

KAZALO

Kazalo	7
Draga bralka, dragi bralec!	11
Uvod	15
Predtekst	15
Diagnoza slovenske družbe	29
Mentaliteta žrtve	38
Naučena nemoč	53
Cvetimo ali venemo?	57
Smisel in cilji	65
Svoboda in opolnomočenje	69
Družbena ali strukturna osvoboditev	75
Svetovna raziskava vrednot	75
Veličasten proces	77
Viri dominacije	79
Islam in razvoj	87
Viri opolnomočenja	93
Proti svobodi	95
Od medosebne k notranji osvoboditvi	101
Samoodločenost	101
Notranja osvoboditev	127
Demokracija v vsakdanjem življenju	137
Od kolektivismu k individualizmu	161
Zdravi temelji	173
Moč	173
Vrline in kreposti	185
Seznam vrlin in kreposti	188

Ustvarjanje nove razvojne paradigme	197
Hierarhija potreb	200
Kvantni preskok: odgovornost	207
Psihološki pogled na odgovornost	211
Zen budizem o odgovornosti	225
Protestantska etika	239
Odgovorna komunikacija	243
Reflektiranje	253
Psihološki razvoj	259
Razvoj mentalne kompleksnosti	260
Razvoj moralnega presojanja	279
Razvoj ega	284
Imunost na spremembe	299
Psihološka zrelost	303
Modrost	314
Boljša družba	319
Luč na koncu predora	319
Zaupanje	322
Moralna odgovornost	327
Purgatorij	331
Kulture in družbeni razvoj	341
Razumevanje kultur	341
Prežee nevarnosti	347
Spiralna dinamika	349
Dvotirni človeški razvoj	358
Sreča, zadovoljstvo, blagostanje, dobro življenje	367
Na kratko o vplivih na kvaliteto osebnega življenja in kako jo zaznavamo	374
Vpliv prepričanj in vrednot na kvaliteto osebnega življenja	380
Čustva	384
Vnesimo srečo v svoje življenje	386
Samoučinkovitost	387
Naučeni optimizem	394
Upanje	396
Optimalna stanja	397
Avtentičnost	407

Povzetek	411
Kdo je svoboden?	411
Od individualnega razvoja k družbenemu razvoju	413
Povezano znanje	414
Razvoj kulture odgovornosti (v Sloveniji)	417
Predlogi in nasveti za dvig nad gladino	423
Zlata doba	425
Viri	437