

OBSAH

KAPITOLA 1

KDO JE ŠŤASTNÝ, ANEB O TĚŽKOSTECH ŽIVOTA	1
1. STRES	1
2. NENECHAT SE UDOLAT	36
3. JE NA TOM LÉPE EXTROVERT NEBO INTROVERT?	41
4. ZÁLEŽÍ NA TOM, JAK TO KDO VIDÍ (KOGNITIVNÍ STYL, STYL VNÍMÁNÍ)	50
5. NĚKDY NA NÁS PADNE BEZNADEJ	59

KAPITOLA 2

JAK TO TEDY ZVLÁDNOUT?	67
------------------------	----

KAPITOLA 3

VĚDOMÍ A NEVĚDOMÍ	79
-------------------	----