

Les réseaux sociaux, nouveaux terrains de jeux pour les harceleurs ?

Ce fléau en plein essor a pris une autre dimension via le développement du cyber-harcèlement : rumeurs, insultes, usurpation d'identité, piratage de comptes, publication de photos où la victime est en mauvaise posture. Entretien avec la psychiatre DIMASSI Hajer afin que le harcèlement n'est plus de secret pour vous.

Dr DIMASSI Hajer, Psychiatre, Chef de Pôle secteur 60G03

Comment expliquez-vous le phénomène d'exhibition chez les jeunes qui consiste à montrer toujours plus de leur intimité sur les réseaux sociaux ?

C'est sans doute anecdotique, mais on peut noter que dès sa création, Facebook a servi à noter les étudiants les plus sexy de l'université de Harvard. En effet, Mark Zuckerberg a lancé le site avec le concept suivant : mettre côte à côte 2 photos d'étudiant(e)s de l'université et a demandé aux utilisateurs de voter pour la plus *hot* des deux ! On se rend compte ainsi que même les étudiants les mieux éduqués de l'une des plus prestigieuses universités du monde ne résistent pas à la tentation de l'exhibition. C'est que l'importance excessive accordée à l'image de soi repose sur un phénomène universel : qu'on le veuille ou pas, on se construit du fait du « regard de l'autre ». Par ailleurs, à l'adolescence, le regard de l'autre prend une grande importance, car les adolescents se comparent avec leurs proches amis, et se cherchent des figures d'identification. Or, il semble qu'aujourd'hui, les figures d'identifications sont les Kim Kardashian et autre people qui ne font pas grand cas de leur intimité.

Les réseaux sociaux donnent l'illusion que l'on peut jouer avec son identité, la créer, contrôler ce qu'on veut révéler ou conserver ce qu'on veut garder pour soi : on présente comme étant soi-même la personne qu'on voudrait être. Or, c'est souvent le contraire qui se produit. On considère que plus la confiance en soi et l'amour de soi sont défailants, plus l'individu accordera une importance excessive à l'image de soi. Souvent, ce narcissisme est un puits sans fond : quoi que la personne mette sur internet pour se valoriser, cela ne suffit pas, car les failles sont plus profondes. C'est une manière de compenser. C'est ce qui met certains jeunes à la merci du désir de l'autre.

Enfin, l'enfant et l'adolescent n'ont pas suffisamment de recul et de maturité pour se soucier des conséquences à venir de leurs actions d'aujourd'hui. Ils ne se doutent pas encore que le meilleur ami de classe de 4^e peut se mettre à nourrir un ressentiment violent en classe de 3^e. Ils ne le savent pas encore, c'est la vie qui le leur apprendra. En effet, avec les réseaux sociaux, nous ne sommes plus propriétaires des écrits mis sur la place publique : et ça, les jeunes en prennent parfois conscience à leurs dépens.



Pourquoi certains jeunes deviennent des harceleurs ? En ont-ils conscience ?

Il n'existe pas de profil type du harceleur. D'ailleurs, y a-t-il vraiment les harceleurs et les autres ? Car comme vous l'avez bien recueilli dans les cas que vous avez décrits, le phénomène de harcèlement est souvent le fait d'un groupe. Parfois, tous les membres d'une même classe vont s'acharner de manière plus ou moins marquée sur une personne, avec un effet d'entraînement.

De tout temps, et dans toutes les sociétés, il y a eu des boucs émissaires que le groupe va harceler et ainsi soulager ses tensions internes, ses frustrations, ses angoisses. Le bouc émissaire est objectivement innocent, mais toujours considéré coupable par ses accusateurs : « t'as vu comment il nous regarde ? », « elle nous fout la honte, celle-là », « c'est qu'un fayot »... Ce n'est pas un hasard si la victime est de préférence une personne différente : cela permet à l'agresseur de ne pas s'identifier à elle, de ne pas éprouver d'empathie.

Au cas par cas, on peut retrouver chez l'agresseur un fonctionnement qui trouve ses sources dans l'histoire infantile du sujet. On peut découvrir une histoire de maltraitance, de violence, ou d'humiliation qui fait que le sujet a structuré son univers selon le schéma suivant : le monde est hostile, le monde s'organise de cette façon : dominant versus dominé. Et pour échapper définitivement au statut d'agressé, il faut se maintenir comme agresseur. C'est comme si la propre estime de soi ne pouvait se construire que sur les ruines de celle de sa victime. L'agresseur, qu'il s'agisse d'une seule personne ou d'un groupe (avec souvent à sa tête un leader), agit souvent sans intention claire, il est en effet souvent dans l'impossibilité de s'avouer ce qu'il ressent.



Parfois le jeune harcelé ne montre aucun signe qui indique un mal-être. En tant que parent, comment repérer les signes que son enfant va mal ?

Malheureusement, un jeune harcelé qui fait comme si tout allait bien est convaincu que, soit la situation va empirer s'il exprime sa souffrance, soit que personne ne peut rien pour lui. Il peut en revanche avoir des manifestations somatiques (c'est-à-dire à avoir des manifestations physiques liées au stress), qui sont réelles (maux de ventre, eczéma, extinction de voix...). L'enfant ou l'adolescent ne fait pas semblant, et la tendance à somatiser est directement liée à la difficulté à mettre des mots sur ce qu'il vit. Paradoxalement, avoir tendance à s'isoler ou au contraire se montrer plus extraverti, en avoir assez de l'école, avoir des résultats scolaires à la baisse, sont des phénomènes fréquents à l'adolescence, qui ne traduisent pas nécessairement le fait qu'il y a un problème. Au final, si le jeune ne montre rien, ça ne signifie pas que tout va bien, et s'il montre des signes, ça ne signifie pas que tout va mal, comment s'y retrouver ?

Le plus important, c'est sans doute de rester vigilant à ce qu'un climat de dialogue puisse subsister. Mais à l'adolescence, les réponses sont souvent laconiques : « Ça se passe bien avec les copains ? » « Ouais », « As-tu passé une bonne journée aujourd'hui ? » « Ouais »... Si le jeune a

du mal à parler de lui, il aura sans doute plus de facilité à parler des autres. Lorsque l'occasion se présente, ne pas hésiter à entamer une discussion : « Tu as vu ce qu'il s'est passé pour ce jeune sur Facebook ? Qu'est-ce qu'il aurait pu faire pour s'en sortir ? ». Le but, c'est qu'il remette en question les croyances erronées qui sont : « personne ne peut m'aider », « si je parle, tout va empirer ». Lorsqu'un jeune est confronté à cette situation, il est important qu'il puisse prendre conscience qu'il n'est pas le seul à vivre de telles choses, et surtout, qu'il n'y est pour rien.

Comment réagir lorsque notre enfant est victime de harcèlement ? À quel moment doit-on faire intervenir un psy ?

Les enseignants, les adultes, les parents peuvent avoir tendance à banaliser ou à minimiser les faits « Ce sont des histoires d'enfants ». On a souvent l'idée que l'enfant va développer des capacités à se défendre en étant exposé à cette épreuve. Or, la victime a été choisie parce qu'identifiée comme plus faible, et n'a objectivement pas les moyens de se défendre. Il faut avoir le réflexe d'exiger que les adultes se mobilisent pour faire cesser le harcèlement lorsqu'il s'exerce dans le contexte scolaire. Il vaut mieux prendre le risque de « s'alarmer pour quelque chose de pas grave » que de laisser la situation s'aggraver. J'insiste d'autant plus que dans les milieux populaires, les parents ont parfois peur de déranger, et ont du mal à s'affirmer.

« À quel moment faut-il voir un psy ? » Il faut questionner le jeune pour savoir s'il accepterait de rencontrer un professionnel. Certains en ressentent le besoin, et accepteront cette main tendue. Mais d'autres refuseront systématiquement : « je ne suis pas fou, ni malade », répondront-ils. Ce qui est vrai. « Et à quoi cela sert de parler, ça ne fera pas arrêter mon calvaire ? Qu'est-ce que ça va changer ? » Encore une fois, c'est un questionnement légitime. Certes, le psy ne changera pas sa réalité, mais il peut lui proposer d'acquérir des outils en affirmation de soi, de travailler la confiance en soi via des jeux de rôle par exemple, lui apprendre à gérer ses émotions et à remettre en question des fausses croyances qui vont insidieusement s'installer. En effet, dans certains cas, à la suite d'un harcèlement répété, certaines victimes en viennent à considérer qu'elles sont vouées à être victimes toute leur vie. Elles s'attendent à être agressées où qu'elles aillent, renoncent à prendre des initiatives, s'installent dans une dépression chronique, se sentent indignes, culpabilisent...

Les conséquences du harcèlement peuvent être graves et faire le lit de véritables troubles psychiatriques très invalidants : phobie sociale, dépression, agoraphobie... Les conséquences peuvent être irréversibles comme en témoignent les histoires tragiques relayées par la presse. Au moment du passage à l'acte, le suicidant considère que la mort est la seule issue possible face à des problèmes qu'il juge insurmontables. Souvent, après une tentative de suicide, les patients verbalisent qu'ils se rendent bien compte que des solutions existent, ils critiquent le geste qu'ils

ont fait, tout en expliquant que sur le coup, ils étaient incapables d'envisager une autre solution : l'horizon était bouché.

Nous remercions le Docteur Hajar d'avoir pris le temps de répondre à nos questions.

Les jeunes d'Urban Street Reporters ont réalisé des micro-trottoirs à Garges-lès-Gonesse, à Paris auprès des passants. Ils ont souhaité recueillir les avis des uns et des autres afin d'étudier d'avantage le sujet. Merci aux passants qui ont gentiment accepté de répondre à leurs questions.