

INHALT

Vorwort zur Neuauflage	10
Einleitung	11

I. DIE ENTDECKUNG DES SELBST

1. KAPITEL:	
DIE INNEREN FESSELN DES MENSCHEN	17
Die Bedeutung unserer Vorstellung von uns selbst	19
Selbsterkenntnis	20
Unsere Vorurteile gegenüber dem eigenen Wesen	22
Genügen wir den Anforderungen des Lebens?	23
Erfolg und Mißlingen	26
2. KAPITEL: INNERE FREIHEIT	29
Können wir im Sinne der Selbsterziehung an uns arbeiten?	30
Der Kampf mit sich selbst	35
Der Trugschluß der Angst	41
Die Macht der Erwartung	46
Ermutigung	48
Mut	51
Der Kampf um das Prestige	54
Sicherheit durch Anpassung?	56

II. GRUNDLAGEN DES GEISTIGEN UND EMOTIONELLEN LEBENS

3. KAPITEL: DER ZUSAMMENKLANG VON SEELE, GEIST UND KÖRPER	62
Bewußtsein und Erinnerungsvermögen	62
Vernunft und private Logik	64
Die Funktion der Gefühle	66
Gefühl und Verstand	69

Die Fabrik der Gefühle	71
Die Notwendigkeit der Subjektivität	72
Die Grenzen der Selbsterkenntnis	73
Die Bedeutung unseres Handelns	75
Der Grund unserer Empfindungen	80
4. KAPTEL: WECHSELWIRKUNGEN UND ZWISCHENMENSCHLICHE BEZIEHUNGEN	82
Grundlegende Haltungen	82
Gemeinschaftsgefühl	83
Minderwertigkeitsgefühle	84
Der Minderwertigkeitskomplex	86
Geistige Erkrankung – ein Ausweg	88
III. DIE DYNAMIK DES KONFLIKTES IN DEN ZWISCHENMENSCHLICHEN BEZIEHUNGEN	
5. KAPITEL: DER KAMPF ZWISCHEN DEN GENERATIONEN	92
Der Kampf zwischen den Generationen	94
Kinder sind gleichwertig	95
Warum wir unseren Kindern mißtrauen	96
Unser Mißverstehen des Kindes	98
Der trügerische Begriff der »Reife«	100
Die Konsequenzen unserer Voreingenommenheit	103
Die Vergeltung des Kindes	105
Die Schwierigkeiten des Lehrers	109
Die Revolte der Heranwachsenden	115
Eintracht zwischen den Generationen	119
6. KAPITEL: KONFLIKTE INNERHALB DER FAMILIE	124
Sind wir Opfer?	125
Die Rolle des Prestiges	126
Der Kampf um die Macht	127

Die Fehler des Moralisierens	128
Rechtschaffenheit und ihr zweifelhafter erzieherischer Wert	130
Gegenseitige Achtung	131
Der Ablauf eines Konflikts	132
Die Verbesserung der zwischenmenschlichen Beziehungen	134
Ermütigung	137
Selbstachtung	139
Die natürlichen Folgen und ihre erzieherische Wirkung .	140
Ordnung und Freiheit	143

7. KAPITEL:

DER KAMPF ZWISCHEN DEN GESCHLECHTERN	147
Die vier Vorrechte des herrschenden Geschlechts	148
Romantische Liebe	151
Der Wettstreit zwischen den Geschlechtern	152
Die Reaktion des Mannes	154
Gegenseitiger Argwohn	156
Unvereinbarkeit	157
Sexuelle Erfüllung	159
Untreue	161
Neue sexuelle Maßstäbe	163
Die Zukunft der Ehe	165
Die Aufgabe der Eltern	167
Mutterschaft oder Beruf?	170

IV. DER MENSCH IN SEINER WELT

8. KAPITEL: DAS BIOLOGISCHE,

SOZIALE UND KOSMISCHE MINDERWERTIGKEITS- GEFÜHL DES MENSCHEN	172
Die biologische Unzulänglichkeit des Menschen	172
Die soziale Minderwertigkeit des Menschen	174
Die kosmische Minderwertigkeit des Menschen	177

9. KAPITEL: DER MENSCH UND DIE NATUR . . .	180
Der Sinn des Lebens	180
Der Sinn des Todes	181
Unsere sogenannten Triebe	183
10. KAPITEL:	
DIE WISSENSCHAFTLICHE REVOLUTION . . .	187
Die Relativität der Tatsachen	187
Kausalität oder Unbestimmtheit	189
Holismus	191
Realität als Interaktion	194
11. KAPITEL:	
DER MENSCH UND DIE GESELLSCHAFT	196
Die Kraft des individuellen Einflusses	196
Was ist »Anpassung«?	198
Die Richtung der sozialen Entwicklung	201
Die Grundgesetze eines guten Gemeinschaftslebens . .	203
Soziale Gleichwertigkeit	207
Was ist Demokratie?	218
Demokratisches Leben innerhalb der Gemeinschaft . .	221

V. KONFLIKTE UND IHRE LÖSUNG

12. KAPITEL: DER PROZESS DER POLARISATION .	224
Die entzweite Gesellschaft	224
Der Konflikt zwischen Arbeitnehmer und Arbeitgeber .	228
Wirtschaftliche Probleme	231
Die politische Demokratie	232
13. KAPITEL: LÖSUNG VON KONFLIKTEN	
DURCH DEMOKRATISCHES VORGEHEN	235
Die vier Möglichkeiten, eine Lösung zu finden	236
Gegenseitiger Respekt	237
Die Klärung des Streitpunktes	238

Das Erreichen einer Übereinkunft	240
Gemeinsame Vertraulichkeit	243
14. KAPITEL: DIE WIRKUNG DER RELIGION	247
Die demokratische Religion	250