

## LES PERVERS NARCISSIQUES ET LES PERSONNES ÉMOTIONNELLES

<http://lejour-et-lanuit.over-blog.com/2015/12/les-pervers-narcissiques-et-les-personnes-emotionnelles.html>

Le terme un peu à la mode de "pervers narcissique", est parfois utilisé à tort et à travers.

J'ai souvent lu des témoignages sur des blogs, où de simples différents relationnels semblaient tout à coup transformés en un problème "avec un(e) pervers(e) narcissique", faute de pouvoir mettre du sens sur le conflit ou d'être en mesure de comprendre les limites de chacun dans leur positionnement relationnel.

Néanmoins ce terme de "pervers narcissique" recouvre une réalité psychologique, dans laquelle des personnes sont emberlificotées et dont elles ont du mal à s'extraire.

A partir du moment où une grande partie de ces relations ne sont pas explicables *que* par des faits, puisqu'elles sont basées sur une communication qui utilise la double contrainte, l'implicite, la manipulation, la mauvaise foi, la capacité à travestir le réel, il est très difficile pour une personne sous cette emprise, d'y voir clair et généralement celle qui est sous emprise, c'est elle qui se croit folle. (voir [ici](#) l'article sur les relations toxiques)

D'où l'importance d'avoir des personnes capables de démêler les fils de ce profil psychologique.

La psychanalyste Raymonde Hazan explique, avec des mots simples, les particularités de ce système de blessure. Le traumatisme à l'origine de cette façon de relationner - ou plutôt de ne pas relationner- entraîne une grande coupure avec les émotions et avec le coeur, et une stratégie de type "*j'ai besoin de faire souffrir l'autre pour annuler ma propre souffrance*".

Les personnes qui vont être prises dans ce système, sont à l'inverse des personnes fonctionnant à partir de leurs émotions, hypersensibles, comme peuvent l'être les "surdoués" ou les personnes HPE (à Haut Potentiel Émotionnel), offrant ainsi la matière émotionnelle qui manque au pervers narcissique, mais surtout une sensibilité sur laquelle le pervers narcissique peut jouer à l'infini, puisque lui ne ressent rien et ne se trouve jamais en souffrance. Où s'il contacte sa souffrance, il en fait aussitôt payer le prix à autrui.

### Un système non permissif

Ainsi d'un côté se trouve une personne « évolutive-créative-émotionnelle », et de l'autre une personne « mécanique », dont le talent est de savoir parfaitement s'adapter et capter certains besoins chez l'autre auxquels il répond.

Devant une personne perverse narcissique, aller bien, s'émanciper, montrer son originalité est l'enjeu « impossible », car c'est là que le système du pervers narcissique se met en place pour ne surtout pas être « permissif » du plaisir de l'autre.

Essayez de demander quelque chose qui vous ferait vraiment plaisir à une personne perverse narcissique... vous ne l'aurez pas, ou vous aurez autre chose à la place qui garantit que votre plaisir ne sera pas supérieur au sien et ne viendra pas réveiller ses frustrations qui sont très importantes.

© <http://lejour-et-lanuit.over-blog.com/2015/12/les-pervers-narcissiques-et-les-personnes-emotionnelles.html>

Une attitude qui s'emboîte parfaitement dans la faille de la proie qui vient souvent d'une famille où le droit à exister a été nié, et où un climat incestuel (1) n'autorisait pas à prendre sa place en dehors de l'un ou des deux parents.

Toute velléité à relationner ou à trouver sa place devient difficile car devant un pervers narcissique confronté à ses incohérences, celui-ci nie la réalité et la travestit. C'est d'ailleurs dans ce travestissement que se trouve la perversité, c'est-à-dire le retournement, la « mise à l'envers » du réel, ce qui lui permet de ne jamais être impliqué par le problème et de faire porter à l'autre quelque chose qui n'a pas été reconnu et intégré.

### **Faire sortir l'autre de ses gonds**

Ce système peut faire littéralement disjoncter une personne, car le discours devient alors complètement décalé par rapport à la réalité, le mensonge ou l'omission ne sont pas un problème pour lui, et des éléments qui ne sont pas du même plan vont être mis au même niveau, comme si tout se valait, créant ainsi une grande confusion.

La cohérence de la personne en face d'un système pervers narcissique est mise à mal, voire mise en échec, car quoi qu'elle réponde, tout est retourné contre elle et certains éléments sans rapport vont être amenés dans la conversation, de telle sorte que la personne ne sait plus à quoi répondre. Quand l'une cherche la solution ou la construction, l'autre ne génère qu'évitement au mieux, destruction au pire.

En tout état de cause, ce sont deux systèmes complètement différents, immiscibles entre eux comme l'eau et l'huile...

Ce système permet aussi à la personne perverse narcissique de faire disjoncter l'autre contre elle, de la mettre en colère, de l'amener à se défendre et donc de passer dans un mode qui semble être un mode « attaquant », où par retour de parole la personne perverse narcissique va se sentir agressée, en oubliant qu'elle est à l'origine de la réaction. Ceci la laisse à l'abri de tout jugement et la rend irréprochable. Sa froideur émotionnelle lui permet en effet de faire monter la pression sans être atteinte elle-même. Finalement, c'est comme si elle n'était pas concernée.

Dans un premier temps on peut prendre cela pour une façon d'épargner la relation, mais au fil du temps on se rend compte que cela n'a rien à voir avec ça, et que cela sert juste à protéger ses intentions profondes, qui se sont jamais révélées, jamais exposées, et sont comme son « arme secrète », comme son « jocker » qui lui permettent de garder le pouvoir et le contrôle, même si tout reste inconscient.

### **Serviable mais pas généreux**

Comme le dit Raymonde Hazan le pervers narcissique est très serviable, ce qui lui donne une aura positive aux yeux des autres. Son côté serviable est un vrai laisser-passer pour la reconnaissance qu'il reçoit et une sorte de bouclier qui le rend « irréprochable ».

Mais serviable ne veut pas dire généreux. En effet, pour une personne perverse narcissique, tout a un coût, chaque service rendu a sa finalité et est mémorisé comme monnaie d'échange. Ces personnes sont capables de vous rappeler des services rendus des années auparavant, mais elles

© [http://lejour-et-lanuit.over-blog.com/2015/12/les-pervers-narcissiques-et-les-personnes-  
emotionnelles.html](http://lejour-et-lanuit.over-blog.com/2015/12/les-pervers-narcissiques-et-les-personnes-emotionnelles.html)

ont une amnésie totale de ce qu'elles ont reçu. Tant d'un point de vue matériel, que des services, du soutien ou de la présence. Aux yeux de votre entourage, vous ne ferez jamais le poids, car le caractère serviable du pervers narcissique est très visible, très social, alors que la générosité de la personne en relation avec lui est invisible aux yeux des autres et n'est pas, de toute façon, quelque chose qu'elle étale ou qu'elle monnaie.

Si c'est l'enfant face à son parent, les révoltes ou critiques seront perçues comme de l'ingratitude, si c'est dans une relation de couple et que vous avez critiqué, mis à distance ce système pervers narcissique ou quitté la personne, alors vous serez vu comme une personne ingrate aussi, qui a un problème – qui a LE problème-, d'ailleurs peut-être dira-t-on de vous que vous avez un problème avec la réalité, que vous n'acceptez pas « ce qui est », qu'après tout ce que l'autre a fait pour vous, vous devriez « pardonner ».

Ce qui est sûr, c'est que les incohérences de la personne perverse narcissique sont très peu visibles de l'extérieur, voire invisibles, et que ce système « sidère » littéralement la personne qui est en relation avec.

La seule chose qui peut alerter de l'extérieur une personne qui a du discernement et de l'observation, c'est que l'un des partenaires a de l'énergie et l'autre pas, que les talents de la personne utilisée sont mis en sourdine pour elle-même, confisqués, car toute son énergie est engagée à comprendre, se défendre, trouver des solutions, là où l'autre a mis à distance tout conflit intra-psychique et toute recherche de vraie créativité relationnelle. Le système de défense de la personne perverse narcissique est un vrai parasitage, un phagocytage, une main mise sur l'énergie de l'autre, afin de lui assurer l'énergie dont elle a besoin à son propre narcissisme.

### **L'envers du décor**

Et il faut bien comprendre que toute cette énergie qui est donnée à l'extérieur par la personne perverse narcissique, est économisée à l'intérieur de la relation. Ce sont comme des vases communicants -là plutôt étanches en fait- ... Ce qui est montré à l'extérieur, c'est l'envers de ce qui est vécu dans l'intime. Tout le « faire » qui est déployé pour nourrir l'image et le narcissisme, est ôté à part égale à « l'être » et à la véritable altérité dans la relation.

C'est un peu comme une vitrine qui vous vanterait des produits qui ne se trouvent pas en magasin.

Alors que pour la victime, ça serait plutôt l'inverse, l'arrière-boutique est pleine de produits, de créativité, de vie intérieure, mais la plupart du temps l'autorisation à l'incarner et à le déployer lui a été retirée dans l'enfance et à l'extérieur la vitrine est moins alléchante ou semble peu approvisionnée.

D'où l'aspect miroir entre les deux problématiques : un potentiel qui s'est exprimé pour l'une à l'extérieur, pour l'autre, à l'intérieur.

On dit souvent que la personne perverse narcissique est une coquille vide. Je dis que la victime est un œuf plein sans coquille, c'est-à-dire qu'il lui manque le soutien de la structure.

## Trouver son challenge pour s'en sortir

Pour la personne victime, le challenge est de sortir de la matrice enfermante qui n'a pas permis d'exister, et de poser des actions de transgression par rapport aux interdits et aux non-dits parentaux, un peu comme faire le contraire de ce que l'on a appris. C'est aussi de se faire confiance sur ses perceptions fines qui lui ont fait détecter que quelque chose « clochait » (Ces fameux ressentis, ces perceptions fines qui caractérisent justement les hypersensibles). Tant qu'elle doute de ses perceptions, elle ne peut pas s'extraire du système, car elle croit que c'est elle qui est folle et elle reste dans la relation parce qu'elle valide le système de l'autre au lieu de valider le sien. Elle devra aussi faire le deuil d'être comprise. La communication est impossible, car comme cela a été dit plusieurs fois, la personne perverse narcissique ne peut pas se remettre en cause profondément dans ses agissements, elle ne se voit pas, donc difficile d'imaginer pouvoir s'expliquer, sauf encore à risquer sombrer et avoir le sentiment de se « faire plumer » dans la discussion et d'en sortir vidée.

Pour la personne perverse narcissique, son challenge c'est d'aller contacter sa souffrance, sa véritable souffrance à travers les émotions, et de sortir de son mental froid qui n'est pas affecté par la souffrance émotionnelle. Sa plus grande difficulté sera de mettre de la conscience sur son système, puisque son système est de projeter sa souffrance sur l'autre, et croire ainsi « qu'elle n'a pas de problème ». L'autre difficulté, c'est que sa course à la reconnaissance narcissique est comme une drogue, une fuite en avant qui l'éloigne toujours plus de son être profond et la maintient dans son *faux-self*.

Et quoi qu'il en soit, l'ultime challenge sera de sortir du sentiment de culpabilité d'être resté(s) dans une relation si toxique qui ne permettait pas à l'amour d'exister. Sortir de la culpabilité se fera en traversant justement toutes ses souffrances qui rejaillissent à cette occasion, en reconnaissant qu'elles viennent de l'enfance et en reprenant la responsabilité qu'il avait fallu, à cette époque-là, choisir une stratégie de survie. C'était le prix à payer pour rendre cette enfance supportable dans un espace qui nous était limité et où nous ne pouvions pas encore avoir d'autonomie.

C'est une invitation à une vraie dé-fusion avec le système familial qui a perverti l'être profond de l'enfant (système perverti tant pour le "bourreau" que pour la "victime"), en raison des souffrances non réglées dans la généalogie, pour se reconstruire dans l'authenticité de qui l'on est vraiment.

Sans peur du jugement, sans peur des limites, sans peur de se déployer dans sa singularité et en réhabilitant son hyperémotivité et son hypersensorialité.

MT

(1) "L'incestuel" est une notion qui a été abordée par Paul-Claude Racamier. C'est une situation qui maintient un enfant dans la "matrice psychique" d'un parent, empêchant toute autonomie et altérité, et créant une sorte de mort psychique.

*"Racamier au moment où il en fait l'hypothèse, associe incestuel et psychose. Je crois pouvoir étendre le champ que peut éclairer l'incestuel et montrer qu'on peut le détecter à l'oeuvre non seulement chez les psychotiques, mais encore dans la plupart des pathologies névrotiques, narcissique ou identitaires. Les états-limites présentent également des problèmes relationnels dus à la dépendance à l'autre ou à des conflits oscillant entre angoisses d'abandon et angoisses d'intrusion pouvant avoir été engendrées au sein de l'incestuel". Doris-Louise Haineault*

Voir aussi ce lien :

<http://www.cpgf.fr/Vocabulaire/Items/incestuel.pdf>