



## Padres tóxicos

*Joseluis Canales*

[Download now](#)

[Read Online ➔](#)

# **Padres tóxicos**

*Joseluis Canales*

## **Padres tóxicos Joseluis Canales**

El legado de una infancia tóxica es fácil de reconocer pero difícil de interiorizar y superar. Nuestros padres dejan semillas emocionales en nosotros. En algunas familias, éstas son de respeto, amor e independencia, pero en otras, son de miedo, culpa y autocastigo. Si te identificas con el segundo grupo, necesitas entender el legado nocivo de tus padres y comprometerte a cambiar los pensamientos dañinos que te marcaron, dejar ir las emociones negativas que rigen tu vida y reconocer que, mientras no te liberes de las enredaderas de tu infancia, vivirás un ciclo autodestructivo. Todos los padres emocionalmente sanos se equivocan; el problema es cuando lo hacen intencionalmente y de manera repetitiva. Es normal que pierdan el control por momentos o que tengan ciertas conductas abusivas con los hijos; sin embargo, lo que los convierte en tóxicos es el patrón de daño constante. Los hijos de padres tóxicos tienden a relacionar el amor con sufrimiento, a caer en relaciones de dependencia, a vivir con culpa y, más importante aún, a repetir los patrones destructivos que sufrieron en su niñez. Recuerda que no eres culpable de lo que viviste en la infancia pero sí eres responsable de tu adultez. Este libro es el primer paso para tener una vida plena, romper los patrones perjudiciales que viviste y criar una familia sana.

## **Padres tóxicos Details**

Date : Published August 14th 2014 by Paidos - Mexico

ISBN :

Author : Joseluis Canales

Format : Kindle Edition 280 pages

Genre :

 [Download Padres tóxicos ...pdf](#)

 [Read Online Padres tóxicos ...pdf](#)

**Download and Read Free Online Padres tóxicos Joseluis Canales**

---

## **From Reader Review Padres tóxicos for online ebook**

Padres tóxicos Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Padres tóxicos Joseluis Canales books to read online.