

OBSAH

O AUTORECH	6
ÚVOD	7
1. SEBEPOZNÁNÍ	9
1.1 Úvod do problematiky a definice základních termínů ...	9
1.2 Interní zdroje – sebeuvědomění a sebepřijetí	11
1.3 Další možnosti a způsoby sebepoznání – vztah vnitřního a vnějšího světa	21
1.4 Od sebepoznání a sebeřízení ke strategickému řízení a vedení lidí	26
2. PRÁCE S ČASEM	28
2.1 Stanovení cílů	30
2.2 Analýza času	35
2.3 Nástroje řízení času	40
2.4 Předávání odpovědnosti a pravomocí	52
2.4.1 Vymezení základních termínů	53
2.4.2 Nutnost delegování	55
2.4.3 Postup při delegování	56
2.4.4 Výhody a nevýhody delegování	57
2.4.5 Úkoly vhodné k delegování	60
2.4.6 Výběr pracovníků	61
2.4.7 Průběžná kontrola a zpětná vazba	64
2.4.8 Příklady nesprávného delegování	66
3. PROBLEMATIKA STRESU A SYNDROMU VYHOŘENÍ ...	71
3.1 Problematika stresu	78
3.2 Prevence syndromu vyhoření	83
3.3 Závěr	89
LITERATURA	90
REJSTŘÍK	94
SEZNAM TESTŮ, TABULEK A OBRÁZKŮ	96