



18 TĚMA STARÁ LÁSKA NEREZAVÍ? (MATYÁŠ ZRNO)

24 DOHÁNÍ VÁS ŠÉF
K ŠÍLENSTVÍ?



OBSAH

ROZHOVOR

- 08 CHYBÍ NÁM NADHLED A SOUCIT
(ROZHOVOR S REŽISÉRKOU JANOU POČTOVOU)

VZTAHY

- 14 VZTAHY NA DÁLKU. MAJÍ ŠANCI?
(MOJMÍR SEDLÁČEK)



ŽIVOTNÍ STYL

- 24 TYPY ŠÉFŮ, KTEŘÍ VÁS DOVEDOU K ŠÍLENSTVÍ
(MOJMÍR SEDLÁČEK)
- 26 SPECIÁLNÍ SOUROZENCI (DAVID HAVELKA)

VĚDA

- 30 OSM HODIN SPÁNKU: NUTNOST, NEBO MÝTUS?
(JAROSLAV PETR)



ZDRAVÍ

- 35 CO NÁM BERE ENERGIÍ?
(PSYCHOLOGIE NA TALÍŘI)

SPOLEČNOST

- 36 VOLÍM HLAVOU, NEBO SRDCEM? (MATYÁŠ ZRNO)
- 38 ZÁLOŽÁCI (MATYÁŠ ZRNO)
- 42 HUMOR JE ZBRÁNÍ DUŠE V BOJI O PŘEŽITÍ
(MILAN HES)

LEGRACE S TUŽKOU

DO POHODY
S NEŠPOREM



TERAPIE

- 46 PROKLETÍ HRANIČNÍ PORUCHY (ROMAN PEŠEK)
- 49 PORADNA (KATEŘINA RODNÁ)
- 50 NEUKONČENÉ TERAPIE (TEREZA BALTAG)
- 53 HUSÍ KEJHÁNÍ A USPÁVÁNÍ DĚTÍ
(SLOUPEK MILANA PETRÁKA)

UKÁZKA

- 56 CO NÁS NEZABIJE... (STEPHEN JOSEPH)

PSYCHOLOGIE

Vydává: Portál, s.r.o., Klapkova 2, 182 00 Praha 8 • IČO: 49623354 • **Publikační ředitelka:** Svatava Barančicová • **Redakce:** Matyáš Zrno (šéfredaktor), Mojmir Sedláček (redaktor), tel.: 283 028 404, e-mail: psychologie@portal.cz • **Spolupracovníci redakce:** Kateřina Rodná, Pavel a Helena Hartlovi, Nikola Hořejš, Stanislav Komárek, Eva Kubová, Jaroslav Petr, Pavla Koucká • **Grafický návrh:** Marek Fárkaš • **Grafická úprava:** Filip Stránský • **Korektury:** Radmila Pavelková • **Inzerce:** Richard Klimeš, GSM: 724 635 672, tel.: 283 028 402, klimesr@portal.cz, Jakub Podaný, GSM: 732 981 537, tel.: 283 028 412, podany@portal.cz • **Redakční rada:** Gabriela Dymešová, Radkin Honzák, Martina Klicperová Baker, Helena Klimová, Petr Macek, Jiří Šípek, Jaroslav Šturma, Petr Weiss • **Časopis vychází měsíčně, číslo 10, 27. září 2017** • Foto na obálce a nesigované fotografie: www.shutterstock.com / © Shutterstock • **Cena výtisku:** 53 Kč, roční předplatné (11 čísel) 520 Kč • **Nevyžádané příspěvky nevracíme.** • **Redakce si vyhrazuje právo texty krátit a upravovat.** • **Uveřejňované texty nemusejí vyjadřovat názory a postoje redakce a vydavatele.** • ISSN 1212-9607 • **Evidenční číslo tiskoviny:** MK ČR E 7591 • **Tisk:** Triangl, a. s. • **Předplatné a reklamace:** SEND Předplatné, s.r.o., Ve Žlíbkou 1800/77, Hala A3, 193 00 Praha 9 – Horní Počernice, tel.: 225 985 225, fax: 225 341 425, e-mail: portal@send.cz • **Objednávky SMS zprávou:** 605 202 115 (uveďte název časopisu, počet kusů, adresu příjemce) • e-mail: portal@send.cz; www.send.cz • **Distribuce:** PNS, a. s. • **Distribuci pro nevidomé zajišťuje SONS.** • **Distribuce na Slovensku:** Magnet press, Slovakia, s.r.o., Šustekova 8, 851 04 Bratislava, tel.: 02/672 019 31-3, e-mail: predplatne@press.sk, www.press.sk • **Mediaprint-Kapa Pressegrasso, a. s., Vajnorská 137, P. O. Box 183, 830 00 Bratislava 3, tel.: 02/444 588 21, fax: 02/444 588 19** • **Distribuce do zahraničí (mimo SR):** Suweco, s.r.o., Českomoravská 21, 182 21 Praha 9, tel.: 800 113 623, e-mail: obchod@suweco.cz