



Erschienen am 01.01.1982  
230 Seiten, kartoniert  
Format: 14.0 x 21.5  
ISBN: 978-3-87387-202-8

Roberto Assagioli

## Die Schulung des Willens

### Methoden der Psychotherapie und der Selbsttherapie

Mit diesem einzigartigen Buch will Assagioli den menschlichen Willen in den Mittelpunkt des alltäglichen Lebens zurückführen. Hier findet sich nichts mehr von der alten Vorstellung, der Wille müsse "hart und unerbittlich sein, um die Triebe der Persönlichkeit zu unterdrücken und zu verurteilen". Statt dessen definiert der Autor den Willen als eine konstruktive Kraft, die die Intuitionen, Antriebe, Gefühle und Vorstellungen des Menschen zu einer ganzheitlichen Verwirklichung des Selbst lenkt. Der Autor schlägt dazu einige Übungen vor, die der Leser zu Hause ausführen kann, damit er seinen Willen zu einer optimalen Nutzung auf allen Ebenen der Existenz ausbilden kann - vom personalen zum transpersonalen Willen bis hin in den Bereich, wo der individuelle Wille mit dem universalen Willen zusammenfließt. Durch eine solche Umgestaltung wird der Wille ein wesentlicher Bestandteil einer "Psychologie der Freude".

Das Buch ist leicht verständlich geschrieben; es wendet sich an jeden, der ein Interesse an der Schulung seines Willens hat und auf diese Weise seine Selbsterfahrung vertiefen möchte. Es kann aber zugleich als ein Handbuch für Psychologen, Psychotherapeuten, Berater, Pädagogen u.a. dienen, die hier vielfältige Übungsanleitungen für ihre Praxis finden. Ein Grundlagenwerk zur von Assagioli begründeten »Psychosynthese« und gleichzeitig Trainingshandbuch zur praktischen Schulung des Willens. Für alle am Thema Willen & Wollen Interessierte.

## Autorenprofil

### Roberto Assagioli

Dr. Roberto Assagioli war in der Linie von Sigmund Freud, C.G. Jung und Abraham Maslow einer der führenden modernen Psychologen. Als Psychoanalytiker der ersten Stunde gehörte er seit 1910 zu den Wegbereitern der

Psychoanalyse in Italien - wobei er jedoch betonte, daß Freud die höheren Bereiche der menschlichen Natur außer Acht gelassen habe. Im Laufe vieler Jahre hat er (bis zu seinem Tode 1974) eine umfassende Psychologie und Psychotherapie entwickelt, die er "Psychosynthese" genannt hat. Nach dem Verständnis der Psychosynthese strebt der Mensch von Natur aus nach einer Harmonie in sich selbst und mit der Welt. Assagiolis Konzept des Willens hat hierin eine zentrale Bedeutung.