

Reconnaitre ou détecter un ( ou une ) pervers narcissique grâce au test suivant :

Si vous trouvez de **10 à 15 points** de comparaison, vous avez affaire à un simple manipulateur... Au-delà de quinze similitudes, vous devrez immédiatement agir pour sauver votre existence. **FUYEZ !...** Le pervers narcissique éprouve de la joie au spectacle de votre déchéance associée à son sentiment de domination morbide.

L'erreur des victimes d'un manipulateur pervers narcissique est de chercher l'existence d'un sentiment là où il n'en demeure malheureusement aucun... Reconnus comme de véritables « **machines à broyer** », on les reconnaît principalement dans leurs amours **toxiques**, et ce sont finalement **des amis... des collègues,... ou votre propre famille.**

**Testez et comparez les 30 points ci-dessous avec les traits de caractère de la personne que vous soupçonnez d'être un manipulateur pervers narcissique.**

Ce test se déclare conforme autant pour **les femmes que pour les hommes.**

### **Il culpabilise sa victime en inversant les rôles :**

Susciter un sentiment de culpabilité chez sa victime reste une manœuvre dans laquelle le pervers narcissique prend **un véritable plaisir**. En reportant sa responsabilité sur sa cible, il la pousse à admettre qu'elle seule est responsable de la situation. Se défaire de ses torts est une spécialité chez le manipulateur.

### **Ne communique pas clairement, et nie les évidences :**

Impossible de connaître avec exactitude ses demandes ou ce dont il a besoin. Il fait en sorte que sa proie soit perpétuellement en train de chercher à le comprendre, c'est pour ce motif qu'il répond souvent de manière à entretenir l'ambiguïté.

- *« T'as mal compris, je n'ai pas dit les choses dans ce sens-là... »*
- *« Je n'ai pas fait ça dans ce but... »*
- *« Je ne l'ai pas dit pour toi... »*

## **À chaque personne : Un comportement différent :**

Une personne normale use d'un mode de réaction relativement constant. Notre personnage, quant à lui, est constamment différent sur les sentiments affichés, de ses comportements autant que ses opinions. La victime n'arrive jamais à le situer dans la relation, ni à savoir qui il est réellement. Il est insaisissable !

## **Il est armé de raisons logiques :**

Là où une demande aurait reçu le plus mauvais accueil avec un autre, les raisons logiques qu'il avance, créent l'acceptation. Ainsi, sa cible se retrouve à accepter des choses qu'elle n'aurait jamais approuvées normalement. Les demandes sont déguisées par la logique implacable de son raisonnement. « Marionnettiste » permanent à vos dépens, votre prise de conscience ne se fait qu'après coup !

## **Vous devez être parfait :**

La perfection n'est pas une option... Il vous fait croire que vous ne devez absolument jamais changer d'avis et que vous devez répondre immédiatement aux questions qu'il pose... Ainsi vous devez tout savoir et réagir à ses demandes au quart de tour.

## **Il critique et dévalorise :**

Sa critique est discrète mais intense, il dévalorise sous couvert de l'humour au début, puis émet **des jugements sur vous**. Il cultive le doute sur **vos qualités, vos compétences** et plus généralement votre personnalité. Avec lui, la personne que vous croyez être aura peu à peu perdu toute importance. Vous devenez banal, inintéressant... voire **inférieur**.

## **Il fait véhiculer ses messages par les autres :**

Place autrui en position de transmettre ses messages. Il en joue principalement pour ne pas se dévaloriser en attaquant les autres... car c'est vous qui l'aurez dit et non pas lui... Ainsi, il peut être le bourreau d'une personne tout en se réconfortant de cette même victime dans le même tableau.

## **Il divise pour mieux régner :**

D'une touche délicate, avec discrétion, il sème la zizanie tout en cultivant la suspicion. Son mode de fonctionnement est de **diviser pour mieux régner**. Il brise progressivement les amitiés et les divers groupes dans l'optique **d'obtenir ce qu'il désire**.

## **Il se positionne en victime :**

Auto-élu victime, le pervers narcissique se place dans cette position pour être la vedette. Ainsi, son entourage compatit, le plaint, le comprend dans ses épreuves. Il est celui vers qui l'on se tourne et, après tout, **qui pourrait se méfier d'une victime ?** Avec lui, il ne faut jamais hésiter à s'apitoyer sur son sort : **Il pourra mieux vous manger après**.

## **Il ignore les demandes :**

Oui, il répondra toujours positivement aux demandes qui lui sont formulées. Cependant, il préférera ensuite s'esquiver poliment en prétextant toujours une raison valable.

## **Il utilise les principes moraux des autres :**

Pour assouvir ses besoins, il utilise les principes moraux des autres tel un caméléon. Il peut intégrer totalement le mode de pensée d'un groupe et de ses principes en faisant croire qu'il s'agit également des siens. Étant un être en réalité très faible, il n'a aucune personnalité et **absorbe celle des autres !**

## **Menaces dissimulées ou chantage ouvert :**

Il peut aussi bien user de menaces de manière déguisée, ou de chantage ouvert. Dans les deux cas, sa cible doit se plier à ses exigences.

## **Il change de sujet ou prend la fuite :**

Au cours d'une conversation, il change totalement de sujet sans crier gare. Pour esquiver une question qui le mettrait mal à l'aise ou le mettrait à jour, il change de sujet comme s'il n'avait pas entendu la question. Déroutant, il peut également s'échapper en quittant, la discussion ou la rencontre.

## **Il mise sur l'ignorance des autres :**

L'ignorance des autres est une source favorable dans laquelle il puise inlassablement pour **faire croire en sa supériorité**. Il se sert de la crédulité des individus, aussi de leur ignorance pour leur montrer qu'il est « **supérieur** » et son besoin d'admiration est enfin reconnu. Pour cela, il cherchera souvent des personnes dans la détresse.

## **Le pervers narcissique ment :**

Il ment souvent pour tout et rien, même pour des broutilles, il **s'inventera une vie et détestera** par-dessus tout **se faire démasquer**. Il peut avoir des vies différentes avec plusieurs personnes en même temps. Ses mensonges sont souvent indécélables, car il va y ajouter une pointe de vécu pour les rendre plus crédibles assez longtemps.

## **Il prêche le faux pour connaître le vrai :**

Il prêche le faux pour savoir le vrai et cela s'applique à tous les domaines de sa vie. Cette stratégie a essentiellement pour but de lui faire savoir s'il peut faire confiance à la personne qu'il côtoie. Cela permet de tester l'évolution de **prise de contrôle sur sa proie**.

## **Il est égocentrique :**

Il rapporte **tout à lui-même d'une façon très naturelle**, sa nature égocentrique demeure profonde. Assoiffé de reconnaissance, c'est le plus beau... c'est la plus belle, Ces gens-là sont les meilleurs, ils rêvent d'être « **le** » gourou partout où ils évoluent.

## **Il peut être jaloux :**

Le pervers narcissique peut être jaloux. Attention, toutefois, car ce n'est pas une jalousie sentimentale amoureuse, mais une traduction envieuse ! Il cherche par-dessus tout à le cacher, mais sa jalousie s'exprime à l'égard des capacités que vous avez **et dont il ne dispose pas**. Le PN vous côtoie en tant que sa chose et, en tant que femme : Vous êtes son objet... Donc vous n'avez pas le droit de le supplanter, parce **qu'il est le meilleur !**

## **Il est obsédé par son image sociale :**

Il ne supporte pas d'être critiqué, car il ne veut surtout pas être perçu comme une personne mauvaise. L'image POSITIVE que les autres renvoient de lui est capitale, pour ne pas dire vitale même, car il lui est insupportable de paraître différemment.

## **Il s'énerve rarement ou très facilement :**

Le manipulateur s'énerve rarement, car la prise comme le maintien de son contrôle est la base de son fonctionnement... Sauf dans le cas d'un **pervers naturellement violent**, le manipulateur nous fera une crise s'il juge utile de devoir le faire, mais cela ne sera pour lui, qu'une simple action « spontanée »

## **Il ne tient pas compte des autres :**

Vos droits... vos besoins comme vos désirs ne tiennent aucune place pour lui... bien qu'il vous fasse **en permanence croire le contraire.**

## **Paroles opposées à ses attitudes :**

Quand le discours est blanc, ses actions seront noires ! Les réactions du manipulateur sont à l'opposé de l'attitude correspondant au discours, parce qu'il est souvent jaloux **du discours des autres** : Du fait de ne pas avoir su s'exposer au bon moment, il se proscrit en faisant ressentir que **lui-seul** détient la « recette » et l'exprimera par sa volonté de clore le sujet en s'imposant **par le dernier mot.**

## **On parle de lui :**

Il fait constamment l'objet des conversations, même lorsqu'il n'est pas présent. C'est d'ailleurs une grosse source de satisfaction pour le manipulateur pervers narcissique, sauf qu'il ne connaît pas toujours la nature des critiques le concernant.

## **Il devient soudainement attentionné :**

Flatterie, sortie, petit cadeau, cette personne fait tout pour vous plaire et vous entoure de sollicitude **de façon inattendue**. Dans ce cas, **il aura une demande à faire** qu'il fera passer pour votre bien-être alors qu'il agira dans **son propre intérêt**. En faisant croire qu'il va combler vos besoins par une action de gentillesse, **il n'agit en réalité que dans son propre intérêt**.

## **Il provoque un sentiment de non-liberté :**

Provoque un sentiment de dépendance affective. Vous ne pouvez pas vous séparer de lui, même si vous savez qu'il est malsain de l'avoir comme relation.

## **Il atteint toujours ses objectifs aux dépens des autres :**

Il est d'une efficacité remarquable pour atteindre ses objectifs aux dépens des autres. Il sait parfaitement **utiliser autrui pour obtenir ce qu'il veut**. Il est le marionnettiste incessant de son entourage.

## **Il vous fait perdre vos repères :**

Avec lui, votre esprit devient confus, il vous retourne votre cerveau. L'expression « ne plus savoir où l'on habite » prend tout son sens avec lui. Le terme de « lavage de cerveau » est approprié, car il cherche à **modeler l'autre en fonction de ses buts**. Narcissique exacerbé, il jouit de voir à quel point il fait ce qu'il veut de ses victimes.

## **Il vampirise votre énergie :**

Lors de phases de dénigrement, de rabaissement, il vous vide de votre énergie. Ce n'est pas pour se ressourcer lui-même et le terme « vampiriser » est mal employé ici, il s'agit d'un trou noir dans les faits. Le caractère injustifié de son attitude vide l'énergie de sa victime qui ne sait jamais comment agir avec le pervers.

## **Sa froideur émotionnelle :**

Sous l'apparence d'une personne aimante, il est pourtant dénué d'empathie. Il fait preuve **d'une froideur émotionnelle incroyable**, sauf si sa victime lui dit être mal par sa faute. Dans ce cas de figure, il fera tout pour prouver que c'est complètement **FAUX !**

## **Pour finir : il fait du mal... et il adore ça :**

Avec lui, vous questionnez et ne savez pas comment agir avec ces gens. Cela peut même avoir des conséquences sur votre santé par une perte d'appétit, un sommeil difficile, de la déprime...

\*\*\*