

L'ANOREXIE : UNE QUETE IDENTITAIRE !?

A l'âge difficile où l'individu se cherche, à l'heure des choix difficiles, à l'époque charnière entre la fin de l'enfance et l'entrée dans la vie d'adulte, lors de ce délicat passage qu'est l'adolescence, nombreux sont ceux et celles qui accèdent enfin, au bout de ce parcours chaotique, à leur projet d'advenir.

Malheureusement, d'autres ne se rencontrent pas, voire même se perdent !

L'adolescence est une étape de l'existence des plus difficiles à franchir. Ce n'est pas par hasard si de nombreuses pathologies s'y déclarent : période volcanique où les failles se révèlent, où les fragilités ne peuvent plus se dissimuler derrière la latence d'un temps révolu. Les traces du passé deviennent reliefs insurmontables ou gouffres sans fond.

Le deuil pourtant impossible d'une enfance déjà regrettée devient inévitable. Le corps change, autrui réitère ses sollicitations, la société impose ses choix... sexualité, orientation professionnelle, acquisition d'une autonomie...

Certains jeunes individus se retrouvent bien démunis face à un tel remaniement de repères. Parfois envahis d'un profond sentiment de perte de contrôle ou encore en recherche plus ou moins consciente des moyens qui pourraient retenir l'enfance... ils vont, à l'ombre d'un régime ou de *quelques kilos à perdre pour être mieux*, tomber dans le piège infernal de l'anorexie !

Piège d'autant plus vicieux que les victimes s'y enferment avec conviction, détermination et parfois même soulagement.

Car en effet, aussi incroyable que cela puisse paraître : *l'anorexie rassure* ! Elle répond sans faillir aux angoisses évoquées plus haut : par le sentiment de contrôler quelque chose de sa vie l'individu reprend confiance en lui et en gommant tous les signes d'une féminité naissante (règles, formes...), la jeune femme régresse, et calme ainsi sa nostalgie d'une enfance paisible.

L'anorexie-béquille se présente comme d'autres produits capables de soulager, très temporairement, une angoisse profonde. L'anorexie et sa pérennité sont parfois question de survie. Se priver pour vivre, disparaître pour exister : quoi de plus déroutant qu'un tel contresens !?

C'est le temps du déni, pour les jeunes filles qui tiennent à leur symptôme au point de ne pas le reconnaître comme tel. Cette époque du trouble peut être longue, suffisamment parfois pour que le piège se referme.

Les mois, les années passent et quel que soit le devenir de l'anorexie dans sa forme, qu'elle se soit installée sous un angle restrictif ou qu'elle se soit transformée en processus alternatif de type *anorexie/boulimie*, il n'est pas rare que la personne pactise avec la maladie dans un étrange consensus ou finalement tout le monde n'est pas si volontaire qu'il n'y paraît.

Un passé souvent marqué par le dévouement et l'abnégation de soi amène naturellement ces jeunes femmes à se poser une question récurrente : « qui suis-je ? ». A force de faire passer les demandes - souvent supposées - d'autrui avant ses propres besoins, elles ont fini par ne jamais contacter leurs désirs profonds, leurs goûts, leurs envies et parfois leurs rêves !

L'anorexie / boulimie vient donc encore une fois donner l'illusion d'une réponse à interrogation identitaire. Il n'est pas rare d'entendre, lors de nos ateliers, certaines personnes se définir par leur pathologie...

« Vous êtes... ? »

« euh... Léa... anorexique » !!!

Certaines jeunes femmes, au fil des ans, et au nom du *service rendu* par la maladie – elle, au moins, est fidèle et ne les abandonne pas ! - vont finir par s'identifier au trouble. Qu'elle place reste-t-il au *Je*, au *Moi* qui d'ailleurs n'existe pas dans la réponse de Léa ?

Car, « Non, Léa, vous n'êtes pas anorexique : vous souffrez d'anorexie ! Mais serait-elle pour vous un élément déterminant de votre identité pour que vous vous présentiez ainsi ? »

Doucement, insidieusement, pour Léa comme pour beaucoup d'autres, l'hyperactivité est devenue *une façon de s'occuper de son corps*, les restrictions ne sont *qu'hygiène de vie*, se faire plaisir est une *tentation malsaine* quant à tout ce qui touche à *l'émotionnel*, cela s'apparente désormais à une *faiblesse inutile*. La cuirasse s'épaissit au fil du temps coupant progressivement la femme d'une vie d'échanges, de rencontres et d'expériences en tout genre.

En parallèle de cet enfermement, on ne peut ignorer une souffrance profonde car cette *non vie* s'opère dans un monde en mouvement, parfois dans un bouillonnement social et professionnel où l'immaturation affective et émotionnelle de la *prisonnière* doit, chaque jour, se confronter à autrui comme à la nourriture. Décalage terrible qui accentue douloureusement le sentiment de solitude et rapproche encore un peu de cette seule compagne fidèle : *l'anorexie / boulimie* !

Après de nombreuses années passées ainsi en survie, il est plus facile d'imaginer changer que de changer vraiment. Pour certaines personnes, se séparer de cette anorexie c'est renoncer à une partie de soi, si gênante soit-elle ! Quelle angoisse : imaginons-nous perdre une partie de nous !? Les résistances sont fortes et ce virage identitaire ne pourra se prendre qu'à vitesse réduite, progressivement, accompagnée et sécurisée. C'est dire l'impérieuse nécessité d'un cadre thérapeutique solide et contenant.

Aux personnes concernées, nous voulons rappeler que même si elles l'ignorent encore ou pire, si elles sont intimement convaincues du contraire, elles ont en elles des richesses et des capacités bien plus précieuses que la possibilité du contrôle. Qu'elles sont bien plus que du manque, du rien, du vide et de la légèreté.

L'évanescence ne sert pas *l'être* et toute cette énergie déployée pour une quête aussi déréelle qu'inutile, pourrait s'avérer bien utile à la construction, aux projets personnels, à la créativité... Donner un *autre* sens à son existence...

Et enfin, rappeler que les mots existent et que le corps n'est pas le meilleur langage qui soit pour dire sa profonde détresse et être entendu dans son appel à l'aide.

Aux proches, au grand public, à tous ceux qui en douteraient encore, rappelons qu'il ne s'agit en rien d'un *manque de volonté*, ou de *provocation intentionnelle* !

Nous sommes bien face à des troubles graves dont les risques de chronicité augmentent avec les années.

Les messages de prévention sont indispensables pour que les jeunes filles, souvent déconcertées à l'adolescence ne viennent pas chercher réconfort dans cet illusoire et dangereux *remède* qu'est l'anorexie mentale.

Sophia DUCCESCHI

Psychothérapeute-Analyste

Spécialisée dans la prise en charge des T.C.A.

Fondatrice et Présidente de l'association « Vaincre Anorexie & Boulimie ».