Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 16 novembre 2026

Enquête harcèlement, Le serpent de mer du ‘Pervers narcissique’



‘C’est un pervers narcissique’, ‘elle est toxique’. Ces petites phrases sont devenues des classiques des plaintes de harcèlement. La notion de perversion narcissique a le mérite de mettre un mot sur une détresse vécue, mais elle gênera les enquêteurs en quête d’une vérité la plus objective possible.

Un phénomène médiatique avant tout.La notion de pervers narcissique n’est pas reconnue par les instances internationales qui répertorient les maladies et les troubles psychiques (OMS et American Psychiatric Association). Et pourtant, d’après une étude des sociologues Marc Joly et Corentin Roquebert, l’usage du terme de pervers narcissique a littéralement explosé dans les médias grands publics entre les années 90 et aujourd’hui.

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 16 novembre 2026

Le harcèlement moral

On doit cette notion au psychanalyste Paul-Claude Racamier, qui l'a développée à partir de la fin des années 1950 pour en donner une définition aboutie dans son ouvrage 'Le génie des origines'. La figure du pervers narcissique a connu un fort retentissement dans la communauté psychanalytique, d'autres auteurs reprenant rapidement cette expression dans des ouvrages traitant des relations de couple. Mais c'est surtout le succès du livre de Marie-France Hirigoyen 'Le harcèlement moral' : la violence perverse au quotidien, qui ne traite pas spécifiquement du harcèlement au travail, qui a porté le terme de pervers narcissique aux sommets populaires.

Une prophétie auto-réalisatrice

Bien souvent, les salariés emploient ce terme car ils ne savent pas comment décrire les difficultés relationnelles qu'ils rencontrent, et qui sont courantes dans la vie professionnelle. Dans un premier temps, cela procure un intense soulagement ('je ne suis pas fou, c'est lui qui a un problème !'). Une fois que l'étiquette a été posée, tous les comportements de la personne suspectée sont réinterprétés à la lumière de ce diagnostic, en exerçant un biais de confirmation, c'est-à-dire en triant les informations disponibles pour privilégier celles qui confirment le point de vue établi 'elle a été sympa, mais c'est pour mieux me manipuler'.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 16 novembre 2026



Copyright Editions Tissot

Théâtralisation du mal être

La conviction s'installe de plus en plus fermement et influence le comportement de la personne qui se considère comme victime et qui cherche à se protéger. Elle peut alors chercher le soutien de ses pairs, quitte à répandre des rumeurs, éviter le collègue concerné ou, au contraire, chercher à le confronter, provoquant une réaction qui sera reçue comme une preuve formelle ('Il nie être un pervers… c'est typique !'). Dans la plupart des cas, ce mécanisme de prophétie auto-réalisatrice ne fait qu'aggraver la situation.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 16 novembre 2026

Un court-circuit au bon sens

Dès lors que l'on use de la catégorie du pervers narcissique, on sous-entend l'existence d'une seconde catégorie, constituée de personnes fondamentalement saines et bien intentionnées. Le monde serait ainsi divisé entre des bourreaux s'en prenant à des victimes, en méchants jouissant de la maltraitance qu'ils infligent aux gentils. Le risque pour les enquêteurs, c'est de souscrire malgré eux à cette partition binaire et ainsi : de renforcer la croyance de la personne en tentant de faire preuve d'empathie ('je vous comprends', 'je vous crois'), quitte à frustrer ses attentes dans le cas où l'enquête ne lui donnerait finalement pas raison et à empêcher toute tentative future de résolution du conflit ; de négliger l'exploration factuelle des événements (contexte, actions et réactions des deux parties), quitte à passer complètement à côté de la réalité.

S'attacher aux éléments factuels

Mais le recours à la notion de pervers narcissique peut avoir une conséquence encore plus insidieuse. En effet, dans le cas où l'enquête met à jour des comportements inacceptables, considérer leur auteur comme un pervers revient à dire qu'il est malade, inconscient de ses actes et n'est donc pas responsable. Pire encore, cela revient à admettre, pour l'employeur, l'incapacité à exercer une autorité protectrice pour les individus et le collectif de travail.

En conclusion, les enquêteurs observeront la plus grande vigilance à l'évocation de cette notion. Ils s'attacheront à explorer les éléments factuels, observables par tous, et qui leur permettront de produire une démonstration bien plus rigoureuse et élégante que des explications psychologiques. Vous souhaitez communiquer sur la santé psychologique et améliorer les comportements au sein de l'entreprise ? Les Editions Tissot vous proposent d'offrir aux salariés les fascicules « Bien vivre son travail : Préserver sa santé psychologique ».

Auteur Emma Pitzalis, psychologue clinicienne et consultante. Editions Tissot. Tissot.fr
Choisi et Mis en ligne par MMH

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 16 novembre 2026



Maîtriser sa charge de travail

Une charge de travail que vous percevez comme **trop importante** peut engendrer une forte démotivation si elle est associée à l'impossibilité de développer vos compétences à votre poste, ou bien si les relations avec votre hiérarchie et vos collègues sont dégradées.

Il existe un lien notable entre démotivation et stress : une personne démotivée peut être stressée et cela affecte sa santé physique comme sa santé mentale (troubles du sommeil, de la vigilance, dépression, etc.). Mais la démotivation présente également des conséquences sur le collectif de travail, l'individu démotivé se montrant alors parfois désengagé, agressif, voire violent.

À l'inverse, une charge de travail jugée **trop faible** peut, elle aussi, avoir des conséquences néfastes sur la santé. Lorsqu'il dure dans le temps, les principaux effets sur la santé de l'ennui professionnel sont le stress et les risques de dépression, d'accidents du travail ou de conduite addictive.

Pour sortir de l'ennui, cherchez tout d'abord à sortir de la position de passivité dans laquelle vous vous trouvez, envisagez la tâche confiée sous un autre angle et cherchez à être créatif. **Ne vous laissez pas enfermer dans la monotonie ou la répétitivité** et profitez, par exemple, de **l'entretien annuel** ou des **entretiens périodiques** pour évoquer le manque de perspectives dans votre poste et les évolutions que vous souhaiteriez voir mises en œuvre pour enrichir vos fonctions.

L'adaptation de la charge de travail individuelle telle qu'elle est perçue, qu'elle soit trop faible ou trop lourde, est ainsi essentielle : il est indispensable

Copyright Editions Tissot