

EL CHANTAJE EN ADULTOS MAYORES

Lucía Legorreta de Cervantes

Última actualización: 13 Septiembre 2017

No es un tema fácil el hablar sobre el chantaje que ejercen algunos adultos mayores hacia sus hijos y familiares. He decidido tocarlo después de varios comentarios recibidos por quienes viven esta situación.



De que se trata? De hombres y mujeres que aprovechan su avanzada edad y su delicado estado de salud para lograr que cumplan sus exigencias como condición para seguir en buena armonía.

“Desde que mi mamá vive con nosotros, la familia se ha visto afectada cuando voy de visita a casa de mis padres nunca sé a qué hora voy a salir, ya que me piden siempre más y más mi padre está

enojado y de mal humor aún con sus nietos todo el día”, son algunos de las afirmaciones que he escuchado.

Y como hijos, el no acceder a sus caprichos nos produce un malestar profundo que poco a poco se va enquistando hasta transformarse en rencor.

Es una situación delicada, pero también común. Se trata del llamado “chantaje emocional”, el cual es “una forma de control, que utiliza la culpa y otros sentimientos para lograr que la gente actúe de acuerdo a los deseos del manipulador” (en este caso los hijos o familiares).

El mensaje oculto es: “si no me das lo que deseo, vas a sufrir o eres muy malo y egoísta, porque me haces sufrir a mí”. Se utilizan los sentimientos como valor de cambio.

Y surgen frases tales como: “¿es que ya no me quieres, con todo lo que he hecho por ti?.eres un mal hijo o hija y no valoras lo que yo te he dado no me ayudes, sé que soy una carga para todos ustedes, etc. etc.

Te invito el día de hoy a que reflexiones si eres un adulto mayor que está manipulando y chantajeando a tus familiares, o bien eres tú la víctima de esta situación.

¿Cómo saberlo? He aquí algunos comportamientos:

- Amenazan con volverte difícil la vida si no haces lo que quieren.
- Te dicen o dan a entender que se abandonarán, se harán daño o se deprimirán si no haces lo que quieren.
- Siempre quieren más por mucho que les des.
- Habitualmente ignoran o no hacen caso de tus sentimientos y aspiraciones.
- Hacen generosas promesas que están supeditadas a tu comportamiento y rara vez las cumplen.
- Te tratan de egoísta, malo, interesado, insensible o descuidado cuando no cedes.
- Se deshacen en alabanzas cuando cumples sus caprichos y las retiran cuando te mantienes firme.
- Utilizan el dinero como arma para salirse con la suya.

Si esto está sucediendo dentro de tu casa, debemos de detenerlo. Son tácticas sutiles que utilizan nuestros adultos mayores o bien tú estás utilizando para hacer su voluntad. Se trata de un chantaje emocional que puede convertirse, sino es que ya lo es, en una enfermedad crónica.

El chantajista provoca malestar, angustia, miedo o culpa, para obtener lo que desea de las personas. Causa grandes daños en las relaciones familiares.

Por el otro lado, sino la familia no cede se siente culpable porque el adulto mayor se presenta como la víctima, se enoja fácilmente y como consecuencia agrede o amenaza verbalmente a quien está a su cargo o lo ha acogido; les quita el dinero, la ayuda o cualquier otra cosa que dependa de él; o

bien, se autocastiga, dejándose de cuidar (por ejemplo no tomar sus medicinas o seguir su dieta si está enfermo)

El chantajista emocional no actúa por maldad. Si bien es egoísta, es sumamente inseguro y tiene miedo a perder el cariño y la atención de la gente que lo rodea. Sin embargo, no acepta su inseguridad ni sus temores. Al contrario, trata de hacernos creer que somos nosotros quienes lo necesitamos, por lo que debemos mantenerlo contento para que no se aleja.

¿Qué hacer?

Si actúas como víctima, pregúntate que es lo que te impide decir "NO", poner límites o pedir un trato diferente. Si es tu papá o tu mamá debes de establecer límites y exigir un respeto por lo que estás haciendo.

Evita en la medida de lo posible a las personas que tratan de manipularte, pero no trates de cambiarlas. Y si no has podido lograrlo, busca ayuda profesional.

Y si estás actuando como manipulador, piensa porque no puedes pedir lo que deseas de una manera clara, directa y con cariño. Debes aprender formas más adecuadas de pedir y expresar tus deseos, sentimientos y preferencias. ¿Qué es lo que te da miedo? ¿Qué necesitas para actuar de una manera diferente? ¿Cómo podrás lograrlo?

Las relaciones donde se da una manipulación emocional, pueden mantenerse cerca físicamente, sobretodo si son entre padres e hijos, pero emocionalmente acaban separadas por el enojo y el resentimiento.

Y esto definitivamente NO VALE LA PENA. Haz algo ahora mismo!

¿Cuál es tu opinión?