

# EL MANIPULADOR

Hi ha un altre tipus de personatge que queda molt ben definit amb la frase següent:

“Només me’n refio de les estadístiques que he manipulat jo mateix”

Aquesta és la figura que coneixem com el manipulador.

Generalment, els manipuladors estudien les persones buscant les seves febleses: busquen gent dependent, que potencien l’amistat, gent a qui li costa dir que “no” i que li fa por els enfrontaments.

L’únic objectiu del manipulador és la destrucció i, per aconseguir-la aplicarà diferents tècniques:

1-ASSETJAMENT MORAL: quan crida o insulta, assignant tasques que no es poden aconseguir, atacant o desqualificant tot el que fem o diem.

2-MALTRACTE VERBAL: per mitjà d’amenaques o calúmnies, destruint la nostra reputació, aïllant-vos d’altres persones, pressionant-nos, posant-nos en contra de la gent.

En definitiva, utilitza la humiliació prioritàriament.

L’assetjament és com un bombardeig psicològic per destruir emocionalment i, si això ho fa durant un temps prolongat, el manipulador degrada la víctima sistemàticament amb la finalitat d’anul·lar-la com a persona.

Aquest personatge primer comença amb paraules seductores o de reconeixement, però lentament, ens desqualificarà i introduirà crits i insults. A la víctima, la fa sentir permanentment en risc i amb la idea fixa d’obtenir la seva aprovació i dependència total del manipulador.

El manipulat se sent confús, amb culpa i vergonya.

Per identificar aquest element hem de saber:

- 1- Que se senten grans i poderosos.
- 2- Que tenen doble personalitat: diuen una cosa i fan una altra.
- 3- Que ens tenen enveja i
- 4- Són poc productius.

Aquests individus són persones que volen tenir el control de la nostra vida i si som persones valuoses o amb èxit ens el voldran arrabassar.

Com alliberar-nos del manipulador?

El més eficaç és allunyar-se'n com més ràpid millor i si no volem ser atrapats ens convé saber:

- Coneix-se't a tu mateix
- No aïllar-nos
- No donar confiança a tothom
- Aprendre a dir "no" i a no ser depenent
- Avaluar les relacions