

# Gaslighting. La invisible violencia psicológica

## Gaslighting. The invisible psychological violence

Jaime Sebastián Galán Jiménez<sup>1</sup> y María del Rocío Figueroa Varela<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidad Autónoma de San Luis Potosí, México.

<sup>2</sup>Universidad Autónoma de Nayarit, México.

---

### Resumen

La violencia física es una de las más investigadas en los campos de la salud debido a que sus características y efectos son innegables. Pero la violencia psicológica puede pasar desapercibida por ser un acontecimiento mucho más sutiles y tener manifestaciones que no siempre son evidentes. Uno de los términos que permitirán desvelar nuevos elementos en la violencia psicológica es el gaslighting, mismo que no se considera completamente esclarecido como constructo psicológico, razón por la que se emprendió una revisión teórica. Método: se realizó una revisión sistemática con la herramienta CONRICyT y Google Académico haciendo una revisión de 302 artículos de los cuales sólo el 10% se logró utilizar debido a que el resto de los artículos se encontraban relacionados con otros campos o presentaban características para incrementar la definición teórica del constructo. Conclusión: gaslighting es el proceso intencional para hacer pensar a una persona que está perdiendo la cordura mediante la negación, la mentira, uso de falsa información y descalificación de los sentimientos y percepciones de la persona que es víctima del gaslighting, entre otras características y consecuencias.

**Palabras clave:** Violencia psicológica, Gaslight, Manipulación, Pareja, Invisibilización.

### Abstract

Physical violence is one of the most researched in the fields of health because their characteristics and effects are obvious. But psychological violence can go unnoticed for being a much more subtle event and has manifestations that are not always obvious. One of the terms that will reveal new elements in the psychological violence is gaslighting, so far it has not been considered fully clarified as psychological construct, reason why a theoretical review was undertaken. Method: A systematic review with the CONRICyT tool and Google Scholar brought back a total of 302 articles that were reviewed, among them only 10% remain in our research because most of them were related to other fields or did not had features useful to increase the theoretical definition of the construct. Conclusion: gaslighting is a systematic and intentional process that drives a person to believe that he or she is losing his/her sanity; it works through denial, lying, use of false information and disqualification of feelings and perceptions of the person who is the victim of gaslighting, among other characteristics and consequences.

**Key words:** Psychological violence, Gaslighting, Manipulation, Couple, Invisibility.

---

### Introducción

De acuerdo al Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2015), en México el 63% de las mujeres de más de 15 años afirman haber vivido algún incidente de violencia, este porcentaje aumenta hasta 68% en mujeres de entre 30 y 39 años y resalta que el 47% de las mujeres han vivido violencia con su actual o última pareja durante su relación. Estos altos índices, en lo general, aducen a violencia física y verbal.

En el Artículo 6 de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, se especifica que la violencia psicológica es cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica de una persona, estos comportamientos pueden llevar a la víctima hasta el suicidio (Cámara de Diputados, 2015).

---

Recibido: 2 Septiembre 2016 / Aceptado: 20 Noviembre 2016

Correspondencia:

Jaime Sebastián Galán Jiménez, Universidad Autónoma de San Luis Potosí. E-mail: psic.sebastiangalan@gmail.com

María del Rocío Figueroa Varela. Universidad Autónoma de Nayarit. E-mail: marofiva@hotmail.com

La violencia psicológica consiste en una serie de actitudes en las cuales el agresor busca dominar y someter a una persona por medio de sus emociones. Este tipo de violencia muchas veces se encuentra invisibilizada y se reconoce a través de sus manifestaciones como enfermedades y desestructuración psíquicas, enfermedades psicosomáticas, depresión y tiene como elementos el abuso verbal, económico, el aislamiento, la intimidación, las amenazas, desprecio y abuso emocional, la negación, minimización y culpabilización (Asensi, 2008), caracterizada por infundir temor (Artavia, 2013).

Osorio, Tani, Bazán, Bonechi y Menna (2012), consideran que el maltrato psicológico se muestra a través del dominio y aislamiento de otra persona, el controlar de su comportamiento y manera de vestir, las amenazas, agresiones o silencios, la intimidación o destrucción de objetos, el insulto, la humillación y la denigración. Por su parte Hidalgo (2011) agrega, que aquellas personas que han experimentado abusos, muchas veces son privadas de necesidades básicas como descanso o alimentación.

Blázquez-Alonso, Moreno-Manso, García-Baamonde y Guerrero-Barona (2012), clasifican los indicadores de maltrato psicológico según el nivel de expresión, en comportamientos manifiestos y comportamientos enmascarados. Las conductas oscilan desde los reproches, críticas, la trivialización o banalización de los daños, acusaciones y conductas destructivas, mismas que frecuentemente se encuentran en el maltrato psicológico en la pareja (Blázquez-Alonso, Moreno-Manso y García-Baamonde, 2012). Las más difíciles de visibilizar son precisamente los comportamientos de violencia psicológica enmascaradas, como la manipulación de la información, la existencia de negligencia afectiva, negación misma de la violencia o bien atribución a la víctima de la responsabilidad del episodio violento.

Hernández, Magro y Cuéllar (2014) apuntan que existe una invisibilización de la violencia psicológica y que se trata de una capaz de causar síntomas, desestructuración psíquica, consumo de sustancias e incluso puede conducir al suicidio; los autores afirman que es común encontrar un proceso que inicia con la negación de la víctima a la violencia ejercida por el agresor, generar un vínculo afectivo importante, posteriormente niega sus propias necesidades y finalmente permite la violencia física o psicológica. A su vez, Hernández et al. (2014) argumentó que el daño generado con las palabras que agreden, humillan, insultan o hacen sentir mal a las personas, así como confundir a la persona con intención, usar estrategias, poner en tela de juicio la cordura, el aislamiento o control, la intimidación y la amenaza, el daño a las pertenencias, la manipulación, la posibilidad de dañarse para amedrentar, hacer sentir inferior a la víctima, no considerarle en decisiones importantes, el uso de los hijos como ara y estereotipos machistas. El abuso económico, entre otros muchos ejemplos que vulneran a la persona sin contacto físico.

Como se puede observar en este listado de posibles comportamientos de maltrato psicológico, la persona violentada puede estar inmersa en una espiral en donde su juicio sobre la realidad que vive no es tomado en cuenta, por lo tanto, es comprensible que no encuentre salida a su problemática, pues incluso puede llegar a creerse que no hay problemática alguna, justificando la conducta del agresor.

Una de las manifestaciones enmascaradas de la violencia psicológica, en reciente estudio, es la denominada gaslighting. Arbach y Álvarez (2009) afirman que aún no se ha definido y comprendido la violencia psicológica por completo, por ello, en este documento se busca, ahondar en una de las manifestaciones menos visibles a los ojos de los jóvenes, primero a través de la revisión de este concepto, prosiguiendo con el análisis de información obtenida a través de un estudio de representación de la violencia en jóvenes universitarios.

## **Método**

Para realizar la investigación con base en la técnica de revisión sistemática se empleó el metabuscador del Consorcio Nacional de Recursos de la Información Científica y Tecnológica (CONRICyT) y en su búsqueda se agregó la palabra gaslight, arrojó un total de 1955 resultados de los cuales muchos se encontraban relacionados con el trabajo en ingeniería o la industria, por lo cual se procedió a realizar una búsqueda avanzada empleando

el condicionador AND y se agregó la variable psicología en su traducción al inglés, de igual forma se agregó el condicionador NOT con las palabras: ingeniería, intoxicación, energía, industria, comida, literatura y economía. Una vez determinada la base de datos a revisar se procedió a citar y referenciar únicamente aquellos artículos que proporcionaban una definición del constructo. De igual manera se procedió a repetir el procedimiento en Google Académico usando las mismas restricciones de palabras y asociaciones. De 180 artículos que se obtuvieron se procedió a su revisión.

## Resultados

El resultado de la búsqueda arrojó un total de 122 artículos de investigación científica que fueron revisados, aquellos que no se encontraron completos, no eran científicos o se trataba de una revisión de libro fueron excluidos de la revisión sistemática a fin de no generar sesgos por falta de información. Sólo 10 de ellos fueron útiles para el recorrido teórico. Es decir, sólo 9% de los artículos presentaban una definición, pertenecían a ramas psicológicas o psiquiátricas y no se repetían en el material encontrado.

Posteriormente de los 180 artículos arrojados por google se procedió a revisar de igual forma, clasificar y cuantificar. En esta caso 22 de los artículos cumplieron con las características que se pretendía obtener, con un 12% de material para lograr extraer el concepto de gaslighting.

A continuación se presentan las definiciones y los datos en forma cronológica para posteriormente elaborar una conclusión general que brinde orden y coherencia a los hallazgos teóricos obtenidos. La forma de maltrato psicológico conocida como gaslighting, mismo que se presentará desde su primera aparición en la literatura científica y psicológica, hasta los más recientes artículos relacionados, este recorrido permite delimitar y reconocer la evaluación del concepto a fin de lograr un constructo teórico para su estudio en los colectivos sociales.

Barton y Whitehead (1969), publican un artículo titulado *The gas-light phenomenon*, en el cual presentan tres casos para ilustrar cómo en las clínicas psiquiátricas, múltiples parejas y familiares pretendían que la persona a quien llevaban a consulta pareciera tener una psicopatología grave como alcoholismo o esquizofrenia, y en donde se concluye que es de suma importancia analizar a profundidad cada reporte de enfermedad mental, a fin de verificar su autenticidad. Bajo esa misma perspectiva, se retoma el concepto propuesto y Cawthra, O'Brien y Hassanyeh (1987) presentan un nuevo caso en el cual se muestra el fenómeno de gaslighting descrito.

El nombre *gas-light*, refiere al antecedente de una obra de teatro de Patrick Hamilton que se adaptó a la película con nombre equivalente, dirigida por George Cukor. En este filme el protagonista trata de volver loca a su esposa a través de una luz de gas. Los autores retoman un diálogo en el cual el personaje principal, niega estar mintiendo y le hace pensar a ella que imagina cosas.

Es hasta el trabajo de Zemon y Nicols (1988) en que se comienza a definir con mayor profundidad el fenómeno de *gaslight*, este trabajo aclara la ocurrencia del fenómeno en casos clínicos y, en la población en general, en parejas que habían vivido una infidelidad. En estos últimos casos el hombre negaba lo que ocurría a su pareja, convenciéndole de que no tiene fundamentos y ella está imaginando cosas.

Los comportamientos del victimario por gaslighting son la negación y descalificación de sus sentimientos y percepciones. Además, manipulan las emociones provocando en las víctimas: culpa sobre sí mismas en relación a la problemática de la pareja; sensación de que están perdiendo la cordura; aflicción acompañada de negación; pánico y enojo como parte del duelo de saber acerca de la infidelidad; racionalización masculina, pues se le hace pensar a la persona que, en las circunstancias de la pareja, cualquier hombre haría lo mismo.

Esto, en conjunto con las mentiras y los múltiples esfuerzos para culpar a la víctima, logran muchas veces cubrir el suceso de infidelidad. Los autores afirman que es común que en la terapia psicológica se pueda etiquetar de manera errónea al gaslighting y confundirle con celos, inseguridad o masoquismo, y si bien, confirman los

autores que el fenómeno puede ocurrir de mujeres a hombres, es mucho más común por las características de la crianza, que sea a la inversa, y que sea una de las violencias de género más comunes.

Por su parte Kendall (1991), atribuye el término de *gaslight* a Florence Rush quien lo empleó para describir un atentado intencional para destruir la percepción de la realidad de otro y posteriormente su propia cordura. La autora considera que en múltiples formas las mujeres han sido víctimas del *gaslighting* con relación al síndrome premenstrual, al atribuírsele como la razón por la cual una mujer interpreta como adversa una situación de violencia de género. Es decir, cuando una mujer se enoja, frustra o siente impotencia, se considera que no hay una situación externa o real que le esté agrediendo y se le atribuye a dicho síndrome o a otra alteración hormonal como la menopausia, la percepción del suceso, por lo que “imagina” que está siendo violentada. Lo anterior permite negar la realidad y naturaleza de lo ocurrido o del impacto del suceso, en la realidad cotidiana de la violencia de género inherente a la sociedad patriarcal.

Jacobson y Gottman (1998) plantean el *gaslight* como una técnica que niega la realidad de manera sistemática, incluso refutando acciones que el mismo ejecutor haya acometido, argumentando que no corresponden o no son congruentes con su personalidad y que la perturbada mente de la víctima está imaginando lo acontecido. Si además se añaden métodos de aislamiento y maltrato, hacen que se dude de la propia cordura, lo que representa un acto de abuso que permite ganar control mental sobre la víctima.

Vingoe (2000) estudia sobre hipnosis y sus efectos, entre los cuales señala al *gaslight* como un procedimiento extremo para perturbar emocionalmente a alguien, un abuso psicológico que le hace llegar al límite de la cordura. Esa cercanía con la locura afirma el autor.

Shaw (2005) considera que el *gaslighting* se refiere a la subordinación que presentan las víctimas en relaciones de pareja en las que se vive violencia física. Añade que incluso se encuentran confundidas sobre la importancia de la violencia verbal o emocional. Ejemplifican que las personas suelen pensar que quizá están inventando cosas, o que pueden estar exagerando la gravedad de las situaciones de violencia.

Allen (2008) retrata múltiples características del *gaslighting* en las cuales se destaca a una persona que cree ser incapaz de tomar decisiones socialmente aceptables y se considera mentalmente incompetente. Quien vive el *gaslight* puede rechazar o reposicionarse si se encuentra con las intenciones del desinformante. Apunta que una persona que ha vivido *gaslight* puede encontrarse alienada.

Fleming-Holland (2009) y Blázquez-Alonso, Moreno-Manso y García-Baamonde (2010 y 2012) describen la violencia de pareja en relación al maltrato psicológico entre los cuales ubican al *gaslighting* dentro de la categoría de culpabilización, mismo comportamiento que aparece en sexto lugar precedido, por desvalorización, hostilidad, indiferencia, intimidación, disposición de conductas y antecede de bondad aparente; maltrato que varía de acuerdo a las edades y periodo de la pareja.

En el sentido de la psicopatía subclínica Pozueco, Moreno, Blázquez y García-Baamonde Sánchez (2013) ubican a este fenómeno en las relaciones de pareja, especialmente en victimarios hombres con rasgos psicopáticos que, al utilizar la manipulación y explotación, cosifican a las víctimas y no presentan señal de remordimiento.

En la tesis de Hidalgo (2011) el término *gaslighting* se emplea como sinónimo de “volver loco” (*Crazy-making*) que se refiere a una forma malintencionada para generar confusión dirigida hacia la pareja. Se hace referencia que las estrategias empleadas por los victimarios son la mentira, atribuir la culpa a la pareja, manipular su mundo y minimizar las vivencias o declaraciones, rechazando los eventos reales e incluso los daños generados previamente a la pareja. “Los ‘moretones’ provenientes del abuso psicológico y emocional son muchas veces invisibles” (p. 10) y casi siempre cuando el abuso físico ha ocurrido, hay un patrón de maltrato psicológico previo.

Florio (2012) añade detalles a la definición del gaslighting como fenómeno de manipulación mental, encuadrando a todo comportamiento y técnica que busca destruir a la víctima y ataca a su salud mental, causándole problemas psicosomáticos y psicológicos. Le llama proceso de envenenamiento psicológico. Considera que las víctimas de este tipo de violencia no son conscientes de su situación y por tanto se ve afectada su autoestima y generan un estado de dependencia y entrega hacia su agresor. Quien realiza el gaslighting emplea una comunicación confusa que enmascara su hostilidad, emplea silencios hostiles, quejas, bromas hirientes o humillantes para desestabilizar a la otra persona, la cual, con el tiempo termina por creerse responsable de lo que ocurre en la relación y deviene en un estado depresivo.

Pacheco (2012) parte de la idea de que se pretende destruir la percepción del otro mediante el gaslighting; a través de un tratamiento sociopático, la persona explota a los demás y niega el daño que realiza, haciéndoles creer las mentiras que dice. Por ello, las mujeres en caso de recibir atención psicológica por algún tipo de violencia, tienen dificultad para definir cuál es su realidad y tomar alternativas que les permita alejarse de la situación violenta.

Roberts y Carter (2013) definen al gaslighting como una forma de abuso en la cual se manipula el entorno físico o mental de la víctima y le hacen pensar que lo que ocurre es parte de su imaginación, incluso puede llegar a controlar la percepción de la realidad de la víctima manteniendo una posición de autoridad. Estos autores proponen una situación socio-histórica del gaslighting en la historia de los educadores afroamericanos. Definen gaslighter como la persona o grupo que manipula la realidad y se beneficia de ello. Esto implica a parejas, terapeutas, médicos, figuras políticas, etcétera. Añaden el término gaslightee que alude a la persona afectada y de la cual se busca obtener beneficio.

En estos procesos de ejercicio de poder se encuentran implicados los objetos de manipulación como son los servidores de salud, medicamentos, sucesos, colegas, entre otros. Las consecuencias pueden ser físicas, psicológicas, sociales o financieras; como la pérdida de bienes, pensamientos suicidas, difamación o internamiento psiquiátrico. Quien realiza el gaslight siempre persigue una meta egoísta. Por tanto, estos eventos (en particular los socio-históricos) deben combatirse mediante: 1) retirar o disminuir la ganancia del gaslighter, 2) convencer a los gaslightees de que están siendo atacados y motivarlos a detener la manipulación o 3) colocar los objetos de manipulación para empoderar e independizar a la persona que vive dicha situación (Roberts y Carter, 2013).

### **Gaslighting en la violencia de pareja**

Existen varios estudios en donde se revisa este tipo de violencia psicológica que se suscita en la relación de pareja en la última década.

Crump (2012) plantea que 60% de las personas viven violencia económica y psicológica en su relación actual de pareja, y 40% sólo psicológica en Estados Unidos de Norteamérica. Esta violencia psicológica es descrita como:

Agresión verbal, intimidación, insultos, humillaciones, sabotear avances, inconsistencia arbitraria e impredecible con relación al vínculo emocional, gaslighting (presentar falsa información durante una discusión con la finalidad de hacer que la persona dude de su memoria con respecto al incidente previo), ignorar al acusado por semanas y meses mientras viven en la misma casa, y ataques verbales realizadas en persona, por email y/o mensaje de texto (p. 114).

Por su parte Pozueco, Moreno y Blázquez (2013a) presentan el gaslighting como la búsqueda de hacer perder la cordura a la pareja y ejemplifican cómo en una pareja, el victimario niega lo que ha dicho, o acusa a su pareja de imaginar cosas que realmente habían sucedido. Relacionan el fenómeno con la psicopatía, que presenta como rasgos la bondad aparente, locuacidad y manipulación. También le consideran como una forma de maltrato psicológico, que se puede identificar como humillaciones, críticas, descalificación, aislamiento, bloqueo social, control, reproches, entre otros.

Como parte del ciclo de la violencia de pareja, Salerno y Garro (2014) enmarcan al gaslighting, afirmando que inicia con una fase de tensión en la que se puede apreciar hostilidad y abuso emocional, posteriormente la fase de ataque en la cual puede haber violencia física, temor al abandono y situaciones de riesgo. A partir de ahí inicia el gaslighting,

que definen como un comportamiento manipulativo por parte del agresor que hace que la víctima dude de sí misma y su construcción o criterio sobre la realidad. En la última fase, denominada luna de miel, comienzan las disculpas, el jugueteo, las promesas de cambio y un reinicio del ciclo.

Hernández, Magro y Cuéllar (2014) retoman al gaslighting como una manipulación afectiva y emocional donde la víctima entra en “un estado de desorientación crónica mediante «comportamientos de emboscada», sometiéndola premeditadamente a «juicios sumarios» por cosas que supuestamente no ha hecho y debía haber hecho; por supuestas pérdidas de objetos, olvidos, etc.” (p. 33). Añaden que muchas veces las víctimas también viven relaciones sexuales forzadas, doblegación, intimidaciones, amenazas o coacciones, por tanto, consideran como tortura este tipo de violencia. El gaslighting entonces, es el soporte esencial para que el maltratador pueda proceder, pues obtiene control sobre la víctima al minar su autoestima “mediante un progresivo y lento proceso de adaptación paradójica a la situación de maltrato, demostrándole su poder y autoridad y produciéndole una permanente situación de indefensión aprendida, que propicia que la mujer valore la necesidad de permanecer sumisa e inmóvil frente al agresor, como única forma de escapar al castigo” (Hernández, Magro y Cuellar, p. 34). Esta violencia psicológica es invisible, causante de trastornos psicosomáticos, desestructuración psíquica, consumo de alcohol y medicamento no prescrito, e incluso puede conducir al suicidio.

Kate Abramson (2014) sobre el gaslighting añade que no debe ser considerado un fenómeno sexista, a su parecer tanto hombres como mujeres pueden ejercer y ser víctimas de él. Presenta múltiples ejemplos en los que el fenómeno ocurre y sintetiza en las expresiones “no es para tanto”, “es una locura”, “estás exagerando” como medios para negar, minimizar o reprimir las historias. La autora considera que el concepto se puede diferenciar de la proyección ya que se tiene siempre un objetivo consciente en el gaslight, estrategia que considera interpersonal, dirigida hacia una persona a quien le busca abolir toda posibilidad de inconformidad. La autora aporta una serie de estrategias que utilizan los gaslighters la primera herramienta que propone es el amor (porque pensamos que la persona amada nos conoce, desea nuestro bienestar y nosotros queremos su compañía y afirmación), la empatía (el contacto constante y cercano con el gaslighter y los mandatos de género femeninos), la ventaja de la manipulación, el poder o figura de autoridad del gaslighter (incluso hay quien emplea las construcciones de género de manera sexista a su favor), la duda personal, el sexismo y los daños, cuando el gaslighting ha funcionado bien, termina por despedazar a la persona que lo recibe, haciéndole dudar y perder su integridad moral incluso a hacer que la persona se pierda a sí misma.

Recientemente, Breiding, Basile, Smith, Black y Mahedra (2015) describen al gaslighting como sinónimo de juego mental, en donde se presenta falsa información a la víctima con la intención de hacerle dudar de su memoria y percepción. García-Baamonde, Blázquez y Moreno (2015) presentan los indicadores del gaslighting, como los comportamientos que buscan generar culpa en la víctima, acusaciones y maltrato psicológico. La inducción de dudas sobre la memoria, la percepción y la salud mental, así como negar o refutar la realidad, aunada al deslinde de la responsabilidad sobre la violencia ejercida.

Incluso Marway (2015) añade que en decisiones cruciales como el uso de anticonceptivos o aborto, las mujeres han vivido gaslighting, pues pueden estar bajo condiciones de manipulación que atañen negativamente su autoestima, influenciándoles para la toma de decisiones y disminuyendo su autonomía, esto incide en el cuestionamiento de sus deseos y valores, caso que no ocurriría así, en un contexto distinto.

Brashford y Leschziner (2015) afirman que a pesar de acuñarse el término de gaslight hace más de 40 años, hay poca descripción al respecto y la mayoría de datos recabados describen a personas que buscan manipular la opinión médica para que consideren que las víctimas presentadas no se encuentran cuerdas y así obtener una ganancia económica o desprenderse de ellas. Le equiparan al síndrome de Munchausen. Su investigación concluye que es importante descartar en trastornos del sueño, en particular en las personas que hablan dormidas, la posibilidad de que el reporte provenga únicamente de la pareja.

Con todo el recorrido sobre el concepto se hace evidente que es un tema en construcción e investigación.

## Discusión

La sociedad patriarcal y las pautas socioculturales promueven múltiples elementos de maltrato psicológico que se encuentran invisibilizados, entre los cuales aquí se destaca el gaslighting (luz de gas), inicialmente definido como la búsqueda intencional de hacer parecer loca a una persona (Barton y Whitehead, 1969) y obtener un beneficio de ella, este fenómeno se caracteriza también por la negación del daño, elaboración de mentiras, presentar falsa información, descalificación de los sentimientos y percepciones de la persona que es víctima del gaslight. De igual modo, se refiere a una forma malintencionada para generar confusión en la pareja, manipular, culpar y minimizar las vivencias o declaraciones, estrategia mediante la cual se busca destruir a la víctima y atacar su salud mental a través de comunicación confusa, hostilidad, silencios, quejas, bromas hirientes y humillaciones, privación del sueño, deslinde de responsabilidades doblación, intimidaciones, amenazas o coacciones. Estos elementos se escudan detrás del concepto del amor, la empatía, el cuidado, algún poder o autoridad, los sexismos y los mismos efectos del gaslighting afianzan su póstuma aparición, ya que tiene como consecuencia la culpabilización, desorientación, pánico, enojo, duelo, daño a la autoestima, a la autonomía, dependencia emocional, duda, desestructuración psíquica, consumo de alcohol o medicamentos no prescritos y genera problemas psicosomáticos y psicológicos, como la depresión, incluso suicidio o la pérdida del sí mismo.

Se destaca que la violencia en general, se reconoce más como golpes o daño físico, la psicológica se encuentra mucho más invisibilizada, aún así se identifica con gritos, insultos, manipulación económica, intimidación o amenazas. Sin embargo, en la revisión realizada se observó que no se encuentra difundido o reconocido el fenómeno de gaslighting. La delimitación y el reconocimiento de sus características y consecuencias, abre la posibilidad de efectuar intervenciones, instrumentos de medición para reconocerlo y lograr difundirlo y visibilizarlo.

### Conflicto de intereses

Los autores declararon no tener ningún conflicto de intereses.

### Referencias

- Abramson, K. (2014). Turning up the lights on gaslighting. *Philosophical Perspectives*, 28, 1-30.
- Allen, R. F. (2008). Free agency and self-esteem. *Sorites*, 20, 74-79. Recuperado de [http://www.sorites.org/Issue\\_20/allen.htm](http://www.sorites.org/Issue_20/allen.htm).
- Arbach, K. y Álvarez, E. (2009). Evaluación de la violencia psicológica en la pareja del ámbito forense. Recuperado de [http://www.recercat.net/bitstream/handle/2072/91051/SC-3-158-09\\_cas.pdf?sequence=1](http://www.recercat.net/bitstream/handle/2072/91051/SC-3-158-09_cas.pdf?sequence=1)
- Artavia, J. M. (2013). Manifestaciones ocultas de violencia, durante el desarrollo del recreo escolar. *Actualidades Investigativas en Educación*, 13(1), 1-21.
- Asensi, L. (2008). La prueba pericial psicológica en asuntos de violencia de género. *Revista Internauta de Práctica Jurídica*, 21, 15-29.
- Barton, R. y Whitehead, J. A. (1969). The gas-light phenomenon. *The Lancet*, 293(7608), 1258-1260.
- Bashford J. y Leschziner, G. (2015). Bed partner "gas-lighting" as a cause of fictitious sleep-talking. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 11(10), 1237-1238.
- Blázquez-Alonso, M., Moreno-Manso, J. M. y García-Baamonde, M. E. (2010). Revisión teórica del maltrato psicológico en la violencia conyugal. *Psicología y Salud*, 20(1), 65-75.
- Blázquez-Alonso, M., Moreno-Manso, J. M. y García-Baamonde, M. E. (2012). Indicators of psychological abuse associated with the length of relationships between couples. *Anales de Psicología*, 28(3), 772-779. doi:10.6018/analesps.28.3.123261
- Blázquez-Alonso, M., Moreno-Manso, J. M., García-Baamonde, M. E. y Guerrero-Barona (2012). La competencia emocional como recurso inhibitorio para la perpetuación del maltrato psicológico en la pareja. *Salud Mental*, 35, 287-296.
- Breiding, M. J., Basile, K. C., Smith, S. G., Black, M. C. y Mahendra, R. (2015). *Intimate Partner Violence Surveillance: Uniform Definitions and Recommended Data Elements, Version 2.0*. Atlanta, USA: Centers for Disease Control and Prevention. National Center for Injury Prevention and Control. Recuperado de <https://www.cdc.gov/violenceprevention/pdf/intimatepartnerviolence.pdf>
- Cámara de Diputados. H. Congreso de la Unión (2015). *Ley General de Acceso de las mujeres a una Vida Libre de Violencia*. Recuperado de [http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV\\_171215.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV_171215.pdf)
- Cawthra, R., O'Brien, G. y Hassanyeh, F. (1987). Imposed psychosis: A case variant of the gaslight phenomenon. *British Journal of Psychiatry*, 150, 553-556.
- Crump, T. G. (2012). *Surviving Domestic Violence An Exploratory Analysis of Survivor Needs*. Dissertation for Doctor of Philosophy in Criminology, Law, and Justice in the Graduate College of the University of Illinois at Chicago. Recuperado de [http://indigo.uic.edu/bitstream/handle/10027/9784/Crump\\_Tracy.pdf?sequence=1](http://indigo.uic.edu/bitstream/handle/10027/9784/Crump_Tracy.pdf?sequence=1)

- Fleming-Holland, A. (2009). Educación en la equidad de género: un reto para el siglo XXI. *Psicología y Ciencia Social*, 11(1-2), 42-53.
- Florio, M. (2012). *Violenze in famiglia e molestie sul lavoro: aspetti socio-criminologici e giuridici nell'ordinamento italiano e francese*. Dottorato di ricerca in criminologia. università di bologna con la co-tutela dell'université de toulouse. Recuperado de <http://amsdottorato.unibo.it/4409/>
- García-Baamonde, M. E., Blázquez, M. y Moreno, J. M. (2015). *El género como construcción sociocultural y discriminatoria y violencia psicológica*. Coord. Vázquez, I. Investigación y género, inseparables en el presente y en el futuro. IV Congreso Universitario Nacional "Investigación y Género" pp. 627-643.
- Hernández, C., Magro, V. y Cuéllar, J. P. (2014). *El maltrato psicológico. Causas, consecuencias y criterios jurisprudenciales. El problema probatorio*. Recuperado de [http://www.icjsinaloa.gob.mx/medios/publicaciones/maltrato\\_psicologico.pdf](http://www.icjsinaloa.gob.mx/medios/publicaciones/maltrato_psicologico.pdf)
- Hidalgo, M. A. (2011). *Beyond the prototypical: Developing a behavioral screening tool of same-gender male intimate partner violence*. College of Liberal Arts & Social Sciences Theses and Dissertations. Paper 98. Recuperado de <http://via.library.depaul.edu/etd/98>
- Instituto Nacional de Geografía y Estadística (2015). *Estadísticas a propósito del día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer*. Recuperado de <http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2015/violencia0.pdf>
- Jacobson, N. S. y Gottman, J. M. (1998). Anatomy of a violent relationship. *Psychology Today*, 31(2). Recuperado de [http://go.galegroup.com\(ps/i-do?id=GALE%7CA21280056&v=2.1&u=pu&it=r&p=AONE&sw=w&asid=bf57c273b4caa335f8bdd9e3021edde](http://go.galegroup.com(ps/i-do?id=GALE%7CA21280056&v=2.1&u=pu&it=r&p=AONE&sw=w&asid=bf57c273b4caa335f8bdd9e3021edde)
- Kendall, K. (1991). Masking violence against women: The case of premenstrual syndrome. *Canadian woman studies/ les cahiers de la femme*, 12(1), 17-20.
- Marway, H. (2015). Female Suicide Bombers and Autonomy. En Marway, H. y Widdows, H (Eds.), *Women and violence: the agency victims and perpetrators* (pp. 110-118). England: Genders and Sexualities in the Social Sciences. doi:10.1057/9781137015129\_7
- Osorio, M., Tani F, Bazán G., Bonechi A. y Menna P. (2012). Cuestionario maltrato en el noviazgo (CMN): instrumento binacional (Italia-México). *Revista de Psicología Trujillo*, 14(1), 47-60.
- Pacheco, E. (2012). *Alleviating Trauma: A Therapeutic Handbook for Therapists Treating Survivors of Intimate Partner Violence*. A graduate project Master of Science in Counseling, Marriage Family Therapy. California State University, Northridge. |
- Pozueco, J. M., Moreno, J.M., Blázquez, M. y García-Baamonde, M. E. (2013). Psicopatía subclínica, empatía emocional y maltrato psicológico en la pareja: empatía cero negativa y violencia instrumental manipulativa. *Clínica Contemporánea*, 4(3), 223-24.
- Pozueco, J. M. Moreno, J. M., Blázquez, M. y García-Baamonde, M. E. (2013a). Psicópatas integrados/subclínicos en las relaciones de pareja: perfil, maltrato psicológico y factores de riesgo. *Papeles del Psicólogo*, 34(1), 32-48.
- Salerno, A. y Garro, M. (2014). Relational dynamics in same-sex couples with Intimate Partner Violence: coming out as a protective factor. *International Journal of Humanities and Cultural Studies*, 1(2), 1-9.
- Roberts, T. y Carter, D. J. (2013). A critical race analysis of the gaslighting against african american teachers considerations for recruitment and retention. En D. J. Carter y F. Tuitt (Eds. de la serie), *Black Studies and Critical Thinking: Vol. 28. Contesting the Myth of a "post Racial Era": The Continued Significance of Race in U.S. Education* (pp. 69-94). doi:10.13140/2.1.4893.1200
- Shaw, J. (2005). Lacaniann demand and the tactics of emotional abuse. *Psychoanalysis, Culture & Society*, 10, 186-196.
- Vingoe, F. J. (2000). All the world's a stage. *Contemporary Hypnosis*, 17(3), 132-134. doi:10.1002/ch.202
- Zemon, G., Nichols, W. C. (1988). Gaslighting: a marital syndrome. *Contemporary Family Therapy*, 10(1), 1- 16.