

Inhalt

Einleitung

Wissenschaft und Technik contra Glück	9
I. Vorurteil und Menschenkenntnis	19
1. Der Mensch als ständiger Schnellrichter	20
2. Die anderen in der Sicht durch unsere Brille	24
3. Der andere und unsere Selbsteinschätzung	29
4. Minderwertigkeit und Selbsteinschätzung	31
5. Das Minderwertigkeitsgefühl als Grundlage menschlicher Entwicklung	33
6. Minderwertigkeit und Geltungsstreben	37
7. Zum Begriff des Gemeinschaftsgefühls	40
8. Individualpsychologie als Alltagspsychologie	43
II. Der Lebensstil als Schlüssel zum Verständnis von sich und anderen	46
1. Projektionen	46
2. Zum Begriff des Lebensstils	50
3. Zum Lebensstil unserer Zeit	54
4. Auswirkungen eines hochtechnisierten Lebensstils auf unser Selbstwertgefühl	59
III. Wege zu einem verständnisvolleren Umgang mit anderen und sich selbst	69
1. Zur Frage der Selbsthilfe im seelischen Bereich	69
2. Einige Schwerpunkte der Selbstanalyse	74
3. Selbstanalyse und Lebensziel	80
4. Glück und Anderssein	86

IV. Kommunikation als Weg zu den anderen und zu sich selbst	91
1. Verbale und nonverbale Kommunikation	91
2. Die ein- oder festgefahrene Kommunikation	96
3. Sexualität unter dem Aspekt verfahrenerer Kommunikation	107
4. Gespräche sind keine »alten Platten«	114
5. »Ich habe dir das schon so oft gesagt, hörst du mir denn überhaupt nicht zu?«	118
6. »Unsere Ansichten gehen so weit auseinander, daß es schon nichts Gemeinsames mehr gibt«	122
Schluß	125