

QUE FAIRE : MON ADO SE SCARIFIE ?

Catherine Maillard Journaliste, éditrice et auteure

Certains ados s'entaillent la peau, jusqu'à se faire saigner. Ce phénomène, qui existe depuis quelques années, est particulièrement répandu chez les filles. Il entraîne incompréhension, désarroi et culpabilisation chez les parents. Zoom sur la scarification avec Catherine Rioult, psychanalyste. Elle nous en dit plus et donne des conseils pour aider les adolescents à s'en sortir.

La maman de Marine arrive en consultation paniquée, sa fille présente des entailles au creux du poignet et sur les cuisses. "*Pourquoi m'a-t-elle fait ça ?*" se lamente-t-elle. "*La scarification est une **coupure superficielle de l'épiderme**, le plus souvent au niveau des **poignets**, sur les **bras**, les **cuisses** ou le **ventre**, que s'infligent les ados*", explique la psychanalyste Catherine Rioult¹, psychologue clinicienne et psychanalyste.

Scarification des ados : l'ampleur difficile à évaluer

Cette entaille de la peau peut provoquer un **écoulement de sang** et **laisser une trace irréversible** sous forme de trait. Effectuée par des ados dès l'âge de 11-12 ans, cette pratique est particulièrement **répandue chez les filles, selon certains spécialistes**. "*Environ 80% des scarifiés sont de jeunes ados*" précise la psychanalyste. Les professionnels sur le terrain notent une forte recrudescence de ce phénomène : 5 à 10 % des adolescents se scarifieraient. Il est cependant difficile d'en donner le nombre exact car cette pratique est **souvent cachée**².

Traditionnellement, la scarification **faisait partie des rites de passage de l'enfance à l'adolescence**, d'appartenance à un groupe, elle était faite par une personne extérieure. "*Cette pratique était ritualisée. C'était très codifié. Ce n'est plus le cas aujourd'hui*" commente Catherine Rioult. Les ados s'inspirent sans doute de ce rite archaïque sans le savoir et sans en connaître le sens.

Entre puberté et besoin d'appartenance

L'**impossibilité de dire sa souffrance** est le plus souvent à l'origine de cette pratique. "*L'ado est submergé par une **angoisse impossible à nommer**, il s'attaque à son corps parce qu'il a l'impression que ça l'apaise*" explique l'expert. La puberté, avec les **bouleversements physiques** qu'elle entraîne, le rend étranger à son corps qu'il cherche à se réapproprier avec la scarification. **La douleur physique est plus supportable que la douleur psychique**. Hélas, l'effet d'apaisement est de courte durée. "*Le besoin de s'auto-punir peut également y être associé, surtout chez les filles*" ajoute Catherine Rioult. Quand elles ne s'aiment pas ou ne se trouvent pas aimables, elles peuvent facilement retourner leur négativité contre elles et s'infliger une douleur tant elles ressentent de la honte.

En cause également, le **besoin d'appartenance**. Au trouble identitaire que rencontre l'ado, la scarification offre la possibilité d'appartenir à un groupe. A ce titre, l'impact d'Internet sur le phénomène n'est pas négligeable. Cette conduite à risque s'affiche sur la toile et les adolescentes en souffrance y expriment leur mal-être. "*Une initiative qui peut **sembler positive**. Ce qui l'est moins, c'est l'**effet contagion** que peuvent susciter ces sites*" prévient Catherine Rioult. En effet, les ados y postent des commentaires sur "*comment pratiquer la scarification*" et parfois même des vidéos. Autant d'éléments qui peuvent inciter certains à passer à l'acte alors qu'ils ne l'auraient peut-être pas fait.

Désarroi et culpabilisation des parents

Pour les parents, découvrir que leur enfant se scarifie est quasi **insupportable**. "*Ils ont l'impression de vivre cette automutilation dans leur chair*" explique la psychanalyste. C'est très douloureux et leurs réactions sont souvent inadaptées face à ce qu'ils ressentent comme une autodestruction. Certains parents peuvent le prendre comme une provocation. D'autres sont sidérés, choqués que ça leur arrive à eux, et d'autres enfin sont submergés d'angoisse, la transmettant alors à leur enfant qui n'en a évidemment pas besoin. "*L'enfant **cherche à vous interpeller**. Il est en train d'exprimer un mal-être qu'il ne peut pas nommer !*" précise Catherine Rioult. C'est important de le **prendre en compte à temps** pour éviter que ça ne prenne des proportions plus importantes.

L'importance de susciter le dialogue

"Prenez sur vous quels que soient les sentiments qui vous animent" recommande la psychanalyste. Son conseil ? **Trouvez un moment idéal pour initier une discussion**, en bavardant d'abord autour de sujets futiles. Puis, confiez-lui que vous avez vu ses scarifications et que vous souhaiteriez en parler un peu. Dites que vous êtes inquiet pour lui et demandez-lui comment vous pouvez l'aider. "*Le plus important est d'éviter de projeter votre angoisse sur lui et de lui exprimer des phrases du type : Pourquoi m'as-tu fait ça ?*". Ouvrir le dialogue ne sera **pas forcément simple, votre ado est en plein paradoxe**. D'une part, il lance un message d'appel à l'aide ; d'autre part, il est en processus d'autonomisation et il doit se séparer de vous.

Ados violents, à qui la faute ?

Dans un deuxième temps, "***un psy est nécessaire**, votre enfant a besoin d'un tiers qui ne va ni le juger, ni le culpabiliser*" recommande Catherine Rioult. Par ailleurs, le psychologue va l'aider à élaborer ce qui se passe pour lui et lui restituer une vision structurante de ce passage qu'il traverse.

Face à ce type de conduite à risque, **dédramatiser est important**. Rappelez-vous que ce comportement est transitoire, cela ne durera pas. Le plus important est de prendre en compte son appel et de **l'accompagner**. L'adolescence reste un moment difficile, d'autant plus à une époque qui manque de repère.

sources

- 1 - Catherine Rioult est psychologue clinicienne et psychanalyste. Elle a mis en place depuis une dizaine d'années des ateliers d'écriture pour adolescents "scarifiants" et anime des groupes de parole pour parents d'adolescents en difficulté, à l'École des parents et des éducateurs d'Île-de-France.
 - 2 - Une étude a été menée dans 21 établissements scolaires (collèges et lycées) de Gironde. Cette recherche a été réalisée auprès d'infirmières scolaires, que les jeunes en difficulté viennent souvent consulter. Elle a montré que 21 % des garçons et 27 % des filles déclarent s'être fait mal volontairement. **Sources** : Inserm 2001. Les élèves à l'infirmerie scolaire. Identification et orientation des jeunes à haut risque suicidaire.
- Ados : scarifications et guérison par l'écriture De Catherine Rioult Editions Odile Jacob. 280 pages