

OBSAH

PSYCHOLOGIE

1. Jak zkoumat mysl? Cesty k pochopení psychologie a chování.....	2
2. Co nás utváří?.....	9
3. Jakým způsobem se učíme a uchováváme informace v paměti?	16
4. Co nás spojuje a co nás činí jedinečnými?	26
5. Jak se vyvíjí naše psychika během života?	35
6. Jak řešit a zvládat krizové situace?	43
7. Normální, nebo varovný signál? Jak poznat psychické obtíže?.....	51
8. Jak být v pohodě?	59

SOCIOLOGIE

1. V jaké společnosti dnes žijeme?.....	66
2. Jak zkoumáme společnost?.....	75
3. Co vše nás (mě) ovlivňuje?	82
4. Kdo jsem (a co tady dělám)?	90
5. Jak zlepším svoji komunikaci (s druhými)?	98
6. Proč jsme tolik odlišní? (Respektujeme se?).....	106
7. Jaké jsou vztahy mezi rozdílnými kulturami a společnostmi?.....	115
8. Jsem skutečně svobodný/á?.....	122

Slovníček pojmů	130
-----------------------	-----

Rejstřík	134
----------------	-----