

Le trouble de la personnalité narcissique

Le narcissisme est une des composantes intrapsychiques de l'humain. Constitué durant l'enfance, il nous accompagne tous, tout au long de notre vie. L'équilibre consiste à en avoir, ni trop, ni trop peu. Le narcissisme est donc présent chez toute personnalité, saine, névrotique ou psychotique.

En langage courant, le narcissisme c'est l'amour qu'une personne a pour elle-même, l'attention excessive portée à soi. Une personne chez qui cet amour devient trop important aura tendance à interpréter la réalité en fonction de sa propre personne.

En psychologie, le narcissisme est considéré comme une fixation sur soi-même. L'individu est très centré sur lui-même et a constamment besoin d'être le centre d'attention des autres. La personnalité narcissique se caractérise par des troubles de la personnalité et du rapport aux autres.

Les troubles de la personnalité narcissique ne sont pas à confondre avec la « perversion narcissique » (qui fera l'objet très prochainement d'une « fiche pratique psy » à part entière) :

Le trouble de personnalité narcissique et la perversion sont deux choses indépendantes. Vous pouvez avoir un ulcère à l'estomac et en même temps une angine, les deux ne sont pas liés entre eux. Là, c'est pareil.

Le trouble de personnalité narcissique est une pathologie répertoriée dans le DSM-5. Le patient souffre de son symptôme et il peut être soigné.

La perversion, c'est le fait de prendre du plaisir à faire souffrir autrui. Ce n'est pas une pathologie. Le pervers ne souffre pas, il va même très bien parce qu'il prend du plaisir. Il n'y a donc rien à soigner sur le plan médical.

Le trouble de la personnalité narcissique est considéré comme une névrose, cela même si la composante majeure des troubles psychotiques est aussi narcissique (comme la sociopathie par exemple). Cependant, il ne faut pas perdre de vue qu'un « glissement » peut s'effectuer dans le cadre des troubles narcissiques névrotiques vers la psychose selon l'intensité de ce trouble (comme dans le cas de l'histrionisme par exemple -qui fera également l'objet d'une « fiche pratique psy » très prochainement- dont on considère, sur le plan psychiatrique, qu'il se situe juste à mi-chemin entre névrose et psychose) et selon la structure du terrain psychique, de sa fragilité éventuelle.

Ainsi, la névrose, qui se manifeste souvent via des troubles du comportement, nous concerne tous et nous fait rester en contact avec la réalité (elle peut donc évoluer dans le temps). La psychose est structurelle, indéfectible, ne peut pas évoluer.

La légende de Narcisse :

Le terme « narcissique » vient de la légende de Narcisse :

Ce nom provient de la mythologie grecque. Narcisse est le fils issu d'une nymphe et d'un dieu du fleuve. C'est un très beau jeune homme dont toutes les personnes l'approchant tombent éperdument amoureuses, alors que lui, n'éprouve que mépris pour les sentiments et indifférence pour autrui.

Il blessa ainsi un grand nombre de jeunes filles, et un jour l'une d'elle obtint des Dieux une punition pour Narcisse : « que celui-là qui n'aime aucun autre s'éprenne de lui-même ».

C'est ce qui arriva, et Narcisse, apercevant son reflet dans l'eau d'une fontaine, tomba aussitôt en extase et follement amoureux de son image, ne pouvant s'en approcher, et ne pouvant pas non plus s'en éloigner.

Et ainsi, ne se lassant pas de contempler sa ressemblance, il dépérit et mourut.

Une fleur très odorante poussa près de là et fut nommée Narcisse.

Qu'est-ce qu'un narcissisme sain ?

Ainsi, on considère qu'un narcissisme sain existe lorsqu'une personne arrive à s'estimer de façon positive, mais arrive aussi à reconnaître ses failles, c'est-à-dire sa part d'ombre, sans la projeter sur l'autre.

Mais il ne suffit pas d'une bonne estime de soi ! Encore faut-il que cette estime de soi soit confirmée par son entourage, en premier lieu la mère quand on est enfant, puis le conjoint quand on entre dans une relation amoureuse.

L'estime de soi se construit donc, d'une part grâce au narcissisme, mais aussi, d'autre part, dans la relation à l'autre. Freud voit un lien entre le fait d'être aimé et l'estime de soi : « ne pas être aimé rabaisse le sentiment de soi, être aimé l'élève. » (Freud).

L'individu possédant un narcissisme correct et mesuré s'aime assez pour se sentir en confiance dans les actions de sa vie, se sent sécurisé dans les entreprises qu'il mène, connaît une estime de soi suffisante pour mener à bien des projets. Également il sait aimer et se sentir aimé, sans frustration ni sentiment de toute-puissance. Il peut donner et recevoir, se remettre tout ou en partie en question. Il est capable de vivre un deuil, une rupture, sans se désorganiser, sans s'anéantir. Il rebondit après les coups durs, se reconstruit après un vacillement. Il est sensible, mais sans excès aux marques d'attention et a besoin de la reconnaissance d'autrui, mais sans dépendance.

Construction du Narcissisme selon la psychanalyse :

Freud :

Le narcissisme primaire a été introduit par Freud assez tardivement, comme un échelon nouveau dans sa théorie du développement psycho-sexuel. Entre l'auto-érotisme, phase où l'énergie d'investissement (libido = énergie) n'est pas encore tournée vers l'extérieur mais reste concentrée sur les différents plaisirs corporels et sensitifs du premier âge, et l'amour objectal, où l'autre apparaît comme objet d'amour possible, se situe selon Freud le stade du narcissisme primaire : L'objet d'amour investi alors n'est pas une personne extérieure, mais soi-même. La libido est déjà concentrée, les pulsions partielles fusionnent en un tout, d'abord dirigé vers soi, avant, normalement, de se diriger vers une puis plusieurs personnes extérieures. En premier lieu, la personne dispensatrice des soins, bien sûr.

Freud introduit l'idée d'un conflit entre la libido du Moi, et la libido d'objet.

Le Moi primaire est encore indifférencié, tout juste sorti du ça.

Le narcissisme secondaire : Dans un second temps, une autre phase d'investissement du Moi, dit narcissisme secondaire, va apparaître, dans la phase de la libido d'objet.

En effet, la libido investit les objets d'amour extérieurs et ensuite, retourne au Moi, enrichie des images, des représentations des figures auxquelles elle s'est identifiée. Le Moi se renforce ainsi grâce à des objets extérieurs intériorisés. Ces introjections alimentent le Moi, lui permettant petit à petit de créer une maîtrise sur l'extérieur, un mouvement entre obéir et résister, s'assouplir ou se durcir, prendre et rejeter....

Au départ existe donc normalement une relation privilégiée, symbiotique entre la mère et son bébé.

La maman, emprunte d'admiration est séduite par son enfant, et séduit celui-ci Cette séduction qui est remplie d'amour est vitale car c'est à travers ce regard que l'enfant se voit, voit son image, et au-delà sa propre estime.

C'est une relation d'amour primaire originale entre la mère et l'enfant et se termine normalement par le deuil original de cette relation fusionnelle qui s'inscrit dans le développement normal de l'enfant. et qui vise la différenciation, l'autonomie et la séparation afin que cette relation

fusionnelle s'éloigne du narcissisme primaire pour devenir une relation d'objet.

Mais cette relation mutuelle peut devenir exclusive, à l'écart de toute autre personne et interférence : ainsi le deuil originare de la séparation qui conduit à la découverte de l'objet ne peut avoir lieu. Elle devient alors pathologique ; l'enfant séduit narcissiquement est sous l'emprise omnipotente de sa mère

Racamier (Le génie des origines) : « Le désir qui chez la mère la pousse à séduire narcissiquement son enfant est que cet enfant reste une partie d'elle-même, physiquement et psychiquement et qu'à eux deux ils forment un organisme omnipotent défiant toute autre présence et toute autre loi, ainsi l'enfant narcissiquement séduit doit être comme s'il n'était pas né, en tout cas comme s'il n'avait pas été engendré : la représentation du père et du sexe du père est exclue »

C'est vivre le fantasme d'unisson et de toute puissance

Si le désir de la mère devient réalité, cette relation exclusive, narcissique, devient pathologique et se répercute sur les futures relations de l'enfant devenu adulte. En effet, l'autre, c'est-à-dire le partenaire, ne pourra exister en tant qu'objet séparé, mais sera englouti dans son psychisme, sans que cet autre puisse éprouver, inspirer et représenter du désir. Son statut est celui d'un « objet - non-objet ». Il n'existe plus en tant que qu'être humain de désirs et de besoins.

Nous constatons qu'un narcissisme primaire doit théoriquement s'acheminer vers l'acceptation de la différence, de l'altérité de l'autre afin d'acquérir estime de soi, autonomie et liberté de choix, c'est-à-dire avoir le choix de ses décisions.

La relation d'objet étant établie par le constat de l'existence de l'autre, cette relation d'objet peut subir des carences affectives, avec des traumatismes psychologiques divers qui seront à l'origine de failles plus ou moins importantes dans l'édification du narcissisme sain, c'est-à-dire de l'estime de soi et conduira la personne à régresser à un stade de fixation du développement de la personnalité qui est un point d'encrage mais aussi une position défensive et de repli lorsque le fonctionnement normal est entravé dans son développement.

Le narcissisme secondaire pathologique c'est donc le retrait de la libido aux objets avec retour secondaire d'investissement sur le moi. Au lieu de diriger son regard vers le monde extérieur, celui-ci est centré vers lui-même, son monde intérieur.

Ce narcissisme secondaire portera les marques du narcissisme primaire, infantile, peu apte à la réalité et aura avant tout un rôle défensif plus qu'une fonction de médiation entre son univers pulsionnel et la réalité extérieure.

Le narcissisme secondaire pathologique est le repli de la pulsion sur le moi. Ce repli caractérise la névrose narcissique dont le sens dans un premier temps désigne la psychose par Freud. Mais celui-ci revient sur ce point et propose de limiter le terme de névrose narcissique aux affections mélancoliques, afin de les distinguer tant de la névrose que de la psychose.

Pour Eiger :

D'après A. Eiger le narcissisme structure le fonctionnement de la personnalité et se retrouve dans toute personnalité normale ou pathologique. C'est un mouvement considéré par Freud de nature évidemment narcissique et auto-érotique.

Cependant A. Eiger dans « Le pervers narcissique et son complice », considère trois

narcissismes structurels différents qui sont : le narcissisme-cadre, le narcissisme de vie et enfin le narcissisme de mort.

-Le narcissisme cadre

Le narcissisme cadre a pour fonction de contenir le moi, de délimiter le dedans et le dehors afin d'investir l'autre comme un objet distinct de soi.

Le narcissisme cadre englobe le sujet dans son unité corporelle et psychique et permet la relation entre soi et l'autre en se désinvestissant de son narcissisme pour investir le narcissisme de l'autre par une certaine dose d'identification projective qui cadre avec son propre narcissisme. « Il crée la confusion d'identités pour cerner la différence. Il postule l'anonymat pour faciliter la nomination de l'autre. »

-Le narcissisme de vie

Le narcissisme de vie dont la pulsion de vie pour A. Green permet l'investissement de soi, de ses idéaux, de l'estime de soi.

Il apparaît clair qu'un narcissisme de vie dont existe une inflation de l'investissement de l'estime de soi va déborder le Moi par excès et provoquer soit l'omnipotence, la mégalomanie, caractère narcissique ou psychose.

Le narcissisme de vie peut également régresser et subir un déficit lors du deuil, des crises de l'existence et toute situation de stress.

-Le narcissisme de mort

Le narcissisme de mort, lié à la pulsion de mort c'est la tendance au désinvestissement en s'isolant du monde extérieur et des excitations conflictuelles. Cela peut conduire à la déstructuration, l'anéantissement du Moi et peut se rencontrer dans l'autisme.

Les formes pathologiques du narcissisme cadre sont, d'après A. Eigler :

La symbiose, par excès.

Par défaut : la perversion narcissique, la schizoïdie, l'autisme (tous les auteurs ne sont pas d'accord sur la place de l'autisme dans cette forme pathologique), la toxicomanie et la psychopathie, dont l'absence provoque une incapacité de l'attachement.

« Le désinvestissement objectal laisse transparaître ici le vide. Pourtant il ne s'agit pas d'un vide vécu comme angoisse d'anéantissement, mais d'un vide sans représentation ni affect » (A. Eigler). Cela fait penser au vide structurel du Pervers Narcissique qu'il essaie de remplir par l'appropriation imaginaire de l'espace psychique de l'autre. »

En résumé :

Ainsi l'identité se crée par tâtonnements entre l'investissement pour l'extérieur et la réassurance intérieure, entre l'amour des autres et l'amour de soi.

L'enjeu identitaire est à la fois de s'inclure parmi les autres et de se différencier suffisamment pour se caractériser comme un être unique. Difficile équilibre entre les deux tendances. Personne ne veut « être comme tout le monde » et chacun se satisfait à décrire ses pseudo-particularités, et en même temps, personne ne supporte l'idée de l'exclusion, du « trop-différent ».

Mais toute la libido ne s'investit pas dans les objets extérieurs, même ensuite : Une partie

de l'énergie d'amour reste investie dans le Moi, et constituera l'estime de soi. Cette estime de soi correspond en fait à l'Idéal du Moi, construit au fil des représentations et des valeurs. Les désirs n'entrant pas en conformité avec cet Idéal sont refoulés, et ainsi le fort narcissisme de l'enfance peut se reconstituer.

Un certain nombre de personnes ont investi leur Moi de façon très importante, car elles ont fixé leur libido à un stade du narcissisme infantile, que leur besoin de se voir briller dans le regard des autres supplante leur capacité de s'intéresser à quelqu'un d'autre de façon « gratuite » sans en attendre un retour en investissement (ou en preuve d') d'amour.

Quand un Narcissisme devient-il déséquilibré ?

C'est quand l'amour de soi est excessif ou défaillant.

Aux côtés de cet étalon du narcissisme bien-portant, se trouvent de nombreuses anomalies de l'amour de soi, dont tout un chacun souffre un jour ou l'autre. En effet, le développement du narcissisme, composante essentielle du psychisme, ne s'accomplit pas sans heurts.

Il existe deux catégories de pathologies narcissiques : soit l'excès d'amour de soi, avec ses composantes d'égoïsme, d'absence d'empathie, de superficialité dans les sentiments pour autrui. Soit l'insuffisance de narcissisme, issue de blessures dans l'estime de soi, de manques affectifs jamais comblés. Les deux proviennent du même manque de constance et de solidité dans la mise en place de l'amour de soi.

Les causes de ce déséquilibre :

Chaque histoire est unique, aucune cause précise n'engendre tel ou tel effet. De multiples facteurs, de nombreuses influences sont à l'origine de ce qu'on devient un jour.

On peut cependant mentionner la présence de certains ingrédients ayant une influence néfaste dans la construction psychique. Lorsqu'un des parents, par exemple, encense la plupart du temps son enfant, mais le dénigre à d'autres moments : l'enfant est alors extrêmement blessé, et n'aura de cesse de satisfaire à nouveau pleinement ce parent tout à coup mécontent. Il n'aura pas les leviers cependant, pour le faire, et sera lui-même toujours persuadé de n'être pas à la hauteur de certaines exigences. Toute situation où l'un des parents utilise son enfant comme un objet devant satisfaire son propre narcissisme : toute éducation ayant pour but de valoriser le parent, n'aura d'autre effet que rendre l'enfant dépendant, non construit individuellement, au narcissisme immature.

Il existe aussi des situations où l'enfant ressent que l'un de ses parents n'est jamais content de lui. Ou ne s'intéresse guère à lui, voire le rejette ou l'abandonne...

Comment se manifeste un trouble de la personnalité narcissique :

Le trouble narcissique est le fait d'une insuffisance dans la construction du narcissisme. Cette défaillance apporte des doutes récurrents sur sa capacité à être aimé, et un besoin constant d'être rassuré, comblé par les regards des autres. L'excès de demande d'attention et de reconnaissance, la frustration extrême voire l'impossibilité d'entendre la moindre critique, sont les grands signes des fragiles narcissiques. La critique engendre de leur part emportement, colère, rejet. Car elle les désorganise totalement. C'est le risque de chaos.

Il y aura alors fuite, si les critiques sont trop vives. Le narcissique ainsi va voguer de relations (amicales, amoureuses) en relations, car, au moment où ce qu'il voit de lui dans les regards

des autres n'est plus positif, il fuit. Et se reconstitue un entourage, qu'il séduit dans un premier temps, puis déçoit à nouveau.

Car le narcissique promet d'aimer, mais ne peut pas aimer, sauf lui-même.

Il ne se rend pas compte de ce qu'il fait vivre aux autres, malmène son entourage, sans remords ni culpabilité (ou cela ne dure pas longtemps). Car, ayant peu d'empathie, il peut mettre de côté ses états d'âme éventuels, s'il estime son intérêt personnel ou son plaisir à lui, en jeu.

Il est préoccupé avant tout de son image, du reflet qu'il voit dans l'œil d'autrui. Il s'est pris lui-même comme objet d'amour.

« Il exige constamment que l'on s'intéresse à lui, qu'on lui renvoie une image flatteuse. »

En d'autres termes, les caractéristiques principales des défaillances du narcissisme sont :

*Le sentiment de toute-puissance

Une certaine satisfaction de soi est nécessaire pour construire sa vie.

Mais un excès d'estime pour ce que l'on a accompli entraîne des sentiments d'exaltation, de toute puissance, de supériorité, voire d'arrogance, difficilement soutenables pour l'entourage (mégalomanie).

Cette fatuité, ce renflement du Moi, cette envie de parler de soi, uniquement de soi, cette façon de toujours tout ramener à soi, cette inflation autour de sa propre personne et de ses prouesses jamais suffisamment détaillées, sont les marques de reconnaissance du Narcisse. Il peut aussi agir de façon théâtrale ou faussement modeste, n'attendant que des compliments sur son... Humilité et son désintéressement (feint, bien sûr, puisque ce sont justement ces mots valorisants qu'il attendait). (Le besoin d'admiration se retrouve aussi chez la personnalité hystérique).

La personnalité narcissique pense que tout lui est dû. S'estimant quelqu'un de spécial, elle juge qu'on lui doit un traitement particulièrement favorable et ses désirs doivent être satisfaits (sans tenir compte le moins du monde de ceux des autres, ni de la loi, à laquelle elle s'estime supérieure). Cette manifestation s'apparente à une forme de caprice, même chez l'adulte. Il n'y a guère de limite de comportement dans ce cas.

D'ailleurs, très souvent, étant perfectionniste jusqu'aux bouts des ongles, cette personne va développer un talent, particulier (ou s'inventera en avoir un) qui la distinguera des autres et qui lui permettra de se valoriser, de se mettre en avant. Le plus important, à ses yeux, c'est la performance. Est-ce le moyen d'être reconnue (de façon inconsciente) par la mère ?

L'égoïsme constaté chez cette personne conduit alors à un manque d'empathie (même s'ils sont très doués parfois pour la feindre avec théâtralité ou pas). Elle ne s'intéresse pas, ne reconnaît pas les sentiments, ni les désirs, ni les besoins ni les rythmes d'autrui et n'a pas conscience d'autrui. Le contact est aisé mais a besoin de reconnaissance, d'admiration et recherche des faveurs. Le narcissique sait exploiter l'autre dans ses relations interpersonnelles pour parvenir à ses fins et satisfaire ses propres désirs en montrant un intérêt particulier à cet autre (du moins tant qu'il en a besoin : C'est la relation « kleenex » : le Narcisse « jette » la personne dès qu'elle ne lui est plus « utile »), car il est ambitieux et a besoin de conquêtes, amoureuses, amicales, familiales, professionnelles...

Il est envieux (jaloux) envers les autres et pense que les autres l'envient (le jalouse). Il ne reconnaît pas cette envie. Il projette son envie de la mère qui possède tout. Pour Mélanie Klein l'envie représente l'expression sadique orale du bébé dans la relation exclusive à la mère qui possède le sein nourricier dont l'impulsion étant de le mordre, l'avarier, le détruire.

De même qu'il ne reconnaît pas son envie, il ne reconnaît pas son agressivité pourtant très importante, même si contenue par soucis d'image, et c'est aussi le rejet de la moindre critique par des réactions brutales et violentes.

Il a peur d'être engagé dans une relation fusionnelle.

N'est pas demandeur d'amour mais d'admiration et d'attention car l'estime de soi ne se nourrit que

du regard de l'autre. C'est la fusion par le contrôle.

Mais il y a une peur de l'engagement. L'investissement à l'autre, dans le lien d'amour implique une certaine dépendance et donc le sentiment d'une certaine faiblesse. La peur inconsciente d'être englouti dans une relation fusionnelle déjà vécue dans l'enfance avec l'emprise maternelle l'empêche de s'engager.

Cependant le narcissique a besoin que l'autre soit dépendant de lui, ou attaché à lui. Il doit donc jongler entre 2 attitudes contraires : la fusion et la mise à distance. Ceci est à rapprocher de l'angoisse d'abandon et de ne pas être vu, ainsi que de l'angoisse de fusion ou d'intrusion. Est-ce que cette attitude a à voir avec l'attitude de la mère qui oscille entre un investissement narcissique fusionnel (qui va au-delà du lien symbiotique) et une froideur affective, se montrant insensible à la détresse de l'enfant ?

C'est avant tout un amour maternel conditionnel que ces mères-là offrent à leur enfant, lequel doit se construire un faux self afin de répondre aux attentes narcissiques de sa mère et de recevoir en retour son amour. C'est donc un contrôle permanent, sur soi, sur l'autre.

Et c'est la punition si l'enfant ne s'inscrit pas dans ce schéma. Ce sera le rejet avant tout. Les exigences chez ces mères peuvent être, par exemple, d'être sans défaut, le meilleur, ne pas montrer de mauvaise humeur, ne pas s'opposer à son autorité, sa loi, ne pas l'offenser, être stoïque sans exprimer son mécontentement, sa colère. Sinon la faute sera explorée en punissant l'enfant par un rejet, le refus de communiquer. Le lien est rompu et laisse l'enfant dans une angoisse de perte, de culpabilité, sans possibilité de réparation.

Mais il y a aussi clivage entre le bon et le mauvais objet. Et dans la relation du Narcisse à l'autre, cette personne idéalisée dans un premier temps sera redescendue de son piédestal quand les failles narcissiques seront mises à jour, après que celui-ci soit rassuré de sa dépendance pour lui. C'est un des reflets de la relation « kleenex ».

D'où vient ce besoin constant du regard des autres, cette faible estime de soi, cette honte qui hante certaines personnes, cette poursuite inassouvie de la perfection, de l'omniscience, du contrôle des autres, du rejet de la moindre critique par des réactions brutales et violentes ?

C'est dû à une enfance privée d'assez de liberté et de surveillance pour que l'enfant puisse faire des erreurs, expérimenter des échecs et des frustrations, suivis de la réparation de ces moments de honte par une mère présente, attentive, patiente, consolante, et encourageante. Ainsi, à force de la répétition de ces moments de réparation, le cerveau de l'enfant développe des circuits qui lui permettent de réparer la honte tout seul. Par contre, si l'environnement est tel que cet apprentissage n'a pas lieu, l'enfant peut s'y adapter, comme un animal de laboratoire, en évitant de faire et d'être tout ce qui mène à la honte et en poursuivant tout ce qui mène à une récompense, c'est-à-dire à l'amour de sa mère.

Ainsi se crée une personne handicapée, que l'on pourrait dire mentalement sous-développée. Les circuits cérébraux responsables de la réglementation de tout ce qui peut évoquer la sensation de honte, que ce soit des choses réelles ou imaginaires, sont sous-développés. Pendant son enfance, pour survivre, cette personne a dû fabriquer un faux soi à la place de son vrai soi. La nature nous a programmés à créer ce genre de circuits dans le cerveau droit avant l'âge de deux ans. Plus tard c'est le cerveau gauche qui prend le relai, pour apprendre le langage, etc.

Mais cet être handicapé est la seule réalité que le handicapé connaît. Il pense, naturellement, que tout le monde est comme lui, ainsi que vous pensez que tout le monde est comme vous. Lui il doit à tout prix maintenir l'illusion de son soi inventé. Mais l'« autre », s'il n'est pas atteint de ce trouble, ne connaît pas de besoins semblables. Le rapport entre les deux devient une catastrophe. L'autre agit en tant qu'être humain qu'il est, alors que le narcissique est un acteur dans un drame qu'il considère réel. Les frustrations sont réciproques.

Et il en est de même si les deux acteurs sont atteints du même trouble.

C'est donc une grande fragilité qui s'exprime finalement, un manque de confiance en soi,

des doutes sur ses compétences, sur ses capacités à être aimé.

*La désorganisation psychique

Obnubilé par le souci de plaire, le narcissique blessé se construit souvent ce que l'on nomme un « faux-self », c'est-à-dire une apparence d'affects et de comportements destinée à se faire aimer. Toute tentative de l'extérieur venant déstabiliser ce masque sera vécue comme extrêmement angoissante. Cette angoisse vise à protéger alors le Moi contre de graves dangers de morcellement, de gêne extrême, de difficulté à se sentir exister... Autrement dit, tout ce que protège le Narcisse est un Moi faible, en danger, mal structuré.

*la dépression

Si l'individu fragile narcissiquement est blessé par des vécus humiliants, un sentiment de trahison, ou d'abandon, il risque de vider son Moi de tout investissement, et d'entrer dans un vécu dépressif, contraire aux vécus d'exaltation. Le Moi fragile aura des difficultés à accepter de vivre les ruptures, et se sentira en grande solitude, n'ayant plus le support qui le rehaussait narcissiquement.

*Les alliances du narcissique

Un narcissique puissant dans son apparence, s'alliera souvent à un faible narcissisme. Chacun comblera un vide, l'un ayant face à lui un regard admiratif, dont il est extrêmement dépendant, et s'attachera à créer et amplifier ce regard. L'autre se sentira exister de façon plus dense, socialement notamment, vivra une réparation narcissique par la présence forte de l'autre. Si cet « échange » ne se met pas en place ou ne dure pas, la relation ne perdurera pas.

De la névrose à la psychose :

Les structures narcissiques névrotiques et pathologiques :

Les désordres du fonctionnement narcissique se rencontrent dans tous les états psychopathologiques, tels que :

- la psychose : notamment la schizophrénie, l'hypocondrie, la paranoïa, la mélancolie, l'histrionisme, la Psychopathie, la perversion narcissique, la Sociopathie...
- Certaines névroses (avec une atteinte plus ou moins importante) : dont les états dépressifs, les états limites, la personnalité Narcissique, le jeunisme...

En effet le conflit prend naissance dans la relation à l'autre, c'est-à-dire dans la relation objectale ; ainsi que dans la relation à soi, à sa capacité de s'ouvrir ou de s'enfermer et de « partager la libido narcissique entre soi et l'objet ou de la concentrer exclusivement sur le moi »... En conséquence, face à la névrose, le conflit objectal (libidinal) définira l'organisation du patient (hystérique, phobique, obsessionnelle) alors que le conflit narcissique définira le pronostic plus ou moins sévère d'après la gravité de ce dernier.

Face à la psychose, le tableau s'invertit, le conflit narcissique définira l'organisation alors que l'importance du conflit objectal marquera le pronostic plus ou moins sévère, inversement proportionnel à son extension dans le fonctionnement global du patient.

En résumé : L'étude de la pathologie mentale pourrait se faire par le biais de l'étude du narcissisme de chacune de ces maladies, d'autant plus que Freud, dans un premier temps parlait des névroses narcissiques pour décrire les psychoses.

EVOLUTION

Cependant derrière ce comportement se cache une profonde vulnérabilité avec déficit de

l'estime de soi et sentiment de honte

Tout ceci montre une souffrance psychologique qui se traduit par des difficultés dans les relations interpersonnelles : une fragilité et une sensibilité aux ruptures avec auto-dévaluation et évolution fréquente vers la dépression ou l'anxiété. On observe ainsi souvent des personnes hautement narcissiques qui, en vieillissant, développeront une pathologie qui leur permettra alors à nouveau de faire converger les regards vers eux, avec apitoiement sur leur sort de la part l'entourage, et rôle de « courageux » pour le narcissique.

La blessure narcissique devenant trop insupportable, la souffrance psychologique peut aussi prendre l'allure d'une dépression narcissique par une auto-dévalorisation, une inhibition, des somatisations, un retrait sur soi avec un sentiment de vide, sans ressenti d'émotion.

Si la relation à l'autre devient trop conflictuelle, la conséquence sera la destruction de la relation par tous les moyens, à savoir que cette agressivité peut être retournée contre elle-même par l'autodestruction, le suicide afin de continuer à contrôler la toute puissance des idéaux de son Soi grandiose.

Alors, comment réparer un narcissisme blessé ?

La cure psychologique analytique permet de restaurer un narcissisme qui a subi une dégradation. Soit en raison d'un traumatisme actuel, soit sous l'effet de rejets et blessures répétées, dans l'enfance. Une désorganisation psychique s'ensuit, qui demande réparation, dans une thérapie, dont c'est le premier effet : reprendre une estime de soi suffisante, pour continuer le chemin. Des thérapies telles que l'hypnose Ericksonienne ou L'EMDR Thérapie ont tout à fait leur place en complément dans ce trouble de la personnalité, en agissant sur la confiance en soi, sur l'amour de soi, etc.

Il y a deux phases dans la prise en charge psychologique d'une personne narcissique : comprendre et expliquer.

-La première étape porte sur le vécu du patient et a pour but la prise de conscience de la maladie. Elle peut durer plusieurs années. Elle peut survenir à la suite de plusieurs divorces ou échecs relationnels par exemple. Elle va aider le patient à exprimer son mal-être qui est à l'origine de ce mode de défense. Très souvent il faudra remonter dans l'enfance.

-Ensuite seulement, la thérapie peut porter sur l'interprétation du passé.

Cette prise en charge permettra au patient de gérer son anxiété autrement, de retrouver l'estime et la confiance en soi perdue ou jamais acquise.

La particularité dans ces soins n'est pas d'amener le sujet là où nous aimerions être nous, mais de l'accompagner dans ce qui constitue pour lui, en fonction de ses capacités psychiques et de sa réalité, le meilleur équilibre. Ce qui implique de ne pas masquer les désirs et les choix du sujet. Il doit pouvoir parler de ce qu'il ressent, mais aussi montrer ce qu'il ne peut pas dire. Le soignant entre en jeu, il doit alors être capable d'accueillir la souffrance du sujet et dans un même temps de produire une fonction de pare-excitation. Cette fonction est en fait un film protecteur entre le patient et ses pulsions.

Cette relation de soins patient/soignant est une relation qui se travaille et qui demande une formation, réflexion, temporalité et collaboration.

La dégradation du narcissisme est une forme très grave d'atteinte psychique qui peut entraîner des effets pathologiques importants. La dépression, les addictions, le développement de pathologies physiques, peuvent être des symptômes de cette dévastation, et sont à prendre très au sérieux.

Et pour les proches ?

C'est choisir.

Choisir de faire évoluer votre monde autour du « nombril » du narcissique. C'est-à-dire oublier vos propres besoins, vos rythmes, vos envies pour ne donner de place qu'à celles de Narcisse. C'est aussi le rassurer en permanence, sur lui-même, ses compétences, ses actions, etc... C'est aussi faire fi de toutes les manœuvres séductrices qui ne vous seront pas destinées, de toutes les mises en scène plus ou moins crédibles, de tous ces mensonges pour se protéger, de son rapport à l'argent reflet de la valeur qu'il s'attribue et objet de sécurisation, etc...

Et surtout choisir, en plus de vous « gommer », de vous rendre transparent, inexistant, de le valoriser en permanence, et de ne surtout pas lui indiquer que vous avez conscience de sa pathologie, il ne vous le pardonnerait jamais et trouverait un moyen direct ou indirect de prendre la fuite.

A moins que vous ne soyez valorisant pour ce Narcisse. Valorisant via votre profession, votre physique, vos titres... Auquel cas vous serez comme un objet, un miroir de cette admiration que le narcissique se porte. Mais vous n'aurez pas davantage de place pour votre monde intérieur.

Choisir une relation avec un Narcisse, c'est courir en permanence le risque de la relation kleenex, avec tous les dégâts émotionnels qui peuvent en résulter.

Et selon son degré d'atteinte, essayer en douceur de le diriger vers quelqu'un capable de l'aider sur le plan psychologique, car le Narcisse souffre de son anxiété, de ses angoisses...

Notre société est-elle un ferment pour le narcissisme ?

Chaque société engendre ses pathologies psychiques particulières.

Le culte du narcissisme est bien une des caractéristiques de notre société et provoque donc défaillances et outrances, qui commencent à être identifiées.

La manière d'élever notamment certains enfants comme des enfants-rois, montrent d'une part l'objectivation de l'enfant pour le plaisir des parents. D'autre part, l'enfant roi ne peut pas gérer toutes les sollicitations narcissiques qui lui parviennent, ne peut se construire en toute indépendance, et tentera toute sa vie de reproduire la période de plein narcissisme vécu enfant. De l'enfant-roi à l'adulte tyran, même sous des dehors de « fausse » douceur ou d'humilité feinte, montre le danger de ce type d'éducation.

Notre société exalte le narcissisme, l'égoïsme, et la rivalité. Cependant, loin d'être proche de l'image de monde facile telle que transmise par les canaux médiatiques qui nous entourent, qui nous pressent, le monde est au contraire très difficile, très stressant. L'individu contemporain, lucide, subit d'énormes pressions, qui l'amènent à se réfugier, souvent, dans l'illusion narcissique. Et tous les Facebook où l'on peut s'inventer un personnage totalement fictif, et autres selfies si faciles et si constants, en sont le reflet par excellence.

Comment réparer un narcissisme blessé ?

La cure analytique permet de restaurer un narcissisme qui a subi une dégradation. Soit en raison d'un traumatisme actuel, soit sous l'effet de rejets et blessures répétées, dans l'enfance. Une désorganisation psychique s'ensuit, qui demande réparation, dans une thérapie, dont c'est le premier effet : reprendre une estime de soi suffisante, pour continuer le chemin.

La dégradation du narcissisme, est une forme très grave d'atteinte psychique qui peut entraîner des effets pathologiques importants. La dépression, les addictions, peuvent être des symptômes de cette dévastation, et sont à prendre très au sérieux.

Paul Valéry dans « la cantate du Narcisse », raconte l'irréductible isolement de Narcisse, qui demeure fermé à tout argument, à toute sollicitation, et, même en sachant qu'il n'y a aucun espoir, ne peut se détacher de son reflet.

Le chantage affectif est un comportement manipulateur, mais quelles sont les différences entre le maître chanteur affectif et le manipulateur narcissique ? Réponses...

Le chantage affectif, de la manipulation pure et dure

"Si tu m'aimais vraiment, tu n'irais pas à cette soirée..." Le maître-chanteur affectif joue sur le sentiment de culpabilité pour parvenir à ses fins. Vous avez peur d'être égoïste ? Il vous est impossible de dire "non" ? Il s'engouffre dans la brèche ! Le **chantage** affectif est donc une manière de manipuler l'autre, pour obtenir ce qu'on désire. Mais attention, tous les manipulateurs ne sont pas pour autant des pervers narcissiques ! Ces derniers sont en effet dans une démarche de destruction. Ils se délectent même de la souffrance qu'ils causent à leurs victimes. Par contre, les maîtres-chanteurs n'ont pas l'intention de vous faire souffrir, du moins délibérément. D'ailleurs, qui peut se targuer de n'avoir jamais, oh grand jamais, usé de la manipulation pour obtenir ce qu'il veut ? Faire garder ses enfants par sa copine ou échanger ses dates de congés avec une collègue... Nos enfants sont d'ailleurs des champions toute catégorie du **chantage** affectif. Rappelez-vous toutes les fois où vous vous êtes fait avoir à cause de ces

yeux de merlan frit ! Mais lorsque le maître-chanteur se transforme en tyran, qu'il exerce une véritable pression sur sa victime, les limites sont franchies.

Le manipulateur narcissique, un maître-chanteur redoutable

Le **chantage** affectif est une corde à l'arc du **manipulateur narcissique**. Il use à outrance de la culpabilisation pour vous maintenir prisonnière de la toile qu'il a tissée. Le but ? Assouvir son besoin de domination. Comédien, il endosse à merveille le rôle de la victime. Avec lui, la dépendance affective s'installe lentement mais sûrement. Une relation particulièrement toxique et destructrice qui fait beaucoup de dégâts. Plus vous essayez d'échapper au manipulateur narcissique, plus il redoublera d'efforts pour vous garder prisonnière. C'est simple, il n'est jamais coupable de rien. D'ailleurs, la victime éprouve une culpabilité écrasante lorsqu'elle arrive à se défaire de ce lien pervers. Elle a beau savoir que la fuite est la seule solution, elle ne peut s'empêcher de se sentir coupable.