

Harcèlement moral dans la vie privée - Conséquences sur les enfants

Participation de **Geneviève Schmit** pour le colloque organisé par maître Laurent HINCKER le 9 mars 2018 au Sénat à Paris.

Colloque

Le harcèlement moral dans la vie privée, un traumatisme pour les victimes et leurs enfants semblable à celui de la guerre et du terrorisme.

Retranscription de ma participation au colloque.

Présentation personnelle:

Geneviève Schmit est thérapeute, analyste et coach depuis plus de 15 ans. Elle pratique la psychologie positive avec une approche globale centrée sur la personne. Elle a également été formée à différentes techniques de thérapies brèves telles que l'hypnose Ericksonienne, l'EMDR et l'IMO.

Geneviève Schmit a pris le temps d'approfondir ses connaissances personnelles concernant la perversion narcissique par un travail de recherche et d'analyse auprès de professionnels de la psychologie et de la psychiatrie. Depuis quelques années, ses propres réflexions sur les cas cliniques qu'elle observe quotidiennement lors ses consultations ainsi que dans des échanges

au sein d'un groupe de victimes qu'elle administre, lui ont permis de mettre en place un protocole d'accompagnement efficace et reconnu. Elle anime également un cycle de formation et a rédigé un « Modèle de reconnaissance du manipulateur pervers narcissique »©.

Geneviève Schmit, experte dans l'accompagnement des victimes de violence psychologique, propose des consultations par téléphone ou Skype. Elle est également l'auteur d'un premier ouvrage paru chez Grancher en mai 2016: « Le manipulateur pervers narcissique - Comment s'en libérer? - Victimes, prenez le pouvoir sur votre vie! » Un autre ouvrage présentant son « Modèle de reconnaissance du manipulateur pervers narcissique » paraîtra bientôt aux éditions Recherche Midi.

Ce modèle de reconnaissance est une grille d'analyse qui permet de poser un diagnostic précis sur une situation complexe, et donc d'augmenter les possibilités de prendre les bonnes décisions personnelles en utilisant de meilleures stratégies.

Je remercie Maître Laurent Hincker, que j'ai l'honneur de connaître depuis de très nombreuses années et qui ne perd pas sa foi en une meilleure justice pour tout ce qui concerne la violence psychologique aussi bien dans les couples que dans la société. Je le remercie de m'avoir donné l'opportunité de participer à ce grand colloque.

Ce n'est pas la parole de la victime qui pose problème

La vie nous joue parfois des tours étranges. S'ils ne nous engloutissent pas, ils peuvent contribuer à révéler en soi des forces insoupçonnées qui vont

considérablement modifier nos chemins de vie, qui pourtant semblaient tout tracés.

C'est sans doute le cas pour la plupart de ceux qui me lisent en ce moment.

Les événements récents liés à « Balance ton porc » et « Mee Too » mettent en avant un point qui me paraît essentiel:

Ce n'est pas la voix, la parole de la victime qui pose problème, mais bien l'écoute qui en est faite.

Pour que les voix soient mieux entendues, il faut que tout ce qui tourne autour du phénomène d'emprise soit davantage compris, aussi bien par les victimes elles-mêmes et leur entourage, que par tout le système judiciaire et policier.

Lorsque la victime se trouve face à un manipulateur narcissique, l'état d'emprise perverse a créé une dépendance affective tellement puissante, qu'il est légitime de la comparer à la dépendance ressentie lors d'une addiction à la cocaïne. Sans cette dépendance affective puissante, le problème se résumerait à des « conflits de couples ».

Tout mon travail vise donc à trouver, en collaboration avec les personnes concernées par ces drames, les clés nécessaires pour décoder le fonctionnement du manipulateur pervers narcissique, et les aider à en comprendre les rouages pour pouvoir envisager d'autres choix, cette fois-ci en toute conscience.

J'ai travaillé plus de 2 ans à l'élaboration d'un Modèle de reconnaissance du manipulateur pervers narcissique ©, qui sera prochainement publié aux éditions Recherche Midi. Il vous apportera une base de réflexion et une grille d'analyse fiable, afin de déterminer si vous avez à faire face à une personnalité manipulatrice perverse narcissique ou, plus simplement, à une personne toxique.

Je suis persuadée qu'une bonne compréhension de cette dynamique relationnelle particulière est essentielle pour ensuite élaborer des stratégies de sauvetage, et un programme de reconstruction approprié pour les rescapés, hommes, femmes

et enfants.

L'enfant face à un, ou des parents pervers narcissiques:

L'incidence de cette dynamique relationnelle perverse sur les enfants est totalement destructrice.

Contraints à grandir bien plus vite, les enfants se trouvent définitivement dépossédés de leur droit à l'enfance.

Pour survivre dans ce chaos, il leur est demandé de comprendre des choses que l'adulte a déjà bien du mal à saisir. Notre rôle en tant que conseil ou accompagnant, ainsi que le rôle du parent protecteur sera d'apprendre à ces enfants à nager en eaux troubles, sans trop s'y perdre.

Mais l'enfant est un être merveilleux, doté de grandes capacités d'adaptation, à condition toutefois qu'on lui en laisse la possibilité.

Par contre, je suis effarée de constater qu'au nom de la parité, ou par facilité peut-être, de plus en plus souvent la justice oublie que le petit enfant a un besoin essentiel et naturel de rester autant que possible en contact direct avec sa mère. Physiologiquement, en dehors donc de tout sexisme, il est avéré que la mère est la plus apte à stimuler sainement la construction de ce petit cerveau et surtout à développer le fameux « lien sécure », celui qui nous permet d'acquérir suffisamment de confiance en soi et en le monde pour partir à sa découverte, sans que cela entraîne d'anxiété majeure et dont nous parle tant Boris Cyrulnik^[1]. L'enfant ne doit pas être tenu éloigné de sa mère trop longtemps. Nous savons que chez le petit enfant, un éloignement maternel est perçu par lui comme la mort de celle-ci. Son angoisse est profonde et aucun mot, aucun geste ne peut le soulager.

En résonance aux nouvelles dispositions de justice qui accordent presque

systematiquement la garde alternée, même aux tout-petits, je ne cesse de lire des articles alarmants rédigés par des pédopsychiatres ou autres spécialistes de l'enfance qui sont tous unanimes sur ce sujet. Mes propres observations vont dans le même sens. Ces enfants-là sont des « enfants sacrifiés » comme me l'a dit lui-même un expert auprès des tribunaux. Sans un lien sécurisé bien construit auprès d'une mère saine, l'enfant ne pourra pas bâtir une personnalité forte et stable. Séparer trop tôt le jeune enfant de sa mère empêche l'élaboration de ce lien sécurisé indispensable à la construction d'un adulte stable et confiant en la vie. L'adulte en devenir restera piégé dans la recherche constante d'un lien rassurant extérieur qui n'existe pas. Il sera dès lors lui-même un candidat idéal à la dépendance affective et à tous les excès qui en découlent.

Dans le cadre de la séparation, devrais-je dire, du déchirement d'un couple dont l'un des deux est manipulateur pervers, l'enfant est le premier sacrifié. Il ne sera plus que l'instrument de vengeance et de souffrance de ses deux parents.

Je rappelle que ce n'est pas tant la voix de la victime qui est à mettre en cause, que l'écoute défaillante, ou même traumatisante, de ceux qui devraient agir pour la protéger.

Face à ce principe de réalité, il nous faut tout de même trouver le moyen d'aider ces enfants en perdition ainsi que les parents qui tentent de les protéger.

Dans ma pratique professionnelle, je travaille essentiellement par téléphone ou Skype. De fait, ce sont donc surtout les parents protecteurs ou des adolescents que je reçois en consultation plutôt que les enfants concernés. La plupart du temps je travaille avec des mères, mais quelques fois ce sont des pères qui recherchent auprès de moi des réponses et de l'aide pour mieux accompagner leurs enfants.

Dans un premier temps j'accompagne ces parents protecteurs dans l'analyser la situation dans laquelle ils se trouvent piégés et les amène à prendre conscience de la dynamique relationnelle qui se joue en eux et avec eux.

C'est grâce à une bonne compréhension des mécanismes pervers narcissiques

ainsi que de ceux de leurs proies que l'on peut espérer s'en sortir. Et il en est de même pour l'enfant.

Quel que soit son âge, l'enfant est emporté par une vague déferlante, un tourbillon qui le mène implacablement loin du rivage rassurant, indispensable à une saine construction.

Je pense qu'il est important que la garde maternelle soit privilégiée pour l'enfant de moins de 5 ou 6 ans. Je ne pense pas trop m'avancer en rappelant que de nombreuses études psychologiques ont été faites sur ce sujet et qu'elles vont dans ce même sens. Il ne s'agit bien évidemment pas d'évincer le père, mais juste d'être en accord avec les véritables besoins psychologiques et physiologiques de l'enfant. Cette consigne n'est bien évidemment valable que si la mère est en capacité d'élever le jeune enfant.

Il est difficile de différencier une mère toxique d'une mère aux prises avec l'angoisse profonde qui entraîne naturellement la mise en place de réflexes protecteurs pour son enfant qu'elle sent en danger. Dans toute sa perversion, le manipulateur narcissique saura d'ailleurs en jouer et tentera de faire passer son adversaire, la mère, pour folle. Il arrive même qu'il exige, et obtienne parfois, un internement.

Le thème de l'aliénation parentale est alors souvent avancé comme une légitimation de l'exigence masculiniste extrémiste et, comme il n'est guère possible de la prouver, cette menace est d'autant plus terrifiante. Où se trouve la limite entre l'action mue par l'instinct maternel protecteur envers un enfant en danger, non protégé par la justice et exacerbé par le comportement pervers du père et l'aliénation parentale? Je ne saurais moi-même vous le dire.

La justice se basant sur des faits prouvables, ces thèmes créeront rapidement une confusion dont profitera immanquablement le manipulateur pervers. C'est d'ailleurs une des raisons essentielle qui le conduit sur ce terrain hautement miné.

Mais les hommes ne sont pas les seuls responsables de ces désastres. Des femmes perdues dans leur propre souffrance ou perversion, ne se privent pas d'accuser faussement le père de l'enfant de maltraitance dans le meilleur des cas, d'inceste dans le pire.

L'expérience me montre qu'aujourd'hui, même si le thème de la violence psychologique a été débattu au Sénat, il ne faut pas trop compter sur le soutien du système judiciaire. Nous savons que les dossiers montés par les pervers narcissiques, et souvent ceux de leur proies également, sont la plupart du temps démesurés. On ne peut demander à un juge de lire l'intégralité des pièces afin de se faire sa propre opinion. Il faudra alors compter d'une part sur les qualités de l'avocat choisi, et d'autre part sur les bonnes stratégies que la victime aura pu mettre en place.

Les proies en souffrance ont trop tendance à vouloir que la justice statue sur leur état de victime et qu'elle dénonce leur bourreau. Elles ont rarement satisfaction. C'est à nous, accompagnants, de les aider à ne pas se tromper de combat et à bien définir leur objectif réel.

L'apaisement psychologique vient rarement du Barreau. Un profond travail personnel est indispensable, avec ou sans l'accompagnement de personnes compétentes.

Les différentes étapes de travail pour aider l'enfant

Compréhension et transmission

La première étape sera celle de la bonne compréhension de la dynamique relationnelle. Elle permettra aussi de prendre le recul nécessaire à une réflexion constructive. Coûte que coûte il faudra sortir de la panique générée par cette situation toxique. Il ne s'agit pas de la minimiser, bien au contraire, mais bien de

l'analyser pour mieux la gérer, mieux anticiper les actions manipulatrices adverses.

Suivant l'âge de l'enfant, j'invite les mères, plus rarement les pères, puisqu'ils consultent nettement moins, à expliquer les dynamiques en action, à donner les règles du jeu pervers. Il n'est pas très compliqué d'expliquer à un enfant ce qu'est la manipulation. Il suffit pour cela de s'appuyer sur des exemples concrets, vécus par eux-mêmes de préférence en y apportant de l'humour. L'art et la manière dont il fait preuve pour obtenir une faveur peut servir d'exemple pour expliquer, avec tendresse, ce qu'est la manipulation et à quel point elle n'est pas acceptable, surtout venant d'un adulte.

L'égoïsme total qui est la marque de fabrique du pervers-narcissique n'est pas plus complexe à expliquer aux enfants si on s'appuie sur des situations personnelles du quotidien.

Il me semble également primordial de réattribuer les places de chacun dans la famille, afin de redéfinir les règles, les valeurs et les limites.

Pour la manipulation affective, s'appuyer sur le dernier mal au ventre ou les pleurnicheries qui ont empêché l'enfant d'aller là où il craignait d'aller est un autre bon exemple à utiliser sans culpabilité.

N'ayez pas peur de dire à l'enfant qu'il n'est pas là pour « soigner » le père, ou la mère. Lui rappeler que ses parents ont la possibilité de se faire aider par des personnes dont c'est le métier, et que ce n'est pas lui, l'enfant, qui doit être le soignant.

Donnez vous-même le bon exemple. L'enfant réagit bien plus par l'imitation de ceux qu'il regarde que par les mots qui, trop souvent, sont contredits par les actes.

Amener des « mots » pour éviter les « maux », me semble indispensable dans une telle situation.

Lorsque l'on comprend bien la situation, que l'on comprend le mécanisme de la personne toxique, il est plus facile de l'expliquer aux enfants. Cela se fera avec des mots adaptés à leur âge, tout en prenant soin de ne pas détruire totalement

l'image de l'autre, ni de transmettre sa propre panique.

C'est pour cela qu'à mon sens, un accompagnement adapté est indispensable pour chacune des étapes.

Se libérer d'un pervers narcissique est comparable à un marathon dont on connaît le point de départ, mais pas celui de l'arrivée. Il faut se ménager, et ménager ses troupes. Apprenez cela également à l'enfant.

Contenir la panique n'est pas chose facile. Il va pourtant falloir apprendre à l'enfant cette gestion là également. Il ne le pourra pas s'il voit son parent protecteur entrer en panique à chaque contact avec la personne toxique. Mon premier livre et mes 2 sites[2] apportent de nombreuses idées et même des outils que vous suivrez, ou non.

La meilleure chose qu'une mère protectrice puisse apporter à son enfant, comme à elle-même d'ailleurs, est une bonne estime et image de soi, associée à une bonne stabilité émotionnelle.

C'est l'unique recette qui vous permette de mieux vivre ce qui vous est donné à vivre et de mieux vous protéger pour la suite.

Pour le tout petit enfant

Le tout petit enfant n'a pas suffisamment accès au langage pour comprendre la dynamique relationnelle en jeux. Il faut alors travailler soi-même sur sa propre angoisse génératrice de posture toxique pour l'enfant. Il est indispensable de prendre le temps d'apaiser le petit enfant et de créer avec lui un lien particulier et fort. Il existe des techniques de renforcement positif pour cela dont je parle dans mon livre[3]. N'enfermez pas l'enfant dans le secret ! On sait aujourd'hui à quel point ils sont source de problèmes.

N'attendez pas non plus que l'enfant grandisse pour reprendre votre vie en main,

vous lui feriez inconsciemment porter la responsabilité de votre malheur. De plus, l'exemple donné ne serait pas en accord avec un renforcement positif dont il a lui-même besoin. Souhaitez-vous que votre enfant subisse ce que vous subissez? La réponse est bien évidemment non. Alors ne lui donnez pas l'exemple de la résignation passive.

Pour l'adolescent

Avec l'adolescent les choses se compliquent. Comment différencier le comportement normal de l'ado qui tente de s'affranchir de sa mère, souvent très, voir trop protectrice à cause de la situation, du comportement manipulateur pervers du père qu'elle reconnaît parfois en lui?

C'est un âge particulièrement mouvementé. Si le tempérament de l'enfant est plutôt soumis, il va tenter de correspondre au mieux à ce que le plus fort, et dans ce cas c'est généralement le pervers narcissique, attend de lui. Il risque donc de bloquer son élan vers sa propre vie pour éviter les crises, et parfois aussi pour protéger sa mère ou la fratrie.

Si le tempérament de l'enfant est plus fort, il y a risque de confrontations violentes, avec tout ce que cela comporte comme conséquences et représailles. L'enfant peut tourner vers lui-même cette colère, et penser au suicide (on voit même maintenant de très petits enfants en parler), ou la tourner vers les autres en étant également violent. Paradoxalement il le sera plutôt envers la mère qui, il le sait au plus profond de lui-même, ne le laissera jamais tomber.

Il y a aussi ceux qui renforcent la bulle, presque « autistique », dans laquelle ils se sont placés depuis quelques années. Ils fuiront la réalité vécue comme trop douloureuse vers un autre monde. Le risque est de les voir dériver ainsi de plus en plus loin.

Et il y a aussi ceux, et cela arrive plus souvent qu'on ne l'imagine, qui demandent directement ou font en sorte d'être envoyés en pension. C'est pour eux le seul

moyen qu'ils ont trouvé pour avoir un peu de paix et de logique.

Garde alternée:

Pour préserver la parité, et peut être pour faciliter la lourde tâche des magistrats, une garde alternée est souvent proposée. Elle est demandée par le manipulateur pervers, d'une part pour ne plus avoir à verser de pension alimentaire, perçue par ces personnalités déviantes comme argent de poche donnée à la mère des enfants, et d'autre part, pour garder le pouvoir sur elle. La garde alternée enchaîne la proie à son bourreau qui pourra ainsi poursuivre son travail de destruction, jusqu'à, ultime jouissance, lui retirer totalement ses enfants.

Pour conclure:

Protéger réellement l'enfant est donc une tâche extrêmement complexe, voire impossible. C'est pourquoi je dis aux parents protecteurs de ne jamais promettre à leur enfant qu'ils vont les sortir de là, qu'ils vont obtenir telle ou telle chose pour eux car au final, c'est le juge qui décide.

Ne vous trompez pas de combat !

L'équilibre, s'il est possible, viendra de la capacité qu'a le parent protecteur à faire la paix avec lui-même, à renforcer son estime et son image de soi-même et à bien gérer ses émotions, afin de transmettre et renforcer tout cela aussi pour l'enfant.

La résilience, ou tout du moins la paix avec soi-même, est le seul bienfait que vous puissiez apporter à vos enfants, même à mi-temps. Ne l'oubliez jamais.

Geneviève SCHMIT - Experte dans l'accompagnement des victimes de manipulateurs pervers narcissiques, hommes ou femmes, et auteur du livre: « Le manipulateur pervers narcissique. Comment s'en sortir? » aux éditions Grancher.

Mai 2018

[1] Boris Cyrulnik - Ancien animateur d'un groupe de recherche en éthologie et directeur d'enseignement du diplôme universitaire (DU) « Clinique de l'attachement et des systèmes familiaux¹ » Boris Cyrulnik est surtout connu pour avoir vulgarisé le concept de « résilience » (renaître de sa souffrance)

[2] <http://soutien-psy-en-ligne.fr>

<https://pervers-narcissiques.fr>

[3] Le manipulateur pervers narcissique. Comment s'en libérer? Victimes prenez le pouvoir sur votre vie: mai 2016 - Edition Grancher

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.

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](https://www.facebook.com/Soutien.Psy)