

煤气灯效应 识别并摆脱情感操控



作者：（美）罗宾·斯特恩作；郑文文译

出版社：北京：中国对外翻译出版公司

出版日期：2025.01

总页数：284

介绍：煤气灯效应作为一种情感虐待和控制的手段，其操控者可以是男性或女性、伴侣或恋人、老板或同事、父母或兄弟姐妹。它利用的是我们心中最深层的恐惧、最焦虑的念头，以及最渴望被理解、欣赏和爱的愿望，不断瓦解一个人的自尊，即便是最自信的人也逃不过它的魔掌。罗宾斯特恩博士所著的《煤气灯效应》是关于本概念的经典心理学著作，帮助无数的读者找回了自尊。无论是你，还是某个你认识的人正在煤气灯操控中苦苦挣扎，这本书都能够帮助你不断反思、重新梳理并调整这段关系，或者彻底结束。同时，你一定要相信自己，你有能力、有权利改变这一切，重获新生，拥有更加美好的亲密关系。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/96372344.html>）查找全本阅读方式

煤气灯效应 识别并摆脱情感操控 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/96372344.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/96372344.html>

书名：煤气灯效应 识别并摆脱情感操控