

Les manipulations

- 1 - Définitions
- 2 - Mots-Clés
- 3 - Le Gaslighting
- 4 - Günther Anders
- 5 - Opération Doppelgänger
- 6 - Ne pas tomber dans le panneau
- 7 – L'effet des " nudges "
- 8 – Dérives sectaires
- 9 – Manipulation des enfants

1 – Définitions

La manipulation peut avoir plusieurs significations en fonction du contexte dans lequel le terme est utilisé.

A - Manipulation physique : Action de manœuvrer ou de contrôler des objets physiques avec les mains ou d'autres parties du corps. Par exemple :

- la manipulation d'outils, de dispositifs ou d'objets dans un contexte médical (expérience de laboratoire),
- massage visant à remettre des os déplacés. Manipulations vertébrales (chiropractie, étioopathie, ostéopathie).
- Branche de la prestidigitation reposant sur la seule habileté des mains.
- Manipulation génétique : Dans le domaine de la biologie, la manipulation génétique implique la modification délibérée du matériel génétique d'un organisme, souvent dans le but d'obtenir des caractéristiques spécifiques ou d'apporter des améliorations.

B - Manipulation de données : Dans le contexte informatique ou statistique, la manipulation de données fait référence à la transformation ou à la modification d'informations, de chiffres ou de variables pour obtenir des résultats spécifiques.

C - Manipulation psychologique interpersonnelle : Tactiques utilisées pour influencer ou contrôler mentalement une personne dans le but d'obtenir un avantage personnel ou de manipuler les pensées et les comportements d'autrui.

La manipulation vise à réduire l'estime de soi, des autres et les faire se sentir insécurisés et coupables. Les manipulateurs peuvent être des narcissiques, des menteurs pathologiques ou des personnes qui cherchent à annuler les autres. Il est important d'apprendre à reconnaître les techniques de manipulation pour éviter de tomber entre les mains de ces manipulateurs ou en subir les conséquences à long terme. Certaines formes de manipulation sont également utilisées dans l'éducation ou dans nos relations quotidiennes. Les principales techniques de manipulation incluent :

- la manipulation émotionnelle,
- la manipulation psychologique,
- la destruction de l'estime de soi de la victime ou de sa sécurité,
- la culpabilisation de la victime pour les erreurs commises.

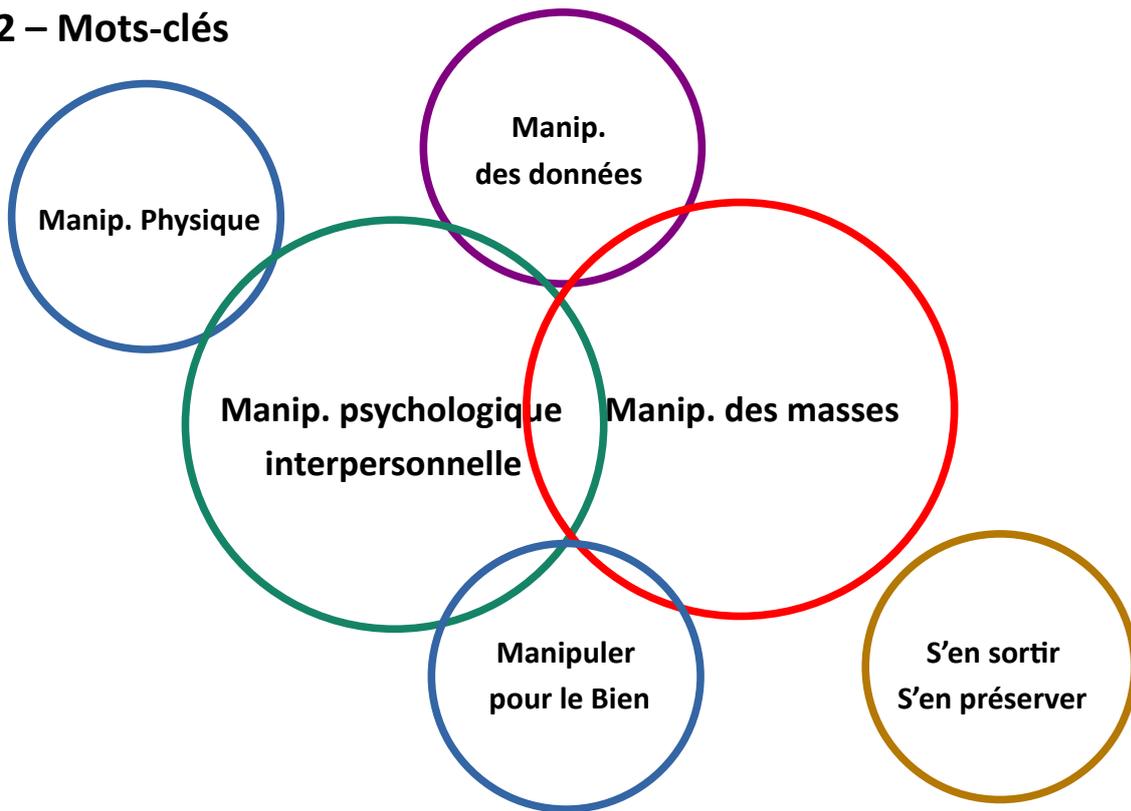
D) La manipulation des masses :

La manipulation de masse est une technique utilisée pour contrôler la pensée, les actions ou les choix de l'opinion publique. Elle est employée pour influencer les masses et les amener à penser ou à faire ce que l'on souhaite. Les stratégies de manipulation de masse sont généralement utilisées dans le cadre d'intérêts d'origine politiques, économiques ou autres. Selon Noam Chomsky, il existe dix techniques de manipulation qui permettent de manipuler la masse. Ces techniques incluent la distraction, la création de problèmes puis l'offre de solutions externes (ex. sous investir dans un service publique pour ensuite le privatiser), la gradualité, différer, infantiliser le public, recourir aux émotions, créer des publics ignorants, promouvoir des publics complaisants, renforcement de l'auto-culpabilité, connaissance approfondie de l'être humain.

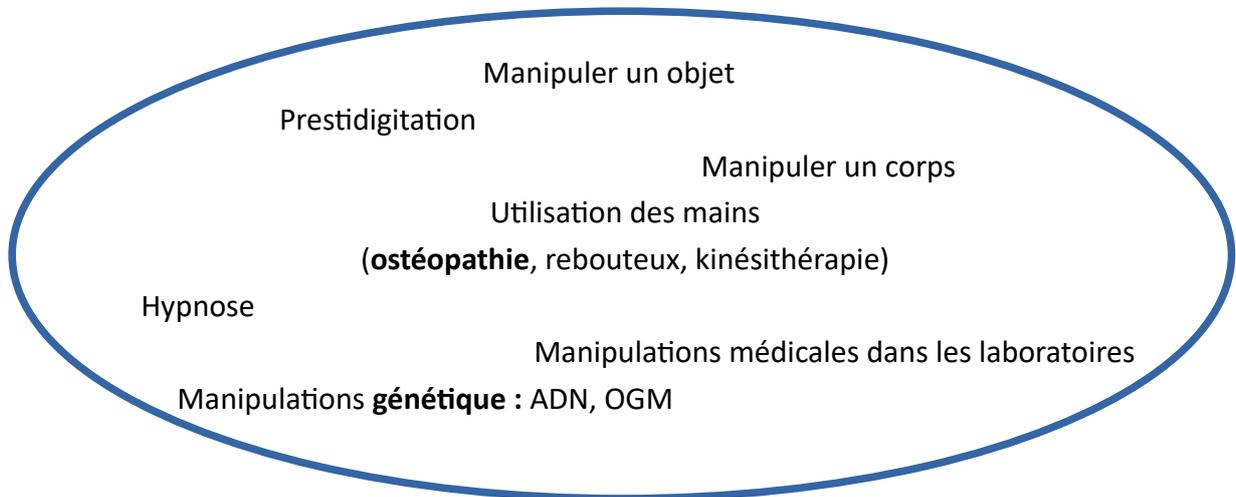
Il est important de noter que, dans de nombreux cas, le terme "manipulation" revêt des connotations négatives, en particulier lorsqu'il est utilisé pour décrire des actions visant à tromper, contrôler ou exploiter de manière malhonnête. Cependant, dans d'autres contextes, la manipulation peut être neutre ou positive, notamment lorsqu'il s'agit de manipuler des données à des fins d'analyse scientifique ou d'orienter la population vers des comportements vertueux.

Sources : Générateurs de textes (Chat GPT, Microsoft Bing), le Robert

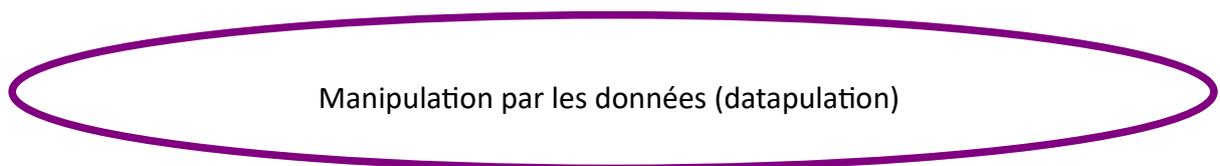
2 – Mots-clés



A) Manipulation physique

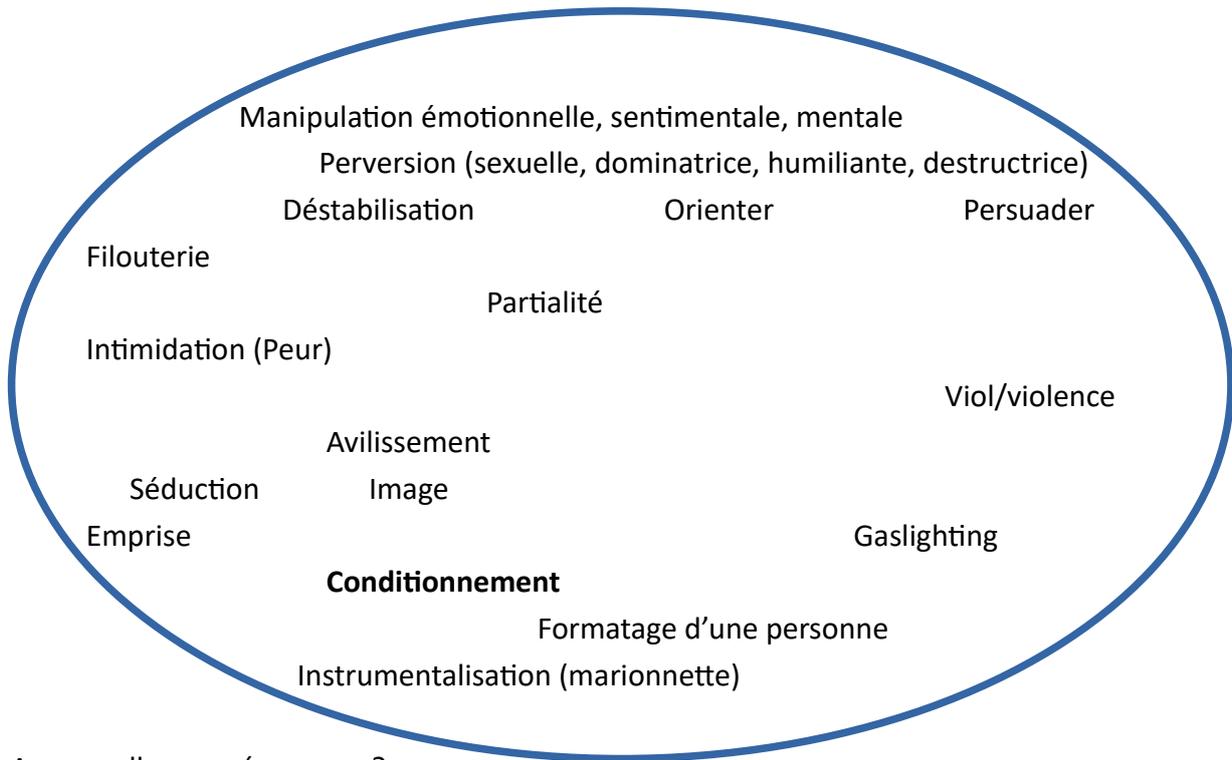


B) Manipulation de données



C) Manipulation psychologique interpersonnelle

Moyens pour le manipulateur d'arriver à ses fins



Avec quelles conséquences ?

Vulnérabilité.

Soumission.

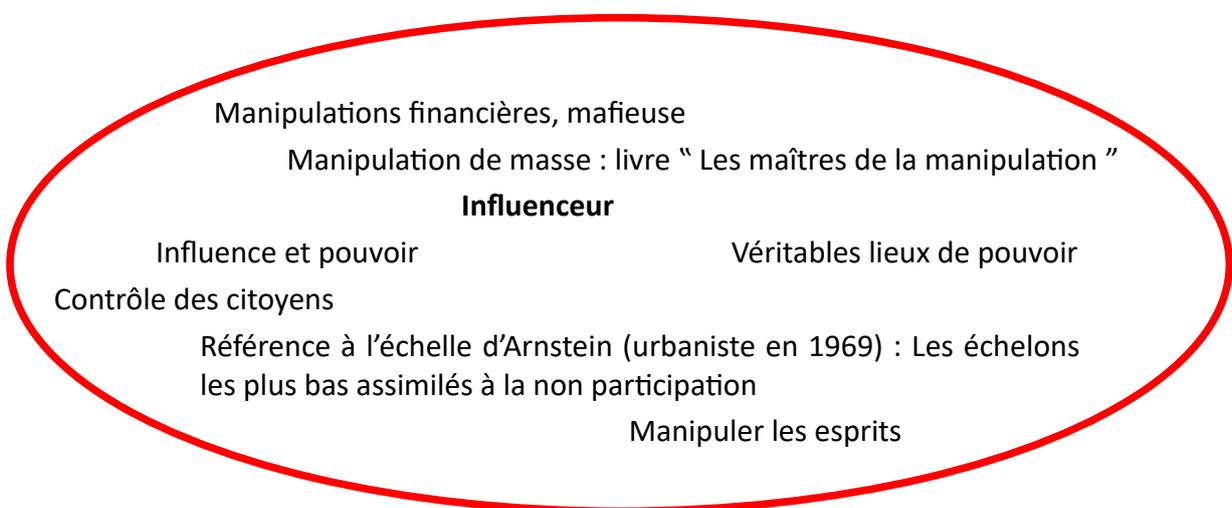
Épuisement physique.

D) Manipulation des masses

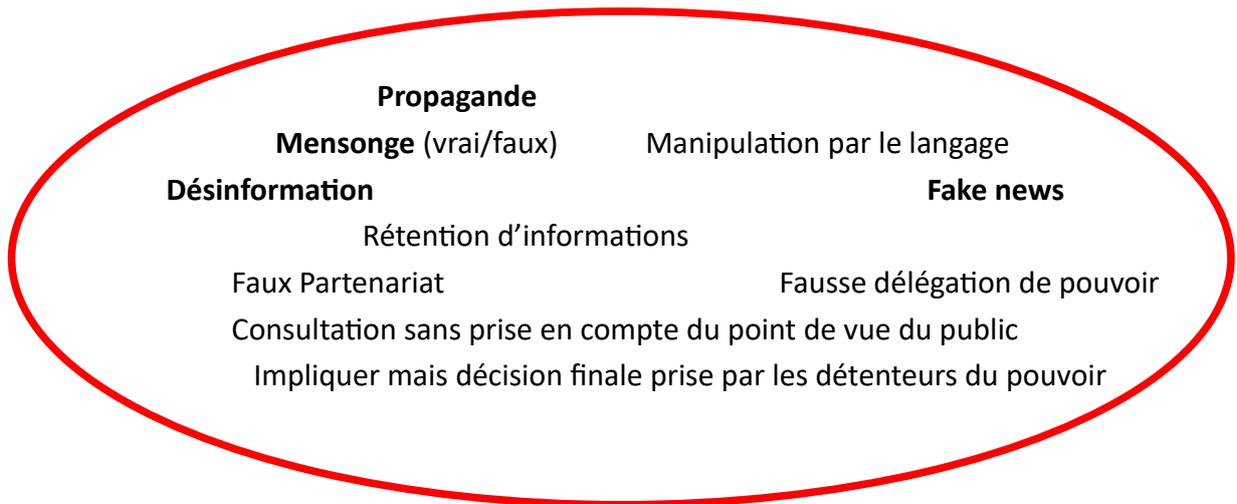
Manipulation politique, étatique, sociale

Manipulation professionnelle, **familiale, sectaire**, éducative, de groupe ou de **masse**

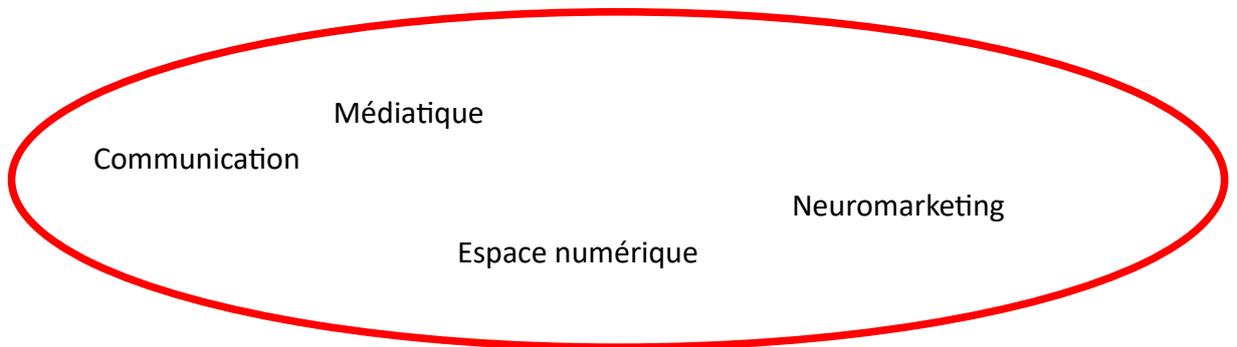
Moyens pour les manipulateurs d'arriver à leurs fins



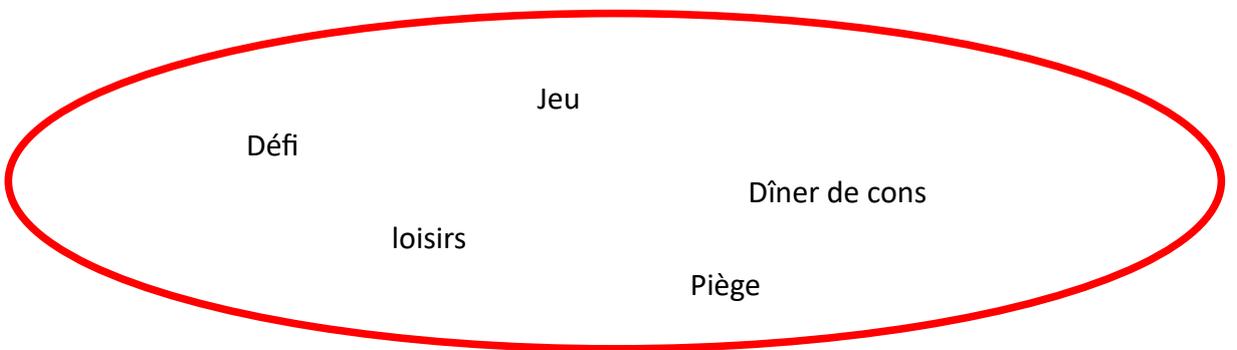
Mentir pour manipuler



Manipuler par la technologie



Manipuler par le jeu



Avec quelles conséquences ?

Démocratie asphyxiée

Opinion

Autocratie

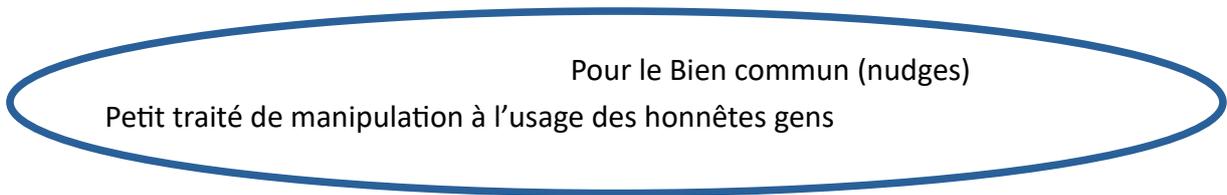
Radicalisation

Domination idéologique, religieuse

Gourous

Sectes

E) Manipuler pour le bien



F) Comment s'en sortir/s'en préserver



3 – Le Gaslighting

ESSAI

LE GASLIGHTING

OU L'ART DE FAIRE TAIRE LES FEMMES

ESSAI

HÉLÈNE FRAPPAT

Manipuler une femme afin qu'elle se croie folle... ou qu'elle le devienne. Une pratique habilement démontée.

TTT

Comment un film hollywoodien de 1944 campant une manipulation conjugale s'est-il changé en concept clé du féminisme contemporain, permettant de déchiffrer toute une dynamique sociale et politique, à l'heure violente de la post-vérité et des fake news ? C'est cette trajectoire, électrisante, importée des États-Unis, que met en lumière Hélène Frappat, dans *Le Gaslighting ou l'art de faire taire les femmes*. La philosophe, romancière et critique de cinéma prolonge ainsi son récent livre, *Trois femmes disparaissent* (éd. Actes Sud), consacré à une lignée d'actrices américaines maudites, maltraitées (Tippi Hedren, Melanie Griffith et Dakota Johnson), auxquelles donne ici écho une autre famille d'héroïnes de papier, Alice, Nora, Hélène, Cassandre, Antigone.

Gaslight, réalisé par George Cukor et sorti en France sous le titre *Hantise*, raconte le supplice enduré, à Londres, par Paula (Ingrid Bergman, oscarisée), devenue le jouet de son mari Gregory (Charles Boyer). Il la persuade qu'elle sombre dans la folie pour mieux la dominer et récupérer au passage les bijoux de sa tante, que cet homme sans foi ni loi, meurtrier impuni, avait aupa-

ravant assassinée... Insinuant le doute dans l'esprit de son épouse recluse dans leur demeure victorienne – notamment en baissant peu à peu, à son insu, la lumière des lampes à gaz («*gaslight*»...), créant ainsi une obscurité, ténébres littérales et métaphoriques –, le manipulateur, en passe d'éteindre toute voix et raison féminines, est devenu, dans les années 1950, une entrée d'un dictionnaire de psychologie : «*manipuler quelqu'un pour le conduire à douter de ses perceptions, de ses expériences ou de sa compréhension des événements*»... La traductrice qu'est Hélène Frappat, qui cite ici *L'Effet sophistique* de Barbara Cassin, autrice d'un dictionnaire des intraduisibles, sait toute la difficulté qu'il y a à traduire simplement le verbe «*to gaslight*», qu'elle préfère franciser et décliner en *gaslighting*, *gaslighteur* ou *gaslighté(e)*, tout en suggérant d'abord une équivalence peu convaincante, «*évaporer*». Ou mystifier... Betty Friedan (*La Femme mystifiée*), Stanley Cavell ou Hannah Arendt s'avèrent, de la chambre à coucher au débat public, autant d'alliés et de refuges précieux, croisés sur les chemins de l'enquête conceptuelle et cinéphilie d'Hélène Frappat : «*La présence d'un témoin est la condition sine qua non pour échapper au gaslighting...*»

— Juliette Cerf

| Éd. L'Observatoire, coll. La Relève, 288 p., 21€.



Charles Boyer et Ingrid Bergman dans *Gaslight*, de George Cukor.

4 – Günther Anders

C'est en 1956 que le philosophe Allemand Günther Anders écrit cette réflexion prémonitoire :

« Pour étouffer par avance toute révolte, il ne faut surtout pas s'y prendre de manière violente. Les méthodes archaïques comme celles d'Hitler sont nettement dépassées. Il suffit de créer un conditionnement collectif en réduisant de manière drastique le niveau et la qualité de l'éducation, pour la ramener à une forme d'insertion professionnelle. »

« Un individu inculte n'a qu'un horizon de pensée limité et plus sa pensée est bornée à des préoccupations matérielles, médiocres, moins il peut se révolter. Il faut faire en sorte que l'accès au savoir devienne de plus en plus difficile et élitiste... que le fossé se creuse entre le peuple et la science, que l'information destinée au grand public soit anesthésiée de tout contenu à caractère subversif. »

« Là encore, il faut user de persuasion et non de violence directe : on diffusera massivement, via la télévision, des divertissements abrutissant, flattant toujours l'émotionnel, l'instinctif. »

« On occupera les esprits avec ce qui est futile et ludique. Il est bon avec un bavardage et une musique incessante, d'empêcher l'esprit de s'interroger, penser, réfléchir. »

« On mettra la sexualité au premier rang des intérêts humains. Comme anesthésiant social, il n'y a rien de mieux. En général, on fera en sorte de bannir le sérieux de l'existence, de tourner en dérision tout ce qui a une valeur élevée, d'entretenir une constante apologie de la légèreté ; de sorte que l'euphorie de la publicité, de la consommation deviennent le standard du bonheur humain et le modèle de la liberté »

Günther Anders

« l'obsolescence de l'homme » 1956.

2_ Operation Doppelgänger*

Quand la désinformation russe vise la France et l'Europe

* mot allemand signifiant « double » ou « sosie »

Mi-juin 2023, le site internet du ministère français des Affaires étrangères a été victime d'un « clonage ».

Pendant une durée qui n'a pas encore été définie avec exactitude, une partie des internautes croyant se connecter sur le véritable site ont été exposés à des messages présentés comme des communiqués du ministère, mais reprenant en réalité la propagande russe sur la guerre qui oppose actuellement Moscou à Kiev.

Les sites de plusieurs médias français (*Le Monde*, *20 Minutes*, *Le Figaro* ou encore *Le Parisien*) ont connu le même sort, ainsi qu'un certain nombre de médias allemands, britanniques ou encore italiens. Certains de ces « clones » sont restés actifs durant des semaines.

À défaut d'être originale, cette opération, surnommée *Doppelgänger* est notable par son ampleur et par certaines de ses modalités. Identifiée depuis plusieurs mois, elle a fait l'objet d'analyses poussées, notamment de la part de l'EU DisinfoLab, l'organe de lutte contre la désinformation de l'UE.

L'intégration à l'opération informationnelle de pratiques venues du marketing est loin d'être anodine.

En effet, l'un des enjeux des opérations d'influence est de générer une viralité suffisante pour atteindre le public le plus large possible.

On constate que cet objectif était particulièrement recherché par les auteurs des *Doppelgänger*.

Les articles contrefaits ont ainsi été largement diffusés sur les réseaux sociaux par l'entremise de nombreux comptes, dont une bonne partie était des faux.

Pour augmenter la viralité et l'impact d'un contenu contrefait, l'un des moyens les plus efficaces est de parvenir à ce qu'un média le reprenne.

Il bénéficiera alors d'une légitimité et d'une caisse de résonance nettement supérieures à celles offertes par les seuls réseaux sociaux où ses promoteurs l'afficheront.

L'appréciation de la portée d'une telle opération reste un point sensible pour les cibles comme pour les attaquants.

Si plusieurs recherches ont établi des liens entre viralité et persuasion et, plus récemment, mis en évidence l'effet de l'enfermement dans des bulles informationnelles, la mesure, et plus encore la prévision, demeure un enjeu significatif et un point sensible.

Un point également intéressant tient à la réutilisation en Russie de ces contenus.

Certains d'entre eux ont été diffusés par des médias russes, qui les présentaient comme de vraies informations parues sur les sites officiels occidentaux visés, et ont enregistré d'importants taux de visite et de lecture.

En effet, il est nécessaire de garder à l'esprit qu'une campagne informationnelle, si elle a une cible initiale, pourra être récupérée et servir à conforter des rhétoriques locales.

De tels effets vont au-delà de ceux initialement escomptés sur des publics étrangers.

La réaction des Occidentaux et des Russes

les opérations informationnelles, particulièrement celles usant de formats numériques, posent un problème quant à leur attribution à un auteur. Si les éléments techniques peuvent être utiles, ils ne suffisent cependant pas à remonter toute la ligne de commandement à l'origine de l'action analysée.

Dans le cas de Doppelgänger, si des noms de fichiers étaient en russe, si les fuseaux horaires à partir desquels les auteurs des campagnes de Doppelgänger ont officié correspondaient, notamment, à la région d'Irkoutsk, cela ne suffit pas pour incriminer avec une certitude absolue la Russie, car les hackers auraient parfaitement pu être engagés par un commanditaire privé ou étatique d'un pays tiers.

La ministre française des Affaires étrangères n'a pas pris de précautions de langage.

En déclarant que les autorités françaises avaient « *mis en évidence l'existence d'une campagne numérique de manipulation de l'information [...] impliquant des acteurs russes et à laquelle des entités étatiques ou affiliées à l'État russe ont participé* », l'État français, par la voix de Catherine Colonna, a opté pour une prise de position ferme.

Pour autant, la campagne Doppelgänger était à peine annoncée dans les médias grand public que des profils connus, vrais et faux, y ont réagi en mettant en doute la véracité des enquêtes menées et en cherchant à réorienter le débat vers les lignes éditoriales et l'impartialité des journaux occidentaux en général.

En conclusion

Si les États occidentaux avaient déjà pris la mesure de leur existence et du danger qu'elles représentent, ils adoptent aujourd'hui, à l'image de la France, une attitude plus claire et moins timide que par le passé en matière d'attribution de ces opérations.

6 - Ne pas tomber dans le panneau

Dans le processus de manipulation, l'ennemi principal est bien souvent... nous-même

« Nous en arrivons à nous mentir à nous-mêmes de temps en temps pour que nos opinions et nos sentiments restent dans la ligne de ce que nous avons déjà choisi de faire. »

Robert Cialdini, *Influence & Manipulation*

Comment amener les gens à faire librement ce qu'on souhaite les voir faire ?

L'heure et la pièce

Il s'agit d'une technique de manipulation mentale pour obtenir d'autrui quelque chose qu'il n'accorderait pas avec des moyens directs.

Une demande coûteuse, demander de l'argent, a d'autant plus de chances de réussir qu'elle est précédée d'une autre demande, demander l'heure, qui l'est beaucoup moins.

Le « pied dans la porte » : la jonquille et le panneau

Rien n'est plus facile que de créer un contexte de liberté.

Il suffit d'assortir la requête faite à l'acteur d'une phrase affirmant qu'il est libre de faire ou de ne pas faire ce qu'on attend de lui.

Le désir de cohérence

Dès que nous avons pris position ou opté pour une certaine attitude, nous nous trouvons soumis à des pressions intérieures et extérieures qui nous obligent à agir dans la ligne de notre position première.

Nous réagissons de façon à justifier nos décisions antérieures. Cette recherche de la cohérence entre nos choix et nos opinions est un motivateur puissant de notre comportement.

La valorisation de la cohérence

La cohérence de nos actes individuels est valorisée dans notre civilisation. Elle est souvent vue comme une preuve d'intelligence, de force de caractère, d'intégrité morale

À l'inverse, changer souvent d'avis, se laisser influencer, ne pas s'en tenir à une décision est considéré comme le fait d'un caractère faible.

La cohérence nous donne une stabilité face à l'incertitude du monde et nous facilite la vie. Elle opère machinalement et nous permet souvent d'économiser notre énergie.

Cependant, quand elle devient automatique, la cohérence devient un obstacle pour la réflexion.

Ce qui nous rebute, ce n'est pas nécessairement de faire l'effort de réfléchir, c'est bien souvent la crainte des conclusions auxquelles la réflexion nous mène.

L'engagement

En psychologie sociale, l'engagement est le fait d'être amené à prendre position publiquement sur un sujet donné. Une fois cette position prise, on a tendance à se comporter en cohérence avec elle.

De nombreux organismes commerciaux, par exemple, ont recours à des stratégies d'engagement.

Dans un premier temps, le produit proposé à l'achat ne coûte pas cher. Une fois l'acte d'achat enclenché et le client engagé, d'autres achats beaucoup plus importants ont des chances de suivre.

Comment éviter d'être manipulé ?

Il est important d'éviter les comportements automatiques, de façon à reprendre la maîtrise des choses, d'apprendre à revenir sur une décision.

Avoir toujours à l'esprit qu'un individu ne peut être efficacement manipulé que s'il éprouve un sentiment de liberté. En psychologie sociale, il ne s'agit pas de savoir si les gens sont libres ou non, mais de mettre en relief qu'ils sont d'autant plus prêts à l'action qu'on leur donne le sentiment d'être libres.

Le plus grand danger est de se croire libre. Le premier signal que l'on est en train de se faire manipuler, c'est le malaise que l'on éprouve, parfois physique comme un creux à l'estomac, lorsqu'on sent que l'on est obligé de consentir à quelque chose contre son gré. *Écoutons notre estomac, c'est lui qui nous mettra la puce à l'oreille.*

L'homo oeconomicus n'est pas rationnel

Nous ne sommes pas des êtres rationnels et nos décisions ne sont pas toutes fondées sur la raison. Toutes les prises de décision sont influencées par des biais cognitifs.

Le nudge ou comment inspirer la " bonne décision "

un *nudge* est un coup de pouce simple et non coûteux, une incitation douce, qui modifie le comportement des individus d'une manière prévisible, sans contrainte ni interdit.

Exemples :

- De fausses mouches gravées au fond des urinoirs pour inciter les hommes à mieux viser.
- Des escaliers musicaux pour inciter la population à les utiliser plutôt que les escalators.
- Dans une cantine scolaire, placer à hauteur des yeux les nourritures les meilleures pour la santé.

Les cibles et les domaines d'intervention de l'économie comportementale sont très nombreux : amélioration de la productivité en entreprise ; lutte contre la discrimination, l'obésité et le tabagisme ; choix de régimes de retraite complémentaire ; protection de l'environnement et réduction des déchets ; influence publicitaire dans le choix entre un produit et un autre... Les *nudges* peuvent s'appliquer à tous, aux consommateurs, aux citoyens, aux usagers ou aux salariés.

Le nudge ou le " paternalisme bienveillant "

Il n'enferme pas les gens dans des choix irréversibles, pas plus qu'il ne les pénalise en cas d'erreur. Pour qu'un *nudge* soit efficace, il est indispensable qu'il puisse être partagé par tous, qu'il devienne social. Si d'autres en parlent et le suivent, il est plus facilement accepté.

Changement des comportements : Le nudge sera-t-il suffisant ?

Pour beaucoup de problèmes, ce ne sera pas suffisant.

7 – L'effet des “ nudges ”

L'objectif du nudge (coup de pouce) est de mettre les individus dans un contexte de choix les incitant à adopter, en douceur, un comportement spécifique recherché.

Depuis ces dix dernières années, les organisations ont de plus en plus recours à ces nudges. Ils ont d'abord été utilisés par les pouvoirs publics, notamment aux États-Unis et au Royaume-Uni où des *Nudge Units* ont été mises en place. Depuis, les collectivités, publiques et privées, s'en sont emparées dans des domaines d'application variés : environnement, social, politique, etc.

Effet contre-productif

Mais comment réagissent les personnes visées par les nudges ? L'une des critiques les plus vigoureuses adressées à ces incitations douces réside dans leur caractère potentiellement manipulateur.

Il s'agit de vérifier par une enquête si cet aspect de manipulation était ressenti comme tel au travers d'une étude sur un nudge cendrier

Selon l'OMS, jusqu'à 10 des 15 milliards de cigarettes vendues chaque jour sont jetées dans l'environnement et représentent 30 à 40 % des articles ramassés lors du nettoyage des côtes ou des villes. Les nudges pourraient donc permettre aux pouvoirs publics de réduire ce fléau... si les fumeurs ne se sentent pas manipulés.



Il en ressort que seuls 40% des individus de notre échantillon observé ont effectivement adopté le comportement suscité par le nudge.

Un pourcentage relativement faible qui invite les praticiens à s'interroger sur l'efficacité des nudges.

Au-delà de ce chiffre, trois principaux résultats émergent de la recherche :

- Les fumeurs ayant jeté leur mégot dans le nudge déclarent avoir une attitude plus favorable envers le nudge que ceux l'ayant jeté au sol.
- Moins l'individu a une attitude favorable envers le nudge, plus il a tendance à en dénoncer le caractère manipulateur.
- Si un individu se considère comme manipulé, il aura moins tendance à adopter le comportement suscité par le nudge, et jettera finalement son mégot à terre.

Manipulation ?

Cette théorie semble confirmer que le cerveau utilise deux systèmes de pensée (système 1 et système 2) pour émettre des jugements et prendre des décisions.

Le système 1 est la pensée intuitive (réactions automatiques, peu conscientes et délibérées).

Le système 2 renvoie à la pensée analytique (plus rationnelle et réfléchie).

Dans cette enquête, le nudge mobilisé s'appuie sur le système 2 au sens de Kahneman et son caractère transparent prédomine : les fumeurs comprennent aisément l'objectif du nudge.

Les soupçons de manipulation sont donc plus susceptibles de survenir.

A contrario, les nudges non transparents manipulent le comportement de manière non consciente (pour le système 1) ou ils relèvent d'une manipulation psychologique du choix (pour le système 2). Ils sont donc plus problématiques sur le plan éthique.

The Conversation (30 oct 2019) : mégots jetés au sol : quand l'effet des nudges part en fumée...

POUR DIRIGER : CONVERTIR AU NUDGE

Comment orienter les comportements sans passer par des techniques «coercitives», sans lois, sans décrets, sans taxes? Réponse: le *nudge*

Traduction de « coup de pouce », en anglais. Un concept de sciences cognitives popularisé par le Nobel d'économie 2017 Richard Thaler et qui consiste en une « incitation douce » pour inspirer la « bonne décision » des personnes. Cela peut prendre plusieurs formes: une fausse mouche dessinée au fond d'un urinoir pour que les hommes visent plus juste ; un courrier envoyé aux ménages qui utilisent trop d'électricité les informant que leurs voisins sont plus économes, afin de les inciter insidieusement à réduire leur consommation; ou une case cochée « par défaut » dans un document donnant accord pour don d'organe, afin d'en maximiser le nombre. Ce concept d'incitation douce sous les auspices du marché libre célébré par les néolibéraux fait un tabac dans plusieurs secteurs.

Mais gare à l'emballage! Mis entre de mauvaises mains, le *nudge* peut s'avérer dangereux et devenir un véritable outil de manipulation des masses. Dernier exemple en date: l'arrêté d'août 2019 qui, à la demande des assureurs et des banques, oriente « par défaut, les nouveaux plans d'épargne retraite (PER) individuels vers les produits financiers les plus risqués. Alors même que les bénéficiaires de ces PER n'en ont jamais exprimé la demande!

Zone interdite

**Dérives sectaires, manipulation mentale :
de plus en plus de Français sous emprise**

| Présenté par Ophélie Meunier (Fr, 2024) | Enquête de Gaëlle Schwaller, Maud Mallet et Constance Vergara | 120 mn. Inédit.

En cinq ans, le nombre de signalements à la Miviludes pour dérives sectaires a explosé (+ 85%). Leur typologie a elle aussi évolué : on n'a plus affaire à de « grosses » sectes mais à des structures plus restreintes et à des gourous s'adressant à leurs adeptes dans une relative discrétion, par le biais d'Internet et des réseaux sociaux. Ces charlatans ne sont pas pour autant inoffensifs : ils dictent leur loi avec terreur, comme le montrent les différents cas de cette exceptionnelle enquête de deux ans, signée Gaëlle Schwaller, Maud Mallet et Constance Vergara.

Première immersion dans l'univers hautement dangereux de Nicolas Pilartz qui propose des stages de vingt et un jours de « jeûne pranique » pour retrouver énergie et « prana » (force vitale en sanskrit) et accéder à notre « corps de lumière ». Pour cela, il recommande d'éliminer toute nourriture solide, les aliments étant

« une sorte de poison », « une drogue dure [sic] ». Lors de ses stages, des accidents – dont un mortel – sont survenus. *Zone interdite* retrace aussi le combat d'ex-adeptes de Cyrille Adam, dit « Loup blanc ». Dix femmes ont porté plainte pour abus de faiblesse, agressions sexuelles et viols. Certaines racontent comment il s'est engouffré dans leurs failles pour leur faire subir un « éveil *sexo-spirituel* ». L'homme est incarcéré depuis décembre 2021 dans l'attente de son procès. Autre volet – et ce n'est pas le moindre : les mouvements religieux qui prennent en charge, au nom de leurs valeurs, l'éducation des enfants. Le magazine a mené un incroyable travail autour de la Fraternité sacerdotale Saint-Pie-X, société d'extrême droite ouvertement révisionniste en matière d'histoire. Édifiant, y compris dans leurs méthodes d'intimidation pour s'implanter à Meylan (Isère), ou pour obtenir héritages, legs et dons de leurs adeptes. Un numéro qui rappelle que la radicalisation et les dérives sectaires sont une réalité à combattre par tous les moyens, en particulier pour protéger les enfants. – *Emmanuelle Skyvington*

9 – Manipulation des enfants

Parents manipulateurs affectifs : neuf techniques de manipulation

Il y a des parents qui, inconsciemment ou en raison de problèmes d'enfance non résolus, exercent un contrôle manipulateur sur leurs enfants.

Dans ce second cas, ces parents ont tendance à projeter sur leurs enfants les traumatismes qu'ils ont eux-mêmes subis et qu'ils n'ont pas surmontés, faisant de l'environnement familial un environnement potentiellement toxique.

La manipulation émotionnelle entre parents et enfants

Les manipulations affectives existent dans de nombreuses relations et certaines sont évidemment plus graves que d'autres. Certains types de manipulation sont des chantages émotionnels qui exercent de fortes pressions et responsabilités sur l'enfant.

Les enfants ne peuvent pas être surchargés d'émotions ou de responsabilité. Car ils sont les premiers à avoir besoin de soins et d'attention pour satisfaire leurs besoins. Si cela ne se produit pas, les enfants pourraient souffrir de diverses lacunes.

Tout d'abord, **le manque de confiance en soi et d'estime de soi**. Ceux qui ne se sentent pas aimés se blâmeront pour se manque et feront tout pour satisfaire les demandes de leurs parents, comme nier leurs émotions, et l'enfance elle-même. Ce style parental conduit l'enfant à tomber dans le piège de **la dépendance émotionnelle**, en supposant qu'il ne mérite pas d'être aimé, sauf en faisant plaisir à l'autre ou en mendiant l'amour. Ces styles de comportement se perpétuera également dans les relations adultes, conduisant à **des problèmes relationnels et émotionnels**.

Six types de manipulation.

1 - La manipulation omissive

Les comportements visant à dénigrer, rabaisser ou ne pas considérer les enfants. Manipulation liée au manque. Ne pas prendre soin des enfants, ne pas les écouter, ne pas avoir de contact physique, etc., leur envoyer le message de ne pas être important.

2 - La manipulation commissive ? La capacité du parent à obtenir un gain personnel en manipulant son enfant, le pousser à se marier pour obtenir des petits-enfants ou fomenter une rivalité entre frère et sœur pour se sentir le plus aimé de la famille.

3 - La manipulation raffinée. Une manipulation qui prévoit de recevoir quelque chose en retour grâce à une attitude antérieure de générosité et d'attention.

4 - Le victimisme. Le manipulateur attire l'attention sur lui-même, à travers des problèmes de santé où une incapacité à faire les choses ; ou en insistant sur le besoin de quelque chose, en se fondant sur le fait que lui seul ne peut pas réussir parce qu'il est trop malade, ou faible, ou incapable, ou malheureux.

5 - Le sentiment de culpabilité. Culpabiliser l'autre pour qu'il se concentre sur les besoins du manipulateur et leur satisfaction au détriment des siens.

6 - Le chantage émotionnel. " *Si tu ne fais pas ça, je ne t'aime plus* ". Instille également chez l'enfant une peur constante de perdre l'autre, le conduisant à un avenir de relation instable.

Trois autres techniques utilisées par les manipulateurs.

Faire encaisser, endosser ses propres insécurités sur l'enfant. Par exemple ? Un enfant qui rentre de l'école ou de son passe-temps favori et qui raconte fièrement ce qu'il a fait et accompli à sa

mère ou à son père. Revenant en retour des commentaires tels que " *tu dois être plus intelligent ou plus grand ou plus éveillé si tu veux toujours obtenir de bons résultats* ".

Entendant la même chose maintes et maintes fois, l'enfant pensera à long terme qu'il ne possède pas ces qualités.

Le parent, dans ce cas, au lieu de refléter l'excitation de son enfant " *Waouh super ! Je suis tellement content que tu aies accompli cette tâche* ", oriente l'enfant vers l'insécurité.

Discréditer toute personne qui prend soin de l'enfant, discréditer celui qui est responsable de l'éducation de l'enfant, enseignant, grand-parent, parent, créant une profonde fracture dans la confiance inconditionnelle dans laquelle les enfants investissent les parents.

Mais la campagne de discrédit pourrait également inclure le professionnalisme des enseignants ou la valeur de leur travail, ou d'autres types de professionnels appelés à s'occuper des enfants, ou peut-être des critiques visant à saper l'autorité des grands-parents ou des proches qui s'occupent des enfants. Tout cela pour saper la confiance que l'enfant a en ces personnes, l'amenant à voir le manipulateur comme seule source de d'autorité dans sa vie.

Mettre en pratique l'isolement social, en particulier chez les adolescents. Certains parents utilisent l'exclusion sociale forcée comme tactique de manipulation, c'est à dire, interdire de sortir ou de voir ses amis.

Normalement, ce sont des punitions exagérées et qui ne prennent pas en considération le message qui doit être transmis et compris. En fait, dans ces cas, le parent manipulateur ne réfléchit pas à ce qu'il dit et fait, influencé par sa propre émotion instable.

Comment reconnaître un parent manipulateur

Les comportements typiques d'un parent manipulateur ont été décrits dans le livre d'Isabelle Nazaré-Aga, " **Parents manipulateurs. Reconnaître et fuir l'amour malade** ".

30 caractéristiques sont répertoriées. Il est suggéré qu'au moins 14 de ces 30 points doivent être présents pour parler de manipulation.

Comment se protéger de la manipulation ?

Être victime de manipulation de la part des parents est difficile, douloureux, et surtout il est compliqué d'en sortir, d'une part à cause de la profonde affection qui unit les enfants aux parents, et d'autre part parce que les enfants essaieront toujours de tenter une réconciliation avec leurs parents, l'amour du parent, car c'est un besoin fondamental pour les enfants.

Mais même à l'âge adulte, la seule façon de gérer un parent manipulateur est la distance émotionnelle. Précisément parce qu'en tant que condition pathologique, il ne sera pas possible de l'éliminer par le parent, le retrait est le seul moyen possible. Et dans les moments de proximité, il est possible de recourir à certains comportements protecteurs qui peuvent nous aider à ne pas nous laisser toucher par le retournement du parent, faisant perdre aux manipulateurs l'intérêt de nous manipuler, sans trouver de réponse :

- Style de communication neutre.
- Utilisez le rire (humour et autodérision).
- L'ironie.

Ces attitudes servent précisément à démanteler les stratégies sous-jacentes au concept de manipulation qui tendent à blesser et à dominer l'autre. Évidemment, en cas de besoin ou d'inconfort profond, le conseil est toujours de contacter un spécialiste qui nous accompagnera dans le traitement et le dépassement de ces traumatismes

ENFANTS : PLUS D'ÉCRANS, PLUS DE PUB ET... DE SURPOIDS

<https://theconversation.com/enfants-plus-decrans-plus-de-pub-et-de-surpoids-76837>

Enfants : plus d'écrans, plus de pub et... de surpoids

Il faut savoir que :

Les enfants et adolescents sont des publics plus vulnérables aux publicités

ils ne possèdent pas la maturité cognitive, affective, comportementale et sociale

- pour résister,
- pour percevoir les conséquences négatives voire destructrices sur leur organisme

Comment les techniques publicitaires des médias ciblent les enfants ?

- avec les évolutions technologiques, elles deviennent plus ludiques et influentes
- elles sont de plus en plus performantes, agissent à un niveau peu ou non conscient
- On fait appel aux neurosciences pour sensibiliser l'enfant au maximum
- Elles savent même échapper à la réglementation.

Conséquences :

De mauvaises habitudes prises pendant l'enfance risquent d'être conservées une fois adulte, avec des risques graves comme l'obésité, le diabète ou le cancer : un véritable fléau de santé publique

L'article explique toutes ces techniques de publicité que les parents devraient connaître

SMARTPHONES : POURQUOI VOS ENFANTS ONT TANT DE MAL À SE DECONNECTER

<https://theconversation.com/smartphones-pourquoi-vos-enfants-ont-tant-de-mal-a-se-deconnecter-179966>

Les enfants ont souvent du mal à quitter les écrans

le coupable : Le Design persuasif

- Le but : orienter le comportement de l'utilisateur pour le rendre addictif:
- Comment ? En jouant sur la forte motivation, la durée et la fréquence de consultation d'écran
- exemple : Lorsqu'ils reçoivent des autocollants ou des cadeaux – réels ou virtuels – ils ont envie de continuer

Conséquence chez les enfants

- les enfants sont **particulièrement vulnérables** aux stratégies du design persuasif. (dans l'article l'auteur explique en détail pourquoi)
- formes graves : **l'anxiété**, la **dépression**, les **troubles de l'attention** et **l'obésité**, l'addiction aux jeux...

Une question d'éthique

- Certains psychologues choisissent d'aider les industriels à adapter leurs techniques aux comportements des enfants !
- D'autres psychologues travaillent sur les dangers liés ou sur les thérapies

L'article décrit ces techniques commerciales, et leur impact sur le cerveau des enfants

CONSTAT ET RISQUES DE LA PUBLICITÉ CIBLANT LES ENFANTS

<https://antipub.org/constat-et-risques-de-la-publicite-ciblant-les-enfants/>

L'enfant par le biais de la publicité devient prescripteur, et futur acheteur

L'article voit au sens plus large que précédemment les risques sur les enfants :

- Santé en danger
- Dommages psychologiques et frustrations
- Valeur consommation
- Hyper-sexualisation
- Dommages psychologiques et frustrations
- Goûts de luxe, prescripteurs et sur-endettement

Chaque rubrique est développée

L'EXPOSITION DES ENFANTS SUR LES MÉDIAS, PARFOIS A BUT MERCANTILE - LES DANGERS

https://www.francetvinfo.fr/replay-radio/info-medias/france-5-alerte-sur-les-dangers-des-photos-d-enfants-publiees-sur-internet-par-leurs-parents_6036122.html

L'utilisation des photos des enfants est monnaie courante dans les médias. C'est souvent mignon, mais en fait c'est très dangereux.

Cela soulève bien des questions :

- Les conséquences de la surexposition d'un enfant sur sa santé mentale
- Le problème du consentement de l'enfant.
- L'autre très grave problème que posent ces posts, c'est que ces photos et vidéos d'enfants sont un terrain de chasse pour les pédophiles.

L'article aborde tous ces sujets. Il est même accompagné d'un court extrait de vidéo (7mn) diffusé sur France info

MANIPULATION DE L'ENFANT DANS EN MILIEU FAMILIAL

CHANTAGE AFFECTIF DES PARENTS (FORME DE MANIPULATION MENTALE) : COMMENT SAVOIR SI ON LE FAIT INCONSCIEMENT AVEC SES ENFANTS ?

<https://www.parents.fr/etre-parent/chantage-affectif-des-parents-comment-savoir-si-on-le-fait-inconsciemment-avec-ses-enfants-1032996>

Avec des parents pathologiques, comme le parent pervers narcissique, la manipulation de l'enfant prend tout son sens.

Mais quand nous-mêmes, exprimons à un enfant de la famille les phrases suivantes :

- "Si tu ne ranges pas ta chambre, je ne te ferai plus de bisous." (Menace directe)
- "Si tu ne peux pas rester avec moi ce soir alors que j'ai besoin de toi, peut-être que ton frère le fera." (Menace indirecte)

Sommes-nous dans la manipulation ?

L'article tente de répondre à cette question

ALIÉNATION PARENTALE (SYNDROME DE)

Après la séparation, certains parents entrent dans un cercle de haine, dénigrant systématiquement leur ex-conjoint et poussant l'enfant à le rejeter. Cette attitude porte un nom : le syndrome d'[aliénation parentale](#).

C'est une manipulation psychique qu'un parent exerce, parfois sans en avoir conscience, sur son enfant qui vit un conflit de loyauté. A lire plus en détail dans l'article (ou d'autres articles qui traitent le sujet)

<https://www.psychologies.com/Dico-Psycho/Alienation-parentale-Syndrome-de>

LA PARENTIFICATION : CES PARENTS QUI INVERSENT LES RÔLES

L'enfant est manipulé consciemment ou inconsciemment pour compenser les failles de l'adulte

<https://www.psychologies.com/Famille/Relations-familiales/Parents/Articles-et-Dossiers/Parentification-de-l-enfant-ces-parents-qui-inversent-les-roles>

La parentification désigne le fait de donner des responsabilités d'adulte à un enfant sur un long terme.

Elle prend des formes différentes selon la configuration familiale

- L'enfant confident, l'enfant bon copain
- L'enfant thérapeute, l'enfant soignant

Quels sont les impacts sur l'enfant ? il existe des parentifications destructives mais aussi constructives

Les parents consultent souvent lorsque l'enfant n'est pas bien

L'auteur témoigne sur ce processus de parentification, en s'appuyant sur des travaux de Jean-François Le Goff (disparu en 2017) auteur de « *L'Enfant, parent de ses parents* »

EMBRIGADEMENT

L'EMPRISE SECTAIRE D'UN ENFANT

Rapport de la Commission d'enquête parlementaire, L'enfance volée, Les mineurs victimes des sectes

<https://www.miviludes.interieur.gouv.fr/quest-ce-qu'une-d%C3%A9rive-sectaire/o%C3%B9-la-d%C3%A9celer/enfance-et-%C3%A9ducation-les-mineurs/l%E2%80%99enfant-cible>

Le Rapport parle de plusieurs dizaines de milliers d'enfants élevés dans un contexte sectaire.

Les contextes sont variés :

- L'enfant de parents adeptes
- L'enfant pris en charge par un praticien
- L'adolescent séduit par un discours alternatif et absolu

L'étude porte sur l'emprise sectaire dans chaque contexte, et les conséquences sur les enfants

LA RADICALISATION VIOLENTE COMMENCE-T'ELLE VRAIMENT SUR INTERNET

<https://theconversation.com/la-radicalisation-violente-commence-t-elle-vraiment-sur-internet-70539>

Plus violente encore : l'emprise par radicalisation.

- Les jeunes sont plus fragiles psychologiquement
- Ils investissent beaucoup les médias
- Du coup ils deviennent des proies faciles et de manière insidieuse pour des mouvements radicaux.

L'auteur décrit dans cet article le processus de radicalisation au travers des médias et aborde la banalisation de la haine.