

Jean-Charles Bouchoux

# Les pervers narcissiques

Qui sont-ils, comment fonctionnent-ils,  
comment leur échapper ?

Deuxième édition

© Groupe Eyrolles, 2009, 2011  
ISBN : 978-2-212-54865-5

**EYROLLES**



# Table des matières

Introduction : <b>Qui est le pervers narcissique ?</b> .....	1
<b>Chapitre 1 – Du besoin au désir, l'énergie pulsionnelle</b> .....	9
L'énergie du désir .....	10
Du besoin au désir .....	12
Le désir peut-il générer de la souffrance ? .....	13
Sommes-nous tous égaux face à la pulsion ? .....	15
Pulsion et perversion .....	16
Où vont nos pulsions ? .....	17
Le pervers et ses pulsions .....	22
<b>Chapitre 2 – La parole, terrain de prédilection                   du pervers narcissique</b> .....	31
La symbolique des mots .....	32
La fonction de la parole .....	33
Le mot, porteur d'informations .....	33
La communication paradoxale .....	35
<b>Chapitre 3 – Fragile Narcisse</b> .....	43
L'image de soi .....	43
« Le narcissisme dérobé aux objets » .....	44
Le crépuscule d'une idole .....	45

## LES PERVERS NARCISSIQUES

Fragilité narcissique structurelle ou conjoncturelle .....	47
Est-il mauvais d'aimer son image ? .....	48
Pourquoi le pervers doit-il démontrer que sa victime est mauvaise ? .....	49
<b>Chapitre 4 – Le pervers : un enfant dans un corps d'adulte</b> .....	53
Culpabilité et angoisse d'abandon .....	54
L'origine du besoin de pouvoir .....	58
Bernard, le phallus de sa mère .....	60
<b>Chapitre 5 – Le deuil impossible</b> .....	63
L'angoisse de la perte .....	64
Les différentes phases du processus de deuil .....	65
Les pathologies du deuil .....	66
Existe-t-il des moyens pour faciliter ou accélérer un deuil ? .....	68
<b>Chapitre 6 – Les stratégies du pervers</b> .....	69
Comprendre ses motivations .....	69
Collage et isolement : les moyens d'assujettir sa victime .....	76
L'utilisation d'un tiers .....	79
Dévalorisation de l'autre, manipulation et nécessité de le contrôler .....	80
« <i>As if</i> » : les pervers imposteurs .....	81
Un lien de dépendance fort .....	83
<b>Chapitre 7 – Les effets pervers sur la victime</b> .....	85
Une totale confusion .....	86
Des défenses abaissées .....	87
La dépersonnalisation .....	89
Un pervers peut-il rendre pervers ? .....	90

## TABLE DES MATIÈRES

Existe-t-il une victime type ? .....	91
Un peu d'hygiène parentale .....	93
<b>Chapitre 8 – Contrecarrer le pervers narcissique .....</b>	<b>97</b>
Gare aux étiquettes ! .....	97
N'est-il pas pervers de traiter quelqu'un de pervers ? .....	99
Interroger en miroir face aux injonctions .....	100
Renouer avec ses proches .....	101
Remettre de la distance .....	102
Oser détester .....	103
Faire le ménage dans son entourage .....	105
Nommer un tiers .....	105
Combattre le pervers .....	109
Le Festin de pierre .....	110
Sortir de la répétition .....	111
Ne plus chercher son image dans le regard de l'autre .....	113
Apprendre à désirer .....	114
Renoncer à comprendre .....	116
Sublimation et résilience .....	118
<b>Chapitre 9 – Aux sources de la perversion .....</b>	<b>121</b>
Des enfants maltraités ? .....	121
Jeu et réalité .....	123
L'importance de l'environnement .....	125
Les variations du visage de la mère .....	126
Le fantasme .....	128
Les mythes d'Œdipe et d'antœdipe .....	129
Incestuel et répétition .....	133
Parents pervers .....	135
Enfant symptôme .....	137

<b>Chapitre 10 – Les chemins de la compassion .....</b>	<b>143</b>
Le pouvoir de la compassion .....	143
L'altruisme .....	144
Pardon ou déni .....	145
Peut-on soigner sa famille et ses amis ? .....	146
De la projection au lâcher-prise .....	147
Amour et châtement : le témoignage de Jacques .....	149
<b>Chapitre 11 – Le pervers et sa victime : la valse délétaire ....</b>	<b>163</b>
Le symptôme de l'autre .....	163
Amour fou .....	165
Si tu te soignes, je serai guerrie .....	166
Un miroir paradoxal .....	166
Conclusion .....	169
Suggestions de réponses au cas Vanessa .....	171
Annexe .....	177
Bibliographie .....	185