

Tartalomjegyzék

ÉRTELEM ÉS ÖRÖM.....	7
Az értelem (csak) fellelhető	7
Az értelem címzettjei mi vagyunk	9
Az értelemfogalom fejlődésének három szakasza.....	12
Buber szavainak gyakorlati jelentősége	15
Összefoglalás.....	18
AMIKOR AZ ÉLET ÉRTELMETLENNEK TŰNIK.....	21
Egy „elégedetlen” dimenzió.....	21
A „hivatásgyakorlás” példája.....	23
Primer motivációnk.....	25
A NOOGÉN DEPRESSZIÓ.....	29
Elhatárolás a depresszió más formáitól.....	30
A noogén depresszió terápiája.....	33
Példa az „elkezdés ösztönzésére”	35
Példa a „körülnézés ösztönzésére”	37
Példa a „bizakodás ösztönzésére”	40
ÉRTELEMBETELJESÍTÉS – ÉRZELMI ÁLLAPOT – IMMUNÁLLAPOT	45
„Noo-pszichoszomatika”	47
Az értelmetlenség elől a halálba	49
A jövőtől-való félelem mint noogén krízis.....	51
Szobor a márványtömbben.....	54
Az önfeladás megakadályozása	58
Az életfeladat feltárása	60
Tanúságtétel.....	62
A JÖVŐTŐL VALÓ FÉLELEM MINT NEUROTIKUS KRÍZIS	65

Értelmetlen szorongás és „értelemfeletti” bizalom.....	67
Az esettanulmány kommentárja	71
A depressziós megbetegedések számának növekedéséről.....	73
A logoterápia nézőpontja.....	77
A „BEÁLLÍTÓDÁSI ÉRTÉKEK” JELENTŐSÉGE.....	81
A példaképhatás	82
Értéktriász az értelemhorizonton	84
Terápiás érvelések	85
A „DEREFLEXIÓ” MÓDSZERÉRŐL.....	89
Mi a paradox intenció?.....	89
Korrelációk az állatvilágban	91
Mi a dereflexió?.....	92
A jövő előzetes foka	93
A vitorlázó hasonlata.....	95
A fiatal anya	97
„KÉRDEZZ-FELELEK” JÁTÉK.....	101
Az ellenfél101	
Kérdés kérdés hátán	103
Felelet és felelősség.....	105
„NYERESÉG” ÉS ÖRÖM.....	109
Hogyhogy elillan az öröm?	109
Hogyhogy elmarad a lemondás?	111
Értelem kontra „nyereség”	114
Példa az első ponthoz.....	116
Példa a második ponthoz	118
FÜGGELÉK	
Gondolatok az öngyilkosság megelőzéséről	121