

## **ATELIER. Identité narrative, identifications et appartenances multiples**

[www.cerese.fr](http://www.cerese.fr)

contact : sandrine delrieu

[lecerese@gmail.com](mailto: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](http://www.cerese.fr)  
Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.*



## **ATELIER. Apaiser les blessures de l'être, les clivages et la haine**

[www.cerese.fr](http://www.cerese.fr)

contact : sandrine delrieu

[lecerese@gmail.com](mailto: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](http://www.cerese.fr)*

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



---

## **ATELIER. Les bases d'une sophrologie apaisante / prévention et résilience**

[www.cerese.fr](http://www.cerese.fr)

contact : sandrine delrieu

[lecerese@gmail.com](mailto:lecerese@gmail.com)

---

Article en cours de rédaction

---

Ce PDF a été fabriqué, ou cette page imprimée, à partir du site [www.cerese.fr](http://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](http://www.cerese.fr)  
contact : sandrine delrieu  
[lecerese@gmail.com](mailto: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](http://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](http://www.cerese.fr)

contact : sandrine delrieu

[lecerese@gmail.com](mailto: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](mailto: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 réancrant 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](http://www.cerese.fr)  
Si vous utilisez les ressources de ce site, merci d'en citer la source.



## ARTICLE. Quand les élèves de primaire frappent leurs enseignants

[www.cerese.fr](http://www.cerese.fr)

contact : sandrine delrieu

[lecerese@gmail.com](mailto:lecerese@gmail.com)

---

Ce type d'événement nous invite à réfléchir sur le fait que de nombreux jeunes sont débordés par une pulsionnalité réactive, qui se décharge au moindre stress.

La pratique de la sophrologie à l'école peut apaiser cette réactivité, et permettre aux pulsions de trouver *un destin plus favorable* que la décharge et le passage à l'acte.

Les pulsions agressives et sexuelles font partie des forces en présence dans tout être humain, la question étant celle de leur destin, de la manière dont elles vont s'investir dans des activités créatives ou au contraire être prisonnières d'enjeux affectifs refoulés qui ne leur laissent d'autres choix que de se décharger régulièrement, dans un maximum d'intensité, et *contre* quelque chose ou quelqu'un.

L'article complet est ici : [France Bleu](#)

---

Jeudi 29 mars 2018 à 6:05 Par [Vanessa Marguet](#), [France Bleu Occitanie](#) et [France Bleu](#)

« Il y a eu plusieurs cas d'enseignants agressés ces dernières semaines par des élèves de CM1 ou CM2 dans des écoles élémentaires de l'agglomération toulousaine. Le phénomène reste rare, mais il existe et pose question.

(...) À Colomiers, près de Toulouse, une affiche verte est placardée sur le tableau d'affichage situé devant **l'école élémentaire Jules Ferry**, dans le quartier du Val d'Aran. Elle est intitulée « *Un incident grave s'est produit à l'école Jules Ferry* » et relate l'agression le lundi 19 mars dernier d'une enseignante pendant la récréation.

### Des élèves de CM1 et CM2

« Elle était en train de reprendre un élève, et deux autres élèves sont venus soit disant pour défendre leur camarade. Ils ont tous les trois frappé la maîtresse. **Des coups de poing dans le dos, le torse.** C'est inimaginable », relate Florence

Ouhamane, qui fait partie de parents d'élèves élus.

« C'est incompréhensible, scandaleux. On n'imagine pas ça dans une école » - Florence Ouhamane

Les enseignants ont appelé la police et ce sont les agents qui ont ramené les enfants dans leurs familles. L'institutrice en question, choquée, a dû être arrêtée pendant une semaine et a **porté plainte**.

*On savait qu'il y avait une petite montée de violence dans l'école et un climat scolaire assez dégradé, mais on ne pensait pas en arriver là, voir des enfants de 9-10 ans frapper une enseignante.* — Cécile Mathias, représentante des parents d'élèves

Les services de l'Education Nationale sont intervenus rapidement, pour épauler les enseignants et mettre en place un suivi des enfants impliqués. (...) « L'inspectrice de circonscription a pu organiser une équipe de soutien avec un des élèves. Avec les deux autres élèves, une équipe éducative est élaborée » - la DASEN Elisabeth Laporte

## **Il y a d'autres cas**

Les moyens d'action sont limités dans la mesure où on ne peut pas exclure un enfant comme ça. Dans certains cas, les enfants peuvent être changés d'école. Il peut y avoir aussi des signalements aux procureurs. Mais ça va rarement jusque-là. Ces problèmes de violence dans les écoles élémentaires sont souvent le fait d'un ou deux enfants qui auraient surtout besoin d'un suivi particulier.

C'est l'avis de cette enseignante qui a connu elle aussi des agressions de la part d'élèves. Elle souhaite rester anonyme, mais elle explique qu'il y a eu plusieurs cas similaires ces derniers mois dans le quartier Borderouge de Toulouse. Des enseignants là aussi ont reçu des coups de la part d'élèves de primaire.

*Cela se voit de plus en plus souvent, car on a des classes de plus en plus chargées, des écoles de plus en plus grosses et un ralentissement de la prise en compte des dossiers pour ces enfants-là dans des structures spécialisées ou tout simplement pour des aides qui se déplacent sur l'école.* — Une enseignante de Borderouge

Le syndicat d'enseignants SNUIPP 31 estime que ces épisodes de violence, heureusement encore rares, montrent qu'il faut faire davantage pour gérer les enfants qui ont besoin d'un suivi et qui relèvent d'instituts spécialisés. Pour Jean-Philippe Gadier, le co-secrétaire du SNUIPP en Haute-Garonne, la situation s'est dégradée depuis la disparition des Rased, les réseau d'aide spécialisés aux élèves en difficulté. « Nos collègues sont souvent démunis et ne savent pas comment faire avec ces élèves-là qui relèvent parfois de soins ou de prises en charge plus importantes » et qui peuvent devenir violents.

*On a près de 1000 élèves dans les écoles ordinaires de Haute-Garonne qui sont en attente d'instituts spécialisés.* — Jean-Philippe Gadier, Snuipp 31"

(...)

---

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