



LA VERDAD NOS HARA LIBRES

UNIVERSIDAD  
IBEROAMERICANA

CENTRO DE EXTENSIÓN  
SALTILLO

Curso

Logoterapia





## *Cómo Vivir una Vida con Sentido*

### **Dirigido a:**

- ✓ Personas interesadas en mejorar su calidad de vida y de hacer conciencia de los significados que ésta nos ofrece.
- ✓ A quienes Buscan un crecimiento personal, enriquecer sus relaciones con los demás y asumir sus compromisos ante la vida.
- ✓ A quienes desean encontrar un sentido de vida.

### **Objetivos:**

- \* Utilizar las habilidades y recursos personales para lograr una mejor relación consigo mismos y con los demás.
- \* Conocer y aplicar los fundamentos de la logoterapia.
- \* Promover el desarrollo de potencialidades.
- \* Descubrir una manera más consciente de vivir.

### **Temario:**

1. Qué es la logoterapia
2. Quien es Viktor Frankl
3. Persona
4. Personalidad Sana
5. Autoconocimiento
6. Autoestima
7. Asertividad
8. Congruencia
9. Áreas de sentido
10. Libertad
11. Responsabilidad
12. Clarificación de Valores
13. Modificación de actitudes
14. Vacío existencial
15. Sentido de vida
16. Conciencia
17. Trascendencia
18. Amor
19. Felicidad



LA VERDAD NOS HARÁ LIBRES

**UNIVERSIDAD  
IBEROAMERICANA**  
CENTRO DE EXTENSIÓN  
SALTILLO

**Duración:**  
28 horas.

**Coordinador del Programa**

**Mtra. Alma Norma Aguirre Garza**

Lic. en Educación, Escuela Normal del estado de Coahuila. Especialidad en Logoterapia, Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia. Diplomado en Programación Neurolingüística, Diplomado en Análisis Existencial y Logoterapia.

**Fechas y horarios**

**Inicio: Todos los jueves en 2 horarios**  
de 16:00 a 18:00 horas ó  
de 19:00 a 21:00 horas.



## **Diseño de programas a las necesidades de su empresa o institución**

- Acapulco
  - Cd. de México
  - Guadalajara
  - León
  - Oaxaca
  - Puebla
  - Tijuana
  - Torreón
- Centros de Extensión:
- Monterrey
  - Saltillo

**Para mayores informes favor de comunicarse al Departamento de Promoción y Relaciones Públicas con:**

Erika Diaz

[erika-diaz@uiasaltillo.edu.mx](mailto:erika-diaz@uiasaltillo.edu.mx)

Ext. 114

Eje dos 870 Centro Metropolitano  
Saltillo, Coahuila 25095  
Teléfono y Fax (844) 430 2222  
[www.uiasaltillo.edu.mx](http://www.uiasaltillo.edu.mx)

Derechos Reservados Universidad Iberoamericana