



Mensen die anderen bewust onder druk zetten, hebben doorgaans niet in de gaten hoeveel leed ze veroorzaken.

# Manipulatie

G. van Veldhuisen,  
Waarde  
K.J. Nipius,  
Ooltgensplaat

**Binnen de Particuliere Synode Zuid (Zeeland en Goeree-Overflakkee) is Stichting Hulpverlening (aan psychisch zieken) actief. Aan het woord zijn de pastoraal werker en een bestuurslid.**

**W**at is manipulatie? Mensen passen dit bewust en onbewust toe. Is dat erg? En zo ja, waartoe kan het leiden? En hoe hiermee om te gaan?

## Huilend kind

*De jongste loopt hard huilend door de kamer. Het kind schopt tegen de bank. 'Ik wil naar o-o-o-pa!' Boos optreden van moeder helpt niet. Het kind blijft hard krijsen. Liefdevol in de armen nemen, helpt ook al niet. Moeder begint rade-loos te worden.*

Ieder mens heeft persoonlijke grenzen. Als een onbekende naar hele intieme onderwerpen vraagt, zul je dat als ongepast ervaren. De onbekende gaat daarmee over jouw grens. Als het echter je beste vriendin is, ben je mogelijk zelfs beledigd als zij niet naar intieme onderwerpen zou vragen. Juist het uitwisselen van deze zaken geeft een hechte relatie. In de situatie van wederzijds vertrouwen ervaren we een andere persoonlijke grens. De beleving van onze persoonlijke grens is dus afhankelijk van de mate waarin er vertrouwen in elkaar is.

Juist het uitwisselen van intieme zaken geeft een hechte relatie.

Als iemand jouw persoonlijke grens niet respecteert en ook je signalen niet opvolgt, leidt dat voor jou tot persoonlijk ongemak. Je persoonlijkheid komt daarmee onder druk te staan. Je durft mogelijk steeds minder jezelf te zijn en steeds minder van jezelf te laten zien. Het kan zover komen dat je jezelf ook in vertrouwde situaties afsluit. Je komt in een sociaal isolement terecht en wordt eenzaam. Als dit langdurig is en voortgaat, kan dit leiden tot opname en daarmee behoort het tot het aandachtsgebied van onze Stichting.

Je komt in een sociaal isolement terecht. Je wordt eenzaam.

## Gemanipuleerd worden

We bezien het eerst vanuit de persoon die gemanipuleerd wordt. Als je geen veilige thuissituatie hebt, als gezins- of familieleden langdurig jouw grenzen overschrijden, kan dat tot beschadiging leiden. De schade kan zeer groot zijn. De wonden zijn diep en het vertrouwen om je open te stellen, gaat steeds meer ontbreken. En zou je toch proberen om je open te stellen, dan zul

je contact met anderen snel als te intens en te heftig ervaren. De meest logische reactie is om je dan weer af te sluiten. Het is een situatie waarin professionele hulp onmisbaar nodig is. Een veilige situatie is nodig om te herstellen, een veilige situatie met liefdevolle en begripvolle mensen.

## Bewust manipuleren

Mensen die anderen bewust onder druk zetten, hebben doorgaans niet in de gaten hoeveel schade en leed ze veroorzaken. Dat is heel triest. Vaak ontbreekt het deze mensen aan invoelingsvermogen. Ze gaan maar door. Vaak zijn deze mensen zelf hermetisch afgesloten voor gevoelens van zichzelf en van anderen. Als dit uw omgeving is, zorg dan voor bescherming en voor regelmatige adempauzes. Een bescherming kan zijn om tegen uzelf te zeggen: 'Hij (of zij) heeft gewoon niet door wat het met mij doet'.

## Onbewust manipuleren

Veel mensen manipuleren onbewust. Ze hebben het zelf niet in de gaten. Ze draven door met het aangeven van hun mening. Ze willen eigenlijk altijd hun gelijk halen. Ze willen bevestiging horen en vinden het moeilijk om sorry te zeggen. Ze willen hun stempel drukken. Mogelijk dat deze mensen toch te bereiken zijn, als er krachtig en feitelijk wordt aangegeven dat ze onbewust jouw grenzen overschrijden. Ook een kind kan onbewust manipuleren door afwisselend te huilen, te lachen, te schreeuwen of weg te lopen. Wees dan consequent, rustig en duidelijk in wat je verwacht.

Mogelijk dat deze mensen toch te bereiken zijn.

## Pastoraal

Wordt u gemanipuleerd? Wordt over u heengelopen? Worden uw persoonlijke grenzen overschreden? Wat kan dat een grote strijd zijn, zeker als dat dagelijks voorkomt. Misschien heeft u geprobeerd om staande te blijven en om van u af te bijten. Misschien lukt het nauwelijks meer en bent u zeer vermoeid. Zoek professionele hulp. Dat kan enige verlichting geven. En vergeet vooral niet dat we God mogen bidden om Zijn ontferming en om kracht. De Heere kan zelfs deze weg gebruiken om u bij Hém te brengen, tot eeuwig heil en zegen. Ambtsdragers, probeer uw gemeentelieden liefdevol en luisterend bij te staan. Bid samen om levenskracht, levensmoed en vooral levensgenade.