

# Harcèlement : «Quittez le champ de bataille !»

**Le harcèlement au boulot, dans le couple, à l'école ou même dans les rues des grandes villes fait des ravages. Comment les victimes peuvent-elles sortir de cette spirale infernale ?**

MER. 20.25 **La Une** Magazine  
«Questions à la une»

Après le reportage «Sexe, mensonges et harcèlement», mardi soir sur France 2, «Questions à la une» (La Une) aborde le lendemain deux autres facettes du phénomène : en rue (lire l'encadré) et entre enfants, à l'école. Mais quelle que soit sa forme, le harcèlement est un fléau qui laisse souvent ses victimes brisées. Marie Andersen est une psychologue belge. Elle est notamment l'auteure d'un livre intitulé «La Manipulation ordinaire», paru aux Éditions Ixelles. Elle sort actuellement

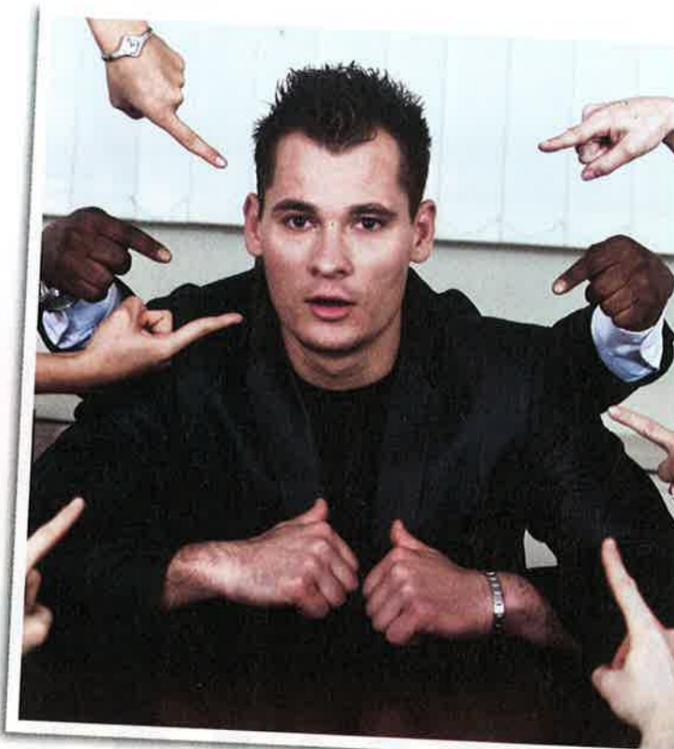
un autre ouvrage : «L'Art de se gâcher la vie». Cette spécialiste donne sa vision du harcèlement.

**Quelle est la définition du harcèlement ?**

Le processus de manipulation (harcèlement) est le même au travail, au sein d'un couple et au sein de la famille. Le terme «harcèlement moral» n'est qu'une expression pour expliquer les dynamiques de manipulation répétitives entre personnes. Il s'agit d'une série de comportements et d'attitudes destinés à user l'autre, à l'amoindrir pour empêcher qu'il puisse avoir du

**«La victime perd pied»**

Le harcèlement professionnel n'est pas à prendre à la légère, il peut mener au suicide...



Le harcèlement professionnel n'est pas à prendre à la légère, il peut mener au suicide... Getty Images

## À l'école aussi

Le harcèlement scolaire, également nommé «bullying», touchera environ un jeune sur cinq durant ses études. Ce sont approximativement 170.000 jeunes en Wallonie et à Bruxelles qui seront personnellement concernés par ce phénomène durant leur scolarité. Bousculades, intimidation et autres insultes seront le lot d'autant d'enfants ! Et tous les moyens de communication seront bons pour brimer le camarade avec le cyber-harcèlement, ou le fait de poster des messages et des vidéos dénigrants sur Internet.



Comment réagir en tant que parents en cas de problème ? Il ne faut pas hésiter à alerter les autorités scolaires. Les signes qui doivent alerter ? Des changements de comportement inexplicables chez l'enfant, le repli sur soi, des manifestations d'anxiété, le refus de se rendre à l'école...

Un jeune sur cinq est concerné par le «bullying» au cours de ses études

pouvoir et du contrôle sur une situation. C'est l'expression d'un irrespect dénigrant. C'est assez instinctif dans le chef de la personne qui opère ce harcèlement.

**Instinctif ?**

Oui ! On comprend souvent la manipulation comme un comportement délibéré et conscient. Ce n'est pas faux, mais ce n'en est qu'une petite partie. Un escroc qui arnaque une personne naïve est dans une démarche consciente. Par contre, le harceleur manifeste une attitude de domination et d'irrespect qui est souvent plus instinctive. Elle n'est pas toujours très comprise par la personne qui opère, particulièrement au sein d'une relation amoureuse.

**Alors, comment fonctionne le harcèlement en entreprise ?**

On se moque publiquement d'un collaborateur, d'un collègue. On ne l'informe pas d'une réunion pour critiquer ensuite son absence. On le met sur un dossier insoluble, on ne lui donne plus de travail intéressant, ni les congés qu'il demande, etc. Les effets ? La victime perd pied, s'inquiète, se culpabilise et s'effondre tout doucement. Cela va jusqu'au suicide.

**Dans le couple, il y a aussi les violences psychologiques...**

C'est exactement le même processus. Une dynamique se met en place entre un dominant et un dominé. Et ce n'est pas

toujours l'homme qui est dominant, précisons-le. L'attitude n'est pas plus spécifiquement liée à un sexe qu'à l'autre. Statistiquement, l'homme aura tendance à employer plus facilement la violence physique. C'est plus visible. Les femmes peuvent exprimer leur violence par d'autres manières : le dédain, le mépris, en ridiculisant le conjoint en public, le refus de la sexualité, en lui demandant de réaliser des choses impossibles (injonctions paradoxales), etc.

**«Une vie vaut bien un autre partenaire»**

Il peut effectivement faire partie des comportements de manipulation. Mais la sexualité est une expression du harcèlement seulement lorsque deux personnes sont unies par un lien. La notion est très différente pour ces jeunes femmes, ces passantes, qui se font insulter en rue par des inconnus, simplement parce qu'elles ont mis une jupe. Le problème est alors culturel. Certaines personnes n'ont pas intégré les normes en vigueur ici.

**Que peuvent faire les victimes de harcèlement ?**

Tout dépend des deux plateaux de la balance. Le premier conseil à donner, si l'enjeu



Au sein du couple, la violence peut s'exprimer par des biais très différents, mais tout aussi destructeurs

n'est pas très important, c'est d'apprendre à se blinder. Il y a des harcèlements qui sont minimes. Il est alors possible de se protéger grâce à de la distanciation. Par exemple : on doit supporter un collègue, mais pas en permanence. Cela ne vaut donc pas la peine de quitter son boulot. Tout est alors question de distance. Il ne faut pas trop répondre, ne pas se justifier, ne pas donner de l'eau au moulin du harceleur. Ce n'est pas toujours simple à gérer émotionnellement, mais le jeu en vaut la chandelle.

**Et dans le cas de harcèlements plus lourds ?**

S'il est impossible de résister, il faut clairement quitter la relation. Peu importe l'enjeu. Ce n'est pas une fuite, mais une rupture afin de respirer un air plus sain ailleurs, que ce soit au travail ou dans une relation de couple. Je reçois en consultation des gens épuisés et

démolis. Ils ont tenté, durant des années, de se faire respecter. Ils ont cru pouvoir changer les choses. Mais au final, ils ne savent plus comment ils s'appellent. Il y a une vraie destruction psychique. Rien ne vaut ça. Il vaut mieux reprendre sa vie en main et se dire qu'il est encore temps de changer de train. Ce n'est certes pas juste, mais une vie vaut bien un autre partenaire, une autre entreprise, même si cela est dur à assumer au début. Il en va de même pour rompre avec des parents, voire des voisins qui pourrissent la vie. Je dis aux personnes en consultation : «Ce n'est pas vous qui tirez, certes, mais c'est vous qui recevez les balles. Vous n'êtes pas obligés de rester sur le champ de bataille !»

Entretien : Rodolphe MASUY

**À lire**

«La Manipulation ordinaire», Marie Andersen, 20,18 € (Ixelles Éditions)



## Harcèlement sexuel dans les rues de Bruxelles

Dur dur d'être une jeune femme à Bruxelles et de se promener dans certains quartiers en jupe (même pas très courte). De vilains machos insultent sans vergogne les femmes parce qu'elles ne sont pas couvertes selon leurs préceptes. Ces attitudes inacceptables ont été filmées par Sofie Peeters, une jeune Flamande, étudiante en cinéma. Accompagnée d'une caméra cachée ou pas, elle a montré comment les filles se font injurier. Son documentaire «Femme de la rue» a fait le tour

du monde notamment grâce à des médias comme YouTube et Dailymotion. La question du regard posé sur la femme par certains jeunes hommes vivant en Belgique est alors clairement posée. «Je ne le dis pas volontiers, mais il s'agit de personnes allochtones dans 95 % des cas», expliquait Sofie Peeters dans les colonnes du journal La Capitale. «Non, personne ne m'a jamais taxée de racisme. Car mon constat porte plus sur la condition sociale des individus que sur leur origine

ethnique... Les jurons qu'ils nous envoient sont souvent la conséquence de l'ennui. Les jeunes lamineux dans les rues et ne savent pas quoi faire, les plus vieux s'assoient dans les salons de thé. Il y a une méconnaissance de nos cultures respectives. Ils ont un comportement assez insistant par rapport à la sexualité : porter une jupe pour une femme, c'est déjà risqué.»

Le film de Sofie Peeters sera diffusé en intégralité au cours du «Questions à la une» de mercredi

