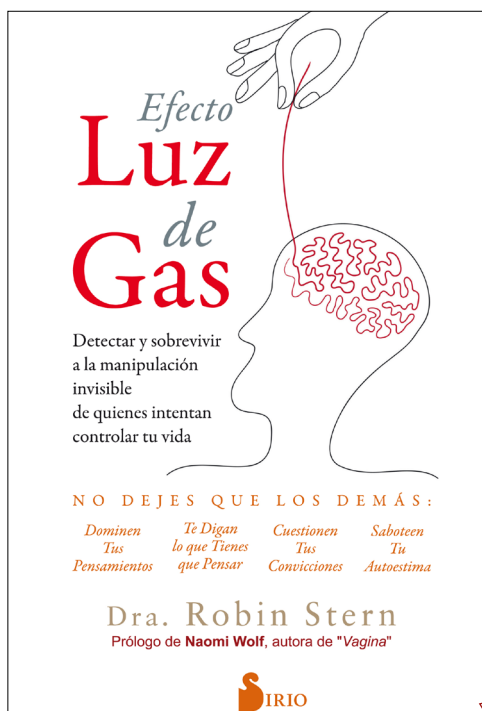


“GUÍA PARA RECONOCER SI ESTÁS SIENDO VÍCTIMA DE UN TIPO DE ABUSO PSICOLÓGICO LLAMADO EFECTO LUZ DE GAS. INCLUYE CLAVES PARA LIBERARTE DE ESTAS RELACIONES TÓXICAS”



La autora

La **Dra. Robin Stern** es directora adjunta del Centro para la Inteligencia Emocional de la Universidad de Yale e investigadora del Centro de Estudios sobre el Niño en esta misma universidad. Es psicoanalista y tiene más de treinta años de experiencia en terapias individuales, familiares y de pareja. Ha colaborado en la creación de RULER, el enfoque del Centro Yale para llevar la Inteligencia Emocional a las instituciones. También trabaja en el Colegio para Profesores de la Universidad de Columbia, y es autora de dos libros: *Efecto Luz de Gas* y *Project Rebirth*.



CLAVES DE VENTA

- ✓ Obra pionera en el abordaje de la manipulación y el control emocional.
- ✓ El efecto luz de gas es una forma de abuso sutil que afecta principalmente a las mujeres.
- ✓ Claves para reconocer este tipo de relación tóxica y cómo salir de ella.
- ✓ Muchos lectores masculinos descubrirán también sus propias luchas para liberarse de esa clase de relaciones tóxicas.
- ✓ Prólogo de Naomi Wolf, autora de *Vagina*.

TAGS

PSICOLOGÍA// NARCISISMO// ABUSO // “ME TOO”//
RELACIÓN TÓXICA// MALTRATO PSICOLÓGICO//
CODEPENDENCIA// AUTOESTIMA

Título: *Efecto luz de gas. Detectar y sobrevivir a la manipulación invisible de quienes intentan controlar tu vida*

Título original: *The Gaslight Effect*

Autora: Dra. Robin Stern (prólogo de Naomi Wolf)

P. sin IVA: 13,41 €

PVP: 13,95 €

Tamaño: 15 x 23 cm

Nº págs: 358 aprox.

IBIC (Materia): JM

BISAC: FAM052000

Encuadernación: Rústica

Categoría: A

ISBN: 9788417399443



Sinopsis

Tu marido se ha pasado de la raya coqueteando en una cena, cuando hablas con él te aconseja ser menos insegura y controladora... Tras una larga discusión, te acabas disculpando. Tu madre menosprecia la ropa que usas, tu trabajo y tu novio, en vez de reaccionar, te preguntas si tendrá razón.

Abre los ojos, *El efecto luz de gas*, es una forma de maltrato sutil y perverso que se ejerce de forma continua, mediante un acoso constante que busca desgastar la autoestima y la confianza en sí misma de la víctima —mujer, en la mayoría de los casos— hasta el punto de anularla. Es una forma de violencia psicológica devastadora en la que, quien la sufre, llega a sentirse culpable de las conductas tóxicas del maltratador.

Son diversas las formas en las que puedes estar siendo sometida a la luz de gas: supeditas la opinión que tienes de ti misma a la aprobación de tu pareja, temes errar en tareas domésticas o disculpas constantemente el comportamiento de tu cónyuge ante los demás. Te cuesta tomar decisiones y dudas de ti misma... Te sientes triste y agotada.

Libros relacionados:

