

La manipulation mentale

Qui séduit et qui se laisse séduire ?

Notes prises lors de l'intervention de Françoise Chanussot, psychologue clinicienne, lors d'une réunion régionale des ADFI du Sud-Ouest.

On parle de manipulation mentale lorsqu'un individu ou un groupe exerce, d'une façon ou d'une autre, une tentative de contrôle, le plus souvent psychique, sur autrui entraînant une déstabilisation des processus décisionnels, de la capacité à juger, du pouvoir d'auto critique.

Autrement dit, la manipulation mentale est le fait d'obtenir de quelqu'un qu'il fasse ou pense quelque chose, sans qu'il ne s'en aperçoive véritablement, sans qu'il puisse décoder que sa réflexion est hors service.

Le mécanisme d'emprise par un pervers narcissique

Lorsqu'elle vise à exercer une emprise sur autrui, la manipulation mentale est l'oeuvre d'un manipulateur, en psychopathologie on l'appelle un pervers narcissique.

Rien ne le distingue particulièrement, et si nous croisons son chemin, il y a de grandes chances pour que nous le trouvions sympathique, accueillant, intelligent et même cultivé. Les manoeuvres qu'il déploie sont dissimulées et n'alertent pas.

Cette capacité à manipuler n'est donc pas l'apanage de n'importe qui, elle est celle du pervers narcissique dont la description a été faite à la fin des années 80, notamment par Alberto Eguier, psychiatre et psychanalyste, dans son livre « Le pervers narcissique et son complice »¹. Le titre même de l'ouvrage indique la nécessité d'un « autre » sur qui va se déployer la manipulation. Ce « complice » doit également avoir certaines dispositions psychologiques qui vont l'amener à se « soumettre ».

¹ Alberto Eguier. Le pervers narcissique et son complice. Dunod. 2003.

Le pervers narcissique

Un pervers narcissique est un individu présentant une personnalité marquée à la fois par un narcissisme exacerbé et des traits de perversion morale :

- le *narcissisme* est une composante de toute personnalité, fondation en quelque sorte de notre Moi et de l'amour de soi. Sa fragilité, ses insuffisances conduisent à des troubles dits « narcissiques », comme le besoin incessant d'être admiré associé à un besoin de reconnaissance et d'empathie.
- la *perversion* est aussi une composante commune de la personnalité de chacun : c'est le fait de détourner². La pathologie associée correspond à un type particulier de personnalité, tendant vers la satisfaction de ses désirs et de ses besoins aux dépens des autres. Il va donc utiliser l'autre à ses propres fins sans aucun respect d'autrui.

Parler de manipulation ne peut se faire qu'en décrivant comment fonctionne le pervers narcissique. Celui-ci, sous l'influence de son Moi grandiose, essaie de créer un lien avec autrui en s'attaquant tout particulièrement à l'intégrité narcissique de ce dernier, c'est-à-dire au fondement même de sa personnalité afin de la désarmer et de se l'approprier.

Il attaque la confiance de soi et l'auto-estime chez l'autre ; il cherche et réussit à faire croire que le lien de dépendance de l'autre envers lui est irremplaçable, et que c'est l'autre qui en a besoin et qui le sollicite : voilà le *détournement*.

Le pervers narcissique est envieux de la pensée autonome de sa proie, de son intensité émotionnelle et de sa créativité. Ce qui exacerbe sa possessivité, c'est le fait de se lancer « à la conquête » du territoire psychique de l'autre. Il ignore ce qui peut aller à l'encontre de son propre intérêt. Ce qui importe pour lui, c'est de regonfler son Moi et pour cela il veut un « être » qui l'admire et qui va lui renvoyer une image extraordinaire ou prestigieuse de lui-même.

Le pervers narcissique traite autrui comme une chose, un ustensile. Il faut donc avoir une certaine prédisposition psychopathologique pour pouvoir pratiquer une manipulation mentale, dont le but n'est pas une communication ni un échange, mais un « discours falsifié » qui amène à une conversion.

Si l'auditeur, dont le parcours de vie se trouve en attente, en questionnement, en

2 Détourner quelque chose de sa vraie nature, de la normalité.

défaillance, est disponible pour cette écoute, il est prêt à répondre au chant des sirènes et à écouter toute la fable jusqu'à son dénouement.

Paradoxe de la proposition sectaire

Dans le cadre des dérives sectaires, la manipulation mentale va revêtir d'abord les atours de la séduction, en proposant des « solutions » à l'auditeur en recherche : par exemple, il aura des réponses simples voire simplistes à des interrogations compliquées. Le manipulateur charme l'auditeur en créant l'illusion de l'échange affectif ; il va jouer en permanence sur le registre des émotions, gommant toute logique, faisant passer un mensonge pour LA vérité ; il oppose la morosité voire la morbidité du réel à la perspective réconfortante d'une « illusion groupale idyllique »

Une fois l'intérêt suscité, vient le temps de la persuasion, en sollicitant la compréhension de l'auditeur. Si cela réussit, le changement de pensée ou d'attitude confirme l'adhésion.

Ce n'est possible que parce que le sujet manipulé n'est plus en mesure de réfléchir logiquement. En effet le langage utilisé n'exprime pas clairement les intentions, il est plein d'allusions floues.. Les propositions sont formulées de façon paradoxale : un double message est transmis dont la première proposition est invalidée par une deuxième dans la même phrase. Ce pourrait être par exemple « si tu veux exister, renonce à penser », ou encore « sois libre et suis moi ».

Ceci place la communication dans un non-sens et a pour effet de disjoindre la pensée. Il n'y a plus de réplique claire possible, la seule solution est de « faire et croire ce qu'on me dit ».

Des paradoxes vont en découler :

- Le participant qui fait d'abord l'expérience du mieux-être, tire de la situation d'évidentes satisfactions : pour lui « le sacrifice à consentir est la garantie du libre choix ».
« Personne ne te force à continuer » se dit-il ensuite... Mais comment renoncer à ce qui manifestement fait du bien !
Le paradoxe se dévoile dans l'adhésion même du sujet, puisque ce dernier croit qu'elle relève de sa volonté et de sa décision, alors qu'elle résulte de la manipulation.

Le manipulateur commence de façon insidieuse par une disqualification du Moi du sujet. Il fonde son art non sur la raison et la logique, mais sur l'affect et les sentiments, dont il peut d'autant mieux jouer que lui-même n'en éprouve aucun (c'est un acteur) : « Il ne démontre pas : il émeut ; il ne répond pas : il bouleverse »³.

- Le pacte social d'une communication véritable est enfreint, pas de sincérité, pas de respect de la parole de l'autre : l'échange est mystifié.

Le langage perd donc sa valeur symbolique car il n'est plus partageable, il ne s'adresse plus à quelqu'un, et ce que l'auditeur croit être une communication universelle est au contraire un appauvrissement et un enfermement. C'est comme s'il y avait une dissolution du Je, remplacé par les paroles des membres de la secte.

De l'individu au groupe

Le Moi du sujet devient en conformité et en fusion avec le Moi collectif du mouvement sectaire, la perte d'identité est en route. A la manière d'une araignée, le manipulateur emballe ses proies dans un filet serré de faux semblant, de demandes non dites et de mensonges explicites.

La manipulation n'est faite que pour confondre et faire effraction dans le Moi. Cette attitude manipulatrice contraint, empiète, pénètre, absorbe, elle « prend la tête », opérant insidieusement un *décervelage*⁴. Comme elle essaime avec autant de force qu'elle disjoint et disjoncte, elle peut contaminer des familles voire des groupes.

Le sujet manipulé est mis « hors de pensée » : il ne peut plus faire liaison, la chaîne relationnelle extérieure est brisée, il ne subsiste que des fragments épars qui seront unifiés par les pratiques et les exercices de la secte conduisant vers le salut et l'assurance d'être un « élu » parmi les ignorants.

Ce processus d'emprise est dissimulé sous la merveilleuse utopie d'éviter le conflit, et de dissoudre toute responsabilité dans la communauté.

³ *La mécanique des sectes*, Jean-Marie Abgrall, Documents Payot, 1996 et 2004.

⁴ *Pensée perverse et décervelage*, Paul-Claude Récamier, Ed. Apsygée Gruppo N°8, 1992.

La victime : un retour à l'enfance

Dans ces moments de doute, de recherche, de solitude ou d'abandon, la fragilité d'une personnalité où des plages d'immatrité perdurent, prépare le sujet à se perdre dans un miroir aux alouettes qui lui promet de retrouver les paradis infantiles perdus : paradis de fusion et de toute puissance des premiers moments de la vie.

En effet, s'il n'existe pas de profil type de la victime, il n'en reste pas moins que la plupart d'entre nous avons le désir inconscient de renouer avec la pensée magique de notre enfance. C'est-à-dire, espérer voir la réalisation immédiate de nos désirs, retrouver la toute puissance infantile et l'état symbiotique, avec la mère ou son substitut.

L'enfant se construit dès son plus jeune âge en apprenant peu à peu à dépasser ce sentiment premier de la toute puissance de la pensée, cette croyance primordiale en un monde qui ne serait que la projection et la satisfaction immédiate de ses désirs.

Il va vivre des frustrations en se confrontant au principe de réalité, étapes nécessaires pour faire de lui un être autonome.

Or, dans la secte, plus de frustration, l'illusion groupale rend compte d'un imaginaire collectif, le groupe existe comme réalité à la fois immanente et transcendante à chacun ; comme une bonne mère exigeante et donnante et qui n'a que de « bons enfants » ; comme une salle close aux murs tapissés de miroirs renvoyant à l'infini les reflets narcissiques de chacun mais qui ne sont en fait que ceux du pervers narcissique qui gouverne.

L'étape suivante, qui est celle de la désillusion et de l'acceptation des différences entre individus, se trouve aussi annulée : pas de désillusion au sein du mouvement sectaire, la pensée unique asservie comble l'adepte en l'éloignant et en le protégeant de tout choix personnel, de tout conflit et en évitant toute différenciation.

La secte devient un refuge idéal, où le gourou dirigeant notre vie, prétend nous combler par sa seule présence et résoudre nos éventuelles angoisses avant même qu'elles ne se manifestent ; cette proposition est d'autant plus séduisante que l'on traverse une période de bouleversements personnels.

C'est ainsi que les individus les plus intelligents, les plus cultivés peuvent devenir capables d'une crédulité incroyable, face à ces promesses de réalisation personnelle et de bonheur.

L'adolescence, un moment critique

Ayons une attention particulière en ce qui concerne l'adolescence qui, comme chacun sait, est dans nos sociétés contemporaines une période critique où l'ado voit ses affects se modifier, voire changer radicalement. Il hait aujourd'hui ce qu'il adorait hier. Il rejette la cellule familiale qui lui a permis de construire son évolution psychique depuis sa naissance. Il est en quête identitaire, et pour cela revendique une autonomie, en dehors du milieu familial qui ne le comprend plus. Il rejette ce monde passé, obsolète pour s'ouvrir à ce qui ne ressemble pas aux conduites apprises. Sa libido jusqu'alors investie dans les objets d'amour parentaux est disponible pour aimer ailleurs et brûler, en quelque sorte, ses anciens investissements affectifs.

Les propositions émanant de groupes sociaux ou d'individus étrangers à la cellule familiale, sont pleines d'espoir pour lui, dans sa quête de nouveaux investissements psychiques.

L'alternative sectaire offre alors une pensée différente des pratiques qui n'ont rien à voir avec les us et coutumes familiaux ; tant mieux si elles sont asociales ou même antisociales, elles en seront plus dignes d'intérêt car leur message sera enfin LA vérité et non la pourriture déliquescence de notre société.

Cette alternative sectaire présente une cohérence et une rigueur qui sont de plus en plus absentes de notre quotidien. Et ce cadre contraignant, puisqu'il est extérieur, le rassure alors qu'il s'insurge si le cadre familial propose des limites. Il pense exercer son libre arbitre en le choisissant.

De plus, avoir trop de choix rend la prise de décision si difficile que cela suscite un conflit interne. C'est, là aussi, un paradoxe : « tu as droit à tout : choisis ».

Dans le mouvement sectaire, le discours est univoque, plus de choix multiple : « viens à moi et tu seras récompensé, tu possèderas tous les savoirs et les pouvoirs ».

Ce discours se réfère au merveilleux, à l'incroyable alors que les réponses parentales sont terre à terre et banales.

L'identification aux idées de la secte est vécue par l'ado comme un « emprunt de personnalité » (Abgrall), mais cette expérience n'assure pas le passage à l'âge adulte, cette pensée sectaire l'infantilise et l'éloigne de tout processus d'identification adulte sans, bien sûr, qu'il puisse en prendre conscience.

Au contraire, cette identification le maintient dans une position infantile de régression. Il redevient un bébé fusionnel à son objet d'amour, la toute puissance est à nouveau agissante et il se croit « le roi du monde ».

Apprendre à grandir, c'est renoncer à cette pensée magique, à cette toute puissance, c'est apprendre à se construire un espace intérieur et à se confronter au principe de réalité.

Lutter contre une dérive sectaire d'un adolescent requiert autant de tolérance que de clairvoyance dans l'écoute de son discours et de ses rêves.

Pour finir, je conclurai avec le Dr Abgrall⁵

« Le développement de l'esprit critique représente le seul barrage contre les déviations de pensée qui président à l'entrée dans une secte. [...] Si le merveilleux ne doit pas être exclu du monde, si la magie peut le colorer, il est indispensable de donner à l'adolescent les éléments qui lui permettent d'établir les limites à ne pas franchir. [...] Ce devoir d'éducation est d'autant plus difficile qu'il implique un paradoxe permanent [mais cette fois-ci le paradoxe n'est plus aliénant mais salvateur] : investi du pouvoir et du savoir, le parent doit enseigner que la liberté ne peut être conquise que dans la critique du pouvoir et du savoir »

5 In préface de *Sectes, gourous, etc. Eviter aux ados de se laisser piéger*, Dominique Biton, Albin Michel, 2003.

