

BLOG de **Dominique Sledzianowski** Socio-esthéticienne en maison d'arrêt, oncologie et dans le social, intervenante au [CODES](#)

Comment mes soins esthétiques ont permis à Martin, en rupture sociale, d'aller vers une nouvelle vie

La socio-esthétique, ce sont des soins esthétiques adaptés au contexte de vie de la personne et à son âge, en direction de publics en difficulté. Voici ce que cela peut changer dans une vie.



Comment mes soins esthétiques ont permis à Martin, en rupture sociale, d'aller vers une nouvelle vie.

Je pratique la socio-esthétique, discipline reconnue par l'Etat et enseignée au [CODES](#) (cours d'esthétique à option humanitaire et sociale basée à Tours). Ce sont des soins esthétiques adaptés au contexte de vie de la personne et à son âge, en direction de publics en difficulté. Cela agit comme un baume, un révélateur. On ouvre la porte du lâcher-prise, de la bienveillance, de la parole et de l'embellissement de son image. On libère les possibles, on fait un petit pas vers la sérénité.

Certains a priori peuvent faire penser que la socio-esthétique se décline plus difficilement au masculin. Il n'en est rien. Dans ce cas, l'approche en socio-esthétique sera davantage basée sur

les soins d'hygiène (le rasage par exemple) et sur le bien-être. On utilisera un vocabulaire simple et pragmatique. Le décor sera minimaliste. Les hommes d'aujourd'hui laissent plus facilement émerger leur sensibilité et leur besoin de prendre soin d'eux.

Un homme en situation de précarité et hébergé dans un centre d'urgence pourra retirer énormément de bénéfices de ce genre de soins, et c'est ce que je voudrais raconter.

J'ai rencontré Martin (je l'appellerai Martin par souci d'anonymat) la première fois dans un groupe de jeunes, un groupe mixte en rupture sociale. J'avais comme mission d'assurer auprès d'eux plusieurs animations destinées à les préparer à la recherche d'emploi, notamment en travaillant plus particulièrement l'image et la présentation, pour leur donner le maximum de chances lors d'un entretien d'embauche.

Le suivi représentait pour eux une ultime chance de s'inscrire dans un quotidien plus serein, une bouée vers un futur plus accueillant.

Certains étaient hébergés dans des structures d'urgence, d'autres vivaient dans la rue. Quelques-uns avaient été incarcérés. Ils avaient comme point commun la précarité et le manque de repères. Le suivi représentait pour eux une ultime chance de s'inscrire dans un quotidien plus serein, une bouée vers un futur plus accueillant.

Lors des ateliers collectifs, Martin se montrait tantôt très intéressé, enthousiaste et communicatif, tantôt sur la défensive, tantôt extérieur à la séance comme s'il était enlisé dans ses pensées et absent de ce qui était en train de se réaliser sous ses yeux. Il l'exprimait d'ailleurs très facilement. Il avait gardé de son enfance chaotique des attitudes contradictoires. Il était dans une période difficile, à la croisée de choix de vie nouveaux. Ayant frisé l'incarcération pour comportements violents, il se savait fragile, mais avait comme objectif de se construire autrement.

Martin avait ce besoin urgent : se réconcilier avec son image et celle qu'il renvoyait à la société. Affirmer ses choix en prenant conscience qu'il ne pouvait pas plaire à tout le monde.

Les ateliers avec le groupe lui permettaient de se libérer par la parole. Dans ce contexte où chacun s'exprimait à la seule condition d'en avoir envie, sur des sujets sérieux ou pas, selon l'ambiance du moment, avec la garantie que le secret serait préservé (le groupe s'engageant à une charte de confidentialité), il se sentait en confiance et verbalisait de manière presque enfantine des sentiments bien ancrés, des sentiments de rébellion face à une société qu'il considérait hypocrite et injuste. Pour Martin, qui au départ se disait "sauvage, indomptable et blasé", s'être ouvert à d'autres formes de communication, par le biais du toucher (accepter le toucher de l'autre, offrir à l'autre son propre toucher lors de la pratique de soins visage et mains), par le biais du ressenti (texture des cosmétiques sur la peau, odeurs qui évoquent des sensations agréables en général ou font voyager), ou par le biais de l'image (accueillir le regard de l'autre sur soi et écouter ce que cet autre nous renvoie sur nous-mêmes par le jeu des couleurs et du conseil en image) a été une expérience révélatrice. Bien entendu cela a nécessité de la bienveillance absolue, une période d'apprivoisement où chacun a pris ses marques, a ressenti et trouvé sa place dans le groupe. Il a pu également éprouver qu'il pouvait s'identifier à d'autres en ayant des besoins et attentes similaires. Qu'il pouvait se "mouler" dans "le jeu de la société", en suivre certaines règles tout en s'affirmant et en se révélant à lui-même.

Le travail sur le style vestimentaire lui a fait prendre conscience de ce qu'il avait envie de dire de lui-même à l'autre. Cela peut paraître paradoxal, qu'un accompagnement purement esthétique sur la présentation de soi permette ce genre de petit miracle. Mais lorsqu'on y

réfléchit un peu, cela n'a rien d'étonnant, pour plusieurs raisons. Nous vivons dans une société de l'image. Nous nous reconnaissons en partie dans ce que nous percevons de nous dans le regard de l'autre. La socio-esthéticienne est vigilante et respectueuse. Elle a comme mission d'offrir à chacun un reflet de lui-même authentique et rassurant. Pour aller mieux et se reconstruire, Martin avait ce besoin urgent: se réconcilier avec son image et l'image qu'il renvoyait à la société. Affirmer ses choix en prenant conscience qu'il ne pouvait pas plaire à tout le monde.

Au final, Martin, par le biais de la socio-esthétique, a fait connaissance avec une partie insoupçonnée de lui-même. Il a pu évacuer un peu de sa rébellion et de ses angoisses.

A la fin du suivi, Martin se sentait plus serein. Le travail amorcé en collectif a pu s'affiner grâce à un temps individuel durant lequel un soin visage lui a été proposé. Il est arrivé ce jour-là les traits un peu tirés, figés. Il a déversé un flot de paroles presque incompréhensibles au début, répondant lui-même à ses propres interrogations. Son regard intense et profond captait la moindre expression de retour dans mes yeux. Il avait juste besoin de se poser, de trouver des repères, d'être invité à enfin se découvrir à l'autre et à lui-même sans fard, enfin lâcher prise, ne plus avoir peur du silence.

Il passait d'une idée à l'autre, mettait des mots sur sa violence qu'il avait du mal à canaliser et qui l'avait mis dans des situations extrêmes. Au fur et à mesure, son ton devenait plus doux, ses paroles plus articulées. A ce moment précis où il baissait la garde, je l'ai invité à s'allonger sur le fauteuil de soins. Un premier contact sur le crâne et à d'autres endroits stratégiques, là où le mental nous retient prisonniers de nous-mêmes, lui a permis de lâcher prise dans l'instant. Il avait exprimé ses pensées tumultueuses et se sentait dès lors apaisé, prêt à recevoir un toucher ressourçant et doux, un toucher qui lui permettrait d'appréhender l'autre avec bienveillance.

Au final, Martin, par le biais de la socio-esthétique, a fait connaissance avec une partie insoupçonnée de lui-même. Il a pu évacuer un peu de sa rébellion et de ses angoisses, s'est rendu compte qu'il pouvait communiquer plus justement, que dès lors qu'il s'exprimait avec davantage de mesure, l'autre était bien plus attentif. Il a repris contact de manière positive avec son corps et ses sensations, a ressenti de l'intérêt à prendre soin de lui et de l'autre lors des ateliers. Il a vécu un premier pas vers la reconstruction.