

# OBSAH

NAPSALI O KNIZE	2
O AUTORECH	6
ÚVOD	8
<b>1. kapitola: svět kolem nás</b>	<b>14</b>
TECHNOLOGIE A RYCHLE SE MĚNÍCÍ SVĚT	14
GLOBALNÍ VS. LOKÁLNÍ	19
GENERAČNÍ ROZDÍLY	20
KONVERGENCE GENERACÍ	23
POKROK VS. SMYSL ŽIVOTA	29
<b>2. kapitola: online doba a vzdělávání</b>	<b>32</b>
CELOŽIVOTNÍ VZDĚLÁVÁNÍ	33
NEUROPLASTICITA	38
ONLINE VZDĚLÁVÁNÍ	40
SOCIÁLNÍ SÍŤ	53
<b>3. kapitola: svět uvnitř nás – kdo jsem já</b>	<b>64</b>
JAK FUNGUJE NÁŠ MOZEK	65
PROSTŘEDÍ	66
RODIČOVSTVÍ, VÝCHOVA A SEBEPOZNÁNÍ	72
EMOCE A EMOČNÍ INTELIGENCE	73
JAK DÍTĚTI POMOCT, KDYŽ PŘIJDE NEGATIVNÍ EMOCE	78
TALENTY A SILNÉ STRÁNKY	87
TYPOLOGIE OSOBNOSTI	96
FLOW – SVATBA ÚSPĚCHU A ŠTĚSTÍ	98
HLEDÁNÍ INSPIRACE	105
MENTÁLNÍ ODOLNOST	107

## 4. kapitola: poznávání druhých – kdo jsou ostatní 116

KAŽDÝ JSME ORIGINÁL	116
PRÁCE S CHYBOU	119
ŠIRŠÍ RODINA – PRARODIČE A PŘÍBUZNÍ	128
RODINNÁ HIERARCHIE A ROLE V RODINĚ	130
KROUŽKY, SPORT, ZÁJMY	137
UČIT SE OD NEJLEPŠÍCH	142

## 5. kapitola: vztahy 150

VZTAH MEZI RODIČI A DĚTMI	152
DŮVĚRA	159
JAK PŘEDCHÁZET PORUŠOVÁNÍ PRAVIDEL A KONFLIKTŮM	162
ŘEŠENÍ KONFLIKTŮ	170
VZÁJEMNÁ OTEVŘENÁ KOMUNIKACE	175
PARTNERSKÝ VZTAH MEZI RODIČI	179
VZTAHY S NEJBLIŽŠÍM OKOLÍM	182

## 6. kapitola: rodina jako tým 188

FUNGUJÍCÍ RODINA JAKO ZÁKLADNÍ KOTVA	
KE ŠTĚSTÍ A ÚSPĚCHU	188
LEADERSHIP V RODINĚ	189
PRAVIDLA TÝMU	190
RODINA A JEJÍ SILNÉ STRÁNKY	199
RODINNÉ FLOW	206
OSOBNÍ A RODINNÉ HODNOTY	209
RODINNÁ MISE	212
WORK-LIFE BALANCE	215

## závěr 236

PODĚKOVÁNÍ	242
SPOJTE SE S NÁMI NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH	244
POTKEJTE SE S NÁMI V NAŠICH KURZECH	246
REJSTŘÍK	258