

PSYCHO

- Relations familiales
- Sites de rencontre: célibatair...
- Confiance en soi: vaincre la t...
- Interprétation des rêves
- Rupture amoureuse: comme...
- Les narcissiques

Styles > Vie Perso > Psycho

Pervers narcissiques: quand votre chef cache un tyran

Par Stéphanie Benz publié le 20/02/2014 à 09:53

L'univers du travail est un redoutable terrain de chasse pour les "PN", ces harceleurs passés maîtres dans l'art de manipuler et d'humilier. D'autant que les entreprises ont le plus grand mal à s'en débarrasser.

13

A+ A-



Les victimes ont du mal à faire leur deuil d'une relation toxique.

Getty Images/Wavebreak Media

C'est en surfant sur des forums consacrés au harcèlement que Salif a pu mettre des mots sur le calvaire qu'il a enduré pendant deux ans. "Mon ancien chef ressemblait trait pour trait aux pervers narcissiques que dépeignaient les internautes", raconte cet informaticien de 26 ans. Un "boss de rêve", qui offrait des cafés et n'était jamais avare de compliments. Un jour, pourtant, les critiques ont commencé à pleuvoir, insidieuses, jamais vraiment argumentées. Au fil des semaines, Salif a été de moins en moins convié aux réunions, jusqu'à ce que son nom finisse par disparaître complètement de la *mailing list* du service. Salif s'est retrouvé isolé, déboussolé... "Pendant un moment, mon chef est redevenu gentil, et puis ça a recommencé. Si je n'avais pas été muté, je serais au chômage, ou en dépression."



Comment reconnaître un pervers narcissique?

- Parents toxiques: comment échapper à leur emprise?
- Relations toxiques: comment les identifier, comment en sortir?
- Le pervers narcissique, une figure incontournable au cinéma
- Confessions d'une perverse narcissique: "Je suis entièrement dénuée de remords"
- Pervers narcissiques: quand votre chef cache un tyran

La seule solution: fuir, quand c'est possible...

Face à un pervers narcissique, avocats, psys et médecins du travail ont un seul conseil : fuir. Sauver sa peau. Partir le plus vite possible. Quand c'est possible... "Avec le chômage de masse, une sorte de précarité virtuelle intégrée s'installe chez beaucoup de salariés, qui se sentent coincés", constate **Jean-Claude Delgènes**, du cabinet Technologia, spécialisé dans la prévention des risques psychosociaux. Dommage, car le monde du travail est un terrain de chasse privilégié pour ces prédateurs modernes. Souvent flatteurs et beaux parleurs, dépourvus d'empathie et de tout sentiment de culpabilité, ils ont besoin pour s'épanouir d'"une relation d'emprise naturelle difficile à rompre", selon le psychanalyste **Jean-Claude Bouchoux**. Si le phénomène est difficile à quantifier, le management à la française leur semble particulièrement favorable : "Dans les enquêtes internationales, nos entreprises sont parmi les plus mal notées pour la qualité des relations avec la hiérarchie ou la

reconnaissance au travail. Ce peu d'attention prêté à "l'humain" crée un contexte idéal pour ces déviants", souligne le psychiatre **Patrick Légeron**, fondateur du cabinet Stimulus.

Que faire, alors, face à un collègue, un subordonné ou un chef "manipulateur destructeur" présumé? "D'abord, tenter de désamorcer et, surtout, ne pas accuser à tort, répond la psychiatre **Marie-France Hirigoyen**, célèbre pour avoir popularisé les concepts de harcèlement moral et de pervers narcissique. Ces mots sont aujourd'hui galvaudés. Il ne faut pas confondre la perversion narcissique avec un comportement pervers défensif, induit par une organisation du travail pathogène", ajoute la psy. Pour en avoir le cœur net, elle préconise un échange de bonne foi pour tenter de faire prendre conscience à l'autre du mal qu'il cause. Rien ne change ? Il ou elle rejette la faute sur vous ? Le danger est là, il faut se protéger.

Quand les critiques et les coups bas ont commencé à alterner avec les "bouquets de fleurs, les déjeuners entre "copines" et les confidences", Joëlle, cadre sup dans l'assurance, en a tout de suite parlé à son mari : "Il m'a rappelé l'essentiel : à 55 ans, j'avais toujours donné satisfaction, donc le problème ne venait pas de moi." Et quand sa supérieure hiérarchique, une coquette jeune femme en poste depuis un an, a essayé de la déstabiliser en racontant qu'une collègue de longue date se plaignait de son comportement, Joëlle a foncé voir celle-ci : "Elle est tombée des nues, bien entendu. Je résiste comme ça, en revenant à des faits objectifs, l'une des meilleures techniques pour contrer les manipulateurs, mais c'est usant. D'autres ici sont en arrêt maladie, sous antidépresseurs", soupire-t-elle.

Ils repèrent les failles de leurs victimes et s'y engouffrent

Souvent, les victimes ont du mal à faire leur deuil de la relation toxique. "Quand quelqu'un commence par vous dire que vous êtes le meilleur, c'est agréable", souligne **Anne-Catherine Sabas**, auteur de *Triomphez des manipulateurs* (éd. Bussière). Rémy, trader dans une grande banque, a été pris à ce piège. Il s'est suicidé. "Son chef l'invitait à dîner, ils sont même partis en vacances ensemble. Puis il s'est mis à l'humilier, à lui refuser des déplacements ou des congés, à l'installer à la place des stagiaires", raconte l'avocat de sa famille, Me Michel Ledoux, qui se rappelle ces Post-it où la victime écrivait à son bourreau : "Pourquoi tu me traites comme un chien ? Quel besoin as-tu de me tirer dessus?"

La règle d'or, face à un "PN": en dire le minimum, car ils repèrent les failles de leurs victimes et s'y engouffrent. "Un de mes patients, employé dans un grand établissement financier, a dit un jour à son supérieur qu'il ne supportait pas les parfums d'ambiance. Le lendemain, l'autre a vidé une bombe de désodorisant d'intérieur dans son bureau, en faisant passer ça pour une blague. Et tout était à l'avenant", raconte le psychothérapeute **Pascal Couderc**. Dur, alors, de garder son calme.

Et pourtant... D'un naturel posé, Frédéric a su rester flegmatique face à un boss "capable de vous hurler dessus pour des brouilles, puis de dîner avec vous en déplacement comme si de rien n'était". "Je savais que, si je répliquais, ce serait pire", se souvient cet auditeur, qui avait une stratégie simple : éviter son chef. "On peut aussi faire de la contre-manipulation, s'entraîner à répondre par des phrases courtes, feindre l'indifférence", insiste Isabelle Nazare-Aga, qui organise des séminaires sur l'art de faire face aux manipulateurs.

Les personnalités toxiques pèsent sur la productivité

Et, bien sûr, garder des traces écrites de tout - faire des mails, si possible avec plusieurs personnes en copie. Des documents précieux si la situation dégénère. "Malheureusement, entre aider quelqu'un en souffrance ou sacrifier un harceleur par ailleurs efficace au travail, certaines directions choisissent vite", constate **Patrick Légeron**. Car les pervers narcissiques savent se mettre la hiérarchie dans la poche. "Certains deviennent indéboulonnables", confirme Jean-Claude Delgènes, qui est intervenu dans un grand groupe de l'énergie, où un service d'audit connaissait un fort

Sur le même sujet

- MINI-SITE -Comment reconnaître un pervers narcissique?
- ARTICLE -Dans la tête des pervers narcissiques
- ARTICLE -Pervers narcissiques: "Ils ne sont pas incurables"
- VIDÉO -Dans la tête des pervers narcissiques - la Une de l'Express - L'édito de Christophe Barbier
- ARTICLE -Pervers narcissiques et manipulateurs: "Pourquoi agissent-ils ainsi?"
- ARTICLE -"Pervers et manipulateurs: comment leur échapper?"

L'Express Styles

Sur Facebook



Sur Twitter



Et aussi :



les +

STYLÉS

+VUS | f +RECOMMANDÉS

- Hollande-Gayet: "Elle n'a aucune présence officielle, il faut mettre fin à l'hypocrisie"
- Tous hypersensibles?
- VIDEO. "Filles d'aujourd'hui" caricature la blogueuse mode
- Des musulmans soulèvent le tabou de l'antisémitisme musulman
- "Mère d'enfant hyperactif, on me disait: 'il est particulier votre fils'"

jeu

CONCOURS



Jouer



JOUEZ ET GAGNEZ VOTRE SAC DE LA NOUVELLE COLLECTION

Jouer



CHAQUE JOUR GAGNEZ L'UN DES LIVRES



hachette CUISINE

Jouer

GAGNEZ DES PRODUITS VALÉRIE VALENTINE ORNÉS DE SWAROVSKI ELEMENTS



Jouer

turnover. "Tout le monde connaissait le problème, mais le responsable du service était issu des Mines et protégé par son réseau. Il a juste été muté, et encore, cela a été compliqué", se souvient-il.

Les entreprises, pourtant, devraient se méfier. Esprit d'équipe bousillé, démotivation, turnover, absentéisme : les personnalités toxiques pèsent sur la productivité. Quant au risque juridique, il tourne au casse-tête. "Un harceleur sanctionné sans preuves suffisantes peut se retourner contre son employeur. Ce qu'il fera d'autant plus qu'en bon narcissique il déteste l'humiliation. Et, en même temps, l'entreprise a une obligation de résultat en matière de santé au travail : en cas de harcèlement, elle sera toujours fautive", explique Me Ledoux.

Manfred Kets de Vries, professeur à l'Insead, prône donc une solution radicale : "Eviter d'embaucher de futurs tyrans." Pour cela, multiplier les entretiens, croiser les réponses du candidat, et débusquer ses incohérences. Et, pour ceux qui passeraient entre les mailles, instaurer une organisation du travail qui les empêche de nuire : dire que les plaintes seront prises en compte, et laisser la place à la critique. "Mais c'est difficile en France, ajoute ce Néerlandais. Chez vous, tous les pouvoirs sont concentrés et, dès l'école, l'esprit d'initiative est découragé au profit de l'obéissance."

Recommander 986 personnes recommandent ça. Soyez le premier parmi vos amis.

13 **Réagir**



spartoo.com Codes promo Spartoo avec L'Express et CupoNation !

J'EN PROFITE !

Commentaires (13)



jackieh - 08/09/2014 09:54

J'ai eu un chef manipulateur pendant 2 ans, comme j'étais débutante donc sujette à l'erreur j'ai longtemps pensé que son agressivité était justifiée à la base même si exagérée, jusqu'au jour où il m'a fait un reproche tout à fait injustifié avec insultes à la clé et où j'ai pu lui montrer preuves en mains qu'il avait tort... assommé qu'il était sur le moment même ! Mais moi, j'ai compris à ce moment là que je n'avais plus rien à apprendre là-bas, j'ai cherché et trouvé un autre boulot où j'ai pu faire usage de mon expérience, et celle qui m'a succédé est partie très vite en se demandant comment j'avais bien pu faire pour supporter ces patrons-là pendant 2 ans - en plus de ça que j'avais la réputation d'être la rebelle de la boîte (une très petite PME) ! Et moi, pendant ce temps-là, j'ai évolué et fait mon chemin :-). Mais c'est vrai que j'ai gardé de cette époque-là l'habitude de garder des traces écrites de tout, et que ça m'est souvent venu à point dans la vie professionnelle ! Et comme on savait que je gardais tout, ça en a sûrement découragé certains dès le départ...

Répondre > [Signaler un contenu abusif](#)



micos54 - 12/05/2014 20:44

Je suis moi aussi changeant de service tombé sur un PM..Il m'a fallu un an et demi pour dire STOP!!Aller voir l'assistante sociale puis le médecin du travail..Je me suis juste fait arrêter une semaine puis la RH chez nous a pris l'affaire en main.Mon chef a été convoqué puis j'ai trouvé un autre bureau au RDC évitant de voir ce collègue manipulateur..Cela fait 3 mois maintenant et il faut juste couper le lien et éviter tout contact avec ce genre de personne..J'ai demandé ma mutation et je partirai sous 6 mois environ.. N'hésitez pas à dénoncer ce genre de comportement vous verrez vous en sortirez grand même si cela est difficile au début et que vous êtes seul dans ce combat..

Répondre > [Signaler un contenu abusif](#)



micos54 - 12/05/2014 20:41

Je suis moi aussi changeant de service tombé sur un PM..Il m'a fallu un an et demi pour dire STOP!!Aller voir l'assistante sociale puis le médecin du travail..Je me suis juste fait arrêter une semaine puis la RH chez nous a pris l'affaire en main.Mon chef a été convoqué puis j'ai trouvé un autre bureau au RDC évitant de voir ce collègue manipulateur..Cela fait 3 mois maintenant et il faut juste couper le lien et éviter tout contact avec ce genre de personne..J'ai demandé ma mutation et je partirai sous 6 mois environ.. N'hésitez pas à dénoncer ce genre de comportement vous verrez vous en sortirez grand même si cela est difficile au début et que vous êtes seul dans ce combat..

3 QUESTIONS
POUR TENTER
DE
GAGNER 50€
DE BON D'ACHAT
AVEC
3 SUISSES

Jouer

JEU CONCOURS
L'OCCITANE
EN PROVENCE
TENTEZ DE GAGNER
DES
COFFRETS
DE LA NOUVELLE
COLLECTION
ARLÉSIENNE

Jouer

les

STYLETTES

Géraldine



Styles

Ulla



Saveurs

Élodie



Beauté

Mathilde



Mode

Tiphaine



VIP

Anaïs



Tendances

les blogs

STYLÉS



ASTROLOGIE - **Ascendant Poissons: branché sur l'invisible (10)**

par Sybille Souane

Commenter



BEAUTÉ - **Qu'est-ce que vous voyez?**

par Dominique Mallié

Commenter



SAVEURS - **C'est tous les jours la fête à Saint Amour**

par Anne Victoire Monrozier

Commenter

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)



Oisilloncool - 21/02/2014 22:55

Naturellement qu'il faut fuir ces hommes ou ces femmes qui sciemment, vous humilient, vous écrasent de leur soi-disant supériorité. Mieux vaut les ignorer et les laisser en face de leur belle image.

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)



Chyppy - 21/02/2014 21:03

Avant tout de gros problèmes existentiels! Rusés en demande de supériorité et le plaisir malsain de dégrader les autres pour se sentir confortés à leur recherche de supériorité : de pauvres Types...! Qui néanmoins font des dégâts aux plus vulnérables...

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)



regard65 - 21/02/2014 15:28

@genevieve-t : j'ai changé bien évidemment de travail, mais cette expérience de PN m'a causé des problèmes relationnels dans mon nouvel emploi. Je n'ai plus confiance en personne et je me suis repliée. Merci, ça fait du bien d'en parler avec quelqu'un qui comprend et bon courage à vous.

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)



sandrav - 21/02/2014 14:40

Les pervers narcissiques sont avant tout manipulateurs, cachant des manquements. Ils ont besoin d'être admirés. Ils ont l'intelligence dans l'art de manipuler leur petit monde. Cependant pour combler leurs lacunes car ils en ont vu pour certains de véritables incompetents, ils n'hésiteront pas à user de tout sorte de stratagèmes pour arriver à leur fin. Dans le monde du travail, ils sont très malveillants, hypocrites et mielleux, n'hésitant pas à raconter n'importe quoi pour se faire bien voir de leur hiérarchie, très politique, n'ayant qu'un objectif = arriver à leur fins et monter dans la hiérarchie...faire parti du CODIR !! En permanence besoin de se sentir valoriser et donc prêt à descendre un collègue voir toute une équipe le cas échéant, Ils se complaisent dans l'humiliation faite à autrui et souvent sournois, ils savent particulièrement bien manoeuvrer en douce sans avoir de témoins. En général, de prime abord, vous leur donneriez le bon dieu sans confession, de bonne présentation, prêchant la bonne parole, dotée d'une certaine assurance (fausse car en fait manquant totalement d'assurance, problème affectif à la base), incapables de se remettre en cause, ils sont très dangereux pour votre équilibre mental car ils arrivent à vous faire douter de vous-même et de vos compétences. Harceleurs, ils s'en sortent toujours trop bien et recommencent ailleurs. Un certain nombre navigue dans le domaine de ressources humaines et dans le milieu des cabinets de recrutement, ce qui est un comble...

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)



Genevieve T - 21/02/2014 14:21

@regard65 : Merci d'avoir dit que ça peut prendre longtemps pour se remettre. Je me demandais si j'étais la seule à "récupérer" si lentement d'une telle situation.

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)



Genevieve T - 21/02/2014 14:18

@regard65 : Merci de dire que s'en remettre peut prendre beaucoup de temps, ça me rassure parce que je croyais que ce n'était que moi qui mettais tant de temps à m'en remettre !

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)



sofbonita - 20/02/2014 15:51

Troisième article à la une sur le même sujet en 24h ! Qu'est ce qui peut susciter une telle propagande?

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)



permettez - 20/02/2014 14:53

j'acquiesce totalement la chute de l'article ou il est dit ::chez vous tous les pouvoirs sont concentrés et des l'école l'esprit d'initiative et découragement au profit de l'obéissance , c'est bien pour cela que nombre d'entreprises françaises fonctionnent si mal en terme de management ou toutes les compétences individuelles ne sont pas totalement exploitées et surtout reconnues pour le bien de tous , en France le travail est la; plus part du temps considéré comme une punition et non comme un épanouissement personnel au service de l'entreprise Situation typiquement française pour ceux qui ont pu vérifier d'autres types de managements à l'étranger entre autres dans les pays nordiques , allemand ou anglo saxons et même si cela est surprenant en Italie j'ai connu dans ma jeunesse 1 fois ce type de relation



BEAUTÉ - Ils ont fait ma semaine #5: coloration végétale, bagel Le DéliK, boots increvables

par Elodie Bousquet

[Commenter](#)

[Tous les blogs stylés](#)

newsletters

Le meilleur de L'Express Styles dans votre boîte mail

Votre e-mail

[Inscription](#)

- Styles (5X/semaine) > Voir la newsletter
- Saveurs (2X/semaine) > Voir la newsletter
- Alerte actu Styles > Voir la newsletter

avec un supérieur narcissique ou alternait les périodes de mamours et les périodes d'agression et d'humiliation, ma technique, ne rien dire pour vérifier jusqu'où il pourrait aller, chaque fois qu'il y avait un problème ce responsable venait me voir pour avoir mon opinion, quelles solutions envisager, puis plus rien, 1 mois ou 15 jours après, le harcèlement reprenait de plus belle, et puis bizarrement les idées ou les solutions qui étaient les miennes devenaient les siennes, cela n'a marché que 3 fois, j'ai décidé de ne plus avoir d'idées à lui transmettre et comme j'ai du caractère et que je suis combatif dans l'adversité je n'ai pas plié, je ne faisais que mon job, rien que mon job, cela l'a complètement destabilisé et lui a fait perdre la face devant ses supérieurs car c'est à lui que l'on demandait des comptes, ce n'est que comme cela que j'ai pu réguler et stopper son agressivité narcissique à mon encontre, il n'a plus insisté, mais il a continué avec des collègues plus faibles en position de faiblesse personnelle, si cela avait continué je serais parti immédiatement pour vérifier si l'herbe est plus verte ailleurs !!!

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)



regard65 - 20/02/2014 14:19

S'ils sont sûrs d'eux, les pervers narcissiques cachent tout de même une blessure qu'ils ont subie dans le passé et que leur ego n'a pas digérée : par exemple, un divorce qui ne s'est pas passé à leur avantage. Pour une femme, la perte de la garde de ses enfants. Exemple vécu en tout cas, d'accord avec l'article, les fuir, les fuir, les fuir, ils sont très forts et destructeurs, j'ai failli y laisser des plumes et 8 ans plus tard, j'y repense encore.

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)



minouche de bromines - 20/02/2014 14:15

La mort d'un être cher m'a fait découvrir la personnalité de son conjoint mpn, qui a réussi la totale destruction de sa proie. Ce sont de grands malades incapables de se soigner.

[Répondre](#) > [Signaler un contenu abusif](#)

[Lire tous les commentaires](#)

Commentez cet article

Commentaire :

[Accéder à la charte des commentaires](#)

Je m'identifie

E-mail

Mot de passe

[Se connecter et publier](#)

Je m'inscris

[S'inscrire et publier](#)

ou

[Se connecter avec Facebook](#)

Quel que soit le moyen utilisé, votre commentaire sera publié directement et modéré a posteriori.

[Signaler une faute d'orthographe, une erreur dans l'article ou un bug](#)

L'EXPRESS STYLES EN UN CLIN D'OEIL

MODE

Minute Mode
Fashion Week
Mannequins
Créateurs mode
Relooking
Tendances mode

BEAUTÉ

Minute Beauté
Maquillage
Soins visage et corps
Coiffure
Parfums
L'univers des Miss

VIP

Minute V.I.P
Tapis rouges
L'univers des stars
Décryptage people
Style de stars
Familles royales

PHOTOS

EN IMAGES. 30 bagues pour des fiançailles inoubliables
Beyoncé et Jay-Z assistent au défilé de Kanye West pour Adidas
EN IMAGES. World Press Photo: un couple d'hommes clair-obscur contre l'homophobie
Helena Bonham Carter pose nue avec un thon pour Fishlove
EN IMAGES. Jamie Dornan, alias Christian Grey, en 20 photos

BLOGS

Ascendant Poissons: branché sur l'invisible (10)
Qu'est-ce que vous voyez?
C'est tous les jours la fête à Saint Amour
Ils ont fait ma semaine #5: coloration végétale, bagel Le Délik, boots incroyables
Ma carte bancaire me couvre-t-elle en cas d'accident de ski?

SAVEURS

Minute Saveurs
Recettes
Cuisine Minceur
Restaurants
Vins et alcools
Saveurs en vidéo

MARIAGE

Robe de mariage
Bague de mariage
Préparation mariage
Mariage des stars
Coiffures mariage
Le marié

VIE PERSO

Psycho
Enfants
Bio
Sports et forme
Astrologie

VIDÉOS

On a testé blk, l'eau noire
infusée aux minéraux fulviques
Chypre se bat pour protéger son
fromage, le halloumi
Philippe Demougeot refait un
appartement de 40 m2
Nouveau ! L'application L'Express
Styles désormais disponible sur
iPad
Nouvelle Appli L'Express Styles
disponible sur iPhone

ON AIME !

Recette en vidéo
Video people
Tatouage mode d'emploi
Aperitif dinatoire
Styles en photos
Tous les articles Styles

Les sites du réseau Groupe Express-Roularta : Economie avec LExpansion.com | Entreprise avec LEntreprise.com | Bourse avec Votreargent.fr | Décoration avec CoteMaison.fr | Conjoncture et networking avec L'Expansion | Réservé aux décideurs avec La Lettre de L'Expansion | Orientation avec L'Etudiant.fr | Enseignement supérieur avec Educpros | Recrutement avec Jobrencontres.fr | Emploi Grande Distribution avec Distrijob.fr | Abonnement | Espace abonnés | L'Express boutique | L'apprentissage du piano avec Pianiste | La création musicale avec KR home-studio | Code promo Sarenza | Code promo Conforama | Jeux-Concours avec L'Express.fr

© L'Express - Mentions légales | Conditions générales d'utilisation | Charte des commentaires | Contacts | Service Client | Archives | Résultats élections | Palmarès des lycées 2014 | Régie Publicitaire

L'EXPRESS.fr vous présente l'information en direct et en temps réel. Retrouvez l'actualité française et internationale, la politique, les événements culturels, les rendez-vous sportifs, les nouveautés scientifiques et high-tech et bien d'autres sujets.