Librería

Bonilla y Asociados

desde 1950

Título:

Autor:

Editorial:

Tema:

Sinopsis

Precio: $175.00

Año: 2001

Edición: 1ª

ISBN: 9788449311437

El concepto de logoterapia de Viktor E. Frankl (1905-1907) parte del supuesto de que el hombre es un ser espiritual y, como tal, aspira profundamente a ver un sentido a su vida que trascienda, más allá de él, hacia un estadio elevado que hay que perseguir; igual que la «voluntad de sentido» que libera sus fuerzas escondidas cuando conoce bien su objetivo. Sobre la base de este concepto antropológico-filosófico, la logoterapia es mucho más que un método psicoterapéutico. Es una oferta para que personas de cualquier condición se replanteen su propio estilo de vida y se dirijan de la mejor manera posible hacia lo que tiene sentido, lo razonable, lo ético. El presente libro sigue el rastro de las «células individuales» del estilo de vida llamadas «hábitos». Los hábitos contraproducentes suelen desencadenar enfermedades, sobre todo en los procesos psicosomáticos. Pero si se pueden sustituir por hábitos con sentido, nuestra calidad de vida aumentará y alcanzaremos el bienestar.