

Obsah

O autorech	6
Řekli o knize	7
„Před-mluvení“ o životě	9
Prolog: Setkání se Životem	11
1. Život? Premiéra bez generálky	13
2. Objevení třetího života	19
3. Jak pracuje životní kouč?	23
4. Koučujte sami sebe	31
5. Životní koučování jako benefit	35
6. Životní otazníky a imperativy	39
7. Jak proti nudě a stereotypu ve vztazích? Metoda pozitivního překvapení	47
8. Řešit, či neřešit životní problémy?	51
9. Vize budoucnosti – kompas pro život	57
10. Životní styl a jeho 12 modulů	67
11. Metody práce životního kouče	79
12. Příběhy z praxe životních koučů	97
13. Boj na dvou frontách, nebo mírové soužití?	109
Použitá literatura	110