

NA TEMAT

14 Kiedy świata jest za dużo, czyli sceny z życia wrażliwych smoków

Jak żyć, będąc WWO? Co robić, a czego nie robić ze swoją wrażliwością? Z Katarzyną Kucewicz rozmawia Edyta Żmuda

20 Gdy ona się wzrusza, a on wzrusza ramionami

Jak zadbać o relację, gdy jedno z partnerów czuje bardziej?

24 Dzieci o cienkiej skórze

W jaki sposób podążać za ich wyjątkowym odczuwaniem świata?



PSYCHOLOGIA I ŻYCIE

30 Poruszeni muzyką

Jak nasze ciało reaguje na muzykę i wpływa na to, jak ją odbieramy?

36 Jak uczy się bólu?

O tym, co wpływa na doświadczanie bólu i mechanizmy, jakie nim rządzą, rozmawiają Przemysław Bąbel i Dorota Krzemionka

44 Podniecająca moc mamony

Dlaczego tak bardzo pragniemy pieniędzy?

50 Mom-shaming

W jaki sposób zawstydzane są matki i czy można obronić się przed krytyką w macierzyństwie?



56 Gdy seks nie cieszy

Jak sobie poradzić, jeśli problemy seksualne w związku wiążą się z depresją jednego z partnerów?

TRENING PSYCHOLOGICZNY

62 Borderline, czyli życie z partnerem pod napięciem

Jak sobie radzić w relacji z osobą dotkniętą borderline?

68 „Żeby mi się chciało tak, jak mi się nie chce”

Jak ponownie rozpałić związek?

72 Body positive, czyli o szacunku do własnego ciała

W jaki sposób spojrzeć na siebie bardziej pozytywnie?

PORADNIK POZYTYWNEGO MYŚLENIA

78 O (nie)ładnej pogodzie

Natalia de Barbaro

81 Uciesz się sobą, człowieku!

Jak zaakceptować samego siebie i żyć ze sobą w zgodzie?

86 Żeby dawać, trzeba mieć

O tym, co wnosi blask do życia z Marią Szyszkowską rozmawia Paulina Chołda

NA STAŁE

6 Listy

8 Warto wiedzieć

10 Myśli przechwycone

12 Ewa Winnicka – Nieracjonalne marzenia

13 Festiwal Miłosza prezentuje

60 Tomasz Maruszewski – Paradoxy czasu

90 Kuba Kapral – 15 min .

91 Książka na lato

92 Jacek Bomba – Czego by się tu bać?

93 Kącik dziecka i rodzica

94 Paulina Małochleb – Macierzyńskie wsparcie

96 Mieć czy być kulturalnie

