

## INHALT

Geleitwort von Eleonore Frankl	10
Vorwort von Franz Vesely	11
<b>I. DIE PATHOLOGIE DES ZEITGEISTS IM 21. JAHRHUNDERT</b>	<b>13</b>
1. Glück ist, was einem erspart bleibt	13
2. Wohlstand und der Mangel an Dankbarkeit	18
3. Eine Stärke des Menschen: andere Menschen	20
4. Reaktives Glück und Unglück	23
5. Eine fünfte Pathologie des Zeitgeists?	24
6. Cyberpathologie (Internet und Psyche)	29
7. Not und Ehrfurcht	33
<b>II. ZUR PSYCHOLOGISCHEN BEDEUTUNG REALISTISCHER MENSCHENBILDER</b>	<b>37</b>
1. Unser Selbstbild und seine Auswirkungen	37
2. Doktrinäre Fügsamkeit	45
3. Unter dem Sternenhimmel sich und dem Leben neu begegnen	48
<b>III. AUFMERKSAMKEIT, ACHTSAMKEIT UND SINNFINDUNG</b>	<b>51</b>
1. Achtsamkeit und Sinnorientierung	51
2. Logotherapeutische Achtsamkeitsmeditation – eine Methode	55
3. Selbstdistanz und Selbsttranszendenz	57
4. Der Workaholiker und die Frage nach Sinn	59
5. Sinn und Wirklichkeit	61
6. Selbstüberschätzung und das wohltuende Maß der Wirklichkeit	72
<b>IV. WEGE ZUR SINNFINDUNG</b>	<b>75</b>
1. Heilsames Lesen: Bibliothherapie heute	75
2. Gruppenarbeit – die logotherapeutische Meditationsrunde	79
3. Die Freude, die am Sinnvollen wächst	82
4. Skeptische Menschen und die Frage nach Sinn	88
5. Methoden der Sinnfindung	93
6. Der Sokratische Dialog: Entdecken statt Aufdecken	96

7. Abhilfe, wenn sich Gespräche im Kreise drehen ...	101
8. Wie setzt man gute Einsichten und Vorsätze auch wirklich um?	105
<b>V. VIKTOR FRANKLS LOGOTHERAPIE UND ALFRIED LÄNGLES</b>	
<b>EIGENENTWURF</b>	111
1. Über Frankl und Längle	111
2. Ein (persönlicher) historischer Abriss	113
3. Zur Entwicklungsfähigkeit der Logotherapie	116
4. Frankl und Längle – eine Gegenüberstellung	120
<b>VI. DIE SINNFRAGE IN DER WISSENSCHAFTLICHEN FORSCHUNG</b>	149
1. Sinnfrage und wissenschaftliche Erkenntnisse	149
2. Sinn und persönlicher Mythos: Anmerkungen zu Tatjana Schnell	154
3. Existentiell indifferent?	161
4. Politischer Radikalismus und existentielles Vakuum	171
5. Die Antwort der Logotherapie auf den politischen Radikalismus	174
6. Exkurs: Die Flüchtlingsfrage & ihre sozialen Folgen	177
7. Resilienz und Sinnfrage	182
<b>VII. VERORTUNGEN UND EINSATZGEBIETE DER LOGOTHERAPIE</b>	193
1. Die Logotherapie bewahren: An Konflikten reifen	193
2. Ist die Logotherapie eine Berufssparte?	200
3. Beratung und Behandlung: Übergänge und Schnittmengen	204
4. Vom „Ergänzungscharakter“ der Logotherapie	206
5. Methodenvielfalt und Kombinationsfähigkeit der Logotherapie	207
6. Die Besonderheit des Frankl'schen Denkansatzes: Person und Sinn	209

<b>VIII. DIE LOGOTHERAPIE IN DER PSYCHOTHERAPEUTISCHEN PRAXIS</b>	215
1. Improvisation und Struktur in der logotherapeutischen Praxis	215
2. Therapieplan und Leitfaden in der Beratung	219
3. Einstellung und Heilung	226
4. Ein Update der logotherapeutischen Neurosenlehre	228
<b>IX. TRANSZENDENZ: AN DEN GRENZEN MENSCHLICHEN VORSTELLUNGSVERMÖGENS</b>	233
1. Zum Verhältnis von Logotherapie und Religion	233
2. Dimensionalontologie und Transzendenz	238
3. Vom Werden und Wesen der geistigen Person	246
4. Die geistige Person und kognitive Beeinträchtigungen	254
5. Nahtoderfahrungen aus Sicht der Logotherapie	255
<b>X. GELEBTE UND WEITERGEGEBENE LOGOTHERAPIE</b>	265
1. Von der Faszination des Lernens und Lehrens	265
2. Frankl als Lehrer und Mentor	266
3. Das nächste Kapitel: Logotherapie im Wandel der Zeit	274
Literatur	277
Personenregister	285