



Syllabus modulu

8. Life Design

Lektor: Ing. Yvona Charouzová, DBA

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.

European School of Business & Management SE

Londýnská 376/57, 120 00 Praha 2
IČ: 29299306, DIČ: CZ29299306

☎ +420 221 620 232 ✉ info@esbm.cz
📠 +420 603 836 740 🌐 www.esbm.cz

