

Geneviève Schmit

LE MANIPULATEUR PERVERS NARCISSIQUE,  
COMMENT S'EN LIBÉRER

Victimes, prenez le pouvoir sur votre vie !

GRANCHER



Remerciements .....	7
PRÉFACE.....	15
CHERS LECTEURS .....	19
INTRODUCTION.....	21
GRILLE DE DIAGNOSTIC.....	25
Comment savoir si vous êtes victime de pervers narcissique en 10 points .....	25
Caractéristiques essentielles du manipulateur pervers narcissique .....	26
Caractéristiques essentielles de la victime .....	27
Comportement du manipulateur narcissique pour maintenir l'emprise perverse .....	27
Déroulement du processus d'emprise perverse en 5 points .....	28
Pervers narcissique ou pas ? .....	28
1. PORTRAIT DU MANIPULATEUR PERVERS NARCISSIQUE.....	33
Une structure émotionnelle totalement immature .....	33
Une image grandiose de lui-même .....	38
Un maître dans l'art de la manipulation .....	38

Ses réactions d'autoprotection.....	43
Un acharnement à détruire l'autre.....	45
Les mécanismes du PN.....	48
Souffrance et angoisse du pervers narcissique.....	54
Gradation de la perversion narcissique : un camaïeu de gris.....	57
En résumé.....	58

## 2. PORTRAIT DE LA VICTIME DU PERVERS

### NARCISSIQUE..... 59

Les caractéristiques des victimes.....	60
Pourquoi moi ?.....	64
Une rencontre à un moment de fragilité.....	66
Une négligence des signaux d'alarme.....	66
Témoignages.....	67
Victime et bourreau sont dans un système d'action/réaction.....	68
La victime est réduite à l'état d'objet pour le pervers narcissique.....	71
La reconnaissance du statut de victime, une étape importante.....	74
Bénéfice secondaire de la posture de victime.....	77
Progression dans la relation.....	79
La « folie » de la victime.....	79
Le danger de la victimisation.....	81
Les hommes victimes de manipulatrices perverses.....	85
Pour conclure.....	89

### 3. EMPRISE, QUAND TU NOUS TIENS.....91

Pourquoi le phénomène d'emprise ? .....	94
Comment l'emprise se met-elle en place ? .....	95
Les 5 étapes de la mise sous emprise perverse.....	97
Addiction et dépendance affective.....	103
Les 10 étapes de l'emprise et de la manipulation perverses vécues par la victime.....	106
Les conséquences à court terme.....	108
Les conséquences à long terme .....	108
Emprise mortelle .....	109
La prise de conscience et la réaction.....	110
Sortir de l'emprise : la préparation.....	113
Sortir de l'emprise : mise en place d'une stratégie de guerre .....	115
Carnet de route .....	118
Que faire quand on voit un proche sombrer dans l'emprise perverse ? .....	119
Pour conclure .....	121

### 4. PORTRAIT DE L'ENTITÉ PERVERSE :

1 + 1 = 1..... 123

Triangle dramatique .....	123
Qu'ont en commun le manipulateur pervers et sa victime ? En quoi se complètent-ils ? .....	126
La victime donne vie à son fantasme .....	127

### 5. COMMENT SE VIT LA RELATION PERVERSE ?.....129

## 6. AVOIR UN ENFANT AVEC UN PERVERS NARCISSIQUE..... 135

Comment protéger vos enfants ? .....	135
Faut-il partir ou faut-il rester « pour » les enfants ? .....	137
Comportement du pervers narcissique avec son enfant .....	139
Que faire pour aider l'enfant que vous avez avec le pervers narcissique ? .....	142
Procédures judiciaires .....	150
Lorsque l'enfant tente de prendre pouvoir .....	153
L'enfant peut-il devenir manipulateur pervers ? .....	154
Pour conclure .....	156

## 7. LA SEXUALITÉ AVEC LE PERVERS NARCISSIQUE..... 159

Qu'est-ce qu'une « sexualité déviante », une « perversion sexuelle » ? .....	160
Perversité et perversion .....	160
Pourquoi la victime accepte-t-elle de participer à ces jeux pervers ?	162
Difficulté à faire cesser les déviances .....	165
Honte du plaisir ressenti.....	165
« Puissance » de la victime.....	166
Sexualité du manipulateur pervers .....	167
Témoignages.....	171
Pour conclure .....	173

## 8. PART DE RESPONSABILITÉ DE LA VICTIME DU PERVERS NARCISSIQUE .....175

Responsable mais non coupable .....175

Clés pour sortir de l'illusion .....181

## 9. SORTIR DE LA RELATION TOXIQUE ..... 185

Dans quelle situation se trouve la victime au paroxysme  
de la relation ? .....185

Hésitations de la victime face à la nécessité  
de quitter son bourreau .....187

Rompre : une libération.....190

« Trois petits tours et puis revient... » ou le retour du pervers  
narcissique .....191

La honte.....198

Retrouver ses valeurs personnelles et se libérer de la honte  
en 5 étapes.....199

Les outils pour ne pas « rechuter » .....206

La liberté en 4 étapes : de la prise de conscience à l'action,  
de l'action à la libération .....210

Pour conclure .....215

## 10. LA JUSTICE ET LE PERVERS NARCISSIQUE...217

Six points pour débiter sa procédure de divorce avec  
un pervers narcissique .....217

Quelques règles de base en matière de procédure judiciaire .....227

Médiation, conciliation ou l'impossible communication.....228

Stratégie de la victime du pervers narcissique .....	230
Stratégie du manipulateur pervers narcissique.....	238

## 11. VIVRE APRÈS LE PERVERS NARCISSIQUE .... 247

Faire le deuil de la relation .....	247
Après la relation toxique, se reconstruire .....	249
Les plaisirs de la vie .....	251
Le pardon, recette du bonheur .....	252
Trouver un sens à l'expérience traumatique .....	257
Pour conclure .....	263

## MON PROTOCOLE D'ACCOMPAGNEMENT ..... 265

## POSTFACE ..... 267

## BIBLIOGRAPHIE ..... 269

## Avertissement

Par souci de facilité d'écriture, la victime sera présentée au féminin et le bourreau au masculin.

Bien évidemment, dans la réalité, ces rôles peuvent s'inverser. Nous savons que l'on peut trouver aussi bien des hommes que des femmes perverses narcissiques.



# INTRODUCTION

**V**ous avez rencontré l'âme sœur, et pourtant...  
Votre cœur, votre âme ont chaviré en un instant, et pourtant...  
C'est un être charmant, tout le monde l'admire, et pourtant...  
Il se comporte comme si vous étiez une reine, et pourtant...  
Il vous promet ce qu'il y a de plus beau, et pourtant...  
Il illumine certains de vos instants, et pourtant...  
Il correspond à vos rêves les plus fous, et pourtant...

Et pourtant, vous ne comprenez pas pourquoi ses si belles paroles sont dénuées d'actes...

Et pourtant, vous ne comprenez pas pourquoi il semble bouder, vous punir même...

Et pourtant, il ne vous dit rien sur lui-même mais sait tout de vous...

Et pourtant, une partie de vous se sent mal, si mal...

Et pourtant, vous avez tellement envie d'aider cet être que vous sentez en souffrance...

Vous ressentez un étrange malaise, un mauvais pressentiment bien vite étouffé. Une puissante attraction prend le pouvoir de vos sens. Ensuite s'impose la nécessité de fuir, à moins que ce ne soit lui qui vous écarte brutalement, pour mieux vous reprendre ensuite. Vous comprenez que vous avez besoin de lui...

Vous êtes en train de sombrer dans la dépendance à l'autre, vous êtes en train de perdre votre individualité, vous êtes en train de disparaître dans l'autre.

Si vous vous reconnaissez dans ce scénario, il y est fort probable que vous soyez en face d'un manipulateur pervers narcissique.

**« LE PERVERS NARCISSIQUE EST PORTEUR D'UNE  
MALADIE MORTELLE... POUR SA PROIE ! »**

Nous avons tous été plus ou moins amenés à en rencontrer un sur notre route. Il a anéanti des vies, la vôtre peut-être... Et demain, grâce à cette expérience et grâce à votre chemin de résilience, vous deviendrez un être sublimé.

L'expression « pervers narcissique » est utilisée en psychopathologie pour désigner les individus présentant une personnalité marquée à la fois par un narcissisme exacerbé et des traits de perversion morale. Les pervers narcissiques sont considérés comme des psychotiques sans symptômes. Dans cette psychopathologie, le narcissisme, l'amour de soi, qui est une partie naturelle de toute personnalité, est portée à son paroxysme. Le besoin d'être admiré constamment, associé à un manque de reconnaissance et d'empathie, définit un trouble de la personnalité narcissique dont la répercussion se fait sentir jusque dans sa sexualité.

Ce guide a pour objectif d'apporter, à vous, les victimes de manipulateurs pervers narcissiques, la connaissance essentielle des mécanismes pervers en jeu dans la relation et les outils indispensables qui vous aideront à reprendre votre vie en main. Au travers de ce livre, je serai pour vous comme le fil d'Ariane qui vous guidera pour sortir du dédale dans lequel vous a piégés le Minotaure. C'est au prix d'un tra-

vail aussi bien sur vous-même que sur la situation perverse que vous pourrez laisser derrière vous les charges douloureuses du passé pour construire un futur lumineux.

Les drames liés aux rapports entre le pervers narcissique et sa proie, homme ou femme, existent dans tous les domaines de la vie. J'ai pourtant fait le choix de centrer mon travail de recherche et d'accompagnement plus particulièrement sur le domaine familial. C'est donc pour la perversion vécue dans le cadre de la relation de couple que j'ai élaboré un protocole d'accompagnement dont les différentes étapes mènent à la reconstruction personnelle.

Mon éthique me pousse à refuser la langue de bois qui ne servirait pas les victimes. Je suis intimement persuadée que ce n'est pas en disant aux victimes uniquement ce qu'elles souhaitent entendre – ce qui aurait pour unique but de s'appropriier leur sympathie en les apaisant – qu'on peut les aider à sortir de leur souffrance. Cette attitude s'apparenterait au comportement du manipulateur pervers qui, au moment de l'emprise perverse, dit à sa proie tout ce qu'elle souhaite entendre, tout ce qui correspond à ses chimères idylliques, afin de mieux l'endormir et de s'approprier sa vie.

J'observe bien trop fréquemment des victimes se basant sur leur unique expérience s'investir de la mission de sauveur. Mais j'observe aussi des professionnels de la psychologie imposer une vision de la perversion narcissique erronée et flatter les victimes qui vont les lire dans l'unique objectif de se renarcissiser eux-mêmes. En ce qui me concerne, je préfère garder ma place d'accompagnatrice des victimes qui souhaitent entrer dans une démarche personnelle de réappropriation de soi. Je suis là pour tendre la main à celui ou celle qui souhaite la prendre, et l'accompagner de l'autre côté de la rive. Je suis un passeur. Je reste sur le pont que vous traverserez vous-même.

Le thérapeute a la tâche difficile d'accompagner la personne en souffrance à se débarrasser de tout ce qui l'empêche de laisser s'épanouir l'arbre de sa personnalité. C'est pour cela qu'il m'arrive parfois de prononcer des mots qui peuvent heurter certaines victimes. Je suis consciente de m'adresser à des personnes qui se trouvent à différents stades de la compréhension du mécanisme qui se joue dans leur relation avec un pervers narcissique. Je suis consciente aussi que mon rôle est de les inciter à ouvrir les yeux sur toutes les implications personnelles de cette relation perverse afin de mieux accueillir les différentes clés qui leur ouvriront les portes de la liberté individuelle.

Je suis moi-même passée par toutes ces étapes, c'est donc avec beaucoup de respect et une immense compassion que je partage aujourd'hui le fruit de mon expérience, de mon travail, de mes connaissances et de mes recherches.

# GRILLE DE DIAGNOSTIC

## Comment savoir si vous êtes victime de pervers narcissique en 10 points :

1. Vous ressentez un profond malaise alterné avec des moments d'euphorie
2. Vous vous isolez de plus en plus pour vous centrer uniquement sur lui
3. Vous ne vous reconnaissez plus
4. Vous êtes de plus en plus stressée, inquiète, agitée
5. Vous piétinez trop souvent vos valeurs
6. Vous ressentez le besoin vital de sa présence et en même temps, vous la craignez
7. Vous perdez de l'autonomie, vous ne pouvez plus et ne voulez plus décider sans son aval
8. Toutes vos conversations tournent autour de lui
9. Il est votre centre, il est votre tout, il est votre Dieu
10. Vous avez besoin de lui

Il peut être votre compagnon (ou compagne), votre père (ou mère), votre enfant... Il peut être votre collègue, votre patron ou un « ami » qui vous veut tant de bien... Il paraît souvent extrêmement sympathique, brillant, altruiste, timide ou à l'inverse exubérant... Le pervers narcissique se trouve partout, tapi dans l'ombre de son sourire « bienveillant », sachant se rendre indispensable. Mais il est prêt à fondre sur sa proie avec l'habileté d'un grand prédateur, de telle sorte que sa victime ne peut réaliser l'imminence de sa mise à mort.

## Caractéristiques essentielles du manipulateur pervers narcissique :

- ◇ Immaturité émotionnelle : maturité d'un enfant de 3 à 6 ans, avec un comportement d'adolescent caractériel
- ◇ À 100 % égocentré : tout ce qu'il dit ou fait l'est parce qu'il y trouve un intérêt.

De ces deux critères de base, semblables à tous les pervers narcissiques, vont découler d'autres caractéristiques qui pourront différer d'un individu à un autre :

- ◇ Vision grandiose de lui-même – mégalomanie
- ◇ Sentiment de toute-puissance – mégalomanie – arrogance
- ◇ Besoin vital de tout contrôler
- ◇ Seul décideur des règles qu'il suit mais qui évoluent suivant ses humeurs
- ◇ Besoin impérieux de briller – mythomanie
- ◇ Volonté d'imposer sa vision des choses – il détient la seule et unique vérité

- ◇ Comportements immatures – mensonges – bouderies
- ◇ Incapacité à gérer les frustrations
- ◇ Aucune prise en compte des conséquences de ses actes – l'autre n'existe pas
- ◇ Pulsionnel – caractériel
- ◇ Peut se mettre dans des états de pulsions agressives difficilement contrôlables et parfois très violentes
- ◇ Comportements paranoïaques
- ◇ Calculateur – a toujours plusieurs coups d'avance
- ◇ Cherche à exister au travers de l'autre qui n'existe que pour le satisfaire

## Caractéristiques essentielles de la victime :

- ◇ Faible estime de soi
- ◇ Immaturité affective – rêve du prince charmant, de la relation idyllique
- ◇ Hyperempathie – désire « sauver » l'autre
- ◇ Sujette à la dépendance affective – a peur de l'abandon, de la solitude et du rejet

## Comportement du manipulateur narcissique pour maintenir l'emprise perverse :

Le manipulateur pervers va alterner les comportements suivants dans le but de garder la victime sous son emprise :

- ◇ Séduction
- ◇ Chantage affectif
- ◇ Dévalorisation de la victime
- ◇ Menaces
- ◇ Violence

## Déroulement du processus d'emprise perverse en 5 points :

1. Attraction
2. Captation
3. Renforcement
4. Verrouillage
5. Destruction

Consciemment ou non, le pervers narcissique sait endormir la vigilance naturelle de sa victime. Il la « drogue » lentement jusqu'à ce qu'elle ne puisse plus se passer de lui.

## Pervers narcissique ou pas ?

En 1997, dans *Les manipulateurs sont parmi nous* (Éditions de L'Homme), Isabelle Nazare-Aga a élaboré puis publié les 30 caractéristiques du manipulateur. D'après elle, une personne qui remplit 14 des 30 critères est manipulatrice, et la plupart des manipulateurs ont plus de 20 points sur 30. Ces critères sont une excellente base de réflexion sur les manipulateurs, hommes ou femmes, mais, selon moi, ils ne



permettent pas de réellement déterminer si on se trouve en face d'un « manipulateur pervers narcissique ».

Quel que soit le « diagnostic » posé sur la personne qui provoque votre tourment, vous êtes en souffrance. C'est la réalité de cette souffrance qui doit être prise en compte, en priorité, sans condition. Quelle qu'en soit sa forme, cette souffrance est bien réelle, c'est la seule certitude que nous ayons et c'est cela que nous gardons à l'esprit en tant que thérapeute.

**QUE LA SOUFFRANCE SOIT INDUITE PAR DES COUPS,  
PAR DES MOTS, PAR DES COMPORTEMENTS OU  
MÊME PAR DES PENSÉES PERSONNELLES, ELLE DOIT  
PRIORITAIREMENT ÊTRE PRISE EN COMPTE.**

Boîte à  
outils

Lorsqu'une femme vient vers moi en me disant qu'elle ne sait plus trop si elle a raison de se séparer de son compagnon, qu'elle ne sait plus s'il est « réellement » un pervers narcissique ou pas, qu'elle pourrait peut-être encore tenter quelque chose, je lui demande de me répondre par oui ou par non à trois questions :

1. Vous sentez-vous valorisée auprès de lui ?
2. Vous sentez-vous réellement en sécurité auprès de lui, aussi bien physiquement qu'émotionnellement ?
3. Pouvez-vous vous projeter dans le futur avec lui d'une manière sereine en tenant compte du fait qu'il ne changera pas ?

Si deux des trois questions donnent lieu à une réponse positive, une thérapie de couple pourra se montrer utile. Mais la plupart du temps, les trois réponses sont négatives. Dans ce cas, il n'y a qu'une chose à faire : rompre le lien de couple.

Remarquez que je ne parle pas d'amour dans ces questions préliminaires. C'est pour la simple et bonne raison qu'à ce moment-là du travail, la plupart des victimes sont encore dans une illusion d'amour, elles n'ont pas encore compris qu'il s'agit uniquement d'addiction, de dépendance affective. Un lien perversi comme celui avec un manipulateur narcissique n'est pas basé sur des sentiments amoureux.

Pour en revenir à la question de la pertinence du « diagnostic » de pervers narcissique, je dirais qu'il n'est pas indispensable de le poser pour décider du chemin que l'on souhaite donner à sa vie. Que la personne soit un pervers narcissique ou non, si la réponse aux trois questions est négative, c'est que le couple ne partage pas les valeurs essentielles requises pour une relation stable et saine.

**NUL BESOIN DE METTRE L'ÉTIQUETTE « PERVERS  
NARCISSIQUE » SUR L'AUTRE POUR SAVOIR S'IL FAUT  
OU NON LE QUITTER.**

En revanche, il est important de poser ce diagnostic pour la suite des événements ! En effet, on ne se sépare pas d'un pervers narcissique de la même manière que l'on se séparerait d'un conjoint avec qui le chemin se termine.

On ne quitte pas un pervers narcissique... on « commet un crime de lèse-majesté » ! En effet, dès lors que vous souhaitez quitter votre pervers narcissique et que vous le lui apprenez, vous devenez instantanément pour lui la bête à abattre, la personne à effacer, à faire disparaître, mais pas avant de vous avoir punie à la hauteur de l'outrage ressenti par son ego perversi. Le manipulateur pervers va donc, dès cet instant, s'ingénier à vous le faire payer, de toutes les manières qui soient.

Connaître le fonctionnement du pervers narcissique est donc indispensable car vous allez devoir prévoir l'imprévisible, vous préparer à l'improbable. Tous les tours lui seront permis, surtout les plus sordides, et, comme tout bon joueur, il aura toujours plusieurs coups d'avance ! C'est donc pour se préparer à affronter l'impensable – et aider l'avocat en cas de divorce – qu'il est indispensable de savoir si l'on a en face de soi un manipulateur pervers ou pas.

# PORTRAIT DU MANIPULATEUR PERVERS NARCISSIQUE

## Une structure émotionnelle totalement immature

Le pervers narcissique est un individu, homme ou femme, qui s'est construit sur le vide laissé par une structure émotionnelle totalement immature. C'est à partir de cette réalité, sur laquelle il n'a lui-même aucune prise, que le pervers narcissique doit réussir à bâtir une personnalité puissante qui le protégera du vide sidéral de ce Moi qui n'a jamais pu devenir adulte.

De cette immaturité découle un comportement à 100 % centré sur lui-même, justifié par le fait que sa survie psychique en dépend.

UN PERVERS NARCISSIQUE EST UN INDIVIDU AYANT  
UNE STRUCTURE ÉMOTIONNELLE TOTALEMENT  
IMMATURE ET QUI EST À 100 % ÉGOCENTRÉ.  
IL TENTE D'ÉLABORER UNE PERSONNALITÉ  
ARTIFICIELLE AUTOUR DU VIDE SIDÉRAL D'UN MOI  
QUI N'A JAMAIS PU SE CONSTRUIRE.

La manipulation, les mensonges, le narcissisme, les mystifications, les dissimulations, les contraintes et autres ruses du manipulateur pervers ne sont que des moyens indispensables à la survie même de ce personnage qu'il s'est créé et qui est totalement artificiel. Ce sont les seuls moyens qu'il ait à sa disposition pour se protéger du vide qui l'engloutirait s'il avait conscience de sa condition réelle. Son destin est donc une tentative, aussi désespérée qu'inconsciente, pour éviter le vide, donc la mort.

Cette réalité permet de mieux comprendre pourquoi il lui est totalement impossible de se remettre en question. Le moindre doute sur lui-même, sur son fonctionnement, le projetterait dans son vide sidéral et disloquerait son esprit pour le rendre immanquablement fou. La violence psychologique ou physique, les colères, les insultes et les autres crises psychotiques sont les conséquences et l'expression de sa peur viscérale ressentie lorsqu'est mise en danger son image protectrice. Lorsqu'il ressent l'imminence de l'effondrement du monde qu'il s'est construit, le pervers narcissique peut basculer dans une rage narcissique où toutes les limites disparaissent au seul bénéfice de sa propre survie. C'est dans ce cas extrême, pulsionnel et difficilement contrôlable que le « passage à l'acte » devient possible (le passage à l'acte est un geste pulsionnel d'une extrême violence pouvant provoquer la mort de la personne visée, de manière intentionnelle ou accidentelle).

Le développement émotionnel du pervers narcissique semble s'être figé à un âge qui se situerait entre ses 3 et 6 ans (selon les auteurs), lors de la phase qui précède celle de la construction de son développement psycho-émotionnel. Du décalage entre l'immaturation émotionnelle et la poursuite du développement cognitif (de ses connaissances) découle un comportement d'adolescent caractériel typique du pervers narcissique.

Pour mieux comprendre

Rappelons les différents stades de développement psycho-émotionnel de l'enfant :

- 0 à 12 mois : stade de l'oralité – impulsivité et émotion
- 12 mois à 3 ans : stade sensorimoteur et projectif
- 6 à 7 ans : stade de construction de la personnalité et de l'opposition presque systématique
- 7 à 11 ans : période de latence
- 11 à 16 ans (adolescence) : période de remise en question de ce que l'enfant a vécu entre 0 et 7 ans que Piaget et Wallon appellent le « stade de réversibilité neuropsychologique » : tout ce qui était abstrait pour l'enfant avant 11 ans devient alors possible.

Le pervers narcissique a la réflexion émotionnelle d'un petit enfant et le comportement d'un adolescent caractériel, pulsionnel, belliqueux et incapable de gérer ses frustrations et de reconnaître la moindre de ses failles. Tel un adolescent rebelle et caractériel, il est **incapable d'assumer la responsabilité de ses actes**. Il n'est pas plus capable de **se remettre en question** car ce serait pour lui une atteinte à son sentiment de toute-puissance ainsi qu'une mise en danger de sa construction protectrice de personnalité. Reconnaître une faille reviendrait à se confronter à lui-même, à reconnaître sa faiblesse, son impuissance, tout en regardant en face sa peur la plus profonde, celle de la dislocation dans son vide intérieur. S'il se sent mis en cause dans une situation négative, il la retournera habilement pour en rendre l'autre responsable. Il a une vision de la réalité totalement biaisée par le filtre qui le protège de son vide intérieur. Son habilité à retourner les situations est telle que sa victime en arrivera à douter de son propre bon sens et même de sa santé mentale plutôt que de remettre en question son honnêteté.

De cette **immaturité émotionnelle** découlent une quantité de comportements déroutants et de phénomènes d'évitements.

“ Pour se donner une belle image extérieure, une image de bienveillance et de générosité, Pierre a accepté un partage des biens équitable dans notre procédure de divorce à l'amiable. Le jour où nous devons nous rendre chez le notaire pour la signature de notre accord, il n'a pas voulu s'y rendre sous un prétexte fantaisiste, et en plus, il a tenté de me contraindre à annuler pour lui le rendez-vous !”

Étant totalement incapable de gérer les **frustrations** qui génèrent chez lui inmanquablement une angoisse profonde, le pervers narcissique met toute son énergie à organiser sa vie de sorte à ne pas devoir y faire face. Et si, malgré tous ses stratagèmes, il s'y trouve confronté, il se déchaîne dans une panique pulsionnelle qui le pousse dans ses retranchements.

“ Petit, c'était un enfant roi pris entre un père qui ne lui a jamais dit qu'il l'aimait et était toujours très négatif et une mère ultra-protectrice qui rabaissait sans arrêt son père. Adulte, il est toujours le petit chéri infantilisé par sa mère. C'est lui qui « dirige » ses parents, ses frères et ses sœurs envers lesquels il est très critique. Quand on ne lui donne pas raison, monsieur fait sa colère ! Et il ose me dire que c'est moi l'enfant gâtée et capricieuse. Et comme une andouille, j'ai des doutes ! Il est très fort pour semer la zizanie dans ma tête !”

Dans ce dernier témoignage, l'enfant s'est construit de manière à préserver coûte que coûte le lien privilégié et presque abusif qu'il

entretenait avec sa mère. En grandissant, il a pris la place symbolique du père tandis que le père réel a été réduit au silence par sa femme. Il a pris le pouvoir, mimant dans un premier temps le comportement qu'aurait dû avoir son père pour ensuite prendre encore plus l'ascendant sur toute la famille, n'hésitant pas à en écraser les membres pour se sentir puissant. L'enfant s'est trouvé piégé dans une hypervigilance vitale et constante afin de préserver « l'image illusion » à laquelle il s'identifie. Ce système d'autoprotection a généré chez lui une profonde angoisse qui l'a entraîné implacablement dans une **paranoïa** plus ou moins importante suivant l'intensité de son anxiété liée à ce sentiment d'insécurité personnelle.

Bien évidemment, le cas de la mère surprotectrice n'est qu'un exemple parmi d'autres qui peuvent expliquer la mise en place de ce fonctionnement pervers. Il peut également provenir de l'adaptation de l'enfant maltraité par son père qui cherche désespérément à lui plaire, à se faire « pardonner », à correspondre à son attente pour éviter de provoquer des crises. L'enfant va ainsi modeler son tempérament afin d'être capable de s'adapter en permanence à ce père tyrannique. Également dans un stress constant, avec une estime de soi qui ne peut être solide, il sera contraint d'utiliser des stratagèmes manipulateurs pour se donner une illusion d'existence.

**LA COMPRÉHENSION PARFAITE DE CE MÉCANISME  
DE SURVIE MIS EN PLACE PAR LE PERVERS  
NARCISSIQUE INDUIT LA MANIÈRE DONT LA VICTIME  
VA POUVOIR Y FAIRE FACE.**