

image not found or type unknown



# ¡Maldita sea!

**Thomas J. Harbin**

**Fecha de publicación:**

14/06/2019

**Sello Editorial:**

Planeta

## Contacto de prensa

**Nombre:** Melissa Moreno  
Cabrera

**Email:**  
mmorenoc@planeta.com.mx

Una guía para superar la ira masculina.

**Mediante sencillos ejercicios, nos invita a identificar lo que ocurre con el energúmeno que llevamos dentro y evita que perdamos lo más valioso que tenemos: a quienes amamos y se preocupan por nosotros.**

La maldita fila del banco, el estúpido tráfico, la casa hecha un desastre. Explotas. ¿Quién no? Pero después llega el remordimiento: ¿Y si mis corajes arruinan mi trabajo, alejan a mis amigos, lastiman a mi familia?

«**Si los próximos diez años van a ser igual que los primeros, ¡me largo!**» Thomas J. Harbin, doctor en psicología, escuchó esas palabras en el décimo aniversario de su matrimonio. Tenía un serio problema con la ira y estuvo a punto de perder lo que más le importaba.

Después de reflexionar sobre su experiencia y tratar a otros hombres que viven lo mismo, escribió *¡Maldita sea!* para hablar abiertamente sobre cómo los hombres expresamos nuestra ira y, aceptémoslo, lo complicado que nos resulta confrontar las emociones.

## Thomas J. Harbin

Ha consolidado su práctica profesional como uno de los terapeutas especialistas en ira masculina por más de treinta años. Con especial interés en manejo de la emociones, neuropsicología y evaluación forense. Es miembro activo en la Asociación Psicológica de Carolina del Norte y miembro de la Academia Nacional de Neuropsicología de Estados Unidos.

Hace veinte años escribió la primera versión de *¡Maldita sea! Una guía para superar la ira masculina* para ayudar a todos los hombres que, como él, estuvieron a punto de perderlo todo por culpa de su enojo.