

Addiction et dépendance affective

Critères de l'addiction et de la dépendance affective chez la victime de manipulateur pervers narcissique

Dépendance de la victime d'un manipulateur à une illusion, un fantasme...

Ces critères ont été élaborés par Goodman dans les années 1990 pour théoriser les pratiques sexuelles addictives. Ils sont applicables à toutes les **addictions comportementales** ou non et donc à la **dépendance affective** que l'on retrouve chez les **victimes de manipulateurs pervers narcissiques**.

L'**addiction**, définie par Goodman dans le tableau présenté ci-dessous est intégrée dans le « DSM-IV » (*Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*). Il présente un ensemble de conditions favorables selon lesquelles un comportement susceptible de **donner du plaisir et de soulager des affects pénibles** est utilisé d'une manière qui donne lieu à deux symptômes clés :

-
1. **Échec répété** de contrôler ce comportement
 2. **Poursuite de ce comportement** malgré ses conséquences négatives.

Critères de l'addiction selon GOODMAN

- A. Impossibilité de résister aux impulsions à réaliser ce type de comportement.
- B. Sensation croissante de tension précédant immédiatement le début du comportement.
- C. Plaisir ou soulagement pendant sa durée.
- D. Sensation de perte de contrôle pendant le comportement.
- E. Présence d'au moins cinq des neuf critères suivants :
 1. Préoccupation fréquente au sujet du comportement ou de sa préparation.
 2. Intensité et durée des épisodes plus importantes que souhaitées à l'origine.
 3. Tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement.
 4. Temps important consacré à préparer les épisodes, à les entreprendre ou à s'en remettre.
 5. Survenue fréquente des épisodes lorsque le sujet doit accomplir des obligations professionnelles, scolaires ou universitaires, familiale ou sociales.
 6. Activités sociales, professionnelles ou récréatives majeures sacrifiées du fait du comportement.
 7. Perpétuation du comportement, bien que le sujet sache qu'il cause ou aggrave un problème persistant ou récurrent d'ordre social, financier, psychologique ou psychique.
 8. Tolérance marquée: besoin d'augmenter l'intensité ou la fréquence pour obtenir l'effet désiré, ou diminution de l'effet procuré par un comportement de même intensité.
 9. Agitation ou irritabilité en cas d'impossibilité de s'adonner au comportement.

Le terme d'**addiction**, vieux terme juridique français signifiant « *contrainte par corps* » est utilisé par les auteurs anglo-saxons à partir des années 1950 pour caractériser les **dépendances**.

L'**addiction**, envisagée en termes de psychologie du comportement, est liée à un **conditionnement** opérant : les **sentiments d'incompétence** ou de **manque** poussent à la recherche de gratifications à court terme et prévisibles par l'élément ou **comportement addictif**.

Ces deux sentiments, « *incompétence* » ou **manque de confiance en soi**, peur de l'échec, et « *manque* », **peur de l'abandon** sont les **failles principales d'une personne qui pourra sombrer dans l'emprise d'un(e) manipulateur(trice) pervers(e)**.

L'exaltation dégagée par la rencontre avec celui qui saura revêtir à la perfection le masque de l'attente qu'à la victime, projette celle-ci dans un tourbillon d'extases poussées à l'extrême.

La victime vit alors ce qu'elle prend pour « coup de foudre » et se trouve perforée de part en part, et se laisse tomber à genoux, sans plus la moindre capacité de réaction.

Le plaisir ressenti est tel, la sensation de communion, voire de « *reconnexion* » mystique avec l'autre partie de soi-même est tellement puissante, que la victime est terrassée et ne peut plus envisager de se dégager du lien pervers qui peut se consolider alors.

A ce stade-là, victime et bourreau entent dans une danse frénétique et macabre, où l'enivrement des sens projette le couple dans une réalité parallèle qui leur est propre.

L'addiction se décompose en:

- **compulsions** à s'engager dans le comportement toxique (*emprise perverse*),
- maintien du comportement malgré ses conséquences négatives (*je souffre mais je vais pouvoir le changer*),
- **obsession** du sujet ou du comportement addictif (*il prend toute la place dans ma vie, pensées constantes*),
- **culpabilité** au décours de l'action (décours = stade d'affaiblissement d'une maladie), je suis humilié(e),
- enfin **symptômes de sevrage** en cas d'interruption brutale volontaire ou

non (effet de manque, je retourne vers le manipulateur pervers).



Le terme d'«*addiction*» est considéré comme préférable à celui de «*dépendance*». Plus général que celui de dépendance, le concept d'addiction permet d'inclure les addictions comportementales telles que la dépendance affective menant à l'emprise perverse.

Selon Goodman, l'addiction se situerait entre impulsion et compulsion. (Le ventre et la bouche)

Si l'impulsion implique la recherche d'un plaisir ou d'une gratification (récompense) immédiate, la compulsion implique le soulagement des tensions (stress) et la réduction des affects douloureux.

Étiopathogénie de l'addiction :

« *Étiopathologie* » : Étude des causes d'une maladie et des processus par

lesquels ces causes agissent. (Larousse)

Pour ce qui concerne le cas des **victimes de manipulateurs pervers narcissiques**, je pense que les origines peuvent être une peur de l'abandon et de la solitude profondément ancrée et associée à un manque d'estime et de confiance en soi.

La « victime idéale » , qu'elle soit homme ou femme, sera celle qui, par sa présence, son comportement et ses qualités comblera les « besoins » du manipulateur pervers narcissique et viendra renforcer son image grandiose de lui-même ou d'elle-même !

Modèle bio psycho social:

Biologique: facteurs génétiques, aspects neurobiologique

 Système de récompense

 Sécrétion de dopamine: plaisir lors de la consommation

 Perturbation modulation des systèmes de neuromédiateurs

Social: rôle environnement, pairs, famille

Psychologique: vulnérabilité du sujet

La construction en 5 étapes du noyau addictif :

1. Un traumatisme désorganisateur

 1. Précoce dans la première enfance

 2. Plus tardif : carences, séparations familiales, milieux

traumatiques

2. Des assises identitaires fragiles

1. Construction de la personnalité selon deux axes:
 1. Axe narcissique: estime de soi
 2. Capacités d'autonomie

3. La tentative de lutter contre l'angoisse par une maîtrise

1. D'un comportement (boulimie, emprise dans une relation toxique, achat compulsif ...)
2. D'un produit (Cocaïne, nicotine ...)
3. D'un objet partiel (soit un objet de la pulsion qui ne vise qu'une partie de l'autre)
4. D'un « néo besoin » ou fétichisme

4. La recherche de sensation et de la quantité

1. Recherche de stimulation
2. Ordalie (*L'ordalie est un ancien mode de preuve en justice, de nature religieuse, aussi appelé « jugement de Dieu »*)
3. Besoin de nouveautés

5. Le besoin d'une décharge rapide

1. Pauvreté des rêves
2. Restriction de l'imaginaire
3. Prédominance d'activités physiques: mouvements de postures, de balancements, froisser, jeux de stylos...

Conséquences possibles :

Paranoïaque : Méfiance

Schizoïde : Détachement social,
émotionnel

Schizotypique : Déficit social,
excentricité



Antisociale : Mépris, transgression

Borderline : Instabilité, impulsivité

Histrionique : Émotion excessive, quête attention

Narcissique : Admiration, sans empathie

Évitante : Inhibition sociale (*Diminution des capacités de la personne à cause de la présence, réelle ou imaginaire, d'un observateur considéré par lui comme capable de juger ses performances*)

Dépendante : « Collant »

Obsessionnelle compulsive : Perfectionnisme, maîtrise

Maladies associées :

- Des conduites addictives
- Les troubles anxieux
- Les dépressions
- Les décompensations psychotiques (*la décompensation psychotique est l'état de « rupture » qui va permettre à tous les troubles pré-existants de se libérer brusquement et parfois violemment, avec notamment un accès de bouffées délirantes pouvant mettre le sujet en danger, ou présenter un*

danger pour l'extérieur)

- Les tentatives de suicide
- Une baisse des défenses immunitaires
- Apparition de cancer, maladie de Crohn, sclérose en plaque ...
- ...

Bien heureusement nous ne retrouvons pas toujours des conséquences chez les victimes de manipulateurs pervers mais, le degré d'emprise, et le temps vécu sous cette emprise destructrice en augmentera le risque de ces troubles.

Les grands axes du suivi pour sortir de ce piège mortel:

- **Réduire les prises et les consommations.** Mise à distance =objectif de santé

L'**approche thérapeutique** se centre sur la relation à l'objet ou l'autre dans le cas de pervers narcissique, sa maîtrise, les failles narcissiques

- **Garder le lien ou le recréer**= objectif relationnel

L'**approche psychosomatique** (*prise en compte plus globale de la maladie*) se focalise sur les situations déclenchantes, le fonctionnement imaginaire, les rythmes et la temporalité.

- **Exprimer ses difficultés de personnalité** = objectif d'insight (*capacité pour la personne de percevoir avec perspicacité ses conflits internes*)

L'**approche biologique**: sur l'action sur les récepteurs dopaminergiques (*Les récepteurs dopaminergiques sont impliqués dans plusieurs processus neurologiques, dont la motivation, le plaisir*)

Réflexions :

Certaines **victimes** retrouvent le **manipulateur pervers narcissique** dans les 9 critères de Goodman ...

Il est vrai que le manipulateur pervers présente certains de ces comportements mais, à mon sens, l'origine de la pathologie en est différente.

Chez le **pervers narcissique** l'origine probable est « *structurelle* », en plus de multifactorielle, pour ceux bien sur qui sont, comme je dis, « *avérés* » .

Il ne s'agira donc pas d'une **addiction** à proprement dit.

Par contre, chez la « **victime** », ce processus de dépendance affective est extrêmement puissant puisque amenant la victime à sa propre mort, a d'autres origines que structurelles ... et cela même si certaines failles semblent pouvoir être héréditaires ou génétiques ...

Cette prise de conscience du phénomène addictif me semble essentielle pour toutes les personnes qui s'y trouvent piégées afin de pouvoir concevoir la possibilité d'en sortir !



Les « *victimes* » qui n'ont pas le courage de regarder en face la réalité de leur **dépendance affective** ne pourront aller vers cette prise de conscience essentielle: **Comprendre que c'est en elles mêmes que se trouvent les**

raisons de leurs souffrances.

C'est cette prise de conscience qui est l'une des clés essentielles qui permettra à la victime de sortir de ce rôle qui, sans elle, la figerait dans la colère, la haine et dans un immobilisme mortifère.

Installée dans cette « *posture victimaire* », elles continueraient inlassablement à répéter le processus qui viendrait alors renforcer leur croyance d'un monde extérieur qui leur serait définitivement hostile.

La posture de « *victime* » peut dès lors devenir définitive.

A l'inverse, une victime qui réalise qu'elle a en elle tout ce qui a permis à ce drame de se produire pourra maintenant trouver les ressources nécessaires pour donner un nouveau sens à sa vie!

Pour sortir de l'addiction il faut:

- **Choix et engagement**
- Du **temps**
- Un **environnement favorable** (à reconstruire bien souvent)
- Se faire accompagner par un **psy compétant** qui puisse mettre en place un protocole d'accompagnement
- Prendre **soin** de soi
- Travailler sa **confiance en soi**
- Élaborer des **projets personnels** stimulants (autre que celui de fuir le manipulateur pervers)
- Prendre des **compléments alimentaires** du type Omega3, Vit, Mg
- Bien **dormir** sans médication

- Pratiquer de la respiration consciente, de la **méditation**, de l'auto-hypnose ou de la sophrologie
- ...

Dissocier corps de la tête... les pulsions de la raison.

Retrouver sa Joie de vivre !

[button link= »<https://www.soutien-psy-en-ligne.fr/protocole-accompagnement/> » type= »big » color= »green » newwindow= »yes »] **Besoin d'aide ? Lisez le protocole d'accompagnement avant de prendre votre premier rendez-vous.**[/button]

Geneviève SCHMIT © 2014

Geneviève Schmit -06.43.43.15.79 (pour prendre rendez-vous, laissez un texto afin que je vous rappelle)

6 février 2014

[Lire aussi:](#)



Le manipulateur pervers narcissique et sa victime

– Quelques questions/réponses –

Site à une interview réalisé le 29 avril 2015

Qu'est-ce qu'un pervers narcissique ?

Un pervers narcissique est un individu, homme ou femme qui s'est construit autour d'une structure émotionnelle totalement immature.

Pour lui, « l'autre » n'existe pas en tant qu'individu. Il n'est que l'objet de ses besoins. À partir de cette réalité sur laquelle il n'a lui-même aucune prise, le pervers narcissique doit réussir à bâtir une personnalité puissante qui le protégera de vide sidéral de ce Moi qui n'a jamais pu devenir adulte. De cette immaturité, découle un comportement à 100% centré sur lui-même qui est justifié par le fait que sa survie même en dépend.

Chaque acte, même en apparence désintéressé a toujours un bénéfice secondaire qui va le servir. Le PN est un peu comme un préadolescent de 10/15 ans, caractériel et mal élevé, dans un corps d'adulte et avec un pouvoir de nuisance d'adulte. Comme l'ado, il sera donc capable d'actions pulsionnelles démesurées, capable de punir l'autre, de bouder, de crier, d'imposer sa propre loi qui évoluera suivant ses propres intérêts. Il joue sur un échiquier dont lui seul connaît les règles et qu'il réadapte au cours de la partie pour être certain de la gagner.

<http://bit.ly/dependance-affective>

La reproduction intégrale de mon écrit est autorisée. Cependant, mon nom complet ainsi que le lien actif de la page du site internet <http://soutien-psy-en-ligne.fr> ou/et <https://pervers-narcissiques.fr> est obligatoire. Vous remerciant de votre compréhension ainsi que de l'intérêt porté à mon travail, Geneviève Schmit.



Pervers-narcissiques.fr Site portail pour les victimes de PN



Geneviève Schmit,
coaching
thérapeutique.

© Geneviève Schmit, experte dans l'accompagnement des victimes de

manipulateurs pervers narcissiques.

Pour toutes consultations à distance, laissez-moi un texto au 06.43.43.15.79

J'aurais grand plaisir à lire vos interventions sur le Facebook qui vous est dédié:
Facebook pour les victimes de violence psychologique et de manipulation



perverse. [Soutien.Psy](#)