

“N’IMPORTE QUI PEUT TOMBER SOUS LA COUPE D’UN PERVERS”

Les vampires de l’amour

Ils dénigrent l’autre pour se valoriser. Ils vampirisent son énergie jusqu’à le briser. “Ils”, ce sont les pervers narcissiques. Identifié depuis une vingtaine d’années seulement le phénomène se répand au point d’être qualifié par certains psys de “mal du siècle”. Anne Crignon a enquêté sur ces prédateurs moraux dont le meilleur allié est l’ignorance

Melody. Belle comme Audrey Hepburn. Gaie, attentive aux autres. Elle s'est pendue à 28 ans. On l'a trouvée dans la cuisine de l'appartement où elle vivait avec un homme rencontré un an plus tôt. La conséquence d'une dépression, pour les parents. Les amis savent autre chose, un scénario à peine imaginable. C'est lui qui l'a poussée au suicide. Elle allait le quitter pour un autre, alors il lui répétait qu'elle était « un monstre » et qu'il allait se suicider à cause d'elle. Un huis clos insensé, de plus en plus accusateur, et Melody s'est pendue. Elle vivait avec un manipulateur pervers. Probablement ignorait-elle tout de cette déviance. Une innocence fatale.

Toute relation toxique, bien sûr, ne conduit pas au suicide, mais le risque est là. Une prise de conscience collective affleure. On met enfin un nom sur la violence perverse dans les rapports humains. « *Perversion narcissique* » : l'expression est entrée dans la conversation courante. Des livres sont en kiosque dans les gares, comme celui du psychanalyste Jean-Charles Bouchoux (« Les Pervers narcissiques », Eyrolles), deux fois réédité sous l'effet d'une demande croissante. Sur internet, le site sospervers.fr, ouvert en novembre dernier, reçoit plus de 1 500 visites par jour. Le savoir s'échange dans les forums de discussion.

Taper « *perversion narcissique* » sur Google, c'est pénétrer un monde parallèle et funèbre. Des contributeurs sortis des griffes de leur tourmenteur viennent à la rescousse de novices déboussolés. Les initiés parlent de « PN ». L'un des sites les plus visités s'appelle Pervertus – il est sous-titré « blog d'intérêt public » – et commence ainsi : « Ils représentent 3% de la population [bien plus selon les spécialistes, ndlr] et détruisent 90% de leur entourage. Eux, ce sont les manipulateurs pervers ou vampires affectifs. Allez-y : levez les yeux au ciel, grimacez, soupirez. Parler des manipulateurs, c'est comme parler des petits hommes verts... On vous rit au nez [...]. Et pourtant ils sont bien réels. »

Le mal n'est pas nouveau mais en recrudescence express, selon Dominique Barbier, criminologue et expert psychiatre avignonnais, ami de Boris Cyrulnik, qui écrit un livre (à paraître cette année chez Odile Jacob) pour expliquer en quoi notre époque est une véritable « *fabrique de pervers* ». Le consumérisme frénétique et l'affaiblissement de la fonction paternelle entraînent une intolérance à la frustration de plus en plus répandue. Cette immaturité serait le terrain fertile de la prédation morale et d'un rapport à l'autre de plus en plus utilitaire. « *C'est le mal du siècle. Ce que j'observe est effrayant*, dit le criminologue. *N'importe qui peut tomber sous la coupe d'un pervers.* »

La perversion narcissique consiste à employer des moyens retors – en l'occurrence vampiriser et anémier son partenaire – pour combler une faille infiniment béante et un vide intérieur. Ce « *vide vertigineux dans lequel tout affect semble avoir été éteint depuis l'enfance* » dont parle Geneviève Reichert-Pagnard, psychiatre et victimologue, auteur en 2011

LE DÉFRICHEUR

Né dans le Doubs, le psychanalyste Paul-Claude Racamier (1924-1996) a mis au jour la perversion narcissique dans « *le Génie des origines* ». Freudiens et lacaniens prenaient alors toute la place. Lui travaillait loin des chapelles. Son œuvre a donc été négligée. Mais on la redécouvre aujourd'hui, notamment « *le Psychanalyste sans divan* » (1970).

LA CHANSON DU PERVERS

Étrange, comme Gainsbourg décrit bien la perversion narcissique ! « *Sorry Angel* » est « la » chanson du pervers narcissique : « *C'est moi qui t'ai suicidé mon amour/Je n'en valais pas la peine, tu sais/[...] Le compte avait commencé, à rebours/[...] Un voyage un aller seul, à où l'on ne revient jamais/[...] Je n'ai ni remords ni regret/[...] C'est moi qui t'ai ouvert les veines mon amour/[...] Maintenant tu es avec les anges/[...] Sorry angel, sorry so... »*



d'un ouvrage très fin sur « *les Relations toxiques* » (Ideo). Autant de femmes que d'hommes sont confrontés à la prédation morale au sein du couple. Ceux et celles, innombrables, qui ont ainsi subi une insidieuse altération de leur intégrité psychique racontent tous une semblable histoire.

Des débuts grandioses. Le manipulateur sent ce que l'autre attend. Il est caméléon le temps de ferrer sa proie. Dans ce piège amoureux, tout le monde tombe, car le temps de la séduction (phase 1) peut durer... des années. Le pervers sommeille avant exécution de ses noirs désirs : l'emprise (phase 2) et l'assujettissement (phase 3). Il va soumettre peu à peu son partenaire pour en prendre le contrôle. La bascule perverse advient à la faveur d'un événement qui scelle la dépendance, souvent l'arrivée d'un premier enfant. L'être exquis des débuts dévoile une dureté de ton qu'on ne lui soupçonnait pas et se révèle dans toute sa « *dangereuse étrangeté* », selon l'expression du délicat Paul-Claude Racamier, psychanalyste, inventeur de la notion de perversion narcissique, qui en 1987 posa les bases de cette difformité morale (1).

Dans le secret de la vie de couple, le manipulateur ou la manipulatrice se comporte en *serial killer* psychologique. Il ne veut pas que l'autre ait confiance en soi, il fait vaciller cette flamme. C'est un extincteur de vie. La joie de l'autre s'éteint peu à peu. « *C'est une folie très répandue, mais personne ne la voit* », dit François, qui a passé dix ans avec une prédatrice, rencontrée à l'issue de brillantes études d'ingénieur. Lui a dû déjouer bien des ruses au cours d'un divorce pénible. Car, malgré la loi de 2010 faisant du harcèlement psychologique dans le couple un délit, nombreux sont les magistrats et avocats qui ne savent pas reconnaître un manipulateur. Ils se font avoir, eux aussi, par la remarquable duplicité de ces comédiens-nés, leur angélisme apparent. Impassible, jamais affecté par rien, même s'il prétend le contraire (seule la blessure d'orgueil le fait souffrir), le pervers narcissique fera passer pour déséquilibrée sa victime poussée à bout. Même les psys peuvent être bernés, car « *le pervers offre à l'observateur l'air de la parfaite innocence* », observe Marie-France Hirigoyen, qui en 1998 a popularisé la notion de harcèlement moral (2).

La révélation peut survenir après dix ou vingt ans de vie commune. Le visage véritable d'un mari ou d'une femme apparaît brutalement. C'est le syndrome Dorian Gray. Une fois la prise de conscience advenue, le partenaire, qui ressent depuis longtemps un malaise diffus, relit l'histoire commune à la lumière de ce nouveau savoir, mais le départ est retardé par la nature complexe du lien, la relation d'emprise, qui est une véritable prise de pouvoir sur l'esprit de l'autre. Être équilibré ne garantit qu'une chose : la rémission rapide, une fois le cauchemar terminé. Pour les plus fragiles, quelques années seront nécessaires pour dépasser un véritable choc post-traumatique (une victime dit être « *marquée au fer rouge* »), d'autant que la séparation ne met pas fin au harcèlement quand le couple a des enfants. Continuer de se défouler sur l'ex-partenaire permet ●●●



LE STÉRÉOTYPE DU PERVERS NARCISSIQUE

1. Vampirisation de l'énergie de l'autre.
2. Absence d'empathie.
3. Froideur émotionnelle.
4. Dénigrement insidieux.
5. Indifférence aux désirs de l'autre.
6. Mensonge pathologique
7. Incapacité à reconnaître ses torts.
8. Dénî de réalité.
9. Manipulation.
10. Maniement redoutable de la rhétorique : le dialogue au sein du couple pour dépasser le conflit tourne à vide.
11. Soulagement morbide quand l'autre est au plus bas.

●●● à l'agresseur d'offrir, du moins momentanément, un doux visage à sa nouvelle proie. On observe de la part du pervers divorcé un abus de procédures judiciaires.

Ce « détraqueur » porte un masque. Il est sociable, adorable, fréquentable, admirable, car la crispation morbide envers une proie unique, une seule, suffit à éclipser sa compulsion destructrice. Ce double visage lui permet d'entraîner quelques proches qui, de bonne foi, vont croire en sa version des faits lorsqu'il inversera les rôles pour expliquer que c'est lui la victime. « L'ignorance, c'est 50% du problème », explique Isabelle Nazare-Aga, thérapeute cognitivo-comportementaliste, son énergique crinière blonde ondulante au rythme du feutre sur le tableau blanc.

Un séminaire démarre, ce samedi de novembre à l'aube, dans son appartement du 16^e arrondissement parisien. Il y a là une dizaine de femmes et deux hommes. Une grande Danoise très amaigrie prend la parole. Son beau visage exprime la lassitude et le tourment. Elle n'arrive pas à quitter son mari qui, dans leur banlieue chic, se livre sur elle à un véritable tabassage moral. L'homme l'a coupée de tout, de ses amis, de sa famille. Elle est intelligente, sensible, perdue. On sent qu'elle pourrait tomber gravement malade.

Durant ces deux jours intenses, nul retour sur des traumas passés pour expliquer la tolérance à l'insupportable, mais un échange salvateur entre hommes et femmes à qui Isabelle Nazare-Aga expose précisément la nature de l'emprise perverse et la façon de s'en défaire. La jolie et lumineuse Vanessa, documentaliste, demeurée célibataire et sans enfants car elle n'a plus jamais pu « faire confiance à nouveau », raconte : « A la maison, c'était humiliation sur humiliation. Il me disait : "Mets des chaussettes, tes pieds me dégoû-

tent." Il m'appelait "ma gorette" en pinçant le peu de graisse que j'avais. Je coulais petit à petit. Physiquement, je disparaissais. Je ne pesais plus que 40 kilos, mais comment prouver cela ? Pas de témoin. Aux yeux de tous, c'était moi la désaxée. » Scénario type.

Affaibli par l'intense travail de culpabilisation mené par le manipulateur, incapable d'imaginer une malveillance qui lui est étrangère, le partenaire incrédule se dit avec indulgence que son mari ou sa femme, « c'est Dr Jekyll et Mr Hyde », frôlant de près une vérité qui lui échappe encore. Aussi brillant soit-il, l'assujéti à du mal à y voir clair. Une « main basse sur l'esprit », pour le psychanalyste Saverio Tomasella. Racamier parlait même d'un « véritable détournement d'intelligence ».

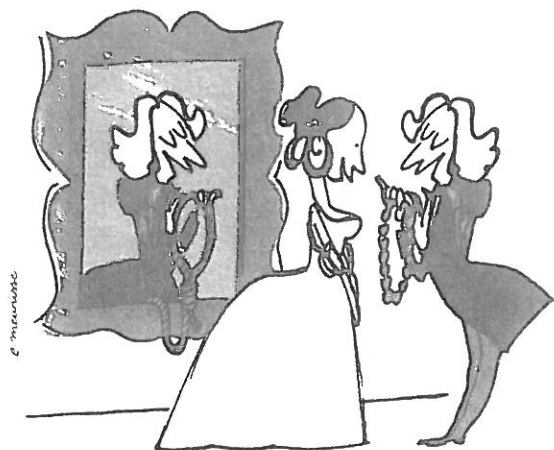
Le pervers reproche à l'autre la zizanie que lui-même s'évertue à semer. Agnès, radiieuse serveuse de bar au fond du Finistère, revenue pour sa part sans difficulté à la vie à l'issue de « ce combat perdu d'avance », raconte : « On marchait dans la rue bras dessus, bras dessous ; tout allait bien. Trop bien pour lui, car, d'un seul coup, c'est comme s'il lui fallait impérieusement détruire et salir. Il me balançait une saloperie pour créer du conflit et me le reprocher après. » Il lui aura fallu quatre ans pour comprendre.

Pas si facile d'y voir clair en effet. Qui a la culture psychiatrique pour faire la différence entre le pervers « tout le temps dans le calcul, tel un joueur d'échecs préparant son attaque cinq coups à l'avance » (selon Dominique Barbier) et la femme ou le mari difficile à vivre, instable, pas très à l'écoute et on en passe, mais doté d'affection réelle et – surtout – d'une capacité de remise en question de soi ? Seuls les gens avertis. Pour ceux-là, le pervers narcissique, construit sur un ●●●



ROLAND COURTEAU

La loi de 2010 qui sanctionne le harcèlement psychologique ne mentionne ni la perversion narcissique ni la manipulation. Roland Courteau, sénateur de l'Aude, à l'origine de cette avancée avec les députés Danièle Bousquet et Guy Geoffroy, se dit prêt désormais, face à de nombreux témoignages de femmes qui, sans le savoir, décrivent leur vie avec un pervers narcissique, à faire connaître cette pathologie.



●●● stéréotype somme toute sommaire, devient plus facile à repérer. Il manie le chaud et le froid dans une subtile alternance de maltraitance et de tendresse. Quand l'autre est à bout, il regagne sa confiance. Son manque d'empathie est central. Il observe la souffrance avec indifférence. Sa gamme de sentiments est pauvre, c'est comme s'il ne disposait que d'une octave sur son piano émotionnel. Il faut un véritable savoir pour repérer cette froideur de cœur, car feindre d'avoir une sensibilité qu'il sait inexistante fait partie de son art. Il vampirise l'autre jusqu'à l'épuiser – l'expression « se faire bouffer » prend tout son sens. Il est intensément jaloux d'une vie intérieure qu'il n'a pas. C'est un insatisfait chronique qui ne supporte pas le bien-être de l'autre. Il ne tient aucunement compte des besoins de son partenaire. Très vite, la relation s'articule autour de ses seuls désirs, situation ainsi résumée par Agnès : « Il occupait 90% de l'espace entre nous. »

Ni remords ni culpabilité. Il n'a jamais tort, ne demande pas pardon, sauf par stratégie. A travers chaque reproche infondé, calomnieux, adressé à sa victime, l'agresseur fait son autoportrait. Cela fera office d'aveu de ce qu'il est lui-même. Un aveu bien involontaire, car son système de relation repose sur le déni, qui est l'occultation d'une partie de la réalité. C'est d'ailleurs pourquoi son partenaire ressort de discussion (tentative de discussion, devrait-on dire) « avec le cerveau complètement embrouillé » – l'expression revient souvent dans les témoignages. « A devenir dingue, dit Paul, ancien journaliste du "Monde". Avec une personne normale, quand il y a un désaccord, chacun donne ses arguments, il y a un échange. Là, tu n'as prise sur rien. Ça rend fou. »

Autre caractéristique majeure : sa façon de dénigrer, insidieusement. Avec des plaisanteries. Du sarcasme. Il rabaisse l'autre par petites touches. Ça n'a l'air de rien mais dans son flot de paroles passe un poison lent. « Je me sentais pire qu'une merde » ou « une sous-merde » : les témoignages sont récurrents là aussi. « Rien n'est plus "blessable" qu'un narcissisme non pathologique attaqué par un narcissisme pervers », écrivait Paul-Claude Racamier, qui proposa cette définition : « Le mouvement pervers narcissique est une façon organisée de se défendre de toutes douleurs et contradictions internes et de les expulser pour

DORIAN GRAY

Dans « le Portrait de Dorian Gray », le vieillissement du héros se fait non sur son propre visage mais sur un portrait de lui dissimulé dans la salle d'étude d'un manoir victorien. Après qu'il a poussé sa compagne au suicide, le portrait s'imprègne de cruauté. Dorian garde son visage d'ange tandis que s'inscrit au fil des ans, sur le tableau, sa véritable physionomie déformée par le mal. Oscar Wilde aura ainsi publié dès 1890 la grande allégorie de la perversion narcissique.



ISA ET LES VAMPIRES

Auteur d'un livre pionnier, « Les manipulateurs sont parmi nous » (1997), Isabelle Nazare-Aga, membre de l'Association française de Thérapie comportementale, anime des séminaires thérapeutiques. Elle fait aujourd'hui référence sur le sujet, de même que la psychiatre Marie-France Hrigoyen, auteur du « Harcèlement moral » (1998).



les faire couvrir ailleurs, tout en se survalorisant, tout cela aux dépens d'autrui et non seulement sans peine mais avec jouissance. » Expulser en l'autre son propre chaos mental : cette acrobatie psychiatrique est « la » raison d'être de la perversion narcissique. Le pervers manœuvre inconsciemment pour transférer chez l'autre la psychose ou la dépression qu'il cherche à éviter.

On le reconnaîtra enfin à ce que, essentiellement préoccupé de lui-même, il est constamment dans la construction de son image. Cette obsession de paraître le mène souvent haut, dans les métiers de pouvoir et de représentation, où son bel habit social, sa brillance bien souvent, le hisse au-dessus de tout soupçon. « C'est parmi ces manipulateurs destructeurs qu'on trouve les plus grands imposteurs, mystificateurs et escrocs », dit le docteur Geneviève Reichert-Pagnard. Savoir reconnaître un pervers narcissique, c'est repérer ceux qui passent au fil de l'actualité politique, intellectuelle, artistique.

Espérer un amendement, voire une guérison est généralement illusoire. « Ça n'est pas une maladie, ça ne se soigne pas. Il n'y a pas de médicament, pas de thérapie possible, dit Dominique Barbier, l'expert avignonnais. Ces gens ne sont pas demandeurs et ne consultent pas, sauf par calcul, pour donner de faux signes de bonne volonté. La problématique relève de la justice et de la police, en aucun cas de la médecine. Ce sont des salopards qui ne changeront jamais. » Il n'est pas le seul thérapeute à en perdre la réserve d'usage.

Nulle mention de ce profil dans le DSM-IV, manuel de classification internationale des troubles mentaux. La notion se cherche. Pour certains, il ne faut pas craindre de parler de véritable déviance morale et de poser la question du mal, comme le fit Scott Peck, psychiatre américain. Pour d'autres, c'est une psychose sans symptômes apparents, avec une dimension paranoïaque, ou « psychose blanche », une maladie incurable. On pourrait classer le manipulateur sur une échelle de 1 à 10 selon la toxicité. Niveau 3, le tyran domestique, réfugié dans le déni, qui, pour ne pas sombrer, blesse l'autre involontairement ; niveau 8, le sadique qui se défoule en jouissant de la douleur morale qu'il inflige sciemment. Quoi qu'il en soit, même un « petit » PN fait de considérables dégâts. On ne gagne jamais face à lui. On ne peut que s'en aller.

Et c'est ainsi que la perversion narcissique laisse un nombre grandissant d'hommes et de femmes dans un état de sidération, une fois achevée cette leçon de ténèbres. Après inventaire du désastre, on comprend qu'à l'occasion d'une discussion sur internet où des femmes s'interrogeaient sur la rémission possible de « leur » PN, un thérapeute ait déposé cet avertissement : « Je suis psychiatre. Mais jamais je ne croiserai le fer avec un pervers narcissique. »

ANNE CRIGNON

(1) « Le Génie des origines. Psychanalyse et psychoses », Payot, 1992.

(2) « Le Harcèlement moral », La Découverte/Syros, 1998.