

La manipulation - 1/2

Dans la vie quotidienne, nous nous faisons manipuler, d'une part par les médias, mais d'autre part, et surtout, par son entourage (famille, soi-disant amis, collègues...), on peut trouver pleins d'autres formes de manipulation comme les sectes, les médecins... Cet article portera plus sur son entourage. Un test est proposé pour reconnaître ces perturbateurs.

La France va devenir le 1er pays à reconnaître la manipulation mentale comme un délit (qui peut avoir pour conséquence : 3-4 ans derrière les barreaux ET environ 147.100 euros d'amendes).

La manipulation se déroule souvent de la même manière, par la phase de séduction et de compliments, puis se termine par les humiliations qui peuvent conduire à la dépression et à la perte de confiance en soi.

Heureusement, certains arrivent tout de suite à s'en sortir en se vengeant d'une certaine manière ou la plupart du temps en "re-manipulant".

Pourquoi manipule-t-on

On manipule dès notre plus jeune âge, dès qu'on sent les faiblesses des autres, quand on est enfant on sait déjà comment se comporter avec l'un et pas avec l'autre. Souvent on le fait parce qu'on a un but précis, son importance peut varier (de mineur à "grave") par exemple un gamin pourra utiliser la pitié pour réclamer un jouet, ça ne prendra que quelques secondes, un ado, lui, est plus attiré par l'amour, il saura plaire, comment aborder, etc... Et pour certains qui ont la flemme de faire les devoirs sauront comment se procurer une copie déjà prête pour recopier (ce qui arrive très souvent), puis l'adulte s'intéresse plus au fric, il pensera plus à son héritage, à se marier, etc...

Certains manipulent constamment et en sont conscients. Ils ont des troubles psychologiques. Ils n'ont pas confiance en soi, il leur faut remplir des cases qui leur manquent, des stratégies à quoi se rattacher, et même un moyen de communication pour se faire valoir. La plupart du temps ces personnes ont elles mêmes des parents manipulateurs, un entourage qui l'a trop entourloupé, enfin chaque maladie a sa signification. Le manipulateur manque d'assurance en lui et donc son seul moyen d'exister est d'écraser les autres pour se sentir supérieur.

Les plus connus

Les personnages des Liaisons dangereuses de Laclos, Merteuil et Valmont, elle, veut se venger d'un amant qui l'a quitté donc utilise Valmont et Cécile Volanges (et bien d'autres), Valmont est juste un grand séducteur qui réussit à rendre folle la présidente de Tourvel (avant elle, il s'attaquait aux plus faciles). Ces personnages sont repris dans Cruel Intentions, où le scénariste a rajouté un psy qui n'arrête pas de mentir à Valmont.

Dans la série des Wild Things (Sexe crimes VO Fr.), on découvre des personnages vraiment sans cœur qui pense qu'au fric et au sexe. Très bien, mais il faut suivre leurs plans vraiment imprévisibles...

On peut utiliser la manipulation de façon positive, par exemple dans Vanity Fair, Reese Witherspoon joue une fille orpheline très pauvre en Angleterre qui monte petit à petit dans l'échelle sociale en utilisant son intelligence et son enthousiasme, rien qu'une erreur et c'est l'échec. Comme le jeu d'échec, soit c'est court et on gagne tout de suite, soit c'est long et la partie devient difficile (avec 2 ou 3 pions).

Et bien sur, les personnages historiques, tels que Nicolas Machiavel, les dictateurs, que personne n'a pas arrêter ... Hitler, Staline, etc... Ils ont pu électriser un bon nombre de personnes...

Comment reconnaître un manipulateur

Vous saurez les démasquer ; et si 10 critères sont affirmatifs vous en faites parti, mais il ne faut pas prendre ça à la lettre, une personne qui est égocentrique n'est pas forcément manipulatrice, enfin c'est assez dur de

La manipulation - 2/2

distinguer, mais ça se sent (c'est le feeling !!!! ;) plus vous en connaîtrez plus vous les reconnaîtrez plus facilement, mais ne soyez pas si sûres de vous, les vrais sont de vrais comédiens=hypocrites !!!!!!!

1. Il culpabilise les autres au nom du lien familial, de l'amitié, de l'amour, de la conscience professionnelle
2. Il responsabilise sur les autres
3. Il ne communique pas clairement ses demandes, ses besoins, ses sentiments et opinions
4. Il répond très souvent de façon floue
5. Il change ses opinions, ses comportements, ses sentiments selon les personnes ou les situations. Il utilise des raisons logiques pour déguiser ses demandes
6. Il fait croire aux autres ce qu'il souhaite.
7. Il met en doute les qualités, la compétence, la personnalité des autres : il critique sans en avoir l'air, dévalorise et juge
8. Il fait faire ses messages par les autres
9. Il sème la zizanie et crée la suspicion, divise pour mieux régner
10. Il sait se placer en victime pour qu'on le plaigne
11. Il ignore les demandes même s'il dit s'en occuper
12. Il utilise les principes moraux des autres pour réaliser ses vœux
13. Il menace de façon déguisée, ou fait du chantage
14. Il change carrément de sujet au cours d'une conversation
15. Il évite ou s'échappe d'un entretien, d'un meeting
16. Il mise sur l'ignorance des autres et fait croire en sa supériorité
17. Il ment
18. Il prêche le faux pour savoir le vrai
19. Il est égocentrique
20. Il peut être jaloux
21. Il ne supporte pas la critique et nie les évidences
22. Il ne tient pas compte des droits, des besoins et des désirs des autres
23. Il utilise souvent le dernier moment pour ordonner ou faire agir
24. Son discours paraît logique ou cohérent alors que ses attitudes répondent au schéma opposé
25. Il flatte pour vous plaire, fait des cadeaux, se met soudain aux petits soins pour vous
26. Il produit un sentiment de malaise ou de non-liberté
27. Il est parfaitement efficace pour atteindre ses propres buts mais grâce à autrui
28. Il nous fait faire des choses que nous n'aurions probablement pas fait de notre propre gré
29. Il fait constamment l'objet des conversations, même lorsqu'il n'est pas là

Petit conseil

Alors ouvrez vos yeux, apprenez à être diplomate (pour ne pas dire hypocrite, mais pour se protéger) et à dire "Non". Le manipulé est très sensible, il a peur de décevoir, de se sentir rabaisser par rapport aux autres et trouve important l'opinion publique, donc se laisse influencer pour être bien. Si vous venez de vous faire manipuler, réfléchissez, rappelez vous comment votre ennemi a réussi à vous affaiblir, retenez la leçon, et petit à petit, trouvez un moyen pour le surpasser, comme ça vous aurez retrouvé votre dignité ! :))

Et ceux qui sont déjà "expert" en manipulation, pensez plus à aider et à faire le bien autour de vous, ça rapporte plus...