

Содержание

Введение: счастье и психотерапия.....	7
Глава 1. Открывая ящик пандоры: ценности и представления в психотерапии.....	28
Глава 2. Хорошая жизнь: философия как руководство к терапии.....	64
Глава 3. Позитивная психология: наука о благополучии.....	99
Глава 4. Предсказуемые трудности: вызовы, с которыми мы сталкиваемся каждый день.....	134
Глава 5. Жизненный кризис: победа над травмой.....	174
Глава 6. Говорить – серебро, а молчать – золото: чувства, которые невозможно выразить словами.....	208
Глава 7. Смысл жизни: что же еще, кроме поисков счастья.....	245
Заключение.....	276
Библиография.....	288