

INSTRUMENTE PSI

Claire-Lucie Cziffra are treizeci de ani de experiență în psihoterapia psihanalitică. A publicat volumele *Les relations perverses. Si le pervers m'était conté*, 2012, *Au secours, mon enfant rame à l'école! Accompagner ses premiers apprentissages*, 2014 și *Échapper aux relations perverses. Repérer les pervers narcissiques grâce aux contes de notre enfance*, 2022.

CLAIRE-LUCIE CZIFFRA

EVADAREA DIN RELATIILE PERVERSE

**Cum să recunoaștem
un pervers narcisic
cu ajutorul poveștilor**

Traducere din franceză
de Adriana Ghencea

Prefață
de Alberto Eiguer

HUMANITAS

Redactor: Filotheia Bogoiu
Coperta: Ioana Nedelcu
Tehnoredactor: Manuela Măxineanu
Corector: Marilena Brînzan
DTP: Dragoș Dumitrescu, Dan Dulgheru

Tipărit la Livco Design

Claire-Lucie Cziffra
Échapper aux relations perverses
Copyright © 2012, 2022, Éditions Eyrolles, Paris, France

© HUMANITAS, 2025, pentru prezenta versiune în limba română

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
Cziffra, Claire-Lucie
Evadarea din relațiile perverse: cum să recunoaștem
un pervers narcisic cu ajutorul poveștilor /
Claire-Lucie Cziffra; în colaborare cu Charline Malaval;
trad. din franceză de Adriana Ghencea. – București:
Humanitas, 2025
Conține bibliografie
ISBN 978-973-50-8897-2
I. Malaval, Charline (colab.)
II. Ghencea, Adriana (trad.)
159.9
616.89

EDITURA HUMANITAS
Piața Presei Libere 1, 013701 București, România
tel. 021/408 83 50, fax 021/408 83 51
www.humanitas.ro

Comenzi online: www.libhumanitas.ro
Comenzi prin e-mail: vanzari@libhumanitas.ro
Comenzi telefonice: 0723 684 194

CUPRINS

Prefață de Alberto Eiguer.....	9
Introducere.....	15
1. Ce este un pervers?.....	21
Perversiunea și narcisismul.....	21
Să înțelegem gândirea perversă.....	27
Cum să ne purtăm cu perversul.....	29
În concluzie.....	30
2. Testarea limitelor: <i>Păzitoarea de găște</i>.....	32
Distribuția personajelor.....	35
Din perspectiva perversului.....	35
Din perspectiva victimei.....	38
Eliberarea prin reclădirea integrității personale.....	43
Autoanaliză: Cum să ne păstrăm propriul loc.....	44
3. Subminarea relației: <i>Blană-de-urs</i>.....	46
Distribuția personajelor.....	51
Din perspectiva perversului.....	51
Din perspectiva victimei.....	55
Eliberarea prin relația „tu și cu mine“.....	63
Autoanaliză: Să ne ocupăm de noi înșine înainte de a le sări în ajutor celorlalți.....	69
4. Să ne completăm informațiile: Atacul pervers asupra relației.....	71
Blană-de-urs sau reconstruirea relației.....	72
Actanții noștri interni.....	74
Să ne sprijinim pe toți actanții noștri.....	76

5. Abuzul de putere: <i>Blană-pestriță</i>	80
Distribuția personajelor	82
Din perspectiva perversului	83
Din perspectiva victimei	86
Eliberarea prin construirea identității	87
6. Pervertirea locurilor: <i>Scușița Roșie</i>	92
Distribuția personajelor	95
Din perspectiva perversului	95
Din perspectiva victimei	99
Eliberarea prin regăsirea propriului loc	107
7. Să ne completăm informațiile: Incestul și incestualul	111
De la fuziune la desprindere	112
Copilul ca obiect al părintelui	113
O complicitate nesănătoasă	115
Autoanaliză: Cum să ne eliberăm din situația incestuală	117
8. Perverșii „binevoitori”: <i>Zâna lacului</i>	119
Distribuția personajelor	122
Din perspectiva perversului	123
Din perspectiva victimei	126
Eliberarea prin apel la propriile resurse	128
9. Să ne completăm informațiile: Narcisismul	139
Rana de abandon	141
Copiii cu carență afectivă	142
Sinele fals	143
Copiii parentificați	145
Autoanaliză: Cum să ne aducem la lumină carențele narcisice	147
10. Cuvinte care vrăjesc: <i>Cioara</i>	149
Distribuția personajelor	152
Din perspectiva perversului	152
Din perspectiva victimei	156
Eliberarea prin acceptarea lipsei	158
Prin prisma comunicării	160
Autoanaliză: Cum să nu ne mai supunem dorinței celui alt	163

11. Să ne completăm informațiile: Terapiile sistemice.....	166
Comunicarea este un întreg.....	166
Mesajele perverse.....	169
12. Logica lui „totul sau nimic”: <i>Cele trei păstorite</i>	173
Distribuția personajelor.....	176
Din perspectiva perversului.....	177
Din perspectiva victimei.....	182
Autoanaliză: Cum să nu ne mai lăsăm definiți de alții.....	183
13. Să ne completăm informațiile:	
Noțiuni de semantică generală.....	186
Intrarea în limbaj.....	187
Perversul bruiază mesajul.....	187
14. Exploatarea celuilalt: <i>Bătrânul Rinkrank</i>	193
Distribuția personajelor.....	195
Din perspectiva perversului.....	195
Din perspectiva victimei.....	195
Eliberarea prin înțelegerea personalității prădătorului.....	197
Natascha, mica prințesă captivă.....	198
Autoanaliză: Cum identificăm tendința de a repeta perversiunea.....	204
15. Să evoluăm prin poveștile tradiționale:	
rescrie-ți propria povestel!.....	206
Dialogul interior: cum să dăm glas personajelor interne.....	207
Visul treaz: cum să susținem evoluția personajelor interne....	209
Lectură ezoterică:	
cum să dobândim încredere în intuiția noastră.....	212
Să ne punem întrebările potrivite.....	214
Concluzie.....	217
Bibliografie.....	223
Mulțumiri.....	227

PREFAȚĂ

Ca în vremurile bune?

Cartea de față este o contribuție originală la un subiect care a revoluționat domeniul psihologiei și psihanalizei contemporane: „perversiunea narcisică”. Transformarea despre care vorbim nu se datorează însă doar succesului răsunător al lucrărilor dedicate acestei teme.

Noua arie de cercetare a îmbogățit cu adevărat sfera clinică și a permis apariția unui nou mod de a înțelege indivizii și relațiile. Abuzul psihic față de celălalt a fost identificat în cadrul cuplului, familiei, întreprinderilor, grupurilor, școlii, în politică etc. Inclusiv justiția a găsit în această arie de cercetare o manieră mai adecvată de a trata situațiile neclare în care era greu de legiferat înainte de a fi descoperită perversiunea narcisică. De-acum, pentru a face lumină în cazul personalității anumitor criminali, este invocată noțiunea de „perversiune narcisică”.

Măsurăm drumul parcurs până în prezent gândindu-ne că de acum înainte vor exista niște legi care le protejează pe victimele hărțuirii morale, ale hărțuirii sexuale, ale spolierii economice, ale violenței domestice. Aceste legi le apără pe victime de cei care ar putea profita de vulnerabilitatea, de dependența sau de naivitatea lor. Protecția copilului se sprijină și ea pe eforturile noastre în acest domeniu.

În același timp, înțelegerea patologiei perverse narcisice a făcut posibilă identificarea unor modalități de intervenție și a unor abordări terapeutice inovatoare. Aceste instrumente i-au ajutat pe juriști să facă dreptate cât mai aproape de fundamentele justiției înseși, adică readaptând și reintegrând în societate subiecți marginalizați sau excluși.

Din anii '70 până în prezent, am reușit să trecem de la simplele constatări clinice la terapiile țintite. Ne rămân însă multe de făcut: terapeuții încă se mai lovesc de refuzul unor indivizi de a primi sprijin sau de o rezistență îndârjită din partea câtorva dintre acești pacienți perverși. Justiției îi lipsesc dovezile concrete pentru a face cunoscută acțiunea manipulatorie a perversului narcisic, vizibilă numai la nivelul psihicului victimelor; unele presupoziii eronate ne induc ideea că perversiunea narcisică este o patologie incurabilă și că se cade să întrerupem orice relație cu un subiect atins de această patologie. Deși probabil fuga e necesară pentru victima perversului narcisic, e important să avem în vedere că recomandarea de separare trebuie să fie însoțită de sprijin psihologic acordat victimei și că, între timp, perversul va continua să facă ravagii prin alte părți. Ce-i de făcut, așa-dar, în situația aceasta?

Meritul lucrării lui Claire-Lucie Cziffra constă în abordarea perversiunii narcisice dintr-o perspectivă cu totul și cu totul inedită, mult mai ingenioasă decât perspectiva descrierii clinice: prin analiza sistematică a basmelor și fabulelor, în care sunt expuse foarte clar acțiunile perverșilor narcisici. Vă veți întreba surprinși: „De ce nu am recunoscut în aceste personaje fictive niște perverși narcisici?” De ce? Pentru că, bineînțeles, perverșii din basme, asemenea celor din viața de zi cu zi, acționează în spatele unor măști.

Autoarea abordează cu subtilitate fiecare poveste în parte, apoi o analizează dintr-o perspectivă clinică și psihiopatologică. Iar această analiză, de altfel foarte convingătoare, nu se oprește aici: Claire-Lucie Cziffra o continuă cu câteva lămuriri teoretice, prezentate cu o deosebită simplitate. Fiecare capitol, bogat în exemple clinice, deschide căi de reflecție pentru victime. Mai mult decât simple sfaturi, este vorba de orientări care ne permit să ne punem întrebările pe care le evităm, astfel încât să ne eliberăm de fricile care ne paralizează acțiunea. De exemplu, devotamentul este una dintre calitățile care ne pot face vulnerabili în fața perversiunii narcisice.

Aceste remarci ne dau ocazia să revenim asupra unor aspecte importante ale clinicii. Autoarea ne provoacă să ne imaginăm, de exemplu, ce s-ar întâmpla dacă Scufița Roșie s-ar duce la terapie. Alte capitole abordează într-un mod foarte accesibil noțiuni precise, dintre care rețin câteva – de pildă, incestualul – care reprezintă adevărate urgențe terapeutice.

Pentru un cercetător care lucrează cu un număr considerabil de cazuri, tentația de a face anumite excese este mare, dar Claire-Lucie Cziffra le evită cu multă eleganță.

Mă gândesc la două dintre generalizările abuzive care pot fi făcute:

- Tentația de a recunoaște un pervers narcisic în orice persoană agresivă.
- Tendința de a amesteca această patologie cu masculinitatea.

Chiar dacă destui pacienți perversi narcisici sunt bărbați, nimic nu ne confirmă că bărbații ar fi predispuși în mod natural la perversiunea narcisică. Cercetarea clinică

demonstrează că numeroase femei sunt atinse de această formă a răului.

Dacă folosesc termenul „atinși/atinse“, o fac pentru că sunt convins că perverșii narcisici sunt cele mai mari victime ale propriilor acțiuni și ale unei patologii determinate de forțe inconștiente.

În această carte nu vom găsi prejudecăți la adresa bărbaților sau la adresa oricui altcuiva. Îi putem atribui cu ușurință adversarului nostru trăsături perverse, răutate, rea-voință sau o violență irațională. Noțiunea de „perversiune narcisică“ își duce în spate bagajul de prejudecăți negative, dacă nu chiar sordide. În sânul familiei, dimensiunea situată în afara normei în care îi exilăm pe mama vitregă sau pe copilul nelegitim (sau, în cadrul societății, pe subiectul aparținând unei minorități, diferit prin origine sau culoarea pielii) poate ușor să alunece spre conotațiile perversiunii narcisice. Se spune, de exemplu, fără nici un temei, că aceste persoane poartă ranchiună față de cei mai bine situați decât ei.

Desigur, cartea ne sugerează să rămânem pe poziții dacă întâlnim un pervers narcisic. Totuși, nu încheiem această lectură cu un sentiment sumbru privitor la ființa umană, precum cel ce ne cuprinde când auzim vorbindu-se de cruzime sau când ne întrebăm cum e posibil să existe indivizi atât de lipsiți de „inimă“.

Din contră, după lectura acestei cărți simțim dorința de a trăi relații frumoase și armonioase cu cei apropiați nouă și cu prietenii noștri. Vrem să ne îndreptăm către ceilalți și visăm să găsim căldură în inimile lor pentru a intra într-o comuniune autentică.

Să ne referim acum la unghiul de abordare a operelor literare din această lucrare. Noi, autorii, am extras cu toții

mărturia creaturilor fictive, perversi narcisici, din teatru, din cinema, din literatură, din artele plastice. Cercetarea făcută de Claire-Lucie Cziffra vizează basme destinate copiilor, povești care au drept vocație să învețe trezind plăcere și dezvoltând, totodată, imaginația. Or Claire-Lucie Cziffra ne arată că aceste cărți cuprind adevărate comori de învățătură cu privire la psihicul eroilor și dorințele lor inconștiente. Lucrarea sa este deopotrivă un omagiu adus creatorilor și confirmarea faptului că psihanaliza mai are încă multe să ne învețe.

Imaginația este un îndemn la imaginație. Didier Anzieu și Paul Ricœur, gânditori cât se poate de diferiți, ne-au atras atenția asupra acestui aspect, cel dintâi prin intermediul noțiunii de „interfantasmatică”, operantă la nivelul grupurilor, iar celălalt prin intermediul hermeneuticii generative. Imaginația noastră este nepuizabilă și gândul nostru se transformă într-o forță de îndată ce cutezăm să ne imaginăm și să gândim. Fiecare individ are dreptul să aibă propriul punct de vedere, chiar dacă el este singurul care crede în el.

Psihanaliza ne face să avem încredere în mintea văzută ca o sursă de libertate. Printr-un alt demers, și cercetarea promovează aceeași idee, în măsura în care îi ajută pe indivizi să-și protejeze cât mai bine cu putință facultatea de a gândi. Cartea de față este o dovadă în acest sens.

Dr. Alberto Eiguer

Dr. Alberto Eiguer este director de cercetare în cadrul Laboratorului PCPP EA 4056 al Universității Paris-V, președinte al Asociației Internaționale a Psihanalizei de cuplu și familie, și autor al cărții *Le pervers narcissique et son complice* [*Perversul narcisic și complicele său*], Dunod, ediția a V-a, 2021.

INTRODUCERE

A fost odată...

...o prințesă care iubea un prinț chipeș. Cei doi s-au căsătorit și au trăit pe deplin fericiți... timp de nouăzeci și nouă de zile. În a o suta zi, când prințesa se trezi, lângă ea dormea un șarpe. Prințesa țipă și închise ochii, dar, când îi deschise din nou, acolo se afla, ca de obicei, prințul.

— Am visat, își zise ea.

Mai trecură încă cincizeci și nouă de zile. În a șaizecea zi, în zori, șarpele era lângă prințesă, și de această dată o și mușcă. Prințesei începu să-i fie frică și îl cerceta cu privirea pe prințul agasat de tot ceea ce se întâmpla. Nici nu mai îndrăznea să doarmă, temându-se în fiecare clipă că-l va vedea pe șarpe ivindu-se din nou.

Și, treizeci de zile mai târziu, la trezire, șarpele îi stătea alături și îi spuse:

— Acum, prințesă, a mea ești.

Perversul și poveștile

Povestea de mai sus ilustrează calvarul trăit de unii dintre pacienții noștri care au întâlnit un pervers. Aceștia deplâng ani iroșiți și suferințe inutile, dar, mai presus de toate, se simt vinovați.

„De-aș fi știut!“, spun ei. Din păcate, nu este atât de simplu. În majoritatea timpului, pacienții simțiseră deja un disconfort, fără să-l poată defini. Totuși, tocmai acest disconfort ne ajută să-i recunoaștem pe perversi.

Este important să învățăm să-i evităm pe perversi și să ne reconstruim dacă am fost victimele lor. Analiza basmelor și exemplele din practica noastră ne vor ajuta să furnizăm cheile de interpretare și soluțiile potrivite.

Basmul ne va permite să scoatem în evidență mecanismele perverse prin intermediul personajelor, al acțiunilor lor și al urmărilor acestor acțiuni, dar și prin intermediul instituirii unui anume tip de relație.

Psihanaliza și basmele

Am hotărât să lucrez cu basmele fraților Grimm, deoarece aceste povești de odinioară oglindesc inconștientul colectiv. Am ales dintre acestea un număr de opt basme deosebit de ilustrative. Le voi prezenta aici în versiuni prescurtate, ale căror elemente semnificante¹ rămân totuși fidele textului original.

Ca în timpul unei ședințe de psihanaliză, am început prin a asculta povestea victimei, apoi am mers către începutul poveștii. Într-adevăr, în realitate, perversul înaintază purtând o mască și anturajul victimei nu îl identifică întotdeauna. Iar victima, de cele mai multe ori, nu înțelege manipularea căreia îi cade pradă.

Basmul formează un tot, construit dintr-un ansamblu de elemente și de relații strâns legate între ele.

1. Versiunile complete ale poveștilor analizate pot fi găsite în traducere în limba franceză la Editura Flammarion (1967).

În primele două basme, ne vom concentra asupra momentului întâlnirii cu perversul. Ca un adevărat prădător, perversul merge pe urmele prăzii sale, încearcă să o facă să i se supună și se hrănește din ea. El profită de slăbiciunile și de carențele noastre și intră în acțiune dacă simte că suntem fragili. Îl atragem noi oare prin semnale inconștiente? Vom aborda acest aspect în analiza primelor două basme.

Uneori, perversul face parte din anturajul apropiat al victimei, care îndură atunci o violență pe care nu este întotdeauna capabilă să o numească, cu atât mai puțin să se apere de ea! Cu ajutorul basmele următoare, vom descifra mecanismele puse în funcțiune în cadrul acestei „perversiuni proximale”, ca și posibilele strategii pentru a scăpa din calea ei.

Vom analiza apoi cu mai multă precizie tehnicile de manipulare perversă.

Doar știind să demonteze aceste mecanisme, victimele ajung să înțeleagă motivele disconfortului perceput.

Nu în ultimul rând, vom vedea cum și de ce se instituie perversiunea, cum și de ce persistă și continuă să acționeze.

„Răul”

Perversiunea este un fenomen complex, compus din relații articulate pe diverse planuri: familial, instituțional, social etc.

Perversiunea se declină în multe feluri, fiind uneori greu de identificat. Ea se manifestă atunci când o ființă umană o manipulează pe alta. Perversiunea se instalează într-un grup sau într-o instituție pentru că relațiile în amonte îi favorizează instituirea. Pe un astfel de teritoriu, perversiunea se arată ca ceva de la sine înțeles, banalizând treptat ceea ce înainte nu am fi acceptat. Și victima (sau victimele) joacă