



European
School
of Business
& Management



SYLABUS MODULU

7. Self Leadership

Lektor: Ing. Yvona Charouzová

Anotace modulu:

Self Leadership cesta k osobní vyrovnanosti, spokojenosti a úspěchu.

Cesta ke šťastnému životu

Sebedisciplína jako základ pro sebeřízení

Řízení sebe sama prostřednictvím dobrého řízení času

Plánování jako nástroj sebeřízení

Sebeřízení

Covey a jeho 7 návyků

Síla motivace a sebemotivace

Cíl modulu:

Uvědomit si důležitost sebe sama ve schopnosti vlastního všestranného posunu a umění se řídit.

Literatura:

1. BÉREŠ, Marián. *Kouč vlastního života: cesta ke spokojenému životu*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4689-0.
2. COVEY, Stephen R. *7 návyků skutečně efektivních lidí: zásady osobního rozvoje, které změní váš život*. 3. rozšířené vydání. Přeložil Aleš LISA. Praha: FC Czech, zastoupení FranklinCovey v ČR a SR, 2016. ISBN 978-80-7261-403-5.
3. COVEY, Stephen R. *8. návyk: od efektivnosti k výjimečnosti*. Praha: Management Press, 2005. ISBN 9788072611386.
4. COVEY, Stephen R., A. Roger MERRILL a Rebecca R. MERRILL. *To nejdůležitější na první místo*. 2. vydání. Přeložil Aleš LISA. Praha: Management Press, 2015. ISBN 978-80-7261-294-9.
5. ECKHARDTOVÁ, Dita. *Life management: jak získat více času, energie a pořádku v životě*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1488-4.
6. HAJZLER, Tomáš. *Peníze, nebo život?: jak přestat vydělávat na život a začít i v práci žít*. Praha: PeopleComm, 2012. ISBN 9788090489035.
7. KNOBLAUCH, Jörg. *Cíle v pracovním i osobním životě*. Praha: Portál, 2013. ISBN 97880-262-0346-9.
8. LUDWIG, Petr. *Konec prokrastinace: [jak přestat odkládat a začít žít naplno]*. V Brně: Jan Melvil, 2013. Briqueet. ISBN 9788087270516.
9. PACOVSKÝ, Petr. *Člověk a čas: time management IV. generace*. Praha: Grada, c2006. Cesty k osobní prosperitě (Grada). ISBN 80-247-1701-8.
10. PLAMÍNEK, Jiří. *Sebezpoznání, sebeřízení a stres: praktický atlas sebezvládnání*. 3., dopl. vyd. Praha: Grada, 2013. Management (Grada). ISBN 978-80-247-4751-4.
11. RADCLIFFE, Steve. *Leadership: lídrem jednoduše a přirozeně*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4163-5.
12. SEIWERT, Lothar J. a Brian TRACY. *Jak sladit práci a osobní život: --a udržet si tělesnou i duševní pohodu*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-4021-8.
13. TRACY, Brian a Christina Tracy STEIN. *Najděte svůj bod rovnováhy: jak si vyjasnit priority, zjednodušit si život a získat víc*. Přeložil Jan KOVÁŘ. Olomouc: ANAG, [2016]. ISBN 978-80-7554-047-8.