

# Au-delà du soin, je restaure L'IMAGE DE SOI

par Virginie CAPELLE

Après une expérience en esthétique traditionnelle,  
Virginie Capelle a recherché plus de profondeur, aller au-delà du soin de beauté...

64

## Il faut être dans l'empathie, pas la sympathie

Aujourd'hui, Virginie Capelle prodigue des soins avec le même but : restaurer l'estime de soi et apporter des moments de bien-être et de répit à un public fragilisé par la maladie, des conditions sociales difficiles, l'incarcération, la vieillesse, le handicap...

### LA NAISSANCE DU PROJET

**L**'ai obtenu un BTS Esthétique en 1997 à l'École de Luca à Lille avant de travailler pour Nocibé en cabine, en vente, puis au siège social au service Relations Clients. En 2004, j'ai refait ma vie en région parisienne et même si l'esthétique me passionnait toujours, pour des questions d'emploi du temps, j'ai intégré un grand groupe de titres de restauration. Quelques années plus tard, pendant

mon congé parental, à presque 40 ans, a germé l'idée d'une reconversion en retournant dans l'esthétique mais sous une autre forme. J'avais toujours l'image en tête qu'après le soin, on vend une prestation, un produit et puis c'est tout, «au revoir» et «merci». Il me manquait quelque chose, je voulais plus de profondeur, plus d'humanité dans le geste.

### LA FORMATION, LES STAGES

J'ai donc suivi une formation d'un an de Psycho-Socio-Esthétique chez PBA à Nanterre.

Au cours de cette année, j'ai réalisé quatre stages différents. À cette époque, on parlait beaucoup de suicides au sein des entreprises, de burn out... Je me suis dit que ce serait intéressant de voir ce que la psycho-socio-esthétique pouvait apporter sur la prévention du mal-être en entreprise et dans la qualité de vie au travail. Proposer des soins de bien-être au sein d'une entreprise dans ce cadre était très novateur mais j'aime bien être à l'avant-garde. Je redoutais qu'il soit compliqué d'entrer au sein des entreprises. Les entreprises françaises ont une sorte de conservatisme, elles se mettent des ceillères, avouons-le, quand il s'agit du mal-être des salariés. J'ai alors contacté les responsables de mon ancienne entreprise, au sein de laquelle j'avais travaillé pendant neuf ans, pour leur demander si l'idée d'intervenir avec un objectif de suivi psycho-socio-esthétique auprès de leurs salariés les intéressait. Ils ont dit oui !

J'ai également effectué un stage en hôpital psychiatrique avec des personnes internées, atteintes de schizophrénie, de dépression sévère, de troubles psychotiques, bipolaires... Je trouve la psychiatrie très mystérieuse et captivante. Les soins socio-esthétiques ont un réel bénéfice pour le malade. Je travaille avec les équipes soignantes sur un même objectif : l'apaisement des angoisses, l'image du corps, parfois morcelée, chez le psychotique, l'hygiène...



Virginie CAPELLE

---

## Grâce au support esthétique, de nombreux messages passent

---

### ROUVER DU TRAVAIL

**T** Une fois diplômée, j'ai créé mon auto-entreprise et j'ai commencé à démarcher des structures. Certains de mes stages ont débouché sur des contrats actuels. Grâce à mon expérience chez Nocibé, j'ai appris la vente. Là, j'ai appris à me vendre, à vendre mon métier. J'effectue beaucoup de recherches sur Internet. Voici un exemple concret, la présidente de La Ligue contre le Cancer dans l'Oise venait d'être élue pour un nouveau mandat et en cherchant qui était cette personne sur Internet, je me suis aperçue qu'elle travaillait avec le président de ma Communauté de Communes à qui j'ai donc envoyé un mail. Je lui expliquai mon métier et je lui ai demandé de me mettre en relation avec sa collaboratrice et aujourd'hui nous travaillons ensemble.

Je crois beaucoup aux bonnes rencontres, mais il faut les provoquer, le réseau est très important. Une psychologue m'avait conseillé d'aller voir une structure qui travaillait avec des personnes handicapées mentales. Ils m'ont répondu qu'ils n'avaient pas de budget, ce qui est une problématique récurrente. J'ai quand même laissé un dossier. Un an plus tard, ils m'ont recontactée pour me proposer un projet au sein de leur établissement pour la mise en place de soins socio-esthétiques de façon hebdomadaire aux personnes handicapées.

Je lis minutieusement la presse locale, c'est ainsi que j'ai découvert dans Le Parisien de l'Oise un article sur une maison des familles sur Beauvais. Je leur ai envoyé un message en expliquant ce que je pouvais apporter aux mamans et ils m'ont répondu : «Ça nous intéresse, on se rencontre quand ?».

J'ai réellement commencé mon activité en juillet 2015 et je commence à en vivre. Ça faisait partie d'un projet de famille dès le départ quand je me suis lancée dans cette reconversion.

### MON QUOTIDIEN

Aujourd'hui, mon quotidien s'organise entre différentes structures car je ne veux pas me cantonner à un seul milieu par peur de m'épuiser émotionnellement et psychologiquement dans ce milieu.

### Les salariés

La DRH de l'entreprise octroie du temps aux salariés sur leur temps de travail pour qu'ils prennent rendez-vous avec moi. J'ai créé une ambiance cocooning pour que les salariés oublient, le temps d'une pause, qu'ils sont sur leur lieu de travail, ils sentent que mes soins ne se limitent pas à de l'esthétique pure, je suis à leur écoute et j'adapte mon soin à leur problématique qui peut être liée au travail, un déficit de reconnaissance, de confiance en soi ou alors des conflits avec des collègues. Le service qualité de vie au travail envoie des mails tout au long de l'année à l'ensemble des salariés présentant mon activité.

### Les jeunes mamans

Je travaille aussi pour des structures sociales en intervenant dans des lieux «Parents-Enfants». Il s'agit d'une maison des familles où les jeunes mamans viennent avec leurs jeunes enfants pour profiter de diverses activités. Pour ma part, le but est de leur rappeler qu'elles ne sont pas que des mamans mais aussi des femmes, des épouses, des compagnes... Je propose à ces femmes des ateliers de groupe parce que la féminité c'est aussi prendre soin de soi au quotidien avec des petits gestes simples qu'elles peuvent reproduire facilement. En apprenant comment se maquiller au quotidien, c'est aussi une façon de retrouver une estime de soi, une confiance en soi. Et c'est ça qui est important. Un enfant qui sent sa maman épanouie sera plus serein. →

## ESTHÉTICIENNE – SOCIO-ESTHÉTICIENNE

L'esthéticienne réalise une prestation pour laquelle le client a payé. La socio-esthéticienne est payée par la structure pour les patients, elle fait un soin qui a un objectif qui va bien au-delà du résultat beauté. Mon objectif et l'approche sont différents mais l'outil reste le même. Mais parfois l'esthéticienne, sans le savoir, par son approche, sa bienveillance, fait un peu de socio esthétique.

## Le soin esthétique devient un médiateur corporel

### Les adolescentes

Je travaille avec de jeunes adolescentes dans le cadre d'un programme d'État «Réussite Éducative» qui leur propose diverses activités comme du théâtre par exemple. J'ai proposé des cours d'estime de soi sous forme d'ateliers dont le but consiste à leur expliquer que l'estime de soi se travaille dès le plus jeune âge. Je leur montre comment prendre soin de leur peau, comment se mettre en valeur par rapport à leur âge et leur style.

### Les personnes atteintes de cancer

Je travaille en oncologie, je me rends une fois par mois dans une clinique, au service chimiothérapie, cancérologie, soins palliatifs. Et depuis quelques mois, je travaille pour la Ligue Contre le Cancer en me rendant au domicile des patients qui ne peuvent plus se déplacer. Le temps d'une heure, ils oublient la maladie, leur corps malmené par la maladie et les soins médicaux. Parfois, ils ont l'impression que leur corps ne leur appartient plus.

### Les personnes handicapées mentales

Toutes les semaines, je travaille dans un foyer accueillant des personnes atteintes d'handicap mental. Ces personnes ont différents niveaux d'autonomie : des personnes handicapées mentales vieillissantes avec peu d'autonomie, d'autres vivent au sein d'un foyer avec une certaine autonomie et d'autres ont une autonomie beaucoup plus importante avec un appartement en ville et sont suivies par des éducateurs. L'objectif est de travailler le maintien de l'autonomie et surtout l'estime de soi en prenant soin de soi, car il ne faut pas oublier que dans le milieu du handicap mental et psychiatrique, l'incurie est courante, c'est-à-dire que les gens n'ont pas toujours de notions d'hygiène, ils ne savent pas prendre soin d'eux. Je dois donc leur apprendre à se prodiguer eux-mêmes des soins avec des gestes simples par des moyens détournés, par exemple, ensemble, nous

fabriquons des produits cosmétiques, un gommage ou un masque avec les produits qui sont dans le frigo ou les placards. Ce sont des astuces qui ne coûtent pas cher car ces gens ont des moyens très limités.

### LES DIFFÉRENTES PRISES EN CHARGE

Tout d'abord, on parle de patient et non de client. C'est important parce que ce ne sont pas eux qui paient le soin. C'est toujours une prise en charge de l'établissement. Nous sommes dans un projet pluridisciplinaire avec les équipes, nous travaillons des objectifs similaires avec des outils différents. Nous sommes loin du soin esthétique traditionnel ; le soin esthétique devient un médiateur corporel, un outil d'approche et de travail avec un objectif final pré-établi. Selon le patient, ce n'est pas du tout la même approche, c'est tout l'intérêt de la formation de psycho-socio-esthétique, nous abordons la psychologie dans tous les domaines. On ne va pas s'adresser à un malade psychiatrique de la même façon qu'à une personne saine d'esprit. Il faut être vigilant sur ses gestes, ses mots. Ces soins sont aussi l'occasion pour que la parole se libère car nous ne sommes pas une blouse blanche, nous ne sommes pas du côté médical, les patients se livrent parfois plus à nous qu'au personnel soignant et c'est important qu'ils puissent le faire.

### DES SOINS, POUR QUELS RÉSULTATS ?

**D**Lorsque je contacte une structure pour lui proposer des interventions, je dois tout d'abord expliquer ce qu'est mon métier parce qu'il est encore peu connu. J'explique mes actions avec le vocabulaire adapté à chaque domaine et je souligne bien les bénéfices pour les personnes prises en charge. Je me suis créé des dossiers selon les structures.

- Pour les personnes atteintes de cancer, il s'agit de leur faire oublier la maladie le temps d'un soin, mais aussi de leur apporter les conseils nécessaires à la protection et au maintien en bonne santé de leurs ongles, cheveux, peau, parce que les produits de chimio abîment énormément.

- Pour les personnes handicapées, il s'agit de leur apprendre le maintien de l'autonomie, leur apprendre à prendre soin →

**Aujourd'hui,  
je suis épanouie  
dans mon travail.  
Je n'ai pas  
l'impression  
d'aller travailler !**

68

d'eux dans le but de revaloriser l'estime de soi. Parfois, c'est aussi travailler l'hygiène, parce que le soin esthétique est un formidable support à cet effet. C'est compliqué de dire à quelqu'un comment et quand se laver alors qu'en utilisant le support du soin esthétique, le message passe plus facilement.

- En psychiatrie, il s'agit de travailler l'hygiène, d'apaiser les angoisses chez les patients psychotiques. Pour les personnes dépressives, il faut essayer d'apporter un moment de réconfort, de bien-être. Par exemple, après une tentative de suicide, la personne peut culpabiliser après son geste, il faut donc beaucoup de bienveillance, de non jugement, le soin peut être un temps d'écoute également, libérateur pour la personne.

- Pour les mamans, je leur rappelle qu'elles sont mamans mais aussi et avant tout des femmes. Elles ont un conjoint, un mari, elles n'ont pas que des enfants. Il faut les aider à ré-appréhender leur féminité, leur bien-être en tant que femme. En harmonie avec elles-mêmes, elles seront en harmonie avec leur entourage.

- Pour les adolescentes, il faut travailler l'estime de soi dès le plus jeune âge. C'est une construction par rapport à la mère qui malheureusement parfois fait défaut. Le travail de socio-esthétique s'inscrit toujours au sein d'une équipe de professionnels (éducateurs, infirmières, psychologues...). Et même si je suis seule avec le

patient, c'est grâce à ce travail d'équipe que le patient peut progresser dans l'objectif fixé en équipe.


### **ALORS, HEUREUSE ?**

Aujourd'hui, je suis épanouie dans mon travail. Je n'ai pas l'impression d'aller travailler !

Lorsque je constate que le soin a eu un bénéfice physique

ou moral sur le patient, c'est la plus belle récompense. Je sais que j'ai bien fait mon travail. Grâce aux soins esthétiques, la relation humaine est totale, on entre dans la sphère de l'intime, de la pudeur et donc la personne doit apprendre à nous faire confiance. Une fois qu'elle a confiance, elle peut lâcher prise.

### **L'AVENIR DE LA SOCIO-ESTHÉTIQUE**

L'avenir est tout tracé ! Nous y travaillons d'arrache pieds avec toutes les collègues socio-esthéticiennes et les écoles qui nous forment. On entend beaucoup parler de «médecines alternatives» comme l'hypnose, l'art thérapie, la socio-esthétique... qui apportent vraiment un mieux-être aux patients. Un patient qui est mieux dans sa tête va plus vite sur le chemin de la guérison. La socio-esthétique est en plein développement. Je le constate quotidiennement. Quand je suis arrivée chez Pôle Emploi en expliquant mon souhait de formation en socio-esthétique, ils ne connaissaient pas. Aujourd'hui, lorsque j'effectue des recherches sur Internet, de temps en temps je vois des postes en CDD, voire des CDI en socio-esthétique, preuve qu'il y a une émergence, que ça évolue positivement. 

### **LA JUSTE DISTANCE**

Parfois, je suis confrontée à des femmes de mon âge, qui ont des enfants plus jeunes que les miens, et c'est vrai qu'il faut avoir une certaine distance par rapport à la situation vécue par des patients. La formation nous apprend les notions de juste distance, il faut être dans l'empathie et pas dans la sympathie. Il faut ensuite faire ses expériences sur le terrain, c'est un travail sur soi de tous les jours. Bien sûr, il y a des gens qui me touchent plus que d'autres, on reste des êtres humains mais il faut se protéger parce qu'un jour on se quitte soit par la mort soit parce que la personne va mieux et n'a plus de raison de venir en soins socio-esthétiques et c'est tant mieux pour elle. Mais il ne faut pas que ces choses-là nous touchent au point de nous épuiser.