

Obsah

Úvod	7
1. Krize a krizové stavy všedního dne	9
1.1 O marnosti a vzdoru	9
2. Člověk ve stavu krize	49
2.1 O marnosti z jiné strany	49
2.2 Jak vypadá člověk ve stavu krize?	52
2.3 Jak se člověk chová ve stavu krize?	66
2.4 Jaké nebezpečí hrozí člověku v krizovém stavu?	73
3. Jak se z krizového stavu dostaneme?	87
3.1 Sisyfos se na dně propasti vzpamatovává	90
3.2 Co opravdu pomáhá?	91
3.3 Kdo nám pomáhá?	97
3.4 Náznaky strategie, jak se dostat z krizového stavu	99
4. Závěr	107
5. Co si máme přečíst o krizových stavech	109
6. Pracoviště, kde můžeme najít pomoc	113
6.1 Seznam linek důvěry v České republice	113
6.2 Seznam linek důvěry ve Slovenské republice	116
7. Poradny a ordinace	119