

Bestellcoupon

Ja, bitte liefern Sie mir Exemplare:

Elisabeth Lukas

Bitte senden, faxen oder mailen an:

Profil Verlag GmbH
Postfach 210143
D-80671 München
Fax: +49 (0)89 70 49 24
email: order@profilverlag.de

Preisänderungen vorbehalten. Es gilt die jeweils landesübliche Mehrwertsteuer

Band
Name
Institution
Abteilung
Straße
PLZ, Ort
email
Datum, Unterschrift

WERTFÜLLE UND LEBENSFREUDE

Logotherapie bei Depressionen und Sinnkrisen



Der vorliegende Band in der Reihe „Heilkunst und Lebenskunst in der Logotherapie“ beschäftigt sich mit der Überwindung von Depressionen, die Ausdruck und Folge eines Werte-Vakuums sind: Alles erscheint sinnlos, hoffnungslos. Die davon Betroffenen fühlen sich überflüssig und „ohne Zukunft“. Ihrem Leben fehlt gleichsam die Würze, die gesunde Spannung, wie sie durch eine konstruktive Aufgabe erzeugt wird, die man sich selbst gesetzt hat und mit Freude erfüllt. Elisabeth Lukas zeigt solche Zusammenhänge auf individueller und gesellschaftlicher Ebene auf und weist eindrucksvoll Wege aus existentiellen Krisen.

4. Auflage ■ 2011 ■ 150 Seiten ■ ISBN 978-3-89019-684-8
€ 14,80

HEILKUNST UND LEBENSKUNST IN DER LOGOTHERAPIE ■ BAND 1

LEBENSSTIL UND WOHLBEFINDEN

Seelisch gesund bleiben
– Anregungen aus der Logotherapie



Im vorliegenden Buch wird den „Einzelzellen“ des Lebensstils, den sogenannten „Habits“ nachgespürt. Ihre Bedeutung für das seelische und körperliche Gesundbleiben bzw. Gesundwerden ist nicht zu überschätzen. Besonders bei psychosomatischen Krankheitsprozessen haben sinnwidrige Habits häufig die fatale Funktion von Auslösern wiederkehrender Krankheitsschübe. Können sie durch sinnvollere Habits ausgetauscht werden, so steigt die Lebensqualität wesentlich an, und Wohlbefinden stellt sich ein.

3. Auflage ■ 2011 ■ 136 Seiten ■ ISBN 978-3-89019-685-5
€ 14,80

HEILKUNST UND LEBENSKUNST IN DER LOGOTHERAPIE ■ BAND 2

ELISABETH LUKAS

HEILKUNST UND LEBENSKUNST IN DER LOGOTHERAPIE



PROFIL VERLAG

SPANNENDES LEBEN

4/13!

In der Spannung zwischen Sein und Sollen.

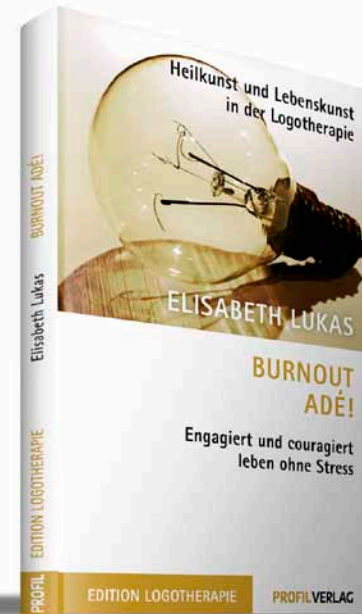
Auf den Thesen des weltberühmten Psychiaters und Neurologen Viktor E. Frankl aufbauend beschreibt dieses Buch seiner wohl bekanntesten Schülerin in einer gegliederten Synthese von ausgereifter Theorie und anschaulicher Praxis, dass es keine Hindernisse im Leben gibt, die das Leben wirklich sinnleeren können. Im Gegenteil: alle Hindernisse, ob seelische Krankheit oder Körperbehinderung, ob Depressionen oder Glaubenskrisen, ob Tragödien in der eigenen Vergangenheit oder aktuelle Kriege, sind im Grunde spannungsgeladene und spannungserzeugende Elemente, die uns dringend nahe legen, diese Spannung in einem besseren Menschsein wieder aufzulösen.

2013 ■ 136 Seiten ■ ISBN 978-3-89019-xxx-x
€ 14,80

BURNOUT ADÉ!

NEU!

Engagiert und couragiert leben ohne Stress



Kein Zweifel, die Anforderungen an den modernen Menschen sind gestiegen, und das aktuelle Thema „Sparen“ verschärft die Situation am Arbeitsmarkt. Hektik, Druck und Stress werden zur täglichen Plage. Da braucht es einer großen inneren Stärke sowie körperlicher und seelischer Erholungsquellen, um nicht alsbald der Erschöpfung anheim zu fallen. Aber auch das Gegenteil, ein zu gleichförmiges, unerfülltes Leben, macht verdrießlich und krank. Wie bringen wir es also zuwege, die uns gestellten Aufgaben zufriedenstellend zu erledigen, ohne dabei auszubrennen?

2013 ■ 136 Seiten ■ ISBN 978-3-89019-664-0
€ 14,80

ALLES FÜGT SICH UND ERFÜLLT SICH

Logotherapie in der späten Lebensphase



Dieses Buch lädt dazu ein, das Geheimnis sinn-erfüllten Lebens zu entdecken. Auf der Grundlage der von Viktor E. Frankl begründeten Logotherapie entfaltet Elisabeth Lukas, die bekannte Autorin und Psychotherapeutin, verständlich und nachvollziehbar die verschiedenen Möglichkeiten der Sinnfindung im Leben – sogar angesichts der Vergänglichkeit des Lebens. Die Autorin ermutigt zu einem kreativen Umgang mit der eigenen Lebensgeschichte und zu einer versöhnlichen Rückschau und sie weckt Freude an der persönlichen „Lebensernte“.

2010 ■ 80 Seiten ■ ISBN 978-3-89019-682-4 ■ € 14,80

FREIHEIT UND GEBORGENHEIT

Süchten entrinnen – Urvertrauen gewinnen



Der geborgene Mensch braucht so vieles nicht! Er braucht keine Superkarriere und kein Eigenheim zu seinem Glück. Er braucht keine lieben Menschen um sich herum, die ihn fördern, stützen und streicheln, um sich seines Wertes bewusst zu sein. Und er braucht kein „Doping“, um etwas erleben oder leisten zu können. Der geborgene Mensch ruht ein Stück weit in sich selbst, auch wenn das Leben rings um ihn tost und brandet.

3. erw. Auflage ■ 2011 ■ 132 Seiten ■ ISBN 978-3-89019-669-5
€ 14,80