

# OBSAH

<b>I. POZNEJ (ALESPOŇ V MEZÍCH MÍRNÉHO POKROKU A ZÁKONA) SEBE SAMA?! . . . . .</b>	<b>7</b>
Pár řádek teorie aneb Co to je, když se řekne „osobnost“ . . . . .	9
Know-how výcviku pansofického managementu aneb Jak se stát úspěšným . . . . .	13
A zpět k realitě . . . . .	17
Retrotesty nejen z Jilemnice . . . . .	17
Testy:	
Jakou máte paměť? . . . . .	18
Zkouška paměti s rozptylem. . . . .	19
Introverze-extroverze . . . . .	20
Jste (věčně) mladí? . . . . .	22
<b>II. TESTY (KONEČNĚ PŘEVÁŽNĚ) VÁŽNĚ. . . . .</b>	<b>24</b>
Testy:	
Jste tvůrci svého osudu? . . . . .	24
Co vás čeká a nemine. . . . .	26
Jste introvertní, nebo extrovertní?. . . . .	29
Jste řádní lidé? . . . . .	31
Jste muž, nebo žena? . . . . .	33
Macho, nebo slušný, zodpovědný a seriózní muž? . . . . .	34
Jste „tvrdí“, „měkcí“, konzervativní nebo radikální? . . . . .	36
<b>III. „KDO, CO, KDE, KDY, JAK...“ JSEM JÁ? . . . . .</b>	<b>40</b>
Testy:	
Chtěl bych mít svoje foto nejen na nočním stolečku... . . . .	40
Jak hodnotíte své místo ve světě? . . . . .	42
Hamiltonova stupnice pro hodnocení deprese (v sebehodnotící úpravě) . . . . .	45
Jaký vlastně jsem? . . . . .	49
Co si odnášíte do života? . . . . .	51
Testy:	
Přistříhovali vám rodiče křídla? . . . . .	51
Vy a váš scénář . . . . .	53
Jste zralou ženou zbytečně si komplikující život?. . . . .	55
Jak hodnotíte životní události? . . . . .	56



Intelekt skutečně není všechno . . . . . 58

Testy:

Umíte hospodařit s časem? . . . . . 58

„Věkové IQ“ . . . . . 59

Vycházíte se svými emocemi? . . . . . 60

Pro „zahradníky-amatéry“: Jakým způsobem se proSAZUjete? . . . . . 62

Risk = zisk . . . . . 65

Ctíte tradice? . . . . . 67

#### **IV. VY A 100+1 PROJEVŮ VAŠEHO CHOVÁNÍ . . . . . 71**

Testy:

Skřivánek, nebo sova? . . . . . 72

Jak nakládáte s časem? . . . . . 74

Jakou máte vůli? . . . . . 76

Dovedete hospodařit s časem? . . . . . 77

Zájmy a vy . . . . . 80

Vy a vaše hodnoty . . . . . 83

Jste „samorost“, nebo osobnost spíše konvenční? . . . . . 85

Jste sám(a) sebou? . . . . . 87

Umíte improvizovat? . . . . . 88

Jste skutečně tolerantní? . . . . . 90

Sázíte na náhodu? . . . . . 92

Je pořádek váš „dobrý sluha“, nebo „zlý pán“? . . . . . 95

Je práce a úspěch vaše droga? . . . . . 96

Jste potenciálním workoholikem? . . . . . 98

Malá inventura . . . . . 99

#### **V. BONUS PRO SAMOZVANÉ DIAGNOSTIKY – ANEB NE, TAKHLE OPRAVDU NE! . . . . . 102**

#### **VI. MÍSTO ZÁVĚRU . . . . . 107**

Test:

Používáte ve stresových situacích rozum? . . . . . 107

**PŘEČTĚTE SI . . . . . 110**