

**Bernadette Lemoine
Inès Pélissié du Rausas**

Personnalités toxiques

**Faire face, prévenir, éduquer
Quelle espérance ?**

EdB

INTRODUCTION

La perversion narcissique tient la vedette aujourd'hui parmi les pathologies existantes. De nombreux livres en ont déjà parlé ! Dès que quelqu'un a un caractère vraiment difficile, il est aussitôt qualifié de « pervers narcissique »... alors qu'il existe bien d'autres pathologies, bien d'autres comportements difficiles qui ne sont pas pathologiques. Tout le monde connaît ce terme, mais on l'emploie souvent à tort et à travers.

Comment se fait-il pourtant que tant de victimes mettent des années avant de comprendre ce qui leur arrive ? Comment se fait-il que leur entourage se laisse si facilement bernier, au point qu'elles se retrouvent seules et sans aide ?

Ce genre de pathologies est difficile à détecter. Mais que de ravages constatés dans les familles, les associations, les écoles, les communautés... Par « personnalités toxiques », on entend une grande variété de personnes ayant des comportements blessants, en raison d'une absence d'éducation, ou d'une éducation mal ajustée, par le développement d'une psychopathologie, ou à la suite d'événements traumatiques. Nous prendrons comme exemple la perversion narcissique particulièrement blessante. Elle est encore trop mal connue, car difficilement décelable, ou, dans d'autres cas, dénoncée systématiquement, mais à tort.

Ce livre veut aider à faire face à cette pathologie destructrice ; beaucoup de personnes devenues toxiques auraient pu ne pas le devenir ; beaucoup de personnes devenues victimes auraient pu mener une vie plus normale, plus heureuse et plus épanouissante. Or, une certaine prévention est possible, qui atténuerait la prolifération des relations toxiques. Elles sont presque toujours le fait d'une immaturité affective totale ou presque. Une éducation bien ajustée doit permettre une croissance harmonieuse de l'enfant, pour qu'il devienne un adulte respectueux des autres et de lui-même.

Ce livre donne un coup de projecteur qui éclairera bien des personnes vivant des situations apparemment incompréhensibles. Il pourra aider dans leur discernement les prêtres et accompagnateurs spirituels, les psychologues et éducateurs qui ne se doutent pas toujours de ce qui se passe derrière les quelques faits évoqués par une victime, ou qui sont abusés par un bourreau... qui se fait passer pour une victime. Il s'adresse aussi aux familles, dans un but de prévention, par l'éducation, autant que de protection.

Nous touchons là au problème du mal. Nous nous sentons atteints et démunis devant ce mal. Certes, nous sommes désarmés devant ce qui reste un mystère et qui ne peut s'expliquer. Nous ne pouvons lui donner qu'une seule réponse : la compassion, l'amour, le pardon. « On n'explique pas le mal par une équation ! On y répond par une effusion d'amour¹. »

... Et nous recueillerons des fruits de joie et d'espérance.

1. Père Matthieu Dauchez, aleteia.org/.../video-le-secret-de-la-joie-par-les-enfants-des-rues-de-manille.

I

VICTIMES ET BOURREAUX, UNE PREMIÈRE APPROCHE

Où trouve-t-on les victimes ?

On les trouve dans les familles : au sein du couple (un des conjoints persécute l'autre ; rarement, mais parfois, les deux se victimisent mutuellement). Dans ces couples, l'un des conjoints est en grande souffrance et la vie familiale retentit durement sur les enfants. Quand l'un des parents agit en bourreau vis-à-vis de son conjoint, cela est dommageable pour celui-ci, pour les enfants ; souvent, un ou plusieurs enfants en font les frais, ce qui divise la fratrie.

On les trouve également dans l'enseignement : certains membres du corps professoral, depuis la maternelle jusque dans l'enseignement supérieur, peuvent s'attaquer à un ou plusieurs de leurs élèves. Nous voyons des enfants qui, après un changement d'enseignant, perdent leur joie de vivre, le sommeil et l'appétit en même temps que leurs résultats s'effondrent, alors qu'ils étaient, pour bon nombre d'entre eux, d'excellents élèves. Il n'est pas rare non plus que, parmi

les élèves, un ou plusieurs d'entre eux soit harcelé, victimisé par un ou plusieurs de ses camarades.

Dans le monde de l'entreprise, le même phénomène peut être observé. Nous voyons de bons exécutants harcelés par un collègue de travail s'effondrer et devenir incapables de bien travailler, d'atteindre leurs objectifs : ils n'ont plus confiance en eux, ont peur de rater et ratent ! Ils dépriment et cela peut aller jusqu'au *burn out*. Même constatation au sein des associations et communautés qui souffrent alors de divisions parfois désastreuses et que les victimes quittent gravement blessées. Dans un groupe, le pervers peut insensiblement devenir un gourou et, dans le pire des cas, le groupe devenir une secte, sans que personne ne bronche.

Nombreux sont les lieux où existe le risque d'être blessé, cassé injustement, sans que l'entourage s'en doute. Au sein d'un groupe, les uns sont pour le persécuteur, les autres, contre. La division est semée et entraîne la ruine du groupe. Par ailleurs, la personne persécutée ne sait plus où elle en est ; elle est comme « fragmentée ».

Qui devient victime ?

Les victimes sont le plus souvent des personnes généreuses, gentilles, altruistes, pleines d'empathie, conciliantes et confiantes dans les autres. On les trouve le plus fréquemment dans les professions reposant sur la relation d'aide : médecins, psychologues, éducateurs, infirmières. La victime potentielle a, par ailleurs, une forte capacité à supporter les injustices qu'elle subit, et culpabilise facilement ; on peut d'autant mieux la déstabiliser. Son estime de soi est souvent insuffisante. À cette bonté innée, peuvent s'ajouter une certaine naïveté, un manque de confiance en soi et, le plus souvent, une difficulté plus ou moins forte à vivre la solitude. Toute personne lui manifestant de l'intérêt lui apparaît comme une personne attirante qui lui permettrait

d'échapper à sa solitude. Inconsciemment, le futur bourreau sent la faille, la blessure d'enfance ou la vulnérabilité chez la personne dont il va faire sa victime. La générosité naturelle de certaines victimes les pousse (consciemment ou non) dans une mission réparatrice, un rôle de sauveur... Elles cherchent à réparer les blessures d'enfance de leur bourreau, espérant, mais en vain, qu'il finira par changer grâce à l'amour qu'elles leur donnent.

Comment devient-on victime ?

Voici un exemple entre mille...

Clara a rencontré Hervé et s'est attachée à lui ; il a beaucoup de qualités, une aisance enviable et s'intéresse vraiment à elle qui est généreuse, aimante, mais, il est vrai, peu sûre d'elle. Bien qu'elle soit séduite par Hervé, ses qualités et son assurance, il arrive, au bout d'un certain temps, que Clara remarque et souffre quelque peu de tout petits manques de délicatesse ou de gentillesse d'Hervé, voire de respect ; et ceci vis à vis des autres comme vis-à-vis d'elle-même ; peu fréquemment au début de leur relation, puis de plus en plus souvent. « Personne n'est parfait ! » se dit-elle. C'est donc à elle de prendre en compte les souffrances qu'Hervé dit avoir vécues dans son enfance et qui sont la cause de ses indécidesses. Patience et amour seront le remède à ses blessures. Que ne ferait-on pas pour celui que l'on aime ! Mais Clara ne peut encore se rendre compte qu'elle est devant un gouffre impossible à combler. Patience et amour se déploieront inlassablement de sa part, mais plus elle donne, moins elle reçoit. Elle finira par se reprocher de n'avoir pas su aimer et sauver celui qui la détruira sans regret.

Le futur persécuteur sait se montrer généreux et aimant pour mieux établir son emprise. Nous le verrons plus loin, les failles existant dans l'affectivité d'une personne permettent au futur bourreau de s'attacher sa victime pour mieux la détruire ensuite. Ces failles sont réparables. Une bonne éducation est le meilleur moyen de prévention. Faute de quoi, certaines personnes risquent d'avoir à supporter plusieurs fois dans leur vie des attaques de pervers : à l'école, au travail, en couple.

Que se passe-t-il ensuite ?

La victime, une fois séduite, se retrouve sous emprise. Sa vie bascule souvent d'un seul coup, surtout si un contrat (mariage, CDI...) l'a liée à son futur persécuteur. Généralement, les victimes font alors tout ce qu'elles peuvent pour satisfaire celui-ci. Elles tentent d'établir une meilleure communication et ne comprennent pas leur échec. Elles s'en croient responsables et se déprécient de plus en plus sous les coups de la persécution et de la culpabilisation subies. Elles ne voient pas qu'elles sont prises dans un piège. Elles servent de boucs émissaires et elles n'auront jamais raison.

Pouvez-vous décrire les moyens employés pour isoler la victime ?

Ils sont simples, efficaces et dissuasifs :

– Une jeune femme très isolée en pleine campagne avait l'intention d'aller passer un moment avec une de ses sœurs à la ville voisine. Au moment de partir, elle n'a pu faire démarrer sa voiture. Et pour cause : le « doigt de Delco » avait été enlevé, empêchant le moteur de tourner.