



European
School
of Business
& Management



SYLABUS MODULU

8. Life Design

Lektor: Ing. Yvona Charouzová

Anotace modulu:

Life Design jako cesta, která vede k úspěšnému splnění nejen pracovních cílů ale i životních snů.

Cíl modulu:

Zamyslet se nad svojí započatou cestou v oblasti designu životních cílů a vyhodnotit, jak na tom jsem a co musím doplnit a posílit.

Literatura:

1. ECKHARDTOVÁ, Dita. *Life management: jak získat více času, energie a pořádku v životě*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1488-4.
2. JEKLOVÁ, Marta a Eva REITMAYEROVÁ. *Syndrom vyhoření*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. ISBN 80-86991-74-1.
3. KRESANOVÁ, J. *Štěstí: metody měření a agregace*
4. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak neztratit nadšení*. Praha: Grada, 1998. Psychologie pro každého. ISBN 80-7169-551-3.
5. NEPOŽITKOVÁ, J. *Kvalita života a subjektivní charakteristiky zdraví*
6. PRIESS, Mirriam. *Jak zvládnout syndrom vyhoření: najděte cestu zpátky k sobě*. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5394-2.

7. STOCK, Christian. *Syndrom vyhoření a jak jej zvládnout*. Praha: Grada, 2010. Poradce pro praxi. ISBN 978-80-247-3553-5.
8. SUCHÝ, Jiří a Pavel NÁHLOVSKÝ. *Životní koučování a sebekoučování: klíč k pozitivním změnám a osobní spokojenosti*. Praha: Grada, 2012. Poradce pro praxi. ISBN 978-80-247-4010-2.
9. ŠTĚPÁNEK, M. *Solipsismus ve Wittgensteinově Traktátu*
10. ZANDL, Dita. *Life management: jak získat více času, energie a pořádku v životě*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1488-4.