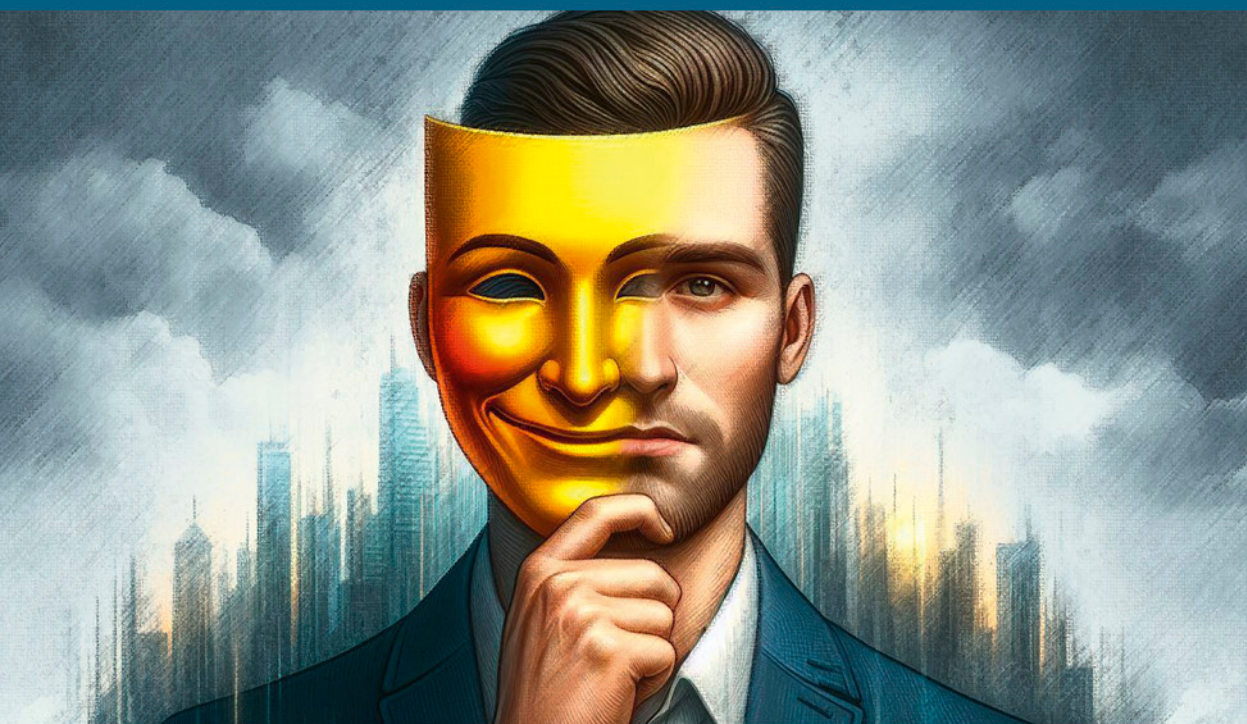


Faire face

aux

PERVERS NARCISSIQUES



Christine CALONNE



Faire face **aux pervers narcissiques**

Christine Calonne



De la même auteure chez Ellipses

- *Les caractères pervers*, coll. 100 questions/réponses, 2018.
- *Les pervers narcissiques*, coll. Récits et témoignages, 2019.
- *Les victimes de pervers narcissiques, guérir le traumatisme*, coll. 100 questions/réponses, 2021.
- *Les pervers narcissiques*, 3^e édition, coll. 100 questions/réponses, 2022.
- *Les victimes de pervers narcissiques, guérir le traumatisme*, coll. Récits et témoignages, 2022.
- *Les femmes perverses narcissiques*, coll. 100 questions/réponses, 2023.
- *Le narcissisme - Créateur ou destructeur ?*, coll. 100 questions/réponses, 2023.
- *L'art de la résilience*, coll. Récits et témoignages, 2024.
- *Les intelligences à haut potentiel*, coll. 100 questions/réponses, 2024.

Mise en pages : Anne-Florence BUYS

ISBN 9782340-114715

Dépôt légal : juin 2026

©Ellipses Édition Marketing S.A.

8/10 rue la Quintinie 75015 Paris



Le Code de la propriété intellectuelle et artistique n'autorisant, aux termes des alinéas 2 et 3 de l'article L. 122-5, d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite » (alinéa 1^{er} de l'article L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

www.editions-ellipses.fr

*« Jamais plus vous ne serez capables de sentiments humains.
Tout sera mort en vous [...] Vous serez creux. Nous allons vous presser
jusqu'à ce que vous soyez vides, puis nous vous emplirons de nous-mêmes »*

Georges Orwell, 1984



INTRODUCTION

La perversion narcissique désigne-t-elle des individus agressifs, violents ? Est-ce une pathologie ? Est-elle liée à des mécanismes de survie inscrits dans l'enfance ? Est-elle curable ? Est-elle une caractéristique d'individus hors normes ou est-elle présente à tous les niveaux de notre société moderne ? Pourquoi les victimes sont-elles aveugles face aux manipulations malveillantes et aux violences sournoises d'un individu pervers narcissique ? Comment les reconnaître et se protéger de celles-ci ? Est-il possible de soigner les blessures à l'origine d'une telle vulnérabilité ? Comment stopper la répétition de tels traumatismes psychiques ?

Toutes ces questions émergent dans le discours des victimes de pervers narcissiques, car elles manquent d'informations et de compréhension des mécanismes relationnels en jeu. De plus, elles ont souffert de l'incompréhension des proches ou des intervenants sociaux face à la perversion narcissique. Mais, la compréhension de ces mécanismes pervers suffit-elle à les extraire du piège tendu par un sujet qui présente ce trouble de la personnalité ?

Il s'agit bien d'un trouble de la personnalité, puisqu'il est observable chez des individus déshumanisés et déshumanisant leur proie. Il prend racine dans l'enfance et dans un héritage transgénérationnel où le mensonge, une culture du secret, le déni de l'existence de l'autre engendrent une indifférence aux émotions, aux besoins fondamentaux de l'enfant. Cet héritage transmet une grande insécurité liée à des violences psychologiques et à des négligences émotionnelles. Mais, surtout, ces relations familiales sont teintées d'abus, abus narcissiques, l'incestuel, ou abus sexuels, l'inceste. L'incestuel est l'équivalent de l'inceste, affirme Racamier, mais sous des formes détournées, par exemple, la corruption par le biais de l'argent afin d'annexer l'enfant dans une relation de contrôle qui ne reconnaît pas son existence propre.

Ces dysfonctionnements familiaux ont toujours une apparence sectaire, niant l'autonomie, clivant le monde en bons et méchants, exigeant le sacrifice de soi. L'imprévisibilité, l'absence de cohérence est présente dans ces systèmes comme mécanismes de contrôle pour empêcher l'enfant de s'attacher, de croire

en l'humain. Le désespoir appris est la conséquence d'une telle expérience. Il apprend à ne faire confiance à personne, à ne pas parler de soi et à ne pas ressentir pour survivre.

Ces dysfonctionnements sont observables dans tout système autoritaire et totalitaire. La loi du silence est liée à la menace de représailles exercée par le clan. Il remplace l'autorité de la loi, juste et bienveillante, soucieuse de vérité et d'éthique. La vérité est détournée par la désinformation, le mensonge, les mécanismes d'inversion, une réinvention de l'histoire. La liberté individuelle est supprimée par l'exercice de la terreur et la menace de représailles. A. Bilheran rappelle que le totalitarisme inclut cet exercice pour le contrôle total des individus. Le but n'est plus l'aliénation, mais l'annihilation du sujet humain (*Psychopathologie du totalitarisme*).

« Les murs ont des oreilles » est la croyance de tout individu qui a grandi dans un tel système familial ou sociétal. Il ne peut développer un attachement sécurisant à une figure d'attachement, car il survit dans la terreur des représailles. Il apprend à ne compter sur personne. Il se dissocie de son corps, de ses émotions et de ses besoins pour survivre. Il perçoit le lien comme une menace pour sa survie. Il anticipe la violence en adoptant des mécanismes de survie par le combat. Faire la guerre est son mode de survie : contrôler, diviser pour régner, terroriser pour exercer son pouvoir sans limites, isoler, comparer les individus les uns aux autres, dans une compétition cruelle et sans bienveillance, etc. Van der Kolk explique comment le cerveau se spécialise dans la gestion des émotions liées à la peur. Il développe des stratégies de survie basées sur le contrôle, le déni, l'évitement des émotions et des besoins, le clivage et la fragmentation du moi. Ce sont des mécanismes de protection face à l'horreur de la déshumanisation.

Comprendre ces mécanismes est nécessaire, mais ce n'est pas suffisant pour faire face au contrôle coercitif d'un individu pervers narcissique. Les traumatismes psychiques causés par sa manipulation malveillante et ses violences sournoises ne peuvent être guéris par la compréhension seule. Il est nécessaire de poser des micro-gestes de sécurisation, de s'offrir de micro-cadeaux quotidiens pour sentir progressivement le sentiment d'exister, le droit à la dignité et au respect de ses besoins fondamentaux.

Sécuriser le système nerveux par la connexion à des ressources d'apaisement est indispensable pour réguler les émotions intenses qui ont été niées face aux microviolences répétées. Ressentir le sentiment de sécurité à travers l'expérience d'un lien sécurisant avec autrui est indispensable pour guérir de telles blessures. Cet attachement peut être vécu, petit à petit, à travers un

autre secourable, bienveillant et sans jugement, ou bien à travers la connexion retrouvée au corps, à la nature, à la culture (chansons, alimentation, soins, ancêtres) à des lieux apaisants, à des animaux, etc.

L'ancrage dans le corps facilite une meilleure conscience de soi, de ses besoins, de ses émotions et une meilleure perception du danger, s'il y en a.

La conscience de soi se développe petit à petit, dans la bienveillance envers soi lorsque l'on a été détruit par l'emprise d'un sujet pervers narcissique. Observer comment des schémas anciens, hérités des blessures de l'enfance, se répètent dans le présent permet d'accueillir ces parts de soi dominées par l'insécurité. Il est alors possible de dialoguer avec elles, sans jugement, pour négocier d'autres façons de se protéger du pervers narcissique.

Écrire, en observant ce qui se répète, et sentir les frontières de son corps pour revenir à soi sont deux voies restaurant le sentiment de dignité et le respect de soi. Rétablir les frontières entre soi et l'autre est nécessaire pour ne plus se laisser piéger par les comportements abusifs et dominants d'un individu pervers narcissique.



PREMIÈRE PARTIE

**COMPRENDRE LA PERVERSION
NARCISSIQUE**

QU'EST-CE QUE LA PERVERSION NARCISSIQUE ?

Pour faire face à la perversion narcissique (PN), il est nécessaire de comprendre ses stratégies destructrices, son mode de fonctionnement psychique et relationnel. La relation entretenue entre Violette et Renaud illustre très bien l'extrême du narcissisme pathologique que représente la perversion narcissique. Violette m'a consultée avec son compagnon, Renaud. Il l'accompagnait dans toutes ses démarches thérapeutiques, car il estimait qu'elle ne tenait pas compte du réel et qu'elle souffrait d'addictions (achats compulsifs). Il voulait un diagnostic au sujet de Violette, car il mettait en doute sa santé mentale. Son tatouage sur le corps et son désir de garder certains vieux vêtements étaient, selon lui, le signe du « syndrome de Diogène ». Renaud savait mieux qu'elle ce qu'elle pensait et ressentait. Il savait mieux que les psychothérapeutes ce dont souffrait Violette et ce qu'il fallait faire pour la « soigner ». Il donnait des leçons à tout le monde, avec un air supérieur et méprisant.

Renaud passait son temps à donner des leçons à Violette et à formuler des critiques destructrices sur tout, sa cuisine, ses vêtements, sa façon de les laver, de s'organiser, de gérer son argent, ses retards, son poids... Elle aimait se faire belle, acheter des petites choses, en seconde main, sans dépenses excessives. Elle n'avait jamais eu de problèmes financiers, même si son ex-mari l'avait privée de beaucoup de choses. Ce dernier l'avait limitée dans sa réalisation professionnelle comme médecin, en ayant six enfants avec elle. Renaud avait installé une relation d'emprise sur Violette, en profitant de sa rupture avec son ex-mari. Cette dernière relation l'avait fragilisée et isolée de ses enfants, car le père avait aussi exercé sa manipulation malveillante sur eux, en dénigrant régulièrement leur mère.

Renaud n'avait pas eu de difficultés à casser son estime d'elle par ses critiques destructrices, car son ex-mari avait fait tout ce qu'il fallait pour cela. Violette m'a décrit tous les signes de la perversion narcissique qu'elle avait repérés chez son ex-mari : dénigrement répétés, culpabilisation, isolement, manipulation malveillante, déni, discours persuasif, refus de dialogue, absence

d'empathie, sexualité mécanique, indifférence aux émotions et aux besoins d'autrui, menaces, chantages, inversion des rôles, etc. Violette répétait avec Renaud ce qu'elle avait vécu avec son ex-mari. Renaud arrivait chaque fois à persuader Violette qu'elle était incapable et nulle grâce à sa rhétorique persuasive et à sa conviction de savoir tout mieux que tout le monde.

Renaud projetait sur Violette son incapacité à prendre ses responsabilités, à gérer ses finances, car il ne voulait pas travailler. Il préférait exploiter les autres en se victimisant. Il l'avait poussée à payer sa maison jusqu'à ce qu'il la vende, disait-il. Mais, il ne faisait rien pour cela. Il a profité de la faille de Violette pour l'exploiter. Elle souffrait depuis l'enfance de graves carences affectives, d'une angoisse d'abandon. Cette angoisse la rendait co-dépendante et ne lui permettait de dire « non », d'écouter et respecter ses besoins, ses limites.

Il détestait l'humanité et critiquait tout. Quand il ne faisait rien, il réfléchissait aux façons de détruire les gens. Il a mis ce projet à exécution à l'égard de Violette. Au lieu de la soutenir dans le burnout qui a suivi sa rupture, il a commencé à la détruire à petit feu. Par exemple, si elle manquait d'énergie et de concentration, il la dénigrait : « ça fait longtemps que tu es diminuée intellectuellement ? ». Sa haine du féminin se traduisait par des paroles dévalorisantes au sujet des « achats compulsifs » de vêtements, ou bien, au sujet de la maternité : « Elle met bas ».

Certains décrivent la perversion narcissique comme la manifestation extrême d'un narcissisme pathologique. Par exemple, la psychiatre M.F. Hirigoyen (*Les narcisses*) décrit la perversion narcissique à l'extrême d'un continuum, allant du narcissisme sain (bonne estime de soi) jusqu'à la perversion narcissique (surestime de soi, avec un sentiment de toute-puissance, une mégalomanie et un déni de l'autre). Elle distingue la violence psychologique du sujet PN de celle d'autres manipulateurs en parlant de violence instrumentale et non cyclique. Cette violence instrumentale se manifeste dans la façon de réduire l'autre à l'état d'objet, déshumanisé afin de l'exploiter de le détruire à petit feu, avec une intensité croissante au fil du temps. Il ne tue pas. Le sujet PN pousse l'autre au suicide pour préserver son image parfaite aux yeux du monde. Par contre, les autres manipulateurs manifestent une violence cyclique : tension, explosion, excuses, réconciliation et lune de miel. Le pervers narcissique ne s'excuse pas. Il n'y a pas de réconciliation, mais un déni de ce qu'il a fait.

Le PN se manifeste par un sentiment de supériorité. Il évite tout ce qui peut contredire ses affirmations. Il préfère la fréquentation de gens qu'il estime supérieurs à lui afin de redorer son blason. Il méprise l'autre, sa vulnérabilité, son humanité. Le Narcisse pathologique se protège de la honte, intériorisée dans l'enfance, par l'identification projective. Il fait vivre à sa proie ce qu'il refuse de percevoir en lui : honte, culpabilité, désespoir, peur, rage, tristesse, etc. Il fait souffrir pour ne pas souffrir : dénigrement, humiliation, culpabilisation, menace, chantage, indifférence, mépris, etc. Cette façon de se protéger apparaît dans des fantaisies de succès illimité, de pouvoir, de splendeur, de beauté ou d'amour idéal. L'individu se sent spécial, unique. Il pense n'être admis, compris que par d'autres individus spéciaux et de haut niveau. Il veut sans cesse être admiré, être au centre de l'attention. Il considère que tout lui est dû, avec une posture hautaine et arrogante. Cette attitude le pousse à exploiter, à instrumentaliser les autres, comme des objets, sans empathie. Il ne peut faire l'expérience que de relations superficielles, puisqu'il ne reconnaît pas les besoins et les émotions de son interlocuteur. Il est animé par l'envie et l'hyper-susceptibilité qu'il peut confondre avec de l'hypermotilité.

Ce profil fait surtout référence à l'extérieur pour se définir et réguler ses émotions : ses succès, son pouvoir. Son égocentrisme l'empêche de vivre des relations authentiques, car c'est son souci de gain individuel qui prime sur l'ouverture de cœur. Le PN affirme savoir mieux que tout le monde et pense savoir ce qui est bon pour l'autre. Son aspect charismatique lui permet d'influencer des sujets plus discrets et peu confiants.

D'autres psychiatres considèrent la perversion narcissique comme le chaînon manquant entre le narcissisme pathologique et la psychose. C'est l'analyse de A. Eiguer (*Les pervers narcissiques*). Pour Eiguer le pervers narcissique est animé inconsciemment par une angoisse de persécution (paranoïa ou schizophrénie). Elle le pousse à détruire celui qu'il considère être une menace pour son pouvoir et sa suprématie, parce qu'il lui fait de l'ombre par son apparence, ses croyances religieuses, politiques, ses qualités humaines, ses compétences, etc.

Eiguer souligne que, contrairement à l'individu narcissique, le pervers narcissique garde un contrôle quasiment total de lui-même et de ses plans d'action. Il choisit d'adopter une apparence parfaite en public, mais en privé, il peut exprimer sans culpabilité et sans empathie sa violence destructrice. Si l'individu narcissique est bien préoccupé par son ego, l'individu pervers narcissique est surtout préoccupé par la destruction de l'identité de l'autre afin de prévenir une attaque destructrice.

Eiguer insiste sur le fait que la perversion narcissique opère de façon plus sournoise, contrairement au narcissisme pathologique, à la psychopathie et à la perversion de caractère (A. Eiguer, *Les pervers narcissiques*, Ch. Calonne, *Les pervers de caractère*). Le profil PN agit en coulisse, à l'abri des regards, pour mieux manipuler et instrumentaliser l'autre à son insu. Il se cache derrière une apparence parfaite, vertueuse, humble, afin de mieux tromper et détruire l'autre à petit feu. Le paradoxe est très présent dans la relation à un individu pervers narcissique, sous la forme de messages verbaux et non-verbaux contradictoires. Il peut dire « je t'aime » avec un regard ou un ton glacial, par exemple. Ce genre de manipulation malveillante peut induire en erreur plus d'un.

Eiguer affirme que le terme « pervers narcissique » comprend « pervers » et « narcissique », mais ne se confond pas avec la combinaison des deux. Voici ce qui réunit le profil PN et le profil du pervers de caractère (sociopathe) : l'intention de nuire. Sans culpabilité, il peut tromper, avec une pensée anti-vie, stratégique, un rapport déshumanisant à l'autre, du harcèlement, un mépris pour sa sécurité ou celle d'autrui, de l'irresponsabilité. Contrairement au pervers, le sujet PN induit des pensées, des émotions, des comportements, car il instrumentalise l'autre. Il le fait agir à sa place. Sa violence est plus sournoise que le pervers. Il éprouve une angoisse inconsciente de persécution, plutôt qu'une angoisse de perte. Il calcule, alors que le pervers se montre impulsif. Le sujet PN se prend pour Dieu, alors que le sujet pervers reconnaît la loi et jouit de sa transgression.

Eiguer considère la perversion narcissique comme une pathologie, une défense contre la psychose et le délire paranoïaque de persécution. Le sujet PN s'en protège par ces défenses perverses et narcissiques. Contrairement au psychotique, il a les pieds bien ancrés dans la réalité matérielle et réussit très bien à s'adapter socialement. Contrairement au psychotique, il n'est pas connecté à sa souffrance et il ne délire pas. Il détruit tout lien avec cynisme, calcul et sans empathie. Son égocentrisme extrême ne supporte aucune remise en question de la part d'autrui. Mais, il tient compte de l'autre pour mieux le manipuler et l'abuser.

En véritable caméléon, il adhère au discours de sa proie pour mieux l'instrumentaliser à son avantage. Calculateur, il détruit de façon systématique et imprévisible. Cette imprévisibilité est une arme de pouvoir, car elle déstabilise et sidère la proie, incapable de s'affirmer et de poser ses limites. Ses explosions de rage sont stratégiques. Le but est d'empêcher sa proie de penser pour l'instrumentaliser.

Le sujet PN occupe une position de pouvoir par la corruption, le mépris des règles qui régissent la vie sociale. Il ne se soucie nullement du bien commun, mais peut affirmer des valeurs qu'il n'a pas dans le but d'asservir autrui. Il ne ressent pas de liens d'attachement, car son égocentrisme extrême et sa toute-puissance s'associent à un déni de toute transmission. Il veut se créer lui-même et ne devoir rien à personne.

L'individu PN encense la victime en public et la dénigre en privé. Cette attitude récurrente crée la confusion dans l'esprit de la proie et l'empêche de penser. Cette tactique permet de sidérer l'esprit et empêche une réaction, une prise de recul. L'idéalisation et la mise sur un piédestal est une technique de séduction narcissique utile pour piéger l'autre, au début de la relation, dans une fusion dont la proie ne sortira pas.

La fusion est, en effet, présente chez un sujet narcissique pervers, car il ne reconnaît pas l'autre dans sa différence. Il ne reconnaît pas l'altérité. C'est une vie pour deux où le PN prend toute la place. Toute forme d'altérité représente pour lui une menace à sa volonté de toute-puissance, à son sentiment de supériorité, de pouvoir absolu (statut, pouvoir relationnel, politique, économique, beauté...).

Détruire toute forme d'altérité est l'objectif d'un individu PN, car il imagine inconsciemment que l'autre veut le détruire. C'est l'angoisse paranoïaque qui l'anime. Le conflit ne peut être pour lui source d'enrichissement, mais est potentiellement menace d'anéantissement.

Le déni de l'autre, le refus de l'altérité se réalise par la destruction de son identité, par des violences récurrentes et croissantes que M. F. Hirigoyen a nommées « harcèlement moral » (*Le harcèlement moral au quotidien*). Elle détaille ce processus de déshumanisation et de destruction de l'identité qui est difficilement pensable tant il est calculé, stratégique et malveillant.

Le DSM5 n'aborde pas directement la notion de perversion narcissique, puisqu'il n'est question que de narcissisme pathologique dans la description du trouble de la personnalité narcissique. Kernberg décrit le narcissisme malin, malveillant où les idées de grandeur peuvent aller jusqu'au délire. Si le narcissisme simple cache, sous un ego surdimensionné, une faible estime de soi, un sentiment de honte et une angoisse de perte, par contre, le narcissisme malin d'un individu cache des angoisses paranoïaques, l'idée que l'autre vise à l'anéantir. Il détruit avant d'être détruit, avec une attitude cynique, irresponsable, un mépris des règles et des lois, une absence de culpabilité.

Le profil PN n'a pas de valeurs morales et humaines, mais il fait croire qu'il en a pour attirer sa proie dans ses filets et donner une apparence de perfection. Sa pensée est purement utilitaire et stratégique. Par exemple, la valeur « altruisme » détermine des choix affectifs ou professionnels, des comportements exprimant une intelligence relationnelle et sociale (D. Goleman). Elle se traduit dans le non-verbal et permet des comportements adaptés et appropriés socialement. Elle permet de manifester de l'empathie émotionnelle par l'écoute des émotions et des besoins de l'autre. Cela facilite l'installation de relations de confiance, basées sur la coopération.

Le sujet PN est dépourvu de ces capacités relationnelles et humaines, car il nie l'altérité et n'accorde de l'importance qu'au pouvoir et à l'argent. C'est sa façon de se protéger de la souffrance et de son vide intérieur, mais aussi d'affirmer sa supériorité et sa toute-puissance. Il endoctrine et persuade pour dominer, plutôt que de coopérer et négocier. Il instrumentalise l'autre sans culpabilité, ni malaise, car il n'est pas inspiré par des valeurs morales et humaines. Il considère l'autre comme un objet. Sans ces valeurs, il peut mentir sans scrupules.

Le mensonge est utilisé pour faire miroiter ces valeurs qu'il n'a pas. C'est la pratique de la langue de bois. Il peut faire croire à des valeurs altruistes, par exemple, en se rendant indispensable, en sauvant l'autre. Il peut faire croire qu'il est altruiste dans une profession sociale pour mieux exploiter les plus vulnérables grâce à son empathie cognitive et non émotionnelle. Il décode très bien le non-verbal et les failles de l'autre pour les utiliser à son avantage.

C'est en mettant en avant ces valeurs qu'il peut manipuler également l'entourage de sa proie, les intervenants sociaux, la Justice, car il présente une apparence parfaite, avec une rhétorique persuasive. Par exemple, il peut affirmer qu'il est un excellent parent en déclarant être dévoué aux valeurs de la famille, attentif aux besoins de ses enfants, etc. En réalité, lorsqu'il en a la charge, il les confie à ses parents, à ses amis pour s'occuper de ses seuls désirs. Ou bien, il les laisse devant les écrans, ne pose aucune limite. Il tente de les séduire en leur faisant croire qu'ils ont tous les droits et peuvent décider de tout.

Il repère les valeurs de sa proie pour lui faire croire qu'il respecte les mêmes valeurs qu'elle. Comme un caméléon, il se moule dans sa personnalité. Il la flatte et lui dit ce qu'elle veut bien entendre. Si elle est altruiste, par

exemple, il peut se poser en victime de son enfance maltraitée ou de ses ex-conjoints afin de susciter sa compassion et un réflexe de protection de sa part.

Durant la relation d'emprise, il détruit les valeurs de sa proie par des critiques destructrices constantes, des microviolences sournoises, comme par exemple, « tu es trop sensible », « c'est ta faute si notre couple va mal ». Ces critiques s'amplifient et s'accroissent avec le temps, de sorte que la victime est amenée à faire des choses qu'elle n'aurait jamais faites dans d'autres circonstances. Elle est en épreuve de la honte, de la culpabilité et le sujet PN utilise ces sentiments à son avantage.

D'autres voient dans la perversion narcissique l'accomplissement de l'être humain, libéré de la souffrance et de sa condition humaine. C'est un mouvement social qui prend racine aux USA et qui se nourrit du transhumanisme. Il faut dépasser l'humain et éradiquer la souffrance, la maladie, repousser l'échéance de la mort. Le sociologue Ch. Lasch, affirme que dans une culture du narcissisme (Ch. Lasch, *La culture du narcissisme*), il est devenu normal de vouloir se libérer de toute souffrance, de toute limitation propre à notre condition humaine. En effet, notre société nie la mort, le vieillissement et la maladie. Elle sur-valorise l'individualisme, l'égocentrisme, l'hyper-compétition. Elle met sur un piédestal un individu performant, jeune et rentable. La perversion narcissique y est accueillie positivement, car elle met en avant la rentabilité à tout prix. Mais, en réalité, c'est la destruction des liens sociaux et de l'environnement qui en résulte.

Certains psychiatres mettent en garde face à la dérive de nos sociétés modernes vers la perversion et la contagion perverse. J.-P. Lebrun (*La perversion ordinaire*) décrit la dimension matérialiste et déshumanisante de notre société, niant la fonction du père, porteuse de limites. Par sa volonté prométhéenne, elle vise à transgresser toutes les limites, toutes les lois, notamment les lois de la vie. D. Barbier (*La fabrique de l'homme pervers*) dénonce ce système social moderne niant la fonction paternelle. Pourtant, c'est l'exercice de la fonction paternelle qui permet à l'individu d'accepter la frustration afin de pouvoir se dépasser, apprendre et explorer le monde. Elle autorise le lien social par l'interdit du meurtre et de l'inceste. L'individu moderne revendique ses droits, mais peut refuser ses devoirs, ses responsabilités en n'ayant pas intégré la fonction paternelle. D. Barbier dénonce aussi la perte de la fonction maternelle, liée à l'excès de responsabilités qui pèse sur les femmes, obligées d'être à la fois performantes au travail, bonnes mères de famille,

bonnes épouses, bonnes ménagères, etc. Elles risquent de ne plus être assez disponibles pour donner les soins empathiques, l'écoute, le soutien physique et émotionnel à leurs enfants.

Certains psychiatres voudraient supprimer le trouble de la personnalité narcissique des troubles mentaux, sous prétexte qu'il se soit banalisé. Le narcissisme pathologique est perçu comme une banalité, mais M. F. Hirigoyen nous rappelle que cela ne veut pas dire que ce soit moral et éthique.

Le risque de dérive totalitaire au niveau de nos sociétés humaines est présent, car cette perversion vient des sommets nous rappellent A. Bilheran, M. St Michel, psychologues cliniciennes.

M. F. Hirigoyen souligne la sous-évaluation de ce trouble de la personnalité, car ces profils consultent peu, sauf s'ils sont mis en échec. Les recherches universitaires ne prennent pas en compte ces profils qui envoient les victimes en psychiatrie, mais qui survivent et s'adaptent très bien dans notre société. Elle rappelle que c'est une pathologie beaucoup plus présente chez les hommes que chez les femmes. Le sociologue M. Joly (*La perversion narcissique*) considère que cette pathologie en expansion est une révolte face à la perte de la domination masculine et face à l'émancipation des femmes.

Ces contradictions théoriques ne sont pas étonnantes pour plusieurs raisons. D'abord, la perversion fait partie du registre de l'impensable, puisqu'elle nous plonge dans la dimension de la cruauté, de la déshumanisation et de la destruction de l'humain. Notre psychisme a du mal à percevoir que cette dimension existe, puisqu'il se développe et évolue vers l'acquisition de valeurs humaines et morales dans le cadre d'un attachement avec un parent suffisamment bon durant l'enfance. Ensuite, le psychisme qui est confronté à la perversion narcissique peut subir sa contamination perverse, car le pervers narcissique est un maître dans l'art de persuader, de se victimiser, d'inverser les rôles et les responsabilités.

VINGT CRITÈRES ESSENTIELS POUR L'IDENTIFIER

Pouvoir identifier la perversion narcissique par les comportements exprimés dans la relation d'emprise est essentiel. C'est ainsi que la victime peut prendre conscience de la destruction en cours, prendre du recul, chercher de l'aide et faire face.

Je mets en évidence 20 critères caractéristiques (Ch. Calonne, *Les victimes de pervers narcissiques*) :

- Séduction narcissique.
- Vampirisation.
- Absence d'empathie, froideur émotionnelle et incapacité à aimer.
- Insatisfaction chronique.
- Dénigrement, notamment sous couvert de l'humour.
- Refus d'aider et absence d'altruisme (sauf par stratégie).
- Isolement de la proie et mise sous emprise.
- Égocentrisme forcené (toute puissance narcissique).
- Culpabilisation de la victime.
- Incapacité à s'excuser (sauf par stratégie).
- Dénî (dénî psychique et dissociation corporelle).
- Double jeu (séducteur/destructeur), souffler le chaud et le froid.
- Obsession de l'image sociale (présentation parfaite en public).
- Maniement redoutable de la rhétorique (incapacité à dialoguer).
- Soulagement morbide à voir la victime au plus bas.
- Maîtrise de la destruction contrôlée et de ses limites pour garder le pouvoir.
- Psychorigidité mentale (pensée binaire, discipline comportementale excessive).

- Incapacité à supporter le bien-être d'autrui et besoin compulsif de gâcher la vie des autres.
- Inversion des rôles (se faire passer pour la victime, parentifier l'enfant).
- Discours paradoxal pour rendre la victime confuse et la manipuler.

Violette a progressivement repéré les 20 critères dans la relation avec Renaud. La relation avait démarré par une séduction narcissique de la part de celui-ci, car il avait établi avec elle une relation fusionnelle où il se montrait omniprésent, très attentif à elle et à ses difficultés. C'était pour elle un rêve qui se réalisait, car son ex-mari était tout le temps absent pour son travail, la négligeant dans la vie intime, sexuelle, mais aussi dans l'écoute de ses émotions et de ses besoins. Elle s'est rendu compte qu'il avait ainsi identifié ses failles pour ensuite les utiliser à son avantage.

Elle est venue me voir au départ pour se soigner, car elle avait accordé du crédit à toutes les critiques destructrices de Renaud à son sujet. L'emprise avait diminué son estime d'elle. Elle manquait d'énergie. Fatiguée, elle oubliait beaucoup de choses. Elle avait du mal à se concentrer et devait ralentir pour y arriver. Se dénigrant après avoir été dénigrée par lui, elle se considérait comme le problème. Il lui disait savoir ce qui était bon pour elle et lui imposait ses solutions. Comme Renaud considérait qu'elle devait se soigner à cause des viols conjugaux de son ex-mari, elle m'a demandé de travailler en psychothérapie EMDR sur les traumatismes subis dans cette relation au niveau sexuel. Il y avait, en effet, des traumatismes sexuels à traiter, suite à cette relation avec son ex-mari PN, car il imposait une sexualité rapide, brutale, basée sur son seul plaisir. « C'est comme ça ou rien », lui disait-il. Elle pleurait de douleur, mais il restait indifférent. Il n'avait jamais voulu d'elle et la privait de relations sexuelles. Mais si elle prenait du recul, il revenait vers elle sexuellement afin de réinstaller l'emprise. C'était une forme d'asservissement réussi, car elle souffrait d'une angoisse d'abandon issue de son enfance.

Violette et moi avons identifié ses ressources d'apaisement et de sécurité, ce qui lui faisait plaisir avant d'aborder les viols conjugaux subis avec son ex-mari. Le problème relationnel avec Renaud passait au second plan. Mais, au fil du temps, ce problème est passé au premier plan, car les violences d'un individu PN sont croissantes avec le temps. Elles se traduisaient au niveau verbal par des dénigrement et de la culpabilisation, comme « tu es mentalement dérangée », « tu ne fais rien pour évoluer », « tu ne raisonnes pas. Tu interprètes tout! »... Au niveau non-verbal, cela se traduisait par des crises de rage pour de petites erreurs de la part de Violette. Il imposait

le silence-radio pendant des jours pour la punir. Sur le plan économique, les violences se traduisaient par le contrôle de sa carte bancaire, sous prétexte qu'elle faisait des « achats compulsifs ». Sur le plan matériel, Renaud induisait l'idée de payer sa maison et ses soins. Il contrôlait ses allers et venues, ses horaires. En cas de retard, elle était accueillie avec des reproches.

Elle s'est sentie de plus en plus vampirisée par ses critiques constantes, perdant encore plus d'énergie après la relation avec son ex-mari. Renaud ne lui montrait pas d'empathie pour ses problèmes de concentration, ses oublis, sa fatigue. Au contraire, il lui faisait froidement des reproches, comme par exemple, « si tu n'étais pas médecin, on dirait que tu es sotte ! »

Il ne manifestait aucune satisfaction dans leur relation, mais critiquait tout et tout le monde quand ils se retrouvaient seuls. Il ne savait pas dire « ça m'a plu ton plat ». Il ne savait pas se réjouir de la nature humaine. Par exemple, si Violette avait, par moments, des messages de ses enfants, il ne se réjouissait pas pour elle. Il ne l'aidait pas à trouver ses propres solutions pour mieux s'organiser, mais il imposait les siennes. Il l'a isolée progressivement de son entourage par ses critiques générales. Il était incapable de s'excuser pour ses colères disproportionnées. Par exemple, si elle jetait un vieux papier à lui, il lui disait avec rage « Tu m'as demandé mon avis pour jeter ça ! » Elle était sidérée par la violence des propos, sans voix. Mais, il ne s'excusait pas et il revenait ensuite vers elle, comme si de rien n'était. Elle se réfugiait dans sa pièce de musique ou dans son lit et se sentait coupable. Elle était terrifiée à l'idée qu'il l'abandonne. Renaud était dans le déni de ses responsabilités et de sa violence. C'était Violette le problème.

Son double jeu, séducteur/destructeur, se manifestait par des moments partagés à jouer de la musique, en allant au cours de contrebasse ensemble, par exemple. Mais, ensuite, il lui reprochait de ne pas évoluer. Violette a pris conscience qu'il lui était facile de progresser, car il ne travaillait pas tandis qu'elle travaillait pour deux, pour payer sa maison, ses soins, leurs stages de musique, etc.

En public, il présentait bien, avec un beau discours, une rhétorique impeccable, un langage châtié. Il allait d'autant mieux qu'elle allait mal. Mais, il maîtrisait sa destructivité afin qu'elle ne lui échappe pas. Par exemple, quand Violette lui a écrit enfin ce qui n'allait pas dans leur couple, il y a eu des améliorations temporaires, comme l'arrêt des critiques sur ses retards, la prise de contact avec la société immobilière pour vendre sa maison, contacter une psychothérapeute pour lui.

Violette souffrait énormément de la psychorigidité de Renaud, par exemple, ses critiques au sujet de ses retards, de son manque d'organisation, de ses « achats compulsifs ». Il avait la solution pour elle. Il savait et elle ne savait rien. Il passait son temps à lui gâcher la vie en critiquant tout. Il inversait les rôles en se décrivant victime de ses dépenses, car ils ne mettaient pas d'argent de côté. En fait, c'était elle qui était victime de son exploitation financière, sans s'en rendre compte. Elle voulait l'aider.

Il tenait un discours paradoxal où il voulait l'aider à mieux gérer sa vie, mais où il la cassait dans ses initiatives, car il fallait que les choses se déroulent à sa façon. De même dans les entretiens avec des psys, il voulait participer, car il était nécessaire selon lui d'avoir un diagnostic sur elle pour l'aider. Mais, en réalité, c'était dans le but de la traiter de folle. La dernière psychothérapeute l'a bien compris en lui disant que la réalité de Renaud n'était pas celle de Violette quand il s'est plaint que Violette n'était pas en contact avec le réel. Après l'entretien avec moi et Violette, il est parti furieux, car j'ai souligné les qualités de Violette, qu'elle s'était toujours bien débrouillée financièrement, alors qu'il se plaignait de ses « achats compulsifs », de ses addictions, de son incapacité à mettre de l'argent de côté. Il lui a dit que j'étais « une perverse narcissique » et il n'a plus demandé à me voir.

Ma prise de position et celle des autres psys ont aidé Violette à ne plus adhérer aux critiques de Renaud. Cela lui a permis très lentement de remettre en question son discours et de se revaloriser. Elle a ainsi doucement pris position à son tour pour dire stop à la violence dans sa lettre. C'est seulement bien après qu'elle a dû accepter que ses améliorations n'étaient que des manipulations et qu'il fallait faire le deuil de cette relation idéalisée.

Elle a renoncé à le sauver pour se choisir et sauver sa vie.

LE MEURTRE PSYCHIQUE ORGANISÉ DE SA PROIE

La perversion narcissique est un ensemble de défenses visant à détruire l'identité de la proie. C'est une protection contre l'angoisse inconsciente d'être détruit. En effet, ces défenses protègent le sujet d'une angoisse paranoïaque, la peur de l'anéantissement par l'autre. Inconsciemment, l'individu PN anticipe cet anéantissement en s'attaquant à sa proie par des microviolences répétées et croissantes avec le temps. C'est un meurtre psychique, intentionnel et organisé. Ce meurtre psychique se réalise en poussant l'autre au suicide. Le profil PN ne tue pas, sauf parfois, au moment de la rupture. Le plus souvent, il entraîne l'autre vers sa propre destruction afin de préserver son image parfaite aux yeux du monde.

Renaud exprime un flot de critiques perpétuelles, systématiques au sujet de la façon dont Violette cuisine, s'habille, pense, s'organise, ressent.

Elle est analysée, évaluée continuellement comme un objet, un robot à son service. Il veut qu'elle soit rentable. Elle doit économiser. Il critique sans cesse la moindre dépense par le contrôle de sa carte bancaire.

Il l'exploite dans le but de lui faire payer sa maison, ses stages de musique, ses soins. Cette exploitation aggrave davantage l'état de burnout de Violette. Il l'entraîne vers un état dépressif. Elle manque de plus en plus d'estime de soi, culpabilise pour tout, alors qu'il ne s'excuse jamais pour ses crises de rage, ses microviolences quotidiennes.

Le meurtre psychique désigne l'impact destructeur de ce harcèlement moral.

La victime perd progressivement son identité, son estime d'elle et sa confiance en elle. Elle doute, petit à petit, de la réalité de ses perceptions, car l'individu PN la met en doute constamment sur celles-ci. C'est le « gaslighting » dans la manipulation perverse. Son harcèlement moral aggrave le processus de coupure avec soi : violences psychologiques répétées, portant atteinte à la dignité et à l'intégrité de la victime. À la longue, la dissociation du corps

se met en place pour protéger la victime de cette souffrance insupportable. Elle se sent comme morte à l'intérieur, figée et immobilisée. Ou bien, elle souffre de crises d'angoisse qui la poussent à se replier davantage sur elle.

Le meurtre psychique a pour moteur le désir de vengeance issu des traumatismes relationnels de l'enfance. Il s'accompagne d'une volonté de contrôle et d'un sentiment de toute-puissance. Les microviolences imprévisibles de Renaud expriment sa toute-puissance et son refus de la souffrance. Il fait souffrir pour ne pas souffrir, jusqu'au meurtre psychique.

Ces microviolences croissantes avec le temps entraînent la proie vers la mort, car elles épuisent physiquement celle-ci sous stress chronique. Si cet épuisement n'est pas soigné à temps, la dépression s'installe et pousse, trop souvent, la victime au suicide.

Violette avait souffert de la relation à son ex-mari PN, au point de plonger dans le burnout. Elle manquait d'énergie, de concentration et de mémoire. Elle oubliait de noter des rendez-vous, d'appeler quelqu'un, par exemple. Sa tension était faible et lui causait des vertiges. Cet état l'incitait au retrait social, d'autant plus qu'elle manquait d'estime d'elle. Elle finissait par se percevoir elle-même comme un objet, perdant toute confiance en elle.

Renaud soulignait froidement ses difficultés pour la faire souffrir davantage et nier sa propre souffrance. Il ne manifestait aucune empathie pour la souffrance de Violette. Renaud, par ses critiques destructrices et imprévisibles, lançait des bombes quotidiennement dans l'espace psychique de Violette. Ses microviolences se traduisaient par la minimisation des émotions et des comportements de Violette : « Tu ne penses pas. Tu interprètes tout ! » Elle était sidérée, incapable de réagir et de s'affirmer. Elle fuyait dans sa chambre ou dans sa pièce de musique. Elle s'excusait à sa place.

Ce processus destructeur était bien calculé, car lorsque Violette avait des velléités de révolte, par exemple, en écrivant une lettre à Renaud, il changeait d'attitude provisoirement. Elle espérait à nouveau qu'il allait changer et replongeait dans la relation d'emprise. Les crises de rage reprenaient de plus belle, peu de temps après. Cette agressivité ne visait pas à poser des limites, à s'affirmer. Elle n'était pas constructive. Non canalisée, elle poussait Renaud à la critique destructrice. Violette n'osait plus s'affirmer face à lui, car les crises de rage et le contrôle de Renaud augmentaient : cris, coupures de la parole, silence-radio, mépris, indifférence. Elle avait déjà vécu cela avec son ex-mari et avait constaté que toute mise de limites créait une crise de rage et des représailles plus importantes.

Ce harcèlement moral se traduit aussi par des menaces subtiles. Par exemple, Renaud punissait Violette par le silence-radio. Ce silence indiquait implicitement une menace de rupture. Celle-ci terrorisait Violette, car elle était devenue dépendante de Renaud, comme elle l'avait été de son ex-mari à force d'être dévalorisée, culpabilisée et contrôlée. L'isolement que Renaud créait autour de son couple visait à renforcer le contrôle sur Violette, à la maintenir dans un état de peur constante.

À la longue, Violette glissait dans un « Brown out ». Il se manifestait par une dévitalisation psychologique, car les critiques subies n'avaient aucun sens. Par exemple, Renaud l'accusait de perte de contact avec le réel, parce qu'elle avait des troubles de la concentration, achetait souvent de petites choses en seconde main, avait fait un tatouage sur son corps. Ces remarques insensées mettaient en doute Violette sur sa santé mentale. Celles-ci avaient un effet profondément destructeur sur sa vision d'elle-même et du monde.

Le meurtre psychique est une forme de vengeance inconsciente à l'égard de personnes du passé qui ont exercé sur l'individu PN ce genre de microviolences constantes. Renaud avait subi ce harcèlement moral et cette emprise dans la relation à ses parents. Son père le critiquait constamment et sa mère le privait de toute autonomie psychique. Par exemple, elle l'a empêché de faire des études, alors qu'il aurait voulu tout savoir et tout comprendre. Il n'avait pas vécu de relation sécurisante avec eux, pas de dialogue, d'écoute de ses émotions et de ses besoins, pas de tendresse et de réconfort.

La défaillance du lien humain avec ses parents l'avait poussé à développer un lien avec les animaux, uniquement. Il reproduisait cette hostilité et ce rejet constant dans la relation fusionnelle avec Violette. Dans cette fusion, il phagocytait son identité jusqu'au meurtre psychique. Heureusement, elle a pu stopper ce processus de harcèlement croissant grâce au travail thérapeutique mis en place.

SON TERRORISME ET SON EXTRÉMISME RELATIONNEL

L'individu PN domine par la mise sous terreur. Il exerce des microviolences psychologiques et verbales sournoises pour exercer son emprise sur sa proie (I. Levert, *Les violences sournoises dans le couple*). L'histoire de Marie décrit ce terrorisme relationnel dans la relation vécue avec le père de ses enfants, Jean. Le récit de Marie décrit un homme contrôlant très bien sa personnalité amoral pour paraître parfait aux yeux des gens. Mais, selon Marie, il usait et abusait de tout ce qui pouvait le servir, sans empathie et bienveillance. Il ne montrait aucun signe affectif dans la relation. Celle-ci n'était pas une relation d'égal à égal. Pour lui, tout était outil de pouvoir. Marie a été utilisée pour avoir des enfants et les offrir à la mère de Jean, car il présentait le même profil malveillant et destructeur que celle-ci.

La mère de Jean avait une emprise sur lui et sur son mari. Le père avait sombré dans l'alcoolisme et était stigmatisé par la mère devant les enfants. Elle se vantait d'avoir des biens immobiliers (ceux de son mari) et régnait en reine-mère. Même les frères de Jean dénigraient le père. Le père a soutenu Marie quand ils se sont séparés, en disant que les enfants étaient dans de bonnes mains. Il a cessé de la soutenir, car Jean et sa mère l'ont menacé. Il avait confié à Marie qu'il subissait le même dénigrement quotidien qu'elle. Il s'est tu et a pris distance vis-à-vis d'elle, car il était sous emprise et dépendant de la mère de Jean. Celui-ci humiliait Marie devant sa mère et ses frères. Après des amies de Marie, il se montrait charmant, fiable, afin de les avoir de son côté. Mais, ses amies ont fait remarquer à Marie qu'elle était devenue l'ombre d'elle-même. Il les a écartées, car un profil PN écarte tout ce qui contrarie ses plans. Il l'a fait douter constamment d'elle au fil du temps.

Durant la vie de couple, les injonctions de Jean se résumaient à ceci : « Fais ce que je te dis. Tu ne peux pas exister autrement, sinon je te punis ». Par exemple, il était impossible de dialoguer, car il ne s'intéressait pas au contenu de la discussion et aux émotions de Marie. Il était impossible de discuter, car il soulignait uniquement la formulation, l'orthographe pour critiquer l'emploi des mots.

Marie lui servait de faire-valoir, comme bonne cuisinière, bonne éducatrice. Elle faisait l'école à la maison et s'occupait entièrement des enfants. Il l'isolait de ses amis et de sa famille. Il avait mis à son nom propre tout ce qui avait de la valeur. Si elle manifestait un désaccord, il lui infligeait un silence-radio pendant des journées entières ou un regard méprisant. Après les premiers temps de la relation où il s'est montré généreux, il ne lui donnait plus que des miettes d'attention, comme une main sur l'épaule. Il n'avait pas de spontanéité. Elle devait quémander une relation sexuelle ou des moments de tendresse. Il n'y avait pas d'intimité, de chaleur humaine de sa part. Devant un invité, il lui offrait un cadeau, lui donnait un moment d'attention, mais en privé, il était froid et distant.

Jean a mis à exécution ses menaces de représailles et a amplifié son terrorisme relationnel à son égard quand elle a rompu la relation. Ils vivaient en France. Il est reparti en Belgique et a mis son adresse fiscale chez sa mère. Par son métier d'expert-comptable, il connaissait tous les trucs et ficelles pour exercer des représailles économiques et judiciaires à son encontre. Il l'a assignée au tribunal en Belgique sous prétexte de kidnapping d'enfants. Il tentait ainsi de la forcer à rentrer en Belgique et d'obtenir la garde des enfants pour que sa mère s'en occupe. Il a accablé Marie de procédures et sous-procédures judiciaires, en France, en Belgique. Il créait la confusion partout, car les liens n'étaient pas faits par les intervenants sociaux entre les différentes procédures. Il terrorisait Marie par ce harcèlement judiciaire et l'épuisait, car elle devait, à chaque fois, prouver son innocence et sa valeur.

Il avait exercé sur elle un contrôle économique, car de commun accord, elle avait privilégié l'éducation des enfants, l'école à la maison au détriment de sa réalisation professionnelle. Lorsqu'elle est sortie de l'emprise et a pris la décision de le quitter, Jean a exercé des représailles économiques en lui faisant signer une reconnaissance de dettes pour l'achat de la maison sans qu'elle s'en rende compte. Il a confisqué la voiture, bloqué les comptes afin de la forcer à revenir en Belgique. Il l'a accusée d'avoir des comptes cachés, alors qu'en réalité, c'était lui qui cachait ses revenus. Il mentait aux Juges en se présentant sans ressources alors qu'il avait des revenus par l'immobilier en Belgique. Mais, en France, ce n'était pas perçu. C'est ainsi qu'il s'est approprié la moitié des allocations familiales alors que Marie n'avait plus de quoi nourrir les enfants et elle pendant un an. Il a joué le rôle de victime devant les Juges en disant qu'elle voulait l'empêcher de voir les enfants. Il utilisait les croyances de notre société considérant qu'un homme, souhaitant la garde alternée, est d'office un bon père.

Il a pris leurs enfants en otage pour la punir. Il la dénigrait à leurs yeux. Il se confiait aux enfants en expliquant par des mensonges la situation. Le père les achetait par des cadeaux excessifs, des voyages. Il les laissait tout faire de manière à renforcer son emprise sur eux. Les trois enfants étaient perturbés par cette situation. L'un des trois manifestait des troubles du comportement en classe. En dehors de l'école, il jouait avec des armes blanches, adoptait des comportements à risque, signe d'un stress élevé. Il avait appris à se protéger des représailles. Il savait quoi dire et ne pas dire, quand mentir ou non. Le deuxième s'était replié sur lui-même et ne parlait plus alors que c'était un enfant ouvert et sociable. Le père le percevait comme celui qui était incapable de gérer. Il l'humiliait devant ses frères. Le troisième ne voulait plus travailler pour l'école et fuyait dans ses jeux-vidéo.

Marie se sentait enfermée dans un huis clos avec Jean. Elle se sentait contrainte de se justifier pour tout. Il a utilisé des psychothérapeutes pour faire croire à Marie qu'il se remettait en question. Puis, avec la séparation, il en a instrumentalisés pour la stigmatiser et la faire passer pour une mauvaise mère. Il est allé jusqu'à contacter le père de Marie qui avait exercé sur elle des violences psychologiques, verbales, sexuelles et physiques.

Au tribunal, l'avocate de Marie a dénoncé les agressions continues et croissantes avec le temps de la part de Jean. Elle a donné des exemples de représailles par de petites choses quotidiennes depuis la séparation. Elle a démontré ses manipulations malveillantes avec des exemples concrets. Elle a souligné l'absence de soin de la part de Jean vis-à-vis des enfants. Elle a mis en évidence ses interdits constants de prendre des rendez-vous auprès des médecins quand les enfants souffraient. Par exemple, il refusait systématiquement les rendez-vous chez le dentiste, malgré la douleur occasionnée par une carie. La Juge souhaitait d'abord une coordination parentale, mais Marie a expliqué pourquoi un avocat réputé lui avait démontré que ce n'était pas adapté pour cette situation familiale. La Juge a stoppé la garde alternée et a ordonné l'expertise psychologique de la famille.

Les microviolences quotidiennes du profil PN ne sont pas des violences de genre, signes d'un machisme, d'une virilité destructrice, mais des violences présentes aussi bien chez l'homme que chez la femme (Ch. Calonne, *Les femmes perverses narcissiques*). Elles sont liées à une indifférenciation avec l'autre, de nature préœdipienne, avant la différenciation des sexes. C'est pour cela qu'Alberto Eguier considère la perversion narcissique comme une défense contre la psychose, contre des angoisses paranoïaques. Les violences de genre touchent à la différenciation sexuelle à laquelle le PN n'accède pas. Jean était fusionné à sa mère et il lui obéissait sans résistances.

Le terrorisme relationnel est une forme de violence psychologique qui maintient la victime dans la peur chronique, grâce à la mise en doute de ses perceptions. Confuse, Marie n'arrivait plus à penser et à agir. Elle n'arrivait pas à décoder la manipulation malveillante de Jean. Elle n'osait plus prendre sa place. Toute affirmation, toute forme de résistance aggrave les micro-violences du PN.

Le terrorisme relationnel du sujet PN recourt au contrôle coercitif pour maintenir son pouvoir sur sa proie coûte que coûte (cf. paragraphe 8 « Son contrôle coercitif »). Il n'est pas envisageable dans ce contexte qu'un contrôle réciproque ou une résistance de la proie se manifeste. Par exemple, si la victime exprime un désaccord, le sujet PN peut insinuer qu'il va exercer des représailles par le biais des enfants. Si elle prend distance, il menace de lui enlever les enfants et qu'elle ne les reverra plus. Terrorisée, la victime se tait dans l'espoir de protéger ainsi ses enfants. De même après la séparation, l'individu PN peut la menacer de mort si elle ne revient pas sous son contrôle.

Comme l'histoire de Marie le décrit bien, la victime ne peut pas être en désaccord. Il lui est interdit d'exprimer une insatisfaction, sans que le conflit dégénère en violence psychologique et verbale, car elle doit être le faire-valoir du PN. Elle doit lui manifester constamment son admiration et son assujettissement. Elle doit adhérer à sa vision du monde et laisser l'esprit du PN prendre possession du sien.

Le terrorisme du sujet PN n'est pas un conflit ordinaire, car celui-ci implique deux sujets en désaccord, mais capables de négociation. La négociation prend en compte les émotions et les besoins de chacun de manière à trouver un accord satisfaisant pour les deux parties. Mais, avec un individu PN, il est impossible de négocier, car il refuse de prendre en compte les émotions et les besoins de la victime. Il veut imposer son savoir. Il sait et l'autre ne sait rien. Sa toute-puissance le pousse à des comportements de violence sournoise face au désaccord.

Ce terrorisme agit sournoisement sur la proie par l'alternance de phases de gentillesse, de compliments, suivies de critiques destructrices. Il crée de la confusion, empêche de penser, car la victime passe son temps à essayer de comprendre ces incohérences, au lieu de s'affirmer et de poser ses limites.

Le « gaslighting » du PN s'exprime par la négation des faits, leur transformation dans le récit de ce qu'il s'est passé. La victime devient confuse et doute d'elle.

L'extrémisme dans la relation d'emprise au PN se traduit par des comportements excessifs en noir/blanc. Le sujet PN peut passer de l'adoration à la dévalorisation extrême par exemple, ou bien, imposer des règles rigides pour, ensuite, les modifier arbitrairement.

Renaud imposait ses règles très rigides, par exemple, en imposant un horaire de retour à Violette, dans l'intolérance à toute forme de retard. Ou bien, sa psychorigidité apparaissait dans ses critiques sur les « addictions » de celle-ci. Il l'accusait d'acheter des vêtements de façon compulsive, sans pouvoir gérer son argent. En réalité, elle achetait de petites choses, en seconde main, car elle aimait se faire belle. Elle y exprimait sa créativité et cela lui faisait plaisir. Elle n'avait pas de problème financier. Il voulait lui imposer d'épargner afin de mieux l'exploiter.

Cependant, il pouvait passer par-dessus ses règles rigides quand il faisait des recherches sur internet, basculant dans un comportement addictif qu'il reprochait à Violette. Mais, il s'exprimait avec une telle agressivité, avec une telle rhétorique persuasive, qu'elle avait honte d'elle. Elle doutait d'avoir des comportements addictifs. Ces comportements extrêmes sont révélateurs des insécurités inconscientes du profil PN et d'un manque de régulation de son système nerveux, mis à mal dans l'enfance par des relations familiales destructrices.