



„Mám ráda přírodu. A talenty jsou trochu jako stromy. Každý je jiný, ale aby přinesly plody, je potřeba o ně pečovat,“ říká Soňa Plháková, již je v patách hovawart Max.

Hledání rovnováhy je celoživotní výzva

Soňa Plháková je psycholožka a personální poradkyně. Už druhým rokem pomáhá našim studentům zorientovat se v budoucí profesi, správně nastavit studium, zvládat stres i posilovat odolnost. Až díky ní jsem pochopila, jak podstatná je profese kariérového poradce. Tedy pokud ji vykonává profesionál, nikoli pokud zbyde na nejméně vytíženého pedagoga ve sboru.

TEXT: GABRIELA JURÁNKOVÁ

Mnoho pedagogů i rodičů se pozastavuje nad tím, že dnešní mladí většinou nemají jasnou představu o své budoucnosti. Osobně si myslím, že právě množství možností je tím, co je ničí. Až do té míry, že často i dvakrát, třikrát změní školu, studijní obor, o změně zaměstnání nemluvě.

Úplně si nemyslím, že starší generace X, tedy Husákovy děti, měla kdy si jasno. Osobně jsem toho důkazem. Moje studijní a pracovní kariéra nebyla zrovna přímá. Ale zpět k našim mladým z generace Y a Z. Zrovna dnes ráno jsem poslouchala rádio a zaslechla jsem velmi hezké přirovnání.

Jdu po poli a na něm jsou kupky sena. A dnešní mladí leží pod těmi kupkami. To seno jsou informace, které se na ně valí. Naše generace X musela informace složitě objevovat. Neměli jsme tu šíři a museli jsme ty správné informace dost proaktivně hledat. Kdežto dnešní mladí jsou naopak informacemi zavaleňováni tak, že se ani hýbat nemůžou.

Možnosti, které my starší oceňujeme, protože jsme je kdysi neměli, se stávají pro naše děti pastí?

Dá se to tak říct. Dnes můžete podat přihlášku třeba i na deset vysokých škol. A studenti to často využívají. Jenže jsou nezralí, nemají dospělácké strategie, a množstvím nabídek jsou tedy

často úplně paralyzovaní. Roli navíc sehrávají i sociální sítě, které ukazují, že všechno musí být super. Jenže realita je jiná. Pokud mě práce baví ze sedmdesáti procent, je to bomba. Ale vždycky bude v dospělém životě nějaká část rutiny, nudy, situací, které mi nevyhovují, nesedí, unavují mě. Jenomže mladí vidí svět černobíle. Chtějí, aby je práce bavila na sto procent, ale to není reálné.

Kdy můžeme u mladých lidí očekávat, že začnou vidět svět realističtěji?

Dozrávání je dnes zpomalené. Sociální zralost přichází až kolem dvacátého roku. A osobnost dozrává často až kolem třicátky. To je dnes doba, kdy lidé běžně znovu přehodnocují své životy.

Navíc dnes už si přece nikdo nemůže myslet, že se připravuje na jedinou životní profesi. Správně bychom se měli chystat na to, že pracovní život bude spíše jedna velká změna.

Samozřejmě je lepší, pokud se budoucí studenti budou držet jednoho oboru. Ten pro ně bude jakousi dálnicí, kolem které se celý život budou pohybovat. Pokud mne třeba zajímá práce s lidmi, pak osamělá práce ve skladu by byla cestou do Krkonoš. Bylo by lepší, aby měli tu svou D1 pořád na dohled.

Tou dálnicí myslíte nějaký můj talent?

Ano. A to je přesně práce kariérového poradce - objevit, která ta dálnice je zrovna ta vaše. Jenže celý svůj profesní život se potýkám s mylným názorem, že talent je jen jeden. Něco velmi úzkého a velmi specifického. Třeba jako hudební talent, který měl Mozart. Že člověk je prostě talentovaný programátor, který má matematicko-logickou inteligenci úplně na maximum a nic víc. Pravdou ale je, že mít talent jen na jednu oblast, to se objevuje zřídka. Mnohem běžnější je kombinace dvou, tří, někdy i čtyř schopností dohromady. A to je pro studenty, s nimiž talenty odhalujeme, často matoucí. Kupříkladu mně osobně šla na gymnáziu velmi dobře matematika, ale zároveň jsem vždy měla potřebu komunikovat, což je zase úplně jiná polovina mozku.

Vy jste krásný případ toho, že se člověk po nějaké cestě vydá, a skončí úplně jinde. Ale tu D1 u vás teda nevidím...

Ona zvenku právě příliš vidět není. Mí spolužáci z gymnázia to nechápali. Pokaždé, když jsem se po čase objevila na srazu absolventů, dělala jsem nebo studovala něco jiného.

Váš začátek studia byl přece technický a nyní jste psycholožkou.

Vezmu to tedy od začátku. Na gymplu jsem byla přesně ten student, kterému šlo všechno, ale nic konkrétně. Měla jsem samé jedničky a hodně stávena na výkonu. Velmi jsem se učila, takže jsem postupně ztrácela kontakt se sebou. Když se totiž snažíte obstát ve všech předmětech, nemáte čas se už věnovat sobě a svým zájmům. Za minulého režimu se navíc volila jen jedna vysoká škola. Takže logicky: jde ti všechno, zvol to nejtěžší, a to byla medicína. Jenže jsem se nedostala. A už to vypadalo, že půjdu pracovat, ale naštěstí tady ještě byla Vysoká škola báňská a s ní obor, kam nikdo moc nechtěl - neželezné kovy a jaderná energetika. Tak jsem tam šla.

Jaderná energetika?!

A šlo to lehce. Teprve na báňské se projevil další talent. Táta byl technik a já se jako malá hodně často točila kolem něj - a to mě ovlivnilo. A kdybych dnes volila znovu, tak jsem asi neurochirurg a pracuji s cétečky.

Zmínila jste zajímavou věc. Na gymnáziu jste jela hodně výkonně, a neměla tak čas se poznat. To je něco, co vyčítám gymnáziím. Zvláště víceletým. Zhltní studenta fakto- grafii, a ten pak nemá čas, prostor, chuť ani sílu objevovat to, co v něm skutečně je, co ho baví, čím by mohl v životě být.

Souhlasím a mám zkušenosti se studenty, kteří si prošli zahraniční střední nebo vysokou školou například v Kanadě či Americe. Vše je tam hodně postaveno projektově, nedrtí pouze fakta a cítí mnohem větší respekt. A mají pak větší chuť objevovat, zajímat se o různé profese a lépe se profilovat. Výkon je sice taky třeba podporovat, ale vyváženě.

Co můžu jako rodič nebo učitel dělat pro rozvoj talentu dítěte? Předpokládám, že s nějakým talentem se narodí každý.

Často se setkávám s obavou rodičů, kteří nechtějí, aby dítě šlo v jejich stopách. Z různých důvodů. Jen-



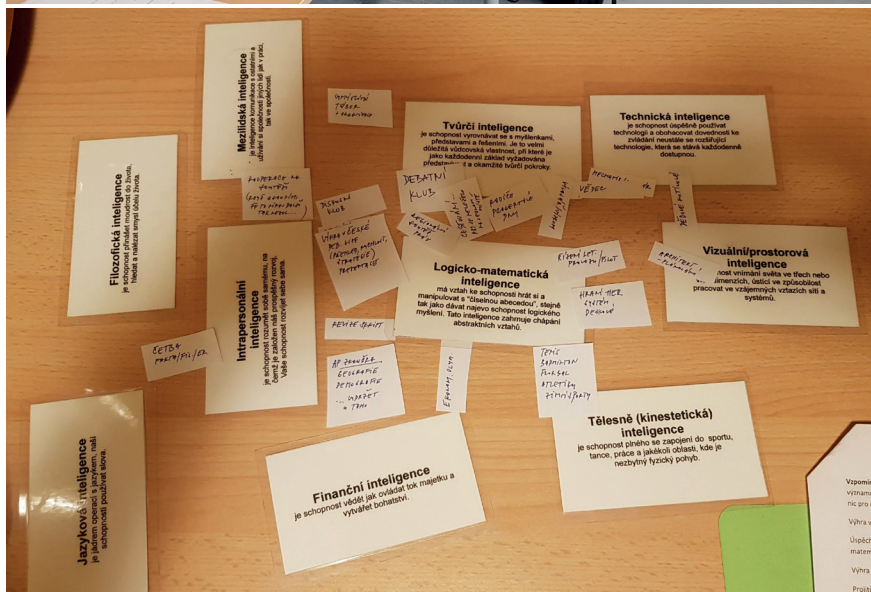
SOŇA PLHÁKOVÁ (* 1970)

Psycholožka a personální poradkyně. Pracovala v nadnárodní energetické korporaci, kde prošla různé pozice v marketingu, obchodu a PR. Od roku 2005 vede vlastní personální a psychologickou praxi. U individuální klientely se zaměřuje na práci s talentem, kariérové poradenství a rozvoj osobního potenciálu. Jako hlubinný psychoterapeut se věnuje především klientele s neurotickými, stresovými a úzkostnými poruchami.

že ono je naopak moc fajn, pokud vás dítě při práci vidí. A ideálně pokud tu práci máte rádi a děláte ji s nadšením. To je nakažlivé. A pokud vaše dítě má podobné vloh, klidně mu svou práci přiblížte. Ať si zkusí třeba brigádu v daném oboru. Hlídat se ovšem musí druhá situace, a to, když se dítě snaží rodiči zavděčit nebo mu vyhovět. S takovými studenty pak vášnivě diskutuju a často uzavíráme skoro až pakt proti rodičům. Motivuju takového studenta, aby si zkoušel i jiné věci. A dobrý rodič nebo učitel by to měl dělat taky. Líbí se ti zvučit? Fajn, tak jestli jsi technicky nadaný, dělej, k čemu máš blízko, a běž zvučit třeba školní kapelu. Zajímá tě matematika? Skvělé, využij grantu vysoké školy, která nabízí stáže středních školákům. Student musí být aktivní, vyzkoušet toho co nejvíc.



Studenti pracují s kartičkami talentových oblastí.



vydělaly peníze. Bez ohledu na to, co je baví.

Mně nedávno do ordinace přišla maminka se synem ve čtvrtém ročníku a říká: „My jsme se rozhodli pro ekonomku.“ Syn se trošku kroutil, tak se dívám do talentového dotazníku a vidím, že syn tančí break dance a skáče parkur. Pracuje tedy hodně a velmi přirozeně s tělem, navíc zanechává velice příjemný dojem, je komunikativní. Když jsme pak byli sami, ptám se ho, jestli opravdu chce na ekonomku. A on věděl velice přesně NE, že chce být fyzioterapeut. Co teď? A tak jsem mamince vysvětlila, že mají dvě možnosti. Buď kluk vystuduje ekonomku, je inteligentní, zvládne to, ale nebude ho to bavit, takže bude nejspíš průměrný ekonom. Anebo vystuduje fyzioterapii a bude skvělý fyzioterapeut, kterému lidi utrhnou ruce a rádi zaplatí za jeho služby. A hodně. Nakonec jsme zjistily, že blok byl v tatínkovi, který se živil jako trenér a fyzioterapeuti vnímali jako podřadné maséry. To už maminka zvládla lehce, a nakonec syna otec připravoval na talentovou část přijímaček.

Jak můžu nastartovat dítě, které je apatické?

Ptát se: Co tě baví? Co už jsi zkusil? Co tě zaujalo? Neseď na zadku, tady nic neobješíš, ale začni zkoušet a uvidíš, kam tě to pustí. Ve své poradně pracuji s teorií Howarda Gardnera, což je vývojový psycholog a profesor na Harvardu, který kdysi definoval, že každý člověk má více inteligencí. Definoval jich osm, nakonec jeho následovníci ještě čtyři přidali. Inteligencí je tedy dvanáct. Třeba logicko-matematická, jazyková, kterou mají učitelé či spisovatelé, tělesně-kinestetická typická pro sportovce, ale také lidé manuálně pracující, pak je tu hudební nebo interpersonální - tu mají sociální pracovníci nebo lidé v pomáhajících profesích. Nechám vždy studenty, aby své inteligence zkoumali, aby našli důkazy, že je mají. A pak ve druhé části zkoumáme vliv rodiny, koníčků, čím chtěli být jako děti.

A někteří studenti jsou velmi překvapeni, co se dozvědí.

Ano, ale zároveň je to uklidní. Sama jsem se ve své rodině cítila jaksi nepatřičně. Bavila mě matematika, ale i malování. A pak jsem zjistila, že mám dědeček, který zemřel, když jsem byla dítě, byl účetní a ve svém volnu maloval obrazy. Dodnes jeden z nich visí v mé pracovně, aby mi připomněl, že kom-

Takže pokud mám takové dítě, nemám mu bránit, když přijde každý rok s nějakým jiným koníčkem nebo kroužkem?

Celý rok ani není potřeba. Na vyzkoušení stačí i půl roku. Dítě třeba má kamarádku, tu baví klavír, jemu se to velmi líbí, tak ať si to zkusí. Po čase zjistí, že nemá dobrý sluch, ale baví ho organizovat, tak si zkusí zorganizovat studentský hudební festival. Je opravdu důležité, aby měl mladý člověk šanci vyzkoušet různé možnosti, zvlášť i ty, kde jako rodiče nemáme žádnou zkušenost. Pochopitelně taky záleží na finančních možnostech rodičů.

Jako rodič se teď dozvídám novou věc. Ale vlastně by mě to ani nemělo překvapovat, když moc dobře vím, že jako učitel udělám pro studenta

nejvíc tím, že ho v hodinách postavím do nejrůznějších situací, které si může v bezpečí třídy vyzkoušet.

Vy učitelé máte obrovskou moc. Vidíte spousty studentů a dokážete odlišit průměr a talent. To rodiči udělat nemůžou, protože nemá srovnání celé třídy. Vy vidíte, jestli se student zajímavě vyjadřuje, má širokou slovní zásobu - a má tedy pravděpodobně jazykový talent. Vidíte, jestli se student dokáže v dané oblasti prosadit, takže ho podpoříte. Ukážete mu, v čem vyniká.

V ideálním případě. Spíše mám často pocit opačný. Známe ten rozhovor učitele s rodičem: „Váš syn by se měl každý den věnovat matematice. Vůbec mu totiž nejde!“ A pak jsou tady rodiče, od nichž slyším, že by jejich děti měly dělat něco, aby

binace mohou být opravdu neobvyklé. Nebo si vezměte opak, třeba dynastii Benešů, kde se děda, táta i vnuk drželi neurochirurgie. Každé Vánoce to u nich bylo jako na malém neurochirurgickém kongresu. Často se stává, že jedno dítě jde ve stopách rodičů a druhé se úplně odchýlí. Takže třeba syn může být také lékař jako táta a dcera se věnuje profesionálně výtvarnému umění.

Máte letitou zkušenost i s prací s dospělými. Potvrzuje se vám správnost práce s talenty? Je to tak, že pokud za vámi přijde člověk frustrovaný svým zaměstnáním, vždy na začátku stojí právě ona nevyslyšená inteligence?

Rozhodně. Osobně jsem po technické škole deset let pracovala v mezinárodním energetickém korporátu, ale naštěstí jsem se tam dostala do oddělení marketingu, což přesně zapadlo do mých protichůdných inteligencí. Matematika, grafické citění a hodné komunikace. Dostudovala jsem nejprve marketing a pak i psychologii. A po odchodu z korporátu jsem se živila nejprve jako personální poradkyně a pak jako firemní psycholožka. Jeden z mých prvních klientů – ředitel malé obchodní společnosti – po mně chtěl, abych propustila jeho logistika. Ten logistik se pořád s někým hádal, a když už křičel i na zákazníky, došla řediteli trpělivost. Nejsem typ, který by někoho propustil jen tak, bez toho, aby zjistil, v čem je problém – on by se totiž mohl zopakovat. Toho logistika nesmírně dráždila každá změna týkající se dopravy zboží, když se změnil čas nebo místo nebo dopravce dodávaného zboží...

Logistika dráždila změna?

No právě. To bylo zvláštní. Vždyť logistika, to je jedna velká permanentní změna. Udělali jsme tedy spolu nějaké osobnostní testy. No a pak to šlo velmi rychle. Z osobnostních testů totiž jasně vyplynulo, že ten člověk je zaměřený na detail. Ptala jsem se ho, proč je tedy v logistice. Prý za minulého režimu byla logistika cesta minimálního odpo-

Celý svůj profesní život se potýkám s mylným názorem, že talent je jen jeden.

ru a on je teď nešťastný, protože co pět let mění zaměstnavatele. Ptala jsem se ho, jestli tedy někdy neuvažoval o jiné práci, třeba o práci v oblasti kvality nebo zkoušek jakosti. Zasnivil mu oči a přiznal, že si už v minulém zaměstnání udělal kurz inspektora kvality. A bylo to. Ten člověk chtěl pracovat. Jen byl na špatném místě.

Do kdy má smysl o takto radikální změně uvažovat?

Dá se říct, že vždy, když se objeví opakovaně neúspěch. Ale obecně není žádná tragédie, pokud student v prvním ročníku na vysoké zjistí, že obor pro něj není. Zkoušky ho stojí mnohonásobně víc sil. Začít znovu jinde se často bojí. Ale pokud změnu neudělá včas, hroutí se celou dobu studia a pak třeba není schopen zvládnout závěrečné státnice. Druhé období, kdy se špatná volba projeví, je po nástupu do práce. Není to hned. Pořídíte si děti, máte hypotéku, potřebujete to všechno uživit. Tak vezmete práci, kde vám nabídnou nejvíc. Jenže finanční motivace po nějakém čase přestane fungovat. Statisticky to bývá kolem pětátřicátého roku věku. Lidé v tomto období už mají deset let praxe a nějak to pořád není ono. Často zkoušejí úplně novou kariéru. Začnou studovat jiný obor nebo se pouštějí do podnikání.

O radikálních životních změnách občas slýcháme. Některé extrémny jsou ale až zarážející - opustím korporát a jdu chovat ovce.

To se stává kolem čtyřicátého roku života. Pokud vás práce úplně nenaplnuje, stojí vás to hodně sil, a to přestane kolem čtyřiceti zvládat vaše tělo. A začnou nemoci, anebo nastoupí úplná apatie. Taková pasivní výpověď z práce, kterou přitom dál vykonáváte, ale žádný posun tam není, školení vás už nezajímá. Často je na vině nikoli špatná volba profese, ale špatná kombinace. Osobně například hluboce obdivuju učitele. Ve svém profesním životě jsem si zkusila i lektorovat, ale vím, že bych nemohla učit pět dní v týdnu třídu pětadvaceti dětí. A tak mám praxi, kde se s klienty setkávám individuálně a jen občas stojím před celou třídou. Kombinuji to. Takže někdy stačí změnit jen maličkost.

Ještě jednu tendenci u mladých kolegů vnímám. Nepracovat příliš. Zjistila jsem, že my starší je děsíme. A oni jsou často ochotni pracovat za méně peněz či na méně prestižní po-

zici, protože to hlavní je jejich volný čas. Čas na sebe.

Zase bych svou odpověď rozdělila na dvě části. Ten work-life balance, o kterém generace Z mluví, ten jsme jim do hlav nasadili my, starší z generace X. My totiž zažili dobu totality, kdy jsme nemohli dělat téměř nic. A pak po sametové revoluci jsme zažili dobu,

Často se stává, že jedno dítě jde ve stopách rodičů a druhé se úplně odchýlí.

kdy se dalo dělat všechno, takže jsme se málem „urobili k smrti“. A naše děti to zažívaly s námi a my jim pak říkali: „Hlavně si v budoucnu hlídej svůj volný čas, protože ten nám chyběl.“ A tak si ho teď hlídají.

A ta druhá část? Hlíďají si ho totiž podle mého názoru až příliš.

Za to taky můžeme my. Ochrannou liberální výchovou jsme způsobili, že naše děti mají frustrační práh hodně snížený. Protože jsme je příliš opečovávali, aby se jim nic zlého nestalo. Protože my z generace X jsme zažili direktivní výchovu, která bývala velmi tvrdá a nerespektující. Takže ani A, ani B, varianta C je správně – výchova s respektem a s prvky otužování, to je moje rada.

Co si pod tím máme představit?

Chceš chodit na klavír? Super. Ale začni brigádou a přispěj si. Ukaž, že o to opravdu stojíš. Neservírujme jim vše na stříbrném podnose. Abych ale byla fér, i work-life balance je důležitý. I na něm je však třeba pracovat. Vrátime se k metafoře kupek sena jako množství informací, kterými jsou naše děti zcela zavaleny. Je to první generace, která vyrostla na IT technologiích, v moři dostupných informací a my vůbec nevíme, kolik je toho člověk schopen za život vstřebat a co to s ním vlastně jednou udělá. Hledání rovnováhy je proto nejen pro ně celoživotní výzva. Pokud trefíte správnou práci, nebude vás tolik vyčerpávat. A budete-li ji milovat, je pravděpodobné, že ji budete dělat velmi dobře, a tím pádem budete zažívat radost, pravděpodobně vyděláte dost peněz, budete mít dost času trávit čas se svými blízkými a váš život bude v rovnováze.