

Vous pouvez tromper certaines personnes tout le temps, et tout le monde une partie du temps, mais vous ne pouvez pas tromper tout le monde tout le temps.

Abraham Lincoln,  
16<sup>e</sup> président des États-Unis  
(1809-1865)  
Lincoln a mené la nation à travers la guerre civile américaine et a réussi à préserver l'Union, à abolir l'esclavage, à renforcer le gouvernement fédéral et à moderniser l'économie américaine.

**MÉRITE  
EXCELLENCE  
INTELLIGENCE**

WebTechPublishing.com

Les citations, textes courts et photographies de cet ouvrage demeurent la propriété exclusive des auteurs concernés.

## LA MANIPULATION MENTALE

*Un extrait du livre MÉRITE, EXCELLENCE, INTELLIGENCE, proposant des questions, des réflexions et des réponses pour aider les lecteurs à déplacer leur attention de la diversité, de l'équité et de l'inclusion (DEI) vers un accent mis sur le mérite, l'excellence et l'intelligence (MEI).*

*Nous sommes parfois confrontés à une certaine catégorie de personnes, à savoir les manipulateurs. Ces individus sans scrupules utilisent généralement diverses stratégies de manipulation mentale pour influencer les choix et les décisions de leurs victimes. Chaque individu étant unique, il est possible que nous rencontrions des manipulateurs et des personnes épuisantes. Ces individus, souvent sans scrupules, utilisent diverses stratégies de manipulation mentale pour influencer les choix et les décisions de leurs victimes, allant jusqu'à contrôler leur vie.*

Le président Lincoln, au cours de sa vie et pendant la guerre de Sécession américaine, avait remarqué cette malveillance. Dans l'une de ses allocutions, il mentionnait que l'on peut tromper certaines personnes tout le temps, et tout le monde une partie du temps, mais on ne peut pas tromper tout le monde tout le temps.

Soyez vigilant, car nul n'est isolé de cette menace. La manipulation mentale est une forme d'influence visant à contrôler ou altérer les pensées, comportements ou émotions d'une personne sans son consentement éclairé. Cette pratique peut avoir des effets dévastateurs sur vous, votre entourage et la société dans son ensemble.

La manipulation peut éroder la confiance en soi et la capacité de prise de décision de la victime. Une manipulation constante peut entraîner des niveaux élevés de stress et d'anxiété, ainsi que des problèmes de santé mentale à long terme. La victime peut également devenir dépendante du manipulateur pour l'approbation et le soutien.

Vous pourriez être surpris de constater à quel point vous pouvez être séduit par la flatterie, menacé ou même subir du chantage et servir de bouc émissaire.

Le défi ici est de faire face à cette manipulation psychologique. Pour cela, il est essentiel de comprendre que les communications interpersonnelles sont vitales pour la vie sociale. Il est important d'être à l'écoute pour déceler les stratégies des manipulateurs. Gardez à l'esprit que le pouvoir du manipulateur réside dans l'exploitation de la vulnérabilité et la manipulation des émotions.

Il faut également prendre en compte le vampirisme psychologique qui draine l'énergie des gens. Par exemple, le narcissique manque d'empathie et a une capacité limitée à aimer inconditionnellement. Si vous ne faites pas les choses à sa façon, il devient répressif, fait preuve de retenue ou entretient des relations tendues. Il est aussi important de reconnaître les stratégies du victimisé, du contrôlant, du bavard et de la reine du drame.

En fin de compte, la manipulation mentale peut entraîner des répercussions profondes et durables, tant au niveau personnel que sociétal. Soyez sur vos gardes, car les manipulateurs et les vampires psychiques sont tout autour de vous et peuvent devenir dangereux pour vous et vos proches.

Dans un contexte politique, la manipulation de masse peut influencer les opinions et comportements électoraux, compromettant ainsi le processus démocratique.

Dans le chapitre LA MANIPULATION MENTALE, vous découvrirez des stratégies pour prévenir l'épuisement, améliorer vos relations et augmenter votre niveau d'énergie. Cela implique d'évaluer votre environnement, de reconnaître les personnes qui vous stimulent positivement et d'identifier celles qui épuisent votre énergie.

- Quelles sont les formes de manipulation ?
- Quelles sont les caractéristiques des manipulateurs ?
- Comment identifier un manipulateur ?
- Existe-t-il plusieurs techniques de contrôle mental ?
- Quelles sont les conséquences pour les victimes ?
- Comment se débarrasser de la manipulation psychologique ou du lavage de cerveau ?
- Le vampirisme psychologique

Nous interagissons constamment avec un large éventail de personnes dans notre vie quotidienne. Parmi elles, nous pouvons rencontrer un type particulier d'individus : les manipulateurs. Ces individus rusés utilisent souvent diverses techniques de manipulation psychologique pour influencer les choix et décisions de leurs cibles. Pour réussir votre stratégie (MEI), il est essentiel de maîtriser l'art d'identifier ceux qui utilisent la flatterie comme outil de manipulation.

---

*Pour télécharger cet article ainsi que les précédents, visitez WebTech Publishing ([www.webtechpublishing.com](http://www.webtechpublishing.com)) et cliquez sur l'image verte (e-NewsLine).*

*Pour en savoir plus sur la façon d'élaborer votre stratégie (MEI), visitez WebTech Management and Publishing Incorporated ([www.webtechmanagement.com](http://www.webtechmanagement.com)) et cliquez sur l'image bleue (Wise whiZ) en bas à droite de l'écran.*

---

### **Disponible :**

Ce livre de développement personnel de 350 pages, publié par WebTech Publishing, est disponible en ligne sur [www.lulu.com](http://www.lulu.com) . Pour plus de détails, visitez [www.webtechpublishing.com](http://www.webtechpublishing.com) .

### **À propos de l'auteur**

En plus de son travail d'auteur, Germain Decelles est stratège en gestion du changement. Fort de plus de 40 ans d'expérience en affaires et en conseil, il a travaillé sur des marchés locaux et internationaux dans un large éventail de secteurs, notamment le commerce de détail, la distribution, les technologies de l'information et des communications, le transport, l'industrie manufacturière, les services financiers et les organisations gouvernementales.

Autres publications de Germain Decelles :

- ISO Pour Tous
- Le manuel d'information ISO
- Le guide de préparation ISO
- La gestion du changement en affaires
- La gestion de projet d'affaires
- Le changement POUR TOUS
- Change your future, now!
- My success is your success.
- Mon succès est votre succès.



## Information

Impression et distribution : <http://www.lulu.com>

Disponible pour les bibliothécaires via le groupe de contenu Ingram : <https://www.ingramcontent.com>

- Format papier: MÉRITE, EXCELLENCE, INTELLIGENCE – ISBN 978-1-7388000-9-4
- Paperback format: MERIT, EXCELLENCE, INTELLIGENCE – ISBN 978-1-7388000-8-7
- Prix : (\$32.20 us - \$45.16 ca - 29.18 Euro)



## Contact Presse

Germain Decelles

WebTech Management and Publishing Incorporated  
17 Marien Avenue, Montréal, Canada  
H1B4T8

514-575-3427

[decelles@webtechpublishing.com](mailto:decelles@webtechpublishing.com)

[www.webtechpublishing.com](http://www.webtechpublishing.com)