

Spis treści

Wstęp. Czy starożytność może jeszcze inspirować?	VII
1 Jak rozumieć złoty środek?	1
2 Wszystko zależy od dzieciństwa?	9
3 Czy bezpieczeństwo i dobre samopoczucie są takie istotne?	19
4 W jakim stopniu wysoka samoocena uczyni cię szczęśliwym?	29
5 Czy samoopis gwarantuje rzetelną diagnozę?	39
6 Czy nie przesadzamy ze znaczeniem osobowości?	49
7 Prawdy i fikcje o rozwoju osobistym	59
8 Czy potrzebne jest chwalenie innych?	69
9 Media społecznościowe czy antyspołecznościowe	77
10 Między optymizmem a pesymizmem	89
11 Co to znaczy szczęśliwe życie?	99
12 Jak bardzo motywują pieniądze?	109
13 Dawać czy brać – między altruizmem a egoizmem	119
14 Natura ludzka czy natura człowieka Zachodu?	129

15 Dlaczego inteligencja jest fetyszem?	139
16 Między racjonalnością a nieracjonalnością	147
17 Czy wartości kierują naszym życiem?	157
18 Męskość-kobiecość, stereotypy i życie	167
19 Władza, dobra czy zła?	177
20 Granice empatii	187
21 Użyteczność i nieużyteczność asertywności	197
22 Blaski i cienie rywalizacji	207
23 Dlaczego tak trudno o złoty środek?	217
Bibliografia	223
Indeks	227
O Autorze	235