

OBSAH

PSYCHOLOGIE

1. Jak zkoumat mysl? Cesty k pochopení psychologie a chování.....	2
2. Co nás utváří?.....	7
Myšlenková mapa a test	12
3. Jakým způsobem se učíme a uchováváme informace v paměti?	14
4. Co nás spojuje a co nás činí jedinečnými?	20
5. Jak se vyvíjí naše psychika během života?	26
Myšlenková mapa a test	31
6. Jak řešit a zvládat krizové situace?	34
7. Normální, nebo varovný signál? Jak poznat psychické obtíže?.....	40
8. Jak být v pohodě?	47
Myšlenková mapa a testy	52

SOCIOLOGIE

1. V jaké společnosti dnes žijeme?	57
2. Jak zkoumáme společnost?.....	62
3. Co vše nás (mě) ovlivňuje?	68
Myšlenková mapa a test	74
4. Kdo jsem (a co tady dělám)?	77
5. Jak zlepším svoji komunikaci (s druhými)?	83
Myšlenková mapa a test	88
6. Proč jsme tolik odlišní? (Respektujeme se?).....	90
7. Jaké jsou vztahy mezi rozdílnými kulturami a společnostmi?.....	95
8. Jsem skutečně svobodný/á?.....	99
Myšlenková mapa a testy	104