

Du rire à l'humiliation



La frontière est mince entre le moment où l'on rit avec quelqu'un d'une situation, **on rit ensemble**, et celui où l'on est seul à rire de l'autre, où on lui « *met la honte* ». Comment glisse-t-on de l'un à l'autre ? Quels en sont les effets ?

Rire

Rire fait du bien, apporte de la légèreté et c'est communicatif. Entre potes c'est le top ! Rien de tel qu'un bon fou rire, à en pleurer de joie parfois. On partage une complicité et un espace commun dans lequel ni l'un ni l'autre ne se sent menacé. Le rire est souvent provoqué par l'humour (blagues, jeux de mots, situations...).

Mais parfois, ce qui fait rire l'un ne fait plus rire l'autre. Une limite, une barrière infime, propre à chacun a été franchie. L'humour est allé trop loin et provoque alors gêne, malaise. Ça ne touche plus au même endroit. On ne partage plus l'espace commun du rire. « *On peut rire de tout mais pas avec n'importe qui* » disait l'humoriste Pierre Desproges pour marquer les limites de l'humour.

Pas toujours facile de faire entendre à l'autre que son trait d'humour nous a blessé. Il peut se sentir vexé que sa blague, son jeu de mot... n'ait pas suscité le rire. Bien souvent il n'avait pas la volonté de nous faire du mal. Il a, sans le savoir, franchi notre limite intime.

Parfois on peut s'entendre dire « *t'as pas d'humour, t'es pas cool* », « *c'est pour rigoler* ». Sous entendu « *ce n'est pas vrai, ce n'est pas à prendre au sérieux. Je ne le pensais pas* ». Alors qu'il y a parfois (souvent) une part de vérité. On

peut dire des choses difficiles à l'autre tout en se cachant derrière l'humour.

Se moquer

Quand on se moque, Il y a clairement une intention de rire **de l'autre et non plus avec l'autre**. On cible un trait de son physique, de sa personnalité que l'on tourne en dérision. Le but est de le rendre « *minable* », de lui « *mettre la [honte](#)* ». La moquerie est amplifiée par l'effet groupe. Elle a encore plus de poids et d'impact.

Se moquer est une façon d'expérimenter son agressivité, sa cruauté. C'est aussi tourner en ridicule une qualité de l'autre que l'on convoite ou un élément qui nous inquiète. Ainsi « l'objet » convoité tombe dans le ridicule et perd alors sa valeur.

Bien souvent, on se moque de l'autre car il nous renvoie quelque chose que l'on a du mal à assumer chez soi. Celui-celle qui se moque du « *p'tit gros* » peut avoir des soucis avec son poids. On peut rire de « *l'intello de la classe* » alors que secrètement on aimerait bien avoir ses résultats.

Face à une moquerie, on peut rester sidéré-e et ne pas réussir à répondre du tac au tac. Ce n'est que le soir, seul-e devant sa glace que l'on trouve trop tard ce que l'on aurait pu répondre à l'autre pour lui clouer le bec. Mais rien n'est perdu. Avec un peu d'entraînement, du culot, de la confiance en soi et une bonne dose d'humour, on peut arriver à déjouer les moqueries.

On peut aussi expliquer à l'autre que ce qu'il nous a dit nous a touché. Certains rentrent dans le jeu des moqueries sans vraiment se rendre compte que ce qu'ils disent peut faire si mal.

Humilier

Il y a l'intention de **faire très mal à l'autre**. L'humiliation vient toucher plus profondément que la moquerie. **Elle abîme quelque chose de précieux, d'existentiel**. C'est tout l'être qui est touché. Par des actes, des injures, des [insultes](#), celui-celle qui humilie cherche à rabaisser sa cible pour atteindre sa fierté et sa dignité.

L'humiliation exclut du groupe des humains pour renvoyer à une part d'animalité. C'est l'image de la personne que l'on traîne dans la boue (comme les cochons). On la salit, souvent sous le regard des autres.

Si l'on devient la cible de moqueries et [humiliations à répétition](#), que l'on ne trouve plus la force de répondre, il est nécessaire d'en parler avec ses proches afin de trouver des solutions pour qu'elles cessent. A long terme, elles touchent à l'estime de soi, à la bonne santé psychique. Si dans un premier temps, on préfère en parler de façon anonyme, on peut contacter Fil Santé Jeunes au 0800 235 236.