

Говоря о манипуляции, давайте для начала дадим определение этому понятию.

Итак в Википедии можно наткнуться на следующее определение: «Манипуляция - это угнетение личности, при этом, поскольку человек желает верить в то, что хочет приобрести (знания, опыт, материальные блага), угнетение может достигаться через "ложь в которую хотят верить"».

Оксфордский словарь английского языка трактует манипуляцию как «акт влияния на людей или управления ими с ловкостью, особенно с пренебрежительным подтекстом, как скрытое управление и обработка».

Изданный в 1969 г. в Нью-Йорке «Современный словарь социологии» определяет манипуляцию как «вид применения власти, при котором обладающий ею влияет на поведение других, не раскрывая характер поведения, которое он от них ожидает».

Человек, взаимодействуя с окружающими, взаимодействует с сознанием других людей, так или иначе влияя на их поведение, но сознательная манипуляция начинается с того момента, когда манипулятор ставит для себя цель манипуляции.

Короче говоря, когда человек хочет достигнуть определенного результата для себя при общении с другим и без ведома другого, побуждая собеседника на определенные шаги, то мы называем такое действие манипуляцией.

Блестящий пример манипуляции мы можем видеть в фильме "Адвокат дьявола". Перед главным героем (Киану Ривз) стоят 2 задачи: быть с больной женой или продолжить вести дело в суде. С помощью простой манипулятивной комбинации шеф главного героя (Аль Пачино) делает так, что герой Киану Ривза предпочитает работу смертельно больной жене, думая при этом, что это полностью и целиком его собственное решение...

Как же часто люди сталкиваются с таким явлением? Да сплошь и рядом. Как часто вы слышите дома : « Вот я так устаю, так устаю, а ты приходишь бог знает когда!», на работе : « Иван Иванович, ведь вы руководитель такого уровня, без вас я не могу принять данное решение!», в компании друзей: « Ну что, слабо еще по 100 грамм, а?».

А ведь это примеры явной, достаточно грубой манипуляции. Но, с другой стороны, каков был бы мир, если бы мы все прямо озвучивали свои желания и мысли? Только представьте себе что бы люди слышали:

- Дорогой, я ведь ради нового колье и лазурного цвета Бентли готова терпеть твою лысину, пивное брюхо, хамство и разницу в возрасте в 20 лет. Я тебя терпеть не могу, но ради твоего чудесного бумажника уж так и быть, здесь подпиши наш брачный договор, Котик!

- Иван Иванович! Я настолько боюсь ответственности, что хочу что бы вы сами отдувались за этот проект, а то что мне платят так много, так это вполне нормально, иначе зачем я вообще сюда хожу!

Мда, не очень как то все это радует, правда? Так где же грань между влиянием, манипуляцией, ложью и искусством общения? Как противостоять манипуляции?

Самый простой способ это разобраться в себе, знать все свои слабые места, все свои комплексы и страхи. Ведь ловкий манипулятор пользуется именно вашими слабостями. Будьте ясны самому себе, не приукрашивайте портретик, и тогда вы вряд ли окажетесь в чужом капкане.

Узнать больше о видах манипуляции и способах защиты от манипулятивных техник вы можете по ссылке [http://www.alteregotraining.ru/trainings\\_15.htm](http://www.alteregotraining.ru/trainings_15.htm)