




# Obsah

- |                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 1. CO JE TO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ? | 6   |
| 2. VE TVÉM MOZKU            | 8   |
| 3. JAK SE CÍTÍŠ?            | 18  |
| 4. KDO JSI?                 | 38  |
| 5. V ZRCADLE                | 56  |
| 6. PŘÁTELE                  | 78  |
| 7. RODINA                   | 102 |
- 

8. SEX A ROMANTIKA	124
9. NA INTERNETU	150
10. TĚŽKÉ ČASY	171
11. PROBLÉMY S DUŠEVNÍM ZDRAVÍM	190
12. DEPRESE A ÚZKOST	200
13. PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY	227
14. VYHLEDÁNÍ POMOCI	248