

OBSAH:

1	Úvod	4
1.1	Smysl lekce	4
1.2	Struktura lekce	5
1.3	Úvodní otázky pro sebereflexi	6
1.4	Očekávaný výstup lekce	8
1.5	Témata a cíle lekce	8
2	Jak realizovat tuto lekci	10
2.1	TÉMA A – Moje osobnost.....	10
2.1.1	Cíle.....	10
2.1.2	Praktická teorie	10
2.1.3	Doporučený postup	12
2.1.4	Evaluace.....	13
2.1.5	Seznam aktivit.....	14
2.2	Téma B – Poznáváme svůj temperament – extraverte - introverte	15
2.2.1	Cíle.....	15
2.2.2	Praktická teorie	15
2.2.3	Doporučený postup	16
2.2.4	Evaluace.....	17
2.2.5	Seznam aktivit.....	18
2.3	Téma C – Poznáváme svůj temperament – rychlost, intenzitu a proměnlivost našeho prožívání a chování.....	19
2.3.1	Cíle.....	19
2.3.2	Praktická teorie	19
2.3.3	Doporučený postup	22
2.3.4	Evaluace.....	23
2.3.5	Seznam aktivit.....	24
2.4	Téma D – Co je součástí motivace – potřeby	25
2.4.1	Cíle.....	25
2.4.2	Praktická teorie	25
2.4.3	Doporučený postup	30
2.4.4	Evaluace.....	31

2.5	Téma E – Co je součástí motivace – hodnoty a vzory	32
2.5.1	Cíle	32
2.5.2	Praktická teorie	32
2.5.3	Doporučený postup	32
2.5.4	Evaluace	33
2.6	Téma F – Co je součástí motivace – zájmy	34
2.6.1	Cíle	34
2.6.2	Praktická teorie	34
2.6.3	Doporučený postup	34
2.6.4	Evaluace	35
2.7	Téma G – Co je součástí motivace – zvyky	36
2.7.1	Cíle	36
2.7.2	Praktická teorie	36
2.7.3	Doporučený postup	36
2.7.4	Evaluace	37
2.8	Téma H – Moje schopnosti	39
2.8.1	Cíle	39
2.8.2	Praktická teorie	39
2.8.3	Doporučený postup	40
2.8.4	Evaluace	42
2.8.5	Seznam aktivit	42
3	Použitá a doporučená literatura	43
4	Podrobný popis vybraných aktivit	44
	A1 Abeceda	45
	A2 Jako já	48
	A3 Vizitka	50
	B1 Regulovčik 1	51
	B2 Jste introvertní nebo extravertní	53
	C1 Regulovčik 2	55
	H1 Kruh schopností	56
	H2 Reklama	59