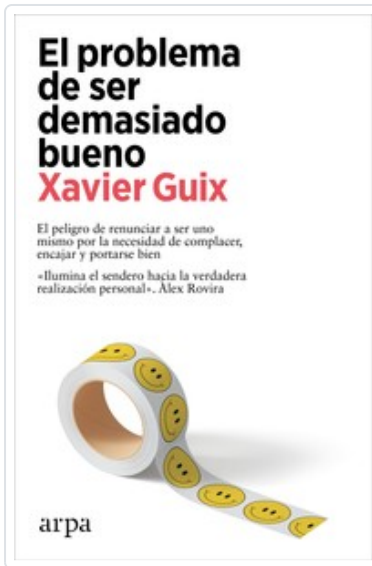


# PROBLEMA DE SER DEMASIADO BUENO, EL

GUIX, XAVIER

## SINOPSIS

Un manual de psicología para los que confunden ser una persona buena con dejar de ser uno mismo, no generar ningún conflicto, no desobedecer o cumplir siempre con las expectativas ajenas. El mundo está lleno de buena gente, solo que algunas personas aprenden a ser tan buenas y obedientes, tan perfectas e ideales que sufren horrores cuando no lo logran. Siguen siendo niños y niñas buenos aunque ya les pesen los años. Su mayor inquietud es sentirse incapaces de dejar de ser buenas, desobedecer o generar conflictos. Les agobia no cumplir con las expectativas ajenas y llegan a angustiarse por temor a ser rechazadas. Estas personas practican la «mala bondad», una cadena de comportamientos basados en la obediencia y el portarse bien por temor, en el fondo, a la desaprobación de los demás. Xavier Guix nos proporciona en este libro un impagable mapa de situación. Disecciona la «mala bondad», su origen y consecuencias. Asimismo, pone en valor la importancia de sanar nuestras heridas, y nos orienta al cambio con pautas concretas para dejarla atrás en nuestra vida diaria. La crítica ha dicho... «Haci? a an?os que no me sorprendi? a tanto un libro de psicologi? a». Francesc Miralles «Xavier muestra, con su habitual claridad y perspicacia, el viaje que emprendemos desde la infancia a lo que denomina "mala bondad"». So? nia Ferna? ndez Vidal «Escrito con magistral estilo. Descubri? s las razones por las cuales las personas buenas pueden perjudicarse a sí? mismas haciendo el bien». Antoni Bolinches ...



Editorial	ARPA
Materia	PSICOLOGIA
Colección	ARPA
EAN	9788419558534
Status	Disponible
Páginas	272
Tamaño	140x213x mm.
Peso	200
Precio (Imp. inc.)	19,90€

## Títulos relacionados



**# DE COMO TRATAR CON PERSONAS**  
KNGGE, ADOLPH



**MIL CARAS DE ANONYMOUS, LAS**  
COLEMAN, GABRIELLA



**UN MAL POEMA ENSUCIA EL MUNDO**  
MARGARIT, JOAN



**DE LA MANO DE FEDERICO**  
PASQUAL, LLUIS