

# Obsah

## ROZHOVOR

- 8 Tunelování, knedlíky a houfnice...  
aneb Jak Češi dobývají svět  
(s Karlem Olivou hovoří  
Daniela Kramulová)



## VZTAHY

- 12 Život je krátký, dopřejte si aférku!  
(Jana Abelson Třízilová)  
16 Co dělá z kluků muže? (Michal Vybíral)  
18 Vyznáte se v něm? Seriál o lidských  
povahách, 8. část: Kam vítr,  
tam plášt (Jitka Douchová)  
21 Asistovaná reprodukce  
s božím požehnáním (dak)

## TÉMA

- 22 Může mentální trénink zlepšit naši  
osobnost? (Daniela Kramulová)  
24 Multitasking (Vladimír Tuka)  
27 Zabiju tě myšlenkou  
(Daniela Kramulová)



## Můžeme tréninkem mozku změnit osobnost?

str. 22



## ŽIVOTNÍ STYL

- 28 Dům všemi smysly (Jan Rampich)  
32 Česko pohledem cizince  
(Lenka Rákosová)

## TRENDY

- 34 Jsem introvert. Proč je to chyba?  
(ukázka z knihy Susan Cainové Tícho)

## PSYCHOLOGICKÝ TEST

- 37 Shodnete se s partnerem, když  
jde o peníze? (připravila dak)

## VĚDA

- 38 Mozek, který nikdy nespí. Nové objevy  
v oblasti poruch spánku (The Beastess)



## TERAPIE

- 42 Co přinese reforma psychiatrie?  
(S Martinem Hollým hovoří  
Daniela Kramulová)  
45 Narativní psychoterapie v práci  
se vztahy (Olga Kunertová)

## DIAGNÓZA

- 48 Somatoformní poruchy: Když tělo  
stůně za duši (Miroslav Orel)

## ZDRAVÍ

- 52 Zbavím se koktání? (Josef Pařenica)



## SPOLEČNOST

- 54 Víra ve spravedlivý svět  
(Zuzana Zlámalová)  
57 V péči o druhé jsem se našla (red)

## OSOBNÍ ROZVOJ

- 58 Vzdělání: benefit moderního  
zaměstnance (s Radomilem  
Bábkem hovoří Jana Becková)

## ZAÚJALO NÁS

- 60 Radostná kniha o smutku, smutná  
kniha o radosti (Marie Těthalová)

## POVÍDKA NA ZÁVĚR

- 64 Pod jabloní (Jana Kárníková)