

2 ГЛАВА

Струны души

На чем играют манипуляторы?

У каждого человека есть комплексы, привитые родителями-«селекционерами» с детства. Это наши струны, на которых может сыграть каждый. Сначала это было выгодно родителям — так им легче было управлять. Потом это закрепилось и осталось на всю жизнь.

Давайте рассмотрим самые распространенные струны, на которых играют манипуляторы.

Страх

Страхи (фобии) есть у любого человека. У кого-то они явны, у кого-то малозаметны, у кого-то запятаны очень глубоко. Кто-то боится закрытого пространства, кто-то — темноты или одиночества. Есть люди, которые боятся животных (змей, крыс, скорпионов). Есть те, кто боится высоты или глубины. Бояться можно не только за себя, но и за других. Например, за ребенка.

Многие люди очень боятся угроз. Манипулятор «на страхе» понимает, что через угрозу добиться своей скрытой цели более вероятно, чем через какой-либо другой мотив.

Страхи идут из детства. Именно в детстве нам передавали страхи люди, которые нас воспитывали: дедушки, бабушки, папы, мамы. Эти люди прибегали к запугиванию, чтобы добиться желаемого: ребенок не лез к розетке, не свешивался из окна, не заплывал на

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

глубину, не ходил в темную комнату, не брал в руки животных. Хорошо, если в ребенке развивается осторожность. А если страх?

Потом возникают более серьезные страхи: страх смерти, страх болезни, страх потери имиджа, страх быть несчастным, страх за будущее. Многие взрослые идут на поводу у своего страха, когда им говорят: вот не сделаешь того-то, то потеряешь то-то.

Как противостоять манипулятору «на страхе»? Прежде всего, ничего не бояться. Хотя бы в момент манипуляции нужно забыть про свой страх. На время забыть.

Чаще всего угрозы не исполняются. Манипулятору только и надо, чтобы человек испугался «здесь и сейчас». Он не собирается напрягаться ради реализации своей угрозы, а уж тем более — чьей-то еще. Для этого у него нет мотивов.

Справедливость

Каждый человек хочет, чтобы всегда и везде торжествовала справедливость. Но какая она — справедливость? У каждого своя.

Иногда можно услышать вырвавшееся из чьих-то уст: «Но это несправедливо!» Манипулятор хочет указать адресату на то, что он что-то говорит или делает несправедливо. Вопрос только в том, несправедливо для кого? А поскольку у каждого своя справедливость, то, что для одного справедливо, для другого, может быть, и нет. Уточняйте, для кого справедливо, если слышите эту фразу. Не исключено, что несправедливо только для манипулятора. Потому что это «просто ему не понравилось». Не думайте, что он такой уж борец за вселенскую справедливость. Ведь если вам это кажется справедливым, причем здесь все человечество?

Вина

В жизни довольно часто одни дают оценку другим. Иногда эта оценка бывает такой «тяжеловесной», что человек начинает испытывать чувство вины. «Ты подвел не только меня, но и всех из нашей группы», или «Ты виноват в разрыве наших отношений», или «Ты плохой работник!». Подобные фразы можно довольно часто слышать в обычной жизни. Чтобы понять, есть вина или

нет, сначала надо понять: «а судьи кто?». Часто на человека воздействуют так с определенными намерениями, весьма и весьма корыстными.

Я спрашиваю у своих клиентов-руководителей: «Как вы считаете, что является более классным по исполнению — умение нагружать ответственностью или умение снимать чувство вины?» Отвечают по-разному. Для кого-то очень важно нагрузить подчиненного ответственностью. Некоторые даже не понимают, почему это от них уходят люди. Им и невдомек, что у всех разные возможности. Кто-то может выдержать много ответственности, а кто-то может быть раздавлен и той минимальной нагрузкой, которую ему дают. Не все понимают, что снимать чувство вины полезно и важно. За это человек может быть очень благодарен, а это уже мотив к хорошей работе в будущем.

Манипуляторы любят управлять своими адресатами через чувство вины. Это неприятно. Но иногда объект манипуляции настолько раздавлен виной, что теряет возможность анализировать и понимать, что есть что. Очень жаль, что некоторые родители (чаще матери) руководят своими детьми-подростками, опираясь на чувство вины. Они не понимают, что, нагружая неокрепшие детские души, сами рушат отношения с ними.

Как противостоять такому манипулятору? Не оправдываться. Помните: «правый не доказывает, доказывающий не прав». Будьте уверены в себе, своих мыслях и действиях. Тогда ни один манипулятор вам не страшен.

Гордость

Гордость за свою страну. Гордость за свою семью. Гордость за себя. Это — неплохо. Но ведь это слабость человека, которая делает его уязвимым.

Есть одна разновидность гордости — гордыня. Религия считает величайшим из грехов именно ее. «Я никогда перед ним не извинюсь. Он этого не заслуживает» или «Я никогда не попрошу у него ничего. Не дождется». Считать себя выше своего ближнего — гордыня.

Это, несомненно, слабость. Манипуляторы тонко чувствуют гордыню и используют ее для достижения своих целей.

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Желание казаться значимым

Один из самых распространенных психологических комплексов. Люди обижаются на высказывания «Ты дурак», «Ты тупица». Они обижаются или расстраиваются по поводу любой нелестной оценки, прозвучавшей в их адрес. Люди готовы биться насмерть, если их называют «козлами». Это все происходит оттого, что в детстве каждый из нас «сканирует» модель поведения других по поводу любого обзывательства в их адрес.

Гоняются, дерутся, делают обиженный вид, добиваются отказа от этих слов. И все это работает. Потом дети вырастают, а стереотипы поведения остаются.

Каждый хочет расти, возвышаться, превосходить, побеждать. У некоторых это получается, у других — не очень, третьи не могут добиться ничего. Во всех сидит эта «заноза», и лишь немногие могут с ней справиться, не обращая внимания на слова. Ведь обидные слова могут звучать по разным причинам: из-за плохого настроения («мне плохо, пусть и ему будет плохо»), из-за комплекса неполноценности, из-за желания унижить. Но чаще из-за желания заставить человека «вибрировать». Именно в таком состоянии можно легко взять его под собственное управление.

Новизна

Есть люди, во всем стремящиеся к новизне. К новизне в ощущениях и окружении, новизне в знаниях и вещах, новизне в эмоциях и связях, новизне в информации и удовольствии. Но в каждом есть стремление к какой-то своей уникальной новизне. Даже самый закоренелый консерватор имеет «свою» новизну.

Любители новизны никогда не будут носить старую одежду, никогда не будут жить больше десяти лет в одной квартире, никогда не будут работать больше пяти лет на одной работе, никогда не будут жить в браке с одним человеком всю жизнь. В этом их оригинальность. В этом и их слабость, на которой могут играть манипуляторы.

Порядочность

Порядочность — от слова «порядок». Порядочный человек точно знает (во всяком случае, ему так кажется), что хорошо и что плохо.

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Он считает, что плохо поступать нельзя. В этом и есть его «порядок». В этом и есть его слабость.

Одной-единственной — объективной — порядочности не существует. У каждого из нас она своя. Мы оцениваем действия человека и считаем его порядочным, если это совпадает с нашим представлением о порядочности.

Порядочные люди «ловятся» проще всего на простой фразе: «Это так непорядочно с вашей стороны». В этот момент у человека в голове происходит что-то невообразимое. Его обвинили в том, что он считает для себя главным. Кошмар! Его «бортовой компьютер» начинает лихорадочно перебирать все качества, которые для него значимы. Из-за звучащей струны «аналитический центр» дает сбой, и «порядочный» человек попадает в зону управления манипулятором.

Патриотизм

Манипуляторы, играющие на патриотических чувствах, понимают, что делают. Это чувство можно развить настолько мощно, что человек не задумываясь пойдет отдавать свою жизнь за страну.

Два червя ползают по навозу. Один другому:

— Пап, почему одни наши родственники живут в яблоке, другие в груше? А мы — все в навозе да в навозе.

— Это Родина твоя, сынок!

Патриотизм в сфере бизнесе довольно развит. Вот примеры фраз руководителя-манипулятора: «Ты подводишь команду», «Это не соответствует нашей корпоративной культуре», «Сделай хоть что-нибудь полезное для фирмы». Справиться со звенящей струной патриотизма можно путем контролирования эмоций, ведения информационного диалога. (Приемы и техники защиты будут рассмотрены в главе 4.)

Мужественность у мужчин

Женщина легко может манипулировать мужчиной, используя тему мужественности. Ей достаточно сказать: «Да ты не мужик, ты тряпка какая-то». При этом тон должен быть уверенным и на-

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

пористым. Все! После этой фразы мужик взрывается. Это значит, что он не очень-то уверен в себе, чтобы мирно воспринимать такие обвинения в свой адрес. Или идет и тупо доказывает обратное. А «мудрой» женщине только этого и надо. Либо «бац» — в обморок.

Если кому-то кажется, что не все мужчины ведутся на щипок по струне «мужественность», так ведь и не каждый мужчина считает себя таковым. И это нужно учитывать.

Защищаться от подобного рода манипуляции лучше либо приемом «Уточнение», либо конфронтацией.

Женственность у женщин

Если мужчина ведется на дерзкую критику, то женщина поддается манипуляции, когда ее начинают хвалить. «Умница, красавица» (хотя, конечно, правильнее — «красавица, умница»). А если добавить: «добрая, сексуальная, хозяйственная»... Все, от этих слов она млеет. Не зря говорят, что женщины любят ушами.

Эротика (секс)

Если почти все манипуляции можно нейтрализовать обычным эмоциональным мониторингом, то с эротикой все сложнее на порядок. Так уж природой заведено, что при любом общении мужчина неосознанно воспринимает женщину, а женщина мужчину как сексуального партнера. Ни один «твердолобый» начальник не устоит против сексапильной красотки-манипулятора. Глазами, плечами, движениями бедер она увлечет за собой любого. И тот, ничего не понимая, окажется с ней в постели. Потом выясняется, что это было сознательно подстроено. Компромат! И теперь с «дядей» можно делать «что хошь». Даже искушенные Индиана Джонс и Джеймс Бонд попались на удочку.

Спасет от такого манипулятора только бегство или мощнейший контроль эмоций.

«Слабо»

Я уже приводил пример, как главный герой фильма Спилберга «Назад в будущее» попадал в разные непростые ситуации благо-

[>>>](http://kniga.biz.ua)

даря всего лишь одному комплексу, от которого страдал: его брали на «слабо».

Распалая самолюбие, любого можно захватить в тиски манипуляции: «Ну-ну, докажи-ка, что ты сильный (смелый, решительный, быстрый, обаятельный, умный...)».

На «слабо» чаще ведутся мужчины. Видимо, поэтому они всю свою жизнь проводят в поисках доказательств. Женщины редко доказывают. Они просто верят. И эта вера делает их сильными.

Защититься от «слабо» лучше психологическим айкидо или жестким контролем эмоций.

Мечь

К мести манипулятор подводит жертву, играя на струне справедливости. «Ну-ну, он, значит, тебя так, а ты... Ему, значит, можно, а тебе нельзя? Давай, иди, докажи, что ты...» И человек, подстегиваемый жаждой справедливости, вдруг загорается желанием мстить. Мстить долго, упорно, пока...

Чтобы защититься от манипулятора, сначала надо справиться со струной справедливости. Контроль эмоций, психологическое самбо, проясняющий диалог — то, что вам поможет.

Зависть

Зависть способна на многое. Она порождает революции, толкает людей на подвиги и преступления. А возникает она очень просто. Кто-то вдруг говорит такую фразу: «Я не понимаю, почему у него должно быть больше, ведь я ничем не хуже». Все. Можно сказать, что зерно зависти посеяно. Человек, принявший такие слова близко к сердцу, растит в своей душе семя зависти.

Нужно различать черную зависть и белую. Черная зависть обычно сильнее и разрушительнее. Белая зависть часто становится стимулом к развитию, самосовершенствованию и созиданию. Черная — медленно и верно разрушает человеческую душу. Иногда, если вовремя ее не обнаружить, она может разрушить и целую жизнь.

Манипуляторы, разжигающие зависть, рассчитывают на то, что смогут сделать человека своей жертвой, предложив ему согласиться