

Z titulní strany

- 12 OSOBNOST Z OBÁLKY: JODIE FOSTER**
Své dva syny vychovává sama a s oblibou říká: „Nesnesla bych, aby mi do toho kecal nějaký chlápek!“
- 46 MUŽ A ŽENA: PARTNERSKÉ KRIZE**
V průběhu každého vztahu nastane několik krizí a ne každý vztah je dost pevný na to, aby je dokázal překonat
- 50 ŠPATNÉ SVĚDOMÍ?**
Svědomy nám říká, jak se chovat, aby to bylo „správně“. Často ale bije na poplach a my se chováme přesně obráceně
- 54 JAK SE VIDÍME**
Denně na sebe hledíme do zrcadla a máme pocit, že se dokonale známe. Ostatní nás ale vnímají úplně jinak
- 62 BUĎTE DOBRÝM ŠÉFEM!**
Jak se z člověka stane dobrý šéf? Musí to mít v genech, nebo se to naučí? A dá se to vůbec naučit?
- 70 ÚSVIT NARCISŮ**
Jsou úspěšní a okouzující, je velmi snadné jim podlehnout, ale dříve nebo později kruté zraní vaše city
- 74 MOJE, NEBO CIZÍ DÍTĚ?**
DNA laboratoře jsou zavaleny žádostmi o potvrzení otcovství. Co cítí muž, když zjistí, že není skutečným otcem?
- 100 DOBRU NOC!**
Spaním strávíme až třetinu života. Co přesně se během té doby děje s naším organismem?



Navigátor

- 20 VÝZKUM**
Novinky nejen ze světa psychologie
- 26 KURZ: ASERTIVITA**
Nebudte manipulátorem a nenechte sebou manipulovat!
- 28 NÁZOR: JAK VYCHÁZET S OTCEM DESPOTOU**
Proč mají někteří otcové na své potomky přehnaně vysoké požadavky a přísný metr?
- 34 KARIÉRA: UMĚNÍ LICITOVÁNÍ O PLAT**
Jak si říct o vyšší plat, abyste byli spokojeni a zároveň nepůsobili nezдовоřilým a hamižným dojmem?
- 36 SEX DĚTÍ A DOSPÍVAJÍCÍCH**
Sexuolog a psycholog Petr Weiss vysvětluje rodičům, jak si poradit s dětským zájmem o intimnosti
- 38 DIAGNÓZA: GAMBLERSTVÍ**
Je to stejná závislost jako každá jiná. Proč někdo uvěří tomu, že právě on by mohl blikající automat oběrat o peníze?



Smysly

82 PŮVAB ŠITÝ NA MÍRU

Že je vám zase o rok víc? A co na tom?! Se správnou péčí můžete vypadat skvěle v každém věku

86 CO PROZRAZUJÍ SKŘÍŇKY S LÍČIDLY

Zkrášlování lidské tváře je skoro tak staré jako lidstvo samo. Jak se vyvíjela historie líčení?

104 PROČ NÁM SCHÁZÍ ENERGIE

Jste často tak unaveni, že se nemůžete skoro ani pohnout? Neviňte z toho počasí nebo budík, příčiny vaší permanentní letargie mohou být mnohem rafinovanější

108 PALAČINKOVÝ SVĚT

Slané, sladké, s přílohou nebo bez: s jejich různými variantami se setkáváme prakticky ve všech světových kuchyních

114 KDO SE VÁLÍ NA BALI

Když nám zima zalézá za nehty, nemusíme čekat na jaro, ale sbalit se a jednoduše hned odletět za sluníčkem

44 HVĚZDNÁ ANALÝZA

Fotograf a cestovatel Jiří Kolbaba navštívil 120 zemí všech kontinentů naší planety

58 DENNÍ SNĚNÍ

Je projevem živé představivosti, relaxem nebo pomocníkem při řešení problémů. Může ale i škodit?

66 VÝHODY I PROKLETÍ MALÝCH EINSTEINŮ

Neobyčejně nadané děti už ve třech letech hrají šachy a zaplavují nás hromadou otázek, na které postupně přestáváme znát odpovědi

78 BLESKOVÁ ANALÝZA: JSEM PŘECITLIVĚLÁ

Rozpláče vás každá situace, kterou ostatní ustojí bez slz a zbytečných emocí? Co s tím?



Scéna

120 FILM

Premiéry na plátnech kin

122 HUDBA

Novinky z hudebního světa

123 KNIHY

Nové čtení

124 ROZHOVOR S JANEM BUDAŘEM

Herec a hudebník si s námi povídal o hudbě, vztazích, o životě a o tom, jak se mu odcházelo z Brna do Prahy

