

Comment décrire la personnalité perverse narcissique (PN) ?

La personnalité perverse narcissique (homme ou femme) est une personnalité qui se caractérise par un désir de pouvoir illimité, avec une intention consciente de dominer, exploiter et détruire l'identité de l'autre pour exister.

Le pervers narcissique (PN) n'a pas construit sa propre identité. Il vampirise celle de l'autre en installant différentes formes d'emprise. Cela le rend profondément insatisfait. L'origine de ce problème est transgénérationnelle, liée à des traumatismes graves, niés ou ignorés (Calonne Ch., *Les pervers narcissiques, récits et témoignages*). Son ego sur-dimensionné, son sentiment de « grandiosité » compense son manque à être. Il se permet dès lors d'organiser consciemment la destruction de sa proie. Il pense avoir tous les droits. Il considère que tout le monde lui est redevable. Il ne reconnaît aucune limite. Pour atteindre ce funeste dessein, il est passé maître dans l'art de la séduction froide et opportuniste. Cette séduction peut prendre l'apparence du charme : ton mielleux, belle apparence vestimentaire, belle maison, belle voiture, sourires enjôleurs, attentions et compliments calculés, offre de cadeaux, de protection (matérielle, financière, psychologique, juridique, relationnelle, professionnelle). C'est une forme d'intimidation. De cette façon, il installe progressivement une emprise sur sa proie.

Cette séduction, cet envoûtement se manifeste aussi par l'usage de la parole. Il dit à la victime tout ce qu'elle veut entendre (capacité d'adaptation hors normes aux gens, aux circonstances dans lesquelles il se fond). Il a la capacité de persuader avec une rhétorique charismatique, mais aussi avec une grande maîtrise des techniques de communication. Ainsi, ses armes sont multiples : langage flou, promesse non tenue, moquerie, humour, demande déguisée, dissimulation et manipulation, mensonge, fausse information, double jeu ou double visage (séducteur/ destructeur), dévalorisation, culpabilisation, chantage matériel ou affectif, menace. Il met la victime devant le fait accompli. Il recourt au message paradoxal. Il peut donner une information fausse pour découvrir la vérité. Il souffle le chaud et le froid. Il utilise constamment ces armes avec l'intention de nuire.

La séduction peut aussi prendre l'apparence de la plainte lorsqu'il lui convient de se faire passer pour une victime. Se plaindre donne du pouvoir, car cela attire ainsi l'attention et la compassion de sa proie. C'est le cas quand il repère une personne empathique ou altruiste. Il se plaint de ses ex, de son enfance malheureuse. Il tente d'isoler la victime pour renforcer son emprise. Il inverse les rôles et se fait passer pour la victime de ceux ou celles qu'il a maltraités ou trahis. Après une première phase d'observation et de séduction, il ferre sa proie, l'envahit psychiquement et physiquement afin de la vampiriser. Il lui ôte son énergie vitale et l'épuise lentement, mais assurément.

Une fois l'emprise, installée, il exerce sur celle-ci un harcèlement par des micro-violences psychologiques, verbales, physiques, sexuelles ou économiques. Elles sont nombreuses, répétitives et imprévisibles. C'est un harcèlement au quotidien. Il ressent de la haine quand il est face à ses frustrations, c'est-à-dire lorsque « l'autre » met ses limites, est souriant, heureux, épanoui ou réussit. Manifestement, il considère toute personne comme un objet, un instrument. Il veut que la victime l'idolâtre, puis se sacrifie pour lui, tout en lui faisant croire le contraire.

Le pervers narcissique est coupé de sa vie intérieure (émotions, sensations, conflits psychologiques et souffrance). Cette dissociation explique son inévitable déni, son absence de remise en question et d'empathie. « Ce n'est jamais moi. C'est toujours les autres ».

Il a fait le choix du mal à un moment de sa vie en refusant de souffrir et en faisant souffrir les autres. Méfiant, il manifeste un hyper-contrôle pour ne jamais être démasqué en public et durant la phase de séduction. Il se considère supérieur et tout lui est dû. Il méprise les autres et se montre arrogant. Il demeure totalement indifférent devant la souffrance de ceux qu'il a escroqués et maltraités.

Psychorigide, il ne peut développer une pensée créatrice, une ouverture d'esprit. De ce fait, le dialogue est impossible et les capacités de changement inexistantes, si ce n'est lors d'une crise où il perd tout pouvoir (très rare). Il peut alors commencer une psychothérapie, car il souffre.

Sa pensée est stratégique, orientée entièrement vers la manipulation. Il peut faire croire qu'il a des valeurs pour mieux manipuler (ex. engagement dans des œuvres caritatives).

Son ego surestimé le rend incapable d'aimer, de reconnaître et d'accepter toute différence, de prendre en considération les besoins et les désirs

d'autrui. Il maîtrise l'art de savoir jusqu'où il peut aller dans la destruction grâce à son esprit stratégique et dénué de culpabilité.

Il projette en l'autre tout ce qu'il nie en lui. Son angoisse inconsciente est de type paranoïaque. Sa peur inconsciente d'être à la merci de l'autre, « détruit » par lui, lui fait anticiper les attaques qu'il imagine en attaquant le premier (Eiguer A., *Les pervers narcissiques*).

Venant du latin *victima*, il signifie « ce qui est sacrifié ». Ce concept était utilisé dans les anciennes civilisations pour décrire une créature qui est offerte en sacrifice aux Dieux pour les remercier, implorer leur clémence ou apaiser leur colère. La victime expiatoire, comme le « bouc émissaire », permet à la communauté de subsister en rejetant sa violence vers l'extérieur. Aujourd'hui, le mot « victime » est tout aussi galvaudé que le mot « pervers narcissique ». Il a pris, à tort, un sens beaucoup plus large. On peut être victime d'accident, de soi-même, du climat, d'adultère, etc. Ce mot peut être associé à des difficultés psychologiques, matérielles, financières, ou relationnelles. La personne s'identifierait à un rôle de Victime, se donnant ainsi un statut social. **En psychologie**, les victimes sont reconnues pour leur traumatisme psychique (impact émotionnel et sensoriel), en tant victimes directes (la victime et ses proches) ou indirectes (intervenant social, personnel médical, psychologue, avocat). (Josse E., *Le traumatisme psychique*).

Cependant, le mot « victime » présente deux définitions au niveau du **droit pénal** de l'Assemblée générale des Nations unies de 1985. On définit comme **victimes de la criminalité** : « des personnes qui, individuellement ou collectivement, ont subi un préjudice, notamment une atteinte à leur intégrité physique ou mentale, une souffrance morale, une perte matérielle, ou une atteinte grave à leurs droits fondamentaux, en raison d'actes ou d'omissions qui enfreignent les lois pénales en vigueur dans un État membre ». On définit comme **victimes d'abus de pouvoir** : « des personnes qui, individuellement ou collectivement, ont subi des préjudices, notamment une atteinte à leur intégrité physique ou mentale, une souffrance morale, une perte matérielle, ou une atteinte à leurs droits fondamentaux, en raison d'actes ou d'omissions qui ne constituent pas encore une violation de la législation pénale nationale, mais qui représentent des violations des normes internationalement reconnues en matière de droits de l'homme ».

C'est la **victimologie** qui donne une définition plus large encore du mot « victime ». Elle reconnaît les **victimes de violences psychologiques**, comme le harcèlement familial, conjugal, ou professionnel, avec un aspect subjectif centré sur la souffrance de l'individu : « Personne se situant individuellement ou faisant partie d'une collectivité qui subirait

les conséquences douloureuses déterminées par des facteurs de diverses origines : physiques, psychologiques, économiques, politiques et sociales, mais aussi naturelles (catastrophes) » (Benjamin Mendelsohn, fondateur de la victimologie, 1956). Donc, les « victimes » de pervers narcissiques seraient reconnues par la victimologie, puisqu'elles souffrent de violences psychologiques causées par le pervers narcissique. Mais, il faut des preuves pour obtenir une reconnaissance en justice. Ceci constitue un vrai problème, car le pervers narcissique l'anticipe et ne laisse aucune preuve ni aucune trace. De plus, il est procédurier, méthodique et il connaît très bien les lois. Il les utilise à son avantage et peut séduire les juges ou les intervenants sociaux grâce à son jeu de Victime où il inverse les rôles. En effet, un grand nombre d'intervenants ignorent les ruses des PN ou se font débouter. Sans le concours de la communauté et de son ignorance en la matière, un PN ne peut agir. Les lois et l'opinion publique sont ses instruments fondamentaux. La personne anéantie risque de se retrouver victime « une deuxième fois ».

En quoi est-ce important de se reconnaître victime ?

Souvent, la personne victime d'un PN survit à son emprise grâce à des **mécanismes de protection contre la peur, comme le déni, l'idéalisation et le clivage**. Si elle n'a pas la force ou la possibilité de fuir, de combattre, elle se fige de peur. Le déni se manifeste par une non-reconnaissance, ou une ignorance de son vécu de victime. La personne ne considère pas les micro-violences quotidiennes. Elle excuse l'agresseur, minimise ce qu'elle subit. Elle nie ses émotions, ses sensations pénibles, son état physique, ses pertes financières, etc. Elle a tendance à vouloir protéger le PN qui se fait passer auprès d'elle pour une victime. Elle le croit et ne voit pas la violence, tant la séduction et la manipulation du PN sont puissantes. Ce qui empêche la victime de voir clair, ce sont les messages paradoxaux : dire une chose et son contraire, dire une chose et faire le contraire, avoir un comportement non verbal qui dit une chose, puis le contraire. D'autre part, son double jeu séducteur/destructeur rend la victime confuse.

L'impact des micro-violences répétées sur le cerveau bloque l'esprit critique, les facultés d'analyse et d'évaluation. La personne est submergée par le stress chronique qu'elle subit, puis par son stress post-traumatique. Tout cela la précipite dans une double addiction relationnelle (Y. Wiart). Si elle se distancie, le PN la poursuit et si le PN se distancie, elle le poursuit : « Fuis-moi, je te suis. Suis moi, je te fuis ». Chez une personne souffrant d'addiction relationnelle, se reconnaître victime est important pour **pouvoir prendre conscience de l'emprise d'un conjoint, d'un parent ou d'un patron/collègue PN et pour pouvoir décider de se libérer de cette addiction**.

Les Alcooliques Anonymes (A.A.) ont bien compris l'importance de se reconnaître alcoolique pour se libérer d'une addiction avec cette prière de la sérénité : « Mon Dieu, donnez-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne peux changer, le courage de changer les choses que je peux changer et la sagesse d'en connaître la différence ». En effet, la victime d'un PN tente, durant l'emprise, de le changer quand elle perçoit derrière sa carapace insensible l'enfant traumatisé qu'il a été, mais qu'il n'est plus consciemment. Par contre, elle peut tenter avec courage de reconnaître ses propres failles, afin d'empêcher le PN de continuer à s'y

engouffrer. Il les a repérées dès le début par son observation attentive. Ce travail sur soi demande beaucoup de patience, mais la victime peut y trouver un chemin initiatique qui la conduira vers son Soi unifié et le bonheur d'être libre.

La méthode des 24 h que les A.A. préconisent peut être utile pour la victime. En état de survie, elle tente chaque jour de faire un pas vers la liberté, mais c'est un long processus et les ornières sont nombreuses. Chaque jour, elle peut se féliciter des progrès accomplis. Quand elle rechute, elle peut poser un regard bienveillant sur elle-même en se parlant gentiment pour apprendre de ses erreurs. Comme les alcooliques avec leur addiction, elle peut à nouveau se laisser manipuler par méconnaissance d'elle-même et du fonctionnement d'un PN. De plus, il existe plusieurs situations à risque : être sous l'effet d'un stress intense ou de l'épuisement, ressentir de l'insécurité, un sentiment d'impuissance, de culpabilité ou de mésestime de soi. En prendre conscience est aussi traumatisant et apprendre la compassion pour soi est très important.

Comment définir la relation de la victime avec le PN ?

C'est une **relation d'emprise**. La victime est sous emprise, « téléguidée », souvent sans s'en rendre compte (déli, idéalisation). Elle est dominée par le PN qui calcule tout. Il la manipule pour la rendre confuse, l'affaiblir, l'exploiter et ensuite la détruire par des micro-violences quotidiennes. Cette relation d'emprise s'installe en suivant différentes phases (Hirigoyen M.F., *Le harcèlement moral, et Femmes sous emprise*).

■ La phase de séduction

Après avoir observé la victime, le PN commence à la flatter, lui offrir son aide, sa protection. La victime se sent valorisée, car elle est mise sur un piédestal par le PN. Il veut ainsi l'amener à l'idolâtrer, puis se sacrifier en retour. Le PN l'a examinée méticuleusement pour repérer ses failles et pouvoir s'y engouffrer. Il installe une ambiance détendue propice à une relation de confiance. Évidemment, cette confiance est à sens unique. Selon les failles repérées, le PN va lui dire ce qu'elle veut entendre afin de la piéger.

■ La phase d'appropriation

Une fois la victime séduite, elle ouvre son cœur et son âme au PN. Il va en prendre possession en l'envahissant psychiquement, physiquement. Il l'appelle sans cesse, rentre dans sa bulle personnelle (un mètre), afin qu'elle soit centrée sur lui par ses pensées, ses émotions et ses sensations. Il devient pour elle une obsession, un entêtement, car elle entre dans l'addiction relationnelle et perd le contrôle. Elle commence à en souffrir. Même si elle ressent quelques signes de malaise, elle ne peut pas lui résister et ne s'écoute plus.

■ La phase d'emprise

Le PN se rend indispensable à la victime pour renforcer la fusion naissante et lui fait vivre des moments inoubliables, moteur de l'addiction. La relation de domination s'est bien installée une fois que la victime ne peut plus se passer de lui psychologiquement, matériellement, financièrement ou sexuellement. La mise sous emprise est d'autant plus rapide que le