

Automutilation : 10 % des jeunes concernés

# Les scarifications chez les ados : comment réagir ?

*Ils s'entaillent la peau des cuisses, des bras, des poignets... Ces blessures volontaires, difficiles à admettre par l'entourage, sidèrent. Comment répondre à ces véritables « appels à l'aide » ?*

On estime à environ 10 % le nombre d'adolescents, de 12 à 18 ans, qui, à certaines périodes, pratiquent des formes d'automutilation, s'infligeant de façon volontaire coupures, brûlures, entailles, griffures... Un chiffre non seulement conséquent mais de surcroît en augmentation ; la multiplication de témoignages entre ados sur Internet créant un phénomène de mimétisme. Les filles, plus spécifiquement, sont touchées. « Plus introverties, elles ont tendance à retourner sur elle leur malaise et leur mal-être, alors que les garçons vont aller, dans ces cas-là, davantage vers des conduites à risques, de la consommation d'alcool... », explique Catherine Rioult. Pour cette psychanalyste, auteur de *Ados : scarification et guérison par l'écriture* (Odile Jacob, 2013), la scarification est d'autant plus déroutante pour l'entourage qu'elle « touche tout type d'adolescents dits « ordinaires », ne présentant pas de pathologies avérées, souvent bien insérés à l'école et dans leur famille ».

## Ils n'arrivent pas à parler

Chez les parents, ces actes violents suscitent sidération, désarroi, culpabilité et colère notamment les mères qui disent se « sentir attaquées et agressées dans leur propre chair ». Pratiqués en cachette ou devenus visibles par les cicatrices laissées sur la peau, ces gestes sont pourtant de véritables « appels au secours », à la fois cachés et montrés. Ils témoignent d'un mal-être profond. « Il faut comprendre qu'à travers ces gestes, ces adolescents ont besoin de manifester leur souffrance. Submergés par elle, ils se coupent pour



*Les filles sont les plus touchées par ce comportement autodestructeur, qui cache toujours une souffrance psychique.*

soulager cette souffrance psychique. Bien souvent, ce sont des adolescents qui n'arrivent pas à parler. Comme ils sont démunis pour le dire avec des mots, ils le disent avec des gestes ».

## Un acte paradoxal

Perçues souvent comme autodestructrices et morbides, ces blessures sont pourtant les seules ressources trouvées par l'adolescent pour « faire sortir » sa douleur, l'évacuer par pulsion de survie, se réapproprié son corps et se sentir plus vivant... « C'est tout le paradoxe de la scarification », pointe Catherine Rioult, « mais pour autant, il ne faut pas laisser cette pratique s'installer et en tant que parents, ne pas culpabiliser, se rassurer en sachant que ce symptôme souvent est transitoire et tout faire pour en parler avec son enfant ». Chercher à savoir tout d'abord s'il n'est pas victime de harcèlement, s'il se sent rejeté, le questionner sur ce qui se passe dans la réalité... et s'il ne peut identifier et mettre des mots sur sa douleur de peur « d'embê-

ter » ou d'angoisser ses parents, lui proposer de consulter un psychologue.

## La catharsis par la parole et l'écriture

« En effet, on est face parfois à des douleurs et des insécurités plus inconscientes qui remontent à l'enfance et ressurgissent à l'adolescence, période de mal-être liée à la puberté, à l'apparition de la libido, aux troubles de l'identité... ». La parole comme l'écriture, très cathartiques, peuvent permettre à l'adolescent d'expulser différemment ces troubles qui les envahissent, de se soulager autrement que par la scarification, et de prendre de la distance avec ses émotions. Pour Catherine Rioult, « si l'adolescent n'est pas entendu dans son malaise et ne trouve pas ces autres ressources, il y a alors un risque qu'il tombe dans une forme d'addiction et dans une surenchère de coupures ou qu'il passe à la tentative de suicide ».

**Marianne Peyri**