

## **CÓMO RECONOCER Y TRATAR A UN MANIPULADOR**

Existen individuos que logran cambiar de manera consciente su entorno para poder conseguir beneficios propios y que, sin duda, afectan a los demás (familiares, amigos, compañeros de trabajo, etc). Es preciso conocer bien el perfil de estas personas para no caer en sus trampas. Está claro que queremos ser felices y que todo resulte bien aún estando frente a un manipulador. Sin embargo, hay veces en que es mejor “dar un paso al costado”.

Es muy delgada la línea entre una persona que pide ayuda a una que manipula al otro para obtener réditos. En este último caso, ve al prójimo como un objeto, una mercancía, una cosa, un recurso para aprovechar. Son egoístas y utilizan diversos métodos para apelar al otro, como por ejemplo, la ilusión. Pero también pueden “servirse” de la presión o el engaño.

“El manipulador critica, pero no se atreve. Juzga, pero no es capaz. Señala, pero es cobarde”

-Anónimo-

Existen diferentes razones por las que un hombre o una mujer es manipulador/a. Por ejemplo, comodidad, miedo o autoafirmación. Prefieren el camino más corto, las mentiras, las promesas que no cumplen, el chantaje, el soborno, etc. Se saltan los procedimientos para llegar al éxito con una gran facilidad. “No seas tan correcto”, “nadie lo notará”, “es más rápido de esta manera”, son algunas de sus frases favoritas.

Persona en manos de un manipulador

Claves que te pueden ayudar a reconocer a un manipulador

### **1. La mentira**

Tiene una gran capacidad para mentir, es un experto en ello. Puede torcer la realidad y llevarla al sitio donde pueda quedar “mejor parado”. Escucha con atención para darte cuenta que le miente a todo el mundo, desde la pareja al mesero, pasando por un cliente o el vendedor de la tienda. Puede que si digas algo, su respuesta sea hablar mal del recientemente “engañado”.

## 2. Ocultar cosas

Puede ser información personal, como su teléfono o dirección, o bien evasivas al tener que contestar sobre sus actos, pensamientos, opiniones, etc. Pero, por el contrario, querrán saber todo sobre ti, desde tus afectos a tu profesión.

Los mejores manipuladores pueden lograr que el otro confiese mucho sin que se de cuenta.

## 3. El halago

Se trata de una de las habilidades del manipulador más interesantes. Lo sabe hacer muy bien. Encontrará eso que te haga sentir especial para ganar tu confianza. No te dejes llevar por aquellos que halagan tan fácilmente a las personas sin conocerlas, porque no será con motivos desinteresados.

## 4. La promesa

Es una de las armas preferidas. Por ejemplo si es un hombre que acaba de conocer a una mujer, le dirá que se casarán, tendrán hijos, viajarán por el mundo, etc. Así es como comienza su accionar. Ten cuidado porque puedes terminar seriamente dañado emocional y psicológicamente por ello.

## 5. Los favores

Al principio, el manipulador suele ayudar en todo lo que puede, como si fuera algo compulsivo, que no puede detener. **Te complacerá, te ayudará, te llevará a tu casa, te arreglará algo en casa.** Pero espera, porque sabrán pedir en el momento adecuado, porque sólo es una estrategia. Los regalos y los favores nunca fueron 100% [desinteresados](#), gratis ni solicitados.

## 6. La emoción

Este es otro de los recursos que utiliza un manipulador con experiencia, a través de la veta emocional. Es que los sentimientos, cuando son intensos, no nos permiten, en muchos casos, actuar o pensar con claridad. **Utiliza desde el miedo hasta la culpa para presionar a los demás a que le den algo a cambio.**

*“Mira lo que has hecho”, “yo nunca te trato tan mal”, “por qué no me has llamado?” son frases que un manipulador utiliza para atemorizar a su víctima.*

## 7. La sombra

No sólo esconde información sobre su intimidad, sino que él mismo desaparece y se agazapa en donde no hay luz para poder analizar mejor a la víctima. Hasta es posible que utilice a otras personas para buscar datos de su próxima presa (otro manipulado).

No es una persona honesta, ni transparente ni responsable. **Como si nada comienza a regar chismes o calumniar a alguien, enredar a la gente en suposiciones, exagerar los hechos, poner algunos “ingredientes” propios en un relato, etc.**

Debes prestar atención a las señales, cuando se repiten. No quiere decir que porque una joven que no habías visto antes diga que llevas un hermoso vestido sea una manipuladora. Tampoco que un compañero de trabajo no te cuente sobre tu vida privada lo convierta en uno. Pero **si la conducta se desarrolla una y otra vez, es mejor que te alejes lo más posible de esa persona.**

Tarde o temprano, logrará que hagas lo que él quiera, pudiendo causar daños a tus seres queridos o a personas que no conoces. Si has descubierto un manipulador en tu círculo íntimo (familia, amigos, trabajo, estudio, barrio), protege a los demás que puedan verse bajo sus garras. **Guarda [distancia](#), aunque esto suponga un dolor muy grande para ti.** Procura en todo momento estar en paz y tranquilo con él, porque no sabes cómo puede actuar.

Es probable que debas alejarte definitivamente de esa persona. Si tienes la suficiente confianza hasta puedes ayudarlo a que busque ayuda profesional. Si se niega a ver que tiene un problema o te trata mal cuando lo mencionas, no lo presiones. Todos podemos madurar y cambiar con el tiempo, pero en muchos casos, necesitamos aprender a aceptar ayuda.