



OBSAH

ČÁST I. PRÁCE	11
Manažerky nepotřebují poučovat	13
Jsou ženy stejně dobré manažerky jako muži? Předsudky jako překážka v kariéře. Femininní a maskulinní mentalita. Tajemství efektivního managementu: dvě mentality - maskulinní (kontroverzní) a femininní (koncesivní).	
Práce a rodina	25
Lidská společnost je společností práce a rodiny. Paradoxně sice představuje rodina pro manažerku vyšší pracovní zatížení, avšak výsledky výzkumu současně prokazují, že mnohočetné role jsou pro ženu přínosné.	
Psychosociální stres žen	32
Předsudky v posuzování rozdílů v reakci na stres mezi ženami a muži. Ženy nejsou citlivější. Naopak, jsou proti stresu odolnější. Pozitivní význam vícečetných rolí. S čím se musíte v určitém postavení vyrovnat. Jak si poradit se stresem.	
Zásady duševní hygieny pro manažerky	44
Problémy, s nimiž se určitě setkáte a jak se s nimi vyrovnat. Jak čelit předsudkům. Proč je stres problém a jak mu čelit. Jak si zachovat zdraví a nepodléhat stresu.	

Jak je tomu s manažerskými schopnostmi žen?	51
Chtějí se ženy stát manažerkami? Minimální počet žen v řídicích funkcích. Jak se mají manažerky chovat v dnešní společnosti? Překonání sexismu. Existují různé styly managementu mužů a žen? Ženy jsou stejně úspěšné manažerky jako muži.	
Můj podnik je moje rodina!	60
Nedejte se svádět vizí! Způsob vedení se řídí cílem, ne vizí! Který způsob vedení je pro manažerku nejvhodnější? Výhody a nevýhody autoritativního způsobu řízení – v podniku i v rodině. Co lidé očekávají od manažerky?	
Problémy komunikace	69
Není vedení bez komunikace. Význam navázání kontaktu. Prvních pět minut... Lichotky lopatou. Jak poznáme, co lidé míní tím, co říkají? Komunikace verbální, paraverbální a nonverbální. Jak se vytváří sociální klima? Jak překonat překážky, na které manažerka v komunikaci narazí? Schopnost empatie a intuice.	
Tajemství efektivní komunikace	77
Dvě zásady komunikace. Nebojte se asertivity! Komunikace je vytváření sociálního vztahu. Význam podvědomí.	
Taktiky komunikace	85
Šest taktik komunikace. Komunikace a sociální hry. Problém sociální hry vůbec, její rizika.	
ČÁST II. RODINA	97
Manažerka – manželka	99
To nejhorší – hra na rodinu. Může si manažerka dovolit mít svoji rodinu? Tři zásady sobeckosti. Čtyři priority v rodině. Byla jste dostatečně sobecká?	

Tradice ve zvládání rodiny	109
Význam tradic jako způsobu komunikace a výrazu pohlazení. Vánoce jsou přede dveřmi. Vánoce se připravují předem – dlouho předem. Dárky – kdy a jak, komu ano, komu ne!	
Sociální hierarchie v rodině	117
Které faktory jsou důležité pro udržení rodiny? Záludnosti a rizika zvládání vlastní rodiny. Jak se získává společenská autorita? Situace v rodině se vyvíjí. Respekt a autorita.	
Šikana v rodině	125
Šikana je projevem narušené sociální hierarchie; existuje i v rodině. Šikanovaný provokuje agresi. Dítě může šikanovat svoji rodinu. Příčiny šikany. Význam tolerance.	
Rodinná rizika	130
Kritické momenty v rodině. Co dělat v krizi. A co když mám doma dospívající dítě? Jak se pozná puberta? Změna v chování. Navázání komunikace. Co z toho plyne pro manažerky? Na nápravu vztahů mezi lidmi není nikdy pozdě!	
Nerovné manželství	141
Zklamání v rodině. Co dělat, když jsem si vzala nesprávného manžela? Nikoho nelze předělat. Jaké je řešení, když už k nejhorsímu došlo?	
Scylla a Charybda sexu v manželství	146
Otázka sexu v každém věku. Člověk je hypersexuál. Co manželská věrnost? Je mimomanželský vztah řešení? Žárliвість, zkáza lásky. Předpoklady šťastného manželství.	
Jaká bude postmoderní společnost?	153
Problémy s muži. Neschopnost mužů přizpůsobit se změněným poměrům. Muži přestávají být schopni spo-	

lupodílet se na zabezpečení rodiny. Závažná hrozba femininí společnosti: rozpad rodiny.

Literatura 160

Rejstřík 161