

LE POUVOIR COMME PERVERSION NARCISSIQUE

"Deux choses me frappent. D'abord, l'organisation des entreprises a énormément changé. Tout est fait pour augmenter la productivité et les résultats à court terme. Les nouvelles technologies imposent une adaptation permanente. On travaille constamment dans l'urgence, sous pression et dans l'insécurité.

Ensuite, que ce soit dans l'entreprise ou ailleurs, nous vivons dans le culte de la performance individuelle. Il faut soigner son image, se montrer à son avantage et être reconnu, bien plus qu'autrefois. Ce chacun pour soi incite à mettre la pression sur les autres pour se mettre en avant et être bien évalué les directions font vivre les salariés dans de perpétuels contrôles de qualité tout en leur demandant d'aller de plus en plus vite. Ils sont tenus responsables des objectifs fixés sans en avoir les moyens. Aujourd'hui, un des éléments majeurs de la souffrance en entreprise, c'est l'obligation de bâcler le travail.

Les directions ont peur des conflits, avec pour conséquence que rien ne se dit. Cela peut entraîner des troubles psychosomatiques majeurs.

C'est devenu difficile dans une société qui donne le sentiment que tout le monde ment et magouille impunément, où sarcasme et ironie se portent bien. Les changements dans le travail et dans les sociétés sont partout les mêmes, mais c'est actuellement le "burn out" qui est mis en avant pour parler des risques psychosociaux, avec le risque de banaliser des souffrances moins visibles."

Marie-France Hirigoyen, Propos recueillis par Serge Cannasse (extraits),
La revue du praticien médecine générale.

LE HARCÈLEMENT MORAL, LA VIOLENCE PERVERSE AU QUOTIDIEN

Extraits du livre de Marie-France Hirigoyen, 1998.

La présence de l'autre est vécue comme une menace, pas comme une complémentarité.

Les nouvelles formes de travail, qui visent à accroître les performances des entreprises en laissant de côté tous les éléments humains sont génératrices de stress et créent ainsi les conditions favorables à l'expression de la perversité.

L'entreprise peut elle-même devenir un système pervers lorsque la fin justifie le moyens et qu'elle est prête à tout, y compris à détruire les individus pour parvenir à ses objectifs.

Il est possible de détruire quelqu'un juste avec des mots, des regards, des sous-entendus.

Le harcèlement se met en place quand une victime réagit à l'autoritarisme d'un chef et refuse de se laisser asservir. C'est sa capacité de résister à l'autorité malgré les pressions qui la désigne comme cible.

Le harcèlement est rendu possible parce qu'il est précédé d'une dévalorisation, qui est acceptée puis cautionnée par le groupe, de la victime par le persécuter. Cette dépréciation constitue une justification a posteriori de la cruauté exercée contre elle et conduit à penser qu'elle a bien mérité ce qui lui arrive.

Lorsque le processus de harcèlement est en place, la victime est stigmatisée on dit qu'elle est difficile à vivre, qu'elle a mauvais caractère, ou bien qu'elle est folle. On met sur le compte de sa personnalité ce qui est la conséquence du conflit, et on oublie ce qu'elle était auparavant ou ce qu'elle est dans un autre contexte.

Le harcèlement naît de façon anodine et se propage insidieusement. Dans un premier temps, les personnes concernées ne veulent pas se formaliser et prennent à la légère piques et brimades. Puis, ces attaques se multiplient et la victime est régulièrement acculée, mise en état d'infériorité, soumise à des manœuvres hostiles et dégradantes pendant une longue période.

De toutes ces agressions, on ne meurt pas directement, mais on perd une partie de soi-même. On revient chaque soir, usé, humilié, abîmé. Il est difficile de s'en remettre.

Ce n'est pas la remarque blessante qui constitue le harcèlement, c'est la répétition des vexations, des humiliations, sans aucun effort pour les nuancer qui constitue le phénomène destructeur.

L'effet destructeur vient de la répétition d'agressions apparemment anodines mais continuelles, et dont on sait qu'elles ne s'arrêteront jamais. Il s'agit d'une agression à perpétuité.

Quand le harcèlement apparaît, c'est comme une machine qui se met en marche et qui peut tout broyer. Il s'agit d'un phénomène terrifiant parce qu'in-humain, sans états d'âme et sans pitié.

De petits actes pervers sont si quotidiens qu'ils paraissent la norme. Cela commence par un simple manque de respect, du mensonge ou de la manipulation. Nous ne trouvons pas cela insupportable que si nous sommes atteints directement. Puis, si le groupe social dans lequel ces conduites apparaissent ne réagit pas, cela se transforme progressivement en conduites perverses avérées qui ont des conséquences graves sur la santé psychologique des victimes. N'étant pas sûres d'être entendues, celles-ci se taisent et souffrent en silence.

Tous les détails, pris séparément, paraissent anodins, mais leur ensemble crée un processus destructeur. La victime est entraînée dans ce jeu mortifère...

Le propre des pervers est d'avancer masqué. Ils culpabilisent à outrance leur proie, ne supportent pas d'avoir tort, sont incapables de discussions ouvertes et constructives ; ils bafouent ouvertement leur victime, n'hésitant pas à la dénigrer, à l'insulter autant que possible sans témoins, sinon ils s'y prennent avec subtilité, par allusions, tout aussi destructrices, mais invisibles aux regards non avertis.

Comme les vampires, le Narcisse vide a besoin de se nourrir de la substance de l'autre. Quand il n'y a pas la vie, il faut tenter de se l'approprier ou, si c'est impossible, la détruire pour qu'il n'y ait de vie nulle part.

Les pervers narcissiques sont envahis par un autre dont ils ne peuvent se passer. Cet autre n'est même pas un double, qui aurait une existence, seulement un reflet d'eux-mêmes. D'où la sensation qu'ont les victimes d'être niées dans leur individualité. La victime n'est pas un individu autre, mais seulement un reflet.

Toute situation qui remettrait en question ce système de miroirs, masquant le vide, ne peut qu'entraîner une réaction en chaîne de fureur destructrice.

Les pervers se nourrissent de l'énergie de ceux qui subissent leur charme. Ils tentent de s'approprier le narcissisme gratifiant de l'autre en envahissant son territoire psychique.

Passant à côté d'eux-mêmes, ils essaient de détruire le bonheur qui passe près d'eux. Prisonniers de la rigidité de leurs défenses, ils tentent de détruire la liberté. Etant incapables d'aimer, ils essaient de détruire par cynisme la simplicité d'une relation naturelle.

Le moteur du noyau pervers, c'est l'envie, le but de l'appropriation. L'envie est un sentiment de convoitise, d'irritation haineuse à la vue du bonheur, des avantages d'autrui. Il s'agit d'une mentalité d'embée agressive qui se fonde sur la perception de ce que l'autre possède et dont on est dépourvu. Cette perception est subjective, elle peut même être délirante.

L'envie comporte deux pôles : l'égoïsme d'une part et la malveillance, avec l'envie de nuire à la personne enviée. Pour combler l'écart qui sépare l'envieux de l'objet de sa convoitise, il suffit d'humilier l'autre, de l'avilir.

Ils cassent tout enthousiasme autour d'eux, cherchent avant tout à démontrer que le monde est mauvais, que les autres sont mauvais, que le partenaire est mauvais. Par leur pessimisme, ils entraînent l'autre dans un registre dépressif pour, ensuite, le lui reprocher.

L'appropriation est la suite logique de l'envie. Le pervers narcissique met en doute les qualités, la compétence, la personnalité des autres : il critique sans en avoir l'air, dévalorise et juge.

Leur morale est, le plus souvent, celle de la loi du plus fort et du plus retors.

Ils n'ont du respect que pour les gens plus forts qu'eux, ayant plus de pouvoir et de richesse ou plus combatifs qu'eux.

Faire preuve d'humanité, de sensibilité est souvent vu par eux comme l'expression d'une forme de naïveté ou de sensiblerie qui n'a pas lieu d'être. Seuls les résultats comptent : "la fin justifie les moyens".

Le pervers narcissique n'éprouve aucun respect pour les autres. Le pervers narcissique est toujours, intérieurement, dans la peau d'un autre, il n'est jamais sincère, toujours menteur. Il peut aussi bien dire la vérité que mentir avec aplomb, d'une façon jusqu'au-boutiste (comme un « arracheur de dent »). Le plus souvent, il effectue de sensibles falsifications de la vérité, qu'on ne peut pas vraiment qualifier de mensonges, et encore moins de constructions délirantes. Mélanger le mensonge, la sincérité et la franchise – ce qui est, pour l'autre, très déstabilisant – fait partie de son jeu.

Souvent immensément orgueilleux, voire mégalomane, le pervers narcissique aime gagner, à tout prix, sans fin, et ne peut admettre, une seule fois, de perdre. Il est prêt à tout, même aux coups les plus retors, pour ne jamais perdre. Le pervers est comme un enfant gâté. S'il ne rencontre pas de résistance, il ira toujours plus loin.

Le pervers narcissique adore se valoriser, paraître plus qu'il n'est réellement. Toute atteinte à la haute image qu'il a de lui-même le rend très méchant, agressif.

Il a une très haute opinion de lui-même. Les autres sont pour lui quantités négligeables – ce sont des larbins, des domestiques...

Le pervers ressent une jouissance extrême, vitale, à voir l'autre souffrir, à le maintenir dans le doute, à l'asservir et à l'humilier.

Il prend le plus souvent ses victimes parmi des personnes pleines d'énergie et d'amour de la vie, pour les vampiriser et les « dévitaliser ». Il choisit de préférence des personnes honnêtes, sincères, gentilles, qui cherchent vraiment à consoler et à réparer, mais aussi naïves, sans trop d'esprit critique, voire fragiles, afin de les amener plus facilement et plus rapidement à accepter une relation de dépendance.

Le pervers narcissique se complait dans l'ambiguïté. Par ses messages paradoxaux, doubles, obscurs, il bloque la communication et place sa victime dans l'impossibilité de fournir des réponses appropriées, puisqu'elle ne peut comprendre la situation. Elle s'épuise à trouver des solutions qui seront par définition inadaptées et rejetées par le pervers dont elle va susciter les critiques et les reproches. Complètement déroutée, elle sombrera dans l'anxiété ou la dépression.

Le conflit n'est pas nommé mais il est agité quotidiennement par des attitudes de disqualification. En refusant de nommer le conflit, de discuter, l'agresseur empêche une discussion qui permettrait de trouver une solution. Dans le registre de la communication perverse, il faut empêcher l'autre de penser, de comprendre, de réagir.

Se soustraire au dialogue est une façon habile d'aggraver le conflit, tout en portant au crédit de l'autre. C'est une façon de dire, sans le dire avec des mots, que l'autre ne vous intéresse pas ou même qu'il n'existe pas. Comme rien n'est dit, tout peut être reproché. Quand la victime a une propension à se culpabiliser, c'est royal.

Pour enfoncer l'autre, on le ridiculise, l'humilie, le couvre de sarcasmes jusqu'à ce qu'il perde confiance en lui. On l'affuble d'un surnom ridicule, on se moque d'une infirmité ou d'une défaillance. On utilise aussi la calomnie, les mensonges, les sous-entendus malveillants. On s'arrange pour que la victime le sache sans qu'elle puisse pour autant s'en défendre.

Lorsque l'on a décidé de détruire psychologiquement un salarié, pour qu'il ne puisse pas se défendre, il faut d'abord isoler en cassant les alliances possibles. Par des insinuations ou des préférences affichées, on provoque des jalousies, on monte les gens les uns contre les autres, on sème la discorde. Le travail de déstabilisation est ainsi fait par des collègues envieux, et le véritable agresseur pourra dire qu'il n'y est pour rien.

Brimer consiste à confier à la victime des tâches inutiles ou dégradantes. C'est fixer des objectifs impossibles à tenir, obligeant à rester tard le soir, à revenir le week-end pour voir ce rapport urgent jeté à la poubelle.

Un moyen très habile de disqualifier quelqu'un consiste à le pousser à la faute pour pouvoir le critiquer ou le rabaisser, mais aussi pour qu'il ait une mauvaise image de lui-même.

Quand un individu pervers entre dans un groupe, il tend à rassembler autour de lui les membres du groupe les plus dociles qu'il séduit. Si un individu ne se laisse pas embrigader, il est rejeté par le groupe et désigné comme bouc émissaire.

Le but d'un individu pervers est d'accéder au pouvoir ou de s'y maintenir par n'importe quel moyen, ou bien encore de masquer sa propre incompetence. Pour cela il lui faut se débarrasser de quiconque constituerait un obstacle à son ascension ou serait trop lucide sur ses façons de faire. On ne se contente donc pas d'attaquer quelqu'un de fragilisé comme dans l'abus de pouvoir mais on crée la fragilité afin d'empêcher l'autre de se défendre.

La peur génère des conduites d'obéissance, voire de soumission, de la part de la personne ciblée, mais aussi des collègues qui laissent faire, qui ne veulent pas voir ce qui se passe autour d'eux. C'est le règne de l'individualisme, du chacun « soi ». L'entourage craint, s'il se montre solidaire, d'être stigmatisé. Il ne faut pas faire de vagues.

Lorsque la victime réagit et tente de se rebeller, la malveillance latente fait place à une hostilité déclarée. Commence alors la phase de destruction morale qui a été qualifiée de psychoterrorisme. Là, tous les moyens sont bons, y compris la violence physique, pour démolir la personne désignée. Cela peut la conduire à un anéantissement psychique ou au suicide.

Dans le fonctionnement pervers, il n'y a pas que la quête du pouvoir, il y a surtout une grande jouissance à utiliser l'autre comme un objet, comme une

marionnette. L'agresseur réduit l'autre à une position d'impuissance pour ensuite le détruire en toute impunité.

La séduction consiste à attirer irrésistiblement mais aussi à corrompre et suborner. La séduction perverse se fait en utilisant les instincts protecteurs de l'autre. Cette séduction est narcissique il s'agit de chercher dans l'autre l'unique objet de sa fascination, à savoir l'image aimable de soi.

L'emprise c'est la domination intellectuelle ou morale dans une relation de domination. Le pouvoir entraîne l'autre à suivre par la dépendance, c'est-à-dire acquiescement et adhésion.

Parce qu'elle neutralise le désir d'autrui et qu'elle abolit toute sa spécificité ; l'emprise comporte une indéniable composante destructrice. Petit à petit, la victime voit sa résistance et ses possibilités d'opposition grignotées. Elle perd toute possibilité de critique. Empêchée d'agir, elle est rendue complice de ce qui l'opprime. Cela ne constitue en aucun cas un consentement elle est chosifiée ; elle ne peut plus avoir de pensée propre, elle doit penser comme son agresseur. Elle n'est plus autre à part entière, elle n'est plus un alter ego. Elle subit sans consentir, voire sans participer.

Très souvent, le pervers ne fait pas l'effort d'articuler ou bien grommelle quelque chose quand l'autre est dans une autre pièce. Cela met l'autre dans l'obligation de se déplacer pour entendre ou bien d'être en position de demandeur en faisant répéter. Il est facile ensuite de lui faire remarquer qu'il n'écoute pas. Le message d'un pervers est délibérément flou et imprécis, entretenant la confusion. Offrant des propos sans lien logique, il entretient la coexistence de différents discours contradictoires.

Plus souvent qu'un mensonge direct, le pervers utilise d'abord un assemblage de sous-entendus, de non-dits, destiné à créer un malentendu pour ensuite l'exploiter à son avantage. Il s'agit d'avoir le dessus dans l'échange verbal. Un procédé trop direct amènerait le partenaire à dénoncer l'autoritarisme de l'agresseur. Au contraire, des techniques indirectes le déstabilisent et l'amènent à douter de la réalité de ce qui vient de se passer.

Pour déstabiliser l'autre, il suffit de manier le sarcasme, la dérision, le mépris, de se moquer, ridiculiser, dénigrer, déstabiliser, disqualifier, diviser pour mieux régner, imposer son pouvoir...

Par un phénomène de projection, la haine de l'agresseur est à la mesure de la haine qu'il imagine que sa victime lui porte. Il la voit comme un monstre destructeur, violent, néfaste. Cette haine projetée sur l'autre, est pour le pervers narcissique un moyen de se protéger de troubles qui pourraient être plus grands, du registre de la psychose.

Les pervers narcissiques sont considérés comme des psychotiques sans symptômes, qui trouvent leur équilibre en déchargeant sur un autre la douleur qu'ils ne ressentent pas. Ce transfert de douleur leur permet de se valoriser aux dépens d'autrui.

Un narcissiste est une coque vide qui n'a pas d'existence propre ; c'est un « pseudo » qui cherche à faire illusion pour masquer son vide. C'est quelqu'un qui n'a jamais été reconnu comme un être humain et qui a été obligé de se construire un jeu de miroirs pour se donner l'illusion d'exister.

L'imagination humaine est sans limites quand il s'agit de tuer chez l'autre la bonne image qu'il a de lui-même ; on masque ainsi ses propres faiblesses et on se met en position de supériorité.

La multiplication actuelle des actes de perversité dans les familles et dans les entreprises est un indicateur de l'individualisme qui domine dans notre société. Dans un système qui fonctionne sur la loi du plus fort, du plus malin, les pervers sont rois.

Il suffit d'un ou de plusieurs individus pervers dans un groupe, dans une entreprise ou dans un gouvernement pour que le système tout entier devienne pervers. Si cette perversion n'est pas dénoncée, elle se répand de façon souterraine par l'intimidation, la peur, la manipulation. En effet, pour ligoter psychologiquement quelqu'un, il suffit de l'entraîner dans des mensonges ou des compromissions qui le rendront complice du fonctionnement de la mafia ou des régimes totalitaires. Que ce soit dans les familles, les entreprises ou les États, les pervers narcissiques s'arrangent pour porter au crédit des autres le désastre qu'ils déclenchent, afin de se poser en sauveurs et de prendre ainsi le pouvoir. Il leur suffit ensuite de ne pas s'embarrasser de scrupules pour s'y maintenir. L'histoire nous a montré de ces hommes qui refusent de reconnaître leurs erreurs, n'assument pas leurs responsabilités, manient la falsification et manipulent la réalité afin de gommer les traces de leurs méfaits.