

Elisabeth Lukas

Psychologische Vorsorge

Krisenprävention und
Innenweltschutz
aus logotherapeutischer Sicht

Herder Taschenbuch Verlag

Originalausgabe
erstmalig veröffentlicht als Herder-Taschenbuch
Buchumschlag: Walter Emmrich

Alle Rechte vorbehalten – Printed in Germany
© Verlag Herder Freiburg im Breisgau 1989
Herder Freiburg · Basel · Wien
Herstellung: Freiburger Graphische Betriebe 1989
ISBN 3-451-08559-3

Inhalt

<i>Wie krank ist unsere Welt?</i>	
Prolog von Andreas Schuhmann	9

**Wie gesund läßt sich
in unserer Welt leben?**
Kleine Psychohygiene-Kunde

Psychohygiene so wichtig wie Körperhygiene	41
Was muß man tun, um glücklich zu werden?	52
Der Mensch als „entscheidendes Sein“	65
Wer die Wahl hat, hat die Verantwortung	79
Vom Sinn und Unsinn des Opferbringens	88
Die „kollektiven Neurosen“ und ihre Symptome	103
Vier krisenträchtige personale Haltungen	116
Der „koexistentielle Akt“ der Liebe	129
Das Modell einer sinnzentrierten Familientherapie	139
Arbeit als Verwirklichung schöpferischer Werte	148
Ausflug in die Logo-Philosophie	159
Die Sinnfrage im Alter	176

Weiterführende Gedanken zum Innenweltschutz

Des Menschen Sehnsucht nach Sinn	193
Wenn Weisheit Eingang findet in den Alltag	204
Lebenshaltung und Lebenserhaltung	219
Logotherapeutische Betrachtungen zur Suchtproblematik	238
Heute sinnvoll erziehen	252
Von der Kunst, Schweres leichter zu tragen	269
Der seelisch kranke Mensch und die Arznei für seine Seele	287
Gelebte Logotherapie	302
Literatur	317