



Syllabus of Module

8. Life Design

Lecturer: Ing. Yvona Charouzová, DBA

Module Annotation

Life Design as a path that leads to the successful achievement of not only work goals but also life dreams.

Module Objective

To reflect on my journey in life goal design and evaluate where I am and what I need to add and strengthen.

Literature

1. ECKHARDOVÁ, Dita. Life management: jak získat více času, energie a pořádku v životě. Prague: Grada, 2006. ISBN 80-247-1488-4.
2. JEKLOVÁ, Marta and Eva REITMAYEROVÁ. Syndrom vyhoření. Prague: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. ISBN 80-86991-74-1.
3. KRESANOVÁ, J. Štěstí: metody měření a agregace.
4. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Jak neztratit nadšení. Prague: 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. Prague: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5394-2.
7. STOCK, Christian. Syndrom vyhoření a jak jej zvládnout. Prague: Grada, 2010. Poradce pro praxi. ISBN 978-80-247-3553-5.
8. SUCHÝ, Jiří and Pavel NÁHLOVSKÝ. Životní koučování a sebekoučování: klíč k pozitivním změnám a osobní spokojenosti. Prague: 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. Prague: Grada, 2006. ISBN 80-247-1488-4.