

Constellations Familiales

Conférence : "Dévoiler les jeux de perversion et de manipulation grâce aux constellations familiales systémiques dans les domaines : personnel, familial et professionnel ".

**Jeudi 23 janvier 2025 à Aubagne à 19h15
22 avenue de Verdun 13400.**

Lors de cette soirée, une constellation sera réalisée pour découvrir comment cette approche peut offrir un autre regard sur les dynamiques qui se jouent au sein du système familial, personnel ou professionnel.

Une équipe d'animateurs, d'animatrices et de thérapeutes sera présente pour vous accueillir et vous accompagner tout au long de cette conférence et répondre à vos questions.



Définition de la perversion

En psychologie, la perversion est souvent associée à des **troubles de la personnalité souvent invisibles** où l'individu cherche à exercer un pouvoir ou un contrôle sur autrui de manière subtile et manipulatrice. Elle se distingue d'une simple déviance par la conscience des actes posés et le plaisir tiré de la souffrance infligée à l'autre, du dépassement des limites et de l'incitation à transgresser. Le pervers agit avec l'intention de nuire ou de détruire, tout en préservant **une façade socialement acceptable et irréprochable**. Cela peut inclure des comportements tels que :



- **L'inversion des rôles** : Le manipulateur se présente comme une victime pour faire porter à autrui la responsabilité de ses actes ou comportements.
- **Le détournement de la vérité** : Les faits sont transformés ou minimisés pour semer le doute et rendre la victime confuse.
- **Le recours à des stratégies insidieuses** : Ces tactiques sont souvent subtiles, difficiles à détecter, et visent à maintenir une domination psychologique.

Différence avec la manipulation

Bien que la manipulation soit un outil souvent utilisé dans la perversion, celle-ci va plus loin en intégrant un plaisir à désorienter, dominer ou faire souffrir l'autre, souvent sous des apparences de bienveillance ou de normalité.

En résumé, la perversion est une forme de déviation morale et psychologique où la manipulation, le mensonge et le contrôle servent des intérêts égoïstes, tout en causant un tort souvent profond et durable à autrui.

Les mécanismes des jeux de manipulation

Les jeux de manipulation s'appuient sur des stratégies sophistiquées et des techniques machiavéliques, conçues pour exploiter les failles émotionnelles, les blessures ou les besoins profonds des autres. Ces procédés insidieux permettent au manipulateur de semer la confusion, de désorienter et de maintenir un contrôle subtil mais puissant sur sa victime. Adaptable et opportuniste, le manipulateur ajuste ses comportements en fonction des individus et des contextes, créant des alliances stratégiques tout en désignant des cibles vulnérables. Ce double jeu, habilement orchestré, renforce son emprise et lui permet de tirer parti des dynamiques relationnelles à son avantage.



On pense souvent que ces comportements n'existent que chez les autres, mais la réalité est tout autre : ces personnes manipulatrices et toxiques se trouvent fréquemment au cœur de notre propre entourage, qu'il s'agisse du cercle amical, familial ou professionnel. Leur présence, souvent bien dissimulée, peut avoir un impact insidieux sur nos vies sans que nous en prenions immédiatement conscience.

Ce climat insidieux peut également, dans les cas les plus graves, pousser les victimes au désespoir, voire au suicide. La perte progressive de repères, l'isolement, le sentiment de ne plus avoir de contrôle sur sa vie, combinés à l'épuisement émotionnel et psychologique, peuvent conduire à une détresse extrême, soulignant ainsi la gravité des conséquences des jeux de manipulation et de l'emprise.

Ces jeux visent à désorienter et à contrôler par :

- **La culpabilisation** : Le manipulateur fait en sorte que la victime se sente responsable de la situation, même lorsqu'elle n'a rien à se reprocher. Il utilise la culpabilité pour affaiblir et contrôler la personne, l'empêchant de se défendre efficacement.
- **Le doute systématique** : En déformant la réalité, le manipulateur amène la victime à douter de ses perceptions, de ses émotions ou de sa mémoire. Ce mécanisme peut inclure des actions comme la disparition ou la détérioration d'objets, renforçant un sentiment d'incertitude.
- **La triangulation** : Le manipulateur implique une tierce personne pour semer la discorde ou renforcer son contrôle. Il peut utiliser des enfants, des membres de la famille ou des proches, souvent en décrivant sa cible comme hystérique ou irrationnelle, créant ainsi un climat de méfiance et d'isolement.

- **La projection** : Les comportements problématiques du manipulateur sont attribués à la victime. Cette projection génère de la confusion et un sentiment d'injustice, détournant l'attention des véritables responsabilités.
- **Le Double Discours** : Le manipulateur ajuste son discours en fonction de la personne ou de la situation. Chaque interlocuteur reçoit une version différente de la réalité, ce qui engendre confusion et méfiance. Cette stratégie lui permet de contrôler la perception des événements et des relations, en insinuant que les autres sont mal intentionnés. Ainsi, il parvient à diviser et isoler les individus, renforçant son emprise sur chacun d'eux.
- **Le Mensonge** : Le manipulateur ment fréquemment pour discréditer l'autre et le faire passer pour "fou" ou "déséquilibré". Il répand des mensonges afin de rendre impossible tout dialogue constructif et de maintenir les interlocuteurs dans l'ignorance, coupés les uns des autres. Ce cloisonnement permet au manipulateur de continuer à exercer son pouvoir sans être découvert.
- **La Zizanie/la critique** : Le manipulateur sème volontairement la discorde en exploitant des malentendus ou des erreurs apparemment innocentes. Il discrédite les uns auprès des autres, déforme la réalité, et reste dans l'ombre pour tirer les ficelles pour orchestrer les conflits.
- **Semer le Doute** : Une technique courante du manipulateur est de faire douter les autres de la sincérité ou de la bonne foi d'une personne. Il entretient un discours contradictoire, dévalorisant subtilement la cible et amenant les autres à questionner la validité de leurs propres perceptions. Ce doute est renforcé par des flatteries calculées ("Toi, tu es bien") combinées à des critiques subtiles ("Elle est folle"), il crée une dynamique de dévalorisation et de confusion.
- **La Flatterie et la séduction** : Le manipulateur utilise également la flatterie pour créer un sentiment de complicité avec certaines personnes. Il élève un interlocuteur en flattant son ego, tout en rabaissant une autre personne en coulisses. Cette approche crée des alliances stratégiques et isole ses cibles.
- **Minimisation de la Situation** : Lorsque la situation risque de lui échapper ou que ses mensonges risquent d'être découverts, le manipulateur minimise les faits pour désarmer la critique. Il dédramatise les événements, faisant passer les préoccupations des autres pour exagérées ou insignifiantes.
- **La Tromperie** : Enfin, le manipulateur trompe son entourage en modifiant subtilement les faits et en réinterprétant ce qui s'est réellement passé. Cette manipulation des événements permet de créer une nouvelle version de la réalité, où il apparaît comme la victime ou le héros, tout en déstabilisant ceux qui cherchent à rétablir la vérité.



Quels est le profil des victimes ?

Les profils des victimes ne sont pas uniformes, mais certaines caractéristiques et traits communs se retrouvent fréquemment. Il est important de noter que tout le monde peut potentiellement devenir victime d'un pervers, car ces manipulateurs sont experts dans l'art de séduire et de repérer les failles chez les autres.

Ces traits peuvent rendre une personne plus vulnérable à l'emprise d'un manipulateur :

- **Empathie élevée** : Les victimes sont souvent des personnes très empathiques, attentives aux besoins des autres, et désireuses de maintenir des relations harmonieuses. Cette empathie est exploitée par le pervers narcissique pour instaurer une relation de contrôle.
- **Faible estime de soi** : Une faible confiance en soi ou une image de soi fragile peut rendre une personne plus susceptible de chercher validation et affection chez un partenaire, même si celui-ci est toxique.
- **Besoin d'approbation** : Les victimes cherchent souvent l'approbation ou la reconnaissance des autres, ce qui peut les amener à tolérer des comportements inadéquats pour préserver la relation.
- **Traumatismes passés** : Les personnes ayant vécu des blessures émotionnelles, des traumatismes ou des relations dysfonctionnelles dans leur enfance sont plus susceptibles d'être attirées par des profils manipulateurs, en raison de schémas relationnels ancrés.
- **Idéalisation de l'amour** : Une vision romantique ou idéalisée de l'amour peut pousser les victimes à excuser les comportements abusifs, en croyant qu'elles peuvent « guérir » ou changer leur partenaire.
- **Tolérance au conflit** : Certaines victimes ont appris à tolérer des environnements conflictuels ou instables, souvent à cause de leur passé familial, ce qui les rend plus enclines à accepter des relations déséquilibrées.
- **Hyper-responsabilité** : Les victimes peuvent avoir tendance à prendre trop de responsabilités dans une relation, croyant qu'elles doivent porter le poids des problèmes, même lorsque le comportement abusif est clairement unilatéral.



- **Isolement social ou affectif** : Une personne isolée ou manquant d'un réseau de soutien peut être plus vulnérable à l'influence d'un pervers narcissique, qui exploite souvent cet isolement pour asseoir son contrôle.

Et souvent, les victimes enchaînent les relations toxiques, espérant trouver enfin un partenaire sain, mais finissent par retomber dans des dynamiques destructrices et perverses. Elles cherchent inconsciemment chez cet homme ou cette femme une figure réparatrice, une sorte de "sauveur" censé combler leurs manques affectifs et guérir leurs blessures profondes. Ce mécanisme, enraciné dans des blessures non résolues, les amène à confondre toxicité et affection, perpétuant ainsi un cycle répétitif de souffrance et d'espoir déçu.

Le profil des victimes est souvent marqué par une richesse de potentiel, tant sur le plan émotionnel qu'intellectuel. C'est précisément cette force intérieure, leur empathie, leur sensibilité et **leur capacité à donner** qui attirent les personnalités perverses. Ces dernières, en quête de richesse émotionnelle, de validation ou de pouvoir, choisissent délibérément ces individus **pour exploiter leurs qualités et leur énergie à leur propre profit tant sur la plan personnel, familial ou professionnel.**

Malheureusement, les personnes sous emprise ne prennent souvent pas conscience de ce qu'elles vivent. Elles glissent progressivement dans cette dynamique toxique sans s'en rendre compte, piégées dans une spirale de manipulation et de confusion. Cette situation les empêche de voir clairement la réalité, ce qui les conduit à entretenir un climat de doute et de désorientation.

Par ailleurs, **cette confusion** ne se limite pas à elles-mêmes, mais affecte également leur entourage, notamment leurs enfants, qui se retrouvent à leur tour entraînés dans cette spirale destructrice. Ce

qui est particulièrement préoccupant, c'est que, sans en être conscientes, ces victimes impliquent leurs enfants dans ce mécanisme de souffrance, reproduisant ainsi des schémas douloureux qui se transmettent de génération en génération. Ces enfants, en grandissant, risquent de reproduire ces modèles toxiques et de s'engager eux-mêmes dans des relations dysfonctionnelles, perpétuant ainsi un cycle de souffrance et de dépendance affective.



Quels sont Les impacts sur les victimes

Ces jeux peuvent entraîner des conséquences graves sur le plan psychologique et émotionnel, notamment :

- Une perte de confiance en soi et en autrui.
- Des sentiments d'isolement et d'impuissance.
- Un épuisement mental dû à la confusion constante et à l'effort de comprendre ce qui se passe réellement.
- Des maladies.

Identifier ces jeux de manipulation est la première étape pour s'en libérer et retrouver son autonomie.

Comment identifier et contrer ces jeux ?

- **Reconnaître les signes** : Apprendre à repérer les inversions de rôle, les distorsions de la réalité, et les manipulations émotionnelles est essentiel.

- **Se recentrer sur les faits** : Maintenir un ancrage dans la réalité objective et chercher des preuves tangibles peut aider à contrer les distorsions.
- **Poser des limites claires** : Refuser de participer aux jeux de manipulation en affirmant ses propres besoins et perceptions.
- **Chercher du soutien** : Un accompagnement thérapeutique ou des constellations familiales peuvent aider à mettre en lumière les dynamiques cachées et à se libérer de leur emprise. Il est essentiel



Exemples de perversion insidieuse et destructrice

La perversion peut se manifester à travers **des actes insidieux, anodins, répétitifs et profondément destructeurs, souvent masqués par une façade de bienveillance**. Ces comportements, réalisés "avec le sourire par-devant et le poignard dans le dos", sont difficiles à identifier car ils s'appuient sur des subtilités qui détournent la vérité et manipulent les émotions de la victime.

Voici un exemple concret qui illustre ce type de comportement dans le contexte d'une relation de couple, où des gestes supposément bienveillants cachent une dynamique de pouvoir et de manipulation, laissant la victime dans un mélange de confusion, de malaise et d'impuissance.

Exemple 1 :

Un couple envisage de se marier en juin et commence à parler de mariage dès février. Pendant plus de quatre mois, elle attend la bague de fiançailles dont ils avaient parlé mais celle-ci n'est offerte qu'un mois avant le mariage, laissant la future mariée attendre et espérer pendant tout ce temps.

Plusieurs aspects de cet événement ont suscité un malaise chez elle :

1. **Attente prolongée** : Bien que la bague soit un élément important pour marquer leur engagement, il attend plusieurs mois avant de la lui offrir, malgré leurs discussions régulières à ce sujet.
2. **Moment mal choisi** : Elle est enceinte et travaille, souvent épuisée après des journées particulièrement fatigantes. Lorsqu'il lui propose de sortir dîner pour lui offrir la bague, il choisit l'une de ses journées les plus éprouvantes. Étant trop fatiguée pour sortir, elle refuse.
3. **Contexte inadapté** : Finalement, il lui offre la bague dans un restaurant qu'elle décrit comme une "cantine", bien qu'il ait les moyens de choisir un lieu plus approprié ou romantique pour une telle occasion.
4. **Présence de sa fille** : Il choisit également de lui donner la bague devant sa fille de 12 ans (qu'elle garde une semaine sur deux), ce qui crée un malaise. Elle ne s'attendait pas à partager ce moment privé et important dans un contexte où elle se sentait observée et où ses rêves romantiques semblaient être mis de côté.
5. **Inadéquation de la bague** : Bien qu'elle ait exprimé à plusieurs reprises son goût pour l'or jaune, il lui offre une bague en or blanc, ce qui lui donne l'impression qu'il n'a pas réellement pris en compte ses préférences.

Lorsqu'elle lui exprime son ressenti, il rejette toute responsabilité, affirmant que ce n'est pas de sa faute, ce qui renforce son sentiment de frustration et d'incompréhension.

Exemple 2 :

Une fois par semaine, elle donnait des cours de sport. Il avait été convenu qu'il devait rentrer à 18h30 pour s'occuper des enfants, afin qu'elle puisse partir en toute sérénité. Cependant, il arrivait très régulièrement en retard, invoquant à chaque fois une excuse différente (réunion prolongée, embouteillages, etc.). Ces retards répétés la mettaient en panique et en stress, car elle devait laisser ses enfants seuls devant la télévision. Elle s'inquiétait énormément pour eux. Dès qu'elle arrivait sur place, elle l'appelait pour vérifier s'il était enfin rentré.

Ce comportement devenait une source de stress hebdomadaire, car elle ne savait jamais avec certitude s'il respecterait l'horaire.

Lorsque les enfants ont grandi, il a commencé à prétexter des réunions à Paris, affirmant qu'il devait partir la veille au soir pour être à l'heure à ses rendez-vous tôt le lendemain matin. À chaque déplacement, il appelait pour dire que la personne qui devait le recevoir avait annulé sans prévenir, tout en adoptant une attitude de victime, comme s'il attendait qu'elle le reconforte.

Les éléments marquants de ce comportement :

1. **Engagement non respecté** : Bien qu'il se soit engagé à être présent à 18h30 pour que la mère puisse partir sereinement, cet accord était systématiquement violé, montrant un manque de respect envers ses responsabilités.
2. **Stress répété** : Chaque semaine, elle devait gérer l'incertitude et le stress liés à son retard, tout en s'assurant que les enfants étaient nourris, lavés, et prêts pour le coucher. Elle

organisait tout pour que les enfants soient prêts à temps, malgré les difficultés causées par son absence ou ses retards.

3. **Départ la veille** : Une fois les enfants plus grands, il ajoutait à la charge mentale de la mère en choisissant des jours où elle travaillait pour partir à Paris la veille. Cela augmentait son absence et son impact sur la gestion familiale.
4. **Répétition du schéma** : Bien que la nature des excuses changeait avec le temps, le schéma restait le même : elle était mise en difficulté, contrainte de s'adapter à ses comportements imprévisibles, et laissée seule à gérer les enfants dans un environnement stressant.

Ce comportement, répétitif et insidieux, démontre une stratégie passive-agressive visant à perturber l'équilibre familial et à maintenir la mère dans un état constant d'incertitude et de stress.

En résumé, l'emprise psychologique est une forme de manipulation mentale où une personne domine et contrôle une autre en créant une dépendance affective et psychologique. Cela s'appuie sur des mécanismes plaçant la victime dans un état de sidération ou de paralysie émotionnelle. Le prédateur souffle le chaud et le froid, isolant sa victime et rendant toute réaction difficile. Les conséquences incluent la perte d'autonomie, la dépression et l'incapacité à se libérer pouvant aller jusqu'au suicide.



Dans les cas d'aliénation parentale, ces stratégies peuvent également transformer les enfants en instruments de manipulation « enfants marionnettes ou enfants soldats », provoquant des dommages durables. Surtout s'il se cache derrière tout cela de la perversion sexuelle et de l'inceste.

Pourquoi en parler ?

Mettre en lumière les jeux de perversion et de manipulation est une étape cruciale pour briser ces schémas. C'est une invitation à se libérer des relations toxiques, à se reconnecter à soi, et à retrouver un équilibre émotionnel et relationnel.

En comprenant ces mécanismes, chacun peut apprendre à se protéger, à dire non à la manipulation, et à reconstruire des relations basées sur la confiance et le respect mutuel.

Quelle histoire portons-nous pour être liés à une personne perverse et manipulatrice ?

Les relations avec une personne perverse et manipulatrice ne naissent jamais par hasard. Souvent, elles trouvent leurs racines dans des blessures profondes ou des schémas familiaux que nous portons inconsciemment. Ces histoires non résolues, comme des traumatismes d'abandon, de rejet ou des relations toxiques dans notre enfance, nous rendent vulnérables à l'emprise. Cette emprise agit comme un poison insidieux qui, jour après jour, ronge notre confiance en nous, notre discernement,



et notre capacité à poser des limites.

Elle ne se limite pas à détruire notre intérieur, elle s'étend également à nos enfants. Ces derniers deviennent des témoins, voire des victimes collatérales, de ces dynamiques destructrices. La manipulation les plonge dans une confusion émotionnelle, créant parfois des blessures qu'ils porteront eux-mêmes dans leurs vies futures.

Pour sortir de l'emprise, il est essentiel de prendre conscience des mécanismes qui nous enferment, d'accepter de voir nos propres blessures et d'apprendre à poser des limites claires. Cela nécessite du courage, mais aussi un travail sur soi, souvent accompagné par des outils **comme les constellations familiales, pour mettre en lumière ce que nous portons et libérer nos enfants de ces schémas**. Ainsi, nous pouvons nous reconstruire et leur offrir un environnement sain, basé sur la confiance et l'amour véritable.

Ce que l'approche des constellations familiales systémiques apporte dans « les jeux de perversion et de manipulation » :

- **Un autre regard sur votre système familial**
Les constellations permettent de voir sous un nouvel angle les dynamiques invisibles et les schémas répétitifs au sein de votre famille. Cela vous aide à comprendre comment ces jeux de manipulation et de perversion ont pris racine.
- **Mettre des mots sur ce que vous vivez**
En explorant ces dynamiques, vous identifiez et verbalisez ce que vous ressentez et subissez. Cela donne du sens à votre vécu et vous permet de sortir de la confusion.
- **Arrêter les répétitions**
L'approche vise à interrompre les schémas qui se transmettent de génération en génération. Vous devenez un point de rupture, en empêchant la répétition de ces comportements chez vous et vos enfants.
- **Accepter ce qui est**
Reconnaître et accepter la réalité permet de sortir du déni et de cesser de lutter contre ce qui ne peut être changé, tout en choisissant consciemment de transformer votre présent.
- **Savoir se positionner**
Grâce aux constellations, vous apprenez à établir des limites claires, à vous affirmer face aux situations toxiques, et à prendre votre juste place dans le système familial.
- **Utiliser la loi si besoin**
En comprenant les abus subis, vous pouvez clarifier les options légales à votre disposition et les utiliser pour protéger vos droits et ceux de vos enfants.
- **Clarifier la situation**
Les constellations permettent de mettre en lumière les non-dits et les manipulations, rendant visible ce qui est caché, pour agir de manière éclairée.
- **Sortir de la peur des représailles**
L'accompagnement aide à dépasser la peur paralysante, souvent amplifiée dans les situations de manipulation, et à avancer malgré les risques perçus.
- **Traverser sa souffrance pour aller vers sa puissance**
Plutôt que d'éviter la douleur, vous la traversez, ce qui vous libère et vous reconnecte à votre force intérieure et à votre pouvoir d'agir.
- **S'exprimer et témoigner**
Vous trouvez le courage de parler de votre vécu, de témoigner et de mettre en lumière ces dynamiques pour en finir avec le silence.
- **Accompagner vos enfants victimes de ces situations**
En travaillant sur vous-même, vous devenez un soutien solide pour vos enfants. Vous trouvez des solutions concrètes pour les protéger et les guider vers une vie plus saine.
- **Rester aligné et déterminé**
Malgré les difficultés, les constellations vous aident à rester centré(e), clair(e) dans vos intentions, et déterminé(e) à avancer.
- **Libérer vos enfants**
En rompant les cycles de manipulation, vous leur permettez de vivre sans le poids des générations passées, et vous leur offrez un avenir libéré de ces dynamiques toxiques.



Cette approche vous guide vers une transformation profonde, en vous aidant à reprendre le contrôle de votre vie tout en créant un environnement sain et protecteur pour vous et vos proches. Une approche puissante pour avancer sur son chemin.

Inscription sur le site : <https://constellationsfamiliales-marseille.fr/event/conference-constellations-familiales-devoiler-les-jeux-de-perversion-et-manipulation/>