

# Obsah

<b>BYLO, NEBYLO...</b>	9
<b>TEORIE</b>	14
Být vypravěčem	14
Proč vyprávět příběhy?	17
Role příběhů v životě	18
Mozek a příběh	21
Příběh prodává	25
Definice storytellingu	26
<i>Co storytelling není?</i>	27
<i>Co udělá dobrý příběh skvělým?</i>	27
<b>STRUKTURA</b>	30
Struktura K-Á-V-A	32
<i>Kontext</i>	33
<i>Akce</i>	34
<i>Výsledek</i>	35
<i>A co z toho? Poselství</i>	36
Konflikt v příběhu	43
Kruh hrdiny	50
Příběhová struktura Pixar	54
<i>Příběhový model Pixar</i>	56
<i>Hledá se Nemo v Pixaru</i>	58
Pomůcka struktury K-Á-V-A i Pixar: šest obrázků	60

<b>DYNAMIKA</b>	63
Zpomalování a zrychlování	64
Detail	64
<i>Kde vám tedy detail pomůže?</i>	65
Drama	66
Dialogy	67
Tělo v pohybu	71
<b>PUBLIKUM</b>	77
<i>Neprezentujte, ale konverzujte</i>	78
<i>Kdo je publikum?</i>	78
4P publika	79
Jistota, vztah, autonomie, status	82
<b>JÁ, VYPRAVĚČ...</b>	86
<i>Proč je důležité znát svůj příběh?</i>	87
Jak se lépe poznat prostřednictvím příběhů	88
Odvaha být sami sebou, autenticita	96
<i>To mám být osobní?</i>	96
Charakter	99
Inspirace ze světa archetypů	105
<i>Řízení egem: tvůrce, hrdina, kouzelník</i>	107
<i>Pořádek musí být: mudrc, vládce, neviňátko</i>	110
<i>Ve službách sociálních potřeb: milovník, pečovatel, obyčejný člověk</i>	113
<i>Svoboda nadevše: objevitel, rebel, šašek</i>	116
<b>MENTÁLNÍ A FYZICKÁ PŘÍPRAVA</b>	120
1. Zjistěte, z čeho vlastně máte strach, aneb Poznej nepřítele!	121
2. Napijte se a volně dýchejte	122

3. <i>Víra v úspěch</i>	123
4. <i>Tělo, které nezradí</i>	124
5. <i>Příprava a výbava</i>	129
6. <i>Konverzujte a dívejte se</i>	130
7. <i>Jak na trapasy? Ano, a!</i>	130
8. <i>Respektujte, neohromujte a trénujte</i>	136

<b>KREATIVITA A INSPIRACE</b>	137
<b>Jak vypnout kritika a dovolit si tvořit?</b>	138
<b>Když mě nic nenapadá?! Spouštěče!</b>	139
<i>Co jsou spouštěče?</i>	140
<i>Jak rozbít kreativní blok?</i>	141
<b>Otázky a témata</b>	144
<b>Vyzývejte se</b>	146
<b>Kreativní limity</b>	148
<b>Dělejte si šuplíky příběhů</b>	150

<b>HUMOR V PŘÍBĚHU</b>	153
<b>Co je humor?</b>	153
<i>Jak se stát zábavným?</i>	155
<b>Recept na humor v šesti ingrediencích</b>	156
1. <i>Protivník</i>	157
2. <i>Postoj proti</i>	158
3. <i>Pravda</i>	160
4. <i>Přehánění</i>	161
5. <i>Pocity</i>	162
6. <i>Překvapení</i>	162
<b>Hra se slovíčky</b>	163
<b>Pravidlo tří</b>	166
<b>Pravidla humoru – souhrn</b>	167

<b>PAMĚŤ A ZAPAMATOVATELNOST</b>	168
<i>Příběhy léčí paměť</i>	168
<i>Jak se neztratit</i>	169
<b>Pamatovací „P“</b>	171
<b>SUMÁŘ PRAVIDEL</b>	174
<b>ZÁVĚR</b>	175
<b>ZDROJE</b>	177