



Harcèlement

« Une des grandes joies de la vie, c'est d'humilier ses semblables », estime Marie-France Hirigoyen

DOMINIQUE PAUPARDIN
collaboration spéciale

« **U**n mot qui vient bien, ça peut tuer ou humilier sans qu'on se salisse les mains. Une des grandes joies de la vie, c'est d'humilier ses semblables. » Cette froide — et terrifiante — constatation de Pierre Desproges est placée en exergue du livre de Marie-France Hirigoyen déjà vendu à plus de 125 000 exemplaires depuis sa sortie à l'automne dernier : *Le Harcèlement moral*, sous-titré *La violence perverse au quotidien*.

Cette psychiatre, psychanalyste et psychothérapeute familiale spécialisée en victimologie — une discipline récente en France — explique avec moult témoignages comment et pourquoi un être pervers peut subtilement détruire quelqu'un sans utiliser la moindre violence physique. Son arsenal d'armes blanches pour commettre ce que Madame Hirigoyen appelle un véritable meurtre psychique sont le regard, le timbre de la voix mais surtout les mots, les allusions discrètes, les rumeurs, les sous-entendus, etc.

Par l'intermédiaire de ses manoeuvres de déstabilisation, le pervers se débarrasse de sa victime qui ne comprend pas ce qui lui arrive et perd peu à peu confiance en ses capacités. La victoire est complète lorsqu'elle en vient à se détruire elle-même.

Au travail, le pervers peut être le patron, un « petit chef » ou des collègues qui vous poussent, mine de rien, à la faute ou à la dépression — une stratégie pratique quand on veut éliminer un salarié sans vouloir lui payer d'indemnités. Dans la sphère du privé, c'est le conjoint qui rabaisse et dénigre l'autre, souvent perçu comme une menace ou quelqu'un à éliminer. C'est égale-



Marie-France Hirigoyen

PHOTO MARTIN CHAMBERLAND, La Presse

ment le parent qui sous le couvert de l'éducation détruit lentement mais sûrement l'estime de soi d'un enfant mal-aimé ou non désiré.

« Je voulais montrer que les mêmes procédés sont à l'oeuvre à la fois dans le monde du travail, du couple et de la famille. Dans tous les cas, il s'agit d'humilier l'autre sur une longue période et de manière répétée », explique Madame Hirigoyen dans une entrevue à *La Presse*.

« Les individus harceleurs ne peuvent exister qu'en cassant les autres qu'ils considèrent comme des objets utiles qu'on prend puis qu'on jette après usage, poursuit-elle. Dans un couple, le pervers a

besoin, par exemple, de se maintenir dans la position haute parce que son conjoint pourrait prendre trop de place. Dans une entreprise, il veut masquer son incompétence ou parvenir au pouvoir en écrasant les autres. Mais d'une façon générale, les harceleurs sont souvent des pervers narcissiques qui ont développé leur intellect aux dépens de leur affectif. Quoi qu'ils fassent, ils ne se sentent jamais responsables de leurs actes et ne se remettent pas en question. »

Les personnes victimes de ses agressions extérieures ont toutes les difficultés pour nommer leur mal ou même trouver de l'aide auprès des membres de leur entourage ou

de leur lieu de travail.

Chacun a ses répliques qui affaiblissent un peu plus la victime : « Tu ne serais pas un peu paranoïaque ? Tout le monde le dit. C'est toi qui exagères. C'est ta faute. Tu as trop d'imagination. Tu te fais des idées... » Du coup, les victimes — cela fait partie de la stratégie — se sentent incomprises, voire réellement fautives et perdent pied.

« En plus de remettre en question son comportement, la victime cherchera toujours des explications logiques pour justifier celui de son agresseur », assure Madame Hirigoyen. « Et pourtant, la victime d'un pervers n'est ni faible, ni masochiste. Elle a été choisie parce qu'elle était tout simplement là, par hasard, au mauvais moment, au mauvais endroit. Contrairement aux idées reçues, elles sont des personnes pleines de vitalité, de compassion et de désir d'aider les autres. Elles ont, par ailleurs, souvent tendance à se remettre un peu trop en question et à se laisser culpabiliser. »

Je dirais peut-être qu'elles ne sont pas assez perverses ! Elles n'imaginent pas que leur harceleur agit ainsi uniquement parce qu'il a envie de se débarrasser d'elles. C'est très difficile à imaginer que quelqu'un vous veut du mal. »

Qu'on se le tienne pour dit, dans notre société dominée par la rentabilité et la compétitivité, tout le monde peut un jour ou l'autre devenir la victime d'un individu pervers, résume en substance la victimologue.

Et si on est soi-même un pervers ?

« On peut toujours trouver plus pervers que soi. Il n'y a rien que les paranoïaques qui se méfient de tout le monde pour être à l'abri de leurs manoeuvres ! »



LE HARCELEMENT MORAL
Marie-France Hirigoyen
Syros, 211 pages