

LA SCARIFICATION UNE EXPRESSION DU MAL-ETRE ADOLESCENT DE PLUS EN PLUS COMMUNE

PSYCHOLOGIE Le recours à la scarification est un trouble qui touche spécifiquement les adolescents en détresse psychiques, souvent murés dans le silence...

- Si les enfants et adolescents français sont globalement en très bonne santé, les troubles mentaux représentent aujourd'hui la première maladie à peser sur leur santé.
- Parmi les troubles présents à l'adolescence, le recours à la scarification est en forte augmentation.
- Expression d'un mal-être adolescent, il symbolise l'incapacité chez ces adolescents de mettre des mots sur leur souffrance. D'où l'importance d'un suivi adapté qui leur permette de se sentir libres de parler.

Une entaille. Une brûlure de cigarette. Se faire mal dans sa chair, pour oublier la douleur de l'esprit. Pour des adolescents en souffrance, la scarification peut dans de rares cas devenir une forme paradoxale de refuge, le seul mode d'expression de leur douleur psychique. Car si aujourd'hui, les enfants et adolescents français sont globalement dans une très bonne santé physique, les troubles mentaux sont devenus la première maladie à affecter leur santé et leur bien-être. Outre la dépression, les troubles alimentaires ou la somatisation, « le recours à la scarification a fortement augmenté ces dernières années, il est de plus en plus commun », estime le Pr Michel Botbol, pédopsychiatre au CHU de Brest et membre du Comité de pilotage psychiatrie de la Direction générale de l'offre de soins (DGOS).

« Elle se mure dans le silence »

Surveillante dans un collège difficile, Marie** doit au quotidien gérer bobos et bagarres qui éclatent parmi les centaines d'élèves de son établissement. « Mais depuis quelques semaines, une élève de 13 ans se scarifie, elle porte toujours des manches longues, mais nous avons remarqué ses entailles profondes, raconte la jeune étudiante, la voix grave. Un collègue a essayé de discuter avec elle, elle a fondu en larmes et reconnu qu'elle se blessait volontairement, mais impossible de lui en faire dire davantage : elle se mure dans le silence ».

Si des cas de scarifications peuvent dans de rares cas concerner des enfants, « c'est plutôt l'expression d'un mal-être adolescent, qui touche davantage les filles, et qui apparaît au collège ou au lycée », explique David Le Breton, professeur de sociologie à l'Université de Strasbourg et auteur de l'ouvrage *La peau et la trace* * (éd. Métailié).

C'est d'ailleurs l'entrée au collège qui a été pour Hawa** « l'entrée dans une spirale sans fin ». « En primaire, j'étais déjà victime de harcèlement scolaire, mais au collège, ça a empiré, puis le harcèlement moral s'est transformé en partie en harcèlement physique », raconte-t-elle. Elle commence « petit à petit à avoir des idées suicidaires. Cela m'a très vite menée à l'isolement, se souvient la jeune femme de 19 ans. Je ne supportais plus d'entendre toutes ces choses horribles, les moqueries sur mon prénom, ma couleur de peau, mon physique.

Impossible pour moi d'en parler à la maison, c'était trop tabou ». Une situation qui dégénère la fin du collège.

« Faire parler le corps face à l'indicible »

En 3e, Hawa fait l'objet de rumeurs à connotation sexuelle. « Cela m'a fait énormément de mal, cela m'a renvoyée au viol dont j'ai été victime lorsque j'étais enfant, évoque-t-elle. J'avais la boule au ventre en permanence ». Pour soulager sa douleur, Hawa s'entaille la peau. « Au début, c'était avec mon compas, puis le couteau de cuisine, et très vite ça a été la lame de rasoir, retrace-t-elle. La dernière fois j'ai bien failli y passer : avec la lame j'avais touché l'artère radiale de mon avant-bras ». Un épisode dont elle garde aujourd'hui une cicatrice de 0,5 cm de largeur et 8 centimètres de long sur son bras, et la mémoire d'une tentative de suicide et de plusieurs hospitalisations en psychiatrie.

Mais comment la scarification se fait-elle une place dans l'esprit adolescent en souffrance ? « La scarification est un signe de souffrance, qui s'inscrit toutefois dans le vivant », indique le pédopsychiatre Michel Botbol. La scarification est pour ces ados « une technique de survie, une manière de ne pas mourir », analyse David Le Breton. Un moyen d'exprimer sa souffrance à travers son corps et sa chair, quand il est impossible de l'exprimer avec des mots.

« Le recours au corps symbolise la défaillance de la parole, la peau devient le support sur lequel inscrire son mal-être, poursuit le sociologue. Ici, la scarification s'interprète comme un cri qui s'exprime par le corps, face à l'indicible, à l'impossibilité de parler ». Car pour David Le Breton, « la parole ne suffit pas toujours. Quand on est face à une adolescente qui a subi un viol ou un inceste, le fait de parler ne suffit pas à emporter la douleur du traumatisme subi ni à effacer la peur des éventuelles conséquences ».

« Oublier quelques instants la douleur psychique »

Ainsi, c'est parce qu'elle a été « victime de harcèlement et de violences sexuelles à la préadolescence » que Camille** a commencé à entailler sa peau vers l'âge de 14 ans, « parce qu'avoir mal physiquement permettait d'oublier quelques instants la douleur psychique ». Une souffrance vécue dans un silence absolu. D'ailleurs, « ma famille ne l'a jamais su », confie-t-elle. C'est en bénéficiant quelques années plus tard d'un suivi psychologique que la jeune femme, alors âgée de 23 ans, a pu « comprendre d'où venait ce mal-être, et le fait que retourner cette violence contre moi était le moyen d'échapper à ces pensées envahissantes », témoigne la jeune femme.

« La jeune personne se fait mal physiquement pour avoir moins mal moralement, confirme David Le Breton. Cela peut apparaître pour diverses raisons, en réaction à un inceste, une agression sexuelle, du harcèlement scolaire ou encore le manque d'amour des parents, une situation familiale difficile », énumère le sociologue, qui a longuement étudié la question des scarifications. « Ici, il ne s'agit pas d'automutilations, qui sont une atteinte à l'intégrité du corps, comme le fait de se trancher une oreille par exemple, et qui traduisent une envie de se détruire, précisent de concert le pédopsychiatre et le sociologue. La scarification est au contraire un moyen paradoxal de se maintenir en vie, de faire sortir la souffrance ».

Ne pas laisser l'adolescent dans sa détresse

Face à un adolescent qui se blesse volontairement, ne pas savoir quoi faire est un sentiment qui peut saisir aussi bien les parents que le personnel scolaire. Il y a pourtant urgence à agir. Marie, la jeune surveillante de collègue, se ronge d'inquiétude pour sa petite élève. « On a informé la direction du collège de ce qu'il se passait, mais rien n'est fait, déplore la jeune femme. Je voudrais qu'elle soit suivie, que quelqu'un dont c'est le métier prenne le relais. Nous, nous ne sommes là qu'en job étudiant, c'est trop de pression pour nous de devoir gérer un tel cas sans savoir la marche à suivre : on a peur qu'il arrive quelque chose à cette gamine ».

Pourtant, au sein des établissements scolaires, un protocole est prévu pour faire face à ce type de situations. « Si un professeur constate qu'un(e) élève se blesse volontairement, il en parlera à l'infirmière scolaire, au conseiller principal d'éducation (CPE) et au chef d'établissement, décrit Lysiane Gervais, proviseure d'un lycée dans la région bordelaise et secrétaire nationale du Syndicat National des Personnels de Direction de l'Education Nationale (SNPDEN). Un rendez-vous sera ensuite organisé entre l'infirmière scolaire et l'élève, pour tenter de comprendre l'origine du problème et trouver l'aide adéquate à lui apporter ».

Selon la situation personnelle de l'élève, la famille est alertée « au moment que l'on juge le plus opportun, poursuit la cheffe d'établissement. Si la situation ne s'améliore pas malgré l'implication des parents, nous pouvons si nécessaire lancer une procédure d'information préoccupante. C'est une fiche transmise aux services du président du conseil départemental sur la situation d'un mineur lorsque pèse un danger sur sa santé. En dernier recours, le personnel de l'Éducation nationale, généralement le chef de l'établissement, peut saisir l'autorité judiciaire en adressant un signalement au procureur de la République, dans les cas où la gravité de la situation le justifie ».

Mettre en place la prise en charge la plus adaptée

Hawa, elle, n'avait à l'époque aucune envie de parler de ce qu'elle traversait. « Lorsque la CPE de mon établissement a compris la gravité de ce que je vivais, elle a fait un signalement, se souvient-elle. Dans le cadre de cette procédure, j'ai dû consulter un psychologue. Je pensais que ce serait inutile, et les premières séances ont été très difficiles, mais en réalité, ça m'a fait du bien de parler ». Aujourd'hui, Hawa se sent mieux dans sa peau, elle n'est plus suivie et souhaite que les choses changent pour les jeunes qui traversent la même détresse qu'elle. « Il faut briser le tabou qui pèse sur ces troubles qui gâchent des vies. Quand j'étais mal, je refusais de parler à cause d'une sorte de pudeur, de peur d'être jugée, rejetée. Je veux parler librement de ce que j'ai vécu parce que je pense que cela peut en aider d'autres à se libérer à leur tour. Peut-être que si on m'en avait parlé avant je n'en serais pas arrivée là ».

Si une prise en charge est nécessaire, « elle doit être juste et adaptée, insiste le Pr Botbol, l'hospitalisation n'est pas toujours nécessaire. Le but ici n'est pas de viser en premier lieu l'arrêt des scarifications, mais de faire en sorte que l'adolescente apprivoise sa souffrance et son stress, de sorte qu'elle n'éprouvera plus le besoin de se scarifier, précise le Pr Botbol. Pour y parvenir, il ne faut pas forcer à tout prix la parole. On peut commencer par mettre en

place une médiation, proposer à l'adolescente des activités qui soient pour elle un moment de plaisir, durant lequel toute l'attention lui est accordée. Et, en fonction de l'évolution, arriver à une consultation psy, pour avis médical, et pour que l'adolescente se sente écoutée et entendue ».

**La peau et la trace - Sur les blessures de soi*, éditions Métailié, 15 euros, en librairie.

**Le prénom a été changé