

Causas por las cuales alguien manipula

Por Carlos Mraida

La causa básica de la manipulación es la inmadurez emocional. Lo que evidentemente es malo en las relaciones interpersonales, para el manipulador no lo es. Debido a su inmadurez, no tiene la capacidad de evaluar si lo que está haciendo está bien o mal. Como un niño, el manipulador solo piensa en obtener satisfacción con lo que busca o pretende.

El **manipulador sanguijuela** percibe a los demás como fuentes potenciales que suplen lo que precisa en el momento, no como personas con necesidades y sentimientos propios. El manipulador cree que es un acreedor permanente y que los demás tienen que satisfacer sus expectativas. Por eso solo dice: «¡Dame, dame!». Entender la inmadurez emocional del manipulador resulta esencial para no caer en sus garras.

Muchas de sus estrategias manipuladoras nos parecerían normales, y hasta simpáticas, si las practicara un niño de dos años. Sin embargo, en personas ya maduras, resultan por completo inadecuadas. Y esa es una razón por la que la gente cae con facilidad en sus garras. Vemos a individuos con cuerpos de adultos, desempeñándose en el ámbito laboral y profesional, pero emocionalmente y por ende en sus relaciones personales son niñitos inmaduros y egocéntricos, ya que las raíces del rechazo, el abandono y la desvalorización los mantienen en etapas infantiles, impidiéndoles madurar.

Las personas manipuladoras aparentan ser muy fuertes. **Los «manipuladores sepulcro»** dan la impresión de ser muy poderosos, ya que nos provocan temor. De modo que, atemorizado, dices: «¡Qué personalidad tan fuerte tiene Fulano!».

Los «manipuladores vientre estéril» también parecen muy fuertes y seguros, pues muestran una apariencia de superioridad que produce culpa y desvalorización en la vida de los demás. Al señalar continuamente tus errores, te hacen sentir pequeño y aparentan ser fuertes.

En su libro Una pena en observación, C. S. Lewis nos recuerda la acción de los **«manipuladores tierra seca»** cuando declara: «Gran parte de una desgracia cualquiera consiste, por así decirlo, en la sombra de la desgracia, en la reflexión sobre ella». Es decir, estas personas no solo han vivido una situación dolorosa, sino que la convierten en una condición, se victimizan y nos inspiran lástima, presentándose como individuos que soportan con firmeza todas las desgracias de la vida y deseando hacernos creer que son fuertes y abnegados.

Los «manipuladores fuego» vienen y arrasan con todo. Son aquellos que, ya sea por la vía de la seducción y la atracción, o por la vía del dominio y el control, nos parecen más fuertes.

Cualquiera sea la estrategia de la sanguijuela, su necesidad de «chupar» se debe a que cuando debía recibir amor, atención, miradas y aprobación, no lo pudo hacer. De modo que ahora, aunque ya es un adulto, necesita una «fuente emocional» de la cual succionar.

Algunas de las marcas distintivas del manipulador son una gran inseguridad y una autoestima baja. Su gran inseguridad hace que se muestre intolerante y dogmático, usando la crítica destructiva e incluso la agresividad cuando su posición parece verse amenazada.

La inseguridad también se manifiesta en su deseo casi compulsivo de enterarse de todo para que la situación no se escape de su control. Le tiene pánico a la evaluación de los demás. La inseguridad lo lleva a ser muy temeroso en sus relaciones sociales. Siente miedo de no estar a la altura, de fracasar.

Tal vez pienses: Carlos, me voy a volver un desconfiado, un escéptico, por miedo a que me estén manipulando. No, no. Acuérdate que lo más importante no es lo que otro te diga, sino el efecto que produce en ti. ¿Por qué te afecta tanto, ya sea de forma positiva o negativa, lo que alguien diga de ti? Si necesitas la caricia emocional del elogio para sentirte valorado e importante, te van a manipular, usar, abusar y lastimar. Si vives con temor a perder tu trabajo porque crees que no eres lo suficiente capaz como para que quieran tenerte en una empresa, vas a ser víctima de empleadores y jefes abusadores. No obstante, cuando sabes que vales, el que se tiene que cuidar es tu empleador abusador, en primer lugar porque sabes cuán valioso eres, y en segundo porque vas a hacer una denuncia por abuso.

La manera en que te veas a ti mismo será clave a fin de evitar ser un objeto fácil de la manipulación de los demás, ya que ese tipo de personas lo intentan con todos. Sin embargo, ¿te has preguntado por qué con otros no lo logran y sí contigo? La forma en que te ves a ti mismo es determinante. Enrique Mariscal ilustra claramente esta verdad con una historia:

En un pequeño y lejano pueblo, había una casa abandonada. Cierta día, un perrito logró meterse en ella por un agujero que había en el portón. Subió lentamente las viejas escaleras de madera hasta que se topó con una puerta semi abierta, y se adentró en el cuarto con cautela. Con gran sorpresa, se dio cuenta de que dentro de esa habitación había mil perritos más que lo observaban tan fijamente como él a ellos. El perrito comenzó a mover la cola y a levantar sus orejas poco a poco. Los mil perritos hicieron lo mismo. Luego le ladró alegremente a uno de ellos. El perrito se quedó sorprendido al ver que los mil perritos también le sonreían y ladraban alegremente como él. Cuando se alejó del cuarto, se quedó pensando en lo agradable que le había resultado conocer el lugar y se dijo: «Volveré más seguido por aquí». Pasado un tiempo, otro perrito callejero ingresó en la misma habitación. A diferencia del primer visitante, al ver a todos los congéneres en el cuarto, se sintió amenazado, ya que lo miraban de manera agresiva, con desconfianza. Empezó a gruñir y vio, maravillado, cómo los otros mil perritos hacían lo mismo con él. Comenzó a ladrarles, y los otros también hicieron lo mismo ruidosamente. Cuando salió del cuarto, se dijo: «¡Qué lugar tan horrible! Nunca regresaré». Ninguno de los perritos exploradores alcanzó a reparar en el letrero instalado en el frente de la misteriosa mansión: «La casa de los mil espejos».

Antes de andar con un detector de manipuladores, detecta por qué eres un blanco para ellos. Esto nos lleva a las causas que provocan que te manipulen.

Tomado del libro Libre de la Manipulación, ©2014 por Carlos Mraida (ISBN:978-0-8297-6316-4). Usado con permiso de Editorial Vida.

