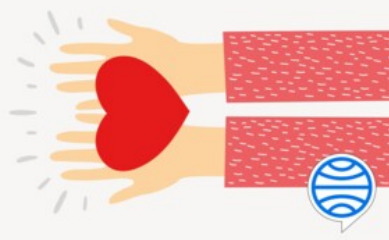


MARTA MARTÍNEZ NOVOA

Que sea amor del bueno



Fecha de publicación:

27/05/2022

Sello Editorial:

Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Que sea amor del bueno

Marta Martínez Novoa

Aprende a dar y a recibir amor del bueno.

Si alguna vez esa persona con la que estabas tan bien desapareció de repente, si no sabes cómo pero aquella ex pareja con quien lo pasaste tan mal termina liándote para volver, o te sientes estancada en relaciones intermitentes en las que solo recibes migajas de cariño, lo primero que debes saber es que tú no eres el problema, sino que has tenido la desgracia de toparse con personas a las que le falta responsabilidad afectiva.

La responsabilidad afectiva es la conciencia de que cada acto que realizamos en un vínculo, sobre todo en las relaciones de pareja, tiene consecuencias en la otra persona. La falta de comunicación, no expresar lo que uno verdaderamente siente o evitar situaciones conflictivas, suelen llevar a relaciones donde la responsabilidad brilla por su ausencia. Por desgracia, las actitudes tóxicas son cada vez más comunes y la irresponsabilidad afectiva es la nueva pandemia del amor. Por eso, hay que aprender a reconocer las señales y a escapar, para que los daños en nuestra autoestima sean los menos posibles y podamos construir otros vínculos más sanos y felices.

En este audiolibro, Marta Martínez Novoa, especialista en relaciones de pareja, te enseñará a identificar todos esos comportamientos que no son responsables cuando hablamos de relaciones, ya se trate de un rollo de unos meses o de una relación larga. Comprenderás que el amor no daña, y que estás en tu derecho de reivindicar que, tanto el amor que das como el que te dan, sea amor del bueno.

Marta Martínez Novoa

Marta Martínez Novoa es graduada en Psicología por la Universidad de Santiago de Compostela, cursó el Máster en Psicología General Sanitaria en la Universidad Complutense de Madrid, y tiene una amplia formación en psicoterapia, trastornos de ansiedad, relaciones de pareja, violencia de género y autoestima.

En octubre de 2020 abandonó Madrid para comenzar su propio proyecto como psicóloga autónoma en Sanxenxo (Pontevedra), su ciudad natal. Coincidiendo con este nuevo proyecto profesional, creó su exitosa cuenta de Instagram [@martamnovopsico](https://www.instagram.com/martamnovopsico), donde divulga sobre psicología desde una perspectiva científica y accesible para todos los públicos.

Autora de *Que sea amor del bueno* (2022) y del gran éxito editorial *El síndrome de la chica buena* (2024), en la actualidad trabaja como psicóloga y psicoterapeuta en consulta, acompañando a adultos para mejorar su salud mental. Además, realiza talleres, charlas y participa habitualmente en medios para derribar estigmas y difundir el conocimiento responsable y real sobre salud mental a todos los ámbitos posibles.