

## Obsah

<b>O autorovi .....</b>	<b>8</b>
<b>Úvod .....</b>	<b>9</b>
<b>1. Normální život .....</b>	<b>12</b>
1.1 Přece existuje něco víc! .....	12
1.2 Ochota se učit .....	21
1.3 Připravenost .....	27
<b>2. Výzva .....</b>	<b>28</b>
2.1 Jaké bohatství hledáš? .....	28
2.2 Víze a hodnoty .....	33
2.3 Stanovení cílů .....	36
2.3.1 Metody, aktivity, formy výuky .....	37
2.3.2 Hodnocení .....	42
2.3.3 Odměny a tresty, kázeňské vedení třídy .....	49
2.3.4 Komunikace ve třídě .....	50
2.3.5 Spoluúčast žáků na dění ve třídě .....	52
2.3.6 Pravidla .....	53
<b>3. Překážka .....</b>	<b>54</b>
3.1 Příliš velký skok vpřed .....	54
3.2 Potěšení, bolest a motivace .....	79
<b>4. Překonání .....</b>	<b>83</b>
4.1 Postav se svému strachu .....	84
4.2 Konfrontační dovednosti .....	86
4.3 Guru, učitel, mentoři .....	90
<b>5. Závazek .....</b>	<b>94</b>
5.1 Vše vytvoř znovu .....	94
5.2 Nový jazyk a psychologie .....	96

<b>6. Nové podmínky .....</b>	<b>98</b>
6.1 Dosažení vyšší úrovně .....	98
6.2 Rozpoznávání vzorů a změna .....	105
<b>7. Hluboká proměna .....</b>	<b>110</b>
7.1 Vstupuješ do dračí sluje! .....	111
7.2 Maření vlastní práce, omezující myšlenky .....	118
<b>8. Zánik .....</b>	<b>121</b>
8.1 Čelíš starým pokušením .....	121
8.2 Nalezení nových nástrojů .....	127
<b>9. Nový život.....</b>	<b>129</b>
9.1 Přeformulování hodnot a cílů .....	129
9.2 Nalezení nové orientace .....	133
<b>10. Nové odhodlání .....</b>	<b>139</b>
10.1 Nejsem už tím, kým jsem byl .....	139
10.2 Rozvíjení a cvičení nových návyků .....	142
<b>11. Poslední krok .....</b>	<b>144</b>
11.1 Postav se vnějším hrozbám .....	145
11.2 Vnitřní klíče, vnější dveře .....	157
<b>12. Mistrovství .....</b>	<b>158</b>
12.1 Ovládnutí svou světů .....	159
12.2 Koho jsem mentorem? .....	163
<b>13. Závěr .....</b>	<b>171</b>
<b>14. Literatura .....</b>	<b>174</b>