

Interview de Gwénaëlle Persiaux

Propos recueillis par Emmanuel Duquoc

Gwénaëlle Persiaux est psychologue clinicienne et psychothérapeute en cabinet libéral et en institution psychiatrique. Formée en thérapies brèves et à la psychologie énergétique, elle s'est spécialisée dans les blessures et les traumatismes d'attachement.

nexus En tant que clinicienne, vous avez observé un lien entre l'insécurité relationnelle et la vulnérabilité aux manipulations.

Gwénaëlle Persiaux: En effet, et cela se recoupe selon moi avec les styles d'attachement tels qu'observés par le psychiatre britannique John Bowlby. Selon les travaux du père de la théorie de l'attachement, il existe trois profils de personnalité insécures: les anxieux, les évitants et les désorganisés. Quant aux personnalités sécures, elles se subdivisent en sécures d'origine, que l'on appelle aussi sécures naïfs, et en sécures acquis.

Les sécures seraient-ils moins à risque d'emprise mentale?

Seulement les sécures acquis. Paradoxalement, ce ne sont pas ceux qui ont bénéficié des conditions éducatives et affectives idéales, mais ils sont devenus sécures adultes grâce à la bienveillance d'un conjoint, par exemple, un engagement positif dans la vie ou bien par un travail sur euxmêmes. Les sécures acquis ont développé un certain discernement, ils sont moins naïfs. Ils ont vécu des traumatismes, mais ils les ont traversés et sont solides émotionnellement comme dans leur tête, donc plus capables d'analyser, de pondérer les choses, d'aller chercher des informations.

La cognition est-elle plus performante chez les sécures acquis?

Il y a un rapport direct et proportionnel entre la régulation émotionnelle et la capacité à penser, la mentalisation. Moins on régule les émotions, plus on est sujet à l'anxiété, moins on pense de manière correcte. On est paralysé par un trop-plein émotionnel. À l'inverse, plus on est capable, même si on a très peur, de réguler nos émotions, par exemple en en parlant à quelqu'un, en faisant des choses qui permettent de redescendre rapidement, plus on va récupérer une capacité à penser.

Et les sécures d'origine?

Certains auteurs les appellent également sécures naïfs, parce qu'ayant eu des parents globalement présents et bienveillants, ils partent dans la vie avec une grande confiance relationnelle, mais ne savent pas reconnaître les prédateurs. Ils peuvent donc être victimes de manipulations, mais ils s'en rendront compte plus vite que les autres. Ces gens-là, dans la durée, vont ouvrir les yeux.

Parlez-nous des évitants.

Ce sont ceux qu'on ne voit pas souvent dans les cabinets des psys, parce que justement, ils évitent. Typiquement, ils auront tendance à sous-mentaliser, à se couper de leurs pensées. Dans la situation actuelle, ce sont ceux qui veulent vivre comme avant et évitent de réfléchir à ce qui se passe avec des phrases du style: « je veux pas v penser, j'ai autre chose à faire ». Comme ils se méfient de leurs affects et aiment la rationalité, ils verront relativement clair, mais ne chercheront pas trop à se documenter, à creuser les sujets. Ils auront tendance à se mettre la tête dans le sable en attendant que ça passe. Moi qui suis une hybride sécure-évitante, je ne voulais pas en savoir trop en mars 2020. Je savais que ça allait m'angoisser.

Quelle est la réaction des anxieux face à la manipulation?

Les anxieux sont les plus vulnérables parce que leur dysrégulation émotionnelle entraîne une dysrégulation de la mentalisation. Soit ils surmentalisent, c'est-à-dire qu'ils pensent trop, tournent en rond, se font des nœuds dans la tête et ruminent, soit ils sous-mentalisent, ils « boguent » et ne comprennent pas ce qui entretient leur anxiété. Les personnes à attachement anxieux qui échappent à la propagande actuelle sont minoritaires. Celles auxquelles je pense sont modérément anxieuses et ont des convictions sociétales qui contrebalancent leur

anxiété. Le problème est que les anxieux vont voir les médecins qui leur adressent généralement le discours officiel.

Quid des désorganisés?

Ces personnes ont un fonctionnement psychologique complexe, souvent chaotique, alternant entre des comportements anxieux et des comportements évitants, donc difficile pour moi d'en dire quelque chose de général par rapport au contexte actuel.

Comment interagir avec des gens sous emprise, qu'ils soient anxieux ou évitants?

Il faut calmer les émotions!

Et ensuite?

Ensuite, il faut tenir compte de leur style d'attachement. Avec les évitants qui sont coupés de leurs affects et aiment les choses rationnelles, inutile de jouer le côté émotionnel. Il leur faut des données solides, sourcées, mais à petites doses, car ils ont des peurs. Quant aux anxieux, il faut d'abord les valider dans leurs ressentis, les comprendre, les amener peu à peu à appréhender le réel tout en les entourant affectivement.

Que penser des dissidents sur Internet qui parlent de propagande ou de l'installation d'une dictature?

Sur les sécures acquis, ça marche très bien, ce genre de discours. Ils vont avoir la possibilité d'analyser les choses. Cela joue un rôle fédérateur, mais sur des anxieux, ce n'est



pas supportable. Chloé Frammery avait voulu réveiller les parents dans une vidéo avec un discours culpabilisant et anxiogène. Je comprends la démarche mais pour quelqu'un qui a un attachement anxieux, c'est totalement contre-productif. Il faut plein de stratégies différentes. Il y a des stratégies qui parlent aux uns et pas aux autres. Les lanceurs d'alerte ont tous une manière de faire différente et c'est très bien.

Des exemples?

Pour les anxieux, les gens comme l'anthropologue Jean-Dominique Michel qui sont parfois alarmistes et provocateurs sont à éviter. Ils conviennent mieux aux sécures qui régulent davantage leurs angoisses.

Et Louis Fouché?

Je suis fan! Il est brillant, humaniste, mais son style ne va pas forcément convenir à toutes les personnes. Il est parfois un peu trop compliqué. Il parle vite, il est difficile à suivre. Il cite des auteurs. Il va dans des détails qui perdent les gens. Mais c'est un formidable fédérateur, un point de ralliement de la résistance.

Et le professeur Raoult?

Avec sa blouse blanche, ses courbes et son ton sûr et rassurant, il convient aux évitants comme aux anxieux, pour des raisons différentes. Les évitants ont besoin d'intellectuels, ils sont dans leur tête, ils ont peu accès à leurs émotions et sont rationnels. Un professeur qui expose les données rationnellement va les convaincre, au contraire d'un exalté qui tient des propos révolutionnaires.

Les anxieux, eux, ne vont pas forcément creuser les sources, chercher à réfléchir. Ils vont être rassurés par la prestance de la personne. Il est professeur, il a une blouse blanche, il est dans un institut, c'est une figure d'autorité. Un anxieux pensera : « Je ne comprends pas tout ce qu'il dit, mais je lui fais confiance. Je ne vais pas creuser, mais être rassuré par son statut, son apparence physique,

Il y a des stratégies qui parlent aux uns et pas aux autres.

le ton de sa voix. » [L'interview a été réalisée avant la prise de position de Didier Raoult en faveur de la vaccination systématique des soignants, NDLR.]

Cela suffit-il à ramener du discernement?

Pour les évitants, c'est possible. Mais ce qui va aider les anxieux à ouvrir les yeux, c'est qu'on leur propose des solutions. C'est ce qu'a fait le professeur Raoult. Et puis il y a tous les conseils pour renforcer le système immunitaire que l'on trouve dans la presse de santé naturelle. Des collègues infirmières ont été très intéressées par ce qu'on a pu lire ou entendre sur la vitamine D, le zinc, etc., même si elles restent fidèles à une lecture classique et se sont fait majoritairement vacciner.

Comment avez-vous abordé le sujet dans votre cabinet?

Certaines personnes sont sorties de la confusion grâce à la confiance qu'elles m'accordent. Cela s'est fait en amenant doucement les choses, sans jugement: « Je comprends que vous ayez peur et l'envie de vous faire vacciner. J'ai un autre avis. Voulez-vous que je vous en fasse part? » Ensuite, je donne des informations de base, mais peu connues, comme le fait que les essais cliniques sont en cours, par exemple. Mais si la personne est vaccinée, je ne dis plus rien. Je suis là pour soutenir les gens.

En tant que praticienne hospitalière, quelle sera votre position en cas d'obligation vaccinale?

J'aime mon travail. Je jouerai la montre. Si je suis acculée, je quitterai mon poste.