

Automutilation - 1/2

L'automutilation, peu de monde en parle et pourtant beaucoup de jeunes en souffrent. Mal dans sa peau, un ras-le-bol de tout, une période difficile, le seul moyen que l'on trouve pour ce faire du bien est de se faire du mal. Parlons-en...

Beaucoup des personnes qui liront ce texte ne comprendront surment pas l'intérêt. Prenons pour des fous toutes les personnes s'automutilant. Ceci est une maladie, une maladie qui tue. Difficile a soigner, il faut en parler. 90% des humains ne comprendront JAMAIS pourquoi des personnes agissent de la sorte, il faut être à leur place pour savoir mais je ne vous le conseil pas.

Automutilation, c'est quoi ?

L'automutilation (ou encore scarification) consiste à se blesser (soi-même) volontairement afin d'évacuer une importante souffrance intérieure après un moment difficile. Contrairement à ce que de nombreuses personnes peuvent croire, l'automutilation n'est pas une envie de mourir mais plutôt une volonté de survivre (le fait de se couper les veines pour se donner la mort n'est pas de l'automutilation).

Pourquoi s'automutiler ?

Même si nous ne savons pas comment apparaît l'automutilation, nous connaissons la principale raison de cette acte. Peut-être trouverez vous cela très stupide mais lorsque que certaines personnes on atteint un tel état de mal-être, que la vie leur paraît inutile, que leur espoir est noyé dans le désespoir, " se faire mal fait du bien ". Chez ces personnes, le fait de se blesser produit des changements chimiques dans l'organisme, ce qui rend la personne mieux dans sa peau.

L'automutilation touche autant les femmes que les hommes et commence surtout à l'adolescence, lorsque que l'on découvre la vie, la monde, la triste réalité.

L'automutilation n'est en aucun cas un moyen de se faire remarquer ! C'est un acte de désespoir à prendre très au sérieux. On peut le comparer à une drogue.

Différents moyens d'automutilation

Pour apaiser la souffrance, chacun à sa propre manière. Certains pleure tout simplement, mais lorsque les larmes ne coulent plus, le dernier recourt est l'automutilation. Le sang qui coule sur la peau provoque une immense sensation de bien être à la personne qui se fait mal. La façon la plus courante est de se couper avec un couteau, un rasoir. D'autres personnes se brûlent, s'arrache les cheveux, se rongent les ongles, empêchent les plaies de se refermer et dans de rare cas, de ce casser les os. Voici pour les façons les plus courantes de se procurer du plaisir lorsqu'on est mort a l'intérieur, mais il en existe encore énormément. Chaque action faite volontairement sur soi-même dans le but de se faire mal (et non de se donner la mort) est considéré comme de l'automutilation.

Voilà un bref aperçu de ce qu'est l'automutilation. Pour beaucoup cela restera flou, mais l'acte de se faire mal pour se sentir bien n'est pas quelque chose que l'on peu écrire sur du papier, c'est une chose qu'il faut ressentir. Un conseil à vous qui n'avez pas compris et qui voulez comprendre : n'essayé pas trop justement de

Automutilation - 2/2

comprendre. Il y a des fois où il est préférable de fermer les yeux pour vivre mieux.

Et si vous vous automutiliez ou que vous voulez en savoir plus, n'hésitez pas à venir m'en parler !

Il ne faut surtout pas rester dans son coin, il faut en parler, c'est BEAUCOUP plus grave que vous ne le pensez...

Et pour plus d'infos rendez-vous sur le " site officiel " de cette maladie " : Automutilation.org