PETITE
BIBLIO
PAYOT
PSYCHOLOGIE

ROBERT NEUBURGER

LES PAROLES PERVERSES

LES RECONNAÎTRE, S'EN DÉFAIRE



« Aie confiance, crois en moi… »

Ce livre vous aidera à repérer les situations et les paroles, les violences intimes, subtiles, qui relèvent de la manipulation, à mettre des mots sur des ressentis, des signaux d'alerte, avant que des dégâts psychologiques ne vous affectent. Nombre de dépressions, voire de délires, sont en effet engendrés parce qu'on se trouve seul face à des situations de désinformation : notre intuition, nos sentiments indiquent qu'il y a anguille sous roche, tandis que notre partenaire nous soutient que ce que nous voyons, nous ne le voyons pas, ou que ce que nous croyons, nous n'avons pas à le croire ! Faux raisonnements, mensonges, négationnisme, communication paradoxale : bienvenue au pays des mots tordus !

Robert Neuburger, psychiatre, psychanalyste, thérapeute de couple et de famille, est l'auteur de plusieurs succès aux Éditions Payot, dont *« On arrête ? on continue ? » Faire son bilan de couple,* et *Exister : le plus intime et fragile des sentiments.*

ROBERT NEUBURGER
AUX ÉDITIONS PAYOT

Les Paroles perverses. Les reconnaître, s'en défaire
Exister. Le plus intime et fragile des sentiments
Le Couple : le désirable et le périlleux
« On arrête ?... on continue ? » Faire son bilan de couple
L'Art de culpabiliser
Les Rituels familiaux
L'Autre Demande. Psychanalyse et thérapie familiale
Première séance. 20 raisons d'entreprendre (ou non) une psychothérapie
L'Hypocondriaque (avec Gilles Dupin de Lacoste)

Robert Neuburger

Les paroles perverses

Les reconnaître, s'en défaire

PETITE
BIBLIO
PAYOT

Retrouvez l'ensemble des parutions
des Éditions Payot & Rivages sur

payot-rivages.fr

Conception graphique : Sara Deux
Illustration : © Tom Tirabosco

© Éditions Payot & Rivages, Paris, 2016
et 2018 pour l'édition de poche

ISBN : 978-2-228-91556-4

AVANT-PROPOS

Au pays du langage tordu

« Mais chérie, comment peux-tu croire que je te trompe ! C'est juste que je suis trop préoccupé par mes affaires », répond un homme à sa compagne qui s'inquiète à la fois de ses absences et de son peu d'enthousiasme la concernant.

Les situations de manipulations langagières perverses, l'utilisation de faux raisonnements, de pièges langagiers, bref, de langage tordu dans les couples en difficulté sont de plus en plus fréquentes aujourd'hui. Elles font partie des violences conjugales.

Depuis quelques années, ces manipulations sont réputées être le fait de « pervers narcissiques ». Ce concept, inventé à la fin des années 1980 par le psychiatre et psychanalyste Paul-Claude Racamier à propos d'une forme particulière de psychose, popularisé ensuite par Alberto Eiguer et surtout par Marie-France Hirigoyen, est largement utilisé dans les conflits de

couple pour qualifier un conjoint ou un compagnon qui serait manipulateur[1].

Il me semble toutefois que les personnes qui manipulent pour le simple plaisir de manipuler ne sont pas si courantes. La majorité des gens utilisent les techniques de manipulation langagière sans être pour autant des « pervers narcissiques ». Le cas le plus fréquent est celui où la manipulation sert à cacher un comportement susceptible de poser problème dans le couple, par exemple une tromperie. Il n'en reste pas moins que les effets peuvent être dévastateurs.

Ce livre est destiné à vous aider à repérer les situations et les actes de votre compagne ou de votre compagnon qui relèvent de la manipulation, à mettre des mots sur des ressentis, des signaux d'alerte, avant que des dégâts psychologiques ne vous affectent. Nombre de dépressions, voire de délires, sont engendrées par le fait qu'on se trouve seul(e) face à des situations de désinformation : notre intuition, nos sentiments indiquent qu'il y a anguille sous

1. Voir Paul-Claude Racamier, *Le Génie des origines : psychanalyse et psychoses*, Paris, Payot, 1992 et *Les Perversions narcissiques*, Paris, Payot, 2012 ; Alberto Eiguer, *Le Pervers narcissique et son complice*, Paris, Dunod, 1996 ; Marie-France Hirigoyen, *Le Harcèlement moral : la violence perverse au quotidien*, Paris, Syros, 1999.

roche, tandis que notre partenaire nous soutient que ce que nous voyons, nous ne le voyons pas, ou que ce que nous croyons, nous n'avons pas à le croire !

Pourquoi, dans le cadre d'une relation, l'un des partenaires (et parfois les deux ensemble) va-t-il utiliser le langage de façon à engluer l'autre dans un piège ? Et comment se fait-il que, souvent, l'on soit incapable de repérer la perversité d'une parole ? Dans tous les couples, si les conditions sont réunies, certains pourront s'exprimer sur un mode pervers, et d'autres pourront se laisser abuser par des phrases qui reposent sur des syllogismes, des faux raisonnements.

Paroles perverses et perversion langagière : ces deux termes ne se superposent pas. La perversion langagière renvoie à ce qui se passe quand le langage ne suit pas les règles grammaticales normales ; les paroles perverses renvoient à une intentionnalité, le plus souvent celle d'aveugler l'autre, et pour atteindre ce but, éventuellement assujettir l'autre, le pathologiser. L'adjectif « pervers », j'insiste, ne se réfère pas ici à une inclination à faire le mal pour le mal, ce qui serait la composante personnelle d'un sujet, mais à des paroles trompeuses proférées dans un contexte donné, ici le couple.

Un couple est une bulle opaque au monde extérieur. Le revers de cette intimité est qu'il n'y a pas de témoins de ce qui s'y passe. Dans ce contexte peuvent se jouer des drames. Des modes pervers d'utilisation du langage peuvent être utilisés afin d'aveugler, rendre confus, stigmatiser son ou sa partenaire. Le couple est un petit laboratoire où l'on cultive toutes sortes de techniques communicationnelles, des plus banales aux plus sordides et dangereuses, qui peuvent conduire à la dépression ou à la folie. Il est utile d'apprendre à repérer ces pièges langagiers pour s'en déprendre, d'autant qu'on les rencontre également dans d'autres contextes, tels les milieux professionnel, médical, religieux.

Ce livre parle de désamour et de « mots tordus ». Là où l'on ne s'aime plus, germent en effet les paroles perverses. Dans un couple, seul l'amour partagé protège.

1

La nature de l'aveuglement : séduction, confiance, désamour

Les risques de la séduction

Aucune manipulation perverse ne peut avoir d'effet tant qu'une relation étroite ne s'est pas installée entre les partenaires. Un couple, au début, repose donc en général sur une séduction, si possible réciproque. Dans ce cas, tout va bien. Chacun entraîne l'autre dans une danse où s'entremêlent l'amour de l'autre et la recherche d'amour pour soi, une danse ayant des tempos différents, depuis la valse lente jusqu'au rock frénétique, de l'amour pensé à la passion houleuse. Mais la séduction est aussi la première phase d'un processus complexe qui crée l'emprise d'un sujet sur un autre. Quand on est séduit, on s'ouvre à l'autre, on lui fait confiance. Il est alors possible d'être manipulé(e) par des techniques de suggestion. Si un déséquilibre se crée, par exemple dans le cas de l'émergence

du désamour, le lien peut être utilisé de manière perverse, aboutissant à une situation où l'emprise peut s'exercer.

S'engager dans une relation fondée sur la séduction comporte nécessairement des risques. L'un de ces risques est de tomber sur un prédateur ou une prédatrice dont le désir se réduise au plaisir de séduire. Il ne signifie rien d'autre à leurs yeux, et surtout pas un engagement. Dans ce cas, les manipulations langagières seront d'emblée au rendez-vous.

Plus banales sont les situations où l'un des partenaires ne ressent plus, à l'égard de l'autre, l'amour qui était à la base de leur relation. Que l'objet de ce désamour veuille néanmoins poursuivre la relation ou qu'il souhaite, au contraire, se désengager, des manipulations langagières plus ou moins raffinées, au premier rang desquelles figure le mensonge, seront alors utilisées.

N'oublions pas que la séduction existe parce que tout être humain a besoin, pour exister, de rêver des relations idéales et des appartenances valorisantes[1]. Les relations entre deux êtres qui sont entrés dans un couple de façon symétrique, où chacun

1. Voir Robert Neuburger, *Exister : le plus intime et fragile des sentiments*, Paris, Payot, 2010.