

Le pervers narcissique entre en relation avec l'autre pour le séduire. Il séduit physiquement parfois mais surtout intellectuellement. Il est avenant, séduisant, sûr de lui. Surtout lorsqu'il est face à une personne qui n'est pas très séduisante. Il commence [bestpainrelievers.net](http://bestpainrelievers.net) à encenser. Vous êtes le meilleur, le plus doux, 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 vue.

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 loges et ces protestations d'attachement lui permettent de mieux vous couler à 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 manipulateurs 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 : douces et cherchant toujours à donner le meilleur d'elles-mêmes, elles sont sensibles. 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, d'vouées 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 manipulateur 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 généralistes, 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, d'vouées, 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 question 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 manipulées, il va falloir qu'elles réapprennent à penser par elles-mêmes. Il a nécessité 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.