

LES RELATIONS TOXIQUES

Par Elisa BABOURAM
Psychologue/Psychothérapeute
COURS SHS UPSSITECH 2022/2023

PLAN DU COURS

- VERS UNE DEFINITION DE LA RELATION TOXIQUE
- LES CONSEQUENCES D'UNE RELATION TOXIQUE
- A QUOI RECONNAÎT-ON UNE RELATION SAINE ?
- COMMENT IDENTIFIER LES RELATIONS TOXIQUES?
- LE TRIANGLE SAUVEUR-VICTIME-PERSECUTEUR
- L'ANALYSE TRANSACTIONNELLE
- LA RELATION DOMINE/DOMINANT

PLAN DU COURS

- LE DANGER D'UNE CERTAINE GENTILLESSE
- L'EMPRISE SE JOUE TOUJOURS A DEUX
- DEBUSQUER LA HONTE
- LES PERSONNALITES A RISQUE:
 - => LES PERSONNALITES PASSIVES AGRESSIVES
 - => LES PERSONNALITES LIMITEES
 - => LES PERSONNALITES PERVERSES NARCISSIQUES



VERS UNE DEFINITION DE LA RELATION TOXIQUE

- ⇒ SELON LES AUTEURS : RELATIONS TOXIQUES OU PERSONNALITES TOXIQUES.
- ⇒ EN PSYCHOLOGIE LA « PERSONNE TOXIQUE » N'EXISTE PAS
- ⇒ DSM ET CIM : OUVRAGES DE REFERENCE EN PSYCHIATRIE = REFERENCEMENT DES CRITERES DIAGNOSTIQUES DES TROUBLES
- ⇒ DSM (1952) = Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux. (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)
- ⇒ CIM= Classification Internationale des Maladies publiée par l'OMS (en charge de son évolution depuis 1945).
- ⇒ CIM 6 (1949) = 1^{er} MANUEL A PRESENTER UNE CLASSIFICATION DES TROUBLES MENTAUX



VERS UNE DEFINITION DE LA RELATION TOXIQUE

- ⇒ PERSONNALITES PATHOLOGIQUES (histrionique, obsessionnelle, paranoïaque) = PERSONNES SUCEPTIBLES D'AMENER A DES RELATIONS TOXIQUES => difficulté d'adaptation aux modes relationnels fonctionnels (communication, gestion des émotions, interprétation des situations...) = rapport au monde biaisé.
- ⇒ **RELATION TOXIQUE =**
- ⇒ DESEQUILIBRE MARQUE AU NIVEAU DE L'ECHANGE
- ⇒ EXPRESSION DE SON INDIVIDUALITE LIMITEE OU REJETEE (peu de considération de l'autre pour nos besoins, nos désirs, nos points de vue)
- ⇒ LIBERTE MENACEE (choix de vie, projets, fréquentations, loisirs...)



VERS UNE DEFINITION DE LA RELATION TOXIQUE

- ⇒ RELATION = 2 PROTAGONISTES
- ⇒ VICTIME VS « PERSONNE TOXIQUE »?
- ⇒ VICTIME RESPONSABLE D'ENTAMER OU DE POURSUIVRE LA RELATION
- ⇒ VICTIME LIBRE DE REFUSER CERTAINS COMPORTEMENTS
- ⇒ DIFFICULTE A SORTIR DE L'EMPRISE ? : économiques, affectives, confiance en soi (doutes sur sa légitimité à mal vivre la relation)
- ⇒ CAUSE DE LA RELATION TOXIQUE = EGOCENTRISME D'UN DES 2 PROTAGONISTES
- ⇒ NOTION DE DISCREDITATION: FAIRE PERDRE SA VALEUR A QUELQU'UN, LE DECONSIDERER (VOLONTAIREMENT OU INVOLONTAIREMENT)



VERS UNE DEFINITION DE LA RELATION TOXIQUE

- Expression de soi limitée, contrainte => Considération pour son individualité faible => Développement de soi stoppée (VIE RYTHMEE PAR LES EXIGENCES , LES CROYANCES, LES PEURS, LES REACTIONS DE L'AUTRE AU DETRIMENT DE NOS BESOINS ET DESIRS)
- 3 TYPES DE RELATIONS TOXIQUES:
 - => Liées à des psychopathologies.
 - => Liées à des comportements délictuels relevant du pénal.
 - => Liées à de la maltraitance morale volontaire ou involontaire.



LES CONSEQUENCES POSSIBLES D'UNE RELATION TOXIQUE

- ➔ SENTIMENT DE PERTE D'IDENTITE
- ➔ RENONCEMENT A SES PROJETS DE VIE (pour maintien d'un pseudo équilibre dans la relation: évitement des conflits)
- ➔ PERTE D'ESTIME DE SOI
- ➔ PERTE DE CONFIANCE EN SOI
- ➔ ISOLEMENT
- ➔ DEPRESSION
- ➔ SUICIDE (SEULE ISSUE PERCUE DES PERSONNES LES PLUS VULNERABLES)



A QUOI RECONNAÎT-ON UNE RELATION SAINES ?

- ⇒ SENTIMENT DE CONFIANCE ENVERS L'AUTRE (on n'a pas à rester sur nos gardes, notre liberté n'est pas menacée, notre intégrité (morale ou physique) n'est pas menacée) = SENTIMENT DE POUVOIR ETRE SOI MEME EN TOUTE SECURITE
- ⇒ RELATION EQUILIBREE SOUTENUE PAR DES QUALITES IMPORTANTES A NOS YEUX PRESENTES CHEZ L'AUTRE
- ⇒ CHACUN DES 2 PROTAGONISTES CONSIDERE L'AUTRE COMME SON EGAL = RELATION SYMETRIQUE*
- ⇒ R.S* = RELATION D'EGALITE QUI MINIMISE LES DIFFERENCES
- ⇒ VS RELATION ASSYMETRIQUE (Position haute/position basse, Dominé/Dominant)
- ⇒ FACILITE A ETRE AUTHENTIQUE



COMMENT IDENTIFIER LES RELATIONS TOXIQUES?

- DIFFERENTS CONTEXTES: FAMILIAL, AMICAL, SENTIMENTAL, PROFESSIONNEL.
- DIMINUTION DE NOS NORMES ET ATTENTES (REVISION A LA BAISSSE DES CRITERES DE SATISFACTION PERSONNELLE AU PROFIT DES EXIGENCES DE L'AUTRE)
- CRAINTES D'EXPOSER SON AVIS PERSONNEL, SES REFLEXIONS.
- PRIVATIONS PERSONNELLES POUR SATISFAIRE LES ATTENTES DE L'AUTRE (PERTE DE LIBERTE)
- PERTE D'AUTONOMIE (INTELLECTUELLE, ECONOMIQUE, MATERIELLE)
- SENTIMENT D'ETRE SOUS CONTRÔLE (ARGENT, RELATIONS, VIE PROFESSIONNELLE, LOISIRS → DECISIONS/CHOIX DE VIE SOUMIS A VALIDATION)



COMMENT IDENTIFIER LES RELATIONS TOXIQUES?

- COMMUNICATIONS EPUISANTES (JEU D'INFLUENCE)
- CRITIQUES ET DENIGREMENTS FREQUENTS
- SENTIMENT PROGRESSIF DE NE PLUS SAVOIR QUI JE SUIS (PERTE DES REPERES IDENTITAIRES)
- DIMINUTION DE L'ESTIME DE SOI
- SENTIMENT D'ETRE PRIS AU PIEGE = IMPOSSIBILITE A PERCEVOIR UNE ISSUE FAVORABLE POUR TOUT LE MONDE (RELATION GAGNANT/PERDANT)



LE TRIANGLE SAUVEUR- VICTIME-PERSECUTEUR

- ⇒ MODELE TRIANGULAIRE DANS LEQUEL CHACUN PEUT ENTRER
- ⇒ PEUT AMENER A L'ETABLISSEMENT ET AU MAINTIEN D'UNE RELATION TOXIQUE
- ⇒ TRIANGLE DE KARPMAN, PSYCHIATRE AMERICAIN (1968)
- ⇒ SCHEMATISATION DES DIFFERENTS RÔLES POSSIBLES DANS UNE RELATION DESEQUILIBREE
- ⇒ AU DEPART CHACUN ENDOSSE UN RÔLE POUR LEQUEL IL PERCOIT UN BENEFICE



LE TRIANGLE SAUVEUR- VICTIME-PERSECUTEUR

⇒ LA VICTIME:

- SOUVENT PERSONNALITE DEPENDANTE/ BESOIN ET RECHERCHE D'ATTENTION/ATTIRE LES SAUVEURS MAIS AUSSI LES PERSECUTEURS

- LES BENEFICES:

 - ➔ A L'ATTENTION ET LES SOINS DU SAUVEURS

 - ➔ DERESPONSABILISATION : « Je suis trop malheureux pour pouvoir..... C'est de la faute du persécuteur qui m'a mis(e) dans cette situation. »



LE TRIANGLE SAUVEUR- VICTIME-PERSECUTEUR

=> **LE SAUVEUR** : PERSONNALITE EN RECHERCHE DE VALORISATION/ RÔLE GRATIFIANT/
MAINTIEN LA VICTIME DANS UN ETAT DE DEPENDANCE

- UNE FOIS LA SITUATION RESOLUE LE SAUVEUR N'A PLUS DE RAISON D'ETRE (D'OÙ LE MAINTIEN D'UNE CERTAINE DEPENDANCE)
- N'A AUCUN INTERET A CE QUE LA SITUATION S'ARRANGE (ASSISTANAT)

-LES BENEFICES:

- PERMET D'AVOIR UNE BONNE IMAGE DE SOI ET UNE BONNE IMAGE AUPRES DES AUTRES.
- SENTIMENT DE POUVOIR, DE CONTRÔLE SUR QUELQU'UN
- PARFOIS DEPENDANTS AFFECTIFS RASSURES PAR LA RELATION DE DEPENDANCE INSTAUREE



LE TRIANGLE SAUVEUR- VICTIME-PERSECUTEUR

- ⇒ **LE PERSECUTEUR:** TENDANCE A ATTAQUER/ DONNER DES ORDRES/ MANIPULER
- ⇒ **MAIS AUSSI:** PERSONNE AFFIRMEE/ QUI A UNE SITUATION ENVIABLE/ PROCHE QUI A MIEUX REUSSI (ENGENDRE UN SENTIMENT DE PERSECUTION ET D'INFERIORITE)
- ⇒ **PEUT ETRE** UNE MALADIE, UNE ADDICTION, UN HANDICAP, UNE SITUATION....
- ⇒ TOUT CE QUI PERMETTRA A LA VICTIME DE CONSERVER SON RÔLE/ LA RENDRA LEGITIME DANS SA RECHERCHE D'ATTENTION ET DE SOINS.
- ⇒ LES BENEFICES en cas de réelle persécution: SE LIBERER DE SES PULSIONS AGRESSIVES
(CONFLITS INTERNES NON RESOLUS)



LE TRIANGLE SAUVEUR- VICTIME-PERSECUTEUR

- ⇒ CHACUN AGIT DANS SON PROPRE INTERET EGOISTEMENT
- ⇒ PERCEPTION BIAISEE DE LA REALITE
- ⇒ PAS DE PRISE DE RESPONSABILITE => INTERETS A MAINTENIR LE DESEQUILIBRE
- ⇒ POSSIBILITE SELON LES SITUATIONS D'ENDOSSER DES ROLES DIFFERENTS



L'ANALYSE TRANSACTIONNELLE

- ⇒ THEORIE DE LA PERSONNALITE ET DE LA COMMUNICATION ELABOREE PAR ERIC BERNE (PSYCHIATRE AMERICAIN) EN 1960
- ⇒ POSTULAT : EXISTENCE DE DIFFERENTS ETATS DU MOI
 - ETAT DU MOI PARENT
 - ETAT DU MOI ADULTE
 - ETAT DU MOI ENFANT
- = **FACONS D'ETRE DANS NOS RELATIONS A L'AUTRE**
- ⇒ CHAQUE ETAT DU MOI A SA POLARITE CONSTRUCTIVE(+) ET DOMMAGEABLE(-)
- ⇒ TRANSACTION = ECHANGE VERBAL OU COMPORTEMENTAL ENTRE 2 PERSONNES.



L'ANALYSE TRANSACTIONNELLE

- ⇒ ETAT DU MOI = SYSTÈME COHERENT D'EMOTIONS, DE PENSEES ET DE COMPORTEMENTS ASSOCIES.
- ⇒ L'ETAT DU MOI PARENT: PENSEES, EMOTIONS ET COMPORTEMENTS D'UNE PERSONNE QU'ELLE A FAIT SIENS PAR IMITATIONS DE FIGURES PARENTALES OU EDUCATIVES MARQUANTES.



L'ANALYSE TRANSACTIONNELLE

- ⇒ **LE PARENT NOURRICIER:** CELUI QUI REPOND AUX BESOINS PRIMAIRES (nourriture, affection, bien être)
- ⇒ 1) LE PARENT NOURRICIER (+): APPORTE DES SOINS ADAPTES, ENCOURAGE, NOURRIT L'ESTIME DE SOI (NOTION DE PARENT SUFFISAMMENT BON= DEVELOPPEMENT AUTONOMIE POSSIBLE/ SENTIMENT DE SECURITE)
- ⇒ 2) LE PARENT NOURRICIER (-): EST SURPROTECTEUR, VEUT AIDER SYSTEMATIQUEMENT, DONNE DES CHOSES INADEQUATES (PERCEPTION DE BESOINS A COMBLER INEXISTANTS), N'AIME PAS QU'ON AGISSE A SA PLACE (CREATION D'UN LIEN DE DEPENDANCE/DERESPONSABILISATION...)



L'ANALYSE TRANSACTIONNELLE

- => **LE PARENT NORMATIF:** CELUI QUI REPOND AUX BESOINS DE SECURITE
- ⇒ 1') LE PARENT NORMATIF (+): APPORTE UNE PROTECTION ADAPTEE, SAIT PREVENIR DU DANGER, SAIT TRANSMETTRE LES INFORMATIONS POUR RENDRE L'ENFANT AUTONOME DANS SA MISE EN SECURITE.
- ⇒ 2') LE PARENT NORMATIF(-) : EXERCE UN CONTRÔLE EXCESSIF, N'ARRIVE PAS A FAIRE CONFIANCE A LA CAPACITE DE L' « ENFANT » D'ASSURER SA PROPRE SECURITE, RECHERCHE PARFOIS DES COUPABLES SANS DISCERNEMENT.



L'ANALYSE TRANSACTIONNELLE

- ⇒ **L'ETAT DU MOI ADULTE:** PENSEES, EMOTIONS ET COMPORTEMENTS CONGRUENTS AVEC L'ICI ET MAINTENANT. CELUI QUI EST RESPONSABLE DE LUI-MÊME ET QUI DOIT FAIRE SES CHOIX.
- ⇒ L'ADULTE (+) :CAPABLE D'ANALYSE A PARTIR DE SES EXPERIENCES, CAPACITE DE REMISE EN QUESTION , DE PRISE DE REcul. PREND EN COMPTE LA REALITE, EST OBJECTIF.
- ⇒ L'ADULTE (-) : CONTAMINE PAR LE PARENT OU L'ENFANT, N'EXISTE PAS VRAIMENT PAR LUI-MÊME. N'A PAS REUSSI A SE DETACHER DES INFLUENCES DU PASSE POUR POSER UN REGARD NEUF SUR LA VIE.



L'ANALYSE TRANSACTIONNELLE

- **L'ETAT DU MOI ENFANT:** PENSEES , EMOTIONS ET COMPORTENTS QUI SONT UNE REVIVISCENCE DE NOTRE PROPRE ENFANCE.
- => L'ENFANT LIBRE OU SPONTANE (+) : VIF, JOYEUX, ADAPTABLE, AUTHENTIQUE, CURIEUX, CREATIF (liberté de penser, d'imaginer en dehors du cadre), REACTIF, SAIT MARQUER SON DESACCORD.
- => L'ENFANT ADAPTE OU SOUMIS (-) : A PEUR DE DEPLAIRE, SE CONFORME A CE QU'ON ATTEND DE LUI, NE SAIT PAS SE DEFENDRE.
- => L'ENFANT REVOLTE (-): DANS LE REFUS SYSTEMATIQUE, AGRESSIVITE (MECANISME DE DEFENSE INADAPTE)



LA RELATION DOMINE/DOMINANT

- => SUITE A DIFFERENTS EPISODES DE VIE, L'INDIVIDU SE POSITIONNE PAR RAPPORT AUX AUTRES.
- => TABLEAU DES « POSITIONS DE VIE » DE ERIC BERNE/ VALEUR ATTRIBUEE A SOI ET AUX AUTRES
- => NAISSANCE DE RELATIONS DESEQUILIBREES RESULTANT DE NOS CROYANCES SUR NOUS ET AUTRUI.



LA RELATION DOMINE/DOMINANT

JE +/- TU-

JE ME SURVALORISE ET JE DEVALORISE L'AUTRE.

« Mon pauvre, tu n'es pas capable, laisse, je vais le faire... »

POSITION: De dévalorisation ou de domination.

SENTIMENTS: De supériorité, de mépris, de pitié, d'arrogance, de condescendance.

JE+/TU+

JE M'ACCEPTÉ ET J'ACCEPTÉ L'AUTRE.

« Tu es mon égal, cherchons ensemble la meilleure solution. »

POSITION: J'ai conscience de ma valeur et de la tienne.

Relation envisagée sous l'angle du partage et de la coopération.

JE-/TU-

JE ME DEVALORISE ET JE DEVALORISE L'AUTRE.

« C'est de notre faute, nous ne valons rien, nous ne pouvons rien faire. »

POSITION: De renoncement, de dévalorisation.

SENTIMENTS: De dénigrement, de désespoir.

JE-/TU+

JE ME DEVALORISE ET JE SURVALORISE L'AUTRE.

« Les autres sont meilleurs que moi »

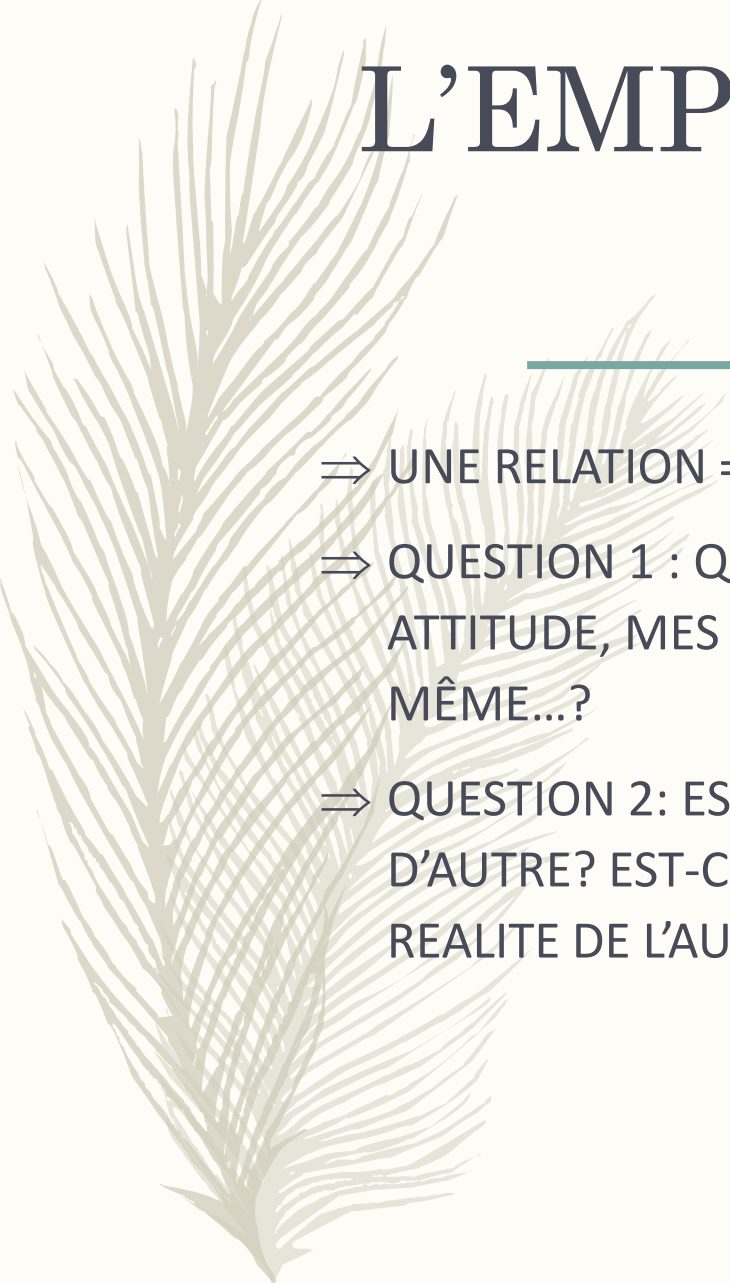
POSITION : D'Infériorité.

SENTIMENTS: De honte, de tristesse, complexe d'infériorité.



LE DANGER D'UNE CERTAINE GENTILLESSE

- => LA GENTILLESSE QUI ENDETTE: ATTENTE D'UN RETOUR SUR-INVESTISSEMENT COMME UN DÛ. (MANIPULATION INCONSCIENTE)/ L'INDIVIDU SE SENT REDEVABLE ET N'ARRIVE PAS A DIRE NON.
- => LA GENTILLESSE PAR ABNEGATION : ON FAIT PASSER LES INTERETS DE L'AUTRE AVANT LES SIENS JUSQU'À FAIRE DE L'AUTRE UN PERSECUTEUR.ON FINIT PAR TENIR L'AUTRE RESPONSABLE DE LA PLACE MINIME FAITE A NOS INTERETS EN OUBLIANT QUE NOUS AVONS-NOUS MÊME CREE CETTE SITUATION. (« On fait comme tu veux. On prend ce que tu préfères. Ca m'est égal, tant que ça te plait ça me va. Ca ne me dérange pas de le faire à ta place si ça te fatigue. »



L'EMPRISE SE JOUE TOUJOURS A DEUX

- ⇒ UNE RELATION = RESULTANTE DE DEUX RESPONSABILITES
- ⇒ QUESTION 1 : QUEL POUVOIR JE DONNE MOI-MÊME A L'AUTRE SUR MOI PAR MON ATTITUDE, MES COMPORTEMENTS, MON INACTION, MON DISCOURS NEGATIF SUR MOI-MÊME...?
- ⇒ QUESTION 2: EST IL POSSIBLE QUE JE SOIS LA PERSONNE TOXIQUE DE QUELQU'UN D'AUTRE? EST-CE QUE JE PRENDS LE TEMPS DE COMPRENDRE, D'APPREHENDER LA REALITE DE L'AUTRE SANS FAIRE INTERVENIR MES PROPRES AFFECTS, INTERETS?



DEBUSQUER LA HONTE

- => SENTIMENT DE HONTE SOUVENT PRESENT DANS LES RELATIONS TOXIQUES
- => PLACE LA PERSONNE QUI LA PORTE EN POSITION DE VIE JE-/TU+.
- => PEUT ETRE MOTEUR DE JALOUSIES AVEC MAINTIEN D'UN SENTIMENT D'INFERIORITE.

DEBUSQUER LA HONTE

- => TEST D'HELLEN MONNET , CONSULTANTE RH. (EVALUATION DU DEGRE DE HONTE LATENT)
- => CONSIGNE: « Répondez spontanément par oui ou par non aux questions suivantes. »
- 1) Avez-vous peur de manquer?
- 2) Etes vous issue de ce qu'on appelle un « milieu modeste »?
- 3) Etes vous attentif au « qu'en dira t'on »?
- 4) Vous sentez vous généralement à l'aise en société?
- 5) La mode vestimentaire est elle importante pour vous?
- ~~6) Etes vous détenteur d'un crédit immobilier?~~


DEBUSQUER LA HONTE

- 7) Etes vous plutôt quelqu'un d'anxieux?
- 8) Posséder de l'argent est il pour vous un élément de réussite sociale?
- 9) Iriez vous à un cocktail mondain où vous ne connaissez personne?
- ~~– 10) Avez-vous un proche bienveillant à qui vous pouvez tout confier?~~
- 11) Avez-vous déjà souffert de la faim?
- 12) Etes vous un self made man/woman?
- ~~– 13) Etes vous athé(e) ou agnostique?~~
- 14) Pensez vous que l'argent ne fait pas le bonheur?
- 15) Avez-vous perdu vos parents jeunes?


DEBUSQUER LA HONTE

- 16) Dit on de vous que vous avez l'humour « vache »?
- 17) Etes vous détenteur d'au moins un diplôme universitaire?
- 18) Avez-vous déjà été jeté dehors par un(e) ex?
- 19) Etes vous un acheteur compulsif?
- 20) Avez-vous connu un licenciement pour faute grave?
- ~~– 21) Si vous avez divorcé, avez-vous seul la garde de vos enfants?~~
- 22) Aviez vous un frère ou une sœur que vos parents vous préféreraient?
- 23) Avez-vous déjà perdu beaucoup aux jeux?
- 24) Vous êtes vous déjà senti(e) un jour dans une situation embarrassante?

DEBUSQUER LA HONTE

- 
- 25) Mentez vous à vos voisins sur vos réelles destinations de vacances?
 - ~~— 26) Etes vous pratiquant assidu d'une relation monothéiste?~~
 - ~~— 27) Aideriez vous un proche qui vient de commettre un crime?~~
 - 28) Etes vous toujours très économe?
 - ~~— 29) Craignez vous d'être atteint d'une maladie sexuellement transmissible?~~
 - 30) Aimez vous montrer que vous avez une certaine aisance financière?
 - ~~— 31) Croyez vous au principe universel d'abondance?~~
 - ~~— 32) Avez vous des revenus financiers en dehors du fruit de votre travail?~~

DEBUSQUER LA HONTE

- 
- 33) Avez-vous des dettes?
 - 34) Vous sentez vous souvent « de trop »?
 - 35) Ressentez vous beaucoup de gêne quand vous êtes nu?
 - REMARQUES:
 - TOUJOURS GARDER SON ESPRIT CRITIQUE FACE AUX THEORIES/PROPOSITIONS DES UNS ET DES AUTRES.
 - => RETRAIT DE L'HOMOSEXUALITE DU DSM EN 1973 JUSQU'ALORS CONSIDEREE COMME UNE MALADIE MENTALE.



LA PERSONNALITE PASSIVE AGRESSIVE

- => TROUBLE DE LA PERSONNALITE
- => PREVALENCE: Entre 0,4 et 3% de la population.
- => ENFANTS AYANT EU DES PARENTS TROP NORMATIFS ET PAS ASSEZ NOURRICIERS.
- => CONTRÔLE EXCESSIF ET BESOINS PRIMAIRES NON SATISFAITS
- => CONTEXTE EDUCATIF N'AUTORISANT PAS LES DESACCORDS
- => LA PRISE D'AUTONOMIE /D'INDEPENDANCE PAS FAVORISEE
- => DIFFICULTES /INCAPACITE D'AFFIRMATION DE SOI
- => PERSONNES QUI ONT PRIS L'HABITUDE DE DISSIMULER LEUR RESSENTIMENTS ET DE LES EXPRIMER DE FACON DETOURNEE PAR UNE FORME DE REBELLION MASQUEE.



LA PERSONNALITE PASSIVE AGRESSIVE

- => CELA SE TRADUIT PAR: (mécanismes de défense pour la préservation de son intégrité)
- L'EXPRESSION FREQUENTE D'UNE HUMEUR MAUSSADE ET DE BOUDERIES;
- DES INSINUATIONS PLUS OU MOINS SARCASTIQUES A L'EGARD D'AUTRUI
- DES MENSONGES PAR OMISSION
- UNE CERTAINE MAUVAISE FOI FACE A LEURS PROPRES MANQUEMENTS
- UN REFUS D'OBTEMPERER EN ARGUANT DES FAITS DOUTEUX OU INEXACTS
- UNE FORME DE VIOLENCE DANS LE LANGAGE NON VERBAL (Casse des objets, les pose avec violence, traîne les chaises...)
- EVITEMENTS ET PROCRASTINATION CHRONIQUES



LA PERSONNALITE PASSIVE AGRESSIVE

- ABSENCE FREQUENTE DE PONCTUALITE
- MANQUE DE CONFIANCE VIS-À-VIS D'AUTRUI
- INEFFICACITE PLUS OU MOINS INTENTIONNELLE
- MANQUE DE SPONTANEITE ET D'AUTHENTICITE
- EXPRESSION DE PLAINTES/VICTIMISATION
- STRATEGIES/MANIPULATIONS POUR QUE LES AUTRES FASSENT LES CHOSES A LEUR PLACE

LA PERSONNALITE LIMITE

- => TROUBLE DE LA PERSONNALITE
- => PREVALENCE: ENVIRON 2,5% DE LA POPULATION
- => PERSONNES AUTOCENTREES AVEC DE FORTES ATTENTES ENVERS LES AUTRES
- => GRANDE INSTABILITE EMOTIONNELLE LIEE A UNE PEUR EXTREME DE PERDRE SES RELATIONS PROCHES/ AMICALES
- => TOUT REFUS PEUT ETRE PERCU COMME UN REJET, UN ABANDON, UN DESINVESTISSEMENT QUI MENACE LA RELATION
- => SE SENTENT FACILEMENT REJETEES PAR LES AUTRES= SOURCE DE CONFLITS (AGRESSIVITE)



LA PERSONNALITE LIMITE

- => FOCALISEES SUR CE QU'ELLES RECHERCHENT (LA SECURITE AFFECTIVE), NE CONSIDERENT QUE PARTIELLEMENT LA REALITE DE L'AUTRE
- => TENDANCE A SE REPLIER SUR ELLES MEMES DURANT DE LONGUES PERIODES, A DEPRIMER, VOIRE A COUPER LES PONTS
- => TOUTE DECEPTION RELATIONNELLE RESSENTIE PEUT ETRE PERCUE COMME UNE TRAHISON. (ex: ne pas être venu à son anniversaire)
- **SIGNES COMPORTEMENTAUX:**
- VOUS MANIFESTE UN INTERET DISPROPORTIONNE SANS ETRE POUR AUTANT A VOTRE ECOUTE.



LA PERSONNALITE LIMITE

- CHANGEMENTS REPETES DE LIEU D'EXERCICE OU D'HABITATION (FUITE LIEE A LA DIFFICULTE A GERER LES RELATIONS DE FACON HARMONIEUSE)
- TRES EXIGEANTE ET CRITIQUE SANS POUR AUTANT SE REMETTRE EN QUESTION
- SE PLAINT SOUVENT DES AUTRES
- ANNULE LES RDVS AU DERNIER MOMENT SANS S'EXCUSER
- PEUT PASSER DES MOIS SANS DONNER DE SIGNE DE VIE (BESOIN D'ISOLEMENT POUR GERER LA SOUFFRANCE GENeree PAR LES RELATIONS SOCIALES/ OU SENTIMENT QUE LES GENS N'EN VALENT PAS LA PEINE)
- FRUSTRATIONS VECUES COMME DES AGRESSIONS EXTERIEURES



LA PERSONNALITE PERVERSE NARCISSIQUE

- => PERSONNALITE NON RECONNUE A CE JOUR DANS LES CLASSIFICATIONS PSYCHIATRIQUES
- => PERSONNE AYANT UNE FAIBLE ESTIME D'ELLE-MÊME ET QUI SE VALORISE EN RABAISSANT LES AUTRES
- => FONCTIONNE SUR LE MODE DE LA PREDATION = S'EN PREND A UNE VICTIME SUR QUI IL SAIT QU'IL POURRA AVOIR DE L'EMPRISE
- => MODE OPERATOIRE INSIDIEUX => MISE EN CONFIANCE DE LA VICTIME PAR UNE PERIODE DE SEDUCTION SANS FAILLE
- => PROFIL RECCURENT DES VICTIMES: FEMMES DEPENDANTES AFFECTIVES (équilibre émotionnel conditionné par le sentiment d'être aimée par quelqu'un)



LA PERSONNALITE PERVERSE NARCISSIQUE

- => SOUFFLE LE CHAUD ET LE FROID (PERSONNE SERVIABLE , DOUCE, ATTENTIONNEE / PERSONNE DENIGRANTE, HUMILIANTE/VIOLENTE)
- => CAPABLE DE JOUER TOUS LES ROLES NECESSAIRES POUR GARDER SA VICTIME
- => CAPABLE DE SIMULER LA TRISTESSE, LES REMORDS, LA MALADIE...
- => ISOLE TOUJOURS SA VICTIME POUR S'ASSURER DE MAINTENIR SON EMPRISE (OU CHOIX DES FREQUENTATIONS)
- ORIGINE DE CE TROUBLE DE PERSONNALITE: UN TRAUMATISME INFANTILE PRECOSE.
- RESULTAT: PROCESSUS INCONSCIENT DE VENGEANCE INASSOUVIE/ SURVIE PSYCHIQUE DE L'ENFANT MALTRAITE => ANGOISSE CONSTANTE DE REVIVRE LES HUMILIATIONS DU PASSE.



MERCI POUR VOTRE ECOUTE!

— Contact: elisa.babouram@gmail.com