

El Chantajista



Son hábiles
manipuladores...

Sólo desean salirse
con la suya...

con lo que ellos
quieren...



SIEMPRE, COMPULSIVAMENTE



Cuando se salen con la
suya nos rodean de una
reconfortante intimidad



cuando no lo consiguen,
apelan a las amenazas o
nos hunden bajo el peso
de la culpa y los
remordimientos



*a menudo ni siquiera son
conscientes de lo que
hacen*



muchos parecen
encantadore(a)s,
sufrido(a)s y en modo
alguno amenazadore(a)s.



Casi siempre es alguien concreto:

la pareja, un progenitor,

un hermano,

un amigo(a),

el jefe...



Con estas personas nos sentimos
desconcertados e ineficaces:
nos manejan de lo lindo.





nos relajamos en la
transitoria ilusión
de seguridad
que hemos creado
al ceder,
al “complacer” para...

Para evitar conflictos,

para no discutir,

para tener paz,

para que estemos bien,

para que no te enojes,

para que no te vayas...



PUEDE SER SUTIL
O VEHEMENTEMENTE:



Así seremos
felices y no
habrán
problemas...

No habrán problemas



¿De Acuerdo?

Felices y sin problemas



RECUERDA:



PARA SENTIRME
SEGURO(a)

TE NECESITO
CONTROLAR
SIEMPRE...

Estos casos de manipulación
suelen etiquetarse como
mala “comunicación”.

¿Cierto?



Mala “comunicación”.

FALSO



son luchas por el poder.



Me voy,
no me quieres

la fuente de fricción no corresponde al modo de comunicación



Si me quisieras bajarías tú la basura

sino a que una persona
se salga con la suya
a costa de la otra siempre.



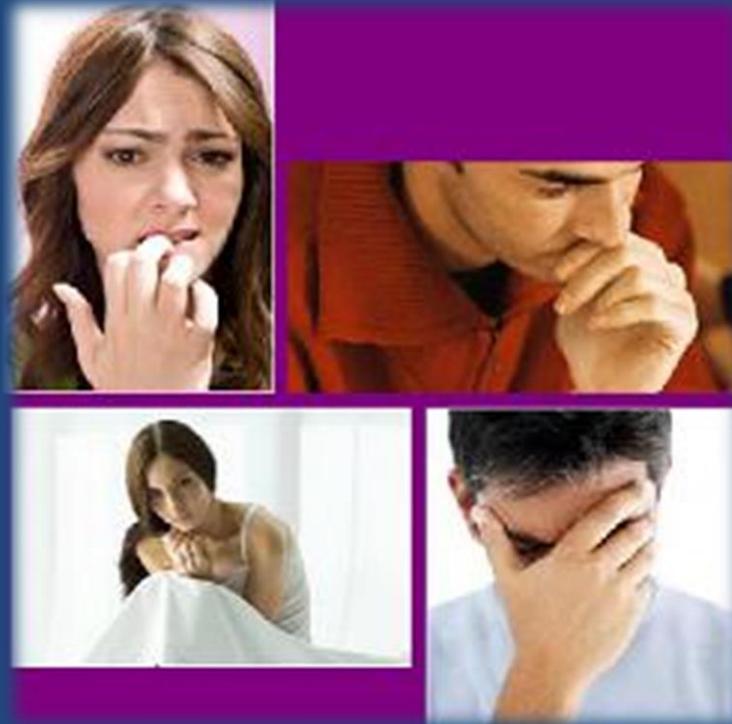
La existencia del chantaje emocional no significa que la relación esté condenada.



necesitamos asumirlo sin rodeos y corregir el comportamiento que nos provoca dolor para sentar bases más sólidas, más sanas, más dignas.



El Chantaje emocional es una poderosa forma de someter a otro(s)...



#1. Por Miedo





¿Nos llevan a pensar
que hemos vuelto a perder,
que siempre cedemos?



¿Por qué no
podemos decir
lo que sentimos?



**¿Nuestra
opinión no
cuenta?**

#2. Por Culpa



¿Nuestro sufrimiento

no importa?



#3. Por Obligación



*Otra vez hemos renunciado a lo que
queremos para satisfacer a otro y no
sabemos como actuar.*



Nos están manipulando
BRUTALMENTE
por alguna de estas tres emociones:
Miedo, Culpa y Obligación



*Muchas veces nos someten
por las tres a la vez:
Miedo, Culpa y Obligación*



Nos hacen sentir derrotados,
IMPOTENTES



¡Claro!



iy aquí nadie gana!



Golpea íntimamente

