

edito

mundi
Kezako
LE MAG' DES QUESTIONS DE SOCIÉTÉ

est édité par

Enrick B. Éditions

E.U.R.L.

Siège social

47 rue Servan, 75011 Paris

Coordonnées de la rédaction

Tél. : 01 45 14 81 11

Fax : 01 42 51 43 76

carole.billiou@enrickb-editions.com

Directeur de la publication : Enrick Barbillon

Rédactrice en chef : Carole Billiou

Ont participé à la rédaction de ce numéro :

Benjamin Perrier et Benjamin Valliet

Directrice artistique : Marie Dortier

Maquette : Kung Phou

Illustrations : Giovanni

Pictogrammes : Freepik

Comité pédagogique :

Thierry Chemin, avocat et membre d'InitiaDROIT

Élisabeth Delatte, ancienne conseillère à la cour d'appel

Marie-José Merlin, professeure de français

Ils portent un regard avisé sur...

Bastien Bonneau, BD et histoire

Tatiana Vassine, éléments graphiques et réseaux sociaux

SERVICE ABONNEMENT

Kezako mundi

c/o Abomarque

CS 60003

31242 L'Union Cedex

Tél. : 05 34 56 35 60 (10h >12h, 14h >17h)

<https://goo.gl/frOL11>

kezako@abomarque.fr

Impression

Colorix

5 bd Dondukov, entr 3, app 3

1000 Sofia

Bulgarie

Commission paritaire : 1128 D 92834

Périodicité mensuelle ISSN 2492-1165

Loi n° 49-956 du 16/07/1949 sur les publications

destinées à la jeunesse

Dépôt légal à parution

La reproduction des textes, des dessins et des photographies publiés dans ce numéro est interdite.

© Kezako mundi 2024/Enrick B. Éditions

En couverture

© Mikhail/Adobe stock

© Gerhard Seybert/Adobe stock

© Giovanni Jouzeau

© olympics.org/Domaine public

«A

llez, on le fait ! » Voilà la phrase fatidique par laquelle un groupe peut se lancer un défi. Que l'on s'encourage pour monter sur une attraction à sensation, pour se rendre à une fête en dépit de sa timidité et du peu de personnes de notre connaissance présentes là-bas, ou encore pour partir seul, sans les parents, pour la première fois en week-end avec une bande d'amis, toutes ces situations nécessitent une forme de courage et d'affronter certaines de nos peurs. Peur d'aborder une personne, peur de la foule, peur de l'inconnu, peur du vide...

En dépit des manifestations désagréables de notre corps face à la peur : sueurs froides, cœur à 2 000 à l'heure et autre piquage de fard, nous sommes nombreux à y retourner, à se confronter régulièrement à nos peurs. Cela pour deux principales raisons : pour nous prouver quelque chose à nous-même en surmontant nos peurs et parce que le fait de nous dépasser amène notre corps à libérer de la dopamine, alias l'hormone du bien-être.

Affronter ses peurs fait en outre partie de l'apprentissage, du vécu, de l'expérience. On apprend ainsi à se protéger, à être plus résistant face aux situations stressantes, voire angoissantes. Expérimenter la peur en somme sans se mettre réellement en danger, tel l'enfant sous sa couette affrontant ses peurs en tournant les pages de son conte préféré qui fait la part belle à la terrifiante image de l'ogre...

Pour autant, gare à ne pas devenir accro à cette sensation et à la rechercher sans cesse en s'exposant à des pratiques ou situations réellement dangereuses. Là se situe la limite entre la peur bénéfique pour l'estime et la construction de soi ; et la peur recherchée à tout prix, au mépris du danger, dans le but de se sentir vivant.

Maison hantée, grand 8, araignées, serpents, vue du sang, vide... Et vous, quelle est votre plus grande peur ?

Carole Billiou



www.kezako-mundi.com

www.facebook.com/pages/Kezako-mundi/820145668067725?ref=hl