

УДК 331.101.3
ББК 88.4;65.291.6-21
П20

Переводчик М. Суханова

Паттакос А.

П20 Пленники собственных мыслей: Смысл жизни и работы по Виктору Франклу / Алекс Паттакос ; Пер. с англ. — М.: Альпина Бизнес Букс, 2009. — 205 с.

ISBN 978-5-9614-0973-4

Почему некоторые люди преданно и вдохновенно относятся к своей работе — даже самой что ни на есть рутинной? Почему они легче других справляются с тяжелыми и запутанными обстоятельствами на работе и дома, не теряются в изменившихся обстоятельствах? Они находят смысл там, где другие его не видят, — каким же образом? Это сложные вопросы, и на них нет простых ответов — зато есть ответы осмысленные. Цель книги в том, чтобы помочь вам к ним прийти, осветить ваши поиски смысла, ваш путь к его обретению в работе и в повседневной жизни.

УДК 331.101.3
ББК 88.4;65.291.6-21

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами без письменного разрешения владельца авторских прав.

- © Alex Pattakos PhD, 2004, 2008
Впервые издано Berret-Kochler Publishers, Inc., San Francisco, CA, USA
- © Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО «Альпина Бизнес Букс», 2009

ISBN 978-5-9614-0973-4 (рус.)
ISBN 978-1-57675-406-1 (англ.)

Содержание

<i>Предисловие</i>	7
<i>Предисловие</i>	15
<i>Благодарности</i>	19
1. Жизнь — не просто то, что с нами происходит	21
2. Жизнь и наследие Виктора Франкла	33
3. Лабиринты смысла	45
4. Быть всегда свободным	59
5. Стремиться к смыслу	77
6. Выявлять в жизни значимые моменты	99
7. Не работать против себя	119
8. Смотреть на себя со стороны	137

9. Переключать внимание	149
10. Выходить за пределы собственного «я»	163
11. Увидеть смысл в жизни и работе	175
12. Принципы в действии.....	185
<i>Литература</i>	197
<i>Об авторе</i>	203
<i>Предметный указатель</i>	205