

QUERER NO ES PODER COMO COMPRENDER Y SUPERAR LAS ADICCIONES



Categoría:	Psicología y Pedagogía
Plaza de edición:	BARCELONA
ISBN:	9788475096650
Autor:	ARNOLD M. WASHTON; DONNA BOUNDY
Traductor:	GLORIA VITALE
Año edición:	2005
Lengua:	CASTELLANO
Nº de páginas:	321 págs.
Editorial:	PAIDOS IBERICA

[QUERER NO ES PODER COMO COMPRENDER Y SUPERAR LAS ADICCIONES.pdf](#)

[QUERER NO ES PODER COMO COMPRENDER Y SUPERAR LAS ADICCIONES.epub](#)

La causa de la adicción a la droga no es ésta en sí misma, sino el deseo de cambiar de estado de ánimo. Por ello la recuperación plena implica, en esencia, cambiar nuestro estilo de vida: el estilo de vida adictivo. Este libro nos enseña a superar todo tipo de adicciones a través de la exploración de esas raíces. Nos muestra por qué ciertas personas son más vulnerables que otras (la personalidad adictiva), de qué manera nuestras familias y la sociedad pueden fomentar inadvertidamente las adicciones, y cómo podemos aprender a reemplazar estas influencias destructivas por principios positivos, vitalistas. Utilizando ejemplos extraídos de sus experiencias en la recuperación de adictos, Washton y Boundy no sólo nos enseñana a mantenernos alejados de sustancias o actividades adictivas -la cocaína o el alcohol; la obsesión por el juego, el sexo, el trabajo, las compras, etc.-, sino también a olvidarnos de ellas para siempre.

No se trata, pues, de un manual de primeros auxilios: es una obra que quiere provocar cambios sustanciales y encender la llama de una verdadera esperanza.