

# OBSAH

---

<b>1. Zamyšlení nad úlohou mzdové účetní ve firmě.....</b>	<b>1</b>
<b>2. Předpoklady úspěšného výkonu profese .....</b>	<b>5</b>
2.1. Kvalifikace .....	5
2.2. Osobnost .....	9
2.3. Vzhled .....	13
2.4. Pracovní prostředí .....	15
2.5. Pravidelné školení a profesní rozvoj .....	19
2.6. Kariéra mzdové účetní .....	21
<b>3. Význam hranic v práci mzdové účetní .....</b>	<b>23</b>
<b>4. Úspěšná komunikace, význam a zásady .....</b>	<b>27</b>
4.1. Verbální a neverbální komunikace.....	31
4.2. Konfliktní situace v práci mzdové účetní .....	35
4.3. Manipulace .....	37
<b>5. Duševní hygiena v životě mzdové účetní .....</b>	<b>41</b>
5.1. Možnosti a techniky prevence stresu .....	43
5.2. Jak zacházet se zdroji stresu, vycházejících z pracovního prostředí .....	47
5.3. Vyrovnání se stresem, vznikajícím z náhlé kumulace úkolů....	49
5.4. Další způsoby, jak obecně zvýšit svou toleranci vůči stresu .....	51
5.5. Životní změna a stres, vyhoření .....	53
5.6. Rovnováha práce a volného času jako jedna z cest ke snížení pocitu pracovního přetížení .....	59
<b>6. Zajímavé Internetové adresy pro mzdové účetní     a personalisty.....</b>	<b>65</b>