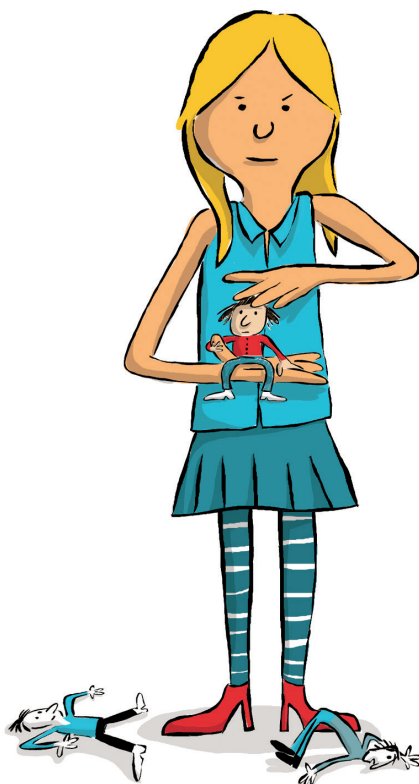


Éric Bénévaut

Perverses narcissiques

La manipulation au féminin



Comprendre & Agir

EYROLLES



« Elle m'a frappé avec le fer à repasser », « Pour gérer nos comptes elle m'a pris ma carte, mon chéquier et ne me donnait qu'un peu d'argent de poche », « Elle m'obligeait à dormir dans le cagibi, ma famille et mes amis ne soupçonnaient rien »...

Si la violence commise à l'égard des femmes est médiatisée, les maltraitances subies par les hommes sont tues. En France le sujet est tabou, comme s'il démentait les abus endurés par les femmes et brisait l'archétype de l'homme fort. Pourtant, le tabou n'efface pas la réalité : plusieurs milliers d'hommes se déclarent victimes de violences conjugales chaque année.

Ce livre met en lumière la perversion dont font preuve certaines femmes et la façon dont le piège se referme quand la conjointe passe de « femme de caractère » à véritable tyran : cela commence par du dénigrement, des insultes, des humiliations répétées ... Se poursuit par des détournements financiers, des chantages de toutes sortes y compris le chantage aux enfants ... Pour enfin aboutir à des violences physiques.

Témoignages à l'appui, le livre relate la perte d'estime de soi, la honte, la culpabilité que ressentent les hommes victimes de perverses narcissiques et les schémas de manipulation dont elles usent. Enfin, il propose aux hommes en souffrance des pistes pratiques pour sortir du piège et reconstruire leur vie.

Éric Bénévaut est psychanalyste.

Perverses narcissiques

La manipulation au féminin

Groupe Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05
www.editions-eyrolles.com

Avec la collaboration de Nolwenn Tréhondart

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Groupe Eyrolles, 2017
ISBN : 978-2-212-56650-5

Éric Bénévaut

Perverses narcissiques

La manipulation au féminin

EYROLLES

The logo for EYROLLES features the word "EYROLLES" in a bold, sans-serif font. Below the text is a horizontal line with a small grey circle centered underneath it.

Sommaire

Introduction	1
--------------------	---

PREMIÈRE PARTIE

Typologie de la violence

Chapitre 1 – Au commencement...	13
La phase de séduction	13
Les premières manifestations de colère	16
Le cycle de la maltraitance.....	17
Chapitre 2 – Vexations et humiliations	21
Attaquer la virilité	22
Mise en scène.....	26
Abandon inexplicable	28
Attaques et spoliations.....	30
Chapitre 3 – Le foyer, lieu de tous les chantages	35
Pressions	36
Paternité forcée.....	37
Une justice partielle.....	39

Chapitre 4 – Contrôles et assignations	45
Sur la brèche	45
Je me contrôle pour mieux te contrôler	47
Chapitre 5 – Dominer à défaut d'aimer	55
Crises de rage	55
Jouissance morbide	57
Complicités de circonstance	58
Stratégies de domination	59

DEUXIÈME PARTIE

**Formes extrêmes
de la violence**

Chapitre 6 – Manipulation affective et emprise psychologique	69
Récit d'une emprise psychologique	70
Êtes-vous sous emprise?	76
Chapitre 7 – Hommes battus	79
Un tabou de société	79
Cycle de la violence	81
Rituels	84
Détruire l'âme	85
Chapitre 8 – Transgression des tabous : les violences maternelles	87
Maltraitance envers les enfants	87
Mères tueuses	90
Inceste féminin	94

SOMMAIRE

TROISIÈME PARTIE

Les origines de la violence

Chapitre 9 – Les empreintes familiales	103
Le rôle des mères dénigrantes	104
Les pères défailants	106
Les pères incestueux	109
Chapitre 10 – La princesse et la funambule	113
La princesse	114
La funambule	117
Chapitre 11 – L’ogresse ou la bonne mère inversée	123
« Manger » ses enfants	123
Jeu de complicités	124
La relation thérapeutique au prisme de la perversité	127
Rivalités et trophées	129
Chapitre 12 – Hommes sensibles, hommes blessés	133
Hommes sensibles : une proie idéale ?	134
L’enfant inopportun	134
Rémanences	140
Automatismes	143
Sois ce que je dis	144

QUATRIÈME PARTIE

S’en sortir

Chapitre 13 – L’enlèvement dans la relation	151
S’en sortir du côté des femmes ?	151
Du côté des hommes	158

Chapitre 14 – Sortir de la honte	167
La tendance à l’essentialisation	167
Le rôle de l’école	169
Le poids de la honte	170
Ester en justice, une entreprise risquée	173
Chapitre 15 – Ouvrir grand les portes	177
Sortir du silence	178
Renouer avec sa famille.....	179
Préparer son départ.....	180
Exercer son droit devant les tribunaux.....	182
L’après : renouer avec soi-même.....	183
Conclusion.....	187
Bibliographie.....	191

Introduction

*« Le monde est dangereux à vivre !
Non pas tant à cause de ceux qui font le mal,
mais à cause de ceux qui regardent et laissent faire. »*

Albert Einstein

En France, un homme décède toutes les deux semaines sous les coups de sa compagne¹. Il y a aussi ceux qui, au quotidien, sont humiliés, violentés, martyrisés par leur femme. Brisés par la honte, victimes de nombreux préjugés, il leur est souvent difficile d'admettre qu'ils font l'objet de maltraitances.

Devant la multiplication des situations de violence féminine à l'encontre des hommes, il est urgent que notre société prenne conscience de ce sujet encore tabou à bien des égards et largement occulté par les médias. Ce livre aimerait provoquer une prise de conscience, participer d'une dynamique de changement et libérer la parole au-delà des apparences et des idées reçues.

1. Et, à ma connaissance, ce chiffre ne tient pas compte des hommes qui mettent « volontairement » fin à leurs jours, du fait de l'énorme pression psychique qu'ils subissent de la part de leur compagne.

La maltraitance

Définition

Depuis peu, la formulation « perverse narcissique » est devenue très courante en France. Celle-ci relie de manière paradoxale les termes « perversion » et « narcissique » : si le narcissisme évoque la santé psychique et l'estime naturelle de soi, la perversion décrit la volonté malade de nuire à l'autre, de s'en servir et d'en jouir. En accolant ces deux termes, il ne s'agit pourtant pas de créer une catégorie psychopathologique, mais, plus simplement, de montrer comment une trop grande considération pour soi-même au détriment de l'autre, alliée à des traits pervers, peut conduire à des actes dits de « maltraitance ».

Apparue récemment dans la langue française (en 1987 selon le dictionnaire *Le Robert*), la maltraitance désigne initialement les mauvais traitements infligés aux enfants. Le terme est issu du verbe « maltraiter », provenant lui-même du latin *tractare* utilisé dans la langue poétique et signifiant « traîner violemment, mener difficilement ». Dans le langage courant, il a le sens de « toucher souvent », puis de « caresser, prendre soin de ». Le verbe « maltraiter » serait apparu vers 1550 pour signifier « traiter durement », puis « traiter avec violence ». À l'époque classique, il prend le sens de « mal nourrir quelqu'un ». La violence et l'abus physique et moral sont des formes de maltraitance¹.

1. Lire à ce sujet : « Maltraitements », *Actualité et dossier en santé publique* (revue trimestrielle du Haut Conseil de la santé publique, France, n° 31, juin 2000).

Universalité

Beaucoup croient (à tort) qu'il existe des cibles naturelles pour la maltraitance : les enfants¹, les femmes et les personnes âgées présenteraient les caractéristiques d'une faiblesse plus ou moins marquée et avérée. Lorsque l'on saisit le mot « maltraitance » sur la Toile, les premiers résultats dévoilent des photos d'enfants battus² ou un lien renvoyant vers le site de l'OMS³ consacré aux violences faites aux personnes âgées. Comment une victime pourrait-elle se transformer en bourreau ?

Face à la complexité du sujet, il faut pourtant éviter de réfléchir de façon manichéenne : la maltraitance est universelle, elle siège dans toutes les couches de la société et se rencontre sur le lieu de travail, à la salle de sport, en famille, entre amis... Si les violences faites aux

-
1. Rappelons-nous seulement la terrifiante affaire d'Outreau, de tous ces méandres et revirements qui ont tant nuit à l'instruction judiciaire et surtout de la place négligeable faite aux victimes (les enfants) dans le traitement de l'information, ce qui a constitué une maltraitance supplémentaire à leur égard. L'affaire dite d'Outreau est une affaire pénale d'abus sexuels sur mineurs qui a donné lieu à un procès devant la cour d'assises de Saint-Omer (département du Pas-de-Calais) au printemps 2004, puis à un procès devant la cour d'appel de Paris à l'automne 2005. Quatre personnes ont été jugées coupables et sept ont été acquittées. Douze enfants ont été reconnus victimes de viols, d'agressions sexuelles et de corruption de mineurs.
 2. Selon l'association L'Enfant bleu, basée à Toulouse, il existe aujourd'hui en France 98 000 cas connus d'enfants en danger, c'est-à-dire 10 % de plus qu'il y a dix ans : 19 000 sont victimes de maltraitance, 79 000 se trouvent dans des situations à risque. Près de la moitié a moins de 6 ans.
 3. OMS : Organisation mondiale de la santé. L'OMS est une instance de l'Organisation des Nations unies (ONU) dédiée à la santé publique. Elle a été créée en 1948. Source OMS, chiffres de décembre 2014. Selon le site français de l'OMS, 4 à 6 % des personnes interrogées font état d'actes de maltraitance à leur endroit (*sans que soient précisés le nombre de personnes consultées, leur qualité, ni la tranche d'âge concernée*).

femmes sont une effroyable réalité, elles ne doivent pas masquer le fait que certaines femmes aussi peuvent se révéler brutales. Contrairement à ce que l'on a l'habitude d'entendre, ces faits ne sont pas rares et ne dépendent pas des revenus ou du niveau d'éducation. On rapporte des cas assez nombreux où des compagnes mises en cause sont issues d'une catégorie socioprofessionnelle inférieure à celle de leur conjoint.

Les violences féminines : un tabou

Stéréotypes

Prendre conscience de la réalité des violences féminines peut déranger : ne sommes-nous pas désemparés lorsque nous apprenons qu'une mère a pu battre ou tuer ses enfants ? Ces agissements remettent en cause notre vision tronquée et idéalisée de la mère douce et dévouée. Nous naissons tous d'une mère et c'est peut-être pour cela qu'il nous est si douloureux d'envisager ou seulement d'imaginer que cette figure aimée et aimante puisse adopter un comportement violent. Nous pouvons nous sentir indirectement en danger et cette peur nous pousse à nier la réalité. Nous refusons l'évidence pour ne pas nous confronter à l'éventualité de notre propre malheur et préférons convoquer la folie pour expliquer les incestes ou les infanticides commis par des femmes. Si ce voile permet de cacher l'horreur, il élude, sous une pensée dogmatique faussement rassurante, la réalité même de la perversion féminine.

Il est encore plus difficile d'admettre que des hommes puissent être dominés mentalement et physiquement par des femmes, voire

maltraités et cognés par leur conjointe. Cette opinion tenace découle d'une vision phallocratique qui imprègne la société mais s'appuie aussi sur une idéologie réactionnaire selon laquelle les femmes seraient forcément et, à tout jamais, les victimes des hommes.

Les hommes restent encore trop souvent réduits à leur masse musculaire, à l'hormone de la testostérone présentée comme « l'hormone de l'agressivité ». Ils semblent rangés, une fois pour toutes, dans la catégorie des agresseurs. À cette vision simpliste s'oppose spontanément l'image d'Épinal de la femme douce et aimante. Cette icône manichéenne, inspirée de la Sainte Vierge, influence plus qu'on ne le croit la conception sociétale des rapports hommes-femmes. À la simple évocation que, parmi elles, certaines puissent être maltraitantes, beaucoup de femmes réagissent à fleur de peau, et rappellent les expériences traumatisantes que des générations d'épouses, de compagnes et de filles ont vécu du fait des agressions masculines. Pour autant, évacuer arbitrairement du débat public la question de la maltraitance au féminin ne sert pas la cause des femmes battues.

À cela s'ajoute le constat que des institutions réputées égalitaires et émancipatrices, telles que l'école, sont de véritables « fabriques à garçons » : au lieu d'encourager les différences des uns et des autres, elles enferment les élèves dans des jeux de rôle simplistes et arasent leur singularité. Trop souvent, les « méthodes » d'enseignement produisent sur les garçons un « effet de clan » qui les assujettit, même si une grande majorité d'entre eux n'y adhèrent pas forcément. Ce modelage social marque l'entrée dans un statut d'« homme » qui emprisonne durablement les mentalités.

Quand les langues se délient

Heureusement, dans les cabinets de psychanalyse, les langues se délient peu à peu. Victor, humilié et séquestré par son épouse; Damien, manipulé par une prétendue thérapeute; Romain, agressé sexuellement par sa conjointe et torturé psychologiquement... Ces hommes au bord du gouffre se sont confiés à moi, quelquefois après de longues années silencieuses de chaos et d'humiliations. Certaines femmes maltraitantes que j'ai reçues en séance ont pu prendre conscience progressivement de la dérive qui les entraînait à manifester toujours plus de violence envers leur conjoint et leurs enfants. Car, dans ces familles, la violence conjugale n'épargne pas les enfants qui sont souvent aux premières loges pour assister à la dégradation de leur père ou de leur beau-père. Victimes à part entière, ils sont pris en otages entre des scènes insoutenables et l'amour qu'ils portent à leur mère.

Au quotidien, mon expérience me montre que les hommes sont de plus en plus nombreux à oser se confier et à exprimer leur crainte. Je me suis appuyé sur la particularité de leurs histoires personnelles et familiales pour présenter dans ce livre un panorama aussi nuancé que possible des manifestations de la violence. Les relations humaines ne peuvent être figées dans un tableau clinique : celles-ci sont évolutives, dynamiques et échappent à la fatalité. Même les plus atroces méritent d'être pensées et présentées avec nuance et subtilité.

Les femmes violentes et les hommes violentés vivent une histoire commune dont les interactions sont si complexes qu'il est difficile de parler de hasard dans ces rencontres. Dans son témoignage, Germain indique que Djamila se comporte comme si « elle sentait

que ça le ferait avec lui». Certaines femmes aussi jouent une partie d'échecs avec de nombreux coups d'avance sur leur victime. Les hommes visés sont, quant à eux, souvent des individus sensibles, gentils et doux qui cherchent à construire une relation harmonieuse et durable.

Les histoires au cœur de cet ouvrage m'ont été en grande partie relatées par mes patients. Je me suis aussi inspiré de récits rapportés par mes confrères et consœurs. Tous s'appuient sur des témoignages courageux d'hommes meurtris en reconstruction, mais aussi parfois de femmes atteintes de perversion. J'ai aussi utilisé l'actualité judiciaire de ces dernières années pour décrire la polymorphie des violences féminines. Je regrette seulement que si peu de femmes aient osé apporter leur contribution en acceptant d'évoquer sincèrement la violence qui les empoisonne. À leur décharge, je voudrais rappeler les barrières psychologiques, politiques, culturelles et idéologiques qui les empêchent encore de s'affranchir par la parole.

Aujourd'hui, la société semble prendre timidement la mesure des violences féminines. Si les grands médias généralistes sont encore réticents, des livres abordent ces questions avec honnêteté, sans démagogie ni manichéisme¹. Cet ouvrage apporte une pierre à leur édifice avec comme ambition de participer à une avancée sociétale. Il se veut, très modestement, un pavé sur le chemin qui conduit à une société plus harmonieuse, paisible et égalitaire.

1. Sophie Torrent, *L'homme battu : un tabou au cœur du tabou*, Option Santé, 2003 ; Liliane Daligand, *La violence féminine*, Albin Michel, 2015 ; Maxime Gaget, *Ma compagne, mon bourreau*, Michalon, 2015.

Également dans la collection « Comprendre et agir » :

Brigitte Allain Dupré, *Guérir de sa mère*

Juliette Allais,

Décrypter ses rêves

Guérir de sa famille

Amour et sens de nos rencontres

Au cœur des secrets de famille

Juliette Allais, Didier Goutman, *Trouver sa place au travail*

Bénédicte Ann, *Arrêtez de vous saboter*

Dr Martin M. Antony, Dr Richard P. Swinson *Timide ? Ne laissez plus la peur des autres vous gâcher la vie*

Laurence Arpi, *Mon corps a des choses à me dire*

Lisbeth von Benedek,

La Crise du milieu de vie

Frères et sœurs pour la vie

Valérie Bergère, *Moi ? Susceptible ? Jamais !*

Marcel Bernier, Marie-Hélène Simard, *La Rupture amoureuse*

Gérard Bonnet, *La Tyrannie du paraître*

Jean-Charles Bouchoux, *Les Pervers narcissiques*

Sophie Cadalen, *Aimer sans mode d'emploi*

Cécile Chavel, *Le Pouvoir d'être soi*

Marie-Joseph Chalvin, *L'Estime de soi*

Patrick Collignon,

Heureux si je veux !

Enfin libre d'être moi

Claire-Lucie Cziffra, *Les Relations perverses*

Michèle Declerck, *Le Malade malgré lui*

Karine Danan, *S'aimer sans se disputer*
Flore Delapalme, *Le Sentiment de vide intérieur*
Ann Demarais, Valérie White, *C'est la première impression qui compte*
Marie-Estelle Dupont, *Découvrez vos superpouvoirs chez le psy*
Alain Durel, *Cultiver la joie*
Sandrine Dury, *Filles de nos mères, mères de nos filles*
Micki Fine, *Aime-moi comme je suis*
Jean-Michel Fourcade, *Les Personnalités limites*
Laurie Hawkes,
 La Peur de l'Autre
 La Force des introvertis
Steven C. Hayes, Spencer Smith, *Penser moins pour être heureux*
Jacques Hillion, Ifan Elix, *Passer à l'action*
Mary C. Lamia, Marilyn J. Krieger, *Le Syndrome du sauveur*
Lubomir Lamy,
 L'amour ne doit rien au hasard
 Pourquoi les hommes ne comprennent rien aux femmes...
Jean-Claude Maes,
 L'Infidélité
 D'amour en esclavage
Virginie Megglé,
 Les Séparations douloureuses
 Face à l'anorexie
 Entre mère et fils
Bénédicte Nadaud, Karine Zagaroli, *Surmonter ses complexes*
Ron et Pat Potter-Efron, *Que dit votre colère ?*
Patrick-Ange Raoult, *Guérir de ses blessures adolescentes*

Daniel Ravon, *Apprivoiser ses émotions*

Thierry Rousseau, *Communiquer avec un proche Alzheimer*

Alain Samson,

La chance tu provoqueras

Développer sa résilience

Steven Stosny Ph. D., *Les Blessées de l'amour*

**Dans la collection « Les chemins de l'inconscient »,
dirigée par Saverio Tomasella :**

Véronique Berger, *Les Dépendances affectives*

Christine Hardy, Laurence Schiffrine, Saverio Tomasella, *Habiter son corps*

Barbara Ann Hubert, Saverio Tomasella, *L'Emprise affective*

Martine Mingant, *Vivre pleinement l'instant*

Gilles Pho, Saverio Tomasella, *Vivre en relation*

Catherine Podguszer, Saverio Tomasella, *Personne n'est parfait !*

Saverio Tomasella,

Faire la paix avec soi-même

Le Sentiment d'abandon

Les Amours impossibles

Hypersensibles

Renaître après un traumatisme

Les Relations fusionnelles

**Dans la collection « Communication consciente »,
dirigée par Christophe Carré :**

Christophe Carré,

Obtenir sans punir, Les secrets de la manipulation positive avec les enfants

L'Auto-manipulation, Comment ne plus faire soi-même son propre malheur

Manuel de manipulation à l'usage des gentils
Agir pour ne plus subir, Délogez la victime qui sommeille en vous
Bienveillant avec soi-même, Pouvoir compter sur soi

Fabien Éon, *J'ai décidé de faire confiance*

Florent Fusier, *L'Art de maîtriser sa vie*

Hervé Magnin, *Face aux gens de mauvaise foi*

Emmanuel Portanéry, Nathalie Dedebant, Jean-Louis Muller,
Catherine Tournier, *Transformez votre colère en énergie positive !*

Pierre Raynaud, *Arrêter de se faire des films*

Dans la collection «Histoires de divan» :

Karine Danan, *Je ne sais pas dire non*

Laurie Hawkes, *Une danse borderline*

Dans la collection «Les chemins spirituels» :

Alain Héril, *Le Sourire intérieur*

Lorne Ladner, *Pratique du bouddhisme tibétain*