

Actualités Sociales Hebdomadaires - Numéro 2814 du 14/06/2013 Décryptage

Publics en difficulté

La socio-esthétique, des soins au-delà des apparences

Auteur(s) : Florence Raynal

Aider les personnes en détresse à renouer avec leur corps pour aller mieux dans leur tête, tel est le défi de la socio-esthétique. Après s'être implantée à l'hôpital, cette approche gagne peu à peu les structures sociales et médico-sociales, où elle contribue à redonner aux usagers confiance en eux et à améliorer leur relation aux autres.

La magie d'un sitar indien emplit l'atmosphère. Malika, Nadia, Meryem, Maïssa, Fadela... s'installent l'une après l'autre dans la salle de l'association Epicéas à Aubervilliers (Seine-Saint-Denis), troquant leur manteau contre une serviette colorée. Sur les tables de l'épicerie solidaire, Fetta Fertane, assistante sociale de secteur, a disposé de petites bougies, transformant le lieu en un espace de détente. L'atelier de socio-esthétique va débuter. « *En séance collective, je vous montre le soin, puis vous le pratiquez* », leur explique Sonia Delot, socio-esthéticienne, qui propose aussi des rendez-vous individuels. Gommage des mains, massage du visage, masque à l'argile verte délivrent peu à peu leurs bienfaits. Sonia Delot en profite pour dispenser des conseils d'hygiène, de beauté, et veille à transmettre des techniques reproductibles avec peu de moyens.

Après avoir séduit le milieu hospitalier, où ses vertus sont reconnues notamment en oncologie ou en psychiatrie, la socio-esthétique intéresse le secteur social et médico-social, où des équipes s'en emparent pour aider les personnes à se sentir mieux dans leur corps et donc dans leur tête. Développée dans un cadre exigeant par l'association CODES (Cours d'esthétique à option humanitaire et sociale) (voir encadré, page 29), la discipline se définit comme une pratique professionnelle des soins esthétiques auprès de populations souffrantes et fragilisées par une atteinte à leur intégrité physique, psychique ou en détresse sociale. L'approche va en fait bien au-delà du soin esthétique et n'a de sens que si elle est menée en lien avec les travailleurs sociaux, psychologues et autres soignants des structures d'intervention. « *Ces actions ne doivent pas rester isolées, mais s'insérer dans un travail d'accompagnement global de la personne. Le soin n'est pas une fin en soi.*

L'important, c'est davantage son ressenti et la façon dont l'équipe va s'en servir pour soutenir la personne », souligne Sonia Delot, qui fait des retours aux travailleurs sociaux là où elle intervient. A Aubervilliers, c'est d'autant plus simple qu'un temps de *debriefing* est prévu et qu'une assistante sociale ou une conseillère en économie sociale et familiale participe à l'atelier. Expérimentée depuis 2012 par l'Association nationale de développement des épiceries solidaires (ANDES), la socio-esthétique concerne cinq magasins d'Ile-de-France et de Vendée. « *Ces interventions sont des petits bonheurs pour ces personnes en mal de tout – d'emploi, de santé, de lien social... – et toujours dans l'urgence. Lors de ce temps de réappropriation du corps, des choses peuvent sortir, qui peuvent être retravaillées. Cela peut les aider à rebondir* », estime Guillaume Bapst, directeur de l'ANDES. Fetta Fertane confirme : « *Ces femmes, au chômage, isolées, viennent d'abord pour se détendre, s'occuper*

d'elles, échanger, mais quand elles sont débordées par les problèmes, elles s'en allègent et nous pouvons réagir. » L'assistante sociale constate le bienfait des séances : *« Des femmes ont repris confiance en elles. L'une d'elles a même dit avoir retrouvé un emploi en partie grâce à cela. »* D'autres ont exprimé se sentir à nouveau *« vivantes »*. La démarche devrait être étendue aux centres sociaux d'Aubervilliers.

RETROUVER L'ESTIME DE SOI

A Gennevilliers (Hauts-de-Seine), l'utilité de l'approche en matière d'insertion est également reconnue : une socio-esthéticienne intervient depuis plusieurs années dans des clubs de recherche d'emploi lors d'actions de remobilisation. *« Les gens disent que lorsqu'ils auront un travail, ils iront mieux, mais quand on va mal, on a peu de chances devant un recruteur. Il faut donc d'abord tenter d'améliorer l'estime de soi »*, pointait, en 2012, lors du premier congrès de la socio-esthétique ⁽¹⁾, Elisabeth Tan, alors chef de projet à la direction de l'emploi et de l'insertion de la ville. L'objectif est de favoriser un déclic afin que les personnes réenclenchent des démarches de réinsertion. *« Certaines ont fait des milliards d'ateliers de recherche d'emploi, on leur a fait revoir 18 000 fois leur CV..., elles n'en peuvent plus ! Il faut proposer un chemin différent »*, assure-t-elle. Soit faire de l'insertion... sans le dire. Un biais auquel recourt également la MECS (maison d'enfants à caractère social) Charles-de-Foucauld à Challans (Vendée) pour aider des adolescents à renouer avec les dispositifs de droit commun (voir encadré, page 30).

Soucieux de tester le lien entre socio-esthétique et (ré)insertion, le CODES a mené une étude avec la Fondation L'Oréal ⁽²⁾. Il en ressort que cette pratique ne s'assimile ni à un *« soin esthétique de confort »* ni à une *« prise en charge thérapeutique ou psychologique »*, mais bien à un *« outil d'accompagnement vers la réconciliation avec le corps et l'image de soi, qui devient un "passeport social" pour la réinsertion »*, résumant Patrick Scharnitzky, maître de conférences en psychologie sociale à l'université de Picardie, et Elodie Mansuy, psychologue. Leur rapport souligne que *« l'approche non verbale par le corps permet de contourner des défenses parfois mises en place dans une démarche classique de réinsertion, qui peut se montrer stigmatisante car elle repose précisément sur les éléments constitutifs de l'exclusion (le langage, la culture, les compétences intellectuelles, etc.) »*. La socio-esthétique contribue donc bien au processus d'insertion, en favorisant une redynamisation d'abord physique, puis sensorielle, émotionnelle et enfin sociale. La dimension de groupe se révèle très opérante en ce qu'elle permet aux personnes d'exister à nouveau dans un collectif, voire d'y être valorisées. Ce que confirme l'assistante sociale de l'association Epicéas : *« Tout en gardant la distance nécessaire, je fais le soin avec les personnes. Cela crée un autre lien avec ces femmes qui sont plus à l'aise là que dans un bureau en face à face. C'est une approche très humaine, où le travail social trouve tout son sens »*, estime Fetta Fertane.

Partir du corps se révèle aussi pertinent avec les personnes en extrême précarité. Des socio-esthéticiennes interviennent ainsi dans des structures recevant des sans-abri – accueils de jour, centres d'hébergement et de réinsertion sociale... – en complémentarité avec les travailleurs sociaux. Chez les personnes cumulant les précarités, qualifiées de *« sans »* (sans logement, sans travail, sans famille...) et *« qui n'ont plus que leur corps »*, selon Gisèle Dambuyant-Wargny, maître de conférences en sociologie à l'université Paris XIII, celui-ci est sursollicité et *« les conditions d'existence amènent sa détérioration rapide et inéluctable »*. Dans la rue, le corps est en effet surexposé au regard des autres, à la violence ; dans le travail où il sert d'outil (tâches très physiques, prostitution), il est surexploité. *« La ressource du*

corps ayant été usée, il faut partir de là pour arrêter les dégradations, repositionner et faire les démarches nécessaires », assure la chercheuse, précisant que le corps reste aussi la seule ressource permettant aux personnes de manifester une capacité à agir.

« COLMATER LES CICATRICES »

Intervenant auprès d'usagers de drogues en difficulté et dotée d'une longue expérience d'intervention en prison, Sylvie Marini connaît bien la grande exclusion. « Il ne s'agit pas de vouloir transformer la personne mais de travailler à partir de son parcours, de l'aider à s'occuper d'elle autrement, même à la rue, à se réapproprier son corps », témoigne cette socio-esthéticienne. Tout d'abord, l'aspect physique peut être amélioré : soins de peau, effet « bonne mine », travail sur la posture, le redressement... Si le look ne fait pas tout, « l'apparence n'est pas du superflu, souligne Arnaud Aubert, chercheur en psycho-neuro-immunologie et maître de conférences à l'université de Tours. Elle est structurante. On juge beaucoup d'après elle et le rapport à autrui débute dès qu'on commence à se regarder soi-même dans le miroir. » Mais l'intervention sur l'apparence s'assimile parfois à un travail de réparation. C'est le cas avec certaines usagères de drogues, notamment à la Boutique femmes de l'association Charonne, à Paris. « Je tente de colmater les cicatrices dues aux coups ou aux traces d'injection, d'effacer ce qui est stigmatisant. Sous crack, certaines se grattent le visage jusqu'au sang ; d'autres, dans leurs frasques, en arrivent à se raser. Elles viennent en me disant : "Il faut me redonner forme humaine !" », témoigne Sylvie Marini, qui utilise aussi des techniques de relaxation. Apaisées, les femmes se révèlent plus aptes « à se projeter dans un rendez-vous avec une assistante sociale, un juge ou leurs enfants, et ça facilite les échanges ».

Au centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie de l'association Prévention, soin des addictions 75 (Groupe SOS), Sylvie Marini intervient, à côté de ses rendez-vous individuels, dans un atelier collectif mensuel. « L'idée était de pouvoir travailler sur le "prendre soin" de soi et la confiance en soi, mais aussi d'offrir un temps de retrait et de repos, voire de loisirs, à ces personnes en difficulté avec les addictions et pour la plupart à la rue. Pour nous, cela fait partie intégrante du soin et c'est un autre moyen d'aborder le corps, d'une façon non médicalisée », résume Pauline Fabre, assistante sociale et co-animatrice de cet atelier très fréquenté par des hommes. Pour faciliter la démarche, elle réalise les soins avec eux. « J'assume un rôle de médiation pour faire tomber de fausses représentations ou certaines gênes », précise-t-elle. Réapprendre à se regarder dans une glace, bousculer le quotidien, effacer des stigmates de l'exclusion font partie des objectifs. De même, l'intervention de la socio-esthéticienne, dont le regard vient enrichir celui de l'équipe lors d'échanges spécifiques, permet aux travailleurs sociaux d'aborder par un biais détourné la question, souvent gênante, de l'hygiène. L'approche peut aussi se révéler une passerelle vers la santé somatique ou psychique. Venir se détendre, parler du corps, de prévention, dans un atelier amènent des personnes à se questionner et à s'orienter vers le soin. La santé peut même être directement l'objet d'ateliers, par exemple, à l'association Charonne, avec des femmes se prostituant : « Des flyers sont distribués sur les boulevards pour leur présenter l'action, explique Sylvie Marini. A partir des soins esthétiques et du travail sur le corps, il s'agit d'informer ces femmes, souvent étrangères, sur le système de santé et de les inciter à effectuer des bilans, à consulter un gynécologue, un dentiste, etc. » La socio-esthéticienne organise aussi des ateliers de fabrication de produits et

transmet des techniques d'automassage qui aident à réduire le stress, à gagner en bien-être, à mieux respirer et à chasser l'angoisse.

Le rapport au corps se révèle cependant souvent compliqué chez les publics en grande souffrance et il faut parfois du temps pour qu'une relation de confiance et un lâcher-prise s'installent. D'où l'intérêt des séances individuelles. *« On avance pas à pas. On fait des exercices pour bouger le corps, on repère les tensions, on décontracte une zone, puis une autre. Certains souffrent au moindre mouvement »*, observe Sylvie Marini. Entrer en contact avec ce corps qui a été malmené, meurtri, nécessite un savoir-faire et des qualités humaines. *« Il faut savoir établir une relation, acquérir un vrai sens de l'observation, sentir les limites de la personne, respecter son refus d'être touchée, pouvoir lui proposer un massage habillé... »*, pointe Sonia Delot qui, ayant exercé auprès de SDF, sait combien *« le toucher peut améliorer l'estime de soi des exclus »*.

Ce savoir-faire, auquel recourt aussi SOS Violences conjugales 42 auprès des femmes hébergées (voir page 31), Arnaud Aubert, qui s'intéresse aux émotions positives, le reconnaît. *« La socio-esthétique a une sphère d'action propre qu'il faut valoriser, car le toucher n'est pas neutre. Quand une personne permet de la toucher, elle fait entrer l'autre dans son intimité. On est là dans des aspects émotionnels et affectifs très particuliers*, explique le chercheur. *Ce rapport à l'intimité, un éducateur spécialisé, un animateur ou un psychologue ne l'aura pas car il lui faut garantir un minimum de distance. »*

L'interaction, l'intercorporéité, fait partie intégrante du soin apporté, qui est un mode expérientiel. *« La socio-esthétique s'inscrit dans un modèle holistique car elle prend en compte le caractère emboîté des différentes dimensions du schéma corporel, de l'image du corps, des besoins physiologiques mais aussi relationnels. Au travers de leur propre corps, les gens – intouchables, intouchés – viennent tenter de faire émerger des choses perdues, oubliées. Toucher quelqu'un c'est l'atteindre au plus profond de sa chair. C'est prendre le risque de toucher des zones qui peuvent le perturber, mais c'est aussi le reconsidérer en tant que personne »*, analyse Bernard Andrieu, philosophe et maître de conférences à l'université Nancy-I.

La discipline peut aussi aider à se réapproprié un corps que l'on ne maîtrise plus. *« Comme les sans-abri, les personnes âgées dépendantes sont démunies aux plans relationnel, professionnel, du logement, mais elles le sont aussi au plan du corps, de plus en plus pris en charge, contrôlé par d'autres »*, relève Irène Léger, gériatre dans un établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes à Blois.

Permettant de le réinvestir un peu, la socio-esthétique peut ouvrir un espace de liberté. Le corps cesse ainsi d'être limité à sa dimension fonctionnelle, à la question de l'hygiène, de l'incontinence... et peut redevenir un vecteur de plaisir et de narcissisation. *« La déprivation sensorielle et affective de nombreuses personnes âgées laisse libre cours à l'invasion de la douleur. Pouvoir renouer, même temporairement, avec un corps capable de procurer du bien-être, c'est aussi pouvoir convoquer des expériences positives du passé et conforter un sentiment d'identité – parfois même de genre – souvent malmené par ce corps qu'on ne reconnaît plus comme sien »*, analyse Marie-Claude Léonard, psychologue clinicienne. En outre, complète Irène Léger, *« cela aide les soignants à porter un autre regard sur la personne, à voir ce qu'elle peut encore faire pour elle et pas seulement ce qu'il faut faire pour elle »*. *« Avec la socio-esthétique, ce n'est pas le fard à paupières qui agit mais la rencontre autour de ce soin »*, résume Marie-Claude Léonard.

DÉFICIT DE RECONNAISSANCE

Pourtant, malgré leur spécificité et les bienfaits attestés de leur pratique dans les structures où elles sont intégrées, les socio-esthéticiennes souffrent parfois d'un « *manque de reconnaissance au sein des équipes pluridisciplinaires avec lesquelles elles travaillent* », pointent, dans leur étude, Patrick Scharnitzky et Elodie Mansuy. Un phénomène que renforce la précarité de beaucoup d'entre elles, les financements étant souvent prévus pour une année et, de fait, les actions pas toujours pérennisées.

Pour qu'esthétique rime avec éthique

La socio-esthétique est née en 1978 avec le CODES (Cours d'esthétique à option humanitaire et sociale). Soutenue par le centre hospitalier régional universitaire de Tours, qui l'héberge, ce centre associatif de formation pour adultes est le seul habilité à délivrer le titre de socio-esthéticienne reconnu pour exercer ce métier. Titulaires d'un diplôme d'Etat en esthétique-cosmétique, les socio-esthéticiennes doivent avoir déjà exercé deux ans avant de pouvoir suivre ce « *cours d'esthétique à option humanitaire et sociale* ». La formation, soutenue également par les hôpitaux de Saint-Maurice (Val-de-Marne), où se déroule le module social, permet aux stagiaires de se préparer à la relation avec les patients et les usagers et de s'intégrer aux équipes. Parmi les enseignements : hygiène, dermatologie, gérontologie, addictologie, cancérologie, psychiatrie et psychologie, social et médico-social, législation... Plus récemment, d'autres formations ont vu le jour, diverses écoles s'engouffrant dans la brèche, mais la qualité ne semble pas toujours de mise. « *On peut faire beaucoup de mal en voulant faire du bien. On se doit donc d'acquérir des connaissances adaptées, d'être sensibilisé à certaines valeurs, telle la neutralité, et de savoir rester à sa place* », estime, pour sa part, Laurence Manzano, chargée de projet et du suivi pédagogique au CODES. Pour se prémunir des pratiques détournées ou abusives et des dérives potentielles, maintes socio-esthéticiennes demandent d'ailleurs, selon le rapport de Patrick Scharnitzky et Elodie Mansuy, la création d'une charte éthique et professionnelle ou d'un code de déontologie définissant un cadre d'intervention précis.

Un outil pour s'ouvrir à soi et aux autres

A la MECS (maison d'enfants à caractère social) Charles-de-Foucauld, à Challans (Vendée), qui dépend des Apprentis d'Auteuil, l'intervention d'une socio-esthéticienne a été envisagée dès l'ouverture de la structure, en 2010, pour conforter le projet de remédiation scolaire et professionnelle des 11-21 ans suivis au service d'accueil éducatif de jour. « *L'idée était que ces jeunes en rupture avec les dispositifs de droit commun avaient des problèmes d'image, d'estime de soi, et qu'il fallait notamment travailler le rapport au corps* », résume Olivier Crépon, directeur de la MECS.

Salariée, la socio-esthéticienne fait partie de l'équipe pluridisciplinaire, dont elle partage les réunions, et a pour mission de participer au projet personnalisé de ces jeunes confiés par l'aide sociale à l'enfance. Les rendez-vous individuels se déroulent tous les mercredis dans un espace réservé et sont très attendus par les jeunes. « *Ce toucher particulier vient les percuter, fait ressurgir des événements du passé, heureux ou plus douloureux, libère la parole et fait émerger chez eux des questionnements qui peuvent être retravaillés en équipe. Parfois, cela déclenche même l'envie d'une intervention plus en profondeur avec la psychologue* », observe

le directeur. « *Les jeunes comprennent que leur corps peut avoir des réactions liées à leurs angoisses mais aussi qu'en le soignant, ils peuvent les réduire* », complète Fanny Couillaud, éducatrice spécialisée.

Lors des soins, les adolescents déchargent des tensions, se ressourcent, reprennent confiance en eux et l'équipe en tire profit au quotidien. « *Le jeudi, ils sont plus apaisés et on travaille plus facilement avec eux. Au bout de quelques mois, on voit de réels bénéfices s'installer* », poursuit-elle. Passer par le corps aide les jeunes à évoluer dans leur approche de la scolarité ou, plus largement, de l'insertion, et ils comprennent combien le négliger peut gêner leur rapport aux autres. La socio-esthéticienne intervient d'ailleurs aussi sur les questions d'hygiène : se laver les cheveux, entretenir sa peau... « *Il peut se révéler parfois judicieux que ce soit elle qui, de sa place, aborde ces points. Cela passe mieux* », assure Fanny Couillaud. Enfin, résume Olivier Crépon, « *l'enfant prend conscience que son corps n'est pas qu'une enveloppe, qu'il est très en lien avec l'esprit et, peu à peu, s'approprie la question de son bien-être* ».

Notes

- (1) Organisé par le CODES le 13 avril 2012 à l'Institut Pasteur (Paris) – Tél. 02 47 47 47 47 – www.socio-esthetique.fr
- (2) « L'impact des ateliers de socio-esthétique auprès de bénéficiaires en situation de réinsertion sociale et/ou professionnelle : un trait d'union entre les soins du corps et la relation d'aide », mai 2012.