

Instrumentele manipulării

Părintele MPN pune totul în mișcare pentru a-și controla anturajul. El, maestrul manipulării, ce face pentru a crea această dependență?

Cum își controlează părinții MPN copiii?

În cazul unui cuplu, manipularea este disimulată, ea se instalează progresiv, încet, dar sigur. Anumite momente din viață, în care suntem mai fragili, deschid uneori calea către o manipulare totală și discretă, care apare fără ca măcar să ne dăm seama. Există anumite faze ale manipulării care nu trebuie considerate ca o suită în care trecem de la o etapă la alta fără a ne întoarce la precedentă. Fazele manipulării trebuie văzute ca un cerc fără sfârșit. Părintele MPN poate trece de la una la alta foarte repede. În general, are o fază de „lună de miere” mai pronunțată la începutul relației, pentru ca peștele să muște momeala mai bine. Voi face un scurt rezumat al etapelor manipulării în cadrul cuplului, cu scopul de a ajuta persoanele care ar putea gândi (sau spune) despre o victimă că „dacă a decis să rămână, înseamnă că-i place”. Trebuie să-i ajutăm pe cei din jur să înțeleagă și să nu mai critice, întrucât aceste cuvinte exprimă o judecată. Nu e de niciun folos să critici, dar să înțelegi, da. Iată fazele manipulării:

- *Luna de miere*: acest moment este numit și „faza seducției”. Partenerul MPN copleșește victima cu iubire, făcând să se instaleze un atașament puternic și creând o dependență afectivă. Orbește prin ceea ce face, prin intensitatea pe care o dă acestei noi povești și sentimentelor pe care le evocă. Promite o viață extraordinară, în care partenera va fi răsfățată, adulată și elogiată. Relația și, prin intermediul ei, persoana MPN acaparează tot spațiul, ocupă în mod constant spiritul în așa fel încât victima nu mai poate gândi sau respira fără el. E ca un drog emoțional care te face complet dependent. E atât de frumos și neașteptat, încât este greu de crezut că ar putea ascunde intenții rele. Partenerul MPN se prezintă ca un salvator, dar și ca victimă, povestind toate greutățile prin care a trecut și creionând un portret deloc flatant al tuturor persoanelor cărora le-a căzut sârmanul victimă.
- *Devalorizarea*: încetul cu încetul, își arată adevărata față. Odată ce simte că dependența afectivă s-a instalat, își începe masivul proces de distrugere. Devalorizează și slăbește în așa hal, încât victima ajunge să-l creadă: ea nu valorează nimic, ba chiar mai puțin de atât în lipsa lui. Ca să-i amintească acest lucru, creează un sentiment de dependență „făcând totul pentru cealaltă persoană”. Acest lucru îi permite să aprindă în mintea partenerei convingerea că nu reprezintă nimic fără el. Este elementul declanșator. Încrederea în sine, stima de sine, capacitatea de a analiza, spiritul critic sunt afectate. Mai mult, după o ceartă (violentă), trece din nou prin faza lunii de miere. Poți înnebuni. În plus, victima începe să se îndoiască de ea însăși și de sănătatea sa mentală, care poate nu e prea grozavă, dacă manipulatorul o spune.
- *Izolarea*: manipulatorul nu dă dovadă de niciun pic de milă. Anturajul victimei nu este bun, după spusele lui. Nu-i plac

prietenii, nu-i place familia, nu-i plac colegii și preferă să-i evite. În consecință, și persoana manipulată îi va evita, pentru a se feri de furia acestuia, de insultele, violența și/sau amenințările sale. Sau pentru a-i face pe plac. Sau, pur și simplu, victima va fi convinsă că partenerul ei are dreptate.

Iată etapele manipulării în cadrul cuplului. Aceste etape se amestecă și se repetă. De altfel, în loc de „etape” ar trebui să le numim „caracteristicile” manipulării. Luna de miere revine după fiecare criză, izolarea se face progresiv și în același timp cu devalorizarea. Imaginați-vă acest proces între un copil și părintele său. Faza numită „luna de miere” este, evident, oarecum diferită. Nu e nevoie ca părintele să-și „seducă” copilul. Totul e gata făcut, cum se zice! Trebuie, în cel mai rău caz, să fie amabil din când în când. Oferind daruri (otrăvite), organizând o activitate simpatică din când în când. Cum aceste activități sunt rare în mod obișnuit, ele au cu atât mai multă valoare în ochii copilului. Și mai ipocrit, deci.

Copilul crește în acest climat, pe care îl consideră normal, și nu se va îndoi (sau o va face mai târziu) de părintele său. Părintele MPN dispune așa cum vrea de cheile regatului interior al propriului copil. Își cunoaște copilul, care are încredere în el, care-i împărtășește lucruri prețioase, pe care le va putea folosi apoi împotriva lui. În cazul unui copil, sarcina unui părinte MPN este mult mai ușoară. Instrumentele pe care le folosește cu copilul său sunt aceleași ca și într-un cuplu. Să enumerăm câteva¹.

¹ Găsiți lista completă a instrumentelor în lucrarea lui Antoine Spath, *Cum să nu te mai lași manipulat*, Leduc. S, 2015.

Darul otrăvit

În cazul manipulării în cuplu, plouă cu cadouri, unele având o valoare foarte mare. „E o adevărată nebunie“, vă spuneți când primiți un asemenea dar. În cazul unui părinte MPN care face un cadou copilului său, situațiile pot fi foarte variate și paradoxale. Un astfel de părinte, foarte generos în aparență este, de fapt, foarte meschin (în general). Cadourile pe care le va face nu sunt decât un instrument menit să inducă sentimentul de obligație, ca și cum ați avea o datorie în plus față de el. Astfel, nu este o raritate ca un părinte MPN să dăruiască un bun imobiliar copiilor săi. Dacă nu are mijloacele necesare, poate „oferi“ o sumă mare de bani în scopul achiziționării unui bun.

De exemplu, Jacqueline și Philippe, cuplu tânăr, îi împărtășesc tatălui fetei dorința lor de a-și cumpăra un apartament. Acesta le-a propus cu generozitate să îi ajute financiar. Cuplul a ales să-l pună la curent cu viziunile pe care le programaseră, ca să meargă împreună. Până în ziua în care... tatăl lui Jacqueline nu s-a prezentat la o vizionare, pentru că apartamentul nu-i plăcea. Cei doi au contactat apoi „binefăcătorul“. A urmat o conversație pe parcursul căreia (după ce au înghițit otrava) tatăl lui Jacqueline a clarificat regulile pe care le presupunea acest ajutor financiar.

Tinerii trebuiau să verse integral salariile în contul tatălui lui Jacqueline, care urma să le administreze banii, el urmând să le dea bani de buzunar pentru cheltuielile zilnice. Oferta de la început nu era decât o metodă de a-i controla și de a-i face dependenți de el.

Într-o altă manieră, mama MPN a lui Thierry i-a oferit posibilitatea de a locui într-un apartament, în același imobil în care locuia și ea. Imobilul ei, de fapt. Evident, Thierry a acceptat această propunere. Dar, foarte repede, mama sa a început să își facă simțită prezența din ce în ce mai mult în viața lui, intrând și ieșind

din apartamentul în care acesta locuia fără să-l anunțe. Ce putea face Thierry? Chiar dacă nu a fost conștient de situație de la bun început, i-a fost imposibil să-i traseze o serie de limite mamei sale după „tot ce făcuse pentru el”. Situația devenise, evident, de nesuportat. Până la punctul în care nu mai exista cale de întoarcere.

Aceste exemple vă arată modul în care cadourile unui părinte MPN pot fi cu adevărat otrăvite. Mai întâi, pentru că vă induc acest sentiment de îndatorare, determinat de un discurs subtil, dar culpabilizant. Apoi, cu cât cadoul are o valoare mai mare, cu atât manipularea va fi mai amplă și mai ușor de instalat. Cadourile nu sunt decât un instrument în plus ca să-i controleze pe copii, ca să-i îndatoreze, să-i facă dependenți și să aibă putere asupra lor. Mare grijă dacă nu faceți alegerea pe care părintele vostru MPN o consideră cea mai potrivită. Vă va face rapid să simțiți că poate nu ați fi meritat acest cadou.

Deseori, cadourile părintelui MPN reprezintă o modalitate de a-și întreține imaginea socială. În cazul unui cadou imobiliar, va profita ca să-și etaleze generozitatea. Interlocutorii nu vor putea răspunde decât cu: „Of, ce mi-ar fi plăcut ca părinții mei să-mi facă un astfel de cadou!” Nu numai că-și manipulează copilul, dar, în plus, își creează imaginea unui părinte iubitor și generos. Pentru el beneficiile sunt multiple.

Chiar și în cazul unui cadou mai modest, părintele MPN nu va rata ocazia să vă reamintească gestul său. Vă va induce o stare de tensiune permanentă și vă va amplifica sentimentele de vinovăție și de îndatorare pe care le resimțiți.

Lingușeala excesivă

Complimentele, laudele, frazele care mângâie egoul îi servesc părintelui MPN pentru a obține de la ceilalți ceea ce-și do-