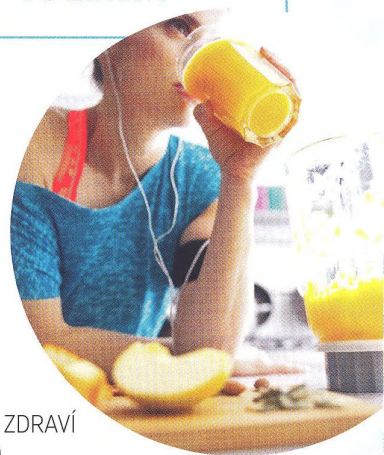


28 TĚMA ZNÁSILNIL MĚ PARTNER (MOJMÍR SEDLÁČEK)

24 NEZDRAVÁ TOUHA
PO ZDRAVÍ



OBSAH

ROZHOVOR

- 08 HRDÍ NA SVOU PRÁCI MŮŽETE BÝT I ZA MÁLO PENĚŽ
(ROZHOVOR S NOVINÁŘKOU SAŠOU UHLOVOU)

VZTAHY

- 14 JAK BUDOVAL VZTAH NA CELÝ ŽIVOT
(MOJMÍR SEDLÁČEK)
- 19 CO JE PŘIROZENÉ, TO JE DOBRÉ?
(SLOUPEK MILANA PETRÁKA)
- 20 ŽENY SVŮJ VÝBĚR MĚNÍ, MUŽI NE... (MOJMÍR SEDLÁČEK)



ŽIVOTNÍ STYL

- 22 JAK UVOLNIT VYČERPANÉ RODIČE (PAVLA KOUČKÁ)
- 26 CHUDÍ EXTROVERTI (MATYÁŠ ZRNO)

VĚDA

- 32 DOPING PRO UNAVENÝ MOZEK (JAROSLAV PETR)

ZDRAVÍ

- 36 NEZDRAVÁ TOUHA PO ZDRAVÍ
(LENKA MYNAŘÍKOVÁ)
- 41 POZOR NA MOUKU A PEČIVO
(PSYCHOLOGIE NA TALÍŘI)

SPOLEČNOST

- 44 RAYMOND MOODY V PRAZE (VERONIKA NOUZOVÁ)

4 ZÁSADY
KOMUNIKACE
BEZ NEHOD
OSOBNÍ ROZVOJ
(HELENA CHVOJKOVÁ)



TERAPIE

- 46 KDYŽ TERAPEUT POTŘEBUJE TERAPEUTA
(JARMILA RÝDLOVÁ)
- 48 PORADNA (JARMILA RÝDLOVÁ)
- 50 NA DEPRESI NENÍ NIC VZNEŠENÉHO
(MARIE TĚTHALOVÁ)
- 55 RIZIKOVÉ EMOCE (DO POHODY S NEŠPOREM!)

RECENZE

- 59 SPIRITUALITA ŽITÁ V RODINĚ (IVAN RYŠAVÝ)

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 Hořejší, Stanislav Komárek, Eva Kubová, Jaroslav Petr, Pavla Koučková • **Grafický návrh:** Marek Farkaš • **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 11, 31. říjen 2017 • Foto na obálce a nesignované fotografie: www.shutterstock.com / © Shutterstock • **Cena výtisku:** 53 Kč, roční předplatné (11 čísel) 520 Kč • Nevýžádané 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 Žlíbku 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 Pressgrosso, 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