

Triangle Dramatique

Triangle dramatique et dynamique relationnelle du pervers narcissique et de sa victime

Je parle constamment de la « dynamique relationnelle » qui génère des situations d'emprises perverses, parfois dramatiques.

Les rôles que nous y jouons doivent être bien définis et compris pour pouvoir en sortir et éviter ainsi de poursuivre la danse macabre avec d'autres partenaires. Nous évoluons dans ce que l'on appelle le Triangle dramatique: bourreau/sauveur/victime.

Le triangle dramatique, ou Triangle de Karpman est une figure d'analyse transactionnelle proposée par un psychologue américain, Stephen Karpman, en 1968. Cette analyse met en évidence un jeu de rôle, un scénario relationnel typique entre victime, persécuteur et sauveur (ces rôles étant symboliques, une même personne peut changer de rôle).

Un peu comme le » Triangle des Bermudes » pourrait vous happer, les personnes piégées dans la dynamique relationnelle perverse, qu'elles soient bourreau ou victime, évoluent tour à tour dans les différents rôles qu'a définis Karpman dans son « Triangle Dramatique »: persécuteur - sauveur - victime.

1. Dans un premier temps, la proie potentielle, homme ou femme, recherche une personne qui peut l'aider, la soutenir, dans une période difficile de sa vie. Elle a une image et une estime de soi faible et instable. Le manipulateur pervers, comme tout bon prédateur, flaire sa future victime et se présente à elle comme un « sauveur ». Il représente l'image

idéalisée du Prince Charmant (version homme ou femme) venant sauver sa belle. En répondant à sa demande, le manipulateur narcissique provoque chez sa victime un mécanisme pervers lié à son sentiment de reconnaissance qui la piège dans un lien dont elle aura du mal à se défaire.

2. Vient ensuite une période où la proie imagine que le prince charmant, ou la princesse charmante, se trouve dans une grande souffrance. Justifiant ainsi le changement de comportement de celui (ou celle) dont elle est dépendante affective, elle se sent investie par une mission, un désir impérieux de le « sauver ». La proie devient « sauveur » d'un manipulateur qui se positionne maintenant en tant que « victime ». Le manipulateur parlera de son enfance douloureuse, de ses blessures, de ses espoirs et désespoirs. La proie quant à elle, animée par son hyper empathie, son « syndrome mère Térésa » (ou « Abbé Pierre ») va se précipiter, tête baissée, dans ce rôle valorisant. C'est en quelque sorte le seul moyen trouvé à ce moment-là pour se renarcissiser, pour se revaloriser à ses propres yeux. En « sauvant » le persécuteur dont elle est addicte (dépendance affective), la victime crée un lien puissant qui la protège, en apparence, du sentiment d'abandon. En effet, au travers de son propre mécanisme de valeur, elle ne peut imaginer que la personne qu'elle aide et soutient avec tant d'ardeur puisse l'abandonner un jour et attend de lui de la reconnaissance, donc de l'attachement.
3. Après la phase de séduction, la « lune de miel », la victime du manipulateur pervers se sent piégée. Cette étape voit la violence primitive du prédateur fondre sur sa proie qui revendique légitimement la position de « victime » d'un « persécuteur » cette fois bien défini pour elle. Elle pourra alors se percevoir comme victime de celui (ou celle) qu'elle croyait idéal, et qui prend maintenant le rôle de bourreau.
4. Ensuite, durant les crises résultant de la relation d'emprise perverse et des tensions que plus personne n'est capable de gérer, le stress du prédateur augmente au point que celui-ci perçoit sa proie comme étant persécuteur. En général, à ce moment-là, la victime du manipulateur pervers, homme ou femme, perd pied et un point de non-retour est atteint.

Conclusion:

Tour à tour, le pervers narcissique comme sa proie, endossent le rôle de bourreau, de sauveur ou de victime. De plus, la position définie pour chacun, va dépendre du point de vue de l'observateur et de son système de pensée. Nous avons bien remarqué que le point de vue de la victime est totalement différent de celui de prédateur. Ce point de vue sera également différent pour l'environnement, ce qui peut générer des souffrances supplémentaires.

Il n'est pas rare non plus, que la victime du pervers narcissique, désorientée par le comportement de ses proches, famille ou amis, devienne à son tour et à leur égard bourreau, faute de pouvoir être reconnue comme victime.

Voilà le redoutable piège relationnel du Triangle Dramatique ou Triangle de Karpman: persécuteur - sauveur - victime, qui varie suivant la position d'où on l'observe et suivant le stade de la relation toxique.

Persécuteur - Victime - Sauveur.

Les trois rôles définis par le Triangle Dramatique ou Triangle de Karpman, sont piégés dans une recherche constante et inconsciente les uns des autres.

La place de chacun varie suivant la position d'où on l'observe ainsi que du stade de la relation toxique.

C'est un piège relationnel qui nous vient essentiellement d'une instabilité et d'un manque de confiance et d'estime de soi.

Geneviève SCHMIT

26 septembre 2017

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

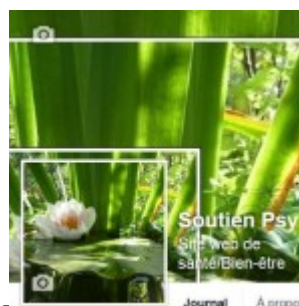


Geneviève Schmit,
coaching
thérapeutique.

© 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

