

Obsahuje
test pre
zmenu kariéry
ZDARMA

Ako dostať prácu snov

Nájdite si prácu,
ktorú si zamilujete



JOHN LEES

Ako dostať prácu snov

Nájdite si prácu,
ktorú si zamilujete

JOHN LEES

Ako dostať prácu snov

Nájdite si prácu,
ktorú si zamilujete

Upozornenie pre čitateľov a užívateľov tejto knihy

Všetky práva vyhradené. Žiadna časť tejto tlačenej či elektronickej knihy nesmie byť reprodukováaná a šírená v papierovej, elektronickej či inej podobe bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa. Neoprávnené použitie tejto knihy bude trestne stíhané. Automatizovaná analýza textov alebo dát v zmysle čl. 4 smernice 2019/790/EU a použitie tejto knihy na tréningovanie AI sú bez súhlasu nositeľa autorských práv zakázané.

John Lees

Ako dostať prácu snov

Nájdite si prácu, ktorú si zamilujete

Vydala GRADA Slovakia s. r. o. pod značkou Grada

Moskovská 29, 811 08 Bratislava 1

www.grada.sk

Tel.: +421 2 556 451 89

ako svoju 391. publikáciu

Z anglického originálu *How To Get A Job You Love: Find a job worth getting up for*, vydaného vydavateľstvom Pearson Education, Londýn, v roku 2023, do slovenčiny preložila Linda Magáthová.

Authorized translation from the English language edition, *How to Get a Job You Love*, 1st Edition by John Lees, published by Pearson Education Limited Copyright „© Pearson Education Limited 2023 (print and electronic)“

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from Pearson Education Limited SLOVAKIAN language edition published by Grada Slovakia s.r.o. Copyright © 2025 Pearson uses AI, including to support the creation of content. We claim copyright to the fullest extent permissible by law.

Zodpovedný redaktor Mgr. art. Andrej Purkart

Jazyková redakcia Mgr. Zuzana Kolačánová

Spracovanie obálky Adrián Macho

Grafická úprava a sadzba SOFT DESIGN, s. r. o.

Vydanie 1., 2025

Počet strán 264

Tlač Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

Copyright © John Lees, 2023

Slovak Edition © Grada Slovakia s.r.o., 2025

Translation © Linda Magáthová, 2025

Cover design © Adrián Macho, 2025

Názvy produktov, firiem a pod., ktoré sú použité v knihe, môžu byť ochrannými známkami alebo registrovanými ochrannými známkami príslušných majiteľov.

ISBN 978-80-8305-189-8 (print)

ISBN 978-80-8305-190-4 (pdf)

ISBN 978-80-8305-191-1 (epub)

ISBN 978-80-8305-192-8 (mobi)

Ohlasy na knihu *Ako dostať prácu snov*

„Neuveriteľne praktické rady a tipy od Johna Leesa. Hoci sa opierajú o súčasný kontext na trhu, sú nadčasové.“

Peter Yarrow, globálny riaditeľ pre vzdelávanie, Aberdeen

„V dnešnej dobe je ľahké nájsť si prácu, ale oveľa ťažšie je nájsť si prácu, ktorú milujete. Kniha plná praktických cvičení vám pomôže rozhodnúť sa múdro, či už začínate alebo začínate odznova.“

**Jacqueline Daviesová, riaditeľka oddelenia vedenia,
talentu a celoživotného vzdelávania
v britskej Národnej zdravotnej službe
(MD, NHS Leadership Academy)**

„S radosťou odporúčam toto najnovšie vydanie. Johnove rady som sám využíval celé roky a považujem ich za skvelý zdroj inšpirácie a usmernenia. Práca je takou základnou súčasťou nášho každodenného blahobytu, že zabezpečiť si prácu, ktorá vás baví a v ktorej sa môžete rozvíjať, je jednou z najlepších investícií, aké môžete urobiť vo svojej kariére. Odporúčal by som ju aj všetkým profesionálom v oblasti ľudských zdrojov alebo výkonným koučom, pretože im pomôže pri práci v oblasti kariérneho manažmentu. Vydanie je plné užitočných cvičení a múdrych rád. Johnov prístup je veľmi praktický a pragmatický, pomáha vám prebudit' váš potenciál a prijať zmeny, ktoré vám pomôžu na komplexnom a často náročnom trhu práce – a to na rôznych stupňoch vašej kariéry.“

**Gordon McFarland, globálny riaditeľ
oddelenia ľudských zdrojov a výkonný kouč
v medzinárodnej advokátskej kancelárii**

„John sa jasným a praktickým spôsobom zameriava na pomoc ľuďom s rozvojom ich kariéry. Vďaka jazyku, ktorý používa, a aktivitám v knihe je text prístupný a motivuje. Je to prvý zdroj informácií pre všetkých, ktorí chcú investovať do svojej kariéry alebo hľadajú nové zamestnanie.“

**Rosemary McLeanová, riaditeľka spoločnosti
The Career Innovation Company**

Najnovšie vydanie knihy Johna Leesa *Ako dostať prácu snov* nesklame a je plné praktických a účinných stratégií, ako takúto prácu získať. Obsahuje vynikajúce nové informácie, okrem iného o networkingu, sociálnych médiách a o tom, ako rozprávať príbeh o sebe. John Lees je uznávanou autoritou v oblasti hľadania zamestnania. Túto vynikajúcu novú edíciu môžem odporučiť každému, kto chce zvýšiť svoje šance na získanie práce, alebo profesionálom, ktorí pomáhajú iným pri tejto dôležitej úlohe.“

**Dr Jim Bright, psychológ organizácií, riaditeľ výskumu
a vplyvu spoločnosti Become Education,
autor knihy *Ako napísať úžasný životopis***

„Ľuďom, ktorí hľadajú prácu alebo sa nachádzajú na pracovnej križovatke, často odporúčam knihu *Ako dostať prácu snov*, pretože ponúka praktické a ľahko prístupné rady od niekoho, kto má v tejto oblasti obrovské skúsenosti.“

**Joëlle Warrenová MBE, DL, výkonná riaditeľka
a zakladajúca partnerka spoločnosti Warren Partners**

„Táto kniha je nenahraditeľným sprievodcom moderným svetom práce a kariéry.“

**Rhymer Rigby, novinár a autor knihy
*28 Business Thinkers Who Changed The World***

Ako dostať prácu snov

Nájdite si prácu,
ktorú si zamilujete

**Táto kniha,
rovnako ako všetky jej predošlé vydania,
je venovaná niekomu,
kto je pre mňa už
veľmi dlhý čas výnimočný.**

**Mojej manželke Jan
– za to, že mi poskytla priestor na učenie.**

Obsah

Zoznam cvičení	12
O autorovi	14
Autorove podakovania	17
Podakovania vydavateľstva	19
Predslov od Mel Barlayovej	21
Ako používať túto knihu	23
1. „Dostať prácu mojich snov?“ Budme realisti...	29
2. Ako prekonať prekážky k zmene	41
3. Prvé kroky k novej kariére	53
4. Premýšľajte, rozhodnite sa a pustite sa do toho	67
5. Čo vás poháňa?	81
6. Ujasnite svoje zručnosti	95
7. Rozvíjajte svoje vedomosti	111
8. Zistite, čo sa hodí k vašej osobnosti	121
9. Vyberte si svoj svet	135
10. Zmena kariéry a hľadanie práce, ktorá stojí za to	151
11. Ako sa vyrovnáť s neúspechmi a prekonať stagnáciu	167
12. Múdrejšie hľadanie práce a online aktivity	183
13. Organizované hľadanie: Ako vás ľudia posunú vpred	201
14. Štvorhodinový program hľadania práce	219
15. Dosiahnite lepšie výsledky na pohovore	233
16. Zhrnutie nápadov	249
Použitá literatúra	253
Register	257

Zoznam cvičení

1.1	Vymaňte sa z režimu štandardného nastavenia	37
2.1	Obmedzenia	43
2.2	Časová rovnováha	50
3.1	Nakoľko šťastne sa cítite vo svojej práci?	55
3.2	Keby boli všetky práce platené rovnako...	57
3.3	Vaša pracovná skladačka	59
4.1	Pracovné témy	73
4.2	Zaostrite na váš príbeh	77
5.1	Trojminútový motivačný kontrolný zoznam	83
5.2	Kľúčové otázky týkajúce sa kariéry	88
6.1	Katalóg zručností v 10 krokoch	97
6.2	Motivované zručnosti	103
6.3	Trailer k filmu o zručnostiach	107
7.1	Dom vedomostí	113
8.1	Prehľad osobnosti	125
8.2	Odhaľte svoje hodnoty	131
9.1	Odvetvie, ktoré vám sedí	146
9.2	Kombinovanie pracovných nápadov	147
10.1	Zmysluplná práca	157
10.2	Cesty, ktorými ste sa nevydali	163
11.1	Ako sa pohnúť z miesta	174
11.2	Diamanty kariérneho prechodu	177

13.1	Hra na spojenia	216
14.1	Testovanie vašej pripravenosti na trh práce	223
14.2	Pretočte video	230
15.1	Zoznam požiadaviek zamestnávateľa	235
15.2	Trik politikov	239
16.1	Tabuľka nápadov	251

O autorovi

John Lees je jedným z najznámejších britských kariérnych stratégov a autorom pätnástich kníh o práci a kariére. Kniha *Ako dostať prácu snov* sa pravidelne uvádza ako jedna z najznámejších príručiek britského autora o zmene kariéry. Dvakrát bola vybraná ako kniha mesiaca v rebríčku WHSmith Business Book of the Month a získala ocenenie Australian Career Book. Johnove knihy boli preložené do arabčiny, gruzínčiny, poľštiny, japončiny a španielčiny.

John písal stĺpčky o kariére pre časopisy *Metro* a *People Management* a napísal aj úvod k príručke *Harvard Business Review Guide to Getting the Right Job*. Často sa objavuje v celoštátnej tlači a o jeho práci sa písalo v časopisoch *Management Today*, *Psychologies*, *Coaching at Work* a *The Sunday Times*. V televízii sa objavil v reláciách *Back to Work* (BBC Interactive), *Working Lunch* (BBC2), *Dispatches* (Channel 4), *Talking Business* (BBC World) a *Tonight – How to Get a Job* (ITV). Viedol kariérne semináre v Austrálii, Nemecku, Írsku, na Novom Zélande, Mauríciu, v Španielsku, Južnej Afrike, Švajčiarsku a vo viacerých častiach USA.

John je absolventom univerzít v Cambridge, Londýne a Liverpoole a počas svojej kariéry sa zameral na svet práce, pričom sa 25 rokov venoval školeniu špecialistov na nábor zamestnancov. Je bývalým výkonným riaditeľom Inštitútu pracovných poradcov (teraz REC) a čestným členom REC. Pôsoobil ako spoločný

predseda Asociácie kariérových profesionálov vo Veľkej Británii (2011 – 2013) a ako zakladajúci riaditeľ správnej rady Inštitútu kariérneho rozvoja. Je členom spoločnosti NICEC.

Pôsobil ako konzultant alebo viedol workshopy pre široké spektrum organizácií, medzi ktoré patria abrdn, AMBA, Boston Consulting Group, The British Council, Careershifters, Career Counseling Services, Career Development Institute, Fitzwilliam College Cambridge, Gumtree, Deutsche Bank, Hiscox, The House of Commons, ICAEW, The Institute of Leadership & Management, Imperial College, Intuit, The Association of MBAs, Lee Hecht Harrison, Lloyds Banking Group, Manpower, The Met Office, The National Audit Office, NICEC, The Officers' Association, Now Teach, Standard Life, Totaljobs a mnoho ďalších obchodných škôl.

Popri svojej dennej práci pôsobí aj ako anglikánsky pastor v Exeterskej diecéze. Je prebendárom Exeterskej katedrály a národným úradníkom pre samofinancovanú vysvätenú službu. Je ženatý s poetkou a maliarkou Jan Deanovou.



Podpora v oblasti kariérneho poradenstva

Spoločnosť John Lees Associates sa špecializuje na pomoc ľuďom pri náročných kariérnych rozhodnutiach – náročných preto, že nevedia, čo ďalej, alebo preto, že im v ceste stoja prekážky. Viac informácií nájdete na: www.johnleescareers.com.

Školenie kariérnych koučov

John Lees je súčasťou tímu spoločnosti Firework Coaching, ktorá poskytuje vysoko účinné školenia kariérových koučov. Sú akreditované ICF. Cieľom týchto školení je poskytnúť existujúcim koučom sebadôveru a dôveryhodnosť, aby mohli úspešne pracovať s ľuďmi, ktorí prechádzajú kariérnou zmenou.

Darí sa mu to vďaka osvedčenému rámcu a súboru nástrojov, vrátane mnohých z tejto knihy, a podpornej komunite licencovaných koučov na celom svete. Viac info na: **www.fireworkcoaching.com**.

Autorove pod'akovania

S vekom prichádza poznanie – hoci neskôr, než by malo –, koľkým ľuďom som sa ešte nestihol poďakovať. Moja vďaka patrí niekoľkým výnimočným ľuďom: Becky Charmanovej za to, že mnoho rokov vynikajúco riadila moje PR. Ďakujem Shiobhaun Wattovej, seniornej konzultantke v spoločnosti John Lees Associates, za jej rady a povzbudenie, a môjmu agentovi Jamesovi Willsovi z agentúry Watson, Little za jeho neúnavnú podporu.

Som si vedomý toho, koľko ľudí pracovalo na tejto knihe. Ďakujem Elizabeth Choulesovej za zadanie prvej edície a Jane Bartlettovej, Andrew Leesovi a Stuartovi Mitchellovi za rady pri jej dotváraní. Veľká vďaka patrí Eloise Cookovej z vydavateľstva Pearson za redigovanie tohto vydania.

Moja vďaka patrí všetkým, ktorí ma inšpirovali, povzbudzovali, kládli skvelé otázky a dali mi príležitosť otestovať si svoj materiál v praxi: Mel Barclayovej, Jane Bartlettovej, Michelle Bayleyovej, Willovi Bealemu, Gill Bestovej, Jo Bondovej, Marie Brettovej, Jimovi Brightovi, Sab Byrneovej, Janice Chalmersovej, Julianovi Childsovi, Steveovi Crabbovi, Jamesovi Curranovi, Hilary Dawsonovej, Sare Dewarovej, Paulovi Drewovi, Matthiasovi Feistovi, Petrovi

Fennahovi, Davidovi Fouracremu, Helen Greenovej, Alison Hallovej, Kate Howlettovej, Sarah Hudsonovej, Tudorovi Humphreysovi, Ajazovi Hussainovi, Kathryn Jacksonovej, Sarah Jacksonovej, Lise Jonesovej, Esi Kpeglovej, Anne Levyovej, Susannah McClymontovej, Gordonovi McFarlandovi, Rosemary McLeanovej, Adi Mechenovej, Davidovi Morganovi, Robovi Nathanovi, Wendy Pearsonovej, Danielovi Porotovi, Paru Radiaovej, Robertovi Reesovi, Rhymeroi Rigbymu, Stuartovi Robertsonovi, Jackie Robinsonovej, Valerie Rowlesovej, Rachel Schofieldovej, Philipovi Sourbutovi, Natashi Stanleyovej, Louise Taylorovej, Paulovi Thurstonovi, Alexovi Volcansekovi, Helen Walkerovej, Mikeovi Williamsovi, Ruth Windenovej, Julii Yatesovej a Marie Zimenoffovej. Ďakujem Gill Frigeriovej, Anne Fatcherovej, Davidovi Herbertovi a Magdalen Smithovej za ich myšlienky o povolání. Veľká vďaka patrí aj Lawrenceovi Arnoldovi a porote austrálskej literárnej ceny Australian Career Book Award.

Ďakujem klientom, ktorí láskavo súhlasili so svojou účasťou na prípadových štúdiách (niektorí požiadali o anonymitu) a osobitné poďakovanie patrí Joëlle Warrenovej a Richardovi Aldersonovi za ich príspevky.

Ďakujem tiež Richardovi za to, že mi umožnil otestovať si moje nápady v programe Careershifters Launch Pad a vyučovať niektoré z týchto cvičení v rámci programov Firework Coaching.

Touto cestou by som si rád zaspomínal na dvoch kolegov, ktorí už nie sú medzi nami, ale výrazne ovplyvnili moju tvorbu. Moja priateľka a publicistka Sue Blakeová mi veľmi spríjemnila prvých desať rokov po vydaní knihy.

Ďakujem a vyjadrujem uznanie Richardovi Nelsonovi Bollesovi, autorovi knihy *What Color Is Your Parachute?* a inšpiratívne mu lektorovi dvoch nezabudnuteľných letných workshopov v Bend v Oregone.

Pod'akovania vydavatel'stva

Textové zdroje:

4 THE FINANCIAL TIMES LTD: O'Connor, S. (2015) I quit! Job resignations and the UK labour puzzle, The Financial Times, 25 March, 2015. Dostupné online: <https://www.ft.com/content/632649cf-fffe-3926-bde0-9e4497d7e01d> (zobrazené 18. apríla 2023); 10 The Mental Health Foundation: Mental Health Foundation (2021) Work-Life Balance. Dostupné online: <https://www.mentalhealth.org.uk/a-to-z/w/work-lifebalance> (zobrazené 24. apríla 2023); 10 The New Press: Terkel, S. (1974) Working: People Talk About What They Do All Day and How They Feel About What They Do. New York: The New Press, s. xi; 10 Chartered Institute of Personnel and Development: CIPD. (2019) UK working lives: The CIPD job quality index. Dostupné online: www.cipd.co.uk/Images/uk-working-livessummary-2019-v1_tcm18-58584.pdf (zobrazené 29. januára 2020); 10 HarperCollins: Fox, M. (1994) The Reinvention of Work. San Francisco, CA: Harper Collins, s. 33; 36-38 Richard Alderson: Richard Alderson; 38 Careershifters: Careershifters; 40 Penguin Random House LLC: Ferguson, M. (1987) The Aquarian

Conspiracy: Personal and Social Transformation in the 1980s. New York: J.S. Tarcher, s. 112; 48 Crossroad Publishing Company: Rohr, R. (1999) Everything Belongs. New York: The Crossroad Publishing Co., s. 19; 50-51 Tariq: Tariq; 53 65 Kathryn Jackson: Kathryn Jackson; 71 JOSHBERSIN: Bershin, J. (2019) Let's stop talking about soft skills: They're PowerSkills. <https://joshbersin.com/2019/10/lets-stop-talking-about-soft-skills-theyre-power-skills/>; 121 Melissa: Melissa; 133 Cowley Publications: Williams, R. (1995) A Ray of Darkness: Sermons and Reflections. Lanham, MD: Cowley Publications, s. 152; 133 SPCK Publishing: Smith, M. (2019) The Grace-Filled Wilderness. London: SPCK, s. 76; 171 The Washington Post: Krucoff, C. (1984) The 6 o'clock scholar: Librarian of Congress Daniel Boorstin and his love affair with books. The Washington Post, 29 January, 1984, s. K8; 185 218 Mary Wilson: Mary Wilson.

Použité ilustrácie:

John Lees – 12: John Lees; 109: John Lees; 209: John Lees; 209: John Lees; 210: John Lees; 210: John Lees; 211: John Lees.

Predslov

Či už ste sa uchádzačom o zamestnanie stali v dôsledku prepúšťania alebo ste sa jednoducho rozhodli, že je čas na zmenu, nájsť si vysnívanú prácu sa často považuje za akýsi Svätý grál kariérneho manažmentu.

V spoločnosti LHH, ktorá každoročne spolupracuje s viac ako dvadsaťtisíc ľuďmi, sa špecializujeme nielen na podporu ľudí pri hľadaní nového zamestnania, ale aj na hľadanie práce, ktorá ich bude inšpirovať a motivovať.

Vzhľadom na súčasnú ekonomickú situáciu a meniace sa sily na trhu často zistujeme, že naši uchádzači majú pocit, že si nemôžu dovoliť luxus strácať čas hľadaním ideálnej pracovnej pozície a často sa uspokojia s prvou prácou, ktorá sa im naskytne.

Zaujímavé je, že v súčasnej situácii, keď dopyt po talentovaných pracovníkoch prevyšuje ponuku, majú ľudia, ktorí menia zamestnanie, možnosť realizovať svoje sny, zmeniť odvetvie alebo začať novú kariéru spôsobom, ktorý v posledných rokoch nebol bežný. Organizácie sa snažia udržať si talentovaných zamestnancov a keďže ich nechcú stratiť, radšej využívajú rôzne techniky, aby ich preškolili a zlepšili ich zručnosti. Lenže ako môžu jednotlivci zabezpečiť, že sa budú venovať práci, ktorá ich bude baviť, naplňovať a motivovať aj v aktuálnom prostredí pracovných príležitostí?

Z vlastnej skúsenosti vieme, že kľúčom k úspechu na akejkoľvek novej pozícii je príprava. Tí, ktorí majú dobre naplánované a realizované stratégie, budú úspešní a s väčšou pravdepodobnosťou si vyberú pozície, ktoré zodpovedajú ich hodnotám, skúsenostiam a zručnostiam. Keď budete spolupracovať s vyškolenými, skúsenými a empatickými koučmi, vaše sebauvedomenie a schopnosť identifikovať, čo potrebujete od svojej budúcej pracovnej pozície, sa výrazne zlepšia.

Realistické zhodnotenie základných hodnôt a hnacích faktorov vám pomôže zistiť, na čom vám bezpodmienečne záleží a čo máte len zapísané v pomyselnom „zozname priání“ v popise vašej vysnívanej práce. Vďaka tomuto všetkému vykonáte informované rozhodnutie o tom, či práca, akú hľadáte, je pre vás naozaj tá pravá.

Našťastie, kniha *Ako dostať prácu snov* je vynikajúcim sprievodcom, ktorý vám pomôže podniknúť kroky k ďalšiemu posunu vo vašej kariére. Rovnako ako vo všetkých Johnových kariérnych poradenských publikáciách, aj tu nájdete pragmatické, rozumné a premyslené nápady, ako realisticky hľadať prácu, pri ktorej sa s využitím efektívnych techník a stratégií zamieriate na získanie kontroly nad svojou kariérou. Keď sa budete riadiť týmito radami, ocitnete sa na správnej ceste k nájdeniu svojho Svätého grálu.

Mel Barclayová, vedúca oddelenia kariérnej transformácie a mobility, Veľká Británia a Írsko, Lee Hecht Harrison