

# Sumario

Introducción . . . . .	11
------------------------	----

## I. LA VIOLENCIA PERVERSA EN LA VIDA COTIDIANA

1. La violencia privada . . . . .	19
<i>La violencia perversa en la pareja</i> . . . . .	19
El dominio . . . . .	20
La violencia . . . . .	23
La separación . . . . .	31
<i>La violencia perversa en las familias</i> . . . . .	36
La violencia indirecta . . . . .	37
La violencia directa . . . . .	41
El incesto latente . . . . .	46
2. El acoso en la empresa . . . . .	47
<i>¿En qué consiste?</i> . . . . .	48
<i>¿A quién apunta?</i> . . . . .	50
<i>¿Quién agrade a quién?</i> . . . . .	51

Un compañero agrade a otro compañero . . . . .	51
Un superior es agredido por sus subordinados . . . . .	54
Un superior agrade a un subordinado . . . . .	55
<i>Cómo impedir que una víctima reaccione</i> . . . . .	55
Rechazar la comunicación directa . . . . .	56
Descalificar . . . . .	56
Desacreditar . . . . .	57
Aislar . . . . .	58
Las novatadas . . . . .	58
Inducir a error . . . . .	59
El acoso sexual . . . . .	59
<i>El punto de partida del acoso</i> . . . . .	60
El abuso de poder . . . . .	60
Las maniobras perversas . . . . .	63
<i>La empresa indulgente</i> . . . . .	68
<i>La empresa que fomenta los métodos perversos</i> . . . . .	72

## II. LA RELACIÓN PERVERSA Y SUS PROTAGONISTAS

3. La seducción perversa . . . . .	79
4. La comunicación perversa . . . . .	85
<i>Rechazar la comunicación directa</i> . . . . .	85
<i>Deformar el lenguaje</i> . . . . .	87
<i>Mentir</i> . . . . .	89
<i>Utilizar el sarcasmo, la burla y el desprecio</i> . . . . .	90
<i>Utilizar la paradoja</i> . . . . .	93
<i>Descalificar</i> . . . . .	96
<i>Divide y vencerás</i> . . . . .	97
<i>Imponer autoridad</i> . . . . .	98
5. La violencia perversa . . . . .	101
<i>El odio se muestra</i> . . . . .	101
<i>La violencia actúa</i> . . . . .	103
<i>La víctima está acorralada</i> . . . . .	105
6. El agresor . . . . .	109
<i>La perversión narcisista</i> . . . . .	110
<i>El narcisismo</i> . . . . .	111

<i>El paso a la perversión</i> . . . . .	113
<i>La megalomanía</i> . . . . .	113
<i>El vampirismo</i> . . . . .	115
<i>La irresponsabilidad</i> . . . . .	117
<i>La paranoia</i> . . . . .	118
7. La víctima . . . . .	121
<i>La víctima como objeto</i> . . . . .	121
<i>¿Se trata de masoquismo?</i> . . . . .	123
<i>Sus escrúpulos</i> . . . . .	125
<i>Su vitalidad</i> . . . . .	128
<i>Su transparencia</i> . . . . .	128
III. CONSECUENCIAS PARA LA VÍCTIMA Y AYUDA PSICOLÓGICA	
8. Las consecuencias de la fase de dominio . . . . .	133
<i>La renuncia</i> . . . . .	133
<i>La confusión</i> . . . . .	134
<i>La duda</i> . . . . .	135
<i>El estrés</i> . . . . .	136
<i>El miedo</i> . . . . .	137
<i>El aislamiento</i> . . . . .	137
9. Las consecuencias a largo plazo . . . . .	139
<i>El choque</i> . . . . .	139
<i>El desequilibrio</i> . . . . .	140
<i>La separación</i> . . . . .	142
<i>La evolución</i> . . . . .	143
10. Consejos prácticos para la pareja y la familia . . . . .	147
<i>Identificar</i> . . . . .	147
<i>Actuar</i> . . . . .	149
<i>Resistir psicológicamente</i> . . . . .	149
<i>Hacer que intervenga la justicia</i> . . . . .	149
11. Consejos prácticos para la empresa . . . . .	153
<i>Identificar</i> . . . . .	153
<i>Encontrar ayuda en el seno de la empresa</i> . . . . .	154
<i>Resistir psicológicamente</i> . . . . .	155

<i>Actuar</i> . . . . .	156
<i>Hacer que intervenga la justicia</i> . . . . .	158
El acoso moral . . . . .	158
El acoso sexual . . . . .	159
<i>Organizar la prevención</i> . . . . .	160
12. La ayuda psicológica . . . . .	163
<i>Cómo curarse</i> . . . . .	163
La elección del psicoterapeuta . . . . .	163
Nombrar la perversión . . . . .	165
Liberarse . . . . .	166
Desembarazarse de la culpabilidad . . . . .	166
Sustraerse al sufrimiento . . . . .	168
Curarse . . . . .	169
<i>Las distintas psicoterapias</i> . . . . .	170
Las psicoterapias cognitivo-conductistas . . . . .	170
La hipnosis . . . . .	171
Las psicoterapias sistémicas . . . . .	172
El psicoanálisis . . . . .	174
Conclusión . . . . .	175
Bibliografía . . . . .	177