

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	7
----------------------	---

## **Die Logotherapie Viktor E. Frankls – ein Überblick**

Vorgeschichte .....	9
Theorie und Praxis .....	12
Diskussionsbeispiel .....	13
Drei Methodengruppen .....	17
Logotherapeutische Gesprächsführung .....	20
Wechseldiagnostik (E. Lukas) .....	22
Blickfelderweiterung .....	25
Lehrbeispiel .....	28

## **Was uns hilft, die Stufen des Lebens emporzusteigen**

Aus der Charakterforschung .....	35
Sich-entscheiden-Können .....	38
Sich-verantworten-Müssen .....	42
Notwendiger Verzicht .....	46
Lieben ist ein Verdienst .....	48
Versöhnung ist ein Segen .....	51
Perfekt ist niemand! .....	55
Decken sich Wollen und Sollen? .....	60
Die schlimmere Alternative .....	65
„Weißglut“ und Gestaltgewinnung .....	71
Aus der Lebensquelle trinken .....	76
Auflösung einer kognitiven Dissonanz .....	82
Bewältigung einer noetiven Dissonanz .....	85
Alles ist Gelegenheit zu etwas .....	92
Hilflosigkeit und Depression .....	95

Vom Problemchen zum Problem .....	99
Fräulein Angst auslachen .....	102
Die Bändigung eines Kraken .....	107
Rückmeldung einer Ordensfrau .....	111
Humor in eigener Sache .....	114
Herrn Zorn hinauskomplimentieren .....	118
Drei Hauptstraßen an Werten .....	123
Teilhabe am „ewig Neuen“ .....	127
Müde Schüler werden munter .....	132
Arzneimittel der Seele .....	136
Bücher – Freunde in der Not .....	140
Beispiele aus der Bibliothherapie .....	146
Wer sich verachtet, beachtet sich .....	154
Ein Junge lernt Nächstenliebe .....	158
Viel Bildschirmzeit – wenig Empathie .....	161
Vorbild und Beeinflussbarkeit .....	166
Das Gleichnis vom Zeitfluss .....	170
Der Rückblick .....	174
Die gegenwärtigen Aufgaben .....	180
Der Ausblick .....	184

## **Anhang**

Nur Mutation und Selektion?

*Der Evolutionsgedanke in logotherapeutischer Perspektive* ..... 189

**Anmerkungen und Quellennachweise** ..... 203

**Die Autorin und ihr Werk** ..... 207

**Nachwort der Herausgeber** ..... 213