

*Lección 4; Manipulación emocional
encubierta, rasgos de comportamiento de
las víctimas .*

Lic. Fernando Zavaleta

***“Detección de la triada
oscura y las emociones
negativas y aflictivas”***

¿Qué es la manipulación emocional encubierta?

- *Es utilizada por personas que desean obtener poder o control sobre la víctima, mediante el uso de tácticas engañosas y poco claras.*
- *Cambiar la forma de pensar y comportamiento sin que se den cuenta de lo que están haciendo. En otras palabras, usan técnicas que pueden alterar las percepciones de tal manera que crean que lo están haciendo por su propia voluntad.*
- *La manipulación emocional encubierta es "encubierta" porque funciona sin que sea consciente de ese hecho. Las personas que son buenas para implementar tales técnicas pueden hacer que cometa licitación sin su conocimiento; pueden mantener "psicológicamente cautivo".*

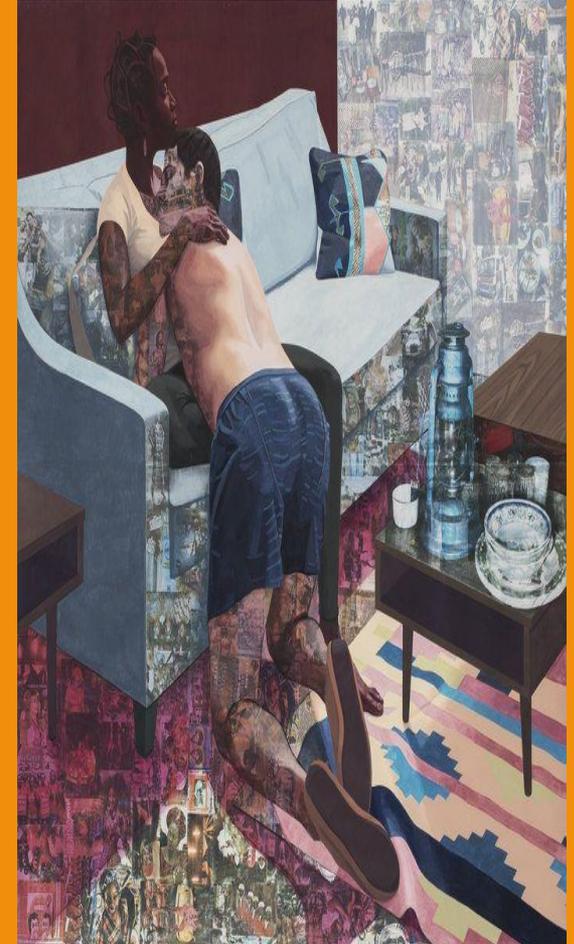


- *Ganarán la confianza y el victima comenzará a dar valor a lo que piensan de el. Una vez que los hayan dejado entrar en la vida y entorno familiar, comenzarán a destruir su identidad de una manera metódica, y con el paso del tiempo perderá su autoestima y se convertirá en lo que ellos quieran que sea.*
- *Así de poderosa puede ser la manipulación emocional encubierta. Puede cambiar por completo la personalidad de alguien sin que se dé cuenta.*
- *El manipulador lo asaltará poco a poco, y aceptará pequeños cambios que pasan desapercibidos, hasta que el viejo sea reemplazado por una versión diferente, construida para estar subordinada al manipulador.*



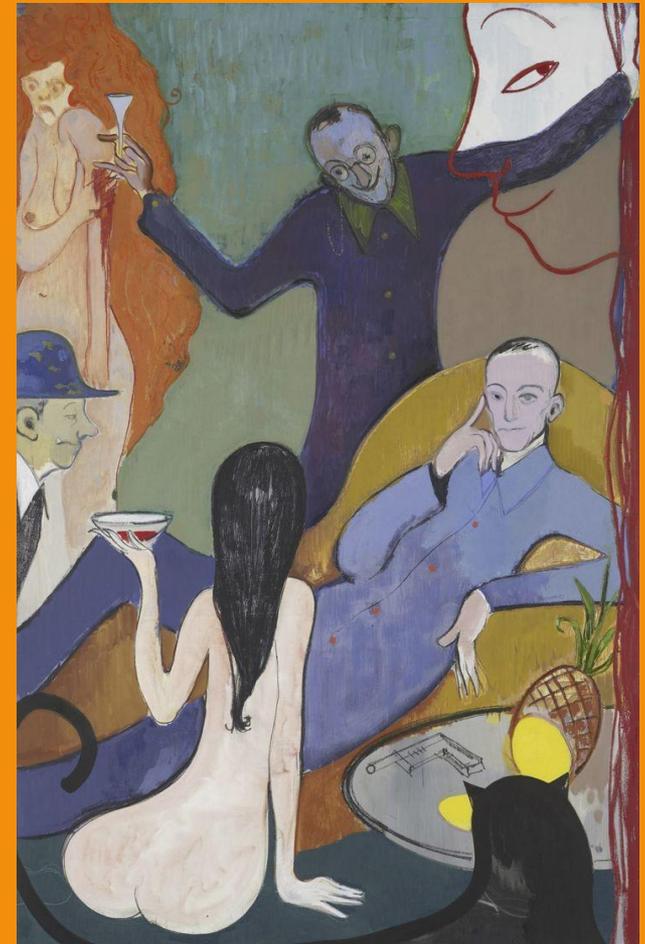
Manipulación emocional en las relaciones

- *La manipulación emocional que tiene lugar en las relaciones románticas, y no siempre es con intenciones maliciosas.*
- *Por ejemplo, las mujeres intentan modificar el comportamiento de los hombres para hacerlos más "prolijos"; eso es normal. Sin embargo, hay ciertos casos de manipulación donde la intención de la persona es claramente maliciosa y está motivada por la necesidad de controlar o dominar a la otra persona.*
- *El refuerzo positivo es quizás la técnica de manipulación encubierta más utilizada en las relaciones románticas.*
- *La pareja puede lograr que haga lo que quiere al elogiarlo, halagarlo, prestarle atención, ofrecerle regalos y actuar de manera afectuosa. Incluso las cosas aparentemente buenas en las relaciones pueden convertirse en herramientas y accesorios de manipulación encubierta. Por ejemplo, usar el sexo intenso como arma para reforzar un cierto tipo de comportamiento. Del mismo modo, pueden usar el encanto, el aprecio o los regalos para reforzar ciertos comportamientos en las mujeres con las que están saliendo.*



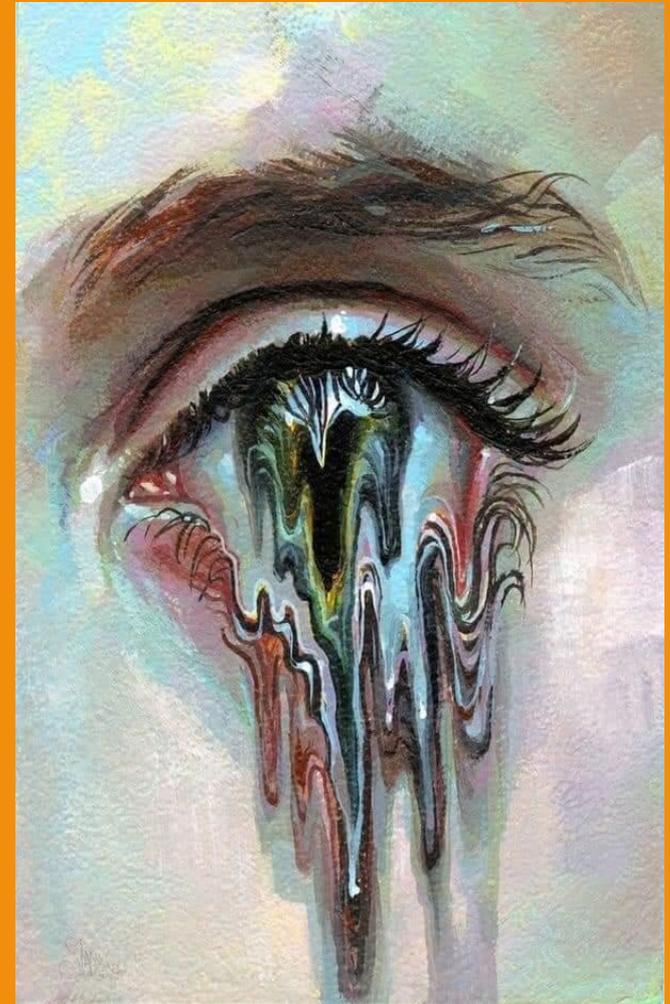
Importante

- *Algunos manipuladores sofisticados usan el "refuerzo positivo intermitente" para obtener el control sobre sus parejas.*
- *La forma en que funciona es que el perpetrador bañará a la víctima con un refuerzo positivo intenso durante un cierto período de tiempo, luego cambiará a darle niveles normales de atención y apreciación. Después de un intervalo de tiempo aleatorio, volverá nuevamente al intenso refuerzo positivo.*
- *Cuando la víctima se acostumbra al tratamiento especial, se le quita, y cuando se acostumbra al tratamiento normal, se devuelve el tratamiento especial, y todo parece arbitrario.*
- *Ahora, la víctima llegará a un lugar donde se volverá "adicta" al tratamiento especial, pero no tiene idea de cómo obtenerla, por lo que comienza a hacer lo que quiera el perpetrador con la esperanza de que una de las cosas que hace le lleve su premio.*



Manipulación Emocional en amistades

- La manipulación emocional encubierta es bastante común en las amistades y las relaciones casuales. Las amistades tienden a progresar más lentamente que las relaciones románticas, pero eso solo significa que puede tomarte mucho más tiempo descubrir si tus amigos son manipuladores.
- La manipulación en las amistades puede ser confusa una cierta rivalidad social, incluso entre los amigos más cercanos, que explican el concepto de "amigos enemigos".
- Los amigos manipuladores tienden a ser pasivos-agresivos. La agresión pasiva funciona como una técnica de manipulación porque le niega la posibilidad de abordar directamente cualquier problema que esté planteando su amigo y, por lo tanto, de alguna manera, pierde por defecto.



- *Los amigos también pueden manipular secretamente usando insultos sutiles. Pueden decirte cumplidos que tienen significados ocultos. Cuando la victima tome el tiempo para pensar realmente en lo que querían decir con el cumplido, se darán cuenta de que es un insulto disfrazado y eso dañará tu autoestima y posiblemente modificará tu comportamiento.*

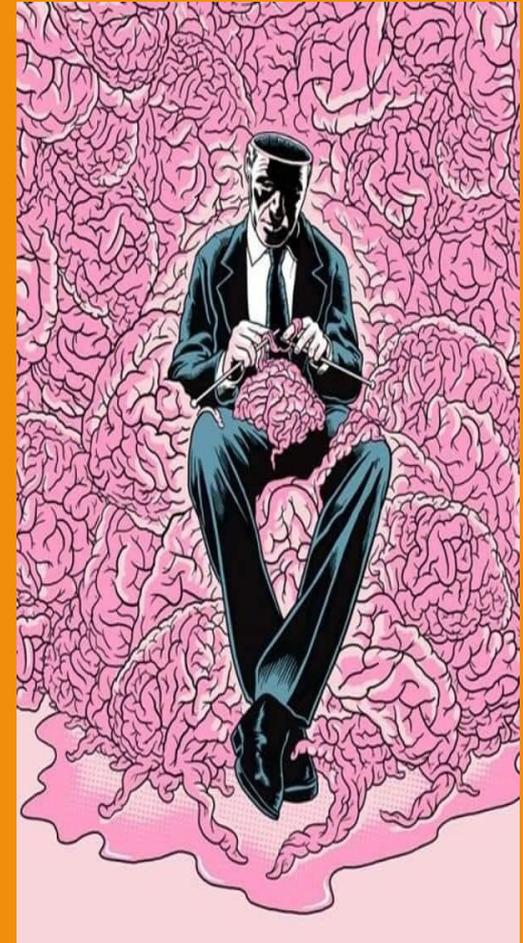


Manipulación emocional en el trabajo

- *Hay muchas razones por las que los colegas pueden querer manipular. Podría ser que están en el mismo camino profesional, por lo que quieren hacer quedar mal.*

Un sádico solo quiere ver sufrir. Las personas unidireccionales en el trabajo ejercen su dominio sobre los demás estresándolos y luego, casi de inmediato, aliviando el estrés.

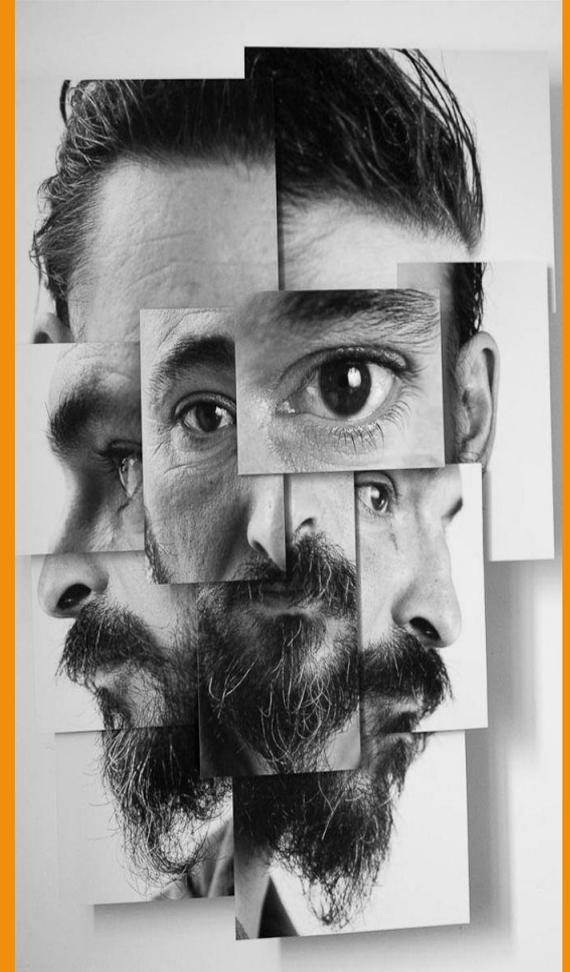
Digamos, por ejemplo, que comete un error menor en cuanto a un informe y su jefe lo llama a su oficina. Hace un gran alboroto y amenaza con despedirte, pero luego, hacia el final, cambia de idea y te asegura que tu trabajo es seguro siempre que hagas lo que él quiere. Ese tipo de manipulación funciona en las personas porque les da miedo y les da un sentido de obligación al mismo tiempo.



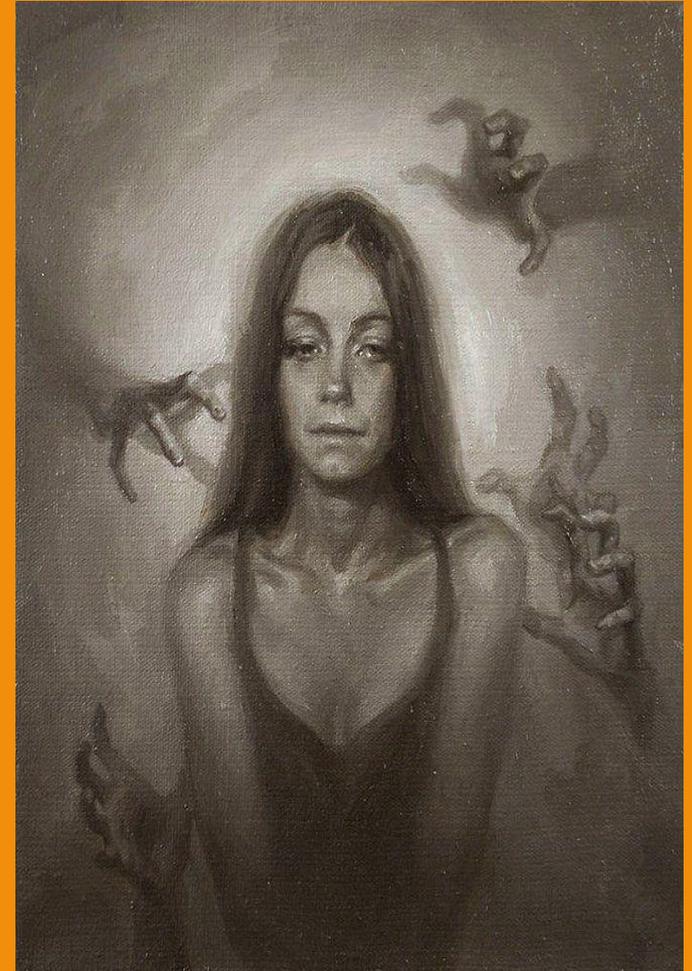
- *Los colegas también pueden manipularte dejándote en situación sexual por trabajo, acoso constante y recurrente.*
 - *Dentro de la triada el maquiavelismo es una acción que busca el daño...*
- *Recordemos que ellos carecen de empatía y su alimento constante es las emociones en desequilibrio de las víctimas, al grado que las intimidan y agreden por buscar su ego.*



- *Las personas con rasgos de personalidad oscuros tienden a ser hipercompetitivas en el trabajo, y no dudarán en utilizar medios poco hábiles para atraparlo.*
- *Puede ser que quieran aprender más sobre usted para poder descubrir sus fortalezas y debilidades, y encontrar formas de usarlas en su contra. Los narcisistas, los maquiavélicos y los psicópatas son muy buenos para confabular en el trabajo.*

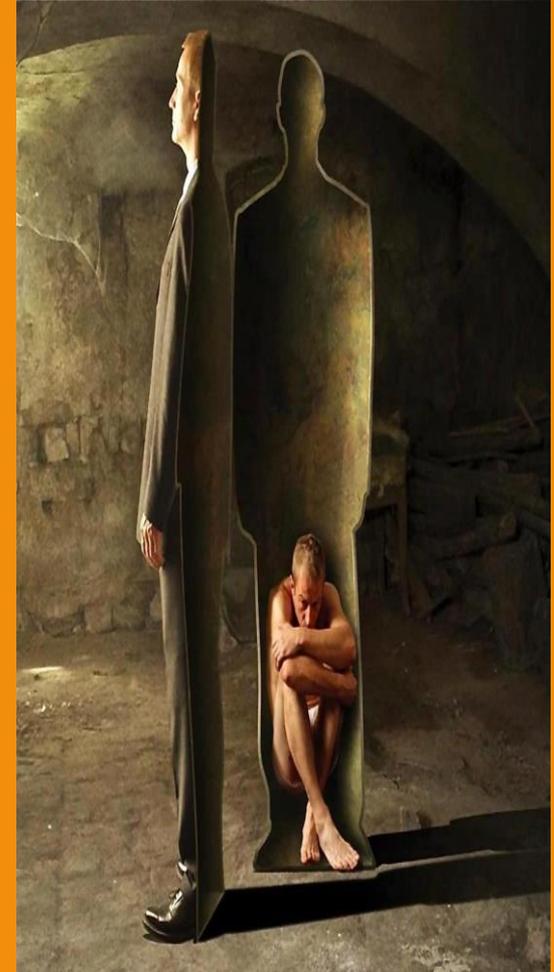


- *Puedes preguntarte; ¿Qué están tratando de hacer los manipuladores? ¿Por qué se esfuerzan tanto en manipular a otros, en lugar de centrarse en mejorar ellos mismos?*
- *El hecho es que los manipuladores tienen una profunda necesidad psicológica de controlar a los demás, por lo que buscan "debilitar" a sus víctimas para ganar dominio sobre ellas. Cuando manipulan a otros, intentan cancelar su fuerza de voluntad, destruir su autoestima, buscar venganza pasivo-agresiva contra ellos o confundir su realidad para que se vuelvan más moldeables.*



Cancelación de la fuerza de voluntad.

- *Una de las principales intenciones de las personas manipuladoras es destruir la fuerza de voluntad. Entonces, ¿cómo puede alguien quitarte tu fuerza de voluntad? Podemos perder nuestra fuerza de voluntad a través de un proceso como "pérdida del ego".*
- *Entonces, el agotamiento del ego es el resultado que ocurre cuando gastamos toda la fuerza de voluntad que tenemos, y nos quedamos sin la fuerza de voluntad adecuada frente a los desafíos posteriores. Momento donde se aprovechan los manipuladores y depredadores.*



- *Otra forma de cancelar la fuerza de voluntad de alguien es amenazando su bienestar o su sustento*
- *El estrés es otro factor que puede causar el agotamiento de la fuerza de voluntad.*
- *Las personas maliciosas trabajarán abierta y encubiertamente para introducir factores de estrés en la victima ,en su vidas con la esperanza de que el estrés resultante absorba toda la energía y sean más susceptibles a su manipulación.*



Destrucción del autoestima

Las personas maliciosas, maquiavélicas, narcisistas también quieren destruir la autoestima. hay docenas de formas diferentes en que pueden hacer esto.

El hecho es que, como seres sociales, le otorgamos mucha importancia a lo que otras personas dicen de nosotros, y es de allí donde las personas manipuladoras obtienen su fuerza. Los manipuladores pueden reducir su autoestima usando frases cuidadosamente redactadas que tienen como objetivo atacar y menospreciar.

Sus palabras generalmente se calculan cuidadosamente para enojar o confundir, de modo que pasen mucho tiempo pensando en lo que significan.

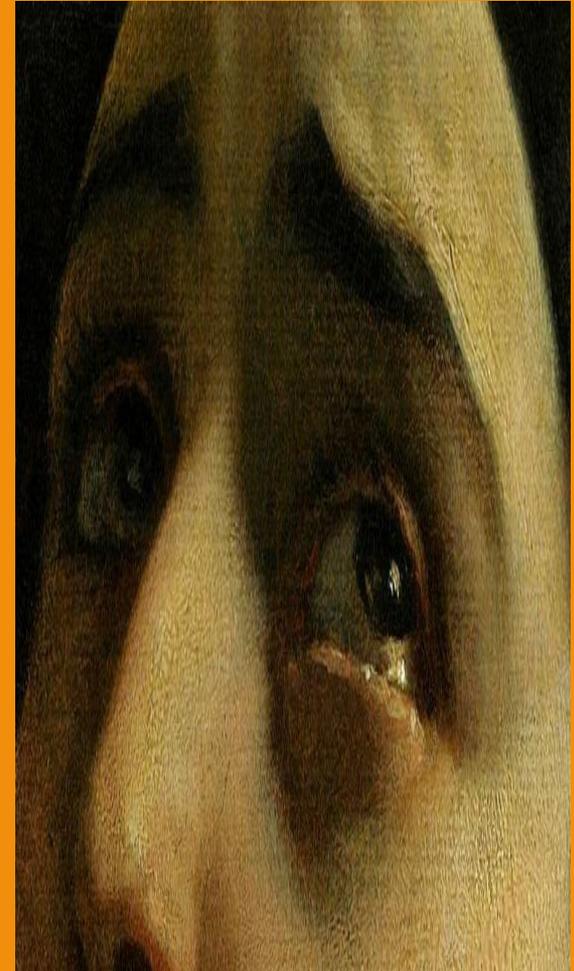
Los manipuladores también reducen el autoestima al culpar constantemente de todo tipo de problemas. Cuando alguien sigue diciendo que ciertas cosas es culpa de la victima



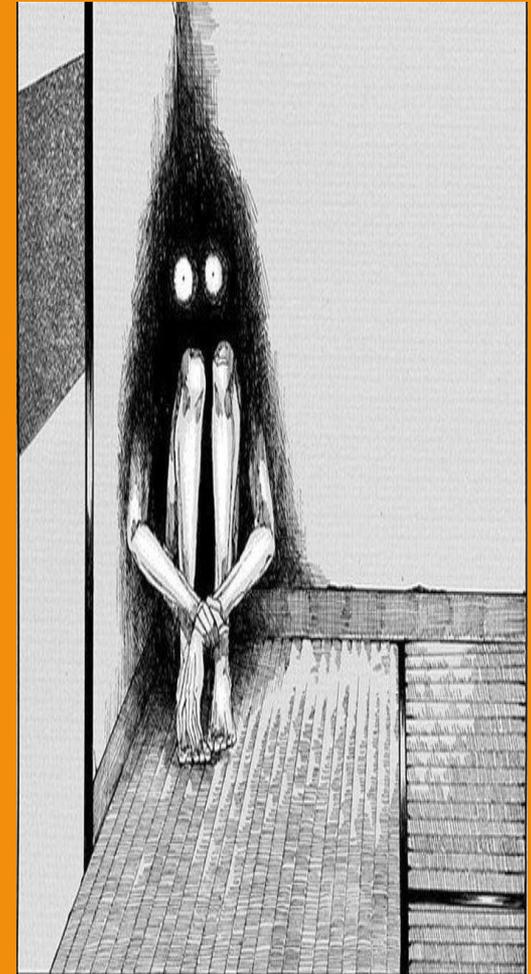
Buscan venganza pasivo-agresiva

- *Algunos manipuladores perseguirán por buscan venganza pasivo-agresiva contra de la persona. Despreciar a una persona narcisista, un sádico o un psicópata de alguna manera, probablemente guarden algún tipo de rencor y pueden manipular porque quieren vengarse.*

Sin embargo, las personas con rasgos de personalidad oscuros pueden atacar por casi cualquier motivo, siempre que tenga sentido para ellos. No hay un umbral lógico que tengas que cumplir para que pongan en la mira. Podrían guardar rencor durante años debido a una declaración que han hecho en el pasada. Incluso podrían atacar debido a problemas psicológicos profundos que incluso ellos no pueden comprender.



- *Por ejemplo, un psicópata puede tratar de victimizarte y destruir tu vida porque te pareces a la chica que lo rechazó cuando era un adolescente. El punto es que no tienes que hacer nada específico para que una persona maliciosa decida buscar venganza pasivo-agresiva contra ti. Es posible que solo tengas la desgracia de recordarles a un padre malo que tuvieron cuando crecieron, o en el caso de los maquiavélicos, podría ser que estás en su camino y tienen que destruirte para seguir adelante. También podría ser que piensan que eres débil y, por lo tanto, eres un blanco fácil para ellos.*

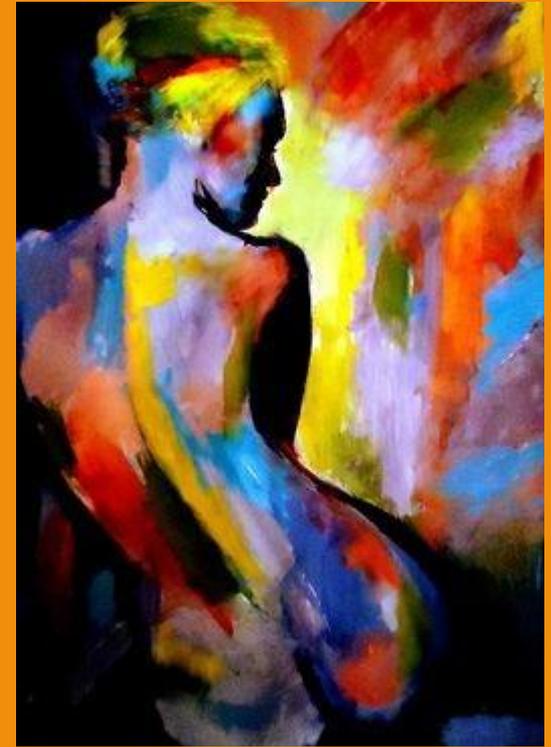


Realidad Confusa

- *Los manipuladores también desean confundir la realidad para poder controlar.*
- *La alteración de la percepción de la realidad de una persona es la mejor manera de controlarla y dominarla. Esto se debe a que cuando pueden convencer a una persona de que lo que ve y oye no es real, entonces obtienes el poder de decirle qué debe pensar, qué debe sentir y qué debe valorar.*
- *Controlar la realidad de otras personas es el último sueño para cualquier manipulador. Quieren que sustituya el juicio por el de ellos, y las posibilidades de que eso ocurra aumenta exponencialmente cuando la víctima cuestiona su propia realidad. Es por eso que las técnicas de manipulación de control mental, como el lavado de cerebro y el gaslighting, son las más peligrosas.*



- *Los matones y los sádicos querrán confundir la realidad porque quieren que sea sombría. Su intención es hacer que la víctima tenga una perspectiva pesimista, como ellos.*



- **Rasgos de Comportamiento de las Víctimas Favoritas de los Manipuladores**
- Inseguridad y fragilidad emocional
- Personas Sensibles
- Personas Enfáticas
- Miedo a la soledad
- Miedo a decepcionar a otras personas
- Trastornos dependientes de la personalidad y dependencia emocional



Trastornos de personalidad

A

Paranoide

Desconfianza y suspicacia intensa frente a los demás. Son hostiles, irritables y enojones

Esquizoide

Distanciamiento social. Son personas **excéntricas, Introversos** y poco emocionales

Esquizotípico

Raros, tienen **pensamientos de magia**, nociones peculiares, ideas de referencia, ilusiones, **desrealizaciones**

Antisocial

Incapacidad para conformarse con **normas sociales. Dishonestos** e impulsivos, **manipuladores** y demandantes

B

Histriónico

Emocionales, se comportan de forma **dramática, extrovertida**. Seductores, buscan ser el **centro de atención**

Límite

Al **borde** entre neurosis y psicosis. Comportamiento, estado de ánimo, relaciones e imagen personal muy **inestables**

Narcisista

Sentimientos de **grandeza**, falta de empatía, **se creen muy importantes**. Autoestima frágil y **vulnerables** a criticismo

Evitativo

Sentimientos de **rechazo** y alejamiento social. **Tímidos**, no antisociales, necesitan confirmar aceptación. Complejos de **inferioridad**

C

Dependiente

Dejan que otros asuman responsabilidad de asuntos importantes, **no tienen confianza personal, pesimistas, dudan** de sí mismos

Obsesivo-compulsivo

Preocupación por el orden, **perfeccionismo**, inflexibilidad, **control** mental e interpersonal. Son rígidos, **tercos e indecisos**



Gracias.



Mi pareja me *manipula* si...



Me humilla y señala mis debilidades



Se victimiza con la mayoría de situaciones



Me culpa por sus malas acciones y **fracasos**



Compite conmigo constantemente



Me endulza el oído y promete lo que **no cumple**

