

NOTE DE LECTURE

EMPATHIE ET MANIPULATIONS

Serge Tisseron



(2020), Albin Michel

avec la contribution de



Love for Livres
la vie en lire

PRÉSENTATION DE L'ÉDITEUR

Empathie : évocateur d'altruisme, voire d'amour, ce mot a de quoi séduire en ces temps où nous cherchons des raisons d'espérer. Pourtant, l'empathie est menacée, notamment par des manipulations qui en brouillent les enjeux. Ainsi, l'empathie pour la souffrance d'autrui est exploitée à des fins malhonnêtes ; l'idéalisme généreux des adolescents est détourné par des extrémistes ; de nouveaux systèmes économiques exonèrent les acteurs de la maltraitance de leurs responsabilités ; des profiteurs voient dans l'empathie un moyen de s'enrichir...

D'où l'alerte lancée par Serge Tisseron : réfléchissons à nos bonnes intentions et aux pièges dans lesquels elles peuvent nous entraîner. L'empathie peut être un champ de manipulations et même un terrain de luttes idéologiques. Attention : danger !

Serge Tisseron, psychanalyste, psychiatre, est l'auteur d'une vingtaine d'ouvrages dont, publiés aux éditions Albin Michel : *Comment Hitchcock m'a guéri*, *Vérités et mensonges de nos émotions*, *Virtuel mon amour*, *L'Empathie au cœur du jeu social*, *Fragments d'une psychanalyse empathique*, *Le jour où mon robot m'aimera*, *Mort de honte*.

NOTRE LECTURE

Dans son ouvrage, Serge Tisseron explore la relation complexe entre empathie et manipulation. L'empathie, souvent perçue comme une qualité essentielle, peut être détournée à des fins malveillantes. L'auteur met en garde contre les pièges de la compassion malintentionnée et propose des outils pour identifier les manipulateurs et se prémunir contre leur influence néfaste.

L'empathie se définit comme la capacité à comprendre et à partager les émotions d'autrui. La manipulation, quant à elle, consiste à utiliser cette empathie afin d'influencer ou de contrôler le comportement d'un individu à des fins personnelles. Comprendre les mécanismes de l'empathie authentique permet de se protéger en repérant les comportements feints ou abusifs. Pour résister aux manipulations, il est nécessaire d'identifier l'émotion manifestée par autrui sans se laisser submerger par celle-ci. Cela permet de prendre du recul et d'affirmer son refus face à la manipulation par l'émotion. En effet, un manipulateur peut simuler une émotion comme la tristesse pour susciter la compassion et obtenir de l'aide, mais il peut également faire culpabiliser sa victime pour la contraindre à céder à ses exigences ou encore utiliser la flatterie pour gagner la confiance d'une personne et la rendre plus vulnérable.

L'auteur convoque des exemples puisés dans le répertoire des références culturelles (livres, films, etc.) pour illustrer son propos et entraîner le lecteur à repérer les mécanismes, parfois très complexes, de la manipulation.

L'essai insiste sur la nécessité d'apprendre à identifier ces signes pour cultiver une estime de soi saine, fixer des limites claires au sein de nos relations, se faire respecter et solliciter l'aide d'un professionnel en cas de besoin.

Empathie et manipulation offre des clés précieuses à quiconque se trouve sous le joug d'une personne manipulatrice et constitue un outil précieux pour tous ceux qui souhaitent apprendre à identifier l'empathie véritable chez l'autre.

L'INTELLIGENCE DU CŒUR DANS LE TEXTE



LES ÉMOTIONS DOMINANTES PAR LOVE FOR LIVRES



LES 3 IDÉES CLÉS POUR VOTRE ENTREPRISE

01

Placer l'empathie au cœur de l'entreprise

Une empathie sincère permet de comprendre les émotions des autres sans se laisser submerger par elles. Elle favorise une communication plus authentique et plus respectueuse au sein des équipes, et permet de désamorcer les conflits potentiels. Pour cela, les entreprises peuvent mettre en place des formations sur l'intelligence émotionnelle et la communication non violente, encourager l'écoute active et le dialogue entre les collaborateurs ou encore valoriser le respect mutuel et la courtoisie dans les relations professionnelles.

02

Identifier les rapports de manipulation pour s'en prémunir dans le milieu professionnel

Les manipulateurs peuvent causer de nombreux dommages au sein d'une entreprise, en perturbant le climat de travail, en nuisant à la productivité et en fragilisant les relations entre collaborateurs. Il est donc important de pouvoir les identifier et de se protéger leurs actions, notamment en mettant en place des procédures pour la gestion des conflits et des plaintes.

03

Promouvoir une communication transparente

La communication et la transparence dans les relations professionnelles sont essentielles pour bâtir une relation de confiance entre les collaborateurs et l'entreprise. Cela permet de limiter les malentendus, de réduire les frustrations et de favoriser un climat de travail sain. Cela permet aussi aux collaborateurs de se sentir libres de s'exprimer et de faire remonter un conflit au management en cas de besoin.

EN QUOI CE LIVRE PEUT-IL APPROFONDIR LA RÉFLEXION D'UN.E DIRIGEANT.E FACE AUX DÉFIS DU 21E SIÈCLE ?

Serge Tisseron propose une analyse éclairante des rouages de la manipulation et des dangers qu'elle représente. Si ce livre s'adresse à un large public, il offre aussi aux dirigeant.e.s un outil précieux pour approfondir leur réflexion face aux défis du 21e siècle.

En abordant la manipulation par l'empathie, Serge Tisseron invite les dirigeant.e.s à réfléchir aux notions de pouvoir et d'influence dans le contexte du leadership. Dans un monde en constante évolution, où les relations de travail sont complexes et les jeux d'influence très présents, il est essentiel pour les dirigeant.e.s de comprendre les mécanismes de la manipulation afin de ne pas s'en retrouver victimes mais également de ne pas en user eux-mêmes envers leurs collaborateurs.

Une empathie saine met l'accent sur l'importance de l'intelligence émotionnelle afin de diriger les équipes de façon équitable. Savoir comprendre et gérer ses propres émotions, ainsi que celles des autres, est crucial pour prendre des décisions justes, motiver les équipes et désamorcer les conflits en tant que dirigeant.e.

En luttant contre les manipulations et en favorisant une communication plus transparente, les dirigeant.e.s peuvent contribuer à créer un climat de confiance au sein de leurs entreprises et organisations. Cela renforce la cohésion des équipes et favorise la productivité. Tisseron encourage le lecteur à ne pas se laisser influencer par des émotions fortes ou des discours trompeurs.

“

« Derrière la mise en avant de l'empathie comme un phénomène personnel et subjectifs, s'opère aujourd'hui un formidable rabattement sur la sphère privée de problèmes dont la solution n'est souvent ni subjective, ni personnelle. Le développement technologique et la mondialisation font en effet planer sur la construction du lien social des menaces nouvelles et sans commune mesure avec celles du passé. Et dans ce contexte, les manipulations de notre empathie sont d'autant plus dangereuses qu'elles nous sont souvent présentées comme capables d'assurer notre bonheur. »

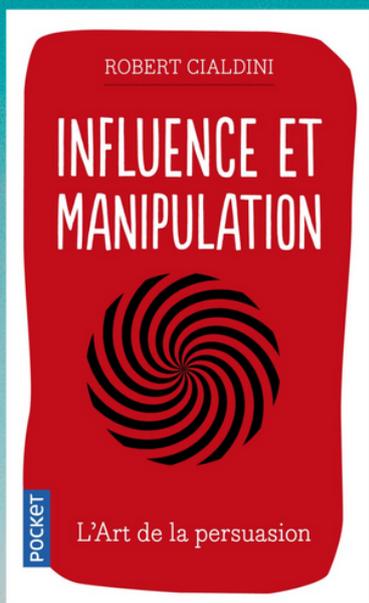
“

« Pour donner à notre désir d'empathie plus d'espace, il est donc essentiel de travailler parallèlement au démontage des situations d'emprise, et d'abord en comprenant comment elles pèsent sur nous quand bien même nous ne les percevons pas. C'est parce que nous pouvons les comprendre, en nous aidant de travaux d'historiens, de sociologues et d'ethnologues, que nous parvenons à libérer notre empathie des ornières dans lesquelles elle s'enlise. Bien sûr, certains imaginent qu'ils vivront mieux en choisissant de se réduire à un statut ou à un poste, et ils se trompent gravement sur la relation privilégiée que l'empathie pour soi et l'empathie avec la plasticité psychique. »

“

« Accueillir toutes les dimensions de soi-même, avec bienveillance, est une condition essentielle à la construction d'une saine empathie vis-à-vis de soi-même comme vis-à-vis des autres. »

Si vous avez aimé ce livre,
vous aimerez aussi :



avec la contribution de