

**Česká zemědělská univerzita v Praze**

**Institut vzdělávání a poradenství**

**Katedra profesního a personálního rozvoje**



**Česká zemědělská  
univerzita v Praze**

**Role sociální opory v kariérovém vývoji mladých dospělých**

Bakalářská práce

Autor: **Natálie Tymichová**

Vedoucí práce: Mgr. Jiří Votava, Ph.D.

2022

# ČESKÁ ZEMĚDĚLSKÁ UNIVERZITA V PRAZE

Institut vzdělávání a poradenství

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Natálie Tymichová

Specializace v pedagogice

Poradenství v odborném vzdělávání

Název práce

**Role sociální opory v kariérovém vývoji mladých dospělých**

Název anglicky

**Role of social support in career development of young adults**

---

### Cíle práce

Cílem bakalářské práce je zjistit, jaké formy sociální opory jsou u mladých lidí při výběru povolání nejvíce využívány, a usnadnit jejich kariérní přípravu pomocí využití sociální opory. Na základě výsledků z kvalitativního výzkumu metodou hloubkových rozhovorů s mladými dospělými budou jako výstupy práce navrženy aktivity a opatření pro využití sociální opory v kariérovém poradenství a profesním vývoji mladých dospělých.

### Metodika

Práce bude rozdělena na tři části. V první, teoretické části bude zpracována literární rešerše, díky níž budou popsány a vysvětleny pojmy mladá dospělost, sociální opora a kariérní vývoj.

Data pro druhou, empirickou část práce budou získána pomocí hloubkových rozhovorů. Respondenti budou vybráni záměrně. Vybraným vzorkem respondentů budou osoby v různé fázi kariérního vývoje. Průzkum se bude snažit zjistit, jaké formy sociální opory jsou při výběru kariérní dráhy využívány a jakou roli hrají.

Ve třetí části bude na základě výsledků rozhovorů zpracován návrh aktivit v kariérovém poradenství se zaměřením na sociální oporu.

**Doporučený rozsah práce**

Dle pravidel pro psaní bakalářské práce.

**Klíčová slova**

sociální opora, kariéerní vývoj, volba povolání, mladá dospělost

---

**Doporučené zdroje informací**

- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. Vývojová psychologie. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.
- MAREŠ, Jiří. Diagnostika sociální opory u dětí a dospívajících. Pedagogika. 2002, 52(3), 267-289. ISSN 0031-3815.
- Rozhodování žáků základních a středních škol o dalším studiu a práci v pohledu žáků i jejich rodičů, Národní pedagogický institut České republiky (dříve Národní ústav pro vzdělávání). Národní pedagogický institut České republiky (dříve Národní ústav pro vzdělávání) [online]. Copyright © 2012 [cit. 2021]. Dostupné z: <http://www.nuv.cz/vystupy/rozhodovani-o-dalsim-studiu>
- ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Vyd. 2. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6.
- VENDEL, Štefan. Kariéerní poradenství, Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247- 1731- 9.
- VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚŇÍK. Sociální psychologie. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1428-8.

---

**Předběžný termín obhajoby**

2021/22 LS – IVP

**Vedoucí práce**

Mgr. Jiří Votava, Ph.D.

**Garantující pracoviště**

Katedra profesního a personálního rozvoje

---

Elektronicky schváleno dne 22. 5. 2021

**Mgr. Jiří Votava, Ph.D.**

Vedoucí katedry

---

Elektronicky schváleno dne 25. 5. 2021

**Ing. Karel Němejc, Ph.D.**

Pověřený ředitel

V Praze dne 18. 03. 2022

## ČESTNÉ PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Role sociální opory v kariérovém vývoji mladých dospělých“ vypracovala samostatně a citovala jsem všechny informační zdroje, které jsem v práci použila a které jsem rovněž uvedla na konci práce v seznamu použitých informačních zdrojů.

Jsem si vědoma, že na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů, především ustanovení § 35 odst. 3 tohoto zákona, tj. o užití tohoto díla.

Jsem si vědoma, že odevzdáním bakalářské práce souhlasím s jejím zveřejněním podle zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů, ve znění pozdějších předpisů, a to i bez ohledu na výsledek její obhajoby.

Svým podpisem rovněž prohlašuji, že elektronická verze práce je totožná s verzí tištěnou a že s údaji uvedenými v práci bylo nakládáno v souvislosti s GDPR.

V Praze dne .....

.....

(podpis autora práce)

## **PODĚKOVÁNÍ**

Mé poděkování patří panu Mgr. Jiřímu Votavovi, Ph.D. za podnětné rady, vstřícnost a odborné vedení mé bakalářské práce. Děkuji respondentům, kteří se ochotně zúčastnili výzkumu a tím poskytli data ke zpracování. Dále také děkuji své rodině, přátelům a partnerovi za připomínky, trpělivost a podporu.

## **Abstrakt**

Bakalářská práce se zabývala rolí sociální opory v kariérovém vývoji. Pro bližší seznámení se s problematikou byly v literárně přehledové části popsány pojmy: mladá dospělost, kariérní vývoj a sociální opora. V první kapitole byly sepsány charakterizující znaky mladé dospělosti. Druhá kapitola seznamuje čtenáře s problematikou volby povolání, s nejčastějšími obtížemi při rozhodování a pojmem kariérní poradenství. Poslední kapitola této části popisuje druhy a funkce sociální opory a také, jakým způsobem se sociální opora diagnostikuje.

Cílem práce bylo zjistit, jaké formy sociální opory využívají mladí dospělí v průběhu kariérní cesty. Data pro empirickou část byla získána pomocí hloubkových rozhovorů a analyzována otevřeným kódováním. Byla zaměřena na vzorek deseti respondentů v mladém věku v různých fázích kariérového vývoje.

Byly zjištěny rozdíly při vyhledávání sociální opory během rozhodování na základní a střední škole, v jakých případech mladí dospělí nejčastěji vyhledávají sociální oporu, jaký vliv má rodina a vrstevníci na plánování kariérní cesty a také, jaké nedostatky mladí dospělí vnímají ohledně kariérového poradenství.

## **Klíčová slova**

sociální opora, kariérní vývoj, volba povolání, mladá dospělost

## **Abstract**

Bachelor thesis dealt with the role of social support in career development. In the literature review were described the terms: young adulthood, career development and social support. In the first chapter Young adulthood were written characteristic feature of this period. The chapter Career development acquaints readers with issues of profession choose, with the most common difficulties in desicion making and the concept of career counseling. The last chapter of this section titled Social support describes the types and functions of social support and also how the social support is diagnosed.

The goal of this thesis was to find out which forms of social support use younf adults during their career path. Data for the empicial part were obtained in depth interviews and analyzed by open coding. It focused on a sample of ten young adult at different stages of career development.

Differences were found in: seeking social support during primary and secondary school, in which cases seek young adult the social support, what influence have family and peers on career planning and also which shortcoming perceive young adults in career guidance.

## **Keywords**

social support, career development, profession choice, young adulthood

<b>ÚVOD</b>	<b>10</b>
<b>TEORETICKÁ VÝCHODISKA</b>	<b>11</b>
<b>1 Cíl a metodika</b>	<b>11</b>
<b>2 Mladá dospělost</b>	<b>12</b>
<b>2.1 Znaky dospělosti</b>	<b>13</b>
2.1.1 Pracovní činnosti	14
2.1.1.1 Motivace	14
<b>3 Kariérní vývoj</b>	<b>16</b>
<b>3.1 Kariérní zralost</b>	<b>16</b>
<b>3.2 Volba povolání</b>	<b>17</b>
<b>3.3 Vybrané obtíže při volbě povolání</b>	<b>18</b>
3.3.1 Nerozhodnost	18
3.3.2 Nereálné volby	19
3.3.3 Střídání zaměstnání a kariérní moratorium	20
<b>3.4 Vliv rodiny a vrstevnických vztahů při volbě povolání</b>	<b>20</b>
<b>3.5 Kariérové poradenství jako forma sociální opory</b>	<b>22</b>
<b>4 Sociální opora</b>	<b>24</b>
<b>4.1 Druhy sociální opory</b>	<b>25</b>
<b>4.2 Funkce sociální opory</b>	<b>26</b>
4.2.1 Odvrácená strana sociální opory	27
<b>4.3 Diagnostika sociální opory</b>	<b>28</b>
<b>5 Shrnutí</b>	<b>30</b>
<b>PRAKTICKÁ ČÁST</b>	<b>31</b>
<b>6 Design průzkumného šetření</b>	<b>31</b>
<b>6.1 Výběr vzorku a jeho charakteristika</b>	<b>32</b>
<b>6.2 Hlubkový rozhovor</b>	<b>32</b>



6.3	Výzkumné otázky	33
6.4	Vyhodnocení rozhovorů	34
7	<i>Diskuse</i>	48
8	<i>Návrh opatření</i>	54
	<b>ZÁVĚR</b>	56
	<b>SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ</b>	58
	<b>SEZNAM OBRÁZKŮ</b>	61
	<b>SEZNAM GRAFŮ</b>	61
	<b>SEZNAM PŘÍLOH</b>	62

## ÚVOD

Předkládaná bakalářská práce se věnuje tématu Role sociální opory v kariérovém vývoji mladých dospělých. Volba povolání čeká každého člověka, který chce být aktivní na pracovním trhu, být prospěšný sobě, ale také svému okolí. S problematikou volby se jedinec setkává již na konci základní školy, kdy vykonává svoji první kariérní volbu. Vzhledem k možné kariérní nezralosti v tomto období může být obtížné tuto volbu efektivně provést a zohlednit v ní návaznost na svoji budoucí profesní cestu. Vosmik (2018) zmiňuje, že se čím dál častěji odkládá rozhodování o profesní dráze. Běžnou situací v dnešní době je, že mladí lidé čím dál častěji mění volbu střední i vysoké školy. Dochází také ke stále častějším proměnám ve vzdělávání i na pracovním trhu.

Kromě vývojových úkolů, které člověk musí ve svém životě převzít, může být další překážkou při výběru povolání právě čím dál proměnlivější pracovní trh, který nabízí nejen stále nové pracovní pozice, ale také vyžaduje kromě tvrdých dovedností především ty měkké. Náročnost výběru provází jedince už od základní školy, a proto vyhledávají rady a podporu ve svém okolí. Zorientovat se v takovém prostředí může být pro člověka komplikované a důležitost sociální opory, i když se nejedná přímo o život ohrožující stav, se prodlužuje čím dál víc do dospělosti.

Práce si klade za cíl zjistit, jak se proměňuje potřeba sociální opory v průběhu kariérní dráhy a jaké funkce opory jsou důležité v mladé dospělosti. Největší vliv během rozhodování má většinou rodina a přátelé jednotlivce. Je však tato jejich podpora dostatečná?

# TEORETICKÁ VÝCHODISKA

## 1 Cíl a metodika

Cílem bakalářské práce bylo zjistit, jaké formy sociální opory jsou u mladých lidí při výběru povolání nejvíce využívány a jak usnadnit jejich kariérní přípravu pomocí využití sociální opory. Na základě výsledků z kvalitativního výzkumu metodou hloubkových rozhovorů s mladými dospělými byly jako výstupy práce navrženy aktivity a opatření pro využití sociální opory v kariérovém poradenství a profesním vývoji mladých dospělých.

Práce byla rozdělena na tři části. V první, teoretické části, byla zpracována literární rešerše, díky níž byly popsány a vysvětleny pojmy **mladá dospělost**, **sociální opora** a **kariérní vývoj**.

Data pro druhou, empirickou část práce, byla získána pomocí hloubkových rozhovorů. Respondenti byli vybráni záměrně. Vybraným vzorkem respondentů byly osoby v různé fázi kariérového vývoje. Průzkum se snažil zjistit, jaké formy sociální opory jsou při výběru kariérní dráhy využívány a jakou roli hrají.

Ve třetí části byly na základě výsledků z rozhovorů navrženy aktivity v kariérovém poradenství se zaměřením na sociální oporu.

## 2 Mladá dospělost

Období mladé dospělosti se považuje za první vstup do dospělého života. Tato etapa může být pro mnohé obtížná, jelikož se teprve učí přebírat vývojové úlohy tohoto období.

Změny psychiky člověka jsou obvykle členěny do tří etap. První etapou je dětství a dospívání, kdy dochází k rychlým, zákonitým a uspořádaným změnám, díky nimž dosahujeme zralosti. V druhé fázi se dále moc nerozvíjíme. Naše psychické funkce jsou stále přibližně na stejné úrovni. O třetí fázi mluvíme v okamžiku změn vedoucích k pozvolnému poklesu funkcí, dezorganizaci a celkové degeneraci (Langmeier, Krejčířová, 2006).

V dětství a dospívání dochází k velmi výrazným fyzickým změnám. V období mladé dospělosti se člověk mění především v psychosociální oblasti. Dochází ke změnám blízkých a rodinných vztahů, vzdělání a zaměstnání (Blatný, 2016).

Vrchol vývoje a dosažení maxima výkonnosti není vždy stejný. Vývojová křivka je pro všechny psychické funkce odlišná. Vrchol u intelektových funkcí se předpokládá v adolescenci. Rozvoj jednotlivých složek inteligence je ale odlišný a některé z nich se rozvíjejí ještě dlouho v dospělosti. Je značný rozdíl mezi myšlením, cítěním a sociálním chováním mladého dospělého oproti padesátiletému jedinci a starému člověku (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Vágnerová (2000, s. 301) zmiňuje, že „počátek dospělosti není v naší společnosti jednoznačně vymezen nějakým specifickým mezníkem, či rituálem, který by tuto zásadní změnu potvrzoval. Jediným, alespoň přibližně takto definovatelným faktorem je dosažení právní dospělosti, zletilosti. Ta však není společností akceptována jako zásadní signál pro změnu statusu mladého člověka“.

## 2.1 Znaky dospělosti

Langmeier, Krejčířová (2006, s. 167) dělí dospělost „do čtyř etap:

1. **Časná dospělost** (zhruba od 20 do 25-30 let) je přechodným obdobím mezi adolescencí a plnou dospělostí. Dospělost tu vymezujeme s přihlédnutím ke třem kritériím: k věku, k převzetí určitých vývojových úkolů a k dosažení určitého stupně osobní zralosti.
2. **Střední dospělost** (asi do 45 let) je obdobím plné výkonnosti a relativní stability.
3. **Pozdní dospělost** je dobou do začátku stáří (tj. asi do 60-65 let)
4. **Stáří** (lze dále dělit na časně a vysoké).

Dospělý člověk má větší práva, s nimi ale také narůstají povinnosti a větší zodpovědnost. Dospělost se projeví změnou v mnoha oblastech:

1. **Nezávislost:** oprostění od původní rodiny; vztahy s rodiči jsou více symetrické a klidnější,
2. **Samostatnost:** přijetí nových rolí; vlastní vztah k hodnotám a normám,
3. **Změna vztahu k lidem:** symetrické vztahy s vrstevníky; zvládnání párového soužití; udržení i vytváření nových vztahů; rodičovská role,
4. **Sexuální zralost,**
5. **Ekonomická samostatnost:** zbavení závislosti na původní rodině; přispívá k vlastní potřebě seberealizace; možnost hospodařit s vlastními penězi,
6. **Zodpovědnost:** k druhým, za svá rozhodnutí a činy (Vágnerová, 2000).

K dalšímu rozvoji je důležité získání nezbytných zkušeností. Lidé se učí nové věci, přijímají nové role, ve kterých nacházejí sebepotvrzení i uspokojení. V mladém dospělosti člověka stále ovlivňují vzory, které do té doby poznal, jeho zkušenost s dospělými lidmi v dětství (Vágnerová, 2000). Dříve si lidé předávali zkušenosti z generace na generaci. Ukončením vzdělání si člověk našel zaměstnání a zpravidla v něm zůstal po zbytek života. Dnešní svět je poněkud rychlejší a v průběhu života se několikrát requalifikujeme. Převzetí vzorců dnes nestačí. Je důležité zachovat si kreativitu a být otevřený učit se novým věcem (Re/design života, 2022).

Raná dospělost má velký význam pro budoucí vývojové fáze. V tomto období značná část mladých dospělých je nezkušená, optimistická a ovlivněna atraktivitou nových zážitků. I přesto si někteří uvědomují, že tato fáze má kromě výhod i nevýhody (Vágnerová, 2000).

### **2.1.1 Pracovní činnosti**

Na základě volby střední nebo vysoké školy nebo učebního oboru začíná mladý dospělý vykonávat pracovní činnost. Dnes již není běžné, že práci, kterou si jedinec zvolí v adolescenci či mladé dospělosti, vykonává celý jeho produktivní věk. V dnešní době mladí často zaměstnání střídají. Ověřují si své schopnosti a znalosti v částečných či brigádnických pracovních poměrech. Kromě finančního ohodnocení je pro ně také v práci velmi důležitý prostor pro další rozvoj, zajímavost práce samé a jiné výhody (Langmeier, Krejčířová, 2018).

Vágnerová (2000) zmiňuje, že profesní role jedince společensky definuje. Tato role se stává součástí identity člověka a může zároveň uspokojovat jeho základní psychické potřeby:

1. změny, nové zkušenosti a rozvoj nových kompetencí,
2. sociální kontakt,
3. seberealizaci
4. samostatnost a nezávislost
5. otevřenou budoucnost

Problémem může být, že mladí nemají v oblibě rutinní práci, neradi mění pracovní návyky a nechtějí se příliš angažovat. Často jsou také kvůli svým mylným a idealizovaným představám vysoce kritičtí (Vágnerová, 2000).

#### **2.1.1.1 Motivace**

Motivace je psychický proces. Je hnacím motorem našeho jednání. Rymešová, Chamoutová (2014, s. 79) definují motivaci následovně: „motivace je určitý vztah člověka ke skutečnosti, která ho obklopuje, k věcem i k ostatním lidem a k okolnímu dění. Zahrnuje vnější pobídky a cíle i vnitřní motivy“. Každá bytost má určité potřeby,

které vyvolávají motivy k jednání. Během sociálního učení si jedinec vytváří způsoby, jakými své potřeby a cíle uspokojuje (Rymešová, Chamoutová, 2014).

Motivace k zvládnutí profese může být různá:

- a) potřeba peněz,
- b) potřeba společenského úspěchu,
- c) potřeba osobního rozvoje,
- d) potřeba osobně atraktivní činnosti (Vágnerová, 2000).

Langmeier, Krejčířová, 2018 ve své knize zmiňují čtyři základní motivace, které se uplatňují při každém výběru profese:

1. motivace vnějšího hmotného prospěchu – získání ekonomické nezávislosti a dobrého životního standardu,
2. motivace pomáhat lidem – společensky prospěšná práce,
3. motivace realizování své osobní dispozice v práci,
4. motivace dobrých přátelských vztahů – dobré vztahy na pracovišti jsou jedním z nejdůležitějších motivů při výběru zaměstnání.

Způsob zvládnutí profesního startu ovlivňuje osobnost člověka (vzdělání, zkušenosti, vlastnosti, kompetence, sociální inteligence, míra empatie, schopnost komunikace, ale i jeho motivace) a sociální vlivy (rodinné zázemí, vrstevníci, média) (Vágnerová, 2000).

### **3 Kariérní vývoj**

Jedna z nejdůležitějších úloh mladého člověka je příprava na budoucí povolání. Příprava nezahrnuje pouze samotné povolání, ale také volbu studia. Kariérní vývoj svým způsobem začíná již na základní škole při výběru středoškolského vzdělání. Střední škola většinou představuje první přípravu na budoucí povolání (Vendel, 2008).

Dnešní svět se stále zrychluje, přibývá možností, příležitostí se rozvíjet, ale také nároků na nás samotné. Vendel (2008, s. 189) říká: „Především, a dnes ještě více než kdykoli předtím, platí, že kariérní vývoj je celoživotní proces. Skutečnost, že se zvyšují počty studentů vysokých škol v denních i dálkových formách studia, dokumentuje celoživotní charakter vzdělávání, a tím i celoživotní kariérní vývoj.“

Člověk svou profesní kariéru ovlivňuje dvěma způsoby práce na sobě. Prvním způsobem je učení. Součástí učení nejsou pouze znalosti, ale také emoce. Člověk si vytváří vlastní vnitřní program. V druhé fázi na základě měnících se podmínek kolem sebe začíná tento program přepisovat. Tato fáze je obtížnější, ale velmi důležitá pro osobní růst. Zmírnění vnitřní odezvy na negativní vnější okolnosti a posilování společně s rozmnožováním pozitivních podnětů je základem pro osobní rozvoj. Základním kamenem spokojenosti v osobním životě, ale také úspěšnosti v profesní kariéře je tzv. třetí život. Třetím životem se rozumí vlastní vnitřní prožitky, uvědomování, myšlení a cítění. Pracovní život se významně prolíná s osobním životem a volnočasovými aktivitami člověka. Mezi těmito dvěma aspekty je důležitá rovnováha. Jedna strana silně ovlivňuje druhou a naopak (Svobodová, 2015).

#### **3.1 Kariérní zralost**

Svou první kariérní volbu uskutečňujeme už na konci základní školy. Předpokládá se, že při rozhodování o budoucím povolání, je člověk dostatečně kariérně zralý už ve 14-15 letech. Není to ale pravidlem. Velká část takto mladých lidí není schopna rozhodnout o své pracovní budoucnosti, a jsou tedy kariérně nezralí. Pomoc žákům při jejich kariérních volbách je více než důležité (Vendel, 2008).



Mezera (2018, s.9) charakterizuje kariérní zralost jako „soubor specifických dovedností, které žákovi umožňují efektivní realizaci jím stanovených profesních cílů, jejichž součástí je nejen získávání znalosti ze světa lidské práce, sebepoznání, ale i plánování dalšího studia a povolání, kariérové rozhodování a v neposlední řadě realizace kariérové volby“.

Člověk kariérně zralý je tehdy, provází-li ho následující charakteristiky:

- „vyšší úroveň sebeuvědomění žáka;
- vyšší míra znalostí žáka o možnostech vlastní kariérové volby;
- vyšší úroveň shody mezi selfkonceptem žáka (tj. představou o vlastních schopnostech, zájmech, pracovních hodnotách a osobnostních charakteristikách) a stanovenými profesními cíli;
- vysoké kompetence žáka při plánování vlastní kariéry;
- vyšší úroveň postojů žáka k rozvoji vlastní kariéry (orientace na úspěch, nezávislost, schopnost plánování, motivace)“ (Seligman, 1994 cit. dle Mezery, 2018, s. 9).

### **3.2 Volba povolání**

Svobodová (2015, s. 31) píše, že „povolání lze vymezit jako specifickou pracovní činnosti, schopnost a dovednost danou specifickou pracovní činností vykonávat a jako šanci na zaměstnání a společenské postavení.“ Na povolání můžeme nahlížet dvěma způsoby. Objektivně, a to jako na činnost, která uspokojuje potřeby člověka, nebo subjektivně, a to na základně přípravy na pracovní činnost podle předpokladů, vzdělání, kvalifikací a dovedností člověka (Svobodová, 2015). Volba zaměstnání představuje pro mladé lidi na začátku své kariérní cesty značnou obtíž. Často mají velmi omezené vědomosti o zaměstnání, což může mít za následek bezcílný pohyb na trhu práce. Vzhledem k rostoucím možnostem na trhu práce se čím dál více objevuje nerozhodnost při výběru profese. Někteří přizpůsobují volbu svým osobnostním zájmům, jiní realizují kariérní činnost na základě rozhodnutí svých rodičů nebo nejbližších osob. Velmi často obě skupiny spojuje nedostatečný realismus a falešně představy o budoucí profesi a trhu práce.

Svobodová (2015, s.33) také vymezuje pojem profese jako: „druh pracovní činnosti, k jehož výkonu je vyžadována profesní příprava uskutečňovaná jak v rámci školského systému, tak mimo něj“.

### **3.3 Vybrané obtíže při volbě povolání**

Sociální oporu již nevnímáme jako pomoc pouze v životě ohrožujících situacích, ale chápeme ji jako pomoc při každodenních překážkách. Jednou z takových překážek je správný výběr povolání. Tato chvíle se v dnešním rychlém světě netýká pouze čerstvých absolventů škol, jako to bylo dříve, ale některé provází několikrát během života. Právě z tohoto důvodu je důležité udržovat po celý život kolem sebe dostatečně velkou sociální síť. Lidé v této síti nám jsou oporou, poskytují nové informace a kontakty potřebné k úspěchu na trhu práce.

#### **3.3.1 Nerozhodnost**

Během školních let na základních a středních školách potkává nerozhodnost více jak polovinu žáků a nerozhodných mladistvých přibývá (Vendel, 2008). V dnešní době je zcela běžné, že nerozhodnost přetrvává i během vysoké školy. Není nic výjimečného, že studenti během bakalářského studia zcela změní studijní obor a přejdou na jinou vysokou školu nebo že svá studijní léta přeruší a odjedou na rok nebo jeho část za zkušenostmi a dobrodružstvím do cizí země. Zde si prohlubují znalost cizích jazyků, získávají kontakty, ale především poskytují si čas na utřídění svých myšlenek. Příčinou nerozhodnosti může být přemíra možností a rozhodnout se správně je pro spoustu mladých dospělých velmi psychicky náročné. Tato skutečnost může být důvodem stále se rozšiřujícího kariérového poradenství.

Vendel (2008) zmiňuje P. Salomona (1982), který se věnoval nerozhodnosti klientů, a zdůrazňuje, že by kariérní poradci měli rozlišovat mezi nerozhodnutými a nerozhodnými. Být nerozhodnutý je v mladém věku normální a zcela běžné, kdežto být nerozhodný mívá kořeny v nedostatku identity a přemíry úzkostlivosti. Kariérní poradci by se měli svých klientů ptát, odkud jejich nerozhodnost pochází, zda je to způsobeno situací, ve které se zrovna nachází nebo je na vině osobnost člověka, která

je v rozhodnutí blokuje. Také se nabízí otázka, zda ho ovlivňuje i jeho okolí (Vendel, 2008).

Na následujícím obrázku shrnul Vendel do tabulky typy nerozhodnosti při volbě povolání:

**Obrázek 1:** Typy nerozhodnosti při volbě povolání

Dimenze	Typy nerozhodnosti při výběru povolání		
	Vývojová	Situační	Chronická
Vnější symptom	žádná volba	několik voleb	žádná volba, nezáměr o volbu
Prvotní příčina	nezralost pro volbu povolání	zvýšený pocit zodpovědnosti za rozhodnutí, celková nerozhodnost	psychologická dysfunkce
Překážky řešení	nedostatek informací o sobě, školách a povoláních, nedostatek identity	různé cíle kariéry	úzkost, osobnostní problémy
Poradenský postup	urychlení osobnostního a kariérového vývoje	seznámení s trhem práce, podpora při rozhodování	dlouhodobější osobnostní poradenství nebo psychoterapie
Bezprostřední cíl	účinný postup rozhodování	účinný postup rozhodování	odstranění osobnostního problému
Konečný cíl	správná volba studia/povolání	správná volba studia/povolání	správná volba studia/povolání

Zdroj: Vendel, 2008, s. 105

### 3.3.2 Nereálné volby

Dalším častým problémem jsou nereálné představy o budoucím povolání. Orientace na trhu práce je náročnější než dřív. Široká škála možností nabízí spojení ideální práce na základě zájmů jedince a zdá se být lákavá. Je ale také spojená s neschopností odhadnout své individuální schopnosti a dovednosti.

Nereálné volby mívají především ti, kteří nemají ujasněné své životní hodnoty a cíle a potýkají se s nejasnou představou o svých schopnostech a osobnostních vlastnostech. Problém nastává zejména tehdy, zaujímá-li klient nepružný postoj. V této situaci je vhodné využití poradenského procesu, ve kterém si člověk vyjasní své aspirace, osobní a kariérní potřeby, postoje a hodnoty, osobnostní charakteristiky (Vendel, 2008).

### **3.3.3 Střídání zaměstnání a kariérní moratorium**

Poradenskou pomoc vyhledávají především ti, kteří se nacházejí v přechodné fázi od adolescence k rané dospělosti, a ti, kteří cítí frustraci z hledání vhodného zaměstnání. Přechodná fáze je často doprovázena silnými obavami, nedostatkem pracovních zkušeností a pochybnostmi o sobě (Vendel, 2008).

Střídání zaměstnání má i pozitivní dopad. Člověk čerpá stále nové zkušenosti, rozšiřuje své kompetence a získává reálné představy o fungování v jednotlivých zaměstnáních a na trhu práce.

Člověk, který čelí problémům popsaným v předchozí kapitole, se dostává do tzv. slepé uličky nebo bludného kruhu. Vendel (2008, s. 136) zmiňuje, že osoba dosáhla moratoria (z lat. Mora – odklad), jestliže si může říci: „Najdu si zaměstnání, které uspokojí mé životní potřeby, ale přestanu hledat zaměstnání vhodné pro kariéru. Už nebudu myslet na své profesní a (osobní) problémy; potřebuji čas na odpočinek.“

### **3.4 Vliv rodiny a vrstevnických vztahů při volbě povolání**

Důležitou roli v našich životech hraje sociální prostředí, ve kterém se pohybujeme. Při našich volbách, kromě vlastního rozhodnutí, nás již od narození doprovází rodina (rodiče, sourozenci). K těmto činitelům sociálního vývoje se dále v průběhu života přidává škola a vrstevnické skupiny. V období dospívání a prvních kariérních voleb se žáci a studenti mohou obracet na odborné poradenství, které jim pomůže se zorientovat v sobě samých a na trhu práce.

„Rodina jako primární nositel kultury poskytuje základ norem a hodnot dané společnosti. Vede dítě ke společenskému životu v prostředí, ve kterém vyrůstá, učí ho orientovat se ve světě symbolů. Rodinná výchova seznamuje dítě s kulturními vzorci (tradice, zvyky, mravy, zákony, tabu apod.) tím, že se dítě učí respektovat požadavky rodičů a je sankcionované za jejich nesplnění“ (Výrost, Slaměník, 2008, s.50). Jak se dítě postaví k závaznosti respektování těchto požadavků, závisí především na jeho osobnostních vlastnostech. Může se stát, že dítě nebude cítit dostatečnou svobodu vlastního rozhodnutí. V případě kariérní volby se bude rozhodovat čistě na doporučení rodičů.

Hlad' o a Drahoňovská (2012) provedli dotazníkové šetření, ve kterém analyzovali vliv sociálního prostředí a využívání informačních zdrojů při rozhodování u žáků základních a středních škol. Výzkum se na problematiku dívá jak z pohledu žáků, tak i jejich rodičů. Jedna z výzkumných otázek je „Kdo by měl v rodině rozhodovat o volbě budoucí školy a profese“. Z průzkumu vyplývá, že žáci základních i středních škol se domnívají, že to jsou právě oni, kteří by měli rozhodovat o budoucí škole a profesi. Nepatrný rozdíl je z pohledu rodičů. Ti u žáků základních škol kladou větší důraz na kontrolu žákovy volby. Domnívají se, že nesou za volbu školy a profese větší zodpovědnost než u dětí na střední škole. Kriticky posuzují představy svých dětí. Vliv mají ale také další faktory jako: vzdělanostní aspirace rodičů, vnímaná role rodiče, posuzování významnosti rozhodnutí, kariérové znalosti žáka, míra vyhraněnosti představ o budoucnosti žáka, žákovy aktivity apod. (Rozhodování žáků základních a středních škol, 2012).

Úlohu rodičů již rozebíral Hlad' o a Drahoňovská ve výzkumu, který se zabýval rozhodováním žáků základních a středních škol. V této práci zmiňují, že „úkolem rodičů je žákům pomáhat, pokud takovou pomoc budou potřebovat a sami si o ni požádají. Rodičům jsou žáci ochotni přiznat roli poradce pouze tehdy, když si jsou vědomi vlastní nedostatečnosti pro řešení úkolů spojených s tímto rozhodováním“ (Rozhodování žáků základních a středních škol, 2012, s.10).

Se zvyšujícím se věkem se vliv rodiny na jedincovo rozhodnutí snižuje. U žáků středních škol přenechávají rodiče zodpovědnost na rozhodnutí již na žákovi. V posledním ročníku střední školy se řada žáků zařazuje do pracovního oběhu. Někteří dále pokračují ve studiu na vysoké škole. V rámci této volby mohou mít větší vliv na rozhodnutí oproti rodičům vrstevnické skupiny nebo samotná škola, na které doposud studovali.

S přibývajícím věkem získávají na důležitosti sociální vztahy i mimo domov. Na rozdíl od dospělých nacházíme u vrstevnických vztahů méně jistoty, nelze očekávat od druhých ochranu a toleranci. Na druhou stranu se jedná o symetrický vztah, ve kterém si jsou všichni rovni (Vágnerová, 2000).

Vliv vrstevníků je v především v poskytování informací a jejich úloha je na věku. Jsou také zdrojem sociálního učení a pomáhají k utváření si vlastní identity. Přátelé poskytují emoční oporu, porozumění, rozvíjí sociální dovednosti a poskytují korektivní zkušenost (Rozhodování žáků základních a středních škol, 2012). Z analýzy dat dotazníkového šetření, které realizoval Hlad'o a Drahoňovská (2012) vyplývá, že vrstevnické a přátelské vztahy jsou po rodičích druhým nejvýznamnějším faktorem při rozhodování.

### **3.5 Kariérové poradenství jako forma sociální opory**

Kariérové poradenství umožňuje poznání a rozvíjení schopností, dovedností a zájmů během celého života. Díky využití těchto schopností a dovedností jsou lidé schopni řídit vlastní vzdělávací a profesní cestu (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2022).

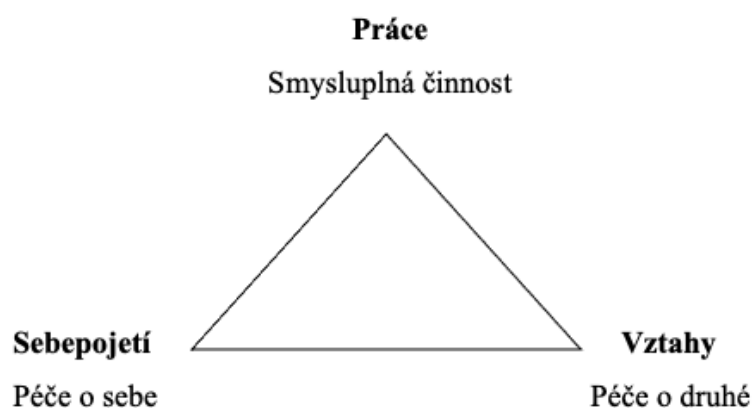
Podle Vosmika (2018, s. 9) má kariérové poradenství „pomáhat především jednotlivci (s jeho předpoklady, zájmy, vizemi, dovednostmi, schopnostmi, motivací, emocemi, hodnotami, cíli, rodinnými a dalšími vztahy) při rozhodování o jeho vzdělávací a profesní dráze v co nejširším kontextu jeho životní pozice.“ Dnešní svět vzdělávání a profesí prochází neustálými rychlými změnami. Současná zaměstnání se rychle proměňují, vznikají nové přístupy k práci, nové možnosti a celkově se objevují úplně nové profese. Je třeba, aby se člověk naučil udržet směr svého života a konstruovat vlastní profesní dráhu. Pakliže bude spoléhat pouze na jednu kariéru a profesi, bude to ohrožovat jeho budoucí životní perspektivu. V tomto ohledu naráží kariérové poradenství na své limity, jelikož se může stát, že připravuje jedince na budoucí povolání, které ještě neexistuje (Vosmik, 2018).

Dle Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (2022) nabízí kariérové poradenství např. poskytování informací, vedení konzultací, rozvoj dovedností a tvorbu dovednostních profilů, testy a diagnostiku, trénink osobnostního rozvoje.

Pro naši stabilitu a rovnováhu v životě je potřeba, abychom měli vyrovnané tři směry: práci, sebepojetí a vztahy. Kariéroví poradci by nás měli provádět nejen ve světě práce (předávání informací o trhu práce a povoláních), ale také by nás měli podporovat v naší

sebedůvěře (aktivní sebepoznávání a budování sebepojetí), případně v oblasti vztahové (Vosmik, 2018). „Poradenství tak obecně slouží k tomu dodat oporu jedinci zrovna v té oblasti, v níž se vytvořil problém, vyvažovat nerovnováhu, zmocňovat člověka k tomu, aby aktivně pečoval o všechny tři oblasti. A to v každé fázi života“ (Vosmik, 2018, s.16).

**Obrázek 2:** Co vytváří stabilitu a rovnováhu každého člověka



Zdroj: Vosmik 2018, s. 15

Poradenství se může v mnoha případech zaměřovat za terapii. Tyto dvě oblasti jsou si velice podobné. Liší se používanými metodami a slovníkem (Peavy, 2022).

**Obrázek 3:** Rozdíly mezi poradenskou praxí a terapií

Rozdíly mezi poradenskou praxí a terapií	
Poradenství	Terapie
poradenství znamená účast	terapie se zaměřuje na odbornost
používá kulturní hypotézu	používá vědeckou hypotézu
pojí se s učením	pojí se s léčením
zaměřuje se na normální chování	zaměřuje se na deficitní chování
využívá multidisciplinární zdroje	jako zdroj používá psychologii a medicínu

Zdroj: Peavy, 2022, s. 26

## 4 Sociální opora

Lidé po celá staletí žijí ve společenství. Každý jedinec má ve společnosti a skupině určité postavení. Způsob, jakým se do společenského prostředí implementujeme a jak v něm dále fungujeme, se nazývá socializace. Tu definují někteří autoři jinak, např. Výrost, Slaměník (2008, s. 49) uvádějí, že „lidský jedinec přichází na svět jen jako potenciální člověk. Člověkem se stává v **procesu socializace**, jehož výsledkem je získání specificky lidských způsobů psychického reagování, vnímání, myšlení, cítění a konání, tedy osvojení si vlastností, které mu umožňují život ve společnosti“. Bartoníčková a kol. (2011) definuje socializaci takto: „Socializace je celoživotní proces začleňování člověka do společnosti. Zejména v dětství se z biologického jedince díky vlivům prostředí stává člověk jako sociální bytost schopná žít v sociálních vztazích. Osvojuje si bohatství kultury, společenské normy a hodnoty“.

Výrost, Slaměník (2008) zmiňují, že největší vliv na socializaci mají dlouhodobě a přímo působící činitelé. Mezi ně patří rodina, škola, skupiny vrstevníků, sociální skupiny na pracovišti a hromadné komunikační prostředky (Kollárik a kol., 2004). Sociální činitelé tvoří i naši tzv. sociální síť. Sociální síť je soubor lidí, mezi kterými se vyskytujeme a od kterých můžeme v případě nouze očekávat pomoc (Křivohlavý, 2009).

Opak sociální opory můžeme chápat jako sociální izolaci. Sociální izolace neboli osamocení je opuštění nám nejbližšími lidmi či vyloučení ze skupiny. Sociální izolace je jedním z používaných tvrdých trestů – věznění v samotkách nebo temných komorách (Křivohlavý, 2009). Jako významná determinanta pro psychickou pohodu a zdraví člověka je sociální integrace do sociální struktury. Na základě vytvořených sociálních vazeb k socializačním činitelům je jedinci přístupná sociální opora (Šolcová, Kebza, 1999).



*„Vědomí, že druzí lidé jsou připraveni člověku pomoci, vytváří pocit sociální jistoty, která usnadňuje podstoupení rizika a povzbuzuje člověka k tomu, aby se samostatně pokusil řešit problém, před nímž stojí.“*

N. Krause (in Krivohlavý 2001)

**Sociální oporou** rozumíme takovou pomoc, které se nám dostává od druhých nejen v zátěžových situacích, ale také v každodenních momentech života, ve kterých se ocitáme bez ohledu na věk, zdravotní stav nebo druh povolání (Krpoun, 2012). V Psychologickém slovníku podle Hartla a Hartlové (2004, s. 252) můžeme chápat sociální oporu jako „vztahovou oporu v okolí člověka; zvyšuje odolnost vůči stresu a chuť přežít prohry a krize; považována za pilíř duševního zdraví“.

Mareš (2002), zmiňuje nejčastější činitele sociální opory, kterými jsou rodina (rodiče, sourozenci a další příbuzní), blízcí (kamarádi, přátelé, sousedé, spolužáci), odborníci (učitelé, psychologové, lékaři, sociální pracovníci, teologové). „Může jít o pomoc materiální anebo – což je častější a důležitější – o pomoc nemateriální (emocionální, kognitivní, sociální)“ (Mareš, 2002, s. 268).

Odborníci tvrdí, že sociální opora působí na člověka především dvěma efekty. Jedním z efektů je **tlumící efekt**. Ten má vliv ve chvíli, kdy se člověk nachází v těžké situaci a sociální opora působí jako určitý „polštář“ zmenšující negativní účinek stresující situace. O **hlavní efekt** se jedná ve chvíli, kdy sociální opora působí na jedince přímo v jakékoliv situaci a člověk tedy nemusí zažívat přímý a výrazný distress (Diagnostika sociální opory, 2002).

## 4.1 Druhy sociální opory

Mareš (2002) ve své publikaci zmiňuje terminologické rozdělení **pěti základních podob sociální opory**:

1. **Nabízená opora:** Poskytovatel dává příjemci najevo svou připravenost, předkládá varianty případné pomoci. Rozpoznal, že jedinec potřebuje pomoc.
2. **Vyhledávaná opora:** Jedinec v nouzi cítí, že zátěžovou situaci nezvládne sám a dává najevo, že potřebuje pomoc.

3. **Poskytovaná opora:** Rozdíl oproti nabízené opoře je v tom, že poskytovatel už jen nenabízí pomoc, ale přímo jedná. Provádí aktivity ulehčující příjemci zátěžovou situaci. Příjemci poskytovaná opora může být příjemná, je-li s jeho souhlasem. V opačném případě v něm může vyvolávat negativní pocity a může se cítit nesamostatný, neschopný apod.
4. **Získaná opora:** Oporu může jedinec získat z různých zdrojů, v různém množství a v odlišném trvání. Získat ji může z vlastní iniciativy nebo z iniciativy druhých.
5. **Vnímaná opora:** Příjemce pomoc vnímá a dokáže ji určitým způsobem vyhodnotit. Sociální oporu hodnotí jako něco, co pomáhá, nepomáhá nebo chybí.

## 4.2 Funkce sociální opory

Mareš (2002) ve své publikaci Sociální opora u dětí a dospívajících II. s odkazem na Willse a Shinara uvedl přehled funkcí sociální opory:

1. **Emocionální opora** pomáhá ke změně vyhodnocování ohrožující situace a motivuje k jejímu zvládnutí, posiluje sebedůvěru a sebehodnocení jedince, snižuje úzkostné stavy a deprese. Stavebním kamenem této opory je vzájemný respekt obou stran. Člověk v nepříznivé události se nebojí svěřit se svými pocity a starostmi. Bez obav projevuje sympatie a náklonnost k druhým.
2. **Instrumentální opora** pomáhá s řešením věcných problémů, např. půjčení peněz, náradí, hlídání dětí, pomoc s nákupem apod.
3. **Informační opora** poskytuje potřebné informace, rady, postupy apod.
4. **Opora poskytovaná (sociálním) společenstvím** podporuje v aktivním společenském životě. Člověk díky společenským událostem, jako např. společný sport, posezení v restauraci, návštěva divadla, večírek, nemyslí na chvíli na své problémy a zažívá pozitivní emoce.
5. **Opora potvrzením platnosti** je potvrzování o jeho akceptaci ostatními, jeho postavením a srovnání s ostatními. Navozuje pocit, že co jedinec prožívá, je v pořádku.

#### 4.2.1 Odvrácená strana sociální opory

Křivohlavý mluví o „odvrácené straně“ sociální opory. Sociální opora má pro každého příjemce jiný význam. Jeho interpretace má při jejím hodnocení významný vliv. Závisí velmi na tom, co osoba v tísni dříve zažila, co očekávala a dostala apod. O její přiměřenosti (adekvátnosti) rozhoduje každý sám. Člověk v tísni může vnímat, že mu chce někdo pomoci, ale neznamená to, že z toho bude mít užitek (Křivohlavý, 2009). „O sociální opoře se obvykle uvažuje jako o sociálním jevu, který má převážně kladné účinky. Existují však případy, kdy sociální opora – ač je nabízena, poskytována i přijímána – působí negativně“ (Mareš, 2002, s. 79).

Negativní dopad může mít jestliže:

- je pomoc nevyžádaná,
- je od lidí, od kterých o ni jedinec nepožádal,
- neodpovídá potřebám jedince,
- je nadměrná,
- je v podobě, která mu nevyhovuje.

Důsledkem mohou být pocity viny, úzkosti, pocity závislosti. Negativně působí také na představu o vlastní autonomii a autodeterminaci. Ohrožuje sebepojetí, sebehodnocení, sebeúctu a sebedůvěru člověka. Může navozovat až pocit bezmoci. V období dospívání se mladiství mohou při neuspokojení dostatečné náklonnosti rodičů a blízkého okolí obracet k jiným osobám, skupinám nebo dokonce i k protispolečenským gangům, kteří jim poskytnou oporu, po které touží.

Jedinec s oporou, která mu určitým způsobem nevyhovuje, vnitřně nesouhlasí a po určité době vyjadřuje poskytovateli i okolí nesouhlas. To může zapříčinit negativní efekt - pocity zatížení, břemene, frustrace, syndrom vyhoření - i těm, kteří pomoc poskytují (Mareš, 2003; Křivohlavý, 2009; Social support, reciprocity and wellbeing, 2010).

### 4.3 Diagnostika sociální opory

„Diagnostikování sociální opory není metodologicky snadnou záležitostí. Problém je v tom, že právě poskytování sociální opory se sice v praxi odehrává každodenně, avšak celá tato oblast intervenčního snažení se teprve začíná vědecky propracovávat“ (Mareš, 2002, s. 270).

Ke zjišťování a měření sociální opory jsou využívány různé metody. Používají kvantitativní a kvalitativní nástroje. **Kvantitativní nástroje** v tomto případě řeší především individuální vztahy jedince. Jejich počet a složitost struktury sociální sítě. **Kvalitativní nástroje** zkoumají tyto vztahy více do hloubky. Soustředí se na jejich význam v životě daného člověka. Zda jsou tyto vztahy smysluplné, reciproční a jaké funkce sociální opora v dané síti plní (Mareš, 2002).

Existuje řada diagnostických nástrojů pro měření sociální opory. Mezi ně patří:

- **Nástroje globálně zaměřené** zjišťují jedincovo místo v sociální síti a globální kvalitu sociální opory.
- **Nástroje zjišťující poskytovanou oporu** objektivně řeší, kdo nebo co je zdrojem sociální opory člověka.
- **Nástroje zjišťující jedincem vnímanou oporu** se zajímají o to, jak poskytovanou oporu dokáže jedinec přijímat. Jak na ni nahlíží, jak ji vnímá, hodnotí. Zásadní otázkou je, zda o podporu vůbec stojí.  
To, jak jedinec oporu vnímá, má významný dopad na jeho pocit pohody nebo nepohody v životě. Může v něm probouzet pocity jistoty, bezpečí, ale také např. pocity neschopnosti a nedostatečnosti.
- **Nástroje měřící ochranný, tlumivý efekt** řeší, jak podpora jedinci pomáhá v tíživé situaci. Pozitivní působení sociální podpory snižuje působení distresu na jedince. Pakliže pomoc nepomáhá, psychický stav se zhoršuje.
- **Nástroje měřící přímý, hlavní efekt.** Rozdíl mezi hlavním a tlumivým efektem sociální opory je v novějším pojetí téměř mizivý. Dříve se sociální opora zkoumala pouze během závažně ohrožujících situací. Nyní se řeší také v malých každodenních problémech, které člověk během svého života řeší.

Hlavním efektem sociální opory je fakt, že taková podpora pomáhá neustále.

- **Nástroje zjišťující smysl sociální opory** pro daného jedince mapují názor na sociální svět kolem jedince a jeho individuální pocity. Zároveň se do určité míry jedná také o charakteristiku osobnosti člověka.

„Jako příklad dotazníku ke zjišťování sociální opory je možno uvést dnes již ve světě „klasický“ dotazník sociální opory zvaný Social Support Questionnaire (SSQ) autorů Sarason, Levine, Basham a Sarason (1983)“ Křivohlavý, 2009, 106-107). Dotazník měří vnímání sociální opory a celkovou spokojenost s ní. Obsahuje 27 otázek a je rozdělen na dvě části:

- 1) v první fázi se zjišťuje počet osob, které buď poskytují sociální oporu dané osobě, nebo by ji mohly poskytnout v případě, že by o ni byli požádány (v případě potřeby).
- 2) v druhé fázi se zjišťuje míra uspokojení s poskytovanou sociální oporou u jejího příjemce (Křivohlavý, 2009, 106-107).

K dotazníku existuje i zkrácená verze se šesti otázkami.

## 5 Shrnutí

Předchozí část práce přiblížila pojmy **mladá dospělost, kariérní vývoj a sociální opora**.

V mladém dospělosti dochází především ke změnám v psychosociální oblasti. Dospělým se podle výše zmíněných autorů člověk stává při převzetí několika vývojových úkolů, kterými jsou např.: nezávislost, samostatnost, symetrické vztahy, sexuální zralost, zodpovědnost. Období mladá dospělosti se pohybuje okolo 18-35 let. Jedním z vývojových úkolů, který mladý dospělý přejímá, je profesní role. A s tímto se pojí výběr sekundárního a případně terciárního vzdělávání. Volba vzdělávání je dříve nebo později spojována s výběrem povolání. Předpokládá se, že kariérně zralý je člověk okolo 14-15 let. Dříve se vzorce předávaly z generace na generaci. Nyní je svět práce stále rychlejší a proměnlivější a mladé lidi mohou doprovázet obtíže při rozhodování, např. nerozhodnost, nereálné volby, střídání zaměstnání a kariérní moratorium.

Sociální opora poskytuje v zátěžových situacích a v každodenních momentech života pomoc. Dle Mareše rozlišujeme pět funkcí této opory: emocionální, instrumentální, informační, opora poskytovaná sociálním společenstvím a opora potvrzením platnosti. Nejčastěji nám sociální oporu poskytuje rodina a přátelé. Jaký ale mají skutečně vliv a je tato podpora dostatečná? Problematika opory se zkoumá především u žáků na základních a středních školách. Důležitost ve zkoumání této opory právě u mladých dospělých vnímám ve zpětném ohlednutí a zhodnocení. Na základě toho se dají navrhovat nová zlepšení pro kariérové poradenství se zaměřením na sociální oporu.

## PRAKTICKÁ ČÁST

### 6 Design průzkumného šetření

Výzkum mé bakalářské práce se zabýval rolí sociální opory u mladých dospělých. Pro získání dat byla zvolena **metoda hloubkových rozhovorů** v kvalitativním výzkumu s deseti respondenty. Kvalitativní přístup spočívá v získávání komplexnějších dat o zkoumaném jevu a je založena na indukci, díky které se vytvářejí obecné závěry (Švaříček, Šed'ová, 2007). Data z hloubkových rozhovorů byla **analyzována otevřeným kódováním**. Tento způsob analýzy kvalitativních dat umožňuje získaná data rozebrat na tzv. jednotky, k těm je přiřazen kód a následně jsou data složena novým způsobem (Švaříček, Šed'ová, 2007).

#### **Hlavní výzkumná otázka (HVO):**

Jaké formy sociální opory využívají mladí dospělí a jakou roli hrají?

#### **Dílčí výzkumné otázky (DVO):**

- 1) Jaký byl rozdíl u mladých dospělých ve výběru sociální opory při volbě budoucího vzdělávání na základní a střední škole?
- 2) Jaký vliv má rodina a vrstevnické vztahy u mladých dospělých při plánování kariéerní dráhy?
- 3) V jakých případech vyhledávají mladí dospělí sociální oporu?
- 4) Jak mladí dospělí vnímají kariérové poradenství v rámci sociální opory?

## **6.1 Výběr vzorku a jeho charakteristika**

Výběr vzorku respondentů do výzkumu bakalářské práce byl vybrán záměrně. Cílovou skupinou jsou mladí dospělí ve věku 19 až 28 let. Respondenti pocházejí z různého sociálního prostředí, momentálně se nacházejí v různých fázích kariérního vývoje a aspirují na různá profesního zaměření.

Výzkumného šetření formou hloubkových rozhovorů se zúčastnilo deset mladých lidí. Pět žen a pět mužů. Mezi respondenty jsou tři respondenti z rozvedené rodiny, čtyři jsou z úplné rodiny a poslední tři vyrůstali bez otce, přičemž jeden respondent se s otcem nezná, druhému otec na začátku rozhodovací fáze zemřel, matka se odstěhovala a žil pouze se svými sourozenci a poslední z této skupiny respondentů měl otce ve vězení.

Vzhledem k citlivým údajům o rodinných zázemích jsou záznamy respondentů anonymní. Byla jim změněna jména. Výběr nových jmen je zcela náhodný.

## **6.2 Hloubkový rozhovor**

Metodou výzkumu byl zvolen hloubkový rozhovor. Oproti dotazníkům neomezuje odpovědi respondentů. Dotazování se tedy musí více zamyslet nad svými otázkami, k odpovědím jsou zachyceny i emoce účastníků. Na danou odpověď můžeme nahlížet komplexněji.

Rozhovory byly vedeny převážně osobně, tři rozhovory z cílové skupiny byly vedeny online pomocí platformy Google Meet. Všichni účastníci souhlasili s jeho nahráváním a také udělili souhlas s participací ve výzkumu. Dohodli jsme se, že veškeré poskytované informace z jejich strany budou pravdivé a v přepisu, který je určen čistě pro bakalářskou práci, budou jejich odpovědi zaznamenány pod falešnými jmény.

Přepisy rozhovorů mohou obsahovat hovorová či nespisovná slova.



## 6.3 Výzkumné otázky

Specifické výzkumné otázky, které jsem pokládala účastníkům výzkumu v individuálních rozhovorech, byly rozděleny do tří sekcí. Do sekce vzdělávání, profese a osobní vztahy. V další podkapitole jsou rozebrány odpovědi frekventantů výzkumu u jednotlivých otázek.

### 1 Vzdělávání

- 1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?
- 1.2 Kteří lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?
- 1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání?
- 1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?

### 2 Profese

- 2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?
- 2.2 Co děláš proto, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?
- 2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?
- 2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?
- 2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání?
- 2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?
- 2.7 Jak ti druzí pomáhají po nástupu do zaměstnání?
- 2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?
- 2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?

### 3 Sociální vztahy

- 3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy?
- 3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?

## 6.4 Vyhodnocení rozhovorů

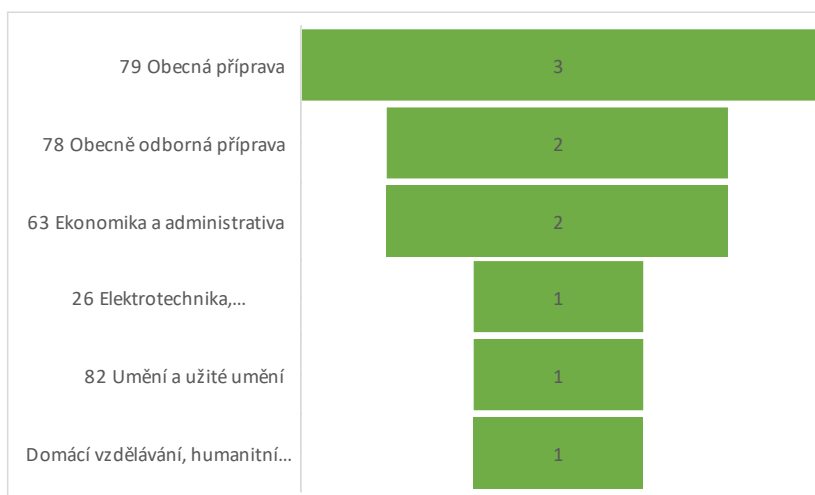
### 1 Vzdělávání

#### 1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?

Cílem otázky bylo získat přehled o studovaných či již vystudovaných oborech účastníků výzkumu.

Střední školy jsou zpracovány přehledně v grafu podle skupin oborů. V grafu je uvedeno, kolik respondentů studuje v dané skupině. Seznam vysokých škol je zpracován jako výčet jednotlivých oborů, stejně tak jako studium v zahraničí.

**Graf 1:** Skupiny oborů středních škol u respondentů



Zdroj: Vlastní zpracování

Seznam oborů vysokých škol, bakalářské studium:

- Cestovní ruch
- Poradenství v odborném vzdělávání
- Podnikání a administrativa
- Geologie
- Psychologie
- Marketing
- Výroba a ekonomika ve strojírenství
- Mezinárodní obchod
- Sinologie a španělština pro mezinárodní komunikaci

Seznam oborů vysokých škol, magisterské nebo navazující magisterské studium:

- Ekonomika a řízení služeb
- Učitelství pro 1. stupeň
- Mezinárodní obchod, specializace čínská studia

Seznam studia v zahraničí:

- Jazykový pobyt čínštiny

## **1.2 Kterí lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

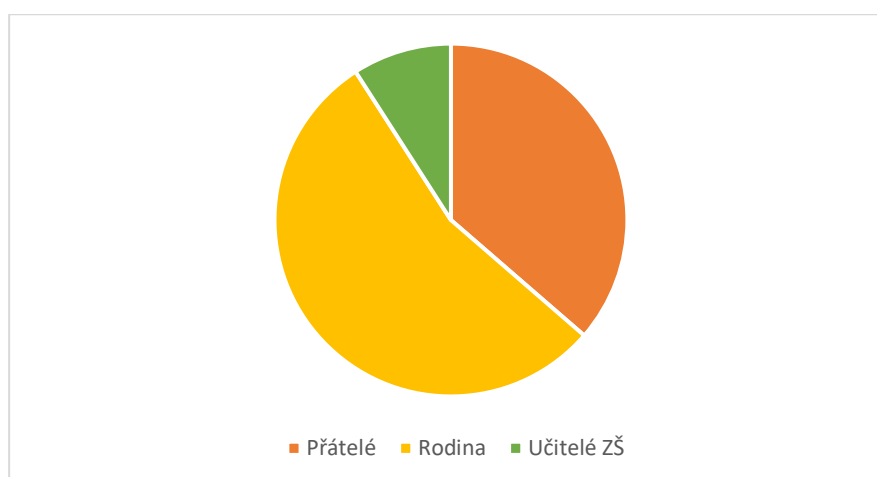
Výběr střední školy byl pro většinu dotazovaných komplikovaný v tom, že na konci povinné školní docházky nevěděli, co by rádi dělali dál. Konkrétní zaměstnání v budoucnu pro ně byla velmi abstraktní představa. Nerozhodnost byla shoda u šesti z deseti respondentů. U poloviny respondentů nikdo v blízké rodině nestudoval vysokou školu. Pouze v jednom případě studoval jeden z prarodičů dvě vysoké školy, avšak tento respondent vyrůstal od téměř 15 let sám. Důležitým faktorem při rozhodování pro většinu respondentů z této skupiny bylo uplatnění na pracovním trhu ihned po dostudování střední školy, proto volili odborné školy, nikoli gymnázia. Pro čtyři z nich byli velmi důležití při rozhodování přátelé. Vzájemně si s přáteli poskytovali informace a pro finální výběr střední školy se rozhodli společně. Dalším dvěma respondentům pomáhala s výběrem především rodina.

U dvou z celkového počtu byl dominantní vzor v rodině. Minimálně jeden ze členů rodiny studoval nebo studuje vysokou školu. Během výběru bylo jasné, že budou také pokračovat studiem na vysoké škole. Z tohoto důvodu byl velmi důležitý všeobecný přehled, který poskytují gymnázia.

Slovo rodičů jako významný faktor při rozhodování bylo důležité i pro poslední dva respondenty. Výběr školy řešili pouze s nimi. Nezmínili se o nějaké další osobě, která by při výběru školy měla nějaký vliv.

Graf ukazuje, že nejdůležitější lidé při výběru střední školy jsou členové rodiny (rodiče, sourozenci nebo prarodiče) a přátelé.

**Graf 2:** Důležití lidé při výběru SŠ u respondentů



Zdroj: Vlastní zpracování

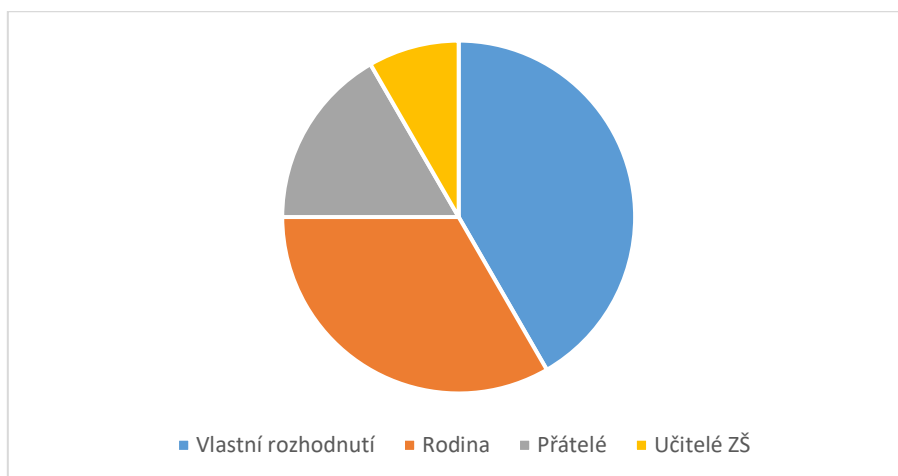
Vysoce spokojeni s oborem vysoké školy jsou ti respondenti, kteří volbu vysoké školy provedli převážně autonomně. Tři věděli již na střední škole, v jakém oboru by se chtěli ucházet o práci. U všech třech dotazovaných studoval nebo pracoval někdo z rodiny v podobném či stejném odvětví. Pro všechny tato skutečnost měla pozitivní vliv při rozhodování i během studia. Členové rodiny byli bohatým zdrojem informací. Jeden z respondentů dokonce uvedl, že díky sourozenci, jenž studoval podobný obor, dokázal překonat předsudky u vybrané profese a jít skutečně studovat. Jiní tři spokojení studenti provedli svou volbu s odstupem po dostudování střední školy. Získali více pracovních zkušeností a zjistili především, co je nebaví. Další dva

z dotazovaných provedli svou volbu na základě svých přátel stejně jako u výběru střední školy.

Šest respondentů se rozhodlo na základě svého rozhodnutí, přičemž tři se rozhodli doopravdy pouze čistě na základě vlastního úsudku a u dalších třech hrála důležitou roli při výběru i rodina. Klíčovou úlohu měla jako vzor, ale také poskytovala informační a emoční podporu.

Dva respondenti se rozhodli pouze na základě svých přátel. Jeden podle svých rodičů. V rozhovorech se nezmínili o dominující spokojenosti s oborem. Poslední z dotazovaných na vysokou školu studoval nešel.

**Graf 3:** Důležití lidé při výběru VŠ u respondentů



Zdroj: Vlastní zpracování

Důležitost učitelů středních škol při výběru vysoké školy je mizivá a pomoc v těchto kruzích nezmínil ani jeden z respondentů.

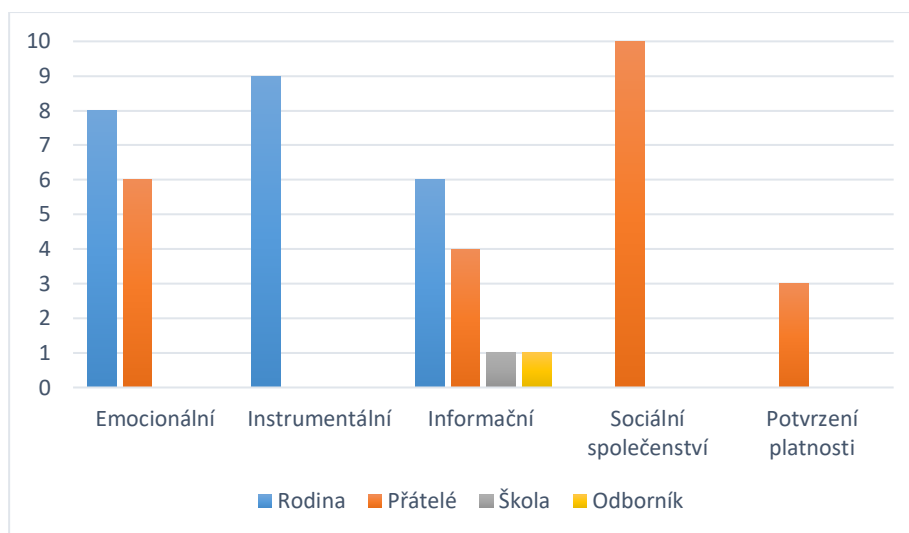
### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Výběr střední školy je pro všechny velmi komplikovaný. Většina dotazovaných v době rozhodování nebyla dostatečně osobně zralá, natož aby byli schopni se kariérně rozhodovat. Z tohoto důvodu se spoléhali na své přátele a rodiče. Měli je jako zdroj informací. Tři respondenti měli velký vzor v rodině. Na základě toho věděli, že půjdou

studovat na vysokou školu, a bylo pro ně důležité všeobecné vzdělání, které poskytují gymnázia.

Graf znázorňuje, kolik respondentů z celkového počtu zmínilo typy činitelů v jednotlivých funkcích sociální opory. U pěti respondentů nikdo z rodiny nestudoval na vysoké škole a oni sami byli první, kteří pokračovali ve studiích. Všichni zmínili jako hlavní informační zdroj své přátele. Rodina v této funkci většinou vůbec nefigurovala a plnila spíše emocionální funkci podpory. Emocionální funkce u této skupiny respondentů byla hojně využívána také u přátel a vrstevníků.

**Graf 4:** Role sociální opory při výběru vzdělávání



Zdroj: Vlastní zpracování

Pozitivní vliv při rozhodování měli jiní členové rodiny, kteří také studovali vysokou školu. Obor, ve kterém se respondenti pohybují, nehraje při vlivu rodiny výraznou roli. Ve všech případech jsou tito členové hlavním zdrojem informací, rad atd. Velkým přínosem je jejich vlastní zkušenost, která byla pro dotazované jednoznačně v období rozhodování (okolo 15 a dále pak 19 let) důležitá. Všechny rady a informace byly podloženy fakty o tom, jak systémy jednotlivých škol fungují ve skutečnosti. Rady nejsou pouze teoretické a ze strany poskytovatele vzdělávání, ale jsou poskytnuty reálným uživatelem. Pro mnohé to usnadňuje výběr zaměření a představy o tom, jak vzdělání opravdu probíhá.

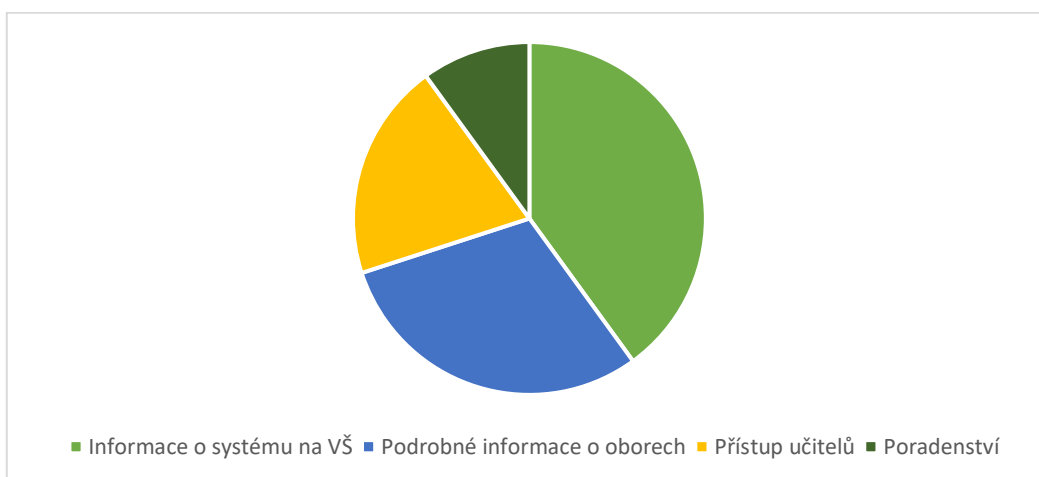
#### 1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?

Bez ohledu na obor, rodinné zázemí a aktuální spokojenost v kariérní cestě uvedla většina respondentů jako nedostatek při výběru dalšího vzdělávání především špatnou informovanost ze strany školy. Komentovali především kariérní přípravu na středních školách. Ze strany učitelů nezaznamenali proaktivní přístup v propagaci kariérového poradenství od výchovného poradce. Veškeré informace o možných oborech na vysokých školách jim byly poskytnuty pouze povrchně. Také hlubší pohled na systém vysokých škol by jim byl ku prospěchu. Např. jeden z respondentů odpověděl, že kdyby věděl, jak to na škole doopravdy chodí, jaké tam jsou možnosti praxe, jaká je kombinovatelnost s prací apod., zvolil by formu studia z prezenčního na dálkové, jelikož v jeho oboru je praxe velmi přínosná a nepřenositelná.

Celkově by většina změnila přístup škol. Nejen v přístupu ke kariérovému poradenství, ale také k výuce. Ocenili by větší propojenost teorie s praxí.

Některým v období rozhodování chyběla především vize do budoucna a vnitřní sebevědomí. I z tohoto pohledu je přístup školy o to důležitější. Je však velmi obtížné zvolit vhodnou formu poskytování informací, aby byla pro všechny žáky dobře uchopitelná.

**Graf 5:** Nedostatky při výběru dalšího vzdělávání



Zdroj: Vlastní zpracování

## **2 Profese**

### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Většina respondentů ze skupiny, která studovala na středních odborných školách, začala pracovat již okolo 16 let. Vyhledávali jakékoliv brigády, u nichž věděli, že je zvládnou vykonávat a především takové, které odpovídaly jejich časovým možnostem při prezenčním studiu na střední škole. Takto pracovní zkušenosti získával i jeden z dotazovaných, který měl vzor v rodině a věděl, že bude pokračovat na vysoké škole. Se začátkem studia na vysoké škole se všichni snažili o změnu zaměstnání. Brigády mimo jejich obor považovali a stále považují za ztrátu času. Vyhledávají tedy práci v jejich zaměření a usilují o získání relevantních pracovních zkušeností.

Pracovní příležitosti, které byly nejčastěji vyhledávány během střední školy: služby, administrativa, stavebnictví, rozvozy.

Shoda u zbytku respondentů nastala pouze v tom, že jejich pracovní zkušenosti jsou malé. Příčiny mají ale různé. Jeden z respondentů uvedl jako důvod své zaměření pouze na studium, tzn., že studium považuje za zaměstnání. Studuje dvě vysoké školy najednou a na pracovní aktivity již nezbývá čas. Druhému školní povinnosti časově nedovolují mít alespoň částečný úvazek, i přesto, že praxe v jeho oboru je důležitá a dotazovaný ji sám považuje za stěžejní a důležitější. Další začal pracovat až s příchodem vysoké školy a poté se brzy stal rodičem. Nyní je na rodičovské dovolené.

Dva z deseti respondentů již pracují na hlavní pracovní poměr. Jeden pracuje ve strojírenství, v oboru, který si sám vybral. Druhý momentálně pracuje jako koordinátor kamionové dopravy. Poslední z dotazovaných nepokračoval ve studiu na vysoké škole, nyní je nezaměstnaný a práci hledá.

### **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

Studium na vysoké škole je většinou respondentů vnímána jako příležitost získat v budoucnu lepší pracovní uplatnění. Ať už jako zvyšující šanci při výběrovém řízení nebo jako cesta k vyššímu finančnímu ohodnocení.



Pracovní příležitosti hledají především přes pracovní portály na webových stránkách. Nově se do povědomí dostává i sociální síť LinkedIn, ve které si každý tvoří svůj profesní profil a navazuje pracovní kontakty. Jeden z respondentů uvedl, že díky této síti našel svou aktuální pracovní pozici. Pouze dva respondenti zmínili, že se snaží oslovovat přímo konkrétní firmy. Oba dva se shodují v tom, že vědí, co chtějí dělat, a proto již hledají konkrétní firmy, které jim jsou blízké a konkrétní pozice nabízejí. Dále polovina účastníků výzkumu také spoléhá při výběru práce na své kontakty.

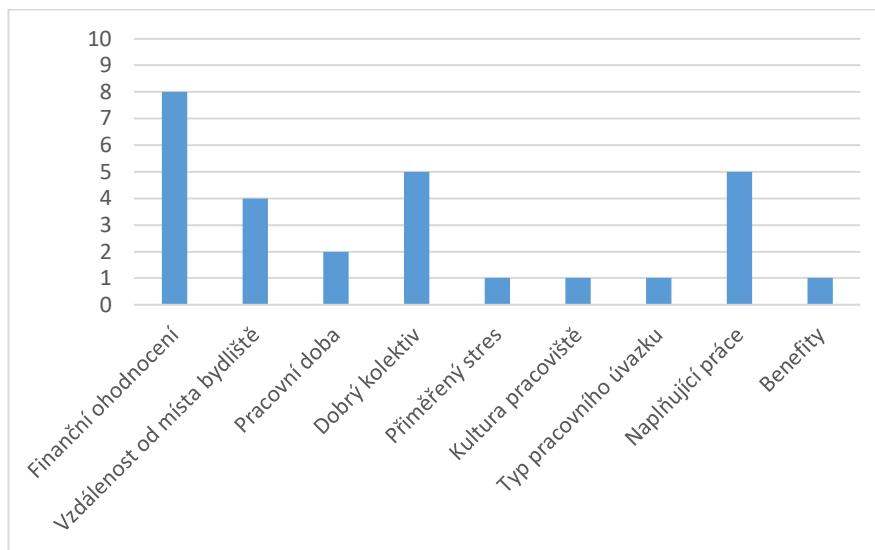
Životopis a příprava na rozhovor. Někteří uvedli pouze životopis jako základní věc k úspěchu ve výběrovém řízení. Jiní si zjišťují také podrobné informace o firmě a na pohovor se snaží důkladně připravit. Neshodují se také v tom, co je při pohovoru důležité. Někteří ho berou jako příležitost k takovým odpovědím, jaké si myslí, že chce druhá strana slyšet, druzí odpovídají zcela pravdivě, jak to cítí, a snaží se nikterak nepřetvařovat. Ty, kteří odpověděli první možnost, spojuje finanční ohodnocení jako nejdůležitější motiv.

Pouze jeden zmínil, že se snaží v oboru vzdělávat i ve volném čase. Zároveň se snaží o získání pracovních zkušeností během studia. Preferuje brigády či pozice na částečný úvazek, ale nebrání se také neplaceným stážím. Myslí si, že pro jeho budoucí zaměstnavatele jsou takové zkušenosti plusovým bodem a tím pádem vyšší pravděpodobnost úspěchu.

### 2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?

V grafu níže můžeme vidět, kolik respondentů zmínilo jednotlivé faktory.

**Graf 6:** Faktory při výběru pracovní pozice



Zdroj: Vlastní zpracování

Nejčastěji zmiňováno bylo finanční ohodnocení. Pro většinu dotazovaných patří nabízená mzda či plat mezi faktory, které ovlivňují jejich výběr povolání. Pouze u tří z respondentů bylo finanční ohodnocení přímo na prvním místě. Jiní předtím zmínili to, že je práce samotná musí bavit a naplňovat, nebo aby byla v práci v oboru, který je zajímavý. Finanční ohodnocení neovlivňovalo jejich výběr zaměření, ale pouze až konkrétní pozici u konkrétní firmy. Dobrý kolektiv zmínilo pět z deseti respondentů, a shodli se na tom, že to sice není faktor, který je dobře ověřitelný při výběru, ale v případě problémů a špatného klimatu ze strany zaměstnavatele či kolegů by začali přemýšlet o změně pracovního místa.

Dále čtyřmi respondenty byla zmíněna vzdálenost od místa bydliště, přičemž jeden z nich by byl ochoten se na několik let v případě zajímavé nabídky přestěhovat. Pracovní doba, typ pracovního úvazku, nabídka benefitů za práci navíc, přiměřený stres během pracovní náplně jsou další faktory, které dotazovaní zmínili. Tyto faktory se objevily pouze u jednotlivce či u dvou respondentů zároveň.

## **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Vzhledem k rozdílným oborům, ve kterých se účastníci výzkumu vyskytují, nelze určit shodující se představy o budoucí profesi. Někteří mají přímo vysněné povolání: učitelka, pracovník ve strojírenství s aditivní výrobou s 3D tiskem, vědecký pracovník, sládek, psycholog ve vlastní poradně. U jiných se představy pohybují spíše v rámci oboru a jeho druhu.

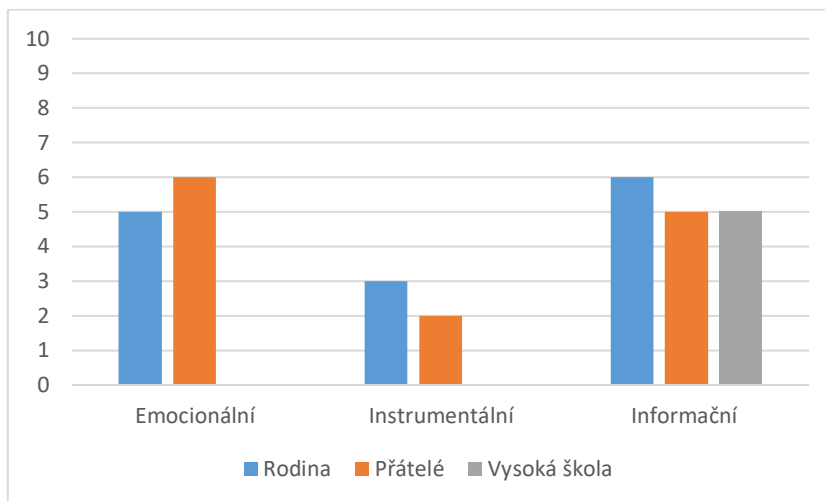
Společné pro většinu dotazovaných je očekávání, že je jejich práce bude neustále rozvíjet, využijí v ní znalosti, které získali během studií, v rámci práce budou mít možnost vytvářet pozitivní vztahové vazby. A všeobecně řečeno-všichni hledají takovou práci, která je bude bavit, naplňovat a motivovat. Také se chtějí ucházet o takovou práci, která je sama o sobě rozvíjející, ve které nebudou snadno nahraditelní, budou mít možnost vykonávat svou práci dobře a nejlépe s přidanou hodnotou – jejich práce bude prospěšná i pro druhé lidi (např. školství, psychologie...).

## **2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Na tuto otázku dává odpověď částečně také otázka 1.3, jelikož souvisí s výběrem vzdělávání. Dokončené vzdělání je vstupní krok na trh práce. Povídání s respondenty o roli druhých při výběru jejich povolání se lišilo tím, že se dotazovaní zaměřovali více již na aktuální období a nezahrnovali do toho např. výběr střední školy a pomoc druhých lidí právě na této instituci. Rozdíl je především v opoře v prostředí školy. Zde se respondenti zaměřovali na pomoc od různých lidí na vysoké škole. Nikdo nezmínil, že by vliv na výběr měla přímo daná škola jako instituce, ale často zde získávají různé kontakty: na konkrétní učitele, různé odborníky z praxe apod. Kromě toho je také přístup učitelů na vysokých školách odlišný od přístupu na střední škole. Většina respondentů se shodla, že jejich přístup je více motivační a proaktivní.

Na grafu můžeme vidět, kolik respondentů z celkové počtu označilo jednotlivé typy činitelů ve třech funkcích sociální opory.

**Graf 7:** Role sociální opory při výběru povolání



Zdroj: Vlastní zpracování

## 2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?

Způsob pomoci při hledání pracovní pozice se věkem postupně mění. Ti, kteří pracovali již během střední školy, v té době občas vyhledávali i pomoc od rodičů či přátel. Forma pomoci spočívala především v poskytování kontaktů a zprostředkovávání nabídek pracovních pozic. Většina respondentů uvedla, že velkou část svých pracovních zkušeností získali právě přes své rodiče, přátele, případně jejich známé. Překlenutí do dospělosti přináší určitou míru samostatnosti v rozhodování. Sedm respondentů uvedlo, že pomoc od druhých při hledání pracovní pozice neočekávají. Jsou rádi za jakékoliv poskytnuté informace o nabídkách práce, zvláště jsou-li upřímné a odpovídají kvalifikaci respondenta. Další pomoc je v tomto období pro respondenty až nevyžádaná nebo nepřiměřená jejich potřebám.

Dva respondenti uvedli, že by i nadále byli rádi, kdyby pracovní místa získávali na základě nabídek od přátel a rodiny. Uvádějí, že je to jedinečná možnost dostat se na lepší místa, za kratší dobu a za lepších podmínek.

## **2.7 Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

Všichni dotazovaní, kteří mají pracovní zkušenosti, se shodli, že pomoc očekávají především od svých kolegů a nadřízených ve svém zaměstnání. Je to pro ně základ dobrého kolektivu a také motivace do práce chodit. Téměř všichni, kteří takto odpověděli, by v případě nefunkční podpory v práci začali uvažovat o změně zaměstnání.

Čtyři respondenti také uvedli, že chodí za svými přáteli se vypovídat. Neočekávají od nich žádné rady, nejdůležitější je pro ně, že je jejich blízký dokáže vyslechnout a oni mohou tímto dát průchod svým myšlenkám.

Jeden respondent také uvedl, že pro jeho práci je důležitý automobil a s jeho opravami mu pomáhají přátelé. Díky této pomoci je schopen mít automobil stále k dispozici. O pomoc jinde než od kolegů v zaměstnání, si také říká jeden z deseti dotazovaných. Pracuje ve školství, stejně jako jeho sourozenec, a díky tomu od něj může čerpat nápady na pomůcky a aktivity do hodin s dětmi.

## **2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?**

Velmi důležitý aspekt, bez ohledu na věk a pohlaví je, jaké vzory okolo sebe dotyční mají. Šest dotazovaných uvedlo vzor v druhých lidech jako nejvýznamnější roli v budování jejich kariérní cesty. Inspirace v druhých lidech jim pomáhá při představách o budoucím povolání, s vytvářením vlastního nastavení, svých hodnot apod. Vzor se dále liší podle toho, v jakém sociálním zázemí se daný respondent pohybuje. U frekventantů výzkumu, jejichž členové rodiny studují nebo studovali na vysokých školách, převládá pozitivní model a respondenti více inklinují jít v podobných šlépějích jako jejich blízcí. U zbylých respondentů figuruje i negativní vzor, jež je inspiruje v nastavení jiných hranic a hodnot, které zastávají např. jejich rodiče či sourozenci.

Dva respondenti se vyslovili, že necítí, že by kariérní cestu nějak už plánovali. Věkově jsou od sebe čtyři roky, oba se nacházejí v jiné fázi kariérního vývoje a mají i jiné životní cíle a priority. Jediné, co oba spojuje, je absence otce v jejich životech i přesto,

že vědí, kdo jejich otec je. Zda tato skutečnost na tuto výpověď má vliv, tímto výzkumem určit nelze.

Díky instrumentální podpoře mohou studovat a prohlubovat si kvalifikaci pro budoucí kariéru tři účastníci výzkumu. Vědomí toho, že je po finanční stránce podporují jejich rodiny, případně jejich partneři, jim umožňuje se v klidu věnovat tomu, čemu opravdu chtějí.

Čtyři respondenti dále uvedli, že u svých rodin a partnerů vyhledávají emocionální podporu. Z celkového pohledu na rozhovor ale vyplývá, že tuto oporu vyhledávají téměř všichni. Často, jak je již zmíněno, dříve u svých rodin, partnerů a přátel.

## **2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

Na tuto otázku devět respondentů jednoznačně odpovědělo, že těchto služeb nikdy nevyužili. Služby kariérového poradenství poskytuje na základních a středních školách výchovný poradce. Většina dotazovaných uvedla, že o výchovném poradci na své škole vůbec nevěděli, a ti, kteří ano, tak věděli o těchto službách pouze povrchně a výchovného poradce brali spíše jako někoho, kdo řeší problémy s chováním a prospěchem.

Tři účastníci výzkumu věděli, že jejich vysoká škola poskytuje kariérové poradenství, ale o individuálních konzultacích nepřemýšleli. Jeden respondent se zúčastnil workshopu, který byl organizován kariérním centrem vysoké školy.

Pouze jeden z dotazovaných se kariérového poradenství zúčastnil. Dozvěděl se o něm skrze informační e-mail od vysoké školy. Uskutečnilo se jen jedno setkání, během kterého dělali cvičení na utřídění zájmů. Ze cvičení vyšel okruh profesních zájmů a návrh pracovních pozic, ve kterých by mohl být respondent úspěšný.

### **3 Sociální vztahy**

#### **3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy?**

V dětském věku měli respondenti mnohem více sociálních vztahů, než mají nyní v mladé dospělosti. V odpovědích se shodují v tom, že již udržují pouze takové vztahy, u kterých mají jistotu alespoň některé z funkcí sociální opory a své sociální vazby hodnotí pozitivně. Nejčastěji všeobecně vyhledávaná je emocionální funkce. Dotazovaní nacházející se v mladé dospělosti od svých vztahů neočekávají praktické rady, informace bez jejich vysloveného přání. Potřebují vědomí, že v případě potřeby mají kolem sebe někoho, na koho se mohou s prosbou obrátit. Co se týče informační funkce sociální opory většinou si respondenti poradí sami a čtyři respondenti vypověděli, že by případně takovou oporu vyhledávali u svých rodin, převážně rodičů. Přátelé plní víceméně emocionální funkci a oporu poskytovanou sociálním společenstvím.

#### **3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Jak vyplývá z předchozí otázky, většina respondentů je se svými sociálními vztahy spokojená. Spokojeni jsou i v rámci nabízené podpory od druhých. Do budoucna by rádi, kdyby měli kolem sebe stále takové lidi, kteří jim poskytnou emocionální podporu, vyslechnou je, ocenění je, podpoří. Šest respondentů by rádo dostávalo také určitou míru informační podpory – nabídky práce, volnočasových kurzů apod. Instrumentální podporu by rádi alespoň na dokončení studií dále u svých rodičů využili dva respondenti, jelikož jim tato pomoc velice pomáhá a poskytuje čas k plnohodnotnému studiu. Tyto dva respondenty pojí nedostatek volného času, který jim zabírají přednášky a cvičení na vysoké školy.

Pro všechny dotazované je důležitá schopnost si poradit sám. Nicméně čtyři respondenti z tohoto důvodu ani neočekávají od druhých informační pomoc. Díky emocionální podpoře doufají, že všechny další aspekty si budou schopni zaopatřit sami.

## 7 Diskuse

### **HVO: Jaké formy sociální opory využívají mladí dospělí a jakou roli hrají?**

Vyhledávané formy sociální opory se v průběhu kariérní cesty u mladých dospělých liší. Tyto rozdíly a nedostatky jsou rozebrány v následujících otázkách. Jaké formy jsou však důležité v časně dospělosti? Z rozhovorů vyplývá, že společným hlavním znakem dospělého života je potřeba samostatnosti a s tím se pojí i zodpovědnost za své vlastní rozhodnutí. Jako jeden z projevů dospělosti uvádí samostatnost ve své publikaci také Vágnerová (2000). Zároveň je s tím spojená i dlouhodobě vyšší spokojenost s výběrem vzdělávání či povolání.

Vágnerová (2000) také uvádí, že člověka v mladé dospělosti stále ovlivňují vzory, které do té doby poznal. Výzkum toto tvrzení potvrdil a vzor ve druhých lidech vyšel jako nejvýznamnější role v budování kariérní cesty u mladých dospělých. Inspirace v druhých lidech jim pomáhá při představách o budoucím povolání, s vytvářením vlastního nastavení, svých hodnot apod. Vzor se dále liší podle toho, v jakém sociálním zázemí se daný respondent pohybuje. Ti, jejichž členové rodiny studují nebo studovali na vysokých školách, přebírají pozitivní model a pokračují ve stejných nebo podobných šlépějích jako jejich rodinní příslušníci. Jiní ve svých rodinách mohou nacházet také i negativní model inspirace a tato je právě formuje k přetvoření hranic a hodnot, jež zastávají jejich rodiče či sourozenci. Motivuje je to ve volnočasovém a osobním rozvoji.

V období mladé dospělosti dochází především ke změně v psychosociální oblasti. Jednou z hlavních změn je změna blízkých vztahů (Blatný, 2016). Lidé se snaží udržovat symetrické vztahy, ať už s rodiči či přáteli (Vágnerová, 2000). Během výzkumu byly tyto změny potvrzeny v rámci důležitosti **emocionální formy** sociální opory. Většina respondentů již udržuje pouze takové vztahy, u kterých mají jistotu vzájemného respektu. Vědí, že se mohou kdykoliv svěřit a popovídat si. Toto zjištění z části vyvrací tvrzení, že dospělí u vrstevnických vztahů nacházejí méně jistoty a nemohou od nich očekávat toleranci (Vágnerová, 2000). Mladí dospělí z toho výzkumu by neudržovali takové přátelské vztahy, u kterých by tuto jistotu postrádali.



Snaha poradit si sám ovlivňuje především funkci informační a instrumentální. Tyto dvě funkce byly velmi důležité během základní a střední školy. **Zdrojem informací**, rad, návodů apod. byly u jedinců, jež měli členy rodiny jako pozitivní karierní vzor, právě jejich rodiny a ti, kteří se stali prvními, kdo v rodině studuje na vysoké škole, hledali tuto oporu spíše u přátel. Nicméně v dospělosti v této potřebě nejsou už takové rozdíly. Informační podporu mladí dospělí od svého okolí tolik nevyžadují. Avšak jsou pro ně přínosem otevřené diskuse, během kterých si rozšiřují informační základnu, případně jim druzí nabídnou pracovní pozici nebo jinou informační podporu. Nedílnou součástí, bez které by ostatní funkce nebyly tak účinné, je **podpora poskytování sociálním společenstvím**. Aktivita, které mladí dospělí se svými vrstevníky podnikají, jsou zdrojem neutuchající energie, pomáhají si navzájem přicházet na jiné myšlenky a jen díky této pomoci jsou schopni na věci nahlížet znova a v klidu.

### **DVO 1: Jaký byl rozdíl u mladých dospělých ve výběru sociální opory při volbě budoucího vzdělávání na základní a střední škole?**

Většina respondentů zúčastněných ve výzkumu se shodla na tom, že v období první karierní volby na konci základní školy měli spoustu práce s jinými vývojovými úkoly a karierní rozhodování bylo mimo jejich dosavadní schopnosti. Toto vyvrací předpoklad karierní zralosti již ve 14-15 letech, který zmiňuje Vendel (2008), zároveň tím však potvrzuje, že pomoc žákům při jejich karierních volbách je více než důležitá (Vendel, 2008). V průzkumu „Rozhodování žáků na základních a středních školách“ (2012) se dočteme, že jedním z faktorů, které mají vliv na výběr vzdělávání a povolání, jsou vzdělanostní aspirace rodičů. Výpovědi frekventantů výzkumu této bakalářské práce tento faktor potvrzují. Tři respondenti výzkumu měli již na základní škole pozitivní vzor u členů domácnosti a ač nevěděli konkrétní povolání, které by chtěli v budoucnu vykonávat, díky příbuzným věděli, že je čeká studium i na vysoké škole, a proto jako střední školu volili gymnázium pro všeobecný přehled. V tomto byl rozdíl u pěti dotazovaných, kteří bojovali s osobními vývojovými úkoly na konci základní školy. Scházelo jim často sebevědomí při rozhodování nebo osobní vize. Většina z nich se rozhodovala na základě svých přátel, se kterými diskutovali o možnostech střední školy, vzájemně si byli informační oporou, a především je u volby vzdělávání

motivovalo zůstat se svými přáteli i nadále. Rodiče při volbě povolání neměli příliš vliv a plnili spíše emocionální oporu. Zbylým dvěma respondentům pomáhali s výběrem rodiče, fungovali jako informační zdroj, přišli s návrhy a možnostmi vzdělávání. Konkrétní výběr však mohli zrealizovat podle svého uvážení. Oba studovali jiný typ vzdělávání, jeden se již od druhého stupně učil v domácím vzdělávání a druhý studoval soukromou střední školu. I z těchto důvodů dávali velký význam slovu rodičů, jelikož se vzdělávání, ať už přímo nebo nepřímo, účastnili. V tomto období byla pro frekventanty výzkumu nejdůležitější informační podpora.

Další volba, která jedince nemine, je výběr dalšího vzdělávání nebo profese v posledním ročníku střední školy. Jeden z charakteristických znaků přechodu do dospělosti je nezávislost a samostatnost. V tomto ohledu vzniká u většiny respondentů změna ve vyhledávání sociální opory. Na základní škole se nechávali inspirovat názory ostatních, především členů rodiny. Jejich rozhodnutí nebylo čistě autonomní. Na střední škole již převládá u dotazovaných odpovědnost za své rozhodnutí. Své volby se snažili vykonávat na základě svých vlastních uvážení. Hlavní rozdíl tedy můžeme najít v kladení důležitosti poskytovaných informací od druhých lidí. V tomto období hledali respondenti informační podporu u členů rodiny i přátel, nicméně se ale již snažili informace analyzovat sami a případně i hledat sami. Na to se váže i spokojenost s výběrem oboru. Ta část respondentů, která provedla autonomní volbu, zmínila spokojenost s oborem na vysoké škole. Důležitější podpora v tomto období již nebyla informační funkce sociální opory, ale emocionální, která posilovala jejich sebevědomí, dávala průchod jejich myšlenkám a tím usnadňovala realizaci volby.

## **DVO 2: Jaký vliv má rodina a vrstevnické vztahy u mladých dospělých při plánování kariérní dráhy?**

Kdo a jakým způsobem ovlivňuje průběh a plánování kariérní cesty určuje především sociální prostředí jedince. Z rozhovorů vyplývá, že ti, kteří měli vzor u svých rodičů či sourozenců, vyhledávali a vyhledávají oporu právě u nich. Pomáhá jim to při překonávání překážek, při vyhledávání informací i představách o tom, co budoucí úkol bude obnášet. Především reálné představy jsou tím, co respondentům pomáhá při

plánování kariéry. Vědí, jaké úlohy jednotlivé kroky obnášejí apod., a díky tomu se mohou adekvátně připravit.

Pět respondentů jsou prvními z rodiny, kteří studují na vysoké škole. Právě tento fakt je jedním z faktorů, který komplikoval frekventantům jejich plánování kariérní cesty. Při svém rozhodování se více spoléhali na své přátele. Hledali informace u nich a také u nich hledali pozitivní vzor. Rodina byla pro ně vzorem, nicméně už ne pouze pozitivním, ale také negativním. Tyto obě roviny jim však pomáhají v nastavování si vlastních hranic a hodnot. Výrost, Slaměník (2008) píše, že rodina je poskytovatelem norem a hodnot v dané společnosti a učí dítě kulturním vzorcům. Z průzkumu této práce vychází toto tvrzení jako pravdivé, s tím rozdílem, že ne vždy dítě tyto vzorce přijímá s danou přesností. Pakliže jsou vzory negativní, dítě se takovým vzorcům chování, normám a hodnotám snaží spíše vyhybat a přetvářet jiným způsobem.

Důležitou funkci, která rodina plní, je instrumentální podpora. Právě tato pomoc je prospěšná u obou skupiny respondentů, ať už jí využívali méně či více. Díky této podpoře mohou mnozí bez obav studovat i v dospělosti. Mohou se plně soustředit na své institucionální i volnočasové vzdělávání, které dle jejich mínění je vstupenkou k lepší pracovní pozici a k vyššímu finančnímu ohodnocení v budoucnosti. Jejich cesta je tímto jednodušší, jelikož se nemusejí starat o uspokojování základních fyziologických potřeb. Ne všichni však tuto podporu u svých rodin mají nebo jí vyhledávají. Avšak můžeme se domnívat, že u těch, kterým je tato podpora nabízena, je vyšší pravděpodobnost delší přípravy na povolání v rámci studia.

### **DVO 3: V jakých případech vyhledávají mladí dospělí sociální oporu?**

Jak již bylo uvedeno v předchozí otázce, vývojové změny v dospívání se rozvíjejí velmi individuálně. A ač se předpokládá, že člověk bude kariérně zralý již na konci základní školy, z rozhovorů s mladými dospělými vyplývá, že v té době měli často ještě problémy s jinými, především psychickými a biologickými vývojovými úkoly. Nebudeme-li zpětně nahlížet na dobu na základní a střední škole a zaměříme-li se v získaných datech pouze na dobu mladé dospělosti, najdeme další určité rozdíly ve vyhledávání a přijímání sociální opory. Jedny ze znaků mladé dospělosti jsou nezávislost a samostatnost, a právě tyto faktory mají vliv na výběr a potřebu pomoci

od druhých. Mladí dospělí již v této době rádi spoléhají především na sebe a s přibývajícimi povinnostmi nejčastěji vyhledávají oporu poskytovanou sociálním společenstvím. Rádi se svými přáteli zajdou do restaurace nebo na výlety, podnikají různé sportovní aktivity apod. Důležité je pro ně dané rozptýlení a načerpání nové energie. Vůbec nejčastější problémy, se kterými se na své přátele obracejí, a shodli se na tom všichni frekventanti výzkumu bez rozdílu, jsou vztahové potíže. I taková trápení mohou silně ovlivňovat jejich vývoj kariérní dráhy. Proto chtějí mít své partnerské i přátelské vztahy v pořádku. Jeden z respondentů dokonce uvedl, že jeho bývalý intimní vztah ho dovedl k finanční tísní, a proto musel ukončit studium na vysoké škole.

Dva respondenti by i nadále rádi získávali pracovní příležitost díky svým sociálním vztahům. Přiznávají, že je to pro ně lehčí cesta dostat se k zajímavějším místům, lidem a pozicím, ke kterým by se pravděpodobně možná jinak ani nedostali. I ostatní oceňují přínos těchto informací a jsou rádi za jakékoliv poznatky, sdělení, nabídky zaměstnání nebo volnočasových kurzů. Svě okolí vnímají jako bezedný zdroj inspirace. Jsou pro ně vzorem stejně jako byla hlavně rodina během jejich dospívání. Ohledně profesních překážek však většina mladých dospělých neočekává aktivní pomoc u svých známých. Jak již bylo zmíněno, rádi se spoléhají sami na sebe a snaží se být ve všech ohledech samostatní. Chtějí především vyslechnout, cítit respekt a nechat volně proudit své myšlenky. Velkou motivací a přínosem nové energie jsou jim slova podpory a uznání od svých rodin a přátel a často je to to jediné, co v danou chvíli skutečně potřebují.

#### **DVO 4: Jak mladí dospělí vnímají kariérové poradenství v rámci sociální opory?**

Při zpětném ohlédnutí většiny dotazovaných, ať už měli pozitivní či negativní vzory ve svých rodinách, najdeme shodu u nedostatečné informovanosti o kariérovém poradenství. Velké mínus shledávají především v informovanosti na střední škole. Většina z nich nevěděla o roli výchovného poradce na jejich středních školách a pokud ano, tak byl brán jako někdo, kdo řeší pouze výchovné a studijní problémy. Nyní o využití těchto služeb neuvažují. Vyhledali by je pouze v případě, kdy by se dostali do kariérního moratoria. Sami ale zpětně vidí smysl v poskytování těchto služeb na základních, a především středních školách. Dle Vosmika (2018) má poradenství

pomáhat dodat oporu jedinci v oblasti, ve které má problém. Stabilitu a rovnováhu člověka tvoří vyrovnanost mezi třemi směry – práce, sebepojetí a vztahy. Kariérové poradenství se snaží vyrovnávat problémy v pracovní oblasti. Mnohým by v případě jiného přístupu škol a lepší informovanosti výrazně kariérové poradenství na školách pomohlo s rozhodováním a plánováním kariéry. Na základě tohoto zjištění o špatném či žádném poskytování opory v rámci škol předkládám v závěru této práce návrhy na zlepšení.

## 8 Návrh opatření

Velkým nedostatkem bylo zjištění nedostatečné podpory ze strany škol v rámci kariérového poradenství. Většina respondentů nevěděla, že na svých základních a středních školách měli výchovné poradce, kteří se touto problematikou zabývají. A ti, kteří to věděli, tak tuto roli vnímali spíše jako zlého „policajta“, který hlídá chování a studijní výsledky. Většina respondentů uvedla, že by zpětně ocenili větší informovanost ze strany školy a na základě tohoto zjištění navrhuji následující opatření:

- Blokované akce zaměřené na volbu povolání, které budou poskytovat podrobnější informace o oborech a systémech na středních a vysokých školách.
  - o na základní škole již od předposledního ročníku
  - o na střední škole v každém ročníku, po celou dobu studia
- Blokované akce na školách zaměřené na kariérové poradenství – testy osobnosti, profesní orientace, metoda šesti klobouků apod.
- Role kariérního poradce by neměla být schovaná pod funkci výchovného poradce, kterého často zastupuje někdo z učitelů. Doporučuji zavést samostatnou funkci kariérního poradce na školách. V tomto případě je také dobré, aby děti znal, neměl by to být tedy nikdo z externího prostředí, ale měl by pravidelně působit na dané škole a mít proaktivní přístup.
- Zlepšení institucionální podpory v rámci informovanosti rodičů. Nejen dětem, ale také jim by měla poskytovat informační základnu. Jsou to přeci jen vždy oni, na které se dítě obrací jako první.

Dále z rozhovorů vyplývá, že za činitele sociální opory jsou považovány především rodiče a přátelé. Nejbližší členové sociální sítě člověka však nemívají veškerou moc a sílu v poskytování sociální opory. Ač jsou učitelé ve školách dalším členem sociální sítě, které jedinec vídá téměř každý den, převládá u nich absence sociální opory. Škola by neměla poskytovat pouze teoretický základ k výkonu povolání. Vzhledem

k dominantní působnosti vzoru u druhých lidí by měla nastat změna u vztahu mezi učiteli a žáky/studenty. Zároveň poskytování emocionální podpory má velmi příznivý vliv na motivaci. Na základě těchto zjištění navrhuji další opatření, která mohou sloužit k prohloubení vztahu mezi žákem/studentem a učitelem:

- Pravidelné třídnické hodiny na ZŠ i SŠ. Takové hodiny, které neřeší pouze technické a praktické zajištění, mohou pozitivně přispívat např. k samostatnému řešení problémů, k udržení či podpoře motivace, podpora zdravých způsobů chování, rozvoj osobnosti a sociálních dovedností, učitel jako vzor.
- Měsíční zpráva (v tištěné nebo e-mailové podobě) o tom, co je nového v životě učitele. Žáci si v tom mohou najít nějaké téma, které je zajímá a budou vědět, že právě za ním s touto problematikou mohou zajít anebo to jen prohloubí vztah a žáci mohou učitele vnímat více jako jednoho z nich, nikoliv pouze jako autoritu.

## ZÁVĚR

Bakalářská práce se zabývala rolí sociální opory v kariérovém vývoji mladých dospělých. Nejprve byly v teoretické části popsány pojmy: mladá dospělost, kariérový vývoj a sociální opora. Dle zmíněných autorů se člověk stává mladým dospělým, splňuje-li několik charakteristických znaků pro toto období. Těmito znaky jsou např. nezávislost, samostatnost a symetrické vztahy. Zároveň mladý dospělý přejímá určité vývojové úkoly a jedním z těchto úkolů je profesní role, která se stává součástí identity člověka a uspokojuje jeho potřeby. Klíčovou vlastností pro přípravu na povolání je kariérní zralost jedince. Ta se vyznačuje např. sebeuvědoměním a sebeuvědomím jednotlivce, znalostmi o možnostech povolání, jeho profesními cíli a pozitivním postojem k rozvoji kariéry. Nicméně kariérní dráha není jediný důležitý úkol v životě člověka a zejména v období prvních voleb na základní a střední škole to může být pro některé velmi obtížné. Ve složitých situacích často vyhledáváme sociální oporu u ostatních. Sociální opora pomáhá jedinci nejen v zátěžových situacích, ale také v každodenních úkolech. Tuto oporu rozdělujeme podle Mareše (2002) na pět funkcí: emocionální (vzájemný respekt a podpora), instrumentální (materiální zajištění), informační (poskytování informací, rad a postupů), oporu poskytovanou sociálním společenstvím (volnočasové aktivity) a oporu potvrzením platnosti (srovnání s ostatními).

V empirické části práce byla použita metoda hloubkových rozhovorů v kvalitativním výzkumu a data byla analyzována způsobem otevřeného kódování. Tento styl analýzy umožňuje rozebrat data na jednotlivé části a následně je sestavit novým způsobem. Z rozhovorů s deseti mladými dospělými se podařilo objasnit, jaké funkce sociální opory jsou důležité právě v tomto vývojovém období. Zjistilo se, jaké byly rozdíly ve vyhledávání opory při výběru vzdělávání na základní a střední škole, jaký vliv má rodina a vrstevníci na kariérní dráhu jedince a také, co člověk od svých blízkých sám očekává a v neposlední řadě také to, jaký vliv na rozhodování a rozvoj kompetencí, které k této schopnosti směřují, mají základní a střední školy.



Nejvyhledávanější forma sociální opory v mladém dospělém věku je emocionální. Respondenti si udržují pouze takové vztahy, u kterých mají jistotu vzájemného respektu a vědomí, že se mohou kdykoliv svěřit, případně si říci o radu. V tomto období kladou velký důraz na samostatnost, a tak aktivní informační podporu od svých blízkých nevyžadují. V tomto ohledu je velký rozdíl oproti rozhodování o vzdělávání během dospívání. Další důležitou funkcí je také podpora poskytovaná sociálním společenstvím, která je pro mladé dospělé zdrojem nové energie.

Rozdíl mezi rozhodováním na základní a střední škole tkví především v překonání psychických a biologických vývojových úkolů. Na základní škole s těmito úkoly většina dospívajících stále bojuje a nezbyvá jim prostor pro kariérní rozhodování. Schází jim značná část znaků charakterizujících kariérní zralost. Vysoce působící faktor, ať už u žáků na základní nebo střední škole, je, jaké vzory mají v rodině. Ukázalo se, že ti, jejichž členové rodiny studovali nebo studují na vysoké škole, jsou vnímáni jako pozitivní model a respondenti se ve většině případů obraceli během svých obtíží přímo na ně. Naopak ti, kteří jsou v rodině první, kteří vysokou školu studují, hledali oporu u svých přátel a cesta k autonomní volbě byla komplikovanější. Uvedli, že většinou jejich rodiče neměli žádnou informační základnu ohledně oborů a systémů škol, a tudíž od nich ani tuto funkci sociální opory očekávat nemohli.

Dále se většina respondentů shodla na nedostatku informací ze strany školy. Zpětně by ocenili, kdyby na škole byl více proaktivní přístup výchovného poradce, případně zavedené kariérové poradenství.

Respondent Roman řekl: *„Na život tě může připravit rodina, ale co když ji nemáš?“*. Právě i z těchto důvodů, kdy role rodiny selhává, ať už vědomě nebo nešťastnou shodou okolností, je potřeba, aby měli žáci a studenti oporu na svých školách. Aby věděli, na koho a s čím se mohou obrátit a především, aby se na učitele či jiné zaměstnance škol chtěli obrátit.

Věřím, že tato práce může být přínosem. Věřím, že při dalším zkoumání bude sloužit jako motivace k tomu začít měnit roli výchovného poradce na školách, také k vytvoření informační osvěty pro rodiče, kteří nemají zkušenosti s navazujícími formami vzdělávání, a ke změně vztahu mezi učiteli a žáky.

## **SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ**

### **MONOTEMATICKÉ PUBLIKACE**

BARTONÍČKOVÁ, Klára a kol. Občanský a společenskovední základ - přehled středoškolského učiva. Brno: Computer Press, 2011. Maturity. ISBN 978-80-251-2631-8.

BLATNÝ, Marek, ed. Psychologie celoživotního vývoje. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3462-3.

HARTL, Pavel. Stručný psychologický slovník. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-803-1.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Psychologie zdraví. Vyd. 3. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-568-4.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. Vývojová psychologie. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.

MAREŠ, Jiří. Sociální opora u dětí a dospívajících. Hradec Králové: Nucleus, 2002. ISBN 80-86225-25-9.

MAREŠ, Jiří. Sociální opora u dětí a dospívajících. Hradec Králové: Nucleus, 2003. ISBN 80-86225-47-1.

MEZERA, Antonín. Dotazník studijně profesní orientace. Praha: Raabe, 2018. Dobrá škola. ISBN 978-80-7496-395-7.

RYMEŠOVÁ, Pavla a Kateřina CHAMOUTOVÁ. Průvodce psychologií osobnosti a sociální psychologií. V Praze: Česká zemědělská univerzita v Praze, Provozně ekonomická fakulta, 2014. ISBN 978-80-213-2433-6.

SVOBODOVÁ, Dagmar. Profesionální poradenství: vybrané kapitoly. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5092-7

ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Vyd. 2. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6.

VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.

VENDEL, Štefan. Kariérní poradenství. Praha: Grada, 2008. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1731-9.

VOSMIK, Miroslav. Inkluze a kariérové poradenství. Praha: Raabe, [2018]. Dobrá škola. ISBN 978-80-7496-357-5.

VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. Sociální psychologie. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1428-8.

### **ELEKTRONICKÉ ZDROJE**

DIAGNOSTIKA SOCIÁLNÍ OPORY U DĚTÍ A DOSPÍVAJÍCÍCH - PDF Free Download. Documents Professional Platform - PDF Download Free - ADOC.PUB [online]. Copyright © 2021 ADOC.PUB. All rights reserved. [cit. 05.12.2021]. Dostupné z: [https://adoc.pub/diagnostika-socialni-opory-u-dti-a-dospivajicich.html?fbclid=IwAR2gei1nCCkjHFWA-Gjz\\_5RHWob5-KOKMZxEwlm-YvHMkCYNMUdjEJZIM1w](https://adoc.pub/diagnostika-socialni-opory-u-dti-a-dospivajicich.html?fbclid=IwAR2gei1nCCkjHFWA-Gjz_5RHWob5-KOKMZxEwlm-YvHMkCYNMUdjEJZIM1w)

Kariérové poradenství, MŠMT ČR. MŠMT ČR [online]. Copyright ©2013 [cit. 15.01.2022]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/dalsi-vzdelavani/karierove-poradenstvi>

PEAVY, R. Vance. Sociodynamické poradenství: konstruktivistická perspektiva. Praha: Dům zahraniční spolupráce pro Centrum Euroguidance [online]. Copyright © [cit.15.01.2022].Dostupné z: <https://www.euroguidance.cz/publikace/sociodynamicke-porad..pdf>

Podoby kariérového poradenství, MŠMT ČR. MŠMT ČR [online]. Copyright ©2020 [cit. 15.01.2022]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/dalsi-vzdelavani/podoby-karieroveho-poradenstvi-1>

Rozhodování žáků základních a středních škol o dalším studiu a práci v pohledu žáků i jejich rodičů, Národní pedagogický institut České republiky (dříve Národní ústav pro vzdělávání). Národní pedagogický institut České republiky (dříve Národní ústav pro

vzdělávání) [online]. Copyright © 2012 [cit. 2021]. Dostupné z: <http://www.nuv.cz/vystupy/rozhodovani-o-dalsim-studiu>

Social Support Questionnaire | The Fetzer Institute [online]. Dostupné z: [https://fetzer.org/sites/default/files/images/stories/pdf/selfmeasures/Self\\_Measures\\_for\\_Love\\_and\\_Compassion\\_Research\\_SOCIAL\\_SUPPORT.pdf](https://fetzer.org/sites/default/files/images/stories/pdf/selfmeasures/Self_Measures_for_Love_and_Compassion_Research_SOCIAL_SUPPORT.pdf)

Social Support, Reciprocity, and Weil-Being. ResearchGate | Find and share research [online]. Copyright © 2008 [cit. 11.01.2022]. Dostupné z: [https://www.researchgate.net/publication/13868005\\_Social\\_Support\\_Reciprocity\\_and\\_Weil-Being](https://www.researchgate.net/publication/13868005_Social_Support_Reciprocity_and_Weil-Being)

Sociální opora: Shrnutí výzkumné činnosti v české a slovenské oblasti a inspirace do budoucna – nadané děti [online]. Copyright © j [cit. 13.01.2022]. Dostupné z: <https://e-psycholog.eu/pdf/krpoun.pdf>

ŠOLCOVÁ, Iva; KEBZA, Vladimír. Sociální opora jako významný protektivní faktor. *Československá psychologie*, 1999, 43.1: 19-38.

Vratislav Hlásek - re|design života, výchovy a vztahů | PROTI PROUDU - YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 11.03.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=EraRfvuzg8o>

## SEZNAM OBRÁZKŮ

<b>Obrázek 1:</b> Typy nerozhodnosti při volbě povolání .....	19
<b>Obrázek 2:</b> Co vytváří stabilitu a rovnováhu každého člověka .....	23
<b>Obrázek 3:</b> Rozdíly mezi poradenskou praxí a terapií .....	23

## SEZNAM GRAFŮ

<b>Graf 1:</b> Skupiny oborů středních škol u respondentů .....	34
<b>Graf 2:</b> Důležití lidé při výběru SŠ u respondentů .....	36
<b>Graf 3:</b> Důležití lidé při výběru VŠ u respondentů .....	37
<b>Graf 4:</b> Role sociální opory při výběru vzdělávání .....	38
<b>Graf 5:</b> Nedostatky při výběru dalšího vzdělávání .....	39
<b>Graf 6:</b> Faktory při výběru pracovní pozice .....	42
<b>Graf 7:</b> Role sociální opory při výběru povolání .....	44

## **SEZNAM PŘÍLOH**

**Příloha 1:** Rozhovor Tamara

**Příloha 2:** Rozhovor Karel

**Příloha 3:** Rozhovor Mirka

**Příloha 4:** Rozhovor Anežka

**Příloha 5:** Rozhovor Petr

**Příloha 6:** Rozhovor Kristián

**Příloha 7:** Rozhovor Lenka

**Příloha 8:** Rozhovor Hermína

**Příloha 9:** Rozhovor Daniel

**Příloha 10:** Rozhovor Roman

## **PŘÍLOHA 1: ROZHOVOR TAMARA**

**Základní informace:** Tamara, žena, 23 let

### **1 Vzdělávání**

#### **1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?**

Vystudovala jsem střední odbornou školu pro administrativu evropské unie. Obor řízení lidských zdrojů. Poté jsem studovala vysokou školu v oboru Podnikání a administrativa na ČZU. Byla to dobrá zkušenost, ale nemotivovalo mě to pokračovat ještě dál ve studiu. Když jsem nastupovala na střední, tak jsem o tom oboru moc nevěděla a když jsem si volila vysokou školu, tak jsem pořád nevěděla moc kam jít. Líbila se mi andragogika, ale nebyla jsem tak moc ambiciózní. Byly tam těžké přijímačky. Šla jsem teda na ČZU. Tam ty přijímačky udělal skoro každý. Kdybych se rozhodovala znova, asi bych šla na víc humanitní obor. Možná bych se i hecla na tu andragogiku.

#### **1.2 Kterí lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

Rodiče mě do ničeho nenutili, řekli mi „hele jdeš na střední, tak je potřeba něco vybrat“. Hodně jsem se rozhodovala podle spolužáků. Byli inspirací a zároveň jsme chtěli být spolu dál.

#### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Rodina mi poskytovala zázemí. Táta měl jasnou vizi, chtěl abych hlavně nemusela vstávat každý den v pět hodin ráno a čekat na autobusový zastávce jako on. Doma se mě snažili pasivně podporovat, abych zůstala u školy a studovala dál. Spolužáci mi byli inspirací. Kam šli oni, tam jsem šla já. Nebyla jsem moc velká osobnost. Na základce i na střední. Jednou mi učitelka navrhla jít na gympl, to mi ale rodiče rozmluvili. A jsem teda ráda. Ta zemědělkyně byla taková, že to nemusíš udělat jen kvůli tomu, že se tam učitel špatně vyspí. Byl by to velký stres. Moje rodiče nemají vysokou, takže ten přehled o školách taky neměli. Jsem první z bližší rodiny, kdo vystudoval vysokou školu.

#### **1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?**

Moc se ke mně nedostaly informace o různých školách. Myslím, že kolem mě byly, ale vůbec jsem to nevnímala. Asi to bylo mnou. Nevím, co by muselo být jinak, abych k tomu tehdy změnila postoj. Chyběla mi větší otevřenost mysli. A asi by byla dobrá větší iniciativa učitelů. Ale i tak mi hodně věcí od dospělých přišla spíš trapná.

## **2 Profese**

### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Během střední jsem měla letní brigády v kuchyni. Během vysoký jsem pracovala už i během celého roku. Pracovala jsem v jednom bistro: v kuchyni i jako obsluha. Hezky na to vzpomínám. Pak jsem pracovala v Apple muzeu, ale to vlastně vůbec nevím, co to bylo za pozici. To bylo divný. A teď pracuju jako administrativní pracovnice.

### **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

Co máš z těch škol? Nic moc. Musíš se věci pak v pracích učit za pochodu. Teď se o žádnou neucházím, ale jinak mám sestavený životopis, a i díky střední vím, jak má vypadat. Zjistila jsem si informace o firmě. Dneska bych navíc udělala i to, že bych si lidi, co v té firmě pracují vygooglila. A nabídky práce jsem vždycky hledala na jobs.cz. Díky tobě jsem objevila LinkedIn. Tam plánuju se víc zapojit. Myslím, že je na tohle taky dobrý.

Kdybych teď měnila práci, určitě bych nešla na žádnou stáž jen kvůli zkušenostem.

### **2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?**

Finanční ohodnocení, ale není to to nejdůležitější. Po zkušenosti je pro mě hodně důležitý vzdálenost práce od místa bydliště. Nechtěla bych strávit několik hodin dojížděním. Důležitý je i dobrý kolektiv. Bohužel to ale asi moc při výběru hned nezjistím. Ráda bych i možnosti benefitů. Aby tě práce dokázala ohodnotit za práci, kterou odvádíš navíc. Kdybych našla práci, která mě bude opravdu naplňovat, tak jsem ochotná tomu věnovat čas i mimo pracovní dobu. Chci dělat práci pořádně.

### **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Nechci dělat dál moc administrativní pracovnici. Jsem připravená se učit novým věcem. Chci, aby práce měla stálost. Chci někoho úkolovat. Chci se dál rozvíjet a



ideálně, aby měla práce i nějakou přidanou hodnotu. Líbí se mi pracovat ve školství. Alternativní školství - v tom vidím smysl. Nemám ale jinak přesnou představu.

### **2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Nikdo mi do toho moc nepovídal. Poskytovali mi hlavně psychickou podporu. Mohla jsem si o tom s lidmi popovídat, ale nic víc. Všichni mě podporovali a vyslechli mě. Nikdy mi neřekli, že mám špatný nápad. Informace si hledám a zjišťuju sama.

### **2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?**

Nechci od druhých, aby mi pomáhali. Ráda bych si to zajistila sama. Víím, že se říká, že nejlepší práce se shání přes známí, ale... Brigády jsem i přes známí měla, ale pak ty práce jsem si našla už sama.

### **2.7 Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

Vyslechnou mě. Sdílím s nimi svoje pocity a trable. Takže zase psychická opora. Jinak nevím, s čím by mi měli pomáhat. S úkoly v práci mi vždy pomáhali kolegové. Měla jsem se vždy na koho obrátit. Kdyby to nešlo, tak bych se asi zeptala nějakých kamarádů, co mají podobnou práci. Ale jinak si myslím, že by to bylo hodně špatný, kdybych v té práci neměla podporu. To nechceš.

### **2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?**

Myslím si, že mi druzí věří, že se o sebe zvládnou postarat. S přítelem to zatím taky ještě moc neřeším. Teď se to teprve učíme a otevíráme mezi sebou i téma práce a tak. Rodina mi hodně poskytuje finanční podporu. Bydlím u nich, během střední mi dávali i přímo peníze a mám díky nim auto, což mi dost usnadňuje dojíždění.

Vzorem mi je asi děda, táta... Děda neměl možnost studovat, takže mě to motivuje, že můžu využít tu příležitost. A u táty vidím tu odhodlanost. A u mámy vidím, že není zase potřeba se úplně kvůli práci sedřít z kůže. To mi pomáhá si to nějak správně nastavit. Takže asi takhle hodně podvědomě mě ta rodina ovlivňuje.

Jinak mě mrzí, že na vysoký nám předávali jen ty teoretický znalosti, ale nijak zvlášť nás nemotivovali, co dělat dál a tak.

## **2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

Nevyužila. Vím, že jsme to měli na střední. Ale nebyla jsem tomu vůbec v té době otevřená. Zpětně bych toho chtěla využít. A vůbec nevím, jestli na vysoký jsme něco takového měli. I když vlastně... jsem jednou byla na nějakém kurzu a nějakých přednáškách.

V budoucnu bych toho využila asi kdybych už fakt nevěděla, co dělat. Možná, aby mi rozšířili informace ohledně pracovního trhu.

## **3 Sociální vztahy**

### **3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy?**

Kladně. Ale myslím si, že je sama dost zanedbávám. Jsou pro mě hlavně jako vrby. Jsou tu pro mě, dokáží mě vyslechnout. A i to od nich očekávám. Chci, aby mě měli rádi. Nepotřebuji od nich žádný praktický věci. Teď mě hodně frustruje moje náplň práce, tak na to si hodně stěžuju a potřebuju se vypovídat. Možná bych teda ještě očekávala nějaký pobídnutí ke změně třeba.

### **3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Ráda bych, aby občas přicházeli s nabídkami práce. To by bylo fajn. Ale jako upřímnými nabídkami, u kterých by viděli, že se na to hodím. Nebo i informace o volnočasovém vzdělávání. Jinak bych ráda, abych měla stále psychickou oporu jako mám.

## **PŘÍLOHA 2: ROZHOVOR KAREL**

**Základní informace:** Karel, muž, 26 let

### **1 Vzdělávání**

#### **1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?**

Jazyková ZŠ, Gympl a VŠ strojný obor Ekonomie ve strojírenství. Je to průnik mezi ekonomikou a strojnými předměty. Uplatnění je hodně široké. Můžeš být konstruktér, technolog, výrobní inženýr.

#### **1.2 Kterí lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

Rozhodně rodina, a i nějací učitelé na základce.

#### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Na základce mi jedna učitelka řekla, že mám krásný technický psaní, a že bych mohl přemýšlet nad nějakým technickým oborem. Rodina věděla, že mě zajímá technika, auta, motorky a s tím se pojí samozřejmě vzdělání. Podporovali mě v tom. Chtěli, abych si vybral to, co chci. Konkrétně jsem já i rodiče chtěli, abych měl všeobecný přehled, jazyky, tak proto gympl. Rozhodli jsme se společně. Na gymplu jsem se pak rozhodl, že chci jít tím technickým směrem. Zase proběhla nějaká diskuse, co chci studovat, co nechci, co mě zajímá. S výběrem konkrétní školy mi pomohli rodiče, ale byl jsem i na těch veletrzích o vysokých školách. Tam jsem se taky dozvěděl některé věci. Jinak podpora rodiny byla podle mě naprosto adekvátní. Jak jsem si představoval. Měl jsem volnost, ale taky mi pomáhali s některými věci. Tím že táta studoval stejný obor, tak mi spoustu věcí řekl. A ani si nemyslím, že by bylo vhodné, aby ty rodiče v tom byli víc zaangażovaní. A nejsme v Americe, takže půjčovat peníze jsem nepotřeboval.

#### **1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?**

Informace ze školy, co se týká studijních oborů vysokých škol, jaké jsou, jak to funguje, jak se přihlásit. Tam ty informace pokulhávaly. Nijak aktivně jsem si je teda nehledal, ale mohly být udělaný líp. Zároveň si myslím, že jsem se o tom mohl dozvědět víc sám. Už jsem nebyl malé dítě. Je to hrozně zkostnatělý systém. Ze

střední jsem nebyl zvyklý si věci zjišťovat. Na vysoký škole se musíš všem vtírat, otravovat, aby ses něco dozvěděl. Nevím, jestli všude, ale na té naší rozhodně.

## **2 Profese**

### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Začal jsem pracovat asi v šestnácti. Hledal jsem hlavně práce, co mě budou bavit a budou sranda. Občerstvení v zoo, animátor v aquaparku, taxi, práce v cykloservis... Koncem střední školy, jsem už ale chtěl práci v oboru. Opravoval jsem motorky. Začal jsem pracovat ve Škoda Auto jako trainee. Pak jsem pracoval v jedné zdravotnické firmě na technické pozici, tady jsem se začal dostávat k 3D tisku. Teď pracuju na hlavní pracovní poměr v jedné 3D firmě.

### **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

Většinou jsem na práci narazil náhodou. Přes známý nebo v různých zájmových skupinách na sociálních sítích, ve kterých se pohybuju. Nebo si najdu, co mě zajímá, konkrétní firmu a napíšu jim. Na Jobsy a podobný portály nekoukám. Jsem si vědom, že pro mojí profesi je důležitý vzdělání, mít titul, ale zakládám si hlavně na pracovních zkušenostech.

### **2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?**

Aby to člověka bavilo. To je alfa a omega. Mít k tomu vztah a aby tě to naplňovalo. Zároveň je důležitý i pracovní prostředí. Je to součást práce. Ovlivňuje to, jak tě to baví, jak se tam těšíš, jak tě to naplňuje. Nepracoval bych někde, kde to nemá smysl nebo je prostředí toxický. Snažil jsem se pracovat už docela brzo. A vždycky jsem dělal primárně práci, protože mě baví. Nepracoval bych v práci, která by byla podhodnocená.

### **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Musí mě naplňovat a být zajímavá. Myslím si, že se budu pohybovat stále v mých zájmových kruzích. Motorky, 3D tisk, auta... Ideálně, aby byla i dobře zaplacená. Nebudu si hrát na to, že prachy nejsou důležité. Chtěl bych dělat nějakou konstrukci spojenou s tou aditivní výrobou s 3D tiskem. To mě hrozně baví. Propojení těch mých zálib s konstrukcí... to je asi takový dream job.

## **2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

K 3D tisku jsem se dostal díky práci, ve které jsem pracoval. Pak jsem se s tím setkal i ve škole. Hezky se to propojilo. Myslím, že to moc lidí zatím neumí, takže v tom vidím smysl. Táta studoval stejný obor, ale už v něm nepracoval. Já bych se toho chtěl pořád držet. Táta šel pracovat do jiného oboru a teď v 50 nemůže najít adekvátní pracovní pozici. Kdyby zůstal v oboru, tak by byl teď zkušený pardál a podle mě by teď nové pracovní místo našel jednoduše. Myslím, že jsme to měli v rodině dobře nastavené. Jsem rád, že jsem měl s rodiči otevřený vztah. Nic mi nediktovali.

## **2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?**

Dřív mi pomáhala máma. Když viděla nějakou pracovní pozici, zeptala se, jestli mě to zajímá, jestli to nechci zkusit. Právě její přístup mi hodně dal do budoucna. Takže co mě zajímá, to si najdu. Nebojím se ozvat a oslovit přímo danou firmu. Když jsem si práci našel sám, tak jsem to pak konzultoval s rodiči. S kamarády moc ne. Každý jsme hledali něco jiného. A určitě mi pomohla i škola, kdy nám poskytla nějaký kontakty ohledně práce. Právě třeba do té Škodovky. Ale pak už jsem si to řešil sám. Už jsem byl dospělý, nepotřeboval jsem pomoc. Ale rád jsem si vyslechl názory. Rodiče mi třeba pomohli s nějakými zábrany, jako třeba dojíždění. Musel jsem tam být skoro každý den. Jsem rád, že jsem tam pracoval. V CV se na tuto pozici hodně ptají.

## **2.7 Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

S čím? S čím by mi měli pomáhat? V pracích jsem měl vždy štěstí. Měl jsem vždy skvělého šéfa. Vždy jsem se na něj mohl obrátit a poradit se. Vždy jsem si pomoc hledal v té práci. A hlavně jsem vždy aspoň trochu o té práci věděl a uměl.

## **2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?**

Rodina a přítelkyně. Vždy to vzájemně prokonzultujeme. Co je dobré, špatně, jestli to vzít a třeba i za kolik peněz. S přítelkyní máme dítě. Od té doby jsem trochu ztratil drive. Ještě mi chybí dodělat školu, ale pak bych to chtěl znova pořádně nastartovat. V tom mi hodně pomáhá právě přítelkyně. Po narození dítěte mi hodně věcí přestalo

dávat smysl. Už se nechci jen hnát za penězi. Důležitá je teď právě budoucnost dcery. Myslím, že až bude víc samostatnější, tak budu mít „syndrom opuštěného otce“ haha. Až pak se asi zase začnu soustředit víc na sebe, a co chci dělat. Ten můj vývoj se teď tím hodně utlumil. Rád bych ale, aby má budoucí práce byla vždy ta, co mě bude posouvat a pomáhat mi růst.

### **2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

Ne. Víím, jak to probíhá. Na základce jsme měli nějakou takovou profesní věc a na mě to vždycky byly spíš takový bláboly. Netankovalo mě to. A ani teď bych toho určitě nevyužil. Moje VŠ má něco jako kariérní centrum. Nějaké přednášky od iKariera nebo něco takového. Ale víc o tom nevím. Nezjišťoval jsem si to. Nikdy jsem nevěděl, k čemu bych to potřeboval.

## **3 Sociální vztahy**

### **3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy?**

S příchodem dítěte se změnilo. Zůstala mi tak 1/3 přátel a tací, se kterými mě něco pojí. Chci se prostě s nimi dál v životě bavit. V práci si taky najdu vždy kamarády. Chci tam mít hezký vztahy, aby to tam fungovalo.

Myslím, že mám dostatečně vazeb. A s přáteli řeším úplně všechno. Přijde mi zajímavý potkávat lidi z různých oborů. Doktory, právníky, podnikatelé, hudebníky... všechno to je můj okruh nejbližších přátel. Říkáme si zážitky, radíme si, bavíme se, co chceme dělat a jaké jsou varianty a možnosti a tak.

### **3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Nemyslím si, že by mě měl někdo podporovat. Kromě mojí rodiny a kamarádů. Zároveň si myslím, že by pro mě mělo být jen důležitý, jestli mě to baví a jestli se tím uživím. Nemyslím si, že je tohle složitý téma. Chceš něco dělat? Tak to dělej nebo si najdi způsob, jak to můžeš začít dělat.

## **PŘÍLOHA 3: ROZHOVOR MIRKA**

**Základní informace:** Mirka, žena, 23 let

### **1 Vzdělávání**

#### **1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?**

Střední soukromé Anglické gymnázium. A teď Vysoká škola s marketingovým zaměřením, taky soukromá.

#### **1.2 Kterí lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

Rodiče.

#### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Rodiče mi ukázali možnosti. Jejich slovo pro mne bylo nejdůležitější. Našla jsem si školy a pak jsme to probrali. K čemu jednotlivé školy jsou a tak. Řešili jsme to i po finanční stránce, protože to jsou soukromé školy. Plně mi platí školný, takže bylo i důležité, aby se jim ta škola, na kterou půjdu, líbila. Kdyby mě tímhle nepodporovali, určitě bych šla na státní školu.

Mamka má jenom maturitu a táta má MBA, takže by se dalo říct, že táta studoval podobný obor. S kamarády jsme to neřešili vůbec. Střední škola poskytovala i nějakou informační podporu, kdy k nám do školy chodili různí zástupci škol,

#### **1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?**

Asi by ti zástupci ty svoje obory představili víc. Ne jenom jak se ten obor jmenuje a úplně základní informace. Dobrý by bylo, kdyby ty informace byly víc do hloubky.

### **2 Profese**

#### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Velmi malé. Pracovala jsem jen jako recepční ve firmě, která pořádá eventy.

#### **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

Studuju. Koukám se i na různé firmy, co dělají a jestli nabírají. Koukám se jaký pozice tam mají. Jelikož mám teď malou holčičku, tak bych určitě teď nenastoupila, ale snažím se získávat nějaký informační rozhled. A když jdu na pohovor, snažím

se být okouzující. Hahaha. No a asi se snažím na jejich otázky odpovídat tak, jak si myslím, že se jim to bude líbit.

### **2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?**

Teď v nejbližší době, aby byla na poloviční úvazek, abych se ještě dál mohla věnovat dceři. Chci balanc mezi dobrým finančním ohodnocením a tím, že tě to baví. Ale ty peníze jsou asi důležitější. A chci, aby to bylo v oboru, co mě zajímá, ale není pro mě důležitá nějaká konkrétní pozice. A chci, aby práce byla někde v Praze.

### **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Chci pracovat ve velké firmě. Ve větší partě lidí. A nechci být na žádný vedoucí pozici. Nechci rozhodovat a někoho šéfovat. To neumím. Chci dělat něco, kde mi řeknou, co dělat. Chci komunikovat s lidmi. Být prostředník mezi firmou a zákazníkem.

### **2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Taky mi rodiče dávají představu, co ta práce může zhruba obnášet, pak už si vše zařizuju sama. A nikdo jiný v tom roli moc nehraje.

### **2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?**

Rodiče mi pomohli sehnat práci přes jejich známý. Na základě toho jsem šla zkusit tu pracovní pozici. I dál trochu doufám, že v tom budou dál figurovat rodiče. Přináší to mnohem víc možností. A taky si myslím, že je to víc prospektivní, protože se člověk dostane k zajímavějším pozicím a mnohem rychleji. Ta cesta je mnohem rychlejší takhle.

### **2.7 Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

Asi nijak... nebo všechno řeším v té práci. Když je nějaký problém řeším to s kolegy.

### **2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?**

To mi přijde, že mi nepomáhá vůbec nikdo. Že si to nějak snažím hledat sama, ale nikdo mi neradí, jakým směrem se mám dávat, protože je to stejně na mě. Chtěla



bych vystudovat magistra a mít dobře placenou práci a mít se fajn. Dělán to kvůli svému dítěti, chci ji zajistit. Ta je hlavní motivátor.

No a taky kdybych neměla finanční podporu u ostatních, u partnera, rodičů, tak bych asi nemohla ani studovat dál. Studovat můžu i díky tomu, že mi i pomáhají s hlídáním. Partner mi taky pomáhá ohledně dítěte, abych mohla studovat a měla na to čas a klid. Hodně mě taky nutí zjišťovat a zamýšlet se nad tím, co by mě bavilo a abych to aktivně vyhledávala.

### **2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

Nevím, co to je, takže myslím, že ne. Ale vlastně... možná to máme teď na škole. Ta paní, co to dělá, říkala, že má vlastně hodně zajímavých kontaktů a tak, takže bych to asi ráda zkusila, přijde mi to jako zajímavá možnost. A za základce a střední jsem vůbec nevěděla, že tam bych výchovný poradce. A ani nevím, jestli bych toho vůbec tehdy využila. Ti rodiče pro mě měli hlavní slovo.

## **3 Sociální vztahy**

### **3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy?**

Hodnotím to docela dobře. Od každého znám něco. Oceňuji jejich názory, tím, že se každý pohybuje v něčem jiném, je z jiný rodiny a tak, tak ti otevírají oči. Můžu si díky ním vytvořit nový náhled na věc. Nejčastěji, ale řešíme partnerský vztahy. Když jsem měla práci, tak jsme taky řešili docela práci, ale sdíleli jsme spíš ty zážitky a emoce, ať už to bylo pozitivní nebo negativní. Člověk se vypovídá. Neočekávám, že mi poradí nebo mi vyloženě pomůžou ten problém vyřešit.

### **3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Chci, aby mi dál ukazovali lidi kolem mě možnosti, abych si měla z čeho vybrat. I když možná by mi do toho to okolí mohlo kecat míň.

## **PŘÍLOHA 4: ROZHOVOR ANEŽKA**

**Základní informace:** Anežka, žena, 25 let

### **1 Vzdelávání**

#### **1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?**

Střední ekonomické lyceum. Vysoká škola na pedagogické fakultě obor učitelství pro 1. stupeň

#### **1.2 Kterí lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

Rodina, hlavně sestra.

#### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Střední školu mi vybrali rodiče. Chtěli abych měla nějaký všeobecný rozhled, ale abych měla něco vystudovaného v případě, že bych po střední nešla studovat dál. Jsem ráda, že mi to vybrali. V té době jsem vůbec nevěděla, co chci dělat a byla jsem vůbec ráda, že jsem se aspoň někam dostala. Ale představili mi tu školu a mohla jsem si říct, kdybych tam nechtěla. Navíc teď vím, že kdybych šla na pedagogickou střední určitě by mě to odradilo od studia na vysoké škole a možná všeobecně tohoto povolání. Vůbec si nepamatuju jestli nám pomáhala učitelé při výběr střední školy. Pokud jo, tak to asi nemělo žádný vliv.

S vysokou školu mi rodiče pomohli se rozhodnout na tu školu jít. Sestra vystudovala speciální pedagogiku, takže zlomila takový ty předsudky o učitelích, a i díky tomuhle jsem si vybrala to učitelství. Nevím, jestli bych šla dál, kdyby to nestudovala. Vždycky jsem se styděla a to, že chci být učitelka. A taky mi pomohl jeden etoped, který mě informoval o jednotlivých oborech, co se tam učí, jak se tam učí a tak.

S kamarády jsem to vůbec neřešila. Nechtěla jsem pak třeba vysvětlovat, že jsem se na tu školu nedostala a tak.

#### **1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?**

Nevím. Možná nějaký vnitřní sebevědomí, ale od druhých asi nic. Po té maturitě bylo všechno tak rychlý.... Jen bych po zkušenosti už šla na dálkový studium, abych mohla dělat i praxi během studia. Prezenční to vůbec neumožňuje. Je to jenom teorie.

17 předmětů za semestr, který nejsi schopna všechny vnímat. Jakmile začala praxe, tak to studium začalo mít konečně smysl.

## **2 Profese**

### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Velmi malý. Měla jsem brigádu v kině, pak jsem byla nemocná a několik let teda trénuji děti na gymnastice. Ale tohle mi určitě pomohlo v tom učitelství, protože pracuji s těma dětma už dlouho. Nebojím se s nimi díky tomu komunikovat. Oproti spolužákům to vidím jako velkou výhodu.

### **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

Teď nic, protože je momentálně tak málo učitelů, že tě vezmou všude. Ale ráda bych tu svojí práci dělala co nejlépe, a nejen podle toho co chce škola, ale co potřebují děti a tak. Snažím se být otevřená novým metodám, i když mě osobně to blízké není. Snažím se být napojená na konkrétní děti. Vnímat to okolí a podle toho to přizpůsobit.

Ale teda musím mít ten titul pro tu práci učitele. To je vlastně jediný důležitý, co po tobě ten zaměstnavatel chce. Takže co pro to dělám? Studuju. Dělám, co musím, nic navíc nedělám. Řeším vše až na základě zkušeností. Nepřemýšlím dopředu. A na nějaký semináře a rozvíjecí workshopy nemám ani čas.

### **2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?**

Místo a kolektiv. Kde se to nachází, jací tam jsou lidé, jak je to daleko. Aby to mělo smysl, aby ta škola měla to, co potřebuju. Aby měla nějakou podobnou kulturu, která mi je blízká. Třeba bych nemohla jít na montessori školu, protože mi to není vůbec blízký. Kolektiv bohužel nezjistíš při výběru. Velký problém je, kde učí většinou jenom starý učitelky. Do takového kolektivu se mi moc nechce, ale zároveň mě to motivuje, že tam můžu přinést něco nového a trochu to změnit. Taky chci volnou ruku trochu při tom zaměstnání. Velká výhoda takhle při začátku je i to, když to prostředí znáš. Od září bych měla nastoupit na základku, kde jsem byla já sama na prvním stupni. A kdyby pro mě byly důležitý peníze, tak bych nešla vůbec do tohoto odvětví.

## **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Učitelství. Chci určitě pracovat s dětmi. Je mi jedno, jestli ta škola bude státní nebo soukromá, ale chci rozvíjet děti dál právě na tom prvním stupni. Vidím v tom budoucnost.

## **2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Vyžít z učitelského platu sama, to si neumím představit. Takže to, že jsem si mohla vybrat svobodně tuhle profesi je fakt, že jsem zajištěná i jinde. Ať už jinde nebo u přítele. A taky mi spoustu lidí kolem mě říká, jak je práce nebaví, tak vidím, že to určitě nechci. Chci dělat, co mě baví. Hezký bylo taky, že mě nikdo od té profese neodrazoval. Plně mě podporovali, protože věděli, že to chci. Vzhledem k tomu, že jsem během studia vůbec neměla čas si přivydělávat, tak největší podpora byla finanční pomoc od rodičů. Kdybych jí neměla, tak bych asi vůbec nemohla studovat.

## **2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?**

Nijak. Nevidí do toho. Občas k mamce do obchodu přijde zákaznice a zmíní se, že někde shání, tak mi tu informaci předala. Ale jinak vědí, že už to sama mám tak nějak rozjednaný a řeším si to sama. Školní praxe mohou dobře zprostředkovávají práci. Pokud jsou s námi spokojení, tak nám tam tu práci nabídnou. Takhle jsem se domluvila já.

## **2.7 Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

Zaměstnání nemám, ale třeba na praxi ve škole mi hodně učitelé pomáhají s tím, že mi říkají, jak to funguje v reálném životě. Ve škole se učíme vše podle tabulek, ale ve skutečnosti to funguje trochu jinak. A vím, že se tam na ně můžu obrátit. Je to velká motivace do té práce chodit. Jsem celkem misantrop, takže je pro mě těžký si s lidmi sednout, ale vždycky někdo je, na koho se můžeš obrátit. Velkou podporu mi poskytuje sestra, která to právě už má vystudované a má už i něco odučeno. Pomáhá mi vymyslet různé aktivity, poskytuje mi návrhy na pomůcky. To je super. Jinak si občas řeknu příteli s pomocí při tvorbě pomůcek. To hodně šetří čas.

## **2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?**

No nemám moc co plánovat. Tu cestu už mám celkem danou. Takže mi nijak nikdo nepomáhá. Existují různé osnovy a tak, díky tomu taky vím jak a jakou cestou jít. Jen si to můžu trochu poupravit.

## **2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

Ne. Na základce a střední vím, že bych někdo výchovný poradce, ale víc podrobností ne. A kdybych to věděla, tak bych toho tehdy asi nevyužila. Pro tou oporu byla právě rodina. S nimi jsem to řešila, ale kdybych se nemohla na ně obrátit, tak bych toho asi využila. A v budoucnosti bych toho využila až v případě, kdyby mi právě ani diskuse s blízkými nepomohla. A taky bych musela vědět, že ty služby jsou kvalitní.

## **3 Sociální vztahy**

### **3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy? Přátelé, rodina...spolužáci**

Mám hodně náročný vkus na lidi, ale snažím se to ovládat. Myslím si, že to dokážu skrývat, ale vždy je to na mě na první dobrou vidět. Ale v práci to dokážu úspěšně ovládat, tam vím, že musí mít všichni stejný přístup, ale v osobních vztazích to moc neumím. Tam si fakt vybírám. S kamarády se hodně chodím odreagovat, ale zároveň vím, že se o ně v případě problému, můžu opřít. Ne se vším ti dokáže pomoc rodina. To pak vyhledávám právě pomoc od těch přátel. Zároveň jsem i já ochotná to samé udělat pro ně. Vědomí psychické opory, vůbec jen ten fakt, že někoho máš, hodně pomáhá. U kamarádů vyhledávám víc psychickou oporu ve formě relaxaci. A u rodiny pak hledám víc tu hlubší podporu.

### **3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Chci, aby mi fandili v tom, co chci dělat a aby tu profesi neshazovali. Doufám, že až nastoupím do zaměstnání, tak už nebudu potřebovat finanční oporu od rodičů. Ale zároveň vím že můžu kdykoliv přijít. Je mi to ale blbý a těším se až se osamostatním.

## **PŘÍLOHA 5: ROZHOVOR PETR**

**Základní informace:** Petr, muž, 24 let

### **1 Vzdělávání**

#### **1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?**

Na střední škole jsem studoval jsem obor Ekonomika a podnikání. Bakaláře jsem vystudoval v oboru Cestovní ruch a teď studuji navazující magisterské studium v oboru Ekonomika a řízení služeb. Střední jsem si užil, to mě bavilo. Na vysoký jsem měl taky období, kdy jsem se na to chtěl vykašlat, ale nakonec jsem se vždycky hecnul.

#### **1.2 Kteří lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

Pro střední školu jsem se rozhodl asi kvůli kamarádům, kteří se tam hlásili a taky jsem tam měl kamaráda, který tam už studoval. Rodičům bylo jedno kam, hlavně abych někam šel. Na základce jsme dělali nějaký výzkum, kde nám vyhodnotili, na co se hodíme, na co jsme zaměřeni a tak. Na vysokou školu jsem se hlásil nejdřív na FTVS a pedagogickou fakultu, ale to nevyšlo. Takže na ten cestovní ruch jsem šel kvůli kamarádovi, který tam šel taky. Já moc nevěděl, kam jinam jít.

#### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Z rodiny nikdo vysokou školu nemá. Jsem vlastně první. Rodiče mi říkali, že jestli chci dál studovat, tak ať jdu, ale s výběrem mi nepomáhali. V tom systému vysokých škol se neorientují. Sem tam sem se zeptal kamarádů na nějaký informace, ale nic velkého. Ve škole si nepamatuju, že by nám tam nějak představovali vysoký školy a učitelé nám taky nijak aktivně nepomáhali. Mám rád svojí základní školu a možná bych tam chtěl jednou učit. To byl taky důvod, proč jsem chtěl jít na tu pedagogickou školu. Byli jsme si tam hodně blízcí s učiteli.

#### **1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?**

Asi nějaká informovanost o systému, jak to chodí na té vysoký škole. Ne jen obory, ale i kredity, erasmy a tak. Mohla by být na střední třeba nějaká bloková „výuka“ na tohle téma.

U rodičů jsem věděl, že mi nemohou nijak víc pomoci, tak mi to nevadilo. Navíc v dnešní době si můžeš hodně věcí najít na internetu.

## **2 Profese**

### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Začal jsem pracovat až na vysoké škole v prváku. Pracoval jsem v hotelu jako supervizor housekeepingu. Měl jsem pod sebou nějaký lidi a řídil jejich práci. To mě docela bavilo. Ale kvůli koroně hodně lidí vyhodili. Pak jsem rozvážel balíčky a rozvoz jídla. To byl prostě přivýdělek ke škole. Teď pracuju na letišti. Tam se mi líbí. Je tam možnost posunu. Kamarád tam byl přede mnou, on je výš a já jsem na jeho pozici.

### **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

Mám životopis, ale tím, že mám práci vždycky přes kamarády, tak nic velkého pro to nedělám. Hezky se obleču a jsem milý. Jinak teď chci dokončit studium. Nevím, jestli něčemu pomůžu, ale snad jo. Věřím, že mi to pomůže práci získat tím, že má člověk vyšší kvalifikaci než lidi jenom se střední školou, ale i k lepšímu finančnímu ohodnocení.

### **2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?**

První místo finance. A chci, aby mě ta práce fakt bavila. Třeba to rozvážení balíčků mě fakt nebavilo a hned jak jsem vstal, tak jsem se těšil, až se vrátím domů. To nechci. Taky bych chtěl práci v nějaký rozumný vzdálenosti od bydliště.

### **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Nemám vysněnou profesi. Kam mě vítr zavane.... Baví mě letiště a tak, tak možná v nějaký takový firmě. Taky se nebráním podnikání, ale to nemám žádný nápad. A druhá věc je, že bych chtěl dělat toho učitele. Takže bych začal učit jen s bakalářem, dodělám si pedagogické minimum. Chtěl bych učit tělocvik a k tomu třeba zeměpis. A kdyby, tak bych chtěl učit na druhém stupni základky. Baví mě řízení lidí. Nějaký management. Ale chtěl bych dělat, co mě fakt baví a mít za to dobrý peníze. A taky bych byl rád, kdyby mě to prostředí nějak rozvíjelo a mohl si tam s těmi lidmi povídat i o něčem jiném než o práci.

## **2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Kamarádi mi tu práci dohazují a dávají recenze na to pracoviště, protože většinou na té pozici pracovali přede mnou. Jinak rodiče moc velký vliv nemají. Chtějí, abych něco dělal, ale je jim jedno, co budu dělat. Hlavně ať neležím na peci. Ale finančně mě podporují, máme od nich se sestrou auto, takže díky nic nemusím být odkázaný jen na práci, kam dojedu MHD.

S učiteli na vysoký moc kontakt neudržuju, takže ty mě v ničem neovlivňují.

## **2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?**

Kamarádi mi poskytují různé nabídky brigád. Jinak práci vlastně ani moc nehledám. Občas jsem kouknul na webový portály, ale tam jsem nikdy nic nenašel. Na vysoký škole máme v UIS kolonku s nabídkami práce, tam jsem se díval, ale nikdy jsem tam nenašel pozici, kam bych se chtěl ucházet o práci.

## **2.7 Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

Kolegové. Pomůžou mi, poradí mi. Lepší je, když si s těmi kolegy tykám. Je to prostředí pak takový otevřenější. Člověk nemá takový stud se na něco zeptat. A kdyby tam byl nějaký problém, asi byl to řešil s vedoucím.

## **2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariéerní cesty?**

Asi nějakou motivací. Slovní podporou. Rád slyším vlídné slovo. Jsem docela materiální, takže mám vzor v lidech, kteří vydělávají peníze.

## **2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

Ne. Vím, že to bylo na základce a střední, ale myslím, že to dělá nějaká učitelka tam, takže žádná velká angažovanost. Myslím, že nějakou takovou službu máme i na vysoký, ale vím o tom nevím. Nepřemýšlím, že bych to využil. Mám rád ty práce skrze známý.



### **3 Sociální vztahy**

#### **3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy? Přátelé, rodina...spolužáci**

Kladně. Myslím si, že mám kolem sebe fajn lidi a rozumím si s nimi. Jsem sociálně aktivní. Chci s nimi sdílet zážitky, hezké chvíle. Nejčastěji řešíme zábavu. Občas řešíme politiku. To je teď dost aktuální. Jsme si psychickou oporou.

#### **3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Mě bude stačit vlídný slovo. Aby mě pochválili za to, že to dělám dobře. Jsem lev, takže to mi stačí. Hlavně to potřebuju teda.

## **PŘÍLOHA 6: ROZHOVOR KRISTIÁN**

**Základní informace:** Kristián, muž, 19 let

### **1 Vzdelávání**

#### **1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?**

První stupeň ZŠ jsem chodil normálně do školy, pak jsem už měl jen domácí vzdělávání až do konce střední školy. Studoval jsem Humanitní obor. Hlavní předměty byla pedagogiky, psychologie a sociologie. Většinu času jsem měl čas chodit na brigády. Občas nějaký seminární práce, ale jinak jsem se učil až přibližně měsíc před zkouškami. To mi vyhovovalo. Maturitu jsem na první pokus neudělal. Musím jí zopakovat. Přemýšlím i o vysoký škole. Líbí se mi obor kriminalistika. Ale teď si chci užít trochu volnost po škole a uvidím.

#### **1.2 Kteří lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

Rozhodně máma. Ta byl u všech mých rozhodnutí. V normální škole jsem měl problém se spolužáky i učiteli a díky ní jsem se dostal na domácí vzdělávání. S nikým jiným jsem to neřešil, takže třeba kamarádi mě neovlivnili vůbec. Vše jsem řešil s mámou.

#### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Máma hledala alternativy vzdělávání. Co by pro mě mohlo být vhodnější. Přišla vždy s návrhem, probrali jsme to. Poskytovala mi spoustu informací o školách. Jaké jsou, jak fungují a tak. Finální rozhodnutí bylo vždy na mně. Vyhovovalo mi to. Vysokou jsem s mámou ještě neřešil. Vlastně mě to napadlo teprve nedávno, že bych mohl jít na tu kriminalistiku. Myslím, že na mě asi na sociální síti vyskočila reklama na tu školu a zaujalo mě to.

#### **1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?**

Nic mě nenapadá.

## **2 Profese**

### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Na Slovensku během studia jsem pracovala skoro pět let v pivovaru. Dělal jsem pomocného sládka. Vyzkoušel jsem si tam všechny možné pozice. Bavilo mě to. Byl tam skvělý kolektiv. Brigád jsem měl ale víc: prodejce na hospodářských trzích, drtil jsem šrot pro zvířata, malování pokojů, stavební brigády. Tohle všechno bylo ale spíš nárazový. Teď jsem se vrátil do Děčína a našel si práci na benzínce. Tam jsem ve zkušební době skončil. Kvůli špatným vztahům s vedoucím. A momentálně si práci hledám.

### **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

Hledám jí přes aplikaci v mobilu Práce za rohem nebo přes kontakty.

### **2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?**

Jak mi tam sednou lidi. Jaký na mě to prostředí udělá dojem. Vstupní krok k tomu, abych tam vůbec začal pracovat je, aby mi byl sympatický personalista. Na oboru mi asi tak úplně nezáleží. Nejdůležitější je mít na pracovišti dobré vztahy. Když si rozumím s lidmi, tak mě práce vždy baví. Chci zůstat v Děčíně, takže ideálně, aby byla práce někde poblíž. I proto jsem se vrátil ze Slovenska zpátky. Líbí se mi tady.

### **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Kdybych si měl doopravdy vybrat obor, tak by to bylo asi pivovarnictví. Sládkovství. Chci si udělat kurz sládka. Teď sice nehledám a nechodím na pohovory v tomto oboru, ale když tam budou super lidi, určitě tam budu chtít zůstat a dělat tam kariéru.

### **2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Pivovarnictví mi dohodila máma. Bavila se se sousedem a jeho kamarád byl šéf toho pivovaru, tak mi to dohodila. V podobném oboru nikdo z rodiny nepracoval, ani v těch pracích, kde se teď ucházím o místo. Kamarádi mi jsou psychickou oporou. Poekáme o tom. Na té benzínce, kde jsem pracoval, pracovala dřív i jedna kamarádka, a ta s tím stejným šéfem měla taky problémy. To mě uklidnilo a zjistil jsem, že tu zkušenost nemám jen já. Ale teď už si všechno snažím řešit sám. Moc s nikým nekomunikuju. I doma, máma, babička, se dozvěděli až potom, že jsem byl

na nějakým pohovoru. A finančně mi hodně celý život pomáhá babička. Teď si často půjčujeme peníze s mým nejlepším kamarádem.

## **2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?**

Řeším to sám. Ale většinou jsem práci získal přes známosti. Buď se jich zeptám, jestli o něčem nevědí nebo přijdou oni. Je to celkem vyrovnaný v tomhle.

## **2.7 Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

Za to, že mě pivovarnictví začalo bavit může právě ten šéf. Choval se ke mně hezky, vše mi vysvětloval, byl mi tam oporou. I ostatní kolegové. Všichni mi byli nápomocní. Chodili jsme si zahrát i třeba fotbal po práci. Pomoc hledám jen u kolegů. Když mi tam nechtějí pomoc, tak tam ani nechci být.

## **2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?**

Asi kdybych chtěl tak by mi pomohli. Ale jsem v tom samostatný. Teď si hledám hlavně nějakou práci. Chci se osamostatnit. Najít si byt a tak. To je i pro mě hlavní motivace. A potom uvidíme. Chci si udělat certifikát na sládku, abych mohl případně někdy pracovat v pivovaru.

Jsem hodně sportovně založený, takže myslím, že právě sport mi pomáhá v tom se chtít dostávat pořádně někde výše. Být lepší a lepší. Chci být lepší než ostatní. Vzorem mi je Johnny Depp, protože bral drogy, dostal se do vězení, ale pak se vyšvihl nahoru. Líbí se mi, že to nevzdal, že se snažil být lepší. Škola mě nikdy extra nemotivovala. Byla pro mě spíš jako povinnost. Největší rozvoj osobnosti vidím, až v té práci.

## **2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

Ne nikdy. Slyšel jsem o tom, ale nevím, jak to probíhá. Asi ve třetí třídě jsem se dozvěděl, že máme na střední možnost poradenství, ale moc jsem o tom jinak nevěděl. A i kdybych o tom věděl víc, nevyužil bych to. Nezajímalo mě to v té době. I když jsem měl domácí vzdělávání, možnost a podmínky pro využití byly úplně stejný jako kdybych tam chodil.

### **3 Sociální vztahy**

#### **3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy**

Jako malý jsem měl se všema špatný vztahy. Ted' už je to hodně dobrý. Udržuji vztahy jen s pár lidmi, kterých si opravdu vážím, důvěřuji jim, jsou mi oporou a tak. Jsou pro mě důležití hlavně v tom, abych se jim mohl svěřit. Většinou řešíme spíš vztahový věci než studium a práci.

Práci řeším pořád spíš jen s mámou. Voláme si. Hodně se mě ptá, jak se cítím a vše probíráme spolu. S těmi ostatními to je spíš jen, že si řekneme, co děláme, abychom to o sobě věděli, ale nic víc.

#### **3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Stačí mi, když se zvládnou podpořit sám. Od druhých chci hlavně aby mě vyslechli a maximálně dali nějakou radu. Nepotřebuju od nich žádné informace. To mi spíš vadí. Chci si to zvládnout obstarat sám.

## **PŘÍLOHA 7: ROZHOVOR LENKA**

**Základní informace:** Lenka, žena, 24 let

### **1 Vzdelávání**

#### **1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?**

SŠ ekonomická a pak jsem zkusila s ekonomickým zaměřením i vysokou školu, ale nedostudovala jsem ji. Pak jsem šla na obor Poradenství v odborném vzdělávání, který momentálně studuju a jsem tu moc spokojená.

#### **1.2 Kterí lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

Doma jsme to moc neřešili. Chtěli abych studovala dál, ale taky nevěděli. Na střední školu jsem šla díky kamarádkám ze základky, které tam šly taky. Na ekonomickou vysokou školu jsem šla právě kvůli návaznosti na střední. Ale zjistila jsem, že mě to skutečně nebaví. Obor vysoký jsem změnila, protože mě to nebavila ta ekonomka, a sama jsem se rozhodla, že půjdu na poradenství, až pak jsem zjistila, že se tam přihlásili i moje dobré kamarádky.

#### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Rodina mi moc nepomáhala. Chtěli, abych měla vzdělání, ale bylo jim jedno, jakým směrem. Máma neměla vůbec přehled o školách a o odborném poradenství asi taky ani nevěděla. Možná, kdybych nějakého navštívila, dopadlo by to líp, ale kdo ví. Alespoň jsem si to vyzkoušela a zjistila, co pro mě není. I to je dobrá zkušenost. Nikdo z rodiny neví, jak systém VŠ funguje, takže jsem to s nimi nemohla řešit. Jsem první v blízký rodině, kdo šel na vysokou školu. Učitelé to s námi neprobírali. A s odborníkem jsem žádným nemluvila. Nejdůležitější byli přátelé. Šli jsme do toho společně. Když jsme si s kamarády vybírala střední, tak jsme jí vybírali společně. Bylo to vylučovací metodou. Nechtěli jsme na technický ani na gymplu. PO gymplu nic nemá s čím bys mohla jít do zaměstnání. Ekonomka jako nejmenší zlo.

#### **1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?**

Aby si se mnou někdo sednul a probral, co je dobrý, co mě bude bavit nebo naopak. Chtěla bych i jiný, objektivní, názor. Dobrý by bylo, kdyby mamka mi navrhla návštěvu nějakého poradenství, ať už ve škole nebo mimo.

## **2 Profese**

#### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Začala jsem pracovat už na začátku střední. Zkoušela jsem různé brigády... administrativa, e-shop, na pokladně, v restauraci, hlídání dětí. Teď jsem začala pracovat jako HR asistentka. Takže už pracuju oboru, který studuji.

#### **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

Na pohovory se důkladně připravuju. Zjišťuju si o firmě, co dělá a tak. Snažím se chovat vždy normálně, nepřetvařovat se, protože by na to stejně přišli. Jinak práci hledám na přes inzeráty na webových portálech, např. jobs.cz. Teď se hodně rozjel Linked-in. Zde jsem našla i tuhle novou práci.

#### **2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?**

Dřív jsem hledala práce nebo brigády na částečný úvazek, abych to stíhala se školou a vydělala si nějaký slušný peníze. Neřešila jsem, co bude. Teď už hledám něco v oboru, který studuju. Chci mít už praxi a nezabíjet čas na obyčejných brigádách. Brigády mi hodně pomohli zjistit, co nechci dělat. Velmi důležitý faktor je pracovní klima na pracovišti. Dobré vztahy. Mám zkušenost, že jsem s lidmi na pracovišti nevycházela, a to pak člověk do té práce vůbec chodit nechce. Nechci pracovat o víkendu. Důležité je pro mě i finanční ohodnocení.

#### **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Chci se pohybovat v HR, vzdělávání nebo personalistice. Zatím ale nemám přesnou představu. Cestou poznání si procházím sama. Chci si vyzkoušet různé pozice, abych našla tu, co mi bude vyhovovat nejvíc. Představy si vytvářím hlavně na základě svých pocitů. Vede vlastní zkušenost, radím se s kamarády, s přítelem. Ale přece jen tam chodím já a ne oni. Chci slyšet jejich radu, názor ale pak si to přeberu sama

podle sebe. Jinak zatím zjišťuju jaký činnosti mě v práci baví. Chtěla bych pracovat v týmu. Chci mít lidský kontakt.

### **2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Když jsem si našla brigádu na střední, tak mě máma kontrolovala ve smyslu, kam jdu, jestli nejdu k někomu domů a tak. Měla o mě starost, ale jinak v tom nehrála roli. Občas se ptám kamarádů, jestli nevědí o nějaký brigádě. Jinak psychicky mi hodně pomáhají kamarádky a občas máma, ale nechodím si vyloženě pro radu. Potřebuji hlavně vyslechnout a slyšet i jiný názor. Nechci to nikomu vyčítat, ale informace mi nikdy nikdo moc neposkytoval. To si hodně řeším sama a spíše informace poskytuju já druhým. Moje aktuální VŠ dost poskytuje informace a učitelé pomáhají a chtějí, abychom našli uplatnění. Na ekonomce jim to bylo jedno. Takže přístup školy taky ovlivňuje trochu motivaci. Když učitel 150 lidem v posluchárně řekne „až to dostudujete, tak nevím, co s vámi bude“ je šílenost a nedávám to žádnou naději. Teď nás oslovují například jako „budoucí poradci“. Je to vlídnější.

### **2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?**

Zkrátka se zeptám, jestli někdo o nějaké práci neví. A když najdu inzerát, tak to prokonzultuju s přítelem nebo kamarády. Jestli to má smysl, jestli se na to hodím a tak. Určitě mi pomůže, když si semnou někdo takhle o tom promluví. Práci ze známosti jsem nikdy neměla. Na to jsem měla smůlu. Vždy jsem si jí našla sama přes inzeráty na internetu.

### **2.7 Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

Asi zase tak, že se jim můžu svěřit. Můžu si postěžovat. Je pro mě důležitý mít okolo sebe lidi, kteří mě podrží a zajímá je to. Nejvíc mě podrží, když mě vyslechnou. Jen že poslouchají. A když poradí, co můžu udělat líp, tak to je taky super.

### **2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?**

Kariéru asi ještě úplně neplánuju. A když tak asi nejvíc s přítelem. Chceme děti, takže se chceme rychle nastartovat, abychom měli stabilní příjem. Ten mi v tom pomáhá nejvíc. Vyslechne mě. Vedeme diskusi. A taky mi občas pošle nějakou



nabídku práce. S kamarády a rodinou si o věcech jen pobavím, ale nějak víc to neřešíme.

## **2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

Ve škole jsme si dělali testy osobnosti, ale jinak bohužel ne. Na střední jsem vůbec nevěděla, že tam je nějaký metodik prevence a výchovný poradce. Kdybych o tom věděla, určitě bych je v té době chtěla využít. Hlavně v maturitním ročníku. Zároveň bych to probrala s mamkou, abych tam mohla jít. Ale myslím si že já i lidi v mém okolí jsme k sobě docela objektivní, že nemáme o sobě nějaké zkreslené představy. Teď se ubírám určitým směrem, ale kdybych zjistila, že to pro mě není, tak bych asi zašla za kariérovým poradcem. Jsem tomu otevřená. Byla bych ráda kdyby to byl třeba nějaký můj známý. Ráda bych ho tím podpořila.

## **3 Sociální vztahy**

### **3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy?**

Hodnotím je velmi kladně a velmi dobře. Už jsem starší a nenechám si věci líbit. Už kolem sebe nemám lidi, kteří jsou toxický, nepodporují tě, nevnímají tě. Neposlouchají. To je pro mě jedna z nejdůležitějších vlastností. Myslím, že můžu říct, že teď mám moc hezký vztahy. Mám čtyři blízké kamarádky, přítele. I o vzdálenějších přátelích vím, že jim můžu kdykoliv zavolat. Čím jsem starší, tím je pro mě rodina také víc na kamarádkové rovině. S mámou mám čím dál lepší vztah. Mrzí mě, že s tetou, strejdou a vzdálenější rodinou nejsme v kontaktu a tyto vztahy nejsou moc pevný. Takže u nich pomoc nevyhledávám. A tátu nemám. Nikdy jsme se nebavili. Zároveň si nemyslím, že mi v životě, v jakémkoli, směru chyběl. Jeho roli zastoupil děda. Děda s babičkou byli jako moji druzí rodiče. Jinak s kamarádkama řeším asi každý den něco. Je to většinou všechno spíš takový povrchnější. Hodně vztahové věci řešíme. Ale i když mám problém v práci nebo ve škole, tak se svěřuju. Občas mám pocit, že to už řeším hodně a musím je tím otravovat. Momentálně třeba mám problém s bakalářskou prací a dost mi pomohlo, když jsem se ptala ostatních spolužáků, kteří mají stejný problém. Uklidnilo mě, že to není mnou. Že si za ten problém nemůžu já sama.

Radu potřebuju hlavně v emociální rovině. Asi je to ošklivý ale tu praktickou pomoc nepotřebuju. Zvládám to sama. Nepotřebuju to slyšet. Nemyslím si, že bych to v tomto směru potřebovala. Vím, že to dělat chci, a to ne a podle toho to hledám, vyselektuju. Směr, nabídky a pak se to třeba řeší s ostatními.

### **3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Chci, aby to bylo jako do teď. Aby to nesláblo a nekazilo se to. Abych za blízkyma mohla přijít s čímkoli, aby mě vyslechli, aby dali radu a kdyby jí neměli tak aby mi navrhli třeba toho odborníka. Ne každý ti může poradit. Tomu jsem otevřená. Opora od druhých lidí je pro mě důležitá, ale myslím, že je nejdůležitější, aby si za tím šel člověk sám. Aby si věřil. Aby to chtěl on sám. Je důležitý mít oporu, ale taky oporu dávat. Na vztazích se musí vzájemně pracovat

## **PŘÍLOHA 8: ROZHOVOR HERMÍNA**

**Základní informace:** Hermína, žena, 23 let

### **1 Vzdelávání**

#### **1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?**

Studovala jsem osmiletý všeobecný gympl. Bakaláře mám z vysoké školy ekonomické v Praze, obor mezinárodní obchod. Dál mám rozdělaného bakaláře na univerzitě Karlově. Obor sinologie a španělština pro mezi kulturní komunikaci. To mám momentálně přerušené kvůli výjezdu do zahraničí. Vyjela jsem na Taiwan kvůli získání jazykových dovedností. Konkrétně čínštiny. Zároveň mám čerstvě započaté navazující magisterské studium na VŠE. Obor mezinárodní obchod, specializace čínská studia.

#### **1.2 Kteří lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

Na začátku především obecně rodina. Oba moji rodiče, a i většina mých sourozenců studuje a pracuje v oboru, který nějak týká ekonomie, financí. Takže to mi vlastně dalo motivaci a inspiraci se soustředit taky na ten obor. Čínštinu jsem si vybrala na základě nikoho. To byla úplně autonomní volba. Skoro bych řekla, že i proti názoru okolí.

#### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

S výběrem studia na VŠE mi pomáhal můj bratr, protože studoval VŠE v době, kdy jsem se tam hlásila, takže jeho zkušenost mi hodně pomohla. Měla jsem ho jako vzor, viděla jsem, jak jeho studium probíhá. Měla jsem díky němu konkrétnější představu. Dokázala jsem si představit, jaké by to bylo, kdybych já tam studovala. Díky tomu to bylo jednodušší. Poskytoval mi hodně praktických informací. Říká se, že VŠE je takový nejlepší pražský gympl. Všichni z gymplů chodí tam a řekla bych že statisticky to odpovídá. Když jsem to zkusila, nepřipadala jsem si nějak jinak. Byla to skupinová tendence. Rodiče na mě s výběrem nevyvíjeli žádný nátlak. Podporovali mě spíš tak nepřímou vyjadřováním souhlasu. Moje volba byla v souladu s tím, co si přáli i oni, ale zároveň jsem cítila, že bych si mohla vybrat i něco jiného.

Na střední škole se učitelé nijak neangažovali. Možná kdybych jejich pomoc vyloženě vyhledala, tak by mi pomohli, ale jinak ne. No a studium sinologie byla čistě moje volba. Informace jsem si sháněla sama různě na oficiálních stránkách univerzity a hodně na Facebooku ve školních skupinách. Zde jsem čerpala různé informace od různých lidí. Jak to tam chodí, jak je to časově náročné, jestli je to i vůbec možné studovat i s druhou vysokou školou. Nikomu jsem neřekla, že mám přijímačky. Nechtěla jsem, aby to bylo vůbec téma, kdyby to nevyšlo. V tom byl velký rozdíl oproti ekonomce. Dva moji sourozenci také studovali dvě vysoké školy, takže jsem viděla, že je to zvládnutelné a není to kontroverzní volba. Hodně přátel bylo šokováno, že chci studovat dvě vysoké školy najednou. To mě hodně motivovalo, jako výzva, k tomu to zvládnout. Důležitý aspekt ve všech mých výběrech je ten, že cítím, že mám možnost si sama vybrat. A v tu chvíli, kdy takovou možnost mám, jsem pak s výběrem i dlouhodobě spokojenější.

#### **1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?**

Vize toho, co chci dělat. Bohužel to není nic, co by psali na internetu. Jelikož se rozhoduju na základě toho, co vidím u druhých, tak bych možná byla ráda, kdybych během střední měla kolem sebe někoho, kdo by po maturitě odjel do zahraničí. Určitě bych to tehdy pak zařadila do mých možností, takhle ta možnost se do mojí hlavy vůbec nedostala.

## **2 Profese**

### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Doučovala jsem asi dva roky angličtinu. Děti ve věku 9 až 14 let. Jinak žádné pracovní zkušenosti nemám.

### **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

Dlouhodobě to, že studuju. Jen to že mám bakaláře nebo budu mít případně i toho magistra z ekonomiky mi, si myslím, zvyšuje šance na získání práce, kterou bych chtěla. A taky to, že studuju ty jazyky, které bych ráda, pak v práci uplatnila. I tenhle můj výjezd v zahraničí je s cílem, abych získala čínštinu na takové úrovni, abych s ní mohla pracovat. Jinak mám hotové CV, ale to je tak všechno. Práci momentálně nehledám, a ještě nějakou dobu nebudu.

### **2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?**

Sice nemám preferenci, ale přijde mi důležitý, jestli budu pracovat na zaměstnanecký poměr nebo sama na sebe. Přijde mi důležitý, v jakou denní dobu budu pracovat. Víím, že bych špatně snášela noční směny. Silně bych to nepreferovala. Ale může se to stát, kdybych například překládala nebo nějak spolupracovala se zeměmi s jiným časovým pásmem. Jak je to daleko od místa bydliště, jestli bych se kvůli tomu musela i případně stěhovat. Určitě i platový ohodnocení, ale to je až za tím, co jsem před chvílí vyjmenovala. Dobrý kolektiv se při výběru těžko zjišťuje, ale kdybych měla nějak možnost to zjistit, určitě by to pro mě bylo důležité. Nechci, aby byla stresující na denní bázi.

### **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Ráda bych našla takovou profesi, kde uplatním, alespoň polovinu z toho, co vystuduju. Abych si nepřipadala, že celé studium bylo zbytečné a mohla jsem jít pracovat hned po střední. Chtěla bych používat na denní bázi alespoň dva jazyky, které studuju. Angličtinu, španělštinu a čínštinu. Myslím si, že mám docela dobrý šance najít si práci v mezinárodní firmě. To bych chtěla asi spíš kvůli mzdě, kdy tam teda statisticky ty mzdy bývají vyšší. A ráda bych teda pracovala ideálně za dne. Byla bych i ochotná se kvůli práci přestěhovat na dobu několika let do cizí země. Ale kdyby to mělo být na celý život... to nevím. Na to asi ještě nemám názor. Dřív jsem myslela že můj dream job je tlumočnictví, ale díky studiu na karlovce, který je vlastně taková základní průprava pro tlumočnictví, jsem zjistila, že to není to pravý ořechový. Je to hodně stresující. Není tam prostor na chyby. Ráda bych si občas něco přeložila, ale ne na full time. Můj velký strach je, že budu dělat něco, kde jsem snadno nahraditelná a nebudu moc vědět, co tam dělám. Chci dělat něco, co mi jde líp než ostatním a vytvářet nějakou hodnotu. No a instrumentální oporu taky asi nebudu dostávat do nekonečna, takže mě hodně motivuje finanční ohodnocení.

### **2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Je pro mě hodně určující, zda si tu práci nebo i to studium dokážu představit, jak bude probíhat. Je to pak to, co zvažuju. Takže mě hodně ovlivňují lidi, tím, že mi ukazují, jak to může vypadat, protože to dělají. A myslím si, že díky studiu jsem se

dostala k lidem, kteří jsou opravdu špičkou ve svém oboru. Dostala jsem se díky tomu do okruhu lidí, kteří jsou v tom opravdu dobří.

## **2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?**

Nikdy jsem práci nehledala, takže to můžu říct jen hypoteticky. Myslím si, že kdybych vyjádřila přání, tak by mi druzí pomohli najít i konkrétní pracovní nabídky. A jsem si jistá, že by byli v oboru. Vzhledem k tomu, že všichni z rodiny pracují v podobné sféře.

## **2.7 Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

Nepracovala jsem.

## **2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?**

Rodiče mě hodně podporují finančně. Díky tomu, že mám u nich zázemí a finance, tak můžu studovat dvě školy najednou. Asi kdybych se musela zajistit sama, tak bych musela jednu školu vyměnit za práci. A myslím si, že mě budou podporovat i třeba až si najdu první práci, takže se hned takhle ze začátku nemusím starat, jak moc velkou mzdu bych za ní dostala. Můžu se tedy soustředit na získání zkušeností a nemusím řešit to, jestli se užívím. Jinak mi nepomáhají nějak aktivně, ale hodně mi pomáhá vidět v druhých nějaký vzor. Lidé v mém okolí pracují několik let v zaměstnackém poměru na full time. To je taky vzor si to nějak podobně vystavět, ale zároveň si myslím, že by se mi dostalo podpory a respektu, kdybych se rozhodla mít několik menších úvazků. V okolí vidím velký důraz na cílevědomost nebo jako rozhodnout se pro jednu věc, co člověk bude dělat. Je jedno co to bude, ale musíš mít jasno, co to bude. U matky také vidím, že žena dokáže pracovat a vydělávat hodně peněz. Vidím prostě jak to může fungovat.

## **2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

A víš že jo? Dozvěděla jsem se o tom před e-mail od filozofické fakulty na Karlovce. Viděla jsem tam slovo „bezplatně“ a řekla si jdu do toho! Bylo to online, dělali jsme cvičení asi na hodinu a půl na to, abych si utřídila myšlenky, co bych chtěla dělat v budoucnu. Vyšlo mi ale něco jiného, než co by si asi vyšlo teď. Můj koníček je

malování a tehdy mi vyšlo, že bych měla dělat něco s grafikou. Myslím, že se to hodně změnilo, díky tomu mému výjezdu do zahraničí.

### **3 Sociální vztahy**

#### **3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy?**

Hodnotím je asi pozitivně. Myslím, že kdybych měla v životě nějaký problém, tak se na rodinu můžu obrátit. Psychicky mi sami od sebe moc nepomáhají. Asi kdybych vyjádřila, že jí potřebuju, tak by tu pro mě byli, ale musela bych za nimi vyloženě jít a asi by se mi snažili pomoc nějak prakticky, dát mi nějaký rady, ukázali by mi, co mám dělat než slova útěchy. A kdybych potřebovala jen vyslechnout a slyšet slova podpory, tak bych šla spíš za přáteli než za rodinou. Ty psychickou pomoc od přátel asi vyhledávám častěji, ale určitě je pro mě důležitější ta praktická pomoc rodiny. Velký problém ze strany mojí rodiny je nevyžádaná pomoc. To je velký téma mojí rodiny. Rady a někdy i zařizování přijde i když to člověk nechce. A nikdo z toho pak nevyhází jako vítěz. Většinou když máme v rodině nějaký konflikt, je to právě z tohoto důvodu.

#### **3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Chtěla bych aby byla stále taková, jaká je teď. Ráda bych aby mě rodina ještě chvíli finančně podporoval a mohla jsem dál studovat. Ráda bych abych kdybych vyjádřila přání o pomoc, aby mi jí poskytla. Aby pomohli třeba sehnat práci, získat nějakou dovednost nebo něco takového. A také bych ráda slýchala slova ocenění. Nemusí to být moc často, ale určitě by mě to potěšilo a motivovalo dál pracovat.

## **PŘÍLOHA 9: ROZHOVOR DANIEL**

**Základní informace:** Daniel, muž, 28 let

### **1 Vzdělávání**

#### **1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?**

Základku jsem měl zaměřenou na sport. Střední pak bylo se zaměřením na multimediální tvorbu. Takže film, fotka, umění. A na vysoký jsem studoval geologii, ale tam jsem v polovině třetího ročníku skončil. Všechny obory mě bavily. V tom multimediálním průmyslu jsem pak i pracoval.

#### **1.2 Kterí lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

Na základce jsem nevěděl, kam jít dál. S nápadem jít na multimediální střední přišla kamarádka, takže díky ní jsem se pro to rozhodl i já. Hodně jsem jinak tápal. Na vysokou jsem nešel hned po střední. Mezitím jsem pracoval. A výběr vysoký školy byla čistě moje volba. V práci jsem byl nespokojený a chtěl jsem dělat nějaký vědecký, přírodní obor, protože mě vždycky příroda bavila.

#### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Já jsem chtěl původně pokračovat s něčím, co má taky zaměření na sport jako měla základka, ale tom byl pouze gympl. Tam jsem nechtěl. Chtěl jsem nějakou školu, po který budu moct jít pracovat. Rodiče tápali se mnou. Moc jsme to ani neprobírali. Pak přišla s návrhem ta kamarádka. A to mi přišlo tak zajímavý, že jsme se na tom i doma docela shodli. O oboru na vysoký mi řekl kamarád v hospodě, který tam tou dobou studoval. Hodně důležitý faktor byl, že na ten obor nebyly přijímačky.

K návratu do školy, na VŠ, mě už rodiče tolik podporovat nechtěli. Máma věděla, že se to bude finančně zase náročnější, protože už budu mít jenom brigády a už jsem tím pádem nemohl přispívat na provoz domácnosti jako když jsem měl práci na hlavák. Ale neodrazovala mě od toho. Samozřejmě ale byla zklamaná, když jsem to studium nedokončil. Skončil jsem, protože jsem si našel přítelkyni a dostali jsme se do finančních problémů, a ještě k tomu jsem onemocněl.



Jsem kluk ze Žižkova, trochu gauner. Vyrůstal jsem mezi nimi. Jsem vlastně z téhle skupiny jediný, kdo aspoň zkusil vysokou. Obdivovali mě za to. I díky tomu jsem byla zklamanej sám ze sebe, že jsem tu školu nedodělal. Ale nikdy pro mě podpora druhých nebyla tolik důležitá. Potěšilo mě to, ale druhý den už to bylo jedno. Dokud skutečně nebudu chtít sám, tak se nic nezmění, a to druzí mohou klidně stavět na hlavu.

#### **1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?**

Na střední jsem např. matiku nesnášel, ale na vysoký mi celkem šla, i když byla mnohem náročnější. Učili to tam mnohem lepším způsobem než na té střední, a to si myslím, že je problém. Že to spoustu dětí demotivuje a nenajdou v tom zálibu jen kvůli tomu, že někde neumí učit. Tím nechci říct, že tomu nerozumí, mnohdy to je právě naopak, ale jen to neumí předat. A myslím, že by měly být nějak upraveny osnovy pro jednotlivé obory. Na filmu jsme měli hodně matiky, protože to spadalo pod průmyslovou školu, ale v tom našem oboru jsme jí tolik nepotřebovali, takže to skutečně spoustu lidí strašně demotivovalo, protože se nemohli věnovat víc těm předmětům v naší specializaci. Jinak jsem o podpoře nikdy moc nepřemýšlel. Nebylo to pro mě nikdy extra důležitý.

## **2 Profese**

### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Rozvoz pizzy jako brigáda a různé menší brigády. Pak jsem pracoval 4 roky v jedné televizi, kde jsem stříhal pořady. To mě přestalo bavit. Nebylo to vůbec o umění. Ten stříh jsem si představoval asi někde v soukromém sektoru. Tady to bylo jak výrobní a balíčkování produktů u pásu. Peníze taky nic moc i přesto, že děláš práci, kterou si myslím, že zas tolik lidí neumí.

Při vysoký jsem pak měl zase různé brigády menší. Pak jsem chvíli dělal datové technika zase v jiné televizi a pak se dostal k té práci, kterou dělám dnes. Což je koordinátor kamionové dopravy při expedici dřeva do Číny. Tady už dělám přes dva roky. Je to hodně náročná práce. Dělá se po celý rok, v jakýkoli počasí. Pořád jsi venku, ať je zima, teplo, prší, sněží... Člověk musí být hodně flexibilní.

## **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

Když jsem hledal práci, tak jsem rozesílal většinou životopisy přes různé pracovní webové portály. Odpovídal jsem na různé inzeráty. Na všechno možný. O první práci u televize mi řekla máma. Řekla mi, že viděla inzerát na jejich webových stránkách, šel jsem na pohovor a vzali mě. K tomu dřevu jsem se dostal taky díky ní. Přes její známosti. Kdy to nabízeli někomu jinému z rodiny, ale už to byl starší pán a tím, že je to fyzicky náročná práce, tak to nabídli mě a já jsem to vzal. Ale jinak jsem o to nikdy nějak neusiloval.

## **2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?**

No... kdybych teď skončil se dřevem, vím že nikde nedostanu tak vysoký peníze jako tady. To bude v budoucnu těžký. Asi kdyby se to stalo, tak se o tu práci budu ucházet v nějaký podobný firmě nebo bych šel zpátky na školu. K té bych bral jakékoliv brigády, hlavně ať to vychází dohromady časově a jsou za to dobrý peníze.

Finance jsou pro mě hodně nejdůležitější. Peníze by pro mě nebyli tolik důležitý, kdyby to bylo v oboru studia vysoký školy. Expedice na Antarktidu nebo něco takového.

## **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Nejkrásnější představa je, že na Antarktidě udělají obrovský výzkumák a já tam budu chodit na výpravy. Potápět se pod led a zkoumat biologii. Budu poskytovat proxy data. Líbí se mi, že by to byl nový přínos. Baví mě mrtvý civilizace a takové věci, v tomhle případě bych šel třeba do Egypta nebo Peru, ale tam už ten výzkum hodně jede. Bojím se, že bych se tam neprosadil. Nemám iluze, že se ze mě stane vědec v pravém slova smyslu, ale rád bych takovým lidem poskytoval ten materiál ke zkoumání.

## **2.5. Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Tím, že jsem vyrůstal jen s mámou, tak mi pomáhala hlavně ona. Přišla s nápadem ohledně práce v té televizi. Díky jejímu novému příteli, mám tu práci, kterou mám

ted'. Navíc mám díky mámě zázemí. Z rodiny nikdo nepracoval v oboru, který bych chtěl dělat. Máma je účetní a táta s námi vůbec nebyl. Měl určité problémy.

Když mám s něčím problém, rád si o tom popovídám, ale není to pro mě extra důležitý. Když už se někomu svěřuju, tak je opravdu velký problém. Ale už dopředu vím, že nedostanu odpověď, který by mě uspokojila. Může se mi ale ulevit, když mám možnost se vypovídat.

## **2.6. Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?**

Asi nejvíc mi pomáhá máma. Tak bydlíme spolu. Poradím se s ní. Díky ní jsem se i k těm předchozím pracím dostal.

Dlouho se nestalo, že by mi kamarádi nabídli nějakou práci. Občas mi nabídnou nějaký brigády, krátkodobý. Ale to není nějak extra dobře placený. Třeba teď jsem to spíš já, kdo nabízela svému okolí práci. Hlavně dělám asi úplně něco jiného, než dělají lidé v mém okolí.

## **2.7. Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

Pomáhají mi kolegové v práci. Ale to je zároveň jejich práce, aby mi pomáhali. Není to často z jejich vlastní vůle. Díky tomu, že teď mám dobře placenou práci a hodí se tam každá pomoc, tak jsem nabízel práci mým kamarádům. Ale to moc nakonec nedopadlo. Buď se toho báli, nebo toho jen nějak využili a okradli mě. Jinak mi nikdo nepomáhá. Ale třeba pro mou práci je hodně důležitý auto, takže když se mi s ním něco pokazí, tak mám přátele, kteří mi ho pomůžou opravit. To je pro mě dost podstatný.

## **2.8. Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?**

Já se hodně rozhoduju skokově. Relativně po krátký době mě věci přestanou bavit. Takže není moc reálně, aby mi s plánováním někdo pomáhal, jelikož sám moc neplánuju. S bývalou přítelkyní jsem začal trochu plánovat, protože jsem chtěl děti a chtěl jsem vědět, co budu dělat, abych nám mohl zajistit zázemí. Byl jsem tomu plánování otevřený, ale jelikož vztah nedopadl dobře, tak jsme se k tomu úplně nedostali. Ted' bydlím u matky a dokud nebudu mít přítelkyni, chtěl bych i dál. Nevidím důvod si platit nájem za těžký peníze, když v tom bytě budu sám. Ted' se snažím si nějakým způsobem stabilizovat v životě. Našetřit si něco, ale protože jsem

právě nárazový i ve volnočasových aktivitách, tak je to pro mě těžký. Možná bych potřeboval někoho, kdo by mě chytil za držku a řekl mi „Dost. Začni se chovat zodpovědně“.

Tím, že jsme s kamarády začali hodně jezdit na hory, tak se mi začalo víc a víc líbit v té zimě a ledu. Začalo mě to bavit. I to mě trochu motivovalo k té vysněné práci na Antarktidě.

## **2.9. Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

Ne. Ale asi vyplnit nějaký dotazník a oni ti pak řeknou, do čeho zapadáš? |Vysvětleno| Si myslím, že máš práci budoucnosti, teda tím pádem. Na střední jsem věděl, že je výchovný poradce. Posílali mě tam. Byl jsem problémový, ale řešili jsme studium, ne práci. Možná bych toho využil v budoucnu, kdyby mi fakt došli možnosti. Ale chci si v téhle práci našetřit a pak jít do světa. Chci cestovat, nejlépe to mít propojené s tou prací. Nebo kdyby vyšla ta Antarktida no.

## **3 Sociální vztahy**

### **Jak hodnotíš své sociální vztahy?**

Teď už mám malý okruh přátel. Dřív byl docela velký, ale většinou mě důležité osoby v mém životě nějak zklamali. Dřív jsem jezdil někam každý víkend. Teď se s přáteli vidím jednou, dvakrát za měsíc. Je to ale určitě i tím, že hodně měním okruh lidí, ve kterém se pohybuju. Dřív jsem potkával i lidi v práci, ale v té, co dělám teď v podstatě nikoho moc nepotkám.

Když nebudu počítat tátu, tak rodinný vztahy mám skvělý. Můžu se na ně obrátit. Hlavně na mámu.

Nejhorší je to asi ohledně intimních vztahů. Pořád se točím v kolečku ohledně bývalé přítelkyně. Bere mi to hodně energie. Víím, že je to špatně, ale nemůžu si pomoct.

Kamarády mám hlavně na zábavu. Na uvolnění. Nebo si hodně pomáháme s prací, ale na té úrovni „udělej si sám“. Nemyslím ohledně našich zaměstnání. Ohledně zaměstnání si o tom pokecáme, svěříme se, ale tím to končí. Jejich rada nebo názor jsou vítány, ale není to pro mě podstatný.

### **3.2. Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Jediný, kdo mě může podpořit, jsem já sám. Nebo hlavně ta rodina, která mi ještě chvíli bude poskytovat to zázemí. Nechce se mi stěhovat do vlastního, dokud nebudu mít přítelkyni. Vidím to jako ztrátu financí. Úplně zbytečně.

Ale zase... rád si pokecám, vyslechnu názor, i motivace od druhých ohledně návratu do školy mě potěší, ale do druhého dne už na to myslet nebudu. Nedělám to pro druhý. Dokud nebudu chtít sám, tak ostatní můžou říkat v podstatě, co chtějí. Ocením to sice, ale není to pro mě nějak rozhodující.

## **PŘÍLOHA 10: ROZHOVOR ROMAN**

**Základní informace:** Roman, muž, 23 let

### **1 Vzdelávání**

#### **1.1 Jaké školy, s jakým zaměřením jsi studoval nebo studuješ?**

SŠ elektroprůmyslovou. Pak jsem měl 3 roky pauzu a teď studuju psychologii na FHS UK. Střední mě moc nebavila. Teď na psychologii je to hodně práce. Hodně knih. Často přemýšlím o tom, jestli se to v budoucnu zúročí.

#### **1.2 Kterí lidé byli pro tebe při volbě vzdělávání důležití?**

Rodina. Od 15 let jsem už s rodiči nebydlel. Máma se krátce po tátově smrti odstěhovala. Takže z rodiny hlavně babička a bratr. Při výběru střední jsem na to tehdy neměl moc názor. Nevěděl jsem, co chci dělat. Ještě jsme to probírali s kamarádem se kterým jsme se na tý průmyslovce shodli. Ale hodně tam hrál vliv té rodiny.

#### **1.3 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru vzdělávání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Rodina přišla s doporučením, co bych mohl dělat, aby to bylo perspektivní v budoucnu. Vždycky mě bavilo dělat rukama, tak přišli právě s tou elektrotechnikou. Táta studoval dříve podobný obor. Nenutili mě tam jít. V té době jsem tam sám měl vidinu uplatnění v budoucnu.

Vlastně mi jen navrhli obor, ale jinak se v tom nijak víc neangažovali. Konkrétní školu jsem si pak hledal sám. Takže to z jejich strany neberu vyloženě jako pomoc. Určitě bych tehdy ocenil, kdyby byla větší. Hledal jsem se. Nevěděl jsem, co pořádně chci.

#### **1.4 Co ti během rozhodování o budoucím vzdělávání chybělo?**

Ocenil bych kdyby přišli s více možnostmi. Kdyby přišli třeba se šesti školami a dohromady jsme je porovnali. Obory a tak. Probrali bychom, co by mě z toho bavilo nejvíc, pro a proti a tak. A zároveň si myslím, že by rodiče v tu dobu to dítě měli znát, měli by tušit, co ho baví, ale poskytnout mu možnost samostatný volby.

Asi jsem udělal i chybu, že jsem si o té škole nezjistil víc informací, a i o jiných školách. Jít na nějaké dny otevřených dveří a tak. Myslím, že jsem ten výběr uspěchal. Ale bylo mi tehdy trochu jedno.

S kamarády jsme to neřešili vůbec.

Asi by pro mě bylo možná lepší, kdyby rodiče měli o těch školách větší přehled. Třeba aby to probrali s jinými rodiči nebo i zašli přímo do mojí školy.

Myslím si, že by stát měl hlavně podporovat víc mladý. Hlavně na té střední škole, kdy se rozhodují, co dál a většino opravdu fakt nevědí. Dobrý by byly nějaký preventivní programy ohledně vzdělávání, kampaně. Škola tě na život nepřipraví, ale myslím si, že by měla. Zapojit tam nějak víc příležitostí z praxe možná a pozitivní motivaci. Na život tě může připravit rodina, ale když jí nemáš? Podpořit prostě víc tu informovanost ze strany státu.

## **2 Profese**

### **2.1 Jaké jsou tvé dosavadní pracovní zkušenosti?**

Ze začátku jsem si hledal brigády, kde se pracovalo rukama. Pracoval jsem pak i rok v jedné firmě s klimatizacemi, ale to mě pak už taky moc nebavilo. A tak jsem odjel do ciziny – Ameriky, abych si tam rozmyslel a uvědomil, co chci dělat. Pracoval jsem tam půl roku na stavbě. Když jsem se vrátil, tak jsem začal studovat psychologii a znova si hledal jen nějaký brigády, abych to skloubil se studiem, jelikož je časově hodně náročný. Takže např. rozvoz jídla.

Do Ameriky jsem šel díky známosti. Kamarád tam už žil a pracoval. Takže mi zajistil bydlení i práci a do týdne jsem přijel. Určitě to byla velká výhoda, protože než bych v New Yorku našel jen nějaký bydlení... To mi přijde nereálný. Nebo drahý.

### **2.2 Co děláš pro to, abys získal/a práci, o kterou se ucházíš?**

No teď to studium na vysoký. Doufám, že mi v tom právě může pomoci. A snažím se vzdělávat i ve volném čase. Hledám brigády nebo i stáže v oboru. Různě na psychiatrii, abych mohl aspoň vyzkoušet, jak to tam vůbec funguje. Nebo i ve sportovních týmech. Myslím, že právě ta neplacená stáž je do životopisu dobrá. Budoucí zaměstnavatel pak vidí, že jsi byl ochotný pro to obětovat ten čas. Dojde

jim, že tě ta práce fakt baví. Ideální by bylo mít tu stáž placenou, protože peníze jsou důležitý, ale kdyby to jinak nešlo...

Ty brigády hledám různě. V institucích nebo přes kamarádky. Hodně oslovuju instituce přímo. Najdu si je na internetu, zjistím si o nich něco a když mě to zaujme, tak jim napíšu. Ale většinou nejsou moc vstřícný, protože nechtějí někoho, kdo teprve studuje.

### **2.3 Co je podle tebe při výběru povolání nejdůležitější?**

Aby mě to bavilo a naplňovalo. Chci do práce chodit s radostí. A samozřejmě i finanční ohodnocení, ale to není hlavní motivátor.

### **2.4 Jaké jsou tvé představy o budoucí profesi?**

Chtěl bych pomáhat lidem, kteří si prošli třeba tím samým, co já nebo je potkala jiná těžká situace. Ale sen je tu psychologii propojit se sportem. Dělat třeba psychologa v nějakém týmu. Myslím si, že to bude čím dál víc potřeba. Toho nátlaku na lidi je v dnešní době hodně. Myslím, že je to perspektivní obor.

Jinak podrobnější představy nemám. Nevím, jak to bude probíhat. Chtěl bych dělat v dobrém kolektivu a s lidmi, kteří stojí o to dělat tu práci. Počítám s tím, že po škole nebudu hned profík, takže se budu muset vypracovat třeba v nějakých léčebnách a dělat tam klidně nějakou podřadnou práci. Ani nepředpokládám, že hned po škole dostanu 80 tisíc na ruku, ale za 20 bych to nedělal.

Ale asi opravdu sen by bylo mít nějakou vlastní poradnu. Ale to je ještě dlouhá cesta.

Dřív jsem chtěl dělat kriminalistiku, ale její studium bylo všechno placený, takže jsem na to nešel. Kdybych měl peníze, tak bych šel asi na ní. Taky je to psychologie. Je to hodně o hlavě. Byla to práce, kterou jsem si představoval. Myslím, že to může být hodně zajímavý. Člověk pracuje v terénu a s lidmi. A hlavně si myslím, že je to hodně důležitá práce. Je to hrozně důležitý pro republiku. V budoucnu bych se asi nebránil se tam přihlásit. Rozšířil bych si kvalifikaci.



## **2.5 Jakou roli hráli lidé ve tvém okolí při výběru povolání (rodina, přátelé, vrstevníci, spolužáci, učitelé, odborníci)?**

Můj rodinný vývoj byl dost nepříznivý a asi kdyby to bylo jinak, tak bych k tomu neměl takový vztah. Asi bych si to nevybral.

Na vysokou jsem začal chodit, když začal covid, takže to bylo pro mě hodně demotivační. Celý rok byl distančně. Takže opora ze strany školy byla nulová. Zatím jsem si ve škole ještě nevytvořil nějakou skupinu kamarádů se kterými bychom si vyloženě pomáhali. Nejzásadnější je pro mě ten učitel asi. Dává mi nejvíc rad a informací. A všeobecně učitel na vysoký předmět jsou nápomocni. Škoda, že takový přístup neměli i na učitelé na střední.

Z rodiny v oboru psychologie nikdo nepracoval. To je premiéra. Teda... snad bude. Takže o tom nikdo moc neví. Což mi vždycky trochu vadilo. Navíc jsem vlastně už od těch patnácti vyrůstal v podstatě sám. Bylo to všechno na mně. I teď se mě doma pořád ptají, co vlastně studuju. Furt dokola. Nikdo tomu nějak nerozumí.

Hodně se opírám o kamarády. Neočekávám od nich žádnou iniciativu, spíš, aby mi můj výběr schválili. Taky mě znají, ví, co mě baví, takže kdyby mi víc lidí řeklo, že se jim to nezdá, asi bych se nad tím zamyslel. Ale zatím s tím vždy souhlasili a samotný je ten obor zajímavý.

Teď nám škola poskytuje nějaké nabídky práce, ale většinou jsou to nabídky v cizině. Erasmus, jinak moc ne. Přijde mi to docela těžký sehnat dneska nějakou takovou praxi.

Velkou psychickou oporou mi během střední byla bývalá přítelkyně. Pomohla mi hlavně dostat se z toho, co se stalo tátovi. Naučila mě pravidelně číst. To pro mě hodně důležitý. A celkově mě usměrnila. Pomohla mi se trochu najít. I její máma pro mě byla důležitá. Byli pro mě jako taková druhá rodina.

S expřítekní jsme řešili i práci. Mně se vůbec nechtělo začít pracovat, takže mě tlačila do různých brigád. Chtěla abych něco dělal. Vliv na to, co jsem si vybral, už ale neměla. Její máma celý život šila a ona šla v jejich šlápějích. I to mě namotivovalo k tomu, abych si vybíral věci, co mě zajímají a hlavně baví.

Snažím se si na všechno vydělat sám, ale vím, že kdybych kdykoliv potřeboval, tak mi mám a hlavně babička půjčí. Babička nás podporovala celý život hodně. I díky ní můžu dál studovat. Víím, že mě v nouzi podpoří. Ale zatím po ní nic nechci. Teď to sám zvládám. Otázka, jak to bude v posledním ročníku. Chci jí i dál navazující a tím, že jsem nastoupil o dost později, tak už si budu muset platit pojištění a možná i školný. Ale na to se připravuju a snažím se šetřit.

## **2.6 Jakým způsobem ti druzí pomáhají při hledání pracovní pozice?**

Snažím se to řešit hlavně sám. Myslím si hlavně, že to je opravdu na každém, aby si to zajistil. I když je pravda, že jsem zatím měl ty práce hlavně ze známosti. Začal jsem pracovat v sousedově firmě a pak i ten New York. Tam bych se asi ani bez známosti nedostal.

Teď když mi někdo řekne o nějaký práci, tak je to spíš brigádně. Nějaká menší výpomoc. Tak to rád pomůžu.

Na vysoký jsem navázal bližší kontakt s jedním učitelem. Byli jsme párkrát na pivu. To je třeba člověk, který má spoustu konexí, je schopný poradit kam zajít, kde se poptat a tak.

## **2.7 Jak ti druzí lidé pomáhají po nástupu do zaměstnání?**

Většinou mi pomáhají lidé z té dané práce. Všude jsem měl dobrý kolektiv. Vždy mi byl někdo ochotný pomoci. Jinak s lidmi mimo práci se o tom moc nebavím.

Většinou tomu ani nerozumí. A fakt si myslím, že ti to mají říct v té práci. Být ti oporou. Rady do práce očekávám od kolegů. A kdybych se setkal se špatným kolektivem, tak kdyby to šlo, snažil bych se si to vyříkat. Kdyby to nešlo, tak bych hned odešel. Proč se takhle trápit?

Kamarádi mi pomáhají možná v nějakém období stagnace nebo tak. Kdy mě psychicky podporují, abych to kousl a ještě vydržel.

## **2.8 Jak ti pomáhají druzí při plánování kariérní cesty?**

Třeba ohledně studia jsem se ptal studentů ze staršího ročníků. Lidí, kteří tu cestu, kterou chci jít už podstoupili. Tak mi dají nějaký tipy, jak tím projít, jak si věci naplánovat a tak. Ale víc dopodrobna nebo i nějaký plánování rodiny... to

s kamarády nikdo neřešíme. Hodně mě posouvají dál, když mi poskytují jakýkoliv nový informace. A chci jim ukázat, že mám třeba na víc.

Vzorem je pro mě nejvíc děda. Chtěl bych dokázat něco jako on. Studoval dvě vysoký najednou. Jinak nikdo z mé rodiny nestudoval, takže chci být alespoň ten jeden, kdo něco vystuduje. Vždy mi říkali, že jsem dědovi podobný. Chci jít v jeho šlépějích. Něco dokázat. Chci to kvůli sobě, dědovi, mámě i tátovi.

Moji sourozenci určitým způsobem rezignovali. Nechtějí se vůbec rozvíjet dál. To mě taky užírá. To je věc, kterou u sebe nechci dopustit. Takže to je pro mě taky velká motivace k rozvoji kariéry. Taky bych tím chtěl být třeba pro ně vzorem. Ten stav v rodině mi pomáhá vybičovat se něco dělat.

Chci mít spokojený život. Netahat si práci domů, i když s tím mým oborem to půjde asi těžko. Rád bych měl nějakou paní, která mi bude psychickou podporou a dělat mi zázemí. Nechci, aby dělala všechno, je důležitý to vykompenzovat. Ale dobré zázemí bych od ní ocenil. Navíc teď to vypadá, že jsem v rodině poslední naděje dát mámě vnoučata. Myslím si ale, že je pro partnerský vztah důležitý, aby oba věděli, co chtějí a kam směřují. Hledat si někoho, když to ještě nevíš, bude vztahu spíš škodit. Přijde mi to zvláštní.

## **2.9 Využil/a jsi někdy služeb kariérového poradenství? Pokud ano, jak to probíhalo?**

Nevyužil a ani nevím, co mi tam můžou přesně nabídnout. Na střední jsem taky nevěděl, že tam je výchovný poradce a může mi pomoci s výběrem. A teď na VŠ taky nevím, jestli máme nějaká kariérní centrum. Tak to si zjistím.

|Vysvětleno, co je kariérové poradenství|

Kdybych se zmýlil v tom oboru, který teď studuju, možná bych tam v budoucnu zašel. Dneska se lidi hledají fakt dlouho, tak je možný, že se to stane. Ale momentálně ne.

### **3 Sociální vztahy**

#### **3.1 Jak hodnotíš své sociální vztahy?**

Jen pozitivně. Jsem extrovert. Komunikace s ostatními mi nedělá problém. Snažím se s ostatními mluvit otevřeně. Je pro mě důležitý mít tohle všechno v pohodě, pomáhá to pak ve všech aspektech i při studiu a práci. Člověk se neuzavírá do sebe, neužívá se. Může se vypovídat. Je to hrozně důležitý.

S přáteli se scházím většinou aspoň jednou týdně. Nic důležitého většinou neřešíme. Jsou to spontánní setkání. Kecáme o všem. Hodně o vztazích s holkama a s jinými lidmi. To je vlastně jedna z nevyzpytatelných stránek. Možná mě mrzí, že práci neřešíme víc. Ale je to asi i tím, že se všichni teprve objevujeme a kotvíme. Každý jsme někde jinde. Skoro bych i řekl, že v budoucnu to bude jiný.

#### **3.2 Jak bys chtěl, aby tě druzí v budoucnu podporovali v oblasti studia a práce?**

Asi teda aby se ostatní víc zajímali o tu mojí práci. Víc se ptali, co mám v plánu a tak. Ale jak jsem řekl, myslím že se to časem změní. Do teď jsme řešili jen banální věci. Všichni se profilujeme a je to pro všechny náročný. Kolikrát máme co dělat sami se sebou, takže není čas tolik na ostatní.

A je v dnešní době asi hodně těžký radit. Všichni se hned uráží a berou si vše osobně. To mi přijde směšný.