

CASANOVA OU DON JUAN ?

samedi 19 février 2011

Je n'avais pas l'intention de revenir sur le sujet des "leçons de séduction" pour l'instant et pas particulièrement sur celle qui porte le numéro 19, mais rappelez-vous, en conclusion je me demandais s'il existait l'équivalent symbolique au féminin de Casanova ou Don Juan. Or, il s'avère qu'hier, j'ai reçu un long commentaire qui mérite à lui seul d'être publié, qui ne répond pas par oui ou par non à ma question, mais qui ouvre des pistes intéressantes. Il traite non seulement de ce que sont un séducteur et un pervers narcissique, mais également une femme histrionique, du point de vue de la psychanalyse. C'est tout simplement passionnant.

"Effectivement on peut faire un parallèle entre le séducteur et le pervers narcissique (PN), les 2 ne s'aiment pas, les 2 n'aiment pas les femmes, les 2 ne savent pas, ne comprennent pas ce que veut dire "amour". les 2 sont restés à un stade infantile ... avec des conflits avec LA MÈRE mais également LE PÈRE totalement non dépassés et non réglés ...

d'ailleurs on utilise souvent les mêmes termes pour parler de leurs agissements : "proies" - "chasse" - "emprise" ...

le PN aura très souvent tendance à utiliser le masque du séducteur pour "attirer" la femme (ou les femmes) qu'il a choisi(s) comme victime. (il y a aussi des femmes PN, mais là parlant en quelque sorte de mon expérience personnelle, j'ai dû faire face à un homme PN) Tout comme on a également tendance à utiliser l'expression "j'ai été victime d'un séducteur".

on aura simplement peut être plus de facilité à "pardonner" et à se remettre d'une expérience avec un "simple" séducteur (je tiens à préciser que je n'excuse pas les agissements d'un séducteur qui peut faire lui aussi du mal à une femme qui a cru en une belle histoire à venir) ... qui s'avère finalement perdu, noyé dans son besoin de plaire et séduire pour se rassurer sur sa propre valeur et existence ...

alors qu'un pervers narcissique est dans une démarche délibérée de faire du mal, qui plus est de jouir du mal qu'il déclenche sans y paraître.

la communication :

le séducteur conservera une part de mystère, il communique peu, cela permet de laisser l'imagination des femmes séduites vagabonder, et créer tous les espoirs possibles.

le pervers narcissique commence avec la communication d'un séducteur, il attire sa victime tout en tissant une toile d'araignée, qui par la suite lui permettra de manipuler afin de faire accepter l'inacceptable et les souffrances à venir.

une autre distinction pourrait être le temps, la durée ... certes les 2 apprécient fortement la période de chasse et de conquête, et plus la "proie" est difficile, plus leur satisfaction est grande ("la masturbation intellectuelle") mais un séducteur ne s'engage que très

rarement dans du moyen ou du long terme, une fois le cœur de la "proie" ravie (avec ou sans sexe d'ailleurs), il part vers une autre ou d'autres conquêtes ... une fois conquise, on est vite oublié ...

un pervers narcissique ne lâche pas sa proie, certains s'installent en ménage, se marient, font des enfants en se focalisant sur une victime particulière. d'autres vont multiplier les victimes en parallèle, en se constituant un genre de harem (en l'avouant ou pas)

souvent le séducteur s'en va ... une fois la conquête acquise ... afin de rassasier son besoin constant de nouvelles conquêtes à venir

dans le cas d'un pervers narcissique ils peuvent aussi partir, mais ils reviennent toujours ... et surtout ils essaient constamment de conserver un lien (téléphone, sms, mail ...) de rester dans la vie des victimes. une relation avec un pervers narcissique est émaillé de plusieurs ruptures/réconciliations avant la vraie séparation. c'est finalement toujours la victime qui finit par fuir et couper les ponts.

(Le pervers narcissique entre en relation avec l'autre pour le séduire. Il séduit physiquement parfois mais surtout intellectuellement. Il est avenant, sécurisant, sûr de lui... Surtout lorsqu'il est face à une personne qui n'est pas très sécurisée. Il commence par vous encenser. Vous êtes le meilleur, le plus doué, le plus cultivé... Personne d'autre que vous ne compte pour lui (il n'hésite d'ailleurs pas à dire la même chose successivement à plusieurs personnes). Il change de masque suivant les besoins, tantôt séducteur paré de toutes les qualités, tantôt victime faible et innocente. Il a un souci scrupuleux des apparences, donnant le plus souvent l'image, valorisante pour son ego, d'une personne parfaite, image qui cache son absence d'émotion, d'amour, de sincérité et d'intérêt pour tout ce qui n'est pas lui. Il ne s'intéresse pas à la réalité, tout est pour lui jeu d'apparences et de manipulation de l'autre.

Quelques indices peuvent vous mettre la puce à l'oreille : surestimation de soi, sentiment d'être unique, besoin d'être reconnu comme exceptionnel et critique mal vécue.

Qu'il soit séducteur ou pervers narcissique, le manipulateur répond toujours à un même mécanisme. Le but est de dominer, de mettre une ou plusieurs personnes sous son emprise, d'avoir à sa disposition quelqu'un dont on va faire ce qu'on veut, dont on va se servir comme d'une marionnette. Le manipulateur va utiliser la séduction pour attirer sa proie : il apporte beaucoup à la personne, la bombarde d'amour, lui dit que ça va être merveilleux, bref c'est une première phase de séduction comme du miel pour attirer une abeille. Ça ressemble à une séduction amoureuse, mais c'est en fait une séduction narcissique : le manipulateur se montre très beau, très protecteur, promet des tas de choses pour illusionner la personne. Ce qui différencie le pervers narcissique du séducteur, c'est le but recherché :

Le pervers narcissique séduit sa proie mais il la conserve ensuite car ce qu'il aime avant tout c'est détruire l'image de sa victime. Dès que le poisson est « ferré », il le maintient tout simplement « accroché » tant qu'il en a besoin. Il joue avec sa victime au chat et à la souris, faisant patte de velours pour mieux la tenir, puis sortant ses griffes lorsqu'elle cherche à s'évader. Ces éloges et ces protestations d'attachement lui permettent de mieux « vous couler » ensuite en jouant sur l'effet de surprise, et de vous atteindre d'autant plus que vous ne vous attendiez pas à l'attaque et qu'il a en outre pris soin de

choisir précisément le moment où vous pouviez le moins vous y attendre. Tout tourne autour de lui et surtout tout doit s'arrêter quand il n'est pas là. Il est dans le contrôle total de l'autre, voire des autres.

Le séducteur manipule sa victime parce qu'il a besoin de se rassurer sur ses capacités de plaire et de séduire. Le séducteur est un collectionneur d'aventures. Une fois qu'il a conquis le cœur d'une personne, celle-ci ne représente plus rien à ses yeux et va rechercher une autre victime à séduire. Il ne va pas chercher à s'impliquer dans une relation à long terme. Il prend et il jette !

On peut tous se faire manipuler face à un grand manipulateur. Un bon manipulateur peut toujours trouver le point faible de la personne, or nous avons tous un point faible. Mais il est clair que les pervers narcissiques choisissent surtout des personnes qui ont une certaine vulnérabilité, qui ont un grand manque de confiance en elles, des personnes qui ont été très affaiblies ou rendues très vulnérables à un moment de leur vie (agression, maltraitance, abandon, etc...). En général, les manipulés sont des personnes qui ne savent pas dire « non ». Il va chercher la fragilité quelle qu'elle soit, il s'engouffre dans la « blessure » du moment : deuil, séparation, licenciement, souci d'argent ... La victime recherche souvent de son côté une personne forte et charismatique qui la rassure, et c'est là justement l'image que le pervers veut donner de lui.

La plupart du temps, les victimes "idéales" sont dotées des qualités que le pervers précisément convoite : douées et cherchant toujours à donner le meilleur d'elles-mêmes, elles sont séduisantes. Il prend le plus souvent ses victimes parmi des personnes pleines d'énergie et d'amour de la vie, pour les vampiriser et les « dévitaliser ». Il choisit de préférence des personnes honnêtes, sincères, gentilles, qui cherchent vraiment à consoler et à réparer, des personnalités maternantes, aimantes, dévouées parce qu'il a besoin d'être aimé, d'avoir quelqu'un entièrement à son service. Mais aussi naïves, sans trop d'esprit critique, voire fragiles, afin de les amener plus facilement et plus rapidement à accepter une relation de dépendance.

Ces personnes ne s'aperçoivent pas tout de suite de la perversité de leur interlocuteur(trice). En fait il va petit à petit déstabiliser sa victime en lui faisant des petites remarques, anodines au départ, il lui dit une chose puis son contraire. Il sous-entend des critiques mais il ne les dit pas vraiment, il culpabilise l'autre, il le rend responsable de ce qui ne va pas. En alternant la séduction puis la menace, en disant une chose et son contraire, le manipulé en arrive à une confusion totale. Et tout cela se passe toujours en privé. Petit à petit le manipulateur arrive à la faire penser comme il le veut, il lui impose son mode de fonctionnement, la victime finit par ne plus avoir d'esprit critique. Il crée et entretient un climat de tension et fait alterner chez l'autre regrets et peurs.

Il l'amène aussi à s'éloigner de son entourage en le critiquant, en disant qu'il ne lui apporte rien.

Au fur et à mesure la personne manipulée s'habitue, trouve que c'est normal, elle va avoir besoin de cette relation, qui va devenir une sorte d'addiction.

Étant profondément généreuses, elles ne peuvent se résoudre à admettre la perversité de leur bourreau et s'appliquent à lui trouver des excuses.

Le pervers peut aussi se faire passer pour faible, prendre la mine de chien battu, les yeux tristes, dont voudront alors justement s'occuper les femmes maternelles, dévouées,

celles n'existant que par le dévouement à autrui. Elles tomberont aisément sous l'emprise des pervers dans lesquels elles verront, souvent à tort, une personne fragile, un enfant à protéger. La victime harcelée, vit dans l'espoir de « guérir » le harceleur et c'est cette illusion qui la fait rester dans la relation, et continuer à subir les attaques qui la détruisent.

Quand les victimes commencent à faire sans cesse attention à ce qu'elles doivent dire ou ne pas dire, quand le manipulateur tente d'influer sur ses relations, quand il commence à les critiquer sans raison ... c'est à ce moment là qu'il est possible de prendre conscience qu'elles ont à faire à de tels personnages.

La principale séquelle est que très longtemps après la victime continue à se dire : "qu'est-ce qu'il aurait dit de ça ?" « Qu'est ce qu'il aurait pensé de ça ? ». Elle a tendance à se replacer dans ce que son manipulateur aurait voulu, elle reste imprégnée. C'est vraiment une addiction.

Les humiliations qui ont été subies ne s'oublient pas. La personne ne cesse de se poser la question "pourquoi j'ai accepté, comment j'ai pu faire, est-ce que c'est parce que je suis trop faible ?". Elle culpabilise d'avoir été piégée et a honte pendant très longtemps. Elle va devenir méfiante dans ses relations, car elle se dit sans cesse : "puisque je me suis fait piéger une première fois, pourquoi cela ne recommencerait pas".

Enfin, les victimes ont un sentiment de vide : pendant longtemps elles ont été téléguidées, il va falloir qu'elles réapprennent à penser par elles-mêmes. Ça nécessite une rééducation.

Le plus important est de comprendre que leur bourreau ne changera jamais. Elles ne pourront jamais obtenir de lui une quelconque prise de conscience, des remords, des regrets, des excuses. Si par hasard, son discours le laisse penser c'est qu'il manipule encore.

Il faut apprendre à se détacher de ses mots, à ne plus penser au travers de lui, sortir de la culpabilité, et retrouver l'estime de soi même.

Ces personnes ont tendance à répondre en priorité aux besoins des autres. Alors il faut commencer par apprendre à dire « non ». La peur est bien souvent à l'origine de ce refus de dire « non » : peur de blesser, d'être jugé, ou plus couramment de ne pas être aimé.

L'important est de choisir en fonction d'un bénéfice pour soi dans une situation, au lieu de céder par culpabilité. Tout un apprentissage.

Se préoccuper de son plaisir doit être un nouvel objectif, être à l'écoute de ses désirs, de ce que l'on veut pour soi ou de ce que l'on ne veut plus. Il faut cesser de vouloir plaire à l'autre... Ce qui va demander de dépasser la peur de la solitude, bien sûr.

L'affirmation de soi et une bonne estime de soi sont les éléments clés de la reconstruction.) (Nathalie Noachovitch)

Pour ce qui est des séductrices, je pense que l'on peut trouver ce cas de figures chez les femmes histrioniques (anciennement nommer hystériques).

En France, on utilise d'avantage le terme de personnalité hystérique pour désigner ce trouble.

Ce trouble de la personnalité est caractérisé par un comportement réactif excessif,

intensément exprimé ou excessivement dramatique, avec une propension à l'exagération, l'excitabilité émotionnelle, et les perturbations dans les rapports interpersonnels.

Selon le DSM IV :

On note des réponses émotionnelles excessives et une quête d'attention. Ce trouble apparaît au début de l'âge adulte et est présent dans des contextes divers, comme en témoignent au moins cinq des manifestations suivantes :

- le sujet est mal à l'aise dans les situations où il n'est pas au centre de l'attention d'autrui.
- l'interaction avec autrui est souvent caractérisée par un comportement de séduction sexuelle inadaptée ou une attitude provocante.
- expression émotionnelle superficielle et rapidement changeante
- utilise régulièrement son aspect physique pour attirer l'attention sur soi
- manière de parler trop subjective mais pauvre en détails
- dramatisation, théâtralisme et exagération de l'expression émotionnelle
- suggestibilité, est facilement influencé par autrui ou par les circonstances
- considère que ses relations sont plus intimes qu'elles ne le sont en réalité

Le symptôme majeur est l'histrionisme, c'est à dire une attitude des patients qui cherchent à attirer l'attention sur eux, à plaire ou à séduire de façon excessive et envahissante.

Contrairement aux personnalités dépressives qui s'enferment et s'auto stimulent dans leurs ruminations moroses ou aux personnalités dépendantes qui attendent passivement l'aide d'autrui, les personnalités histrioniques sont des dépendantes actives : elles cherchent activement l'attention et l'aide d'autrui. Ainsi, elles ont une forte capacité à changer d'attitude en fonction de ce qu'elles supposent des attentes de leur interlocuteur.

L'attitude majeure de la personnalité histrionique est une attitude théâtrale : ce sont des personnes en perpétuelle représentation. Leurs récits dramatisent ou embellissent la réalité. Parfois, ils la falsifient ; c'est ce que l'on nomme la mythomanie (fabulation non délirante).

Dans le cas d'une absence d'intérêt par les autres, le niveau d'angoisse de ces personnes va augmenter faisant craindre chez eux un passage à l'acte notamment le plus dramatique : la tentative de suicide. Elle doit alors être interprétée comme un moyen supplémentaire de rester sous le regard d'autrui.

On peut noter d'autres symptômes :

- l'égoïsme
- des comportements manipulateurs, comme le chantage
- la labilité des affects (changement fréquent d'humeur)
- la facticité des affects (superficialité au niveau des émotions)
- une dépendance aux autres
- une érotisation des relations sociales : ce comportement de séduction fait passer à tort les personnalités histrioniques pour des nymphomanes. En effet, elles affichent une hyper-féminité.
- des troubles de la sexualité avec soit un évitement de toute sexualité, soit une hypersexualité apparente masquant de profondes inhibitions, une frigidité.

La personnalité histrionique n'est pas toujours consciente du jeu qu'elle mène, les possibilités d'introspection lui font défaut. On note également un manque de recul et de contrôle vis à vis des affects.

La personnalité histrionique est plus fréquente chez la femme. Chez l'homme, elle est plus rare et surtout plus mal tolérée socialement. L'histrionisme ici se traduit par la vantardise, des fanfaronnades, les récits enjolivés d'aventures avantageuses cherchant à masquer sa faiblesse et son absence de virilité. L'attitude de donjuanisme masque les inhibitions sexuelles.

Ces personnalités histrioniques éviteraient les relations affectives authentiques avec autrui. La personnalité histrionique a constamment besoin des autres pour se sentir valorisée. Cette dépendance affective, accompagnée de l'égoïsme, s'associe à une extrême intolérance aux frustrations qui, dans certains cas, va prendre des formes spectaculaires dont les plus communes sont les pleurs intenses, les colères excessives. Le mouvement caractérise l'humeur habituelle des personnalités histrioniques : les élans d'enthousiasme et les accablés se succèdent sans relâche. On relève également une hyperactivité émotionnelle.

Du point de vue cognitif, on note une réelle difficulté chez ces patients à fixer leur attention, à se concentrer durablement sur les événements, une difficulté à avoir une analyse rationnelle des situations. Les situations vont d'avantage être analysées selon les émotions qu'elles suscitent chez le sujet, donnant au discours un caractère flou, vague, subjectif. Leur image de soi est souvent profondément dévalorisée. Les expériences de rupture à répétition renforcent leur profond sentiment de manque de valeur, de faiblesse face à l'existence. Cependant, elles vont majorer cette faiblesse dans l'espoir qu'on les secoure ; les personnalités histrioniques recherchent activement des supports externes.

Les autres sont perçus en fonction des besoins de renforcement narcissique recherchés par la personnalité histrionique. Ils sont des admirateurs potentiels, un public à conquérir.

Il est bon de rappeler que ces personnes ne sont pas des simulatrices. Selon le courant psychanalytique, cette personnalité trouverait son origine dans les conflits inconscients. Elle traduirait la résolution pathologique d'une sexualité

conflictuelle. Par rapport à la dépendance aux autres, la psychanalyse propose d'expliquer ce phénomène par une problématique de type orale : il s'agit de sujets immatures, inhibés, passif-dépendants, ne pouvant vivre que soutenu par un entourage maternel et protecteur.

Les théories cognitivo-comportementales insistent sur le rôle des renforcements éducatifs ayant eu lieu pendant l'enfance. Les parents sont soupçonnés d'avoir systématiquement renforcé les réussites de leur enfant en fonction de critères esthétiques, les qualités intellectuelles ou morales étant nettement moins valorisées. Par conséquent, le charme, la séduction deviennent les stratégies privilégiées de l'enfant pour répondre aux différentes sollicitations.

L'intolérance aux frustrations, l'hyperactivité émotionnelle sont de réelles sources de souffrance menant régulièrement à des décompensations dépressives. C'est souvent à ce moment qu'ont lieu les consultations. Celles-ci sont également vécues sur un mode séducteur et théâtral. Le thérapeute sera souvent pris en témoin de la détresse de l'histrionique. L'histrionique souffre généralement d'un manque d'introspection, d'un besoin de valorisation narcissique de la part d'autrui, d'émotivité excessive et donc d'un manque de rationalisation. L'objectif thérapeutique principal est donc de rehausser l'image de soi et d'apprendre au patient à analyser rationnellement les situations plutôt qu'intuitivement ou affectivement. La restauration de l'estime de soi est un objectif prioritaire des thérapies des personnalités histrioniques. Elles sont tellement convaincues de leur manque de valeur, elles y semblent tellement attachées comme à une image de marque, que seule la démonstration pratique et factuelle, par la confrontation de leur compétences réelles aux épreuves de la réalité, présente une réelle efficacité.

Le mode de traitement psychanalytique reste l'un des modes de traitement privilégié de la personnalité histrionique si on retient l'origine inconsciente de ce trouble."