

ATELIER. Apaiser I. Les bases de la sophrologie. Prévention et résilience

www.cerese.fr

contact : sandrine delrieu

lecerese@gmail.com

Cet atelier initie aux bases de la sophrologie dans un contexte éducatif ou social. L'objectif est de transmettre aux enseignants, éducateurs, infirmiers scolaires... des bases solides pour pouvoir ensuite mener des ateliers de manière autonome avec les élèves ou publics. Il peut être réalisé 2 ou 3 fois avec le même groupe, les sessions 2 et 3 étant alors adaptées aux besoins et questions du groupe.

Publics :

1/ groupe de professionnels (enseignants, éducateurs, infirmiers scolaires, animateurs...)

2/ groupe de jeunes, de parents

3/ groupes mixtes (jeunes + parents + communauté éducative...).

Durée : ½ journée, de 1h30 à 3h

L'atelier peut avoir lieu plusieurs fois avec un même groupe pour préciser des connaissances, proposer des exercices qui font écho à des besoins et transmettre les moyens d'une autonomie (utilisation des fichiers audio).

Animation : [Sandrine Delrieu](#), sophrologue, sophro-analyste

Lieu : Dans les structures qui accueillent l'atelier.

Sur le plan pédagogique, cet atelier combine théorie et pratique :

Connaissances :

- les 2 systèmes nerveux, évolution et besoins de la naissance à l'adolescence, le rythme activité / repos.
- Le lien entre stress, état émotionnel et mental. Le rôle de l'amygdale et de la mémoire du corps.
- Les réactions du système nerveux face aux menaces ressenties (réelles ou fantasmées) : attaquer, fuir ou se paralyser. Les conséquences relationnelles et sociales.
- Les cinq blessures de l'être : le rejet, l'abandon, l'humiliation, la trahison, l'injustice.
- L'effet des écrans sur le cerveau. L'impact du virtuel sur l'émotionnel.

État d'esprit du prendre soin :

- Le pouvoir d'agir sur soi-même, « se contenir ».
- Passer de l'émotion (réaction) au sentiment (élaboration)
- Le libre arbitre
- La conscience affective, le discernement et l'esprit critique
- L'individuation, le devenir du Sujet et l'autonomisation

La pratique :

- L'intentionnalité positive et bienveillante (vis à vis de soi et du groupe)
- Les lectures du corps (schéma corporel, détente musculaire, émotionnelle et mentale, respirations, conscience du corps et conscience de soi)
- Les relations dynamiques (exercices ludiques, étirement, souplesse, dynamisation des ressources...)
- Les activations intra-sophrone (combinant imaginaire ET sensations)
- Les sentiments positifs, confiance, sécurité, liens, imaginaires de soi, ressources
- L'intégration et l'expression verbale des ressentis.

Productions données aux stagiaires

- Livret pédagogique. Connaissances et fiches d'exercices.
- Fichier audio de sophrologie permettant aux personnes de pratiquer seule ou en groupe

Infos pratiques sur [l'organisation d'un atelier dans votre structure.](#)

Ce PDF a été fabriqué, ou cette page imprimée, à partir du site www.cerese.fr
Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.



ATELIER. Apaiser II. Les blessures de l'être, les clivages et la haine

www.cerese.fr

contact : sandrine delrieu

lecerese@gmail.com

Cet atelier explore la question des blessures de l'être, des expressions affectives qui peuvent en découler (tendance à l'absolutisme, au « tout ou rien », frustrations insupportables, sensations de menace permanente...), de la haine qui peut y couvrir ou se décharger, et des constructions intellectuelles qui peuvent s'y construire (inhibitions ou exhibitions, visions binaires dans les représentations de soi, de l'autre et du monde, postures identitaires, parfois paranoïa et besoin d'ennemis...).

Sous forme de récits compréhensibles par tous, imagés, cet atelier synthétise certaines notions incontournables dans la formation du « Moi » (narcissisme primaire et secondaire / narcissisme du moi et narcissisme d'objet) et leur articulation dans la vie courante.

Le lien entre ces blessures de l'être et certaines quêtes spirituelles ou religieuses surinvesties est abordé. Notamment dans le cas des « conversions psychotiques » ou de la colonisation par le fantasme d'un être absolu, sans limites, sombrant sous l'angoisse binaire du clivage enfer / paradis.

Le but de cet atelier étant de découvrir ou d'approfondir des ressources pour apaiser certaines dimensions très douloureuses dans l'être humain, enfant, jeunes ou adultes, et de pouvoir travailler en prévention. Il est ponctué par l'apprentissage d'exercices de sophrologie permettant d'apaiser ces blessures et d'en prévenir les conséquences néfastes.

DURÉE : Une demi journée (3 heures) ou une journée (6 heures), le contenu étant modulé en fonction du public présent et du temps. Un échange préalable avec les organisateurs permet d'adapter l'atelier au contexte.

PARTICIPANTS

- 1/ Associations et professionnels du social, de l'éducation, du soin... qui travaille avec des groupes de personnes, enfants, jeunes, parents...
- 2/ Un groupe de jeunes, adultes... encadré par les professionnels qui travaillent régulièrement avec eux. Il s'agit alors d'une « formation » professionnels / jeunes (très intéressant pour développer une culture commune et s'écouter).
- 3/ Entreprises, comités d'entreprise, institutions...
- 4/ Tout autre lieu et contexte intéressés par les récits proposés.

FORMATION PROFESSIONNELLE :

Si vous désirez inclure cette intervention dans une formation professionnelle que vous organisez, ou si vous désirez accueillir la série d'ateliers sous forme de formation professionnelle (entre 10 et 20 participants), [merci d'envoyer un mail avec votre proposition](#).

LIEU : Dans les lieux et structures qui en font la demande.

COÛT : coût de l'atelier ou de la rencontre + transport et hébergement (hors marseille).

Ce PDF a été fabriqué, ou cette page imprimée, à partir du site www.cerese.fr
Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.



ATELIER. Le Un, le Binaire et le Tiers. Récits autour du développement des compétences affectives et sociales

www.cerese.fr
contact : sandrine delrieu
lecerese@gmail.com

Ces trois phrases racontent un chemin réalisé à partir de la naissance vers l'âge adulte permettant d'élaborer les complexités de l'existence et des relations privées ou sociales avec plus de maturité, de recul et de sagesse.

Cet atelier aborde les trois phases dites « orale, anale et génitale » qui forment un récit et des étapes dans le développement psychique, affectif et intellectuel d'une personne. À travers ce fil conducteur, nous pouvons reconnaître certains comportements et tendances, moïques, relationnelles et sociales, et des compétences qui se forment petit à petit.

Les connaître permet de mieux comprendre certains blocages dans la phase orale du « Un » (où toute frustration est insupportable et où un sentiment de toute puissance et d'impunité dominant) ou dans la phase anale du « Binaire » (où les affects et les pensées luttent avec une conflictualité dominant / dominé) pour entrer dans la phase génitale du Tiers où les aménagements relationnels et sociaux deviennent supportables, désirables et plus créatifs.

Cet atelier inclut des exercices de sophrologie (sensations et visualisations) permettant de mettre en mouvement le Tiers dans nos représentations psychiques, et de voir les troisièmes voies qui en découlent

DURÉE : Une demi journée (3 heures) ou une journée (6 heures), le contenu étant modulé en fonction du public présent et du temps. Un échange préalable avec les organisateurs permet d'adapter l'atelier au contexte.

PARTICIPANTS

- 1/ Associations et professionnels du social, de l'éducation, du soin... qui travaille avec des groupes de personnes, enfants, jeunes, parents...
- 2/ Un groupe de jeunes, adultes... encadré par les professionnels qui travaillent régulièrement avec eux. Il s'agit alors d'une « formation » professionnels / jeunes (très intéressant pour développer une culture commune et s'écouter).
- 3/ Entreprises, comités d'entreprise, institutions...
- 4/ Tout autre lieu et contexte intéressés par les récits proposés.

RENCONTRE PUBLIQUE : Ce récit (condensé) est également possible sous forme de rencontre publique (entre 1h30 et 2h, avec échange avec le public).

FORMATION PROFESSIONNELLE :

Si vous désirez inclure cette intervention dans une formation professionnelle que vous organisez, ou si vous désirez accueillir la série d'ateliers sous forme de formation professionnelle (entre 10 et 20 participants), [merci de m'envoyer un mail avec votre proposition.](#)

PS : l'ordre des ateliers peut changer en fonction du contexte et des besoins.

LIEU : Dans les lieux et structures qui en font la demande.

COÛT : coût de l'atelier ou de la rencontre + transport et hébergement (hors marseille). [Me consulter](#)

Ce PDF a été fabriqué, ou cette page imprimée, à partir du site www.cerese.fr

Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.



ATELIER. Le Coran au 7ème siècle et l'Islam depuis le 18ème abordés au prisme de l'Histoire et de l'anthropologie.

www.cerese.fr

contact : sandrine delrieu

lecerese@gmail.com

Cet atelier apporte des éclairages à propos des imaginaires, réalités ou fantasmes, convoqués autour de la religion musulmane depuis l'explosion de l'idéologie Daesh et des attentats. À propos de la période coranique, les récits s'appuient sur les recherches historiques et anthropologiques de l'islamologue Rachid Benzine.

Destiné à des professionnels de l'éducation, du social, du soin, à des jeunes et à toute personne intéressée, cet atelier invite à prendre du recul et à partager des connaissances et ressources pacificatrices.

→ Conception et animation de l'atelier : Sandrine Delrieu, sophrologue, sophro-analyste.

→ Contact : lecerese@gmail.com

État des lieux, état d'esprit

Depuis les années 2010, l'adhésion de multiples personnes et de jeunes aux discours produits par l'État Islamique a sidéré nos sociétés, en France, en Europe et en de multiples pays du monde. Les ondes de choc et les interrogations sont multiples :

- **La violence préméditée des actes et la déshumanisation** de leurs auteurs envers leurs victimes ont fait prendre conscience que certains jeunes avaient une **haine** profonde pour le pays dans lequel ils avaient souvent grandi. À travers les discours, c'est également à une haine envers l'Occident que cette violence s'adresse (mais pas seulement).
- Aux premières **revendications** "On a vengé le prophète Muhammad" (attentat de Charlie Hebdo) ont suivi une série d'injonctions "Tuez les mécréants", "Faire le Djihad", "Rétablir le Califat Islamique", "Vivre sous la Loi d'Allah"... D'où vient **ce projet à la fois politique et religieux** ? Vient-il, comme l'affirme certains, du "temps du prophète" ou s'agit-il d'une reconstruction postérieure, d'un "fantasme des origines" ? Comment analyser les origines de cet imaginaire, du clivage bien / mal, décortiquer les mots employés, comprendre certains rouages ?
- **Les risques de repli sur soi et de divisions** peuvent s'amplifier, chacun pouvant vite devenir "le mal de l'autre" (en fantasme ou en réalité). Une paranoïa ambiante est amortie par la volonté de tous ceux qui travaillent à tisser des liens affectifs, éducatifs et sociaux et à faire tenir le "vivre ensemble" dans ce qui constitue les choix historiques de la construction française : une république démocratique et laïque, certes perfectible mais encore prometteuse.
- Au quotidien, de nombreuses **normes** alimentaires (le halal), vestimentaires ou comportementales envahissent les esprits pour *devenir, être ou paraître* de "bons musulmans". L'air du temps mélange quête d'identité et d'affirmation de soi, blessures de l'être, besoin de s'opposer à une autorité parentale ou étatique tout en obéissant scrupuleusement à une autre autorité supérieure, angoisses existentielles, quête de vertu, colère envers les injustices du monde, peur d'aller en Enfer,

sentiment que "la France" persécute les musulmans... Il existe une pression et une ambiance de réactivité émotionnelle parfois intense, *de part et d'autres*. Comment sortir de cette impasse ?

- L'Islam est composé de multiples courants, dont le wahhabisme et ses manières d'avoir envahi les territoires, les esprits et les imaginaires du religieux. Mieux discerner ce courant et ses discours semble aujourd'hui incontournable.
- ...

Dans ce magma de causes et de conséquences, il s'agit de partager des connaissances dans un état d'esprit qui apporte du discernement, et de mobiliser des ressources qui pourront être utiles aux uns et aux autres.

1/ Explorer les origines. L'approche historico-critique de l'Islam, de ses récits et productions, à partir des recherches de Rachid Benzine, islamologue

Puisque le Coran, Muhammad, les compagnons du prophète, ce temps des "origines" au 7ème siècle... font régulièrement référence dans les discours pour justifier des postures et représentations, développer nos connaissances sur cette période est incontournable. L'approche historico-critique puise dans les sciences humaines (histoire, anthropologie et linguistique) et permet de recontextualiser l'émergence du Coran et de l'Islam dans le contexte social et culturel, historique et géographique de son époque.

→ **FAIRE RÉCITS**. Rachid Benzine a développé une approche de la société tribale du désert d'Arabie dans laquelle, selon la tradition, naquit Muhammad (570 - 632). Les paroles et les actes attribués à Muhammad s'ancrent dans un contexte, celui de groupes humains où bédouins et sédentaires organisent leurs survies, leurs déplacements, leurs relations et leurs négoce dans un désert au climat hostile où les questions de survie sont omniprésentes.

Tout **un imaginaire, des besoins et des craintes**, des conflits et des alliances tribales, des relations entre hommes, femmes, enfants et animaux, des attentes de protections divines... découlent de ces conditions de vie. Les paroles attribuées à Muhammad, transmises d'abord à l'oral puis rassemblées dans ce corpus nommé Qu'ran, gardent trace de ce contexte, de la mentalité et des événements de cette période dans ce désert.

Cette prégnance du contextuel dans les récits devenus sacrés est récurrente à toutes les religions, civilisations et croyances. Comme pour toute religion qui a émergé dans le passé, sa force et sa pérennité tient à sa capacité de souder une communauté grandissante autour d'un corpus unique, en construisant des attentes, des peurs et des représentations communes. Des **remaniements** ont lieu au fil des siècles, invitant à penser en terme de processus de construction, *de choix historiques et de croyances très humaines*.

→ **DÉSAMORCER DES PRESSIONS**. En réançant les récits du religieux comme production des sociétés humaines dans le temps linéaire, cette démarche apporte des éléments de réflexion qui contribuent à sortir des discours uniques, rigidifiés, surplombant, "au nom de..." et pour toujours. **L'aspect temporel des récits de l'intemporel** calme les systèmes idéologiques qui peuvent coloniser **le besoin de croire et les manières d'y croire**. Grâce à la linguistique par exemple, ces recherches rappellent que le mot "Djihad" préexistait à la période coranique et signifiait "un effort intense pour faire quelque chose", avant d'être investi par des connotations morales et religieuses (le grand Djihad, l'effort sur soi pour devenir meilleur) ou de défense en cas d'attaque et pour un temps limité (le petit Djihad ou Djihâd par l'épée, un effort militaire).

→ Cette approche historique et anthropologique ne produit pas un discours de vérité mais engage dans une recherche partagée. Elle ne se préoccupe pas de ce qu'il "faudrait" croire ou pas à propos de Dieu, de la recherche théologique (la nature de Dieu, de la Création...) ou eschatologique (jugement dernier, enfer et paradis, signes de la fin des temps, etc). Elle observe la manière dont ces récits ont existé et évolué dans le temps, dans quels contextes sociaux, économiques, politiques, au contact de quel autre groupe ou croyances, en relation avec quelles découvertes techniques, etc.

Aucune religion, philosophie, société, connaissance, groupe humain ou personne n'échappe à une construction historique de ses récits et productions.

2/ À partir du 18ème siècle, l'émergence de l'imaginaire wahhabite et l'impact de la colonisation.

Cet atelier synthétise également quelques éléments clefs de l'histoire et de la mentalité wahhabite, qui, grâce aux moyens des pétrodollars de l'Arabie Saoudite, a colonisé petit à petit les manières de croire en « réinventant une tradition » (voir [l'article de Daoud Riffi](#)). Mieux identifier ce courant permet de sortir de certaines confusions entre un courant particulier de l'islam et l'Islam en général.

3/ Langage scientifique, symbolique et religieux. Des récits différents à ne pas mettre en concurrence.

→ Pour les personnes qui ont la foi, il est important de ressentir que l'approche historique ne s'oppose pas à une quête de transcendance, mais qu'elle permet de désamorcer certaines confusions de genre. Cet atelier propose une manière de poser du discernement et **une différenciation qualitative entre les langages scientifiques, symboliques et religieux**, et de sortir des visions conflictuelles les opposant.

→ **PACIFICATIONS**. Les contenus de cet atelier ont l'avantage de ne pas nous cristalliser dans la dualité des "discours - contre discours", "vérité - contre vérité", mais au contraire de nous amener en voyage dans le temps en nous rappelant que chaque groupe humain cherche des issues à sa survie et à son développement avec les ressources et les moyens de son époque, et que, par extension, les réponses à nos questions sociales et sociétales ne se trouvent pas dans les manières de vivre et de penser des hommes du désert du 7ème siècle, mais dans ce 21ème siècle. À l'heure d'une globalisation inédite et inquiétée, **le retour à la vie tribale et la quête de certitudes absolues** pourraient faire partie des réponses inconscientes à un vide de sens, aux angoisses ou à une quête "d'autre chose".

Ce sentiment de responsabilité et ce devoir de créativité dans le présent n'empêche pas de méditer sur les visions de l'homme et de l'humanité que d'autres siècles ont produit, sur les paroles qui furent posées sur la fragile et mystérieuse condition humaine, ou sur les mystères de la vie.

Se situer et penser dans la complexité

→ Enfin, cet atelier abordera une manière de placer sa conscience en "observateur calme" qui ne ré-agit pas du tac au tac, ne panique pas en temps de crise, mais renforce au contraire des ressources affectives, relationnelles et intellectuelles nous permettant de continuer à développer une créativité sociale.

Méthode et outils utilisés dans l'atelier

- > Apports de connaissances à partir de vidéos et de textes.
- > Échanges, récits et analyses avec repères historiques.
- > Livret pédagogique, références et bibliographie.

PS : Une autre version de cet atelier est développée dans la formation "[Penser, ressentir et agir face aux radicalisations](#)" conçue et animée par Le Cerese et Anthropos Cultures Associées (ACA).

Organisation de l'atelier

→ [Les conditions](#), durée, préparation, coût...

*Ce PDF a été fabriqué, ou cette page imprimée, à partir du site www.cerese.fr
Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.*



FORMATION. Penser, ressentir et agir face aux radicalisations

www.cerese.fr
contact : sandrine delrieu
lecerese@gmail.com

*Une formation pluridisciplinaire et créative pour enrichir son approche théorique et pratique.
Cette formation est le fruit d'une collaboration entre Le Cerese et [Anthropos Cultures Associées](#).*

Contexte et proposition globale

Les acteurs de terrain qui accompagnent des jeunes sont parfois confrontés à des comportements ou des propos qui les déroutent, les brusquent ou simplement les questionnent, parce qu'ils semblent en prise avec des idéologies radicales qui contredisent l'esprit des principes républicains et du vivre-ensemble.

Le contexte n'est pas neutre, la France a fait l'objet de plusieurs attaques terroristes et de multiples théories autour des phénomènes d'embrigadement des jeunes par Daesh ont vu le jour. L'état et les collectivités locales mettent plusieurs stratégies pour enrayer les dits phénomènes, et les médias mettent parfois de l'huile sur le feu en diffusant des opinions et des humeurs plutôt que de la pensée. La logique lancinante du « dépistage » (comment reconnaître un individu potentiellement radicalisé ?) se heurte à la difficulté de juger des intentions présumées (et non des actes), avec une liste d'indicateurs combinant crise « classique » de l'adolescence, révolte politique, fragilité psychique, rancœurs, signes d'une appartenance religieuse revendiquée et signes de radicalisation violente.

Deux dangers coexistent : l'extrême violence surgissant n'importe où n'importe quand - et une ambiance quotidiennement délétère, suspicieuse et paranoïaque qui mine le tissu social, les liens et le désir de vivre ensemble.

Tous ces éléments pèsent sur les acteurs de terrain et les renvoient bien souvent à un sentiment d'impuissance.

Notre modèle de société a été attaqué au cœur même de ses valeurs « Liberté, Égalité, Fraternité » et les bonnes volontés tâtonnent pour trouver ce qu'il s'agit d'améliorer, comment, à partir de quelles connaissances et expériences, et avec qui.

À l'interdisciplinarité des analyses des problèmes fait suite une interdisciplinarité créative sur le plan des solutions. Cela ne va pas sans parfois bousculer les habitudes et les mentalités.

Comment penser et que faire ensemble dans ce contexte ?

> Nous pensons qu'une seule théorie explicative ne suffit pas, puisqu'il s'agit de phénomènes multi-factoriels dont il s'agit de décortiquer ensemble les mécanismes : affectifs, géopolitiques, religieux, sociaux, économiques, sociétaux, politiques, familiaux, psychiatriques... Rien n'est à abandonner, rien n'est à privilégier d'emblée. L'idée est donc d'explorer différents courants de pensée et d'analyse actuels en les combinant plutôt qu'en les opposant, et en permettant ici de faire groupe y compris au sein de la formation.

Chaque approche peut apporter des ressources, éclairer certaines fixations et désamorcer certaines confusions. Nous partageons donc des apports synthétiques sur chacune de ces dimensions, et une méthodologie spécifique tournée vers l'inclusion des apports du groupe.

> Nous proposons un temps d'éclairage spécifique sur les processus « d'aimantation » à l'œuvre en ce qui concerne l'idéologie de l'Etat Islamique, et les différents imaginaires religieux et politiques convoqués dans leurs récits du monde. L'EI a certes été affaibli au niveau territorial en Irak et en Syrie, mais sa puissance destructrice continue de faire des adeptes à travers des recruteurs, sur la toile internet, dans les prisons et dans de nombreux pays du monde.

Il s'agit de comprendre, à la fois sur le fond et sur la forme, comment ces messages idéologiques qui terrifient le plus grand nombre, peuvent capter avec une telle puissance l'imaginaire, les fantasmes, les rancœurs et les haines de certaines personnes en leur donnant le sentiment de se ressourcer, de renaître dans une appartenance idéalisée, d'avoir une place et une reconnaissance dans un projet révolutionnaire et rédempteur, et de les propulser vers un futur plus prometteur.

> A partir de ces analyses, il s'agit d'identifier comment ces processus d'aimantation peuvent être à l'œuvre :

- A la période de l'adolescence, avec la complexité qui l'accompagne : pourquoi cette période est-elle propice à ce type d'aimantation ?
- Auprès de jeunes français qui, pour différentes raisons (psychiques, affectives, sociales, économiques) ont accumulé des sentiments de frustration, d'humiliations, d'absence de légitimité... quelle que soit leur origine ou milieu social. Nous explorerons certaines blessures de l'être qui peuvent déclencher un retournement du besoin vital de lien... en haine dans le lien.
- La question de la quête religieuse qui revient sur le tapis de l'intime ou du politique et des ressources pour en parler dans une république laïque. Les affirmations d'incompatibilité entre lois divines et lois humaines inquiètent, tandis que la recherche de cadre, de sécurité, d'autorité « divine », voire de vertu idéalisée de certains jeunes témoigne d'une société qui n'a pas vu venir un mal être profond, des angoisses, une révolte et une quête « d'autre chose ».

- Une réflexion sur les valeurs communes, leur mise en perspective et en pratique.

> Sur le plan des ressources vis à vis de l'Islam, nous ferons un voyage dans le désert, au 7ème siècle, dans cette société tribale où, selon la tradition prophétique, vécut un homme, Muhammad, et émergea un texte, le Coran. Quatorze siècles après, une grande crise. « Au nom de » quoi ? De qui ?

L'approche historique et anthropologique de cette période coranique permet de clarifier l'imaginaire et les besoins de chaque époque et d'éviter certaines confusions malheureuses. Ce retour sur le passé avec les outils des sciences humaines s'appuie sur les connaissances d'historiens et de l'islamologue Rachid Benzine qui s'efforce de rendre sa recherche accessible et utile à tous, communauté éducative, jeunes et citoyens.

> Enfin, nous proposons de manière transversale des apports spécifiques sur les postures professionnelles et des pédagogies opérantes auprès des jeunes dans tout contexte où ceux-ci affichent un positionnement idéologique radical.

Il s'agit ici d'enrichir des logiques éducatives qui s'inscrivent généralement dans une posture de transmission de savoirs, d'apports de connaissances et de valeurs qui à notre sens ne suffisent pas à modifier ces positionnements, et peuvent parfois les renforcer en enfermant l'interlocuteur dans une logique de passivité. Les approches participatives sont en effet, en soi, propices à redonner du pouvoir d'agir aux jeunes, si elles sont maîtrisées par les interlocuteurs.

Les postures participatives à développer s'articulent autour de trois axes principaux :

- Permettre l'expression
- Valoriser les singularités
- Permettre l'expérimentation concrète des valeurs

Résumé des objectifs

- Acquérir des connaissances sur les phénomènes de radicalisation à partir de différentes approches
- Être sensibilisé à l'approche historico-critique de l'islamologue Rachid Benzine et savoir en tirer certaines ressources utiles
- Mieux appréhender les propos et attitudes des adolescents en lien avec ces phénomènes
- Mieux savoir comment agir dans une logique de prévention, puis répondre aux situations
- Développer sa créativité afin de mettre en place des débats, ateliers et projets avec les adolescents

Programme sur deux jours

Les journées sont remaniées en fonction des structures et publics présents, des contextes et des besoins.

La formation peut parfois être condensée en un jour - ou étalée sur 3 jours, chaque contenu étant alors approfondi et les temps de travail de groupe plus nombreux.

1er jour : Analyser les phénomènes

- L'idéologie de Daesh et les processus d'aimantations. Trois grands types de profils :
 - la psychose, le morcellement et ses logiques (avec un éclairage sur la différence entre conversion mystique et conversion psychotique)
 - le mal-être, blessures, frustrations et quêtes
 - l'idéologie pure et dure, normalisée par le groupe
- Les valeurs inversées
- La période de l'adolescence et les phénomènes de radicalisation : un miroir troublant
- Exclusions, humiliations, discriminations, ruptures : les logiques de l'impuissance face à la société et au monde
- Tour de table des ressentis et des situations, échanges sur la base d'une méthodologie inclusive et non-violente
- Apaiser, s'apaiser : exercices de respiration, d'apaisement et d'intégration (pouvant être ensuite proposés à des jeunes)

2ème jour : Enrichir ses leviers méthodologiques et pédagogiques

- Le corps : stress, traumatismes, pulsionnalité, réactivité. Comment renforcer le sujet, décoloniser du « bruit du monde », recentrer et apaiser l'effet des stress ? Le lien entre calme intérieur, prise de recul et esprit critique.
- La parole et l'écoute : animer un débat sur des sujets « polémiques »
- La connaissance : Histoire et anthropologie du 7ème siècle : un autre regard sur les textes religieux. Les croyances d'aujourd'hui dans les pratiques des jeunes. La différence entre les trois langages : scientifique, symbolique et religieux.
- Les logiques de défense et de re-légitimation sociale : redonner du pouvoir d'agir face à des phénomènes de discriminations et/ou d'auto-exclusion.
- Mettre en projets : expérimenter des valeurs, créer des objets, cultiver ses émotions et le vivre-ensemble

Pédagogie

- > Apports de connaissance (histoire, religions, psychologie, psychopathologie, socio-anthropologie, juridique)
- > Supports diversifiés : textes, films vidéos
- > Ateliers en sous-groupes
- > Débats et temps d'échanges

Un livret de formation est donné aux stagiaires (fil conducteur de la formation, liens, ressources et bibliographie).

Intervenantes

Sandrine Delrieu, sophrologue, sophro-analyste.

Mots clefs : psychanalyse et radicalisations affectives, approche historique et anthropologique du religieux, repères géopolitiques, « apaiser les blessures de l'être, les clivages et la haine », construction du Sujet et pouvoir d'agir.

Florence Lardillon, ingénieur social.

Mots clefs : Lutte contre les discriminations, pouvoir d'agir, parentalité, participation, citoyenneté, laïcité, démarche projet.

Clotilde O'Deyé, socio-anthropologue.

Mots clefs : parentalité, interculturalité, posture professionnelle, jeunesse, pouvoir d'agir, exil, intégration, laïcité, démarche projet.

[Anthropos Cultures Associées.](#)

Historique de cette formation

Cette formation a été initiée en 2016 dans le cadre d'un projet « Créer pour résister ensemble » financé par le CGET. Elle fut développée en 2017 en partenariat avec le Rectorat Aix-Marseille (pour des collèges et lycées du Réseau Éducation Prioritaire) et le Théâtre La Cité dans le projet « Jeunes à vif ».

Depuis 2018, la formation est remaniée pour s'adapter à plusieurs contextes (social, éducatif, détention, entreprise...).

Nous contacter

Pour organiser cette formation dans votre structure.

> S. Delrieu : lecerese@gmail.com

> F. Lardillon et C. O'Deyé : lesculturesassociees@gmail.com

Ce PDF a été fabriqué, ou cette page imprimée, à partir du site www.cerese.fr

Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.



ATELIER. L'adolescence et le passage du besoin au désir socialisé

www.cerese.fr

contact : sandrine delrieu

lecerese@gmail.com

Cet atelier a été conçu suite à un échange avec l'association [USEA](#), Un stage et après (Paris), qui travaille sur l'orientation des jeunes de 3^{ème}. L'USEA conçoit une série d'outils et d'ateliers pour accompagner les jeunes, les enseignants et les entreprises en s'appuyant sur ce stage d'observation pour faire un travail d'accompagnement approfondi.

Sous forme de dialogues avec les jeunes et de récits, il s'agit de faire prendre conscience aux jeunes (et aux adultes) du **remaniement affectif et relationnel qui a lieu à l'adolescence** et de leur apporter des ressources pour traverser cette période du mieux possible.

Les échanges commencent avec ce type de questions :

- quelle est la différence entre le besoin (prendre, ramener à soi) et le désir (aller vers) ?
- comment mieux identifier son propre désir, et un imaginaire de soi dans le futur ?
- comment accepter la part de frustration, d'attente, d'élaboration... que le désir social implique ?
- pourquoi désirer fait-il prendre un risque ? (échec, dévalorisation, image de soi...)
- comment tirer des leçons d'un échec ?
- pourquoi certains finissent-ils par détruire ce qu'ils désirent ? (« se couper l'herbe sous les pieds »)
- le principe de plaisir et le principe de réalité
- qu'est-ce que la construction d'une confiance en soi dans le temps ?
- comment (se) construire avec des soutiens relationnels ?
- ...

Public : jeunes, avec leurs enseignants ou éducateurs, parents

Durée : 2h ou 3h

Animation : Sandrine Delrieu.

Lieu : Dans les structures qui accueillent l'atelier, collèges et centres sociaux.

Voir [ICI les infos pratiques](#)

*Ce PDF a été fabriqué, ou cette page imprimée, à partir du site www.cerese.fr
Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.*



ATELIER. Identité narrative, identifications et appartenances multiples

www.cerese.fr

contact : sandrine delrieu

lecerese@gmail.com

Article en cours d'écriture

Conception et animation :

- Sandrine Delrieu, sophrologue, sophro-analyste
- Clotilde O'Deyé, socio-anthropologue
- Florence Lardillon, ingénierie sociale

Publics :

Contenus :

Méthode pédagogique :

Durée :

Ce PDF a été fabriqué, ou cette page imprimée, à partir du site www.cerese.fr
Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.



ATELIER. Comment parler tranquillement de religions aujourd'hui ?

www.cerese.fr
contact : sandrine delrieu
lecerese@gmail.com

« Nous aurions pu naître ailleurs et croire en autre chose. »

Cet atelier propose des voyages dans les manières de croire qui nous auraient été transmises si nous étions nés... ici ou ailleurs. Les différents récits religieux et spirituels qui se transmettent dans le monde et entre les générations créent des ambiances familiales et sociales, des réconforts ou des angoisses, des explications ou de nouvelles questions. Ils transmettent une manière de percevoir, de sentir, de penser et de se penser.

Avons-nous déjà fait un pas de coté pour voyager dans les perceptions et récits de nos voisins ? Faisons de ce sujet parfois épineux une rosée du matin.

Cet atelier est animé par Sandrine Delrieu et Marilaure Mahé.

Organisation de l'atelier

→ [Les conditions](#), durée, préparation, coût...

Ce PDF a été fabriqué, ou cette page imprimée, à partir du site www.cerese.fr
Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.



INTERVENTIONS dans des structures social / éducation / soin...

www.cerese.fr
contact : sandrine delrieu
lecerese@gmail.com

À partir de l'état d'esprit de ce que vous pouvez lire sur le site du Cerese, n'hésitez pas à nous contacter pour une proposition à inventer à partir de vos propres besoins.

Ce PDF a été fabriqué, ou cette page imprimée, à partir du site www.cerese.fr
Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.

