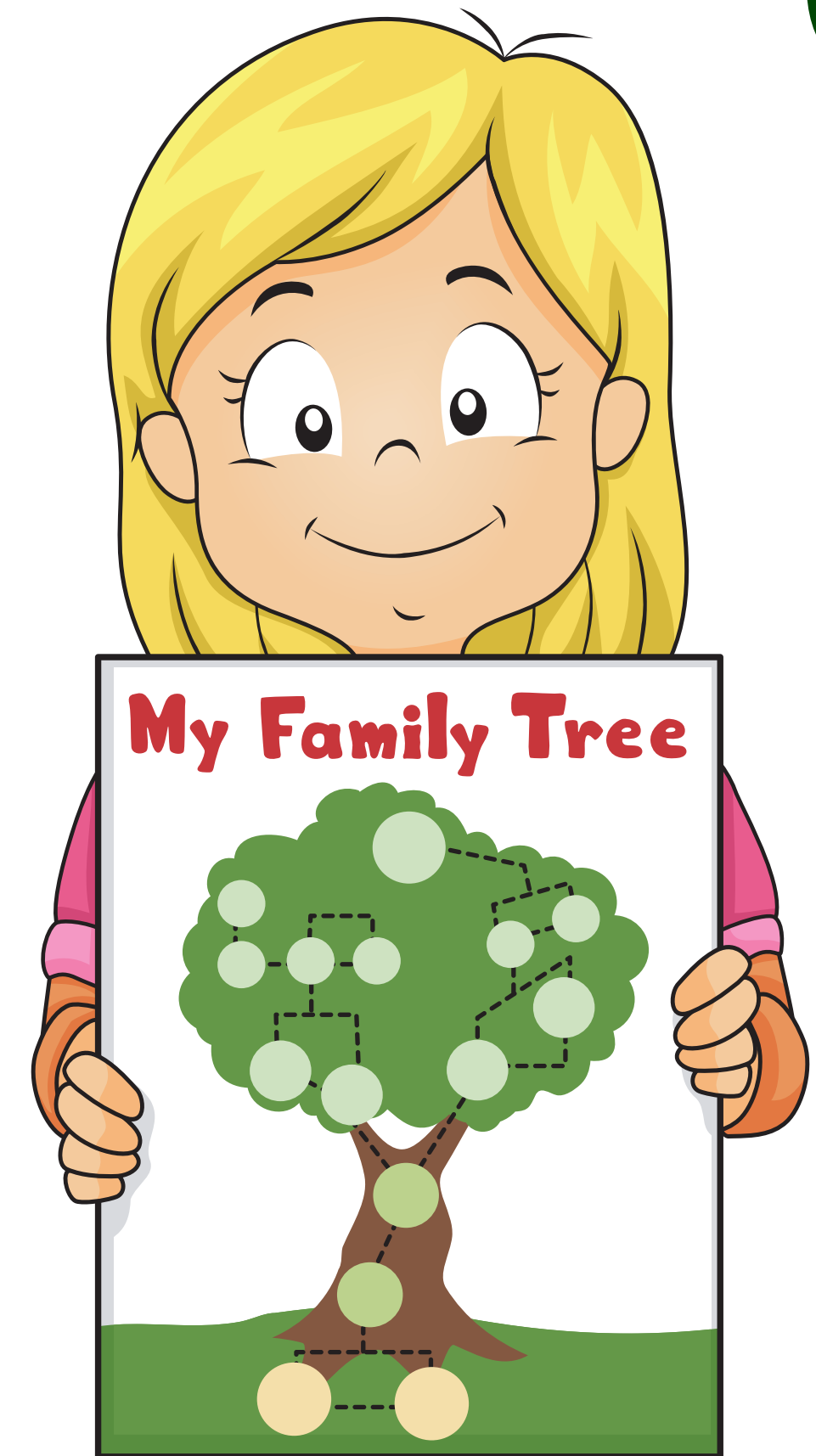
Le bio mimétisme fait également intervenir la **capacité de comparaison, si essentielle à l'élaboration de la pensée critique.** En comparant les éléments végétaux et animaux à ceux qui relèvent de son espèce à lui, l'espèce humaine, l'enfant évalue les similitudes et les différences qui existent entre elles. Enfin, **une pédagogie bio inspirée rend les enfants créatifs** : leurs observations et leurs comparaisons les poussent à prendre des initiatives... Qui d'entre nous n'a jamais essayé de voler en sautant d'un muret, avec un parapluie ouvert au-dessus de sa tête ou en attachant des ailes de papier carton à ses deux épaules? Le mimétisme du vivant appelle à rêver, à explorer, à essayer, à créer... C'est donc aussi **la ténacité, par la confrontation à des problèmes issus du monde réel,** qui est forgée chez les enfants! Pourquoi s'en priver ?



C

CRÉATIVITÉ

S'il est une dimension de la personnalité qui est magistralement développée en école-forêt, c'est celle de la créativité. D'abord, parce que **le plein air appelle l'expression de soi et l'inventivité**, du fait même de l'expansion de l'espace et de l'exposition à la lumière naturelle. De plus, dans un environnement qui réduit le stress et offre une bonne qualité de l'air, **le cerveau - en sécurité - est plus à même de créer**. Mais, au-delà de la seule question du contexte, les pédagogies en nature sont dessinées justement pour optimiser, chez les enfants, les possibilités de créer. Non seulement parce qu'elles invitent à l'expérimentation et à la contemplation du beau, mais aussi parce qu'elles les érigent en tant que valeur fondamentale.



# C



La création, bio inspirée ou non, est envisagée comme **aptitude transversale** : elle peut être explorée à travers toutes les activités, de l'étude d'un texte au travail mathématique. La créativité est autant encouragée parce qu'**elle correspond au développement émotionnel et psycho-affectif de l'individu** : la création artistique permet à toutes les personnalités d'enfants de s'exprimer. S'ils ne sont pas à l'aise avec les mots, la poésie ou le chant, ils auront tellement d'autres occasions de modeler (de la terre, de la boue, du sable, du bois), de construire, de façonner, de cuisiner, etc. L'une des façons qu'a l'école-forêt d'instaurer la créativité comme préalable à tout apprentissage réside dans le choix qu'**elle offre à chacun d'apprendre et de s'exprimer avec la modalité sensorielle qui lui convient!**



D

DÉCOUVERTE

# D



L'espace ouvert et l'air libre amplifient les occasions d'explorer le monde, occasions forcément restreintes en salle de classe. Chasses au trésor, jeux de piste, cache-cache et autres jeux sont autant d'**opportunités pour parcourir la forêt en tous sens et d'y découvrir, à chaque fois, de nouvelles choses.** La pédagogie par nature prend racine dans une posture évolutionniste assumée : l'humain ne vit jamais aussi bien que lorsqu'il est (re)placé dans son environnement premier, la nature. Si le manque de cette dernière a donné naissance à un syndrome (*Nature deficit disorder*), c'est parce qu'il nous prive de la liberté d'action essentiel à notre développement.



Sans liberté d'action, pas de curiosité, puisque rien ne stimule l'intérêt. Sans curiosité, pas d'envie de découvrir le monde. Lâchez des enfants dans la nature, et constatez les innombrables découvertes qu'ils vont vous rapporter ou dont ils vont vous parler. Les découvertes sont d'autant plus fréquentes et passionnantes qu'elles sont stimulées par le programme d'apprentissage des écoles-forêt. En effet, elles **intègrent les moments de "recherche-découverte" comme constitutifs de la situation d'apprentissage.** On encourage les enfants à rechercher eux-mêmes les outils dont ils vont avoir besoin pour leur classe (par exemple, des bâtons pour le calcul ou l'écriture). Ces pratiques transforment les enfants en excellents chercheurs (d'or!).





**E**

**ÉMERVEILLEMENT**

# E



"Ne s'émerveiller de rien est beaucoup plus bête que s'émerveiller de tout" écrivait Dostoïevski. L'émerveillement est la clé de l'éducation en nature, aussi bien du côté des élèves que du côté des accompagnateurs. Il se caractérise par **un sentiment de joie accentué par la surprise**. Un enfant riant aux larmes à la découverte de la neige pour la première fois de sa vie est l'image qui me vient à l'esprit pour exemplifier l'émerveillement. Il est essentiel à l'apprentissage : **quand on est émerveillé, on est intéressé**, on ressent un attrait ou une fascination pour la chose. **Cet intérêt tout émotionnel est la base de la motivation à apprendre.**

# E



On peut, bien entendu, favoriser l'émerveillement en découvrant ou en faisant sans cesse découvrir de nouvelles choses aux autres. Mais pour que le sentiment ne s'étiolle pas sur le long terme, c'est l'attitude qui fait la différence! Être émerveillé, c'est être **ouvert aux surprises de la vie**, c'est être attentif aux petits détails de l'existence, c'est être prêt à être décontenancé, voire contrarié par la découverte. C'est là où le développement personnel rejoint, encore et toujours, la question éducative : **apprendre, c'est s'émerveiller de ses découvertes** ; pour pouvoir s'aventurer dans l'émerveillement, il faut cultiver une belle confiance en soi et dans la vie.



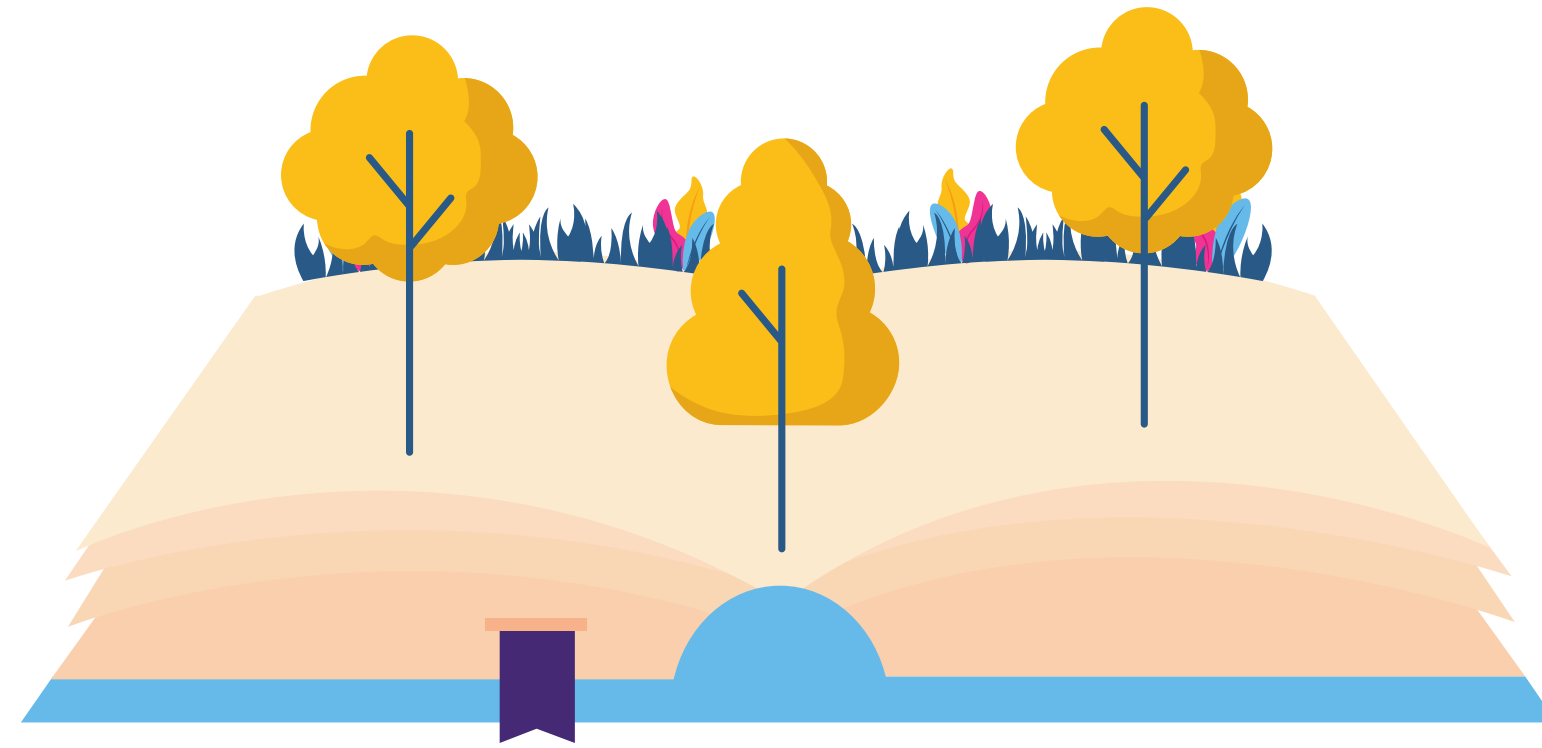
**F**

***FOREST SCHOOL***

# F



Le terme *Forest School* est encore largement utilisé même si, dans les pays francophones, sa traduction “école-forêt” s’implante progressivement. Ce mot désigne **deux formats pédagogiques** : d’une part, les écoles qui proposent une scolarité et un suivi de **programme intégral** et, d’autre part, les organismes qui proposent des **activités en nature pour les enfants** (et souvent, pour les adultes également). Ces deux réalités de la “pédagogie école-forêt” partagent un premier **socle commun : une éducation en nature, principalement dans la forêt**, sur le bord des chemins, en lisière de champ, etc.



Les *Forest Schools* répondent généralement à cinq autres grands principes : **une éducation sur le long terme, via des séances régulières et répétées** ; **une démarche collaborative** : les enfants forment une communauté d'apprentissage solidaire et empathique ; **une approche holistique** (complète) qui ne sépare pas les savoirs d'un côté et les expériences de vie, de l'autre : on apprend tout en même temps ; **une éducation au risque**, qui prépare l'enfant à sa future vie d'adulte en lui apprenant à évaluer les conséquences de ses actes et décisions, à gérer ses émotions et à penser à son groupe ; **un développement professionnel permanent pour les éducateurs**, via des partages d'expérience et des ateliers de formation – institutionnalisés ou non, selon les pays – tout au long de la vie.

**G**

**GUIDER**





# G



La pédagogie école-forêt n'agit pas d'elle-même. Elle repose sur un contexte, bien sûr (la nature) et aussi sur des personnes : les enfants, d'abord, à qui on laisse un pouvoir de décision sur les activités et les moyens de les effectuer. Mais aussi les enseignants – plus souvent nommés “accompagnateurs” – qui sont de **véritables médiateurs entre l'enfant et la forêt, la nature, les expériences et les savoirs**. Le mot juste semblent être celui de “guide”, dans tout ce qu'il a de bienveillant et de sécurisant. De la même manière qu'un sylvo-thérapeute amène progressivement son groupe à appréhender la forêt, **le sylvo-éducateur conduit les enfants à la découverte et à l'apprentissage progressif du monde qui les entoure.**

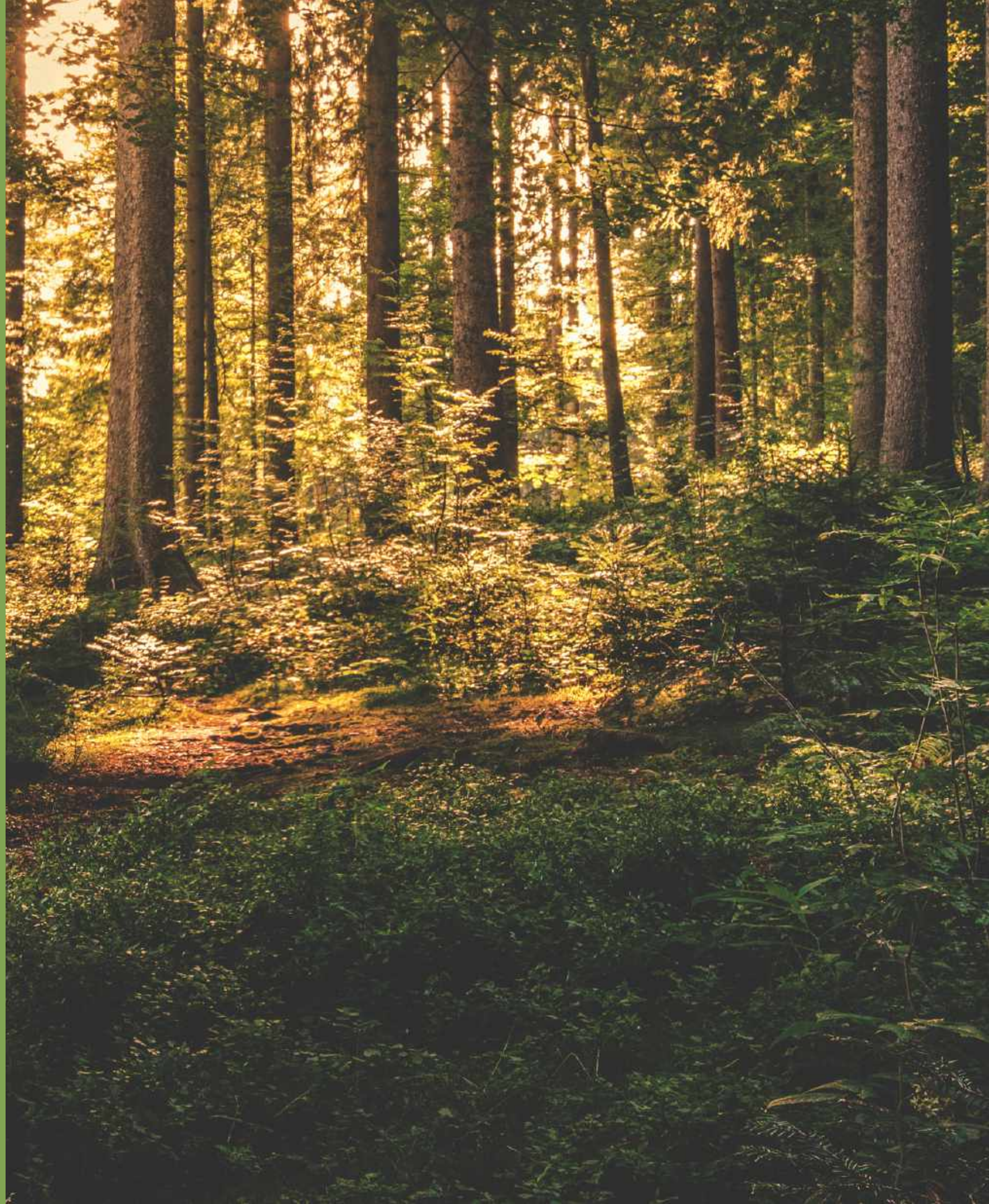
Derrière une démarche, il y a toujours des gens qui pensent, planifient, encadrent, accompagnent, posent des questions, répondent aux interrogations, gèrent la dynamique de groupe, en assurent la sécurité, etc. (la liste est longue!). **Le profil des accompagnateurs en école-forêt est varié** : enseignants certifiés, actifs ou en retraite, formateurs, parents, ils ont toujours en commun **une sensibilité toute particulière à la fois vis-à-vis de l'environnement naturel et du monde de l'enfance**. Quel beau métier!





**H**

**HOLISTIQUE**



L'école-forêt vise **une éducation dite "holistique", c'est-à-dire intégrale, englobante, aussi transversale et large que possible.** On peut considérer que c'est déjà le cas de l'éducation "tout court", telle qu'elle est effectuée en école classique. Il faut, en fait, faire la différence entre l'enseignement d'une matière et l'éducation au sens large du terme. L'école occidentale contient, surtout en maternelle, certains moments qui ressemblent à la vie de tous les jours (on joue, on se promène, on dort, etc.). Mais la majorité du temps est dédiée à l'enseignement disciplinaire uniquement (on fait spécifiquement des maths, de l'anglais, etc.). Or **dissocier ainsi les sujets d'enseignement de leur application dans la vie concrète les rend plus ardues à appréhender** et plus difficiles à mémoriser pour les enfants.

# H



# H



L'éducation holistique **vis**e autant le **développement intellectuel** que le **développement psychique, social et physique**. La démarche holistique prend principalement corps dans la compétence des enseignants à rendre transversal tout type d'apprentissage. Ils vont, par exemple, enseigner le théorème de Pythagore à travers la construction d'une cabane. En parallèle du travail de maths, est développée, chez les enfants, la compétence, à la fois manuelle, psychologique et sociale, à travailler en équipe. **“Faire feu de tout bois”** – sans mauvais jeu de mot ! – telle est la devise du programme holistique!



I

**IMAGINATION**

L'imagination constitue l'une des facultés humaines les plus sollicitées tant dans l'école-forêt qu'en sylvothérapie. Il s'agit tout d'abord de notre **capacité à former des images à partir d'éléments dérivés, en particulier, de perceptions sensorielles.** Or ces dernières se développent efficacement à la fois grâce au contexte (la forêt est un environnement où explosent les manifestations sensorielles) et grâce aux dispositifs mis en place par les sylvo-éducateurs et thérapeutes. **Tout est pensé et voulu pour amplifier les opportunités de développer nos sens** : écouter des sons, manipuler les objets de la forêt, observer de tous ses yeux, sentir les odeurs, goûter les fruits et plantes, etc. Nulle surprise donc que la combinaison de ce contexte et de ces pédagogies favorise l'imagination.





L'imagination se définit aussi comme **l'habileté à trouver des solutions à un problème, à résoudre un obstacle, à faire preuve de créativité et de flamme artistique.** La créativité et l'habileté à la résolution de problèmes sont liées en ce qu'elles reposent toutes deux sur la capacité à imaginer des mondes différents. Or l'éducation et la thérapie en forêt encouragent la production d'images autres que celles qui sont présentes devant nos yeux. Elles favorisent donc la production de solutions, d'outils, de concepts, de moyens artistiques ou autres.





J

JEU

L'apprentissage par le jeu n'est pas l'apanage des écoles-forêt. Loin de là. Ses effets bénéfiques sur l'apprentissage sont largement reconnus scientifiquement et le jeu est pleinement intégré à l'école institutionnelle. Mais **le jeu grandeur nature, lui, est bien la spécificité des écoles-forêt**. En effet – et ce n'est pas faute de volonté des enseignants en classe fermée – il est impossible de mettre en place, au quotidien, des jeux qui simulent la réalité. Les jeux en classe restent une activité récréative, ils ne reproduisent pas la réalité d'une vie enfantine. En revanche, **lâchez les enfants en pleine forêt pour une chasse au trésor, et ils deviennent des chercheurs d'or. Ils ne font pas "comme si", ils sont.**



J

# J



Toute la puissance des jeux en extérieur, s'ils sont bien didactisés, est qu'ils utilisent toutes les possibilités de l'environnement – autrement plus riche qu'une salle de classe fermée, aussi bien décorée soit-elle! – pour **aménager une situation de vie réelle**. Sans entrer dans les débats autour des définitions du ludique, disons que **le jeu est d'autant plus porteur d'apprentissage qu'il est amusant et réaliste**. Construire une cabane est considéré comme un jeu par les enfants – ou du moins comme une activité récréative. Apprenez Thalès ou Pythagore pour appliquer leurs règles à la construction de la cabane, cela n'en restera pas moins un jeu!

**K**

**KINESIS**



# K



*Kinesis*, en grec, est **la capacité motrice, la faculté de mouvement des différents membres du corps.** Voici d'ailleurs un lien avec le jeu, qui, en forêt, amène souvent à bouger de tout son corps (courir, sauter, etc.). Le fait qu'on élève un enfant à marcher pour ensuite lui demander de s'asseoir pendant ses années de scolarité est reconnu par les scientifiques comme étant une aberration en termes pédagogiques et psychomoteurs. **Les années de scolarité sont justement le passage de la vie où l'individu a le plus besoin de se mouvoir,** car son corps se développe. Alors, en parallèle des cours, on inscrit son enfant au sport... Pourquoi donc ne pas faire du sport en apprenant? Apprendre en courant et en grim pant aux arbres?



K

**Pourquoi séparer apprentissage intellectuel et facultés motrices**, alors qu'on sait maintenant que lorsqu'on apprend, **c'est tout le corps qui s'active**? Et que l'on apprend beaucoup plus efficacement en manipulant, en faisant, en activant tous ses membres? **L'éducation en nature a, sur ce point, pris de l'avance sur les neurosciences**, en se basant sur l'observation des rythmes naturels de l'enfants et une perspective évolutionniste : on n'est jamais mieux que dans son milieu d'origine. Celui de l'humain, c'est la nature. Ajoutez à cela **des dispositifs pédagogiques qui multiplient les occasions d'apprentissage en mouvement**, et vous aurez une recette exceptionnelle. Sans parler des problèmes de santé (en particulier, l'obésité), qui se trouvent évités... Alors, on danse!



**L**  
**LIBERTÉ**



La liberté est une notion, mais c'est en tant que sensation qu'elle semble le plus appropriée à l'école-forêt. Tout d'abord, dans **son lien avec l'espace naturel** : revoyez un instant votre propre sentiment lorsque les portes de la classe s'ouvriraient pour l'heure de la récréation ou pour la sortie des cours ; ou visualisez l'image de gamins s'élançant en courant dans un grand pré ou sur un sentier de forêt. **Il y a dans "l'appel de la forêt" quelque chose de libérateur**, qui nous pousse à nous élaner, à aller de l'avant, à nous mettre en mouvement. Et cette sensation de grand air, **l'impression que rien ne nous entrave, lorsque l'on va vers la nature!** N'est pas exactement ce que signifie la sensation de liberté?





L



La sensation de liberté en forêt s'explique **physiologiquement** : l'espace ouvert – contrairement aux salles de classes intérieures – appelle le mouvement du corps; elle s'explique **neurologiquement** aussi : le cerveau reçoit comme positive la possibilité de sortir d'une situation d'enfermement (au fond de nous, nous sommes tous claustrophobes!). Et elle s'explique **psychologiquement** aussi: l'absence de barrières et la proximité avec le végétal comble nos besoins de renouer avec notre environnement premier, la nature. Mais c'est parce qu'elle est aussi basée sur une **liberté de choix** – et non pas seulement de mouvement – que l'école-forêt réussit si bien à notre constitution physique et mentale. Les pédagogies en nature visent **l'autonomie des enfants**, très tôt, et cela passe par le fait de leur donner le choix (des activités, des outils, de certains horaires et de certains lieux, etc.). Ah, liberté chérie!

**M**

**MONTESSORI**



# M



Avec le terme “Montessori”, on ouvre la porte à la question des **pédagogies dites “alternatives” dont s’inspirent largement les écoles-forêt.** Les caractéristiques de ces pédagogies (Montessori, Steiner, Freinet, démocratiques, etc.) sont la **centration sur l’enfant** (et non sur le maître ou sur les savoirs), le **développement de l’autonomie** de l’individu (prises de décision, responsabilité, gestion partagée de la structure, etc.), **l’éveil sensoriel** des enfants (et non pas seulement intellectuel), et une vision relativement égalitaire des rôles d’accompagnateurs et d’élèves.

# M



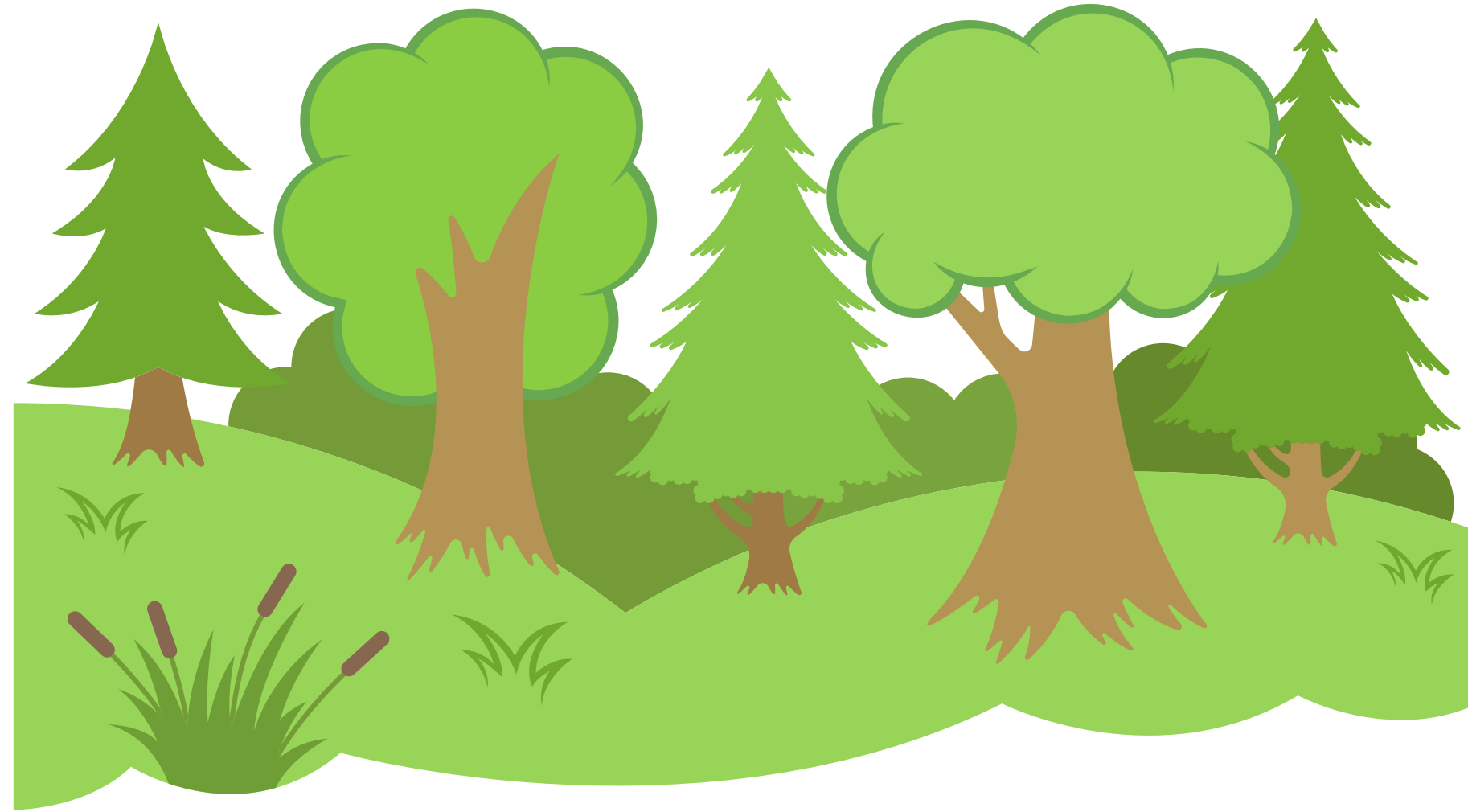
Si la majorité des approches alternatives envisage l'environnement naturel comme bénéfique pour la santé de l'enfant, **seules les écoles-forêt le considèrent comme le meilleur contexte et un outil indispensable pour l'apprentissage** et le développement personnel des enfants. De nombreux enseignants en écoles-forêt utilisent des dispositifs ou du matériel Montessori, de la même manière qu'une école démocratique s'effectue souvent à l'extérieur. **Les pédagogies alternatives empruntent les unes aux autres et s'enrichissent mutuellement**, pour le bonheur des grands et des petits!



**N**

**NATURE**

# N



Evidemment, l'école-forêt s'effectue dans la nature. Cet environnement constitue même la caractéristique première des "pédagogies en nature". Comme le dit l'auteur du manuel "Tous dehors! en forêt" : *"la boîte à outils naturels est gigantesque. Sortez, ouvrez-la et jouez"*. Au-delà de ses bienfaits attestés sur la santé mentale et physique humaine, **la nature constitue un terrain de jeu et d'apprentissage extraordinaire**. Mais la notion de "nature" ne caractérise pas seulement le fait de faire classe en extérieur, il ne s'agit pas seulement de la forêt ou de la nature en tant que lieu d'apprentissage.

Le deuxième sens du mot "nature" est essentiel ici : **on fait école de manière naturelle**, on intègre l'enseignement disciplinaire (les maths, le français, le sport, etc.) à un ensemble bien plus vaste de domaines et de compétences. On y enseigne à vivre, dans toute la pluralité de situations que recouvre le terme : on apprend à socialiser, à discuter, à diriger ou à suivre le groupe, à prendre des risques, à surmonter les obstacles (depuis la peur de monter à un arbre jusqu'à celle de quitter ses parents pour la journée), etc. **L'école-forêt est naturelle aux deux sens du terme : elle se fait dans et par la nature et elle est "normale" pour les petits humains.**



N



O

OISEAUX



# O



Les oiseaux sont (pour le moment, encore) omniprésents en forêt. **Leur chant “enchante” à la fois les bois, les promeneurs, les éducateurs, les enfants, les thérapeutes.** C’est l’occasion de discuter **la présence du monde animal en lien avec celui du végétal.** La forêt regorge d’animaux, microscopiques, petits et grands, qui travaillent de concert avec les végétaux pour leurs survies respectives. Les insectes, bien sûr, ouvriers du sol forestier, compagnons heureux ou malheureux des plantes et des arbres. Les oiseaux, dont l’observation et l’écoute constituent des activités phares dans l’éducation en forêt. **C’est à travers eux que les enfants envisagent un autre monde,** celui des airs, du vol, de l’apesanteur, etc.

Les mammifères, de l'écureuil au sanglier, qui fascinent tant par leurs similitudes avec l'humain que par leurs modes de vie diamétralement opposés au nôtre. La forêt nous abrite depuis la nuit des temps, elle nous amène à **côtoyer les espèces voisines dans un même lieu que nous avons toujours partagé (plus ou moins équitablement)**. La proximité du monde animal amène les enfants à le connaître, d'abord, à s'émerveiller, et à le respecter. On ne parle pas de "gibier" en école-forêt, mais on classe les espèces, on les dessine, on tisse des liens d'amitié avec elles. Peut-on chasser ce qu'on a appris à aimer ? **L'école-forêt marquera-t-elle la fin de la violence humaine contre l'espèce animale?** On appelle ce beau futur de tous nos vœux!

O





P

PROGRAMME

On imagine souvent qu'une éducation en nature ou en école-forêt se passe allègrement de toute forme de structure institutionnelle, à commencer par un programme, une planification et une progression pédagogique. Il est vrai que la vision d'enfants courant à ciel ouvert ou vaquant chacun à ses occupations donne l'impression que, nulle part en arrière-plan, n'existe de programme. Belle illusion d'optique! Tout d'abord, tout enseignant ou accompagnateur de groupes a toujours en tête un objectif pédagogique, qu'il fait progressivement atteindre aux apprenants. Même si on s'amuse, on apprend. Ou, mieux, **parce qu'on s'amuse, on apprend.** Ainsi, **le jeu en forêt répond à des règles pédagogiques et est soumis à des visées formatives**, sauf dans les moments récréatifs, encore que la socialisation soit abondamment exercée dans ces moments.

P



# P



Ensuite, si une grande partie des structures se reconnaissant comme écoles-forêt n'ouvrent leurs portes que ponctuellement (1 à 2 fois par semaine, souvent le mercredi et le samedi), d'autres scolarisent les enfants à temps plein. Ce dernier type de structures **cale non seulement son programme mais aussi son calendrier sur ceux de l'Éducation nationale.** Il faut d'ailleurs rappeler que de nombreux éducateurs en nature travaillent AVEC l'institution et non pas CONTRE elle. Il s'agit de faire arriver les enfants d'un même cycle au même niveau de connaissances que les élèves scolarisés en école classique. Donc, les contenus enseignés en classe sont quasiment identiques dans les deux types d'écoles. **Ce qui est différent, c'est la temporalité, la chronologie et surtout les stratégies d'enseignement** (transversales et holistiques) qui sont utilisées. L'école-forêt, tout un programme!



Q

QUALIFICATION

Q



Parmi les 6 principes fondateurs des écoles-forêt, celui de “qualification” peut sembler problématique. En effet, dans des systèmes nord-américains ou européens autres que français, **il existe des formations qualifiantes et diplômantes**, qui habilitent officiellement des enseignants à ouvrir, diriger et conduire des *forest schools*. En France, il n’existe encore rien de toute cela, même si les choses sont en train de changer. **Les écoles-forêt sont menées soit au sein de l’école publique** par des enseignants certifiés, soit via la **création de structures privées, généralement associatives**, le plus souvent, là encore, par des enseignants certifiés. Par ailleurs, il n’est pas rare que des **parents se rassemblent pour monter des activités de type “écoles-forêt”** ponctuelles ou régulières à destination de leurs enfants.

# Q

La question de la qualification est centrale. En effet, **elle conférerait une expertise officielle, si elle s'accompagne bien d'une formation**, aux gérants et accompagnateurs d'écoles-forêt. Même si, bien souvent, redisons-le, ces personnes sont déjà formées par ailleurs ou bien ont déjà une expérience significative dans l'accompagnement de groupes d'enfants ou dans l'enseignement (ou sont au moins titulaires du BAFA et des PSE). Également, **elle aurait un effet tranquilisant sur les parents** qui, tentés par l'aventure des écoles-forêt, hésitent encore à confier leurs enfants à un système "hors système". Qualif, qualif, quand arriveras-tu?





R

RISQUE





L'école-forêt est souvent sujette – presque autant que la sylvothérapie, d'ailleurs – aux regards effrayés par rapport aux dangers que ces pratiques peuvent sembler faire courir à leurs participants. Danger de s'égratigner, de se couper, de se brûler, d'attraper différents microbes au contact des arbres et de la flore, etc. En fait, pour les pédagogues en nature, **le risque n'est pas considéré en tant qu'obstacle à éviter.** Il fait intrinsèquement partie de la pédagogie, il est souhaité, pris en compte, évalué et discuté avec les élèves. Pour la majorité d'entre elles, les écoles-forêt possèdent des chartes qui encadrent les risques et précisent lesquels prendre, quand, comment et par qui.

La notion de progression accompagne toujours celle de risque : le maniement d'outils est réservé aux plus âgés, tandis que les plus jeunes observent et participent différemment. A force d'observation et d'accompagnement, les plus jeunes finissent par manier automatiquement les outils. Ce n'est pas pour rien que le risque constitue un élément de principe de ce type de pédagogie : **il est formateur en soi car il appelle à la gestion de sa peur, à la notion de responsabilité** (vis-à-vis de soi-même et des autres) et à **la prise d'initiative!** Qui ne risque rien n'a rien!





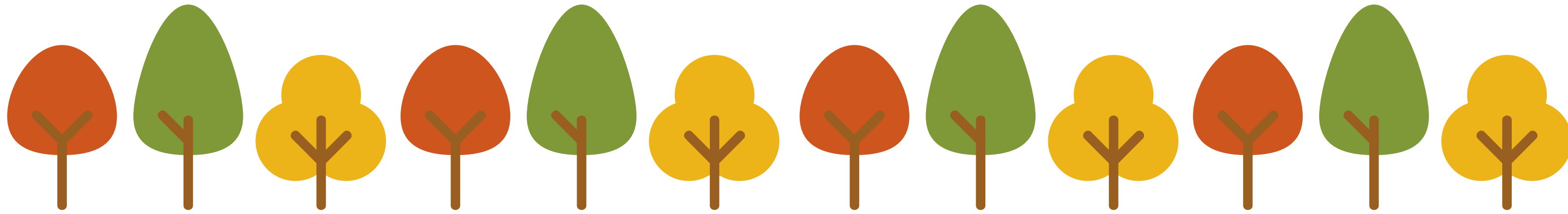
S

**SYLVOTHÉRAPIE**

La sylvothérapie vise l'amélioration physiologique et psychologique des personnes par l'intermédiaire de pratiques qui s'effectuent en forêt. Il s'agit d'une **approche naturopathique reposant sur l'idée d'un effet curatif de séjours en forêts sur diverses pathologies.** Domaine en pleine expansion, il séduit en particulier par ses effets, scientifiquement avérés, sur **la réduction du stress.** Non encadrée institutionnellement (il n'existe pas de formation publique ni de diplôme de sylvothérapeute), **la sylvothérapie prend des formes très variées** : approches par la respiration, par le jeu, par la méditation, par l'imaginaire, par la visualisation, par le mouvement, etc.



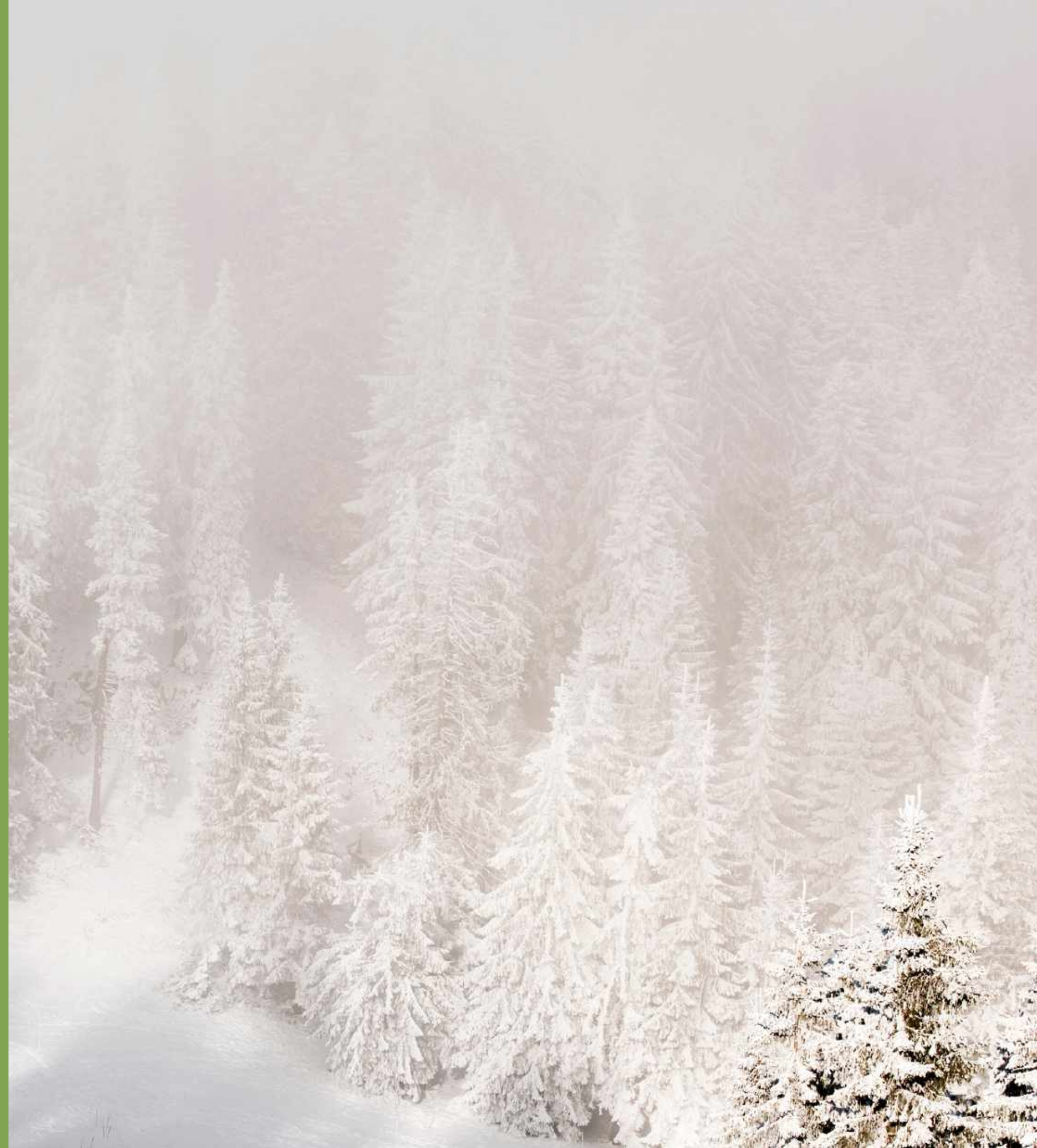
S



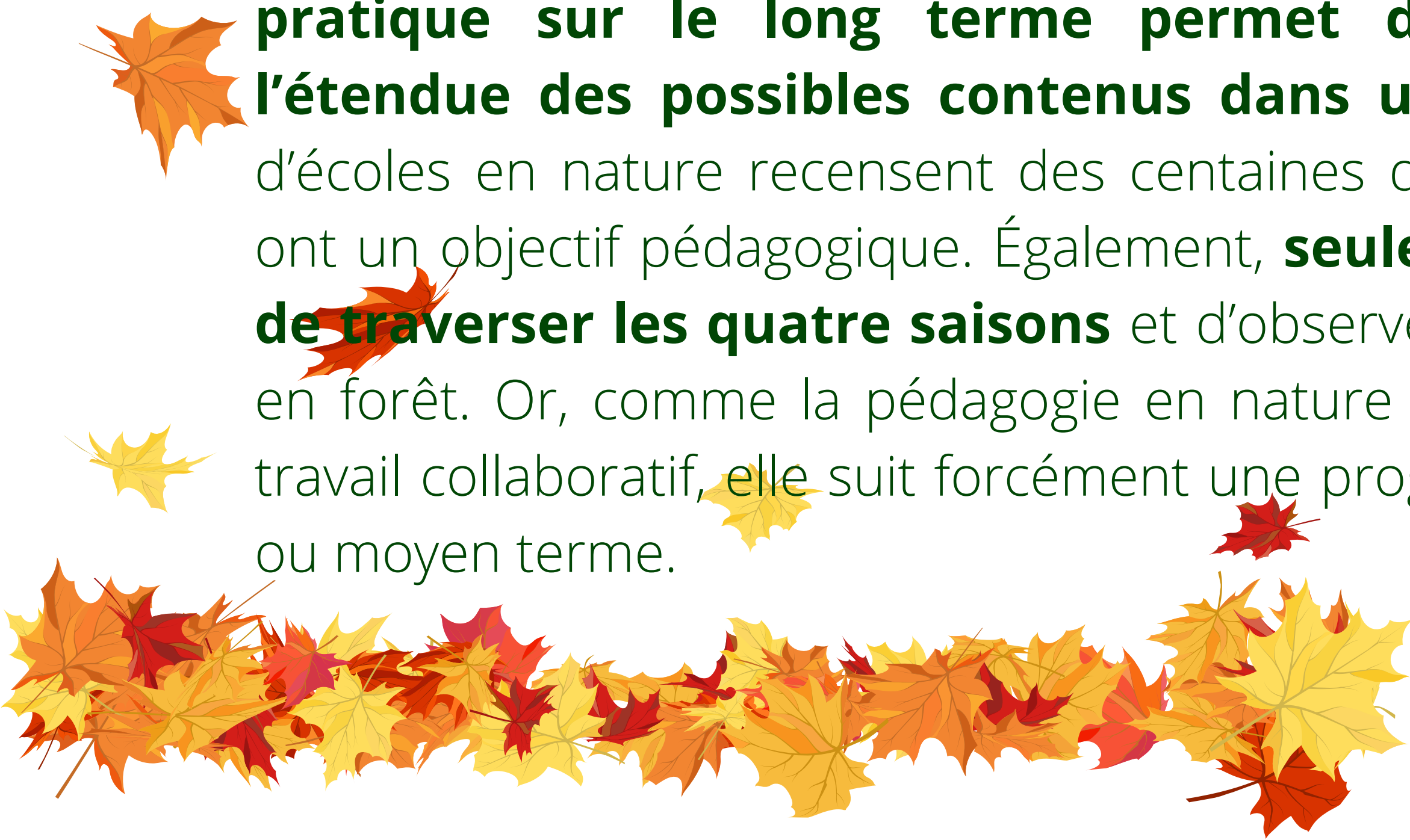
Concrètement, il s'agit, le plus souvent, de **marches en forêt ponctuées d'activités respiratoires, de type yoga ou autres, méditatives, ludiques, créatives, poétiques, etc.** Au-delà de ses apports effectifs concernant le bien-être général des personnes, l'apport de la sylvothérapie est qu'elle considère le lien entre monde végétal et monde humain comme un point essentiel. De ce fait, **elle entretient un lien fort avec les pédagogies par nature** : enfants ou adultes (la sylvothérapie s'adresse à tous publics), la forêt nous fait grandir, dans tous les sens de ce terme. Intellectuellement, émotionnellement, physiquement, nous nous développons par le simple fait d'être présents face aux arbres. Plus nous sommes placés jeunes au sein des univers végétal et animal, plus ce développement et cet ancrage inter-espèce nous seront familiers. **Il ne reste qu'à penser les formes concrètes d'insertion des pratiques de sylvothérapie au sein des programmes d'écoles-forêt...**

**T**

**TEMPS**



**T** L'un des 6 principes de l'école-forêt est qu'**elle s'effectue, comme la croissance des arbres, sur le temps long.** C'est via des sessions régulières que les enfants intègrent le principe même de l'école en nature. Par la répétition vient l'habitude. Le format extérieur leur plaît rapidement mais il doit être suffisamment répété pour qu'il devienne leur ordinaire. Par ailleurs, **seule une pratique sur le long terme permet d'explorer et d'expérimenter l'étendue des possibles contenus dans une forêt.** En effet, les manuels d'écoles en nature recensent des centaines d'activités différentes, qui, toutes, ont un objectif pédagogique. Également, **seule une pratique longue permet de traverser les quatre saisons** et d'observer les modifications qui s'opèrent en forêt. Or, comme la pédagogie en nature est basée sur l'observation et le travail collaboratif, elle suit forcément une progression qui ne peut être à court ou moyen terme.





Les processus de (trans)formation s'effectuent rarement d'un coup, d'ailleurs! Chez les enseignants, **travailler sur le temps long demande de fortes compétences de planification, d'adaptation, d'observation et de réajustement.** Par ailleurs, dans la société hyper-accélérée dans laquelle nous vivons, faire expérimenter le temps qui passe aux enfants, via des pratiques d'écoute, de pause, de méditation, leur permet de prendre conscience du temps réel et du temps ressenti, etc. **"Lentement, mais sûrement, au gré du vent (et selon le temps qu'il fait !)",** tel pourrait être le slogan des écoles-forêt!



U

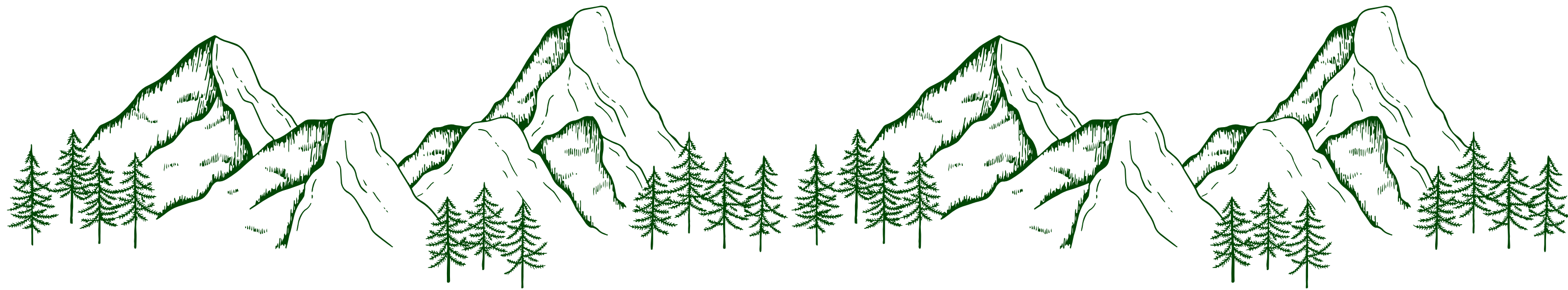
UTOPIE



On considère souvent les initiatives alternatives telles que les écoles-forêt comme des utopies, de **belles idées peu réalistes mises en place par des personnes un peu marginales**. Il est vrai que faire l'école en extérieur, intégralement ou en majeure partie, peut sembler utopique : ce serait une vision de la société idéale ne correspondant pas à la réalité du plus grand nombre. Pourtant, si on regarde l'histoire de l'espèce humaine, la plus grande partie de l'éducation, voire de l'enseignement, s'est effectuée hors les murs d'une classe. **On a toujours appris par mimétisme ou par inculcation et ce, en pleine nature. Ne serait-ce pas l'inverse, donc, qui serait utopique?**

U






U

Egalement, dès la création de l'instruction publique obligatoire à la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle, **des alternatives se sont profilées, qui remettaient en cause l'instruction magistrale** dispensée par un maître face à ses élèves, entre quatre murs. Il ne s'agit donc aucunement d'une idée nouvelle. Par contre, **elle est révolutionnaire au sens qu'elle vise à reconfigurer les pratiques éducatives.** Or, comme toute idée révolutionnaire, elle passe par les trois étapes décrites par l'auteur de *Libérez votre cerveau* : ridicule, dangereuse, évidente. Les parents ou éducateurs prônant l'éducation en forêt apparaissent, pour certains, comme des hippies tout droit sortis des années 70. Il y a danger – diront certains autres – de sectarisme ou, du moins, de communautarisme anti-social. Mais progressivement, sur la base croissante d'études scientifiques et de retours d'expériences sérieux, **qui sait si l'utopie des écoles-forêt ne deviendra pas, tout simplement, la plus grande évidence de notre société future?**



**V**

**VÉGÉTAL**



La proximité du végétal apporte premièrement aux élèves une **connaissance de l'environnement en tant qu'objet d'étude**. L'école-forêt n'est pas une formation de futurs ingénieurs des eaux et forêts, bien entendu! Mais elle repose toute entière sur les interactions avec la nature, végétaux et animaux. Quelle que soit l'activité pédagogique en cours, elle s'effectue dans un cadre où le végétal abonde.

Les enfants sont éveillés aux « sciences naturelles » très tôt et **l'observation du vivant, répétée et approfondie, les conduit à devenir des apprentis-chercheurs** du monde végétal. Ils possèdent rapidement le vocabulaire et comprennent vite la logique et les grandes règles du monde végétal.





V

Ce que nous passons des années à apprendre dans les livres de biologie, les élèves des écoles-forêt l'expérimentent, et le retiennent d'autant mieux, au quotidien. Mais le végétal n'est pas qu'un objet d'étude, loin s'en faut. En effet, il constitue également, pour les enfants, leur contexte d'apprentissage privilégié, leur outil pédagogique principal, leur sujet de discussion, de rêve et de créativité de prédilection. En fait, **ils apprennent DANS le végétal en même temps qu'ils apprennent LE végétal.** La richesse de leur rapport aux végétaux – et à leurs amis ou ennemis les animaux – dépasse de très loin ce que les enfants scolarisés hors nature peuvent imaginer. Pourquoi alors priver ces derniers de ces richesses à portée de mains?



**W**

**WIFI**



Notre abécédaire serait incomplet sans une discussion sur le rapport qu'entretiennent les écoles-forêt à Internet, et, plus largement, au numérique. On imagine souvent la pédagogie par nature comme étant issue d'une volonté de rupture totale d'avec le monde d'aujourd'hui, y compris sur l'aspect numérique. En effet, **de nombreuses écoles-forêt apprécient le mouvement dit de *Digital Detox***, qui invite à se désintoxiquer des outils numériques. Rien de plus efficace, en effet, qu'un jeu de piste en forêt pour faire oublier les écrans aux enfants! Le syndrome de manque de nature étant, en partie, attribué au temps passé devant les écrans, il n'est pas étonnant que **les éducateurs et leurs élèves se passent de ces outils lorsqu'ils sont en nature.**



Mais la réalité est beaucoup plus complexe : déjà, via wifi, **Internet est presque accessible partout, y compris dans les zones forestières.** Ensuite, la posture “anti numérique radicale” n’est partagée ni par les enseignants ni par les parents, qui lui reconnaissent un intérêt pédagogique et ludique. Pour beaucoup, selon leur âge et leurs parents, les enfants retrouvent des écrans à la maison.

Les enseignants également, qui, d’ailleurs, sont très présents sur les forums et réseaux sociaux pour échanger sur leurs pratiques. La démarche adoptée par la majorité des écoles-forêt est celle d’un **juste milieu quant aux outils numériques : ni trop peu, ni pas assez!**

# W



X

XÉNOPHILE



# X



Quel est le **lien entre une pédagogie par la nature et le fait d'aimer les personnes ou les choses "étrangères"** (par opposition au "xénophobe" qui en a peur)? Cela renvoie aux fondements mêmes de l'approche holistique des écoles-forêt : l'humain est considéré comme appartenant à L'Univers. Loin d'être une théorie ésotérique, cette approche a des implications très concrètes. Si on considère qu'humains, végétaux, animaux ont une interdépendance, nous devenons conscients qu'il nous faut prendre soin de cette relation.

Et, bien entendu, **cela s'étend aux autres humains** : les individus ayant eu une éducation en nature sont plus tolérants à la différence que les autres. Il y a une prise en compte des similitudes et des différences, entre les gens, entre les espèces, entre les choses, mais **elles ne donnent pas lieu à des préjugés ou à un rejet.**



En fait, les personnes ayant été élevées au sein de la nature ont moins peur de l'inconnu car ils y ont été confrontés très jeunes. **La peur de l'étranger – qui est liée à la peur de l'inconnu – en est donc réduite.** Et aussi, il existe un lien très fort entre le sociocentrisme (le fait qu'un groupe humain pense être meilleur que les autres groupes humains qui l'entourent) et le spécisme (le fait de se croire supérieur aux autres espèces parce que nous sommes humains). Quand on grandit au contact de la nature et des animaux, on apprend à respecter des éléments qui sont vraiment très différents de nous. Généralement, cela conduit à une plus ample acceptation des coutumes, cultures et modes de vie éloignés des nôtres.

X

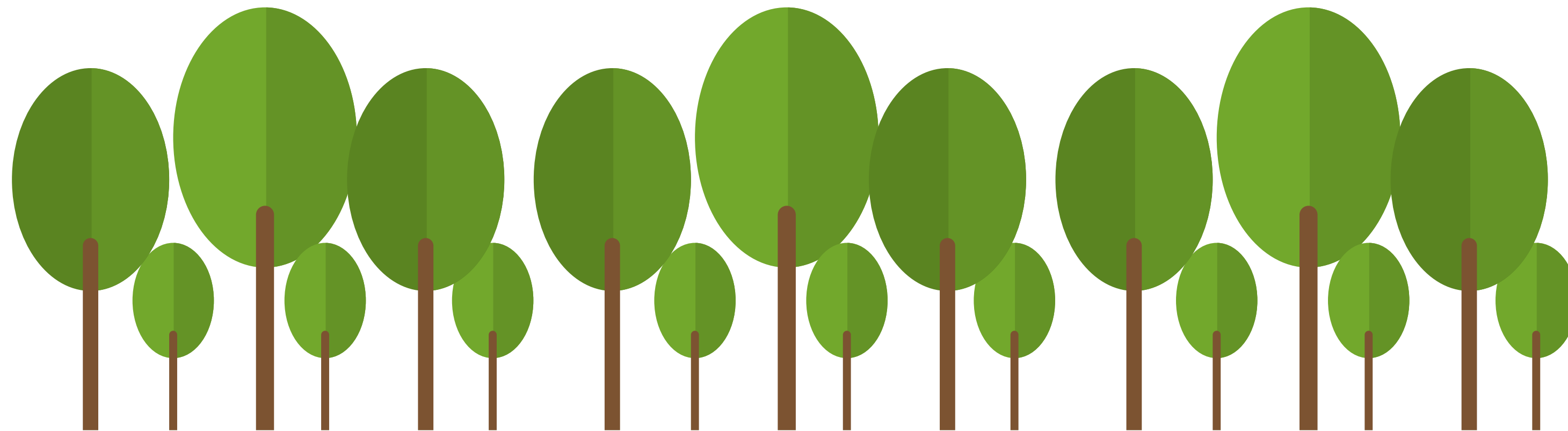




Y

YOKU (SHINRIN)





# Y

Le terme “Shinrin Yoku” signifie en japonais les “bains de forêt”, tels qu’ils sont pratiqués en Orient depuis les années 80. Il s’agit de **marcher sur des parcours forestiers dédiés spécifiquement à la promenade de santé en forêt**. Les espèces d’arbres sont **choisies en fonction des essences qu’elles dégagent et de l’esthétique de leurs formes ou de leurs fruits et fleurs**. C’est principalement leur pouvoir apaisant qui est recherché, à partir du taux d’humidité, de la température de l’air, de la luminosité, du courant atmosphérique, des sons et des composés organiques. Plus les pentes sont douces, les chemins larges, les sentiers entretenus, les ruisseaux nombreux et les plantes variées, **meilleur sera l’impact sur le stress des promeneurs**.

Les bains de forêt peuvent être menés par un guide, ou non. Ils se sont beaucoup développés en Occident et **ont parfois fusionné avec des pratiques de sylvothérapie, de yoga, de sophrologie ou autre, parfois sont restés de simples “promenades soignantes”**. Le lien que les bains de forêt entretiennent avec les pédagogies en nature est évident: leur environnement est le même et ils partagent une **volonté d'évoluer au sein de la nature, à laquelle ils reconnaissent des propriétés bénéfiques**. Tous en forêt, petits et grands, pour l'école et/ou pour la santé!







Z

ZEN





Le mot “zen” a ici deux sens complémentaires. D’abord, comme synonyme de “calme”, “déstressé”, “serein”, “apaisé”, etc.”. L’école-forêt est un bain de forêt. Elle repose sur les mêmes bases que la sylvothérapie sur ce point, à savoir que **l’univers forestier est calmant pour l’humain. Il fait baisser notre taux de cortisol, ce qui diminue notre stress, et il nous vide la tête!** Par ailleurs, le terme “zen” signifie “méditation” en langue chinoise (dans sa prononciation japonaise romanisée). Or l’un des liens entre bain de forêt, sylvothérapie et pédagogie par la nature est celui de la contemplation, souvent méditative, de l’environnement ou de son propre être intérieur.

Dans l'approche "Sylvo-éducation", **les pratiques de méditation sont à intégrer dans la pratique pédagogique.** La méditation contient une forte puissance formative puisqu'elle conduit à une conscience de soi. Or **tout apprentissage d'éléments extérieurs ne peut se passer d'une connaissance de soi.** La relation aux autres, y compris celle que nous entretenons avec les matières scolaires, est médiée par la relation de soi à soi. Les pratiques de méditation à destination des enfants ont un **très grand succès car elles contribuent à générer du calme et du bien-être** dans des groupes de bambins, souvent turbulents. Par ailleurs, les bénéfices de la méditation sur les capacités cognitives des méditants n'étant plus à prouver, **on a tout intérêt à pratiquer la "Médito-éducation" !!**

Z





Pour en savoir plus : <https://mapetiteforet.fr/>