

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE

DIVADELNÍ FAKULTA

Dramatická umění

Autorské herectví a teorie autorské tvorby

DISERTAČNÍ PRÁCE

**PŘÍNOSY DIALOGICKÉHO JEDNÁNÍ
A JEHO VYUŽITÍ VE FIREMNÍM VZDĚLÁVÁNÍ**

Zuzana Macáková

Vedoucí práce: prof. PhDr. Ivan Vyskočil

Oponent práce:

Datum obhajoby:

Přidělovaný akademický titul: Ph.D.

Praha, 2014

ACADEMY OF PERFORMING ARTS

THEATRE FACULTY

Dramatic arts

Authorial Acting and the Theory of Authorial Creation

DOCTORAL DISSERTATION

**BENEFITS OF THE ACTING WITH INNER PARTNER
AND ITS UTILIZATION IN CORPORATE TRAINING**

Zuzana Macáková

Supervisor: prof. PhDr. Ivan Vyskočil

Examiner:

Date of defense:

Awarded academic degree: Ph.D.

Prague, 2014

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem disertační práci s názvem
Přínosy dialogického jednání a jeho využí ve firemním vzdělávání
vypracovala samostatně pod odborným vedením vedoucího práce a s použitím
uvedené literatury a pramenů.

Praha dne

.....

podpis studenta

Upozornění

Využití a společenské uplatnění výsledků diplomové práce, nebo jakékoliv nakládání s nimi je možné pouze na základě licenční smlouvy tj. souhlasu autora a AMU v Praze.

Evidenční list

Souhlasím s tím, aby moje disertační práce byla půjčována k prezenčnímu studiu v Knihovně Akademie múzických umění v Praze.

Datum:

podpis studenta

Uživatel stvrzuje svým podpisem, že tuto práci použil pouze ke studijním účelům a prohlašuje, že ji vždy řádně uvede mezi použitými prameny.

Jméno	Instituce	Datum	Podpis

ABSTRAKT

Tato práce si klade za cíl zmapovat a popsat přínosy dialogického jednání s vnitřním partnerem (DJ) pro ty, kteří se jeho zkoušení věnují dlouhodobě, a dále si pokládá otázku, zda je možné dialogické jednání využít ve firemním vzdělávání.

Práce vychází z osobní zkušenosti autorky, která se dialogickému jednání věnuje 9 let a zároveň pracuje jako lektorka firemního vzdělávání. Její osobní zkušenost je však jen východiskem.

Závěry práce se opírají o analýzy reflexí, rozhovorů a výpovědí zkoušejících dialogického jednání a jejich popisu přínosů DJ, kterému je věnována první kapitola.

Druhá kapitola porovnává studenty DJ a firemní zaměstnance pomocí Myers-Briggs typového indikátoru. Analýza zpracovává výsledky indikátorů 7 skupin (dvou skupin zkoušejících DJ a pěti skupin firemních zaměstnanců) a popisuje jejich odlišné přístupy k vidění světa a ke vzdělávání.

Třetí kapitola nahlíží na vzdělávání obecně, popisuje určitá specifika základního a středního školství a vzdělávání firemního.

Závěr shrnuje nejen tvrdá data, ale reflektuje i transformaci postoje autorky k původnímu cíli a redefinuje význam celé práce.

ABSTRACT

The goal of this work is to map and describe the benefits of the acting with the inner partner (DJ) for those, who practice it on long term bases and it also poses the question whether it is possible to utilize acting with inner partner in the corporate training.

The work is based on personal experience of author, who practices the acting with inner partner for 9 years and also works as a facilitator of corporate trainings. However her experience is only a starting point.

The outcomes of the work are based on analyses of feedbacks, interviews and statements of practitioners of DJ and their description of its benefits to which the first capture is dedicated.

The second capture compares the students of DJ to the corporate employees based on the Myers-Briggs type indicator. The analyses works with indicator results of 7 groups (2 groups of practitioners of DJ and 5 groups of corporate employees) and describes the differences in their approach to overall world view and to education.

The third capture is looking at education in general, describes certain aspects of primary and middle education and corporate training.

The ending not only summarizes hard data, but it also reflects the transformation of author's stand point to the original goal and redefines the purpose of the whole work.

Děkuji panu profesoru Ivanu Vyskočilovi za vedení v průběhu studia, za inspiraci a nové vhledy při psaní této práce a zejména za vytvoření světa, ve kterém se toto všechno mohlo odehrát. Děkuji Standovi Sudovi za to, že vede „naši“ dialogickou oázu s trpělivostí a laskavostí a umožňuje nám hledat a někdy se nacházet. A děkuji všem mým spolu zkoušejícím za jejich pozornost, vstřícnost a odvahu.

Seznam používaných zkratk:

DJ: dialogické jednání s vnitřním partnerem

KATaP: katedra autorské tvorby a pedagogiky

MBTI: Myers-Briggs typový indikátor

I: introverze

E: extraverte

S: smyslové vnímání

N: intuitivní vnímání

T: analytické rozhodování

F: pocitové rozhodování

J: jednoznačnost

P: proměnlivost

OECD: Organisation for Economic Co-operation and Development, Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj

TIMSS: program Mezinárodní asociace pro hodnocení studijních výsledků

Obsah

Úvod	10
Kapitola 1 – Dialogické jednání	14
Kapitola 1.1 – DJ – Tomáš K.	14
Kapitola 1.2 – DJ – Slávek	21
Kapitola 1.3 – DJ – Tomáš P.	35
Kapitola 1.4 – DJ – Olda	59
Kapitola 1.5 – DJ – Zuzka	67
Kapitola 1.6 – DJ – společná rozprava	80
Kapitola 1.7 – DJ – závěr	84
Kapitola 2 – Osobnostní typologie MBTI	87
Kapitola 2.1 – Typologie MBTI	87
Kapitola 2.2 – MBTI temperamenty	92
Kapitola 2.3 – MBTI – profese a vzdělávání	94
Kapitola 2.4.1 – MBTI- studium DJ a KATaP	98
Kapitola 2.4.2 – Výsledky studentů KATaP	100
Kapitola 2.4.3 – Výsledky externím studentů DJ	109
Kapitola 2.5 – MBTI výsledky korporátních zaměstnanců	117
Kapitola 2.5.1 – MBTI výsledky – mobilní operátor	117
Kapitola 2.5.2 – MBTI výsledky – energetika	120
Kapitola 2.5.3 – MBTI výsledky – pojišťovnictví	123
Kapitola 2.5.4 – MBTI výsledky – bankovníctví	127
Kapitola 2.5.5 – MBTI výsledky – webový portál	131
Kapitola 2.6 – MBTI typologie – závěr	132
Kapitola 3 – Vzdělávání	134
Kapitola 3.1 – Firemní vzdělávání	134
Kapitola 3.1.1 – Priority tréninkových manažerů	136
Kapitola 3.1.2 – Posedlost čísla	137
Kapitola 3.2.1 – Škola, základ ... čeho?	139
Kapitola 3.2.2 – Školství a ekonomika	143
Kapitola 3.2.3 – Jde to i jinak (J. Krishnamurti)	146
Kapitola 3.3 – Na čem dnes záleží?	151
Závěr	157
Seznam použité literatury	158

Přínosy dialogického jednání a jeho využití ve firemním vzdělávání

Úvod

Tato cesta začala mým setkáním s dialogickým jednáním, které jsem přišla zkoušet na Katedru autorské tvorby a pedagogiky na DAMU jako „příchozí z ulice“ v roce 2005. V té době jsem pracovala jako lektorka komunikačních seminářů, často jsem mluvila před větším publikem a bojovala jsem s trémou. Doslechla jsem se, že tohle dialogické jednání by mi mohlo pomoci. Sama jsem se snažila vždy před veřejným vystoupením velmi dobře připravit, abych svou nervozitu alespoň zmírnila, a najednou jsem se ocitla v ohnisku pozornosti cizích lidí úplně nepřipravena. To byl šok. První půlrok jsem na place trávila v podivném transu. Trpěla jsem a klepala se před každým zkoušením, ale zároveň jsem se pokaždé nějak perverzně těšila. Tahle podivná disciplína, o které pan Vyskočil s chutí provokativně říkal, že je k ničemu, mne zkrátka fascinovala a to natolik, že jsem na KATaP nastoupila do denního magisterského studia. V roce 2009, kdy jsem měl za sebou již tři roky magisterského studia na KATaP a také tři a půl roku zkoušení DJ, jsem nabyla pocitu, že už docela vím, jak to s tím dialogickým jednáním je a že je čas přestat si jen tak nezávazně zkoušet a začít tuhle zajímavou věc konečně využívat prakticky.

Moje tělo i srdce se pravidelně těšilo z té dávky hravosti, svobody a otevřenosti, ke které jsem si přes DJ hledala cestu, ale můj mozek stále ještě tikal ve firemním tempu. Věděla jsem, že mi zkoušení velmi pomohlo jak při zvládnání trémy, tak i celkově ve schopnosti vnímat publikum, reagovat na něj, dát si více času pro sebe atd. Zkrátka bylo jasné, že DJ zlepšuje prezentační dovednosti a tak jsem přemýšlela, jak ho dostat k mým klientům, kterým by jistě mohlo být také prospěšné. Tak vznikl tento projekt.

Projekt disertační práce z roku 2009:

Centrem Vyskočilovy pedagogiky je – obecně řečeno – výchova k autorské, tvořivé a partnerské osobnosti. (...) Jako primární (psychosomatické disciplíny) stanovuje výchovu k hlasu, řeči, pohybu a hře, jako integrující disciplína se mu postupně formuje tzv. dialogické jednání. (1)

Jako psychosomatické označujeme takové disciplíny, kterými člověk zhodnocuje svou existenci jako jednotu tělesného a duševního. Člověk naplňuje disciplínu jako psychosomatický celek. (2)

Zkušenost a kondice získaná studiem psychosomatických disciplín je však, podle mého názoru, plně zhodnotitelná až ověřením v praxi, při setkání s jiným světem. Tím je pro mne osobně svět firemního vzdělávání. Bylo tedy třeba zjistit, jak by do něho zapadlo dialogické jednání. Jenomže...

Dialogické jednání není nic hotového. Není to metoda a už vůbec ne technika. Jestli, tak je to jistá inspirace, otevřená otázka. (3)

Manažerský svět tradičně využívá a používá vyzkoušené techniky a metody a to zcela účelově. Dialogické jednání jako takové by se tedy mohlo zdát jako nevhodné pro tento druh „posluchačů“. Já jsem však přesvědčena o tom, že principy dialogického jednání a principy psychosomatických disciplín a přístupů k osobnostnímu rozvoji tak, jak je aplikován na KATaP jsou právě pro tento svět nesmírně přínosné až nezbytné.

Mým záměrem je tedy zmapovat podrobněji rozvojové potřeby korporátních klientů a identifikovat oblasti, ve kterých bude možné využívat dialogické jednání při zachování jeho specifik.

2014: Před pěti lety jsem se takto přímočaře a odhodlaně vydala hledat možnosti využití, ano, záměrně používám toto slovo, využití dialogického jednání v praktickém světě manažerského, nebo obecně korporátního, vzdělávání. Měla jsem jasný cíl. A začala jsem ze široka. Nejprve jsem hledala a zkoumala podobné vzdělávací přístupy ve světě obecně a vydala jsem se na stáž v alternativní střední škole Brockwood Park School založené J. Krishnamurtim.

Nadále jsem pokračovala se své školitelské praxi. Pracovala jsem s několika stovkami klientů z oblasti bankovníctví, poradenství, pojišťovnictví a telekomunikací v České Republice, v Německu, v Rusku a ve Skandinávii. Zároveň jsem všechny zmiňované skupiny, se kterými jsem pracovala v oblasti korporátního školení, ale i mé spolužáky, se kterými jsem po celou tu dobu dále pravidelně zkoušela dialogické jednání, podrobovala testování pomocí MBTI typologie.

Postupně se můj postoj k využívání DJ v korporátním vzdělávání velmi měnil. Měnilo se (a pochopitelně stále mění) i prostředí byznysu jako takového. Ale především se měnil můj postoj k dialogickému jednání jako takovému a v neposlední řadě se pozvolna měnil i můj postoj k sobě samé. Začala jsem si všimnout na sobě a zároveň i na kolezích, se kterými jsem měla možnost sdílet svou zkušenost, jak velmi platná a významná je myšlenka, kterou nejlépe popisují slova zakladatele DJ, Ivana Vyskočila: *Žádná náhražka za poctivé studium dialogického jednání neexistuje... ... Čas nenahradíte a zkratky jsou ošidné. Jsme zvyklí dělat věci příliš rychle a cesta k výsledku někdy trvá dlouho. (4)*

Najednou se začalo ukazovat, že zlepšení prezentačních dovedností, kterého se mi při zkoušení DJ dostalo a které jsem chtěla nabízet ostatním, je pouze špička ledovce. Začala jsem chápat, že skutečné poklady leží mnohem hlouběji pod povrchem a cesta k nim se nedá zkrátit. Postupně se mi má původní utilitárnost začala jevit jako povrchní a tak nějak beze smyslu. To, co jsem dříve považovala za smysluplné (tedy to, co bylo praktické a využitelné), se mi občas připadalo prázdné a poněkud nedostačující a nepodstatné. A naopak to, co vypadalo nesmyslné (hra „jen tak“, zkoušení „bez cíle“) odhalovalo svůj smysl. Tak jsem se vydala na svou „cestu od nesmyslu ke smyslu a zase zpátky“. Pokud máte chuť, vydejte se na ni se mnou.

V první kapitole se budu zabývat otázkou, co vlastně DJ přináší lidem, kteří se jeho zkoušení dlouhodobě věnují. Protože jsem se nechtěla spoléhat pouze na svou zkušenost, požádala jsem ještě další 4 spolu zkoušející o jejich reflexe a názory.

Ve druhé kapitole se budu věnovat tomu, kdo, přesněji jaké typy lidí, DJ studují a jak se tito lidé typologicky liší od zaměstnanců firem, se kterými jsem pracovala. Mým

předpokladem je, že tito lidé budou poměrně odlišní a budou tedy potřebovat nebo vyžadovat jiný způsob vzdělávání. K tomuto porovnávání jsem zvolila typologii Myers-Briggs (MBTI), se kterou pracuji více než deset let a kterou považuji za dostatečně validní a zároveň srozumitelnou.

A ve třetí kapitole se zamýšlím nad vzdělávání v širším kontextu a беру si na pomoc názory jak odborníků na firemní vzdělávání, tak kapacit z oblasti filozofie (J. Krishnamurti) a ekonomie a byznysu obecně (Sedláček, Gamel, Orrell, Hajzler).

(1) Michal Čunderle, Hra školou, Dvakrát o Ivanu Vyskočilovi, 2001

(2) Jan Hančil, Dialogické jednání jako otevřená otázka, 1997

(3) Ivan Vyskočil, Rozprava o dialogickém jednání, 2004

(4) Ivan Vyskočil, Život ve stavu zrodu, VitalPlus 4/2012

Kapitola 1 - Dialogické jednání s vnitřním partnerem

V této kapitole bych se ráda věnovala otázce, proč se lidé zkoušení dialogického jednání věnují a co jim přináší. Pro toto zkoumání jsem požádala 5 lidí (včetně mne samé), kteří nejsou studenty KATaP (a kromě mě ani v minulosti nebyli) a kteří se věnují DJ zcela dobrovolně, ve svém volném čase. Všichni mají odlišná zaměstnání a věnují se zkoušení minimálně 5 let. V následujících pěti podkapitolách najdeme reflexe z počátků DJ zkoušení každého z dotazovaných, jejich vlastní „reflexi reflexí“ a dodatečné zamyšlení nad přínosem DJ pro každého (některá ve formě písemného zamyšlení, některá ve formě rozhovoru – podle toho, co kdo preferoval)

Pro přehlednost v těchto podkapitolách používám pro označení mých poznámek a dodatků podtržení a pro označení témat jednotlivých pasáží **tučné** písmo.

V závěru této kapitoly pak shrnuji jednotlivé přínosy DJ a přidávám postřehy dalších DJ kolegů z rozpravy nad reflexemi, kterou inicioval Standa Suda nad rámec pravidelného zkoušení v létě 2012

Kapitola 1.1 DJ - Tomáš K.

začátečníci (2005)

To je pořád s tou reflexí... Ale **co vono to je, to reflektování?** Osvícení? No, tak si na to posvítím a po dialogicku jednavě, tak jak mi to pojede, i když ne, to vlastně nepůjde, musím vycházet z poznámek, co si šmudlám během jednotlivých setkání, co mě tak napadají a ve kterých se snažím už dlouho a tím marněji uchopit a pochopit pojem či podstatu *diajedu* (to jen pro zjednodušení)

Berličkou mi je porovnávání s herectvím, kterým se zabývám a které je prozkoumáno zevrubněji, přinejmenším delší čas zkoumáno. Od počátku dialogických setkání mi byl ojasné, že nesmím hrát, TO, že to není. Na několika prvních setkáních byla účastna i paní Dana Syslová, zkušená herečka. Jelikož se jednalo o první hodiny vůbec, nikdo nevěděl ani netušil co se sebou. Přesto právě paní Syslová něčím vynikala, vymykala se. Nemyslím, že její *diajed* bylo dál*, bylo však na pohled jistější, koukatelnější. A přitom ona také nevěděla a hledala. Ten rozdíl byl dán větší zkušeností, ostříleností stát před diváky, schopností čistě mluvit, pohybovat se v prostoru, ale to hlavní, co mě trklo mnohem později, byl

rozdíl ve výdeji energie. Ne nadarmo jsme stále nabádáni k **hledání intenzity**. Chvíli mi trvalo, než jsem prokoukl, že intenzita není jen hlasitost, ale míra aktivity, čili výdejem energie. A ten musí dobrý herec (paní Syslová) zvládat, aby se jeho sdělení neslo „přes rampu“, k divákovi. Zde tedy *diajed* i herectví stojí pospolu v protikladu k civilnímu projevu. Je třeba zvýšit a vlastně ovládnout, usměrnit tok energie. Zatímco však při výuce herectví se zdůrazňuje nezbytnost být aktivnější přinejmenším dvojnásobně, a to i ve chvíli, kdy herec nic zvláštního nekoná, v *diajed* stačí překročit civil o kapku, možná jen mít energii a její toky v patrnosti.

Jenže než se rozletím dál, musím se přibrzdit otázkou, co je to ta „energie“? Na tuhle otázku asi nejde odpovědět. Tahle energie je uchopitelná asi jako bublina – všichni ji vidíme, vnímáme, působí na nás, ale vždy je trochu svéhlavá, můžeme jen upravovat podmínky pro ni příznivé a příznivé méně. Souvisí s **napětím**. Napětím tělovým, ale i napětím mezi partnery. Napětí... To je ono (stačí jen poslouchat slova) napětí vznikne, napnu-li něco mezi něčím, a zvyšuje se oddalováním obou konců-protipólů. Je třeba mít partnery proti sobě, v opačné poloze - stále se mi před oči dere postava s jednou rukou u země a s druhou mířící k nebesům. Pak je naše jednání zajímavé, protože napínavé. Ale jak zatraceně těžké je napnout se, nažhavit, vždyť tohle je blbý, to není zajímavý, to zas vtipný... Navíc je tohle napětí strašně pomíjivé. Snadno se vybije, bublina splaskne. A už se nevrátí, a to ani opakováním téhož. Je tedy jedinečné v čase. Pokud splaskne je třeba začít znovu a nejlépe odjinud. Ale možná mám jen málo zkušeností...

(pokračování jindy)

*Porovnávání lepší-horší v *diajed* nemá smysl, což je například jedna se shod s herectvím. To sice jakožto uměleckou disciplínu lze a je potřeba nahlížet objektivně, ale já s *diajed* porovnávám hereckou práci předcházející premiéře, tedy zkoušení a to má v ideálním případě být hledáním, tápáním, návraty antnp. A v této fázi herecké práci není správné říkat lepší-horší, srovnávání musí být pojmenována konkrétnějšími adjektivy.

Tomášovi se na začátku DJ objevuje, jako skoro všem, téma reflektování a toho, že nevíme, jak reflektovat. Tomáš si pomáhá zkušeností s herectvím a často ho s DJ srovnává. Dalšími tématy je zkoumání energie a napětí. Je zajímavé, že u Toma se na začátku neobjevuje tréma a panika z veřejného vystupování (možná vysvětlení: Tomáš vystudoval herectví a přesně v době kdy s DJ začínal velmi aktivně hrál. Dalším faktorem může být i fakt, že je více extrovertní. Každopádně toho je u něho specifické.)

Letní semestr 2012

DJ 27/3

Zdravé vztahy potřebují společnou aktivitu, jinak hynou. Jak prosté. Jednak souzní s někdejší úvahou o projektech, jednak zcela jednoduše vysvětluje krach 1. manželství. Musím zavolat Petře, ať si dá majzla.

DJ 28/3

Technické poučky, hraní (divadelní) věc nezachrání. To funguje na jevišti: co neprožiju, zahraju a všichni spokojeni. Ale tady ne. To je fér, ne?

—

Je až bolestné, jak zkoušení nastavuje člověku zrkadlo. Na place je sám sobě laborantem i pokusným zvířetem. Což vyžaduje nadměru pozornosti. Nebo spíše nezvyklou míru pozornosti a soustředění. Žádný šmatlání a šolíchání. **Dělám tytéž chyby, co v práci, doma, ve vztazích a co já vím, prostě tytéž chyby, co prostě dělám:** těkám, příliš mnoho zájmů, ale málo co dotáhnu. Přinejmenším nedotahuji hvězdičku. A ta potřeba bavit, být zajímavý. Jej, to bolí se takhle nahlédnout.

—

Přišel mi tam Jáchym, v těle se mi vyplavila něha a ňuchňání, ale zarazil jsem to v hlavě. To se nehodí. Tady před lidma se mazlit se synkem a šišlat na něj. Feyn, ale aspoň jsem to mohl říct. Udělal jsem něco napůl, a to bylo nakonec horší než nic. Prostě pasqil. A opět jako bych viděl ty spousty nedodělků a zmetků, co v životě trousím. Brrr, to je mi terapie.

Obecně mi chybí pravidelné zkoušení. 14denní cyklus funguje za předpokladu, že neabsentuju. Měsíc je hrozně dlouhá doba. Začínám pak od nuly, to ubíjí. Točím se v obvyklých kruzích, tlačím na pilu, což je zhoubné.

Tlačit na to je totéž, jako urputně něco hledat. Lépe je hledání zanechat a najednou to vytane na mysli, jako dobrý den: *ty klíče jsou přeci dole na botníku, položil jsem si je tam při zouvání, když se rozdrnčel telefon. Táhlo mě to při hledání do předsíně, ale svrchu vidět nebyly, musel bych se ohnout.* Tak nějak to je i na place. Nechat vše být a zůstat ve střehu, na číhané.

Ještě jeden poučný impuls: vysrat se na **ideální chvíli**. To taky platí obecně do života. Až budu vyžadanejš, napapanejš, v dobré pohodě a po kávě, ale před obědem, bude slunečno, ale ne dusno a budu mít po kupě všechny podklady a předpoklady, ošetřeny náklady a postaveny základy TAK PAK se do toho pustím. Hm, ale to udělám leda hovno, takové situace se naskytnou 3 za 5 let. A člověk je spíš marnotratně promrhá s božským pocitem, že teď by mohl vykonat něco opravdu velkého. A než se z té parády vzpomene, je to pryč, jako duha.

Zajímavé je, že to jsem si uvědomil hned na prvním DJ v únoru, dokonce se mi to připomnělo z docházení před lety, ale stejně tam sedím jak pecka a čekám, až přijde impuls a hlas shůry zavelí: JDI! Nezavelí, prostě vstaň a jdi zkoušet. Pust' se do díla.

Tomáš často mluví (při rozhovorech o DJ) a zde i píše o tom, že v DJ je to stejné jako v životě! A uvádí mnoho paralel.

Zimní semestr 2012-13

To zas bylo pláň na reflexi, a pak to smolim v předvečer. Ale prvních pár řádků poznámek ze zkoušení napovídá, že bude zcela v pořádku je prachsprostě opsat a trochu okomentovat. Ale napřed shrnutí tohoto neuvěřitelného semestru.

Nejsem

vysokoškolsky vzdělán, a tak možná shrnutí nepatří na začátek, ale vezměme to jako zahřívací kolečko.

Tak předně jsem u vytržení, asi stejně jako ostatní, co jsme se letos sešli, z toho, jak jsme se sešli. Totiž navzdory naprosté nerovnoměrnosti zkušeností z placu i života jsme vzácně rovnocenni v chuti zkoušet a činit pokusy, hrát si. **V žádných z předchozích skupin jsem se necítil tak svobodně.** Může to i souviset i s mým osobním životním posunem, ale tady se nebojím ani trochu, že se ztrapním. Poprvé je to takové, jak jsem o tom dosud pouze slyšel povídat asistenty.

Ale zpět k onomu napojení. Každé setkání mělo nějaký svůj motiv či téma, které se spontánně objevilo a všichni se ho chopili a s chutí ohmatávali a hnětli, nebo alespoň glosovali popřípadě zaujímalí stanovisko k němu. Na mysl se mi dere zejména jedno podzimní setkání, kdy si každý polaskal Slávkovu zed', aniž by v tom byla trapná nápodoba či blbá parodie. Ne, poctivě si každý zkusil najít, co na ní ten Slávek má. Jindy to bylo zkoušení čelem k divákům/přihlížejícím, které si zkusil každý. I Slávek.

A pokud se poddám obrazotvornosti a naši skupinu nazvu palubou, ne-li přímo plavidlemna vlnách zkoušením, stěžněm pak bude Vladimírovo budování psychosomatické kondice. Od tohoto objevu, vím jak vysvětlit to nevysvětlitelné nezasvěceným. A navíc to působí až módně, in a cool a kdovíjak trendy. My co víme, víme přesně, co se tím myslí, a ostatní ví dost na to, aby to respektovali. Ale vážně, od samého počátku mi DJ **pomáhalo prokopávat se ven ze své přiblblé ulity.**

Zbavovalo mě studu být sám sebou, respektive mě nejprve naučilo, že být sám sebou a užívat si to, je to, oč tu běží na světě, který znamená prkna. (Hle typickou mou blbinu a nesmažu ji!)

Další podobnost s ostatními: Tomáš si uvědomuje význam a výjimečnost skupiny, která je opravdu bezpečná. Také se objevuje mnohem větší orientace na ostatní, kteří jsou inspirací.

A teď ty výkřiky ze zápisků

[Text v hranatých závorkách jsou komentáře vzniklé při přepisu.]

2. října 12

Jsem netrpělivý, když se blíží něco zajímavého, nedočkavostí po tom chňapu, až to vyplaším => trhej ovoce, až když je zralé. Proto často připálíš jídlo, protože mu nedáš potřebný čas a chceš ho hned...

[Vida, hned první postřeh a máme tu příklad ze života.]

vysrat se na text => všimnout si dění, těla, hlasu jako takových, vysrat se na sdělení

[S tím bojuju od prvního zkoušení vůbec.]

Dvojičky!!!! Není tohle moje parketa? Ostří, které mám brousiti?? Proto mám **štrésy z moderování** [protože jsem tam sám a za sebe], a proto s Petrem [P. Jediný Novotný - kamarád, spoluautora a spoluherec z divadelního uskupení Krvik Totr] klíďo vylezu před neznámé publikum a stříhnu úvodní slovo k představení bez velké přípravy.

Napětí dramatické situace dané existencí - vědomou! - na jevišti => toto [co tak rád zakouším na divadle a sleduji v divadle] přenést do základního [?] DJ, mít napětí figury...

[Ano, tohle bylo pomocným stěžněm, nebo spíše kormidlem. Totiž Standovo podtrhnutí nutnosti najít a podržet figuru. To se mi bleskově propojilo s divadelní zkušeností, ať už hereckou nebo diváckou. Kdy, pokud je herci figura jasná, má ji pod kůží, zná její myšlení atd. nemůže ho vyhodit z konceptu výpadek textu (vlastní či kolegův), či zapomenutá rekvizita. Ihned jsem si to spojil s fenoménem Tluchořovic rodinky, která nestojí na tom, že Kaiser s Lábusem obratně mění hlasy, což jsem si dlouho myslel, ale že přesně znají své fiktivní postavy a vědí, jak budou reagovat... Doporučuji studijně všem zájemcům o DJ více než např. Divadlo Vizita.]

Při zážitcích s DJ ve dvojičkách Tomáš píše o stresu z moderování. Nejde přímo o stres spojený z DJ, ale evokuje to situaci ze života, kde spolupráce s druhým ulevuje od stresu, stejně jako při dvojičkách (přestože Tomáš dříve o stresu jako takovém při single DJ nemluvil, zřejmě ho vnímal, jen o něm nepotřeboval psát).

16. října 12

figury z minula?! => hrát si s nimi. Ale jak? Zkoušet. Možná se nebát trochu hrát, herecky lehce přitlačit, ono se to nejspíš ohlídá samo... [Tohle k dokonalosti dovedla Jana a její klasická diva, která ji sice může strhnout, ale nakonec se jí od srdce zasměje.]

Bacha na natěšení, spěješ pak ke chvatu a tlačíš na pilu.

Nebát se pustit se, pustit dosažené, **obava, že co pustím, se mi už nevrátí, je přirozená, ale mylná.** [Byť se mnozí spálili.] Jako rodiče, co nepustí děti na mejdan, jako rakouští Němci, kteří se báli uvolnit otěže centrální vlády, až se jim Rakousko rozpadlo, totéž v bleděmodrém v prvním Československu. [Četl jsem

tehdy dějiny Rakouska. A těchto příměřů jsem se dobral debatou se Zuzkou - mám svědkyni!]

Tento odstavec je jen příkladem toho, jak se mu DJ prolíná i do „neDJ života“ a jak mu pomáhá uvědomovat si souvislosti, nebo je nahlížet nově.

30. října 12

Výraz jo, ale nehrnout to, nechtít. Ale určitě bejt nahlas!

Cesta ke klidu je pokaždé jiná, nejde to natrénovat, pouze mít zkušenost a dát si proto čas, neposrat se, když to nejde a hlavně umět rozpoznat, když to přijde. skrze Zuzku: Co je tu jinak než na divadle (když je člověk čelem k divákům)? Na divadle člověk ví, kam směřuje, má text, zápletku. I při improvizaci to někam vede a směřuje, ale tady má stát s hlavou čistou a prázdnou. Učitelé jsou rádi k lidem, ale tady se lidem víc nebo míň šmrcnutým divadlem zakáže oční kontakt. Nejjednodušší je otočit se, zavřít oči. Je to prostě proti všemu, co se v divadle očekává. Ptám se, kam zmizelo slovíčkaření?! Bylo to jen sestavou, nebo to byla fáze?? Kdy jednající mluví, hledá hříčky, skládá vtípky, ale vlastně se moc neděje. [Uf, jsem rád, že je to pryč.]

Slovíčkaření, je jedna z mnoha metod, které požíváme, abychom se schovali, abychom nemuseli jít k sobě a v průběhu DJ zkoušení se jich většinou postupně zbavujeme. Tomáš mluví konkrétně o slovíčkaření, ale podobně se to projevuje u všech ostatních. Jen každý odhazujeme něco jiného.

27. listopadu 12

Vypínání rozumu => vědomé jednání to kazí ---> souvislost se spoléháním se na břicho při důležitých rozhodnutích. A přitom nelze neužívat rozum. Zřejmě jde o to **brát rozum jako zdroj, ale nikoli jako ředitele**, řidiče. Pouze jako sklad! Kubův minimalistický začátek, kdy jen nehybný popisoval, komentoval dění a fungovalo to! Byl přesný v čase, temporytmu, a ač se nehnul, jednal => jednat je nutné v čase nikoli prostoru (nezbytně).

Jana: V ráji je všechno povolený!!! Nojo, ale v ráji se nekřičí...

Další spojitost se životem, tentokrát vnímaná přes ostatní.

11. prosince 12

Honza si dnes naložil klády a Tomáš zkoušel "něco nového" => často si člověk při zkoušení vystaví past hned zkraje, často se to děje příkazem (budu stát, nebudu potichu, nebudu se plácet po stehnech, budu se plácet po stehnech). Je pak fajn se pasti zbavit, osvobodit se, je to úlevné pro všechny. Smůlou zůstává, že člověk mnohdy nepozná, že je uvnitř a zarputile bije o mříže a marně.

DJ = experiment => 313 je **laboratoří, laboratorními podmínkami je pak vstřícná pozornost. Naproti tomu venkovní podmínky: nevstřícná pozornost. Proto posilujeme psycho-somatickou kondici!**

Zkušenost z DJ platná i pro život, kruh se uzavírá: jak jsem se dnes hroutil a choulil, dostal mě z toho řvoun z buzerplacu. A fantastický bylo, že to šlo, pořád víc a více. Až to ze mě úplně spadlo. A tu úlevu cítím doted' [doted].

A pro život? Sere se to? Nefňukej a zaber. Nezabralo? Zaber!! Nic?! Makej, kurva a jed', ono se to rozjede a pak už to pojede samo. Kurva!

Postřeh, který opět sdílí skoro všichni: na DJ si zkusíme život a posilujeme svou schopnost zvládat reálné věci lépe, snáz. Každý to formulujeme po svém, ale cítíme to všichni.

Co ti DJ dává/ proč ho děláš?

Je to děsně osobní, ale vzhledem k tomu, že DJ považuju za **metodu sebepoznání**, to as ani jinak nejde. Celej život (míněno od puberty) jsem se sebou děsně zabejval a řešil se, a DJ mi pomohlo nalézt sebe sama a mít se za to rád. Ony k tomu přispěly i životní karamboly atd. ale na DJ jsem se učil necítit trapně, ani když jsem trapčil. To co jsem si na DJ ohmatal jsem úspěšně aplikoval nejen **při veřejných vystoupeních** (moderování, prohlídky v břevnovském klášteře - moje srdcová záležitost), ale i obecně v životě. Při pracovních schůzkách i při jednání s personálem v restauraci či obchodě. Tutově je to záležitost věková, ale věřím, že DJ mi to pomohlo urychlit.

Stručně, bával jsem se vůbec na cizí promluvit (i v době, kdy jsem aktivně a rád

lezl na jeviště), a teď se tím začínám bavit. Ještě to není ono, ale směruje to tam, kam jsem vždycky cítil, že patřím. Jen jsem byl zakřiknutej. (říjen 2013)

A na závěr Tomášovo zamyšlení:

Proč vlastně se vracím na DJ? Teď sice momentálně pauzíruju, ale asi mi to brzy začne chybět. Co mě láká na tom, šaškovat před cizími lidmi tak, jak mě nevidí šaškovat ani mí nejbližší?

To je možná týž efekt, který znám z divadla. Tréma je vyšší, nebo aspoň jiná, když se má přijít podívat někdo známý. Nedejbože blízký. V neznámém městě se tréma taví ve vzrušující strach z neznáma. Před známými svazuje.

No dobře, takže šaškování před cizími je vlastně přirozenější, než před svými. Přirozenější? Spíš snazší. A hlavně, jsou to vůbec cizí? Tím, že šaškujeme před sebou navzájem, tím že většinu času strávíme v roli diváka, svědka a pozorovatele, tím vším se dost sbližujeme. Ono to má asi co dělat i se zasvěcením. My společně víme, proč tu jsme, a ví každý z nás navíc, proč tu je zrovna on/ona. A navíc zasvěcovací rituál je dosti - patřičně - bolestný.

Ale co tam na tom place všichni hledají? Tím, že se jedná na divadelní fakultě, je tu významná skupina divadelníků. Pak psychologové a lidi duší se zabývající. Tím se pokrývá východisko otce zakladatele. Ale pak jsou tu další - filosofové, inženýři a kdoví jací jiní oborové. Ale zdaleka ne všichni. Je to prostě sorta lidí, která má - musí mít - něco společného. [Profesor Vyskočil, kterému jsem se jako začátečník představil mimo jiné jako původem číšník, poznamenal tehdy, že je zajímavé že tyto lidi to sem opravdu táhne. Jiného číšníka jsem na DJ nikdy nepotkal, tak nevím jestli nedošlo k nedorozumění. Ale to jsem odbočil.] Co je to, co nás spojuje? Hravost? Touha objevovat sám sebe? Nějaký problém, s kterým se nám nechce za odborníkem a do kostela máme v této zemi všichni tak nějak daleko, ač jich tu máme jak máku...

Může to být touhou osvobodit se z pout každodenně nasazovaných a mnohých nošených celoročně, že nám už ani nepřijdou. To bude asi ten hlavní společný jmenovatel. **Osvobodit se, uvolnit se.** Po tom dnes lidstvo uondané civilizací prahne a baží. Někdo využívá možností, jež nám civilizace poskytuje - skáče bungee, nebo cestuje 10000 km na východ, aby našel sám sebe. Jiní zase civilizaci opouštějí docela. A my blázní se stahujeme do přelidněného centra

srdce Evropy. Vyfuníme pod střechu, kam civilizace doléhá jen z dálky (ať už je to ševel turistů, nebo tlaky na výběr zápisného...). A osvobozujeme se.

Úplně jsem na to zapomněl, na stádium osvobozování, vyvlékání se z pout.

Kdoví, kolik jich už jsem schopen sudnat, kolik jich stále vláčím, aniž bych si toho byl vědom. Ale první mé strasti na DJ se týkaly právě tohoto. Je to pracné, nepříjemné, často bolestivé. A bolestné - osvobozovat se ze svých skořápek, stereotypů a falešných dojmů o osobě a světě kolem.

Opravdu dočista jsem na tohle stádium zapomněl. Protože jakmile se člověk osvobodí, otevře k určité volnosti, přestane být další osvobozování důležité.

Přesněji, přestane být tím hlavním, přestane být předmětem zkoušení. Protože stačí jen dosáhnout kritického množství svobody na place a spustí se řetězová reakce - blbnutí. Najednou se otevře prostor, mnohorozměrný prostor, kde lze cokoli. A pouhým pobytím a pohybem! v něm se člověk dál odpoutává.

Častokrát se přitom ztratí, lekne, vyděsí a honem přibouchne bránu ven. "Hurá do skořápky, spoutejte mne, prosím! Tak já se zamknu sám, zevnitř." Někdo zahodí klíč a už nikdy nepříjde. Druhý ho v šoku zahodí a pak léta marně hledá. Jiný se musí jen vydýchat.

Krásné je, že tyhle všechny vesmíry nosíme v sobě. Každý den, celoročně. A naučíme-li se z nich brát, těžít i mimo laboratoř v podkroví DAMU, podaří se nám pouta a skořápky naleptat a podemlít zevnitř. Zahodit je celoročně asi nelze (a možná jsem taky jen přizdisráč, a to já jsem). Ale tohle je to, co mě nabíjí.

Dodává novou kvalitu života - na DJ se učím mít rád sám sebe takového jaký jsem. A když se člověk má rád, žije se mu prostě líp. Navíc, když má člověk rád sám sebe se vším všudy, má mnohem radši i ostatní lidi - hle, jaký to projekt lásky k bližnímu, tohle DJ.

Potíž je, že míra kritického množství svobody k zažehnutí řetězové reakce blbnutí je zcela individuální. Různí se podle tloušťky a počtu skořápek a ulit, v nichž se jeden každý zašíváme před světem - a sebou samými. Takže někdo to prolomí dřív, začne bloumat vesmírem, zatímco jiní se v křečích a loužích potu snaží vysoukat z pout a prokopat ven. Proto to někteří celí zoufalí vzdají. Ale proto i některé tiché vody na place řádí jak tisíciletá povodeň. Protože jejich zoufalá neschopnost prokopat se ven se tu náhle proměňuje v nálož krakatitu, kterým odpalují vše, co je dosud svíralo.

Někdo se zase ve vesmíru ztratí. Přeruší se spojení se Zemí, nic než sputnikovské píp-píp se nedostane na základnu. Přitom cílem je volně létat jako papírový drak, který si sice plachtí volně, ale provázek co ho řídí, třímá pevně v ruce jeho majitel. Kdyby ho pustil, drak by sice mohl i výš a dál, ale zaručeně by pak ztroskotal. A hlavně bychom ho ztratili z dohledu - a k čemu papírový drak, který není vidět?

Nezní to divně? Svoboda na provázku? Nene, je to v pořádku. Hra, aby byla zábavná, musí mít daná pravidla. Jinak to nikoho neba. Byť i jen jedno jediné pravidlo: že žádná pravidla nejsou. V tom tkví ďábelská jednoduchost dialogického jednání. Má jednoduchá pravidla, která ovšem dodržet je strašně těžké. Je to balancování na ostří nože. Snaha pozdržet okamžik. Zažít stav beztlíže. **A koho to začne bavit zkoušet, je ztracen. A to je dobře.**

27. října 2013

Kapitola 1.2 DJ - Slávek

Reflexe a úvahy nad dialogickým *jednáním* (VII.)

Praha 14.6. 2008

Tuto reflexi chci pojmut jako **ohlédnutí se za svým vývojem v dialogickém jednání**. Záměrně užívám slova vývoj, který v sobě nese význam pokroku. Tedy vývoj to mělo a krátkodobě to byly i propady, kdy jsem si opakovaně připadal jako úplný začátečník, který to má však těžší v tom, že jsem měl již konkrétní představy, jak to má vypadat. Tedy „to“ dialogické jednání. Překvapivě jsem při pročítání svých minulých reflexí nenalézal postupné vyjevování nějakých ohromných objevů. Spíše šlo o propojování vztahů a nalézání souvislostí a styčných bodů s dalšími aspekty toho, co se dialogického jednání týká..

Zatím jsem napsal šest reflexí, s tím nynějším semestrem je tedy sedm semestrů za mnou. Jinými slovy je mě ve světě systematických pokusů o dialogické jednání tři a půl roku. Když jsem byl DJ novorozencem (*sakra to se mě to rozjíždí někam jinam než byla má představa, to jsem zvědav co napíšu*) měl jsem hned tři kojiče, pana Vyskočila, Václavku a Míšu. Už na začátku jsem měl, ale představu, co by to dialogické jednání tak mohlo být. Představu podpořenou i tím, že se to údajně děje člověku spontánně, když něco řeší a

přistihne se, že si povídá a odpovídá pro sebe. Na rozdíl od jiných dětí nám však neukázali, jak to máme dělat. Taky jsme byli všichni začátečníci, takže jsme nemohli napodobovat.

Když jsem si tak pročet ty reflexe, tak jsem si říkal, že on tam v nich vlastně není vývoj ve smyslu objevování nějakých velkých novostí. Odvážuju se o tom takto psát, protože i na jednom DJ se o tom mluvilo. (*Takže je to „normální“ – uf*). Překvapilo mě, že v těch reflexích jsou některá témata, která se táhnou od počátku až do nynějška. To je třeba téma „**důvěry**“. Už na začátku jsem viděl, že čím menší skupina tím lépe. Postupem času jsem si mohl zažít, že i čím stářejší skupina, tím lépe. Najeli jsme na tříhodinovky a něco jako polootevřenou skupinu. Martin pak začal nosit koblihy, přidala se Zuzka s koláčkama, Eva udělala čaj... Dokonce se ujal přestávkový rituál „na kafe“. To si myslím, že jen podpořilo důvěru ve skupinu. Dalším takovým tématem hned od počátku je téma jakési **psychohygienického vedlejšího aspektu DJ** – alespoň pro mě.

Někteří to nazývají terapeutickým účinkem, někteří péčí o duši, Slávek mluví o psychohygienickém aspektu DJ hned v prvním odstavci své souhrnné reflexe. Další zmiňované téma se také vyskytuje u vše ostatním a tím je význam skupiny a důvěry.

Ale zpátky k začátkům. Ještě v **druhém semestru** jsem nevěděl, **jak psát normální reflexi**. Od nikoho jiného jsem ji nečetl. Tak jsem to ve svém tápání zkusil opřít o dotazování se. Asi jsem při nějakém DJ odchytil, že je vhodné, když ten partner pokládá otázky. Že je to prý plodné, či co. Nicméně ta reflexe trochu zavání obecností. I když jsem si troufl začít popisovat charakteristiky DJ. Tady jsem narazil na poznámku o „vydávání se všanc vnitřním kritikům“. Tenkrát to jednoznačně byli nepřátele blokující DJ. Až později mě napadl experiment s tím, pozvat si je na plac, ať se vyjádří. Vzal jsem je jako partnery a v tu chvíli mě přestali tolik vadit. To se mně to tenkrát krásně rozjelo. (*Že by přeci jenom vývoj?*)

Již při počátečních DJ krůčcích jsem jako dobře socializovaný jedinec pociťoval tlak na to **být výkonný a užitečný**. Tohle téma mě neopustilo, jen

jsem získal trochu větší důvěru v to, že někdy je lepší se o to nestarat a nechat to až se to samo přehoupne do zaujetí hrou, kdy aktuálně téma výkonu odpadne a jen se vezu na vlně bavení se tím, jak je každý další okýnko toho procesu DJ zajímavý, protože není předem připravený a protože mě překvapuje. To se mně k tomu teď vybavuje, jak na jedné přednášce o vývoji dítěte popisovala jedna psychologka, jak vzniká první frustrace u dítěte. Dostane poprvé napapat, což ho uspokojí, ale zároveň tam má ten zážitek toho překvapení z té novosti. Nějakou dobu mu to překvapování vydrží a pak si na to zvykne. Pak zase dostane napapat, což ho uspokojí, ale stejně začne brečet, protože něco je jinak. Už nezažilo ten moment překvapení, protože už to zná. Když se DJ daří, tak jsou tam nové a nové překvapující momenty, které to drží v běhu. DJ se neochodí.

Ještě **ve třetím semestru** jsem nevěděl, **jak psát normální reflexi**. Od nikoho jiného jsem ji nečetl. Tak jsem to ve svém tápání zkusil opřít o dialogické reflexe při reflektování.

Uvědomil jsem si, že když vidím někoho poprvé a vidím ho na place, tak mě přijde, že jsem ho za těch pár minut jeho DJ poznal mnohem víc, než kdybych si s ním několik hodin povídal. Taky jsem si uvědomil téma potřeby **vysvětlovat** při DJ, co se zrovna děje, aby to nepřestalo dávat smysl pro obecnost. Strach, že je odsouzeníhodné, když to nebude konzistentní celek s pointou na konci. Tohle téma má moc i nyní, jen si tu a tam více dovolím vybočit. Všiml jsem si, jak mě blokuje to, že čekám na partnera a jakoby ho vyhlížím z určitého směru a ono zdánlivě nic. Ve skutečnosti tam je persóna **čekatele** nebo mě ten partner tahá za šos z jiné nepředpokládané strany, ale já ho tím svým předpojatým zaměřením nevidím. Taky jsem si všimnul, jak mě blokuje to, že nějaký typ partnera nechci. On pak celé DJ sabotuje, protože není vyslyšen. To je někdy dobře vidět i na ostatních. Sami si určitého partnera nechtěli k sobě připustit. U někoho je to legátový pohyb, u někoho je to nahlasřvoun, u někoho je to koketa... Je to takový fígl myslí, že si říkáme: „No tak tuhle persónu přeci nemohu zveřejnit, to ke mě nepatří, to nejsem Já“. A ona je tam v tu chvíli persóna odsuzovače a hodnotiče, která je aktuální a snadno zveřejnitelná jenže s pomyslným transparentem „koketa je nepatřičná“, takže je často nepovšimnut.

Pak přišly **dvojičky**. Úžasně to fungovalo jako provokace mých vnitřních partnerů a podnět k provokování druhého. Postupem času se ale tak nějak přestaly dařit. A pak se to zase občas podařilo. Takže zjištění, že nic není jistý.

Ještě **ve čtvrtém semestru** jsem nevěděl, **jak psát normální reflexi**. Od nikoho jiného jsem ji nečetl. Přesto jsem to risknul a další reflexi napsal a odevzdal. V týhle reflexi píšu o tom, jak dojde k průlomů, k DJ, když už se tak dlouho vařím ve vlastní šťávě, že propadnu beznaději, že už to nemůže bejt horší a najednou to z toho osvobození naskočí. Tak by to asi chtělo vyzkoušet udělat to nejhorší hned na začátku, aby se to tak nevlaklo:-)

Nevědění jak psát reflexi, která by se dala považovat za normální komentují v počátcích reflektování také téměř všichni. Obrat nastává při sdílení a vzájemném čtení reflexí, které iniciuje Standa. Je velmi úlevné a osvobozující zjistit, že se v tom člověk neplácá sám!

V pátém semestru jsem poprvé slyšel číst reflexi od někoho jiného - zajímavé. Zjistil jsem, že si Eva dělá poznámky po jednotlivých DJ a tak reflexi vytváří průběžně. Taky jsem se to rozhodl tak dělat. Ale vychladl jsem. I v této své reflexi mám znovu téma důvěry a potřeby menší skupinky a vícero možností jít na plac v jeden den. Taky jsme se bavili o tom, jaký má vliv **počasí**. Docvaklo mě to, jak se někdy jako zázrakem všem daří a pak někdy jsme všichni bez energie. Je to docela dobře poznat.

Šestá reflexe je mimo jiné o tématu toku DJ. Někdy se to rozjede tak, že to na sebe krásně navazuje a tak jsem mylně pojal názor, že to je aspekt DJ. V diskuzi se to objasnilo. Taky pro mě bylo objevný uvědomit si, že na ten plac jdu vždy s tím, že to zase nepůjde, a že nechci, aby se projevilo, že to nejde. Tím předem odmítám vše, co zavání nedařením se. Nevědomky tedy filtruju procesuální skutečnost a odvracím se od určitých oblastí prožívání. Tím pádem, pokud se v nich zrovna rýsuje partner, tak si ho nevšímnu. Proto jsem si zkusil naschvál všechny ty nepodařenosti a soudruhy pozvat na plac. A ono to fungovalo. Sice podruhé už tolik ne, ale aspoň to.

Pak taky jednou přišel „aha“ **zážitek**, když jsem slyšel větu o tom, že je to celé třeba brát jako **experiment** (tu už jsem slyšel nesčetněkrát) a ono mě najednou docvaklo, že je to možný skutečně brát jako experiment a ne soutěž o nejlepšího dialogickýho jednače či nejserióznějšího baviče. Motor DJ taky může spouštět a udržovat v chodu vícero druhů paliva. Někdy je to víc snaha se předvést před ostatníma, dokázat si něco, jindy je to spíše zájem zjistit něco sám pro sebe o sobě. To že jsem se otevřel tomu, vzít to jako experiment bylo ohromnou úlevou a krásně se to rozjelo. Ten vedlejší doznívající efekt měl ohromný vliv i v několika dalších dnech na mé vnímání každodenního světa. Měl jsem větší důvěru pouštět se do nových věcí a risknout to vybočení z automatismů – nasednout na ten proces živý reality, což je energetizující, zajímavý, oživující...

(Tak trochu teď zjišťuju, že se to zvrhlo v jakési výpisky z jednotlivých reflexí. To nebyla úplně moje představa, jak tu shrnující reflexi pojmut. Asi nevím tak úplně jak do toho. Zároveň bych to chtěl udělat dobře a plnohodnotně :-) No nevádí.)

Vypozoroval jsem, že když je na place někdo naplno autentický, tak v tu chvíli nemá problém se strachem, jak to vypadá nebo co dál. Prostě ho to chytne. Jakmile ale někdo začal na place mít chaos v tom, kdo je která postava nebo sděloval, že těch osob je tam už nějak moc, tak bylo jasné, že už není v jedné naplno a že je v myšlení. Když se uvnitř projevujeme sjednoceně a táhne to v nás za jeden provaz, tak není problém s množstvím postav. Je tedy nutný zveřejnit zrovna toho aktuálního režiséra.

Spolehlivě blokuje DJ čekání, že se bude něco obsahově odehrávat, na sebe ve srozumitelném a logickém příběhu navazovat. **Je to v projevu a ne v obsahu.** Máme tendenci držet se logičnosti a příběhové konzistentnosti, ale ta postava partnera může chtít zrovna jen třeba „iracionálně“ gestikulovat. Bojíme se toho, aby svět pro nás ani na chvíli nepřestával dávat smysl. Tenhle závazek plníme i před ostatními. Máme na sebe upletenou past v podobě představy linearity času, že musí jít o pokrok.

Poznámka pro mě z edukativní vložky: tělová výchova (všímavost k tělu) X tělesná výchova.

Vývoj ve dvojčkách: tak se to různě přelévá. Na začátku, když jsme je zkoušeli poprvé, tak mě moc bavily a podněcovali. Postupem času to pak nějak už tak nebylo ono. Teď tu a tam to zase jede dobře. Není vhodný, když jeden člověk z dvojčky chce tomu druhému dát prostor, aby se on mohl více vyjádřit. Pak tím trpí i ten druhý. Je rozdíl, plácát se v tom sám a nebo plácát se v tom osamoceně ve dvojici. Někdy čekám, co ten druhý a tím se zaseknu v tom nezveřejněném čekání. V tu chvíli čekání se pro mne asi ten druhý stane něco jako rekvizitou, na kterou se upnu, že z ní něco vypadne a už neslyším, co se děje ve mně.

Uvědomuju si, že mě už někdy míň záleží na tom, abych za každou cenu zaujal obecnost. Zkrátka se tu a tam nechám více být, abych zjišťoval, co je to být sám sebou.

Taky k těm věcem, který už se objevovaly v počátcích mého DJ, můžu někdy blíž a vidět je jakoby před sebou. Už se mnou obrazně řečeno nemlátí, ale tu a tam jako bych měl možnost si je v tom procesu vzít do ruky před sebe a chvíli si je omrknout. Takže to mám víc v hrsti.

Svůj vývoj teda vidím v tom, že k těm aspektům prožívání spojených s DJ můžu blíž a s trochu větší soustředěností. Uvědomil jsem si taky, že si mimo jiné na **DJ chodím dobít baterie. Je to takovej návrat (domů) k přirozenějšímu fungování**, což je opak výkonného dosahování s racionálními ambicemi před očima. DJ není vytváření něčeho umělého, jako se třeba můžu rozhodnout naučit golf a pak ho chodit hrát. DJ se v nějaké podobě děje tak či tak, jen na place se to učíme vědomě odhalovat a prozkoumávat a zdokonalovat, abychom to mohli hravěji a dovedněji používat. Používám příměr koštěte – když chci odstranit nečistoty, abych viděl třeba motiv na dlaždici na podlaze, tak tím koštětem musím přejet z jednoho místa do druhého třeba i několikrát. Tak jako dělám podobné tahy koštětem na stejném místě, tak se ale čím dál tím víc odkrývají ty motivy. Při každém tahu koštěte si ale můžu připadat, jako že začínám znovu, ale mezitím se něco víc a víc odhaluje. Stejně tak i s DJ. Někdy

to vypadá, jako když jsem zase na začátku, ale ono se to stále více čistí a uspořádává a spojuje...
Děkujuůůůůůů.

Reflexe a úvahy nad dialogickým jednáním (17.)

Trochu mě ta číslovka 17 vyděsila. Sice do toho započítávám nějaké shrnující dvě reflexe, ale stejně. Jestli dobře počítám, tak jsem první reflexi napsal 2004. A kam jsem se dostal? A co důležitější – Pro co rostu?

První setkání.

Ladič pian. Čekáme až v místnosti naladí. Zajímavý chlapík, který se sám na konci hezky pochválil. Inspirativní. Noví lidé. Lenka, Jakub. Celé to bylo dnes tak úžasně jemně vyladěné. Lenka vnáší nové prvky do naší zaběhlé pražskosti svými jihočeskovíliými prvky. Sledovat plynulé a vědomé přetělesňování je úžasný zážitek. Téma dne - polarita: nervózní versus klidný. I ve dvojičkách to bylo hezky vidět. Když někdo začal s jedním pólem, tak ten druhý vzal tu druhou roli. Aneb jak si lidé hrají.

Na place: téma projekce na kritickou zeď. Dvojičky: s Vladimírem. Hladím zeď. Po zbytek dne jsem žil v tom vyladění. Byl jsem rozcitlivělý a chtělo se mně být lepším člověkem! To bylo hezkýýýýýý.

Nápady zvenčí, odposlechnuto: „Nedá se to dělat se záměrem, aby byla změna, ale pro radost z plnosti výrazu.“ Dokud není výraz tak je mysl zatuhlá jako zatuhlá ramena. Nepustí to dál.

Co mě opravdu zajímá?

Zuzka je čelem k nám. To je orchestr. („Proč mám Eviny ruce?“) Chytá mě to vše za srdce, jak to u leptosoma jen jde ☺ Soustředěnost. Nádhera sledovat, jak je v tom Zuzka plně vědomě. To jsem ještě neviděl – možná u nikoho.

Zkouším se taky otáčet chvílemi čelem. Je to v něčem energicky nakopávací. Umožňuje mě to s větším zájmem sledovat a líp rozlišovat. Chvíli to chutná jako ocet, ale pak se to zpřesňuje – je to jako seznamování.

Druhé setkání

Nápady zvenčí, odposlechnuto: Energie dovnitř – zintegruji nadhoz. Energie jde ven – nepřijetí. Sám na sebe hrát, že je to autentický. Autenticita není vyřčená pravda, ale když ji řekneme v určitém kontextu. Ke krokům lze jen dozrávat.

Jana umlčela cenzora (kritika), který říká, že přehrává – ještě viditelnějším přehráváním. Úchvatné.

Tom – „chtěl bych do toho vpustit víc energie, ale aby se to nerozbilo“.

Třetí setkání (11.12.20012)

Nápady zvenčí, odposlechnuto: Vstřícné oči navíc. Umět si nahrát. Nechat tělo přestavět. Tomáš: „není co a stejně bych to dožil.“ Standa slova Vyskočila: Zrada v partnerství – je to pokaždé jakoby znova.

Tak nějak mě uspokojilo zahřívací kolečko. Při dalším výstupu nemám moc energii a tak zkouším stavět se k obecenstvu čelem, a na chvílku to něco dělá, ale pak zkejsnu u zdi. Ale jinak to „čelem k obecenstvu“ určitě v sobě má další potenciál.

Dvojičky: Standa „rozdává dárečky“ a tak mě předhazuje Lence. Nebo obráceně. Lenka chce hrát učitelku. Melodramaticky odsuzuji učitelku. Rozhoduje se tedy být učitelem. Celé to pro mě bylo zvláštní. Nakolik intenzivně vnímám Lenku ze židle jako divák, tak když jsem teď stál zády k ní, tak její slova byla tak nějak z dálky a moc mě to neshořovalo, tak jako jsem z jiných dvojiček zvyklý. Ale závěr hezký. Standa na konci vyhodnocuje: Slávek potřebuje někoho, kdo ho ustojí, jako koza drbání“. Trefil se!!! Kam na ty vhledy chodí?

Trojičky: Olda, Jakub, Tom2. Úchvatné. Olda v ráži. Zároveň v tom byla hutná mužská energie, která nepostojí. Dýchla na mě atmosféra výzev na souboj, jak z nějakého ruského románu.

Vlastně ani nevím, jestli tohle můžu nazvat reflexí? Nemůžu! Píšu víc, aby se koza nažrala a já ... Moc mě to teď nebaví psát reflexe. Vnímám, že tohle takhle mně do prdele nestačí. Já si asi opravdu potřebuju psát spíš nějaký deník z dialogického, abych se mohl totálně vysrat, pardóón za ty výtrysky, na nějaké drobné stylizování, protože to pak je neupřimné. Nechci dělat, že píšu zanícenou

srdcervoucí reflexi, když to srdcervoucí s toho už předem vyrrrrrrvávám. Asi potřebuju být zaníceně srdcervoucí – pro sebe, v bezpečí. Zároveň asi bez toho nejsem schopen ani momentálně psát nějaké v dobrém slova smyslu vycizelované poznání a učení se. Jen takovouhle „reflexi“. Nespokojenost.

Tak přesně tuto nespokojenost zná každý, kdo se o reflektování dlouhodobě pokoušel. Většina z nás ale v tuto chvíli psát zkrátka přestane (všichni, které jsem požádala o sdílení reflexí s překvapením zjistili, že máme období, kdy nám reflexe prostě chybí – nechtělo se, nešlo to, nebylo o čem.) Slávek toto období překlenuj částečně tím, že často zaznamenával zážitky a zkoušení ostatních (já to dělám přesně stejně), ale ono to často k pocitu naplnění úplně nevede. Přinese to pocit spokojenosti ve třídě, při reálném zkoušení, ale při psaní reflexe to pak prostě není ono. Možná se tím potvrzuje teorie, že zážitek nelze získat bez vlastní zkušenosti.

Čtvrté setkání 4.1. 2013 - Tak jsme ještě měli novoroční pokus.

Inspirace, odkoukáno, odposlechnuto: „Tak co“ – být u toho, že „nic“ není. / Prodlužování čas nezískám, nevydojím. / „Šest let čekám, že neomdlím“. (Zuzka?) / Nápad – přijít záměrně se stylizací. / Podpurný partner: „ nespěchat!“ versus škůdci: Ipění na představě nespěchání a jak to má vypadat a jak často se to má vyskytovat. Strach, že se mě to nespěchání nemusí povíat a co hrozivého bude následovat až se mě to nepovede... Závazek dostát představám, které už ani nedokážu identifikovat – kdo je přinesl, komu na nich nejvíc záleží... /od Vyskočila: popletení – že změnu stačí označit. Musíme ji ve skutečnosti **přijmout** a to ne jen intelektově.

Ze začátku to vypadalo spíš, že se „rozhostí odulé dialogické jednání“. Sice se to svalovalo na to, že jsme dopisovali v noci předtím reflexe, ale... Mám spíš pocit, že se ty věci ve vzduchu nějak nevracely. I u druhých bylo vidět (jsem viděl) že mají hezké nadhozy, ale že se jim to nějak neodrazí zpět dovnitř, ale zůstane to trčet v tom rosolu okolo. Jako kdyby člověk chtěl hrát tenis pod hladinou. Ten míček ani nedorazí k partnerovi. Tak jsem si řekl, že to prorvu energií. Částečně z toho vyšla aspoň scénka a neodcházel jsem rozpačitě sám sebou nevyslyšen a neodražen a nezachycen...

Otázky: Co se mě týká? S čím (v sobě) si chci hrát? S kým si chci hrát? Koho nechám, aby si se mnou hrál? Koho nechám, aby se mnou hrál? Koho nechám, aby mnou hrál?

Téma samonasírací techniky (ku prospěchu nastartování DJ).

Lenka – Standa komentuje, jak nechává doprožít figury, neschovává se, naopak se jim statečně vystavuje. A celé je to plynulé.

Pouštíme si videa z úvodního kolečka. Měl jsem téma veterána a asi tím, že jsem našel tuhle nálepku, tak to pomohlo, že se mě do toho lehce samo položilo tělo – zapojilo se taky. Asi to slovní trefování, kdy se v tom zkouším zorientovat taky pomáhá, abych tomu pak sám věřil a pustil se do toho i přetělesněním. Tělo se změnilo v unavenou figuru.

Jak Jana podotkla – pustit si video hned po zkoušení je lepší, že se člověk ještě lépe dopátrá té tělové vzpomínky. Toho, jak to procesově šlo po sobě. Tak pak snadněji odchytil i ty podpůrné a naopak brzdné věci.

Svět je dobře a já se nemusím bát. Vize být spontánní - není to o tom věci dělat dobře – správně komunikovat. Uvolnit.

Uchechtnutím si to lze shodit = mám od toho distanc, kdyby to někdo kritizoval, tak já přeci se tomu taky vysmíval. Není to moje. Neberu za to zodpovědnost. Zbavuji se zodpovědnosti tím uchechtnutím. A někdo má spíš uchechtnutí a někdo něco jinak shazujícího. Co mám já?

Tak nějak se to přijetí toho, co je odráží i v tom, že jdeme na oběd a už se nepokoušíme o něco dalšího. Nerveme to. Nebo se pokoušíme v náručí restaurační místnosti.

Praha 12.1. 2013

26.3.

Ráno jsem se cítil docela nabuzeně a těšil jsem se. V hlavě mě jel refrén: I never felt this way. Při příchodu Káči jsem se vrhnul k objímání. Asi jí to udělalo dobře, protože říkala, že se tam očividně věci změnilo, co tam nebyla.

Je nás dost. Nově přišla Zuzana – sestra od Tomáše Partla. Tělově ho v ní občas poznám ☺ Opět 2 kolečka rychle.

Vnímám v sobě lehkou chuť se nechat něčím dojmout. Zkousím se víc odvažovat otáčet k obecnstvu. Zkousím trefovat slovo kurva. Vědomě si s těmi pokusy hraju. Ze začátku vzrušující a odvážné, ale k mému překvapení, to opadlo a už to nebylo tak vzrušující. Zklamání. Ale vědomé a klidné experimentování.

Zuzka neměla zlobivku a ačkoliv se srovnala příkazy do latě, tak pak dokázala vzít do hry tu zaskočenou. „Pochval si to aspoň hezky, i když neupřímně“.

Standa: „**hýčkat si v sobě toho, kdo podporuje.**“ Aby ale byl v těle – ne dodaný rozumem. Výhodné ho tam mít. „Prokvítají figury“

Ono jde vlastně o hýčkání svého vlastního sebezpřijetí!

Mezidobí 8.4.2013 večer

Tak jsem si přečetl ukázkou knihy „Unintentional Music: Releasing Your Deepest Creativity“. Terapeut vedl ženu, co hrála na flétnu. Pomohl vítajícím způsobem zaintegrovat ty vyrušující momenty, které odmítala. Nakonec začala hrát uvolněněji, svobodněji, po svém, jinak. Inspirativní přístup k tomu, co nás vyrušuje. Zamýšlím se nad tím, když bych tohle uvědomění přenesl do DJ. Co jsou ty rušivé místa, který se snažím zamaskovat, nevidět, zabetonovat, odstranit, zbavit se, zlehčit, natřít na růžovo, pokud jsou příliš růžové tak na modro... Nechci momenty, kdy jsem v **napětí, že se nic neděje** nebo když si přiznám napětí, tak se ho chci stejně zbavit nebo už už to někam posunout. Chci, aby se ostatní **bavili. Neposouvá se to.** Neměl bych odejít bez pointy. Podat výkon. Obava že bych selhal. To všechno jde proti experimentování a nevytěžování.

Odmítání toho, co máme, chtění „něčeho jiného“, „něčeho lepšího“. Další společná věc, společná překážka, ale zároveň i velké poznání.

9.4. 2013

Dnes **ráno** jsem se probudil před budíkem. A začalo mě to jednat. Představil jsem si situaci z DJ, kdy mě to zablokovalo a nic se nevyvíjelo. Pomocí jedné techniky jsem se nechal vnést do krajiny, která by té nevyvíjející kvalitě odpovídala. Všude okolo prázdno. A náhle jsem byl lovec Pampalíny běžající v rajtkách. Plynule se měnily nápady, aniž bych je vymýšlel nebo příliš lpěl na

pokračování příběhu. Objevila se černošská servírka z kavárny La Casa Blue. Pampalíny byl synovec Fitipaldiho. Pak se objevil amant servírky italský playboy TutiFruti s vozem Ferrari. ... No hezky to jelo a bavilo mě to, jen jsem si říkal, že buď mě to dobře naladí na dnešní DJ na Katapu nebo jsem se už vyčerpal. **Pojal jsem záměr jít na DJ EXPERIMENTOVAT a atakovat obecnstvo čelem.** To bude ta momentálně plodná cesta. Prostě si tím dávkovat adrenalin, abych se zase nezašpuntoval do nějakých svých světů, ale nechal se průběžně vyvádět z míry vědomějším postojem k obecnstvu. Minule mě to umožnilo být plynule tak nějak u sebe, i když se bůhvíjaká scénka nestala. A chci tam jít s tím, že se otevřu ze zajetostí, zajatostí a mantinelů, které jsem si vykonstruoval a zvykl si v nich žít. Napadá mě i nějak atakovat tu představu posvátné nedosažitelnosti kondice dialogického jednače. Možná prostě některé věci, které tehdy objevoval prof. Vyskočil už v nějakých aspektech neplatí nebo já k nim mám přístup z jiné strany. Doba je hektičtější... Prostě se nějak víc postavit na vlastní nohy experimentátora a opustit toho modloslužebníka vize pochvalně dialogicky jednajícího studentíka. A nabít si držku a poučit se.

Nově se přišla podívat blond veteránka Vlasta. Je nás víc chlapů. Káča přišla později.

Na place:

První krátké kolečko - Šel jsem tam a hlásám, že na sebe nebudu kritický. Sedím na židli a napětí spíš vzrůstá. Mele se mě hlavou vzpomínka na ten tehdejší supl jednoho asistenta, který mě setřel. Dnes se mně to připomnělo. Asi se mně to nemele jenom v hlavě ale i v těle. Dopředu těsně před placem jsem si ale **dal záměr, představu, že se mě bude dařit volně experimentovat.** Že v tom bude lehkost. Že se nezaseknu. Vstřícně (popácky) vnímat potenciál vyrušení. Jsem hodně v napětí a moc to nejede. Atakuju čelem a pak chodím ze strany na stranu a občas se čelem k publiku dobiju energií. Rozjede se to až když si začnu nahlas sugerovat, že jsem tam sám a že konečně můžu svobodně experimentovat. Na rozdíl od DJ na katedře, kde sice všichni „podepsali experimentátorskou chartu“ ale ... A už jedu. Tělesně chytnu takový toporně výkrutný pohyb, který mě baví, a k tomu halekám. A odcházím v klidu spokojen bez křeče k pointě – ono to téma nějak částečně doběhlo, tak jsem šel. Bez potřeby něco dohánět nebo dokazovat. Měl jsem dojem větší svobody a toho, že

opravdu experimentuju. Když jsem dosed na židli, tak se mě zdálo chvíli, že vidím místnost a Standu nějakýma novými očima. Já myslím, že k tomuhle mému čelnímu experimentování přispěla hodně Lenka.

Standa: komentoval, že jsem si našel tu lajnu, která mě udržovala vodivý napětí. Tak akorát vzdálenost od publika. Nechodím už ke zdi. Dokonce bylo vidět víc partnerů. Nebyla to moje klasická eskalace intenzity projevu. Je to prý o **rozhodnutí**, kam se chci pouštět. Že **atakuj limity** a hraju si s nimi. Ten komentář k lajně mně pomohl, to jsem si neuvědomil. A byl jsem moc potešen, že to Standa nějak vyhmátnul. Že mluvil o **atakování limitů a rozhodování, kam člověk chce pouštět a že předem tam jde s nějakým nastavením** – to bylo přesně to na čem jsem se rozhodl zapracovat to ráno, když jsem vstával a večer před. S tímhle záměrem jsem do toho šel a von to, asistent jeden, pak takhle přinesl. Neuvěřitelné. Nechce se mě věřit, že by to na mě šlo tak přečíst?!

23.4. 2013

Přichází poprvé Richard. Opět mušketýr z úplně jiného soudku než stávající osazenstvo. My jsme teda sebranka ☺ O tom už by se snad měl natočit dokument – partička cvoků se úporně zabývá něčím, co moc nelze popsat a co k ničemu není ☺ To je ústav.

Jo, není? Jasně, že to k něčemu je! A všichni to víme. Jinak bychom tím netrávili roky! (potvrzení v závěrečném rozhovoru)

Na place: První krátké kolečko. O něco se pokouším a docela s nasazením a čelem. A tolik mě to nefrustruje, jako dříve. A pak v sobě **nacházím sílu a svobodu** si to ukončit a sám si jít sednout bez odvolání.

Najít bod ideálního napětí. Šel jsem mezi prvními a čelem, až jsem byl překvapen, že musím jít ještě o něco blíž než posledně, aby mně to nahazovalo tu akurátní intenzitu napětí. Vždyť já **nacházím možnosti jak si to dávkovat**. To je až k neuvěření, že **najednou můžu vědomě ovlivňovat intenzitu napětí - docela podstatnou proměnou v DJ**. Být čelem mě asi i vyladuje k tomu, že když jsem na židli, tak lépe chápu ostatní. A při tom čelním jednání mě nerušilo to, že to jakoby občas padalo a nebylo z čeho vařit. Ale i v tu dobu jsem byl přítomný, nezdrhal od něčeho nebo za něčím a tak to zase plynule

navázalo na něco plodnějšího. Zkrátka, kdybych tu obsahovou náplň toho, co jsem odjednal, vyjmul z toho napětí, které bylo tak akorát a toho čelního přístupu, tak bych si s tím nevystačil a určitě bych byl frustrován, že jsem nic moc nevykázal. Takhle jsem vlastně i ten odchod provedl v duchu DJ a vědomě – ne jako nějaké zahození toho, co jsem tam dělal. Jindy bych tím odchodem – jak jsem zvyklej jakoby se distancoval od toho, co se tam nepovedlo. Vzdal se zodpovědnosti – tím že to shodím. Ale dnes jak jsem si šel sednout vědomě, jsem vlastně tu zodpovědnost ke svému jednání a autorství podržel, a rád, až do příchodu k židli. A nemučil jsem se s tím, jestli už mám odejít, jestli už jsem tam dost předvedl a vykonal. Celé mě to dávalo vlastně smysl v tom vývoji, jak se to dělo a navazovalo a jak jsem v tom procesu byl mnohem více duchapřítomný v celém průběhu. Vlastně to do sebe vše návazně zapadalo a bylo by nesmyslné říkat, že některá část tam byla chybná nebo že bych jí nejradši vyškrtнул nebo dělal, že se nestala. Tím, že jsem k tomu fakt přistupoval experimentálně s tím, že klidně ať se nedaří, ale ať z toho moudřím, tak jsem zažil, že vlastně odpadlo to hodnocení na špatně/dobře. Velká úleva a svoboda.

Dvojička se Zuzkou. Zuzka napochodovala do středu a zády k publiku.

(...odbočka – nějak nevím, jak vlastně chci říkat těm spolukolegům, co zrovna sedí na židli. Obecenstvo i publikum zavání nějakým divadlem a moc mě to nesejí. Tak hledám výraz a zatím nenacházím.)

Postavil jsem se k Zuzce zády a vyšlo to tak, že čelem k publiku. Což byla v kombinaci se dvojičkou zase novinka. Chvilku jsme se začali jakoby přeřvávat a tak jsem se leknul, že to tak půjde dál a přestal jsem. Strašně mě bavilo, že Zuzka v tom hulákání jela dál jak setrvačnicka a mě rajcovalo, že jsem jí tak snadno rozjel a začal jsem si pro sebe tancovat a křepčit a vlastně jsem jel na té její energii jak na nějakém speedu. Dostal jsem zpětnou vazbu, že takhle mě ještě nikdy neviděli. No ty ještě neviděli věci. To teprve uvidí!

K mému úžasu většina lidí zkoušela jít čelem a cákal z nich mnohem více duch experimentování! A já si snad i myslím, že jsem je k tomu mohl inspirovat. Alespoň někteří mě jmenovali během vystupu, což mě v tom jen utvrzuje.

transparentní = otevřená hra (Vyskočil) – díky této Standově poznámce, mě dochází další pohled na otevřenou hru. Takhle jsem ten pojem nechápal.

Úchvatné. Všem se dařilo. Káča nezklamala a opět se prsila. Tak mám z toho dneška chuť na příště. Nepřispívají tomu taky ty mnou navštěvované večerní semináře. No ba. V pátek večer a v sobotu s LF. A čtu knihu Deidy, kde ponouká k tomu žít odvážně na hranici. Ta mě určitě ovlivnila k chuti experimentovat a jít do DJ se srdcem a koulemi na dlani ☺

Závěr

Tak je semestr za mnou a musím pochválit, že byl plodně zlomový v té odvaze jít víc čelem. **Intenzivní zakoušení experimentování**, které neslo víc uvědomění v procesu zkoušení, menší propady, víc soustředění. Větší osvobození se od hodnocení a větší zájem zkoumat a moudřet. I u ostatních jsem viděl víc experimentování.

Uvědomju si, že by se tahle reflexe dala ještě doupravovat do podoby víc pro oko čtenáře. Víc ten polotovar posunout – přidat víc úvah, nápadů. Ale do toho se mě moc nechce. Momentálně potřebuju mít pocit, že mohu psát spíš pro sebe. A zvažuju, že budu mít dvě verze reflexe. Jednu ve vší syrovosti, která je jenom pro mě a s chybama a překlepama a ... A druhou lehce upravenější pro ostatní. Opět velký díky Standovi a ostatním!

Praha květen 2013

Tolik Slávkovi reflexe. Protože byl Slávek ochoten věnovat rozvahám od DJ více času, požádala jsem ho, aby se zamyslel, proč DJ vlastně tolik let dělá. Část odpovědi přišla písemně a část pochází ze záznamu našeho rozhovoru, kde jsme se k odpovědi propracovávali společně.

Proč to dělám?

Prostor DJ je pro mě **úžasná laboratoř**, kde si mohu s pomocí časoprostorového vymezení a vstřícné pozornosti ostatních zkoušet rozšiřovat a objevovat vnitřní prostory.

Je to ojedinělá **příležitost zkoušet si nové věci za podpůrné vstřícné pozornosti ostatních**, kteří navíc za chvíli budou dělat to samé. Je málo možností, kde bych měl v životě ten luxus tohle dělat, aniž by do toho někdo skákal se svými poznámkami, moudrostmi, postoji, vtípkami... Tak mě napadá, že takoví extravertní baviči si asi něco podobného dokážou vytvořit i ve společnosti,

kdy je někdo hltá a kromě smíchu jim do toho tolik nevstupuje, ale pro introverta jako jsem já asi nezbyvá než to ošetřit časovým a prostorovým vymezením. Částečně podobné je to na jiných seminářích, kde se třeba dělají cvičení ve dvojicích. Pokud by to nebylo ošetřeno tou instrukcí lektora – teď budeme dělat to a to, budeme se u toho koukat zblízka do očí... Když bych mimo rámec semináře tu samou cizí osobu požádal, jestli bychom se mohli koukat zblízka do očí apod. tak bych byl minimálně za podivína.

Vlastně je to na **DJ docela intimní prostor**. Je mnohem víc poznat kdo s čím zápasí, kde má třeba svou hranici vůči něčemu. Kde naopak mu to nedělá problém. Nelze se tolik maskovat za slova. V nějakém filmu byla scénka, jak se dva seznamují a aby si nemohli tolik něco nakecávat a vymýšlet o sobě, tak jeden navrhnul, že každý osobě něco řekne a zároveň u toho bude poskakovat na jedné noze ☺ Vypadalo to, že to skákání natolik zaměstná, že už člověk nemá tolik možnost strategicky vymýšlet o sobě věci, aby zaujal, ale zbývá mu tak kapacita na to, aby říkal pravdu a co skutečně zažil a je. Tak něco podobného mám i na DJ skrze to vědomí, že na mě kouká několik dalších lidí. Vede mě to k větší upřímnosti a nemůžu se tolik nenápadně kontrolovat. A když se kontrolojuji, tak je to natolik vidět pro ostatní, že to ztrácí tu funkci a spíš mě to pak vede k tomu být upřímnější než něco přehrávat a vidět, že ostatní vidí, že je to nějaké znouze přehrávání.

Důležité je pro mě být viděn při tom sebeoběvovacím procesu. Potřeba vstřícného pozorovatele, který svým svědectvím napomáhá.

Mohu hledat svoje hranice v chráněném prostoru. Když bych to samé, co někdy zkouším na place, zkoušel dělat na ulici, tak je to na odvoz do Bohnic. Tím, že tam jsou ti vstřícní svědci, tak mě to umožňuje prozkoumávat i ty zážitky, postoje, figury... které by mohly být potenciálně trapné, shazující, diskreditující... Když si něco objevuju a je tam ta vstřícná pozornost, smích, tak mě to umožňuje ty nové věci i sám pro sebe lépe přijmout.

Zuzka: Co ti DJ dalo v průběhu let? (rozhovor se Slávkem 1.10.2013)

Slávek: Mě se vybavila situace u státnice, kdy jsem věděl, že kdybych neměl za

sebou ty pokusy dialogického jednání, tak že by mě tam bylo asi víc ouszko, než když jsem to měl **jako natrénovaný**. Že mi to není přirozený, bejt nějak vyprsenej před lidma a tam jsem do toho mohl tak jako nastoupit. Tam byli 4 lidi, školitelka, oponent – to jsem věděl, že tu práci četli, ale pak vedoucí komise a druhá učitelka – to jsem pochopil, že si možná přečetli nějaký závěr a že dělaj, že si to přečetli. Tak jsem si říkal, ježíš, tak čím já teďko zapůsobím? Tak jedine tím, že je nějak zaujmu tím výstupem. Protože jinak je to taškařice. Protože když oni to nečtou, tak co tam mají pak rozhodovat o mojí známce. No a věděl jsem, že ten vedoucí, kterého už jsem měl u bakalářky, že pak oceňoval, že jsem se jako nedal. Že vlastně nešlo ani o ten obsah, ale že to vystupování zaujalo. Tak jsem si říkal, že musím vsadit na to. Protože školitel navrhl nějakou známku, oponent navrhl nějakou známku a teď šlo vlastně o to zaměřit se na ty další dva, kteří měli rozhodovat. Tak jsem věděl... bylo mi v tom vlastně docela dobře.. že jsem věděl.. jo, tak kolikrát už jsem šel přes tu hranici, kdy jsem si říkal „Jéžíš, tak teď vystoupím před těma lidma a jaký to asi bude“ a teď takový ty nervy z toho. Ale jak už jsem to měl takový jako oběhaný, tak už jsem věděl, jo, já se tak postavím, mám tu prezentaci, chci mluvit nahlas, důrazně, položím se do toho hlasu. Věděl jsem, že to něco nějak dělá...

Zuzka: Jakože i v tu chvíli, jsi byl schopný si uvědomovat, jak na to oni reagujou?

Slávek: Jo jo. Viděl jsem, že tomu oponentovi to není až tak příjemný, že já jsem jako tak suverénní. On tam připomněl nějaký ty výtky a já jsem suverénně mu to.. byl jsem na to připravenej, tak jsem říkal, jo, ale tohle a takhle a tady tím jste mi vlastně nahrál na to, že já... A pak u jedné odpovědi jsem si byl vědom toho, že ta odpověď moje je trochu nelogická, ale tím průvalem slov, kterými jsem to podal, to asi nějak zapůsobilo, že jsem ty námitky nějak převálcoval. Pak minimálně předseda komise byl spokojenej a pak mi ještě gratuloval, jak jsem to tak hezky, přesvědčivě podal. Takže to byla pro mě modelová situace, kdy jsem věděl, že tady to (zkušenost z DJ) vytěžím maximálně.

Zuzka: Hm, to je vlastně způsob **prezentace**, nebo **sebe-prezentace**. Tam mi to taky hodně pomáhá. Vlastně mám pocit, že v týhle oblasti to snad ani nemůže nepomocť. (poznámka: později jsem si uvědomila, že tento přínos DJ je zřejmější u Introvertů – Slávek, já – kterým obecně není vystupování před druhými lidmi a

prezentování tolik vlastní a kteří se obecně mnohem hůře vyrovnávají s trémou z veřejného vystupování.) Promítá se ti to (zkušenost z DJ) i jinak? Já jsem třeba u sebe zjistila, že mě to vlastně i mění postoje, postoj vůči sobě, ale i postoj vůči mlžení, nepravdivosti. Víš, když se lidi za něco skrývají, tak že jsem schopná to daleko víc vidět, i u sebe. Dřív jsem ti toho vůbec nebyla vědoma, že jsem třeba hrála nějakou roli a přitom jsem neviděla, že si vlastně na něco hraju. Ale teď to i daleko líp čtu u ostatních a už mám větší možnost si vybrat, jestli chci přistoupit na tu hru, jo, budem to takhle hrát společensky, šudly mudly, ale nebo ne. Ale že už je to víc vědomý než dřív. Jestli se ti taky děje třeba něco jinak vůči ostatním lidem? Ale nechci ti podsouvat svoje odpovědi, jen mě napadá, kde se to děje mě.

Slávek: Ne, určitě. Říkáš ten rámeček, kde se to děje tobě a mě teď napadá, že taky se mi snadněji oslovují nějaký věci, který jsou trochu vošajstlich o nich mluvit, který v tom poli nějak visí, všichni se tak jako tváříme, že tím trpíme, ale nikdo na plnou hubu neřekne „Já tím trpím! Máte to taky tak?“. A já si to docela užívám, že někdy se k tomu odvažuji. Že mi to dělá dobře. Protože když se trefím do černýho, že v tom poli to tak nějak visí, tak přijde ta zpětná vazba jako smích, všem se uleví „jo, vždyť to taky takhle mám“. Zuzka: A konečně to někdo řekl, že jo? Slávek: No a **někdo se odvážil konečně to oslovit**, jako onálepkovat, jo, vždyť tím trpíme všichni. Teď mě zas napadá, jak jsem na lince důvěry, tak každé měsíce máte týmový supervize, kde probíráme různé věci a kde taky to je někdy jako... speciálně na ty poslední, jak máme novou vedoucí, tak ona je jiná osobnost, jinak to prostě vede. Ta předchozí byla víc tak jako bohémská, na těch supervizích jsme se víc smáli a bylo to takový uvolněnější. Tahle je víc taková preciznější, strukturovanější a víc toho stihne. A ona někdy tak jako „jo dobře, tak jdeme k dalšímu bodu, ať to všechno stihnem“. A někdy cítím, že vlastně trochu trpíme tím, že tam není ta sranda, aspoň na chvíli, a že vlastně někdy trochu jdeme proti ní, že to malinko sabotujeme a hahaha a odvádíme pozornost ještě víc k té srandě a ona, je vidět že si ještě víc trvá na svém. A my jsme jí oceňovali, jak to zvládá, že nás měli rušit a bylo tam plno karambolů a ona to zvládla. Tak to jsme jí oceňovali a já jsem tohle to pak okomentoval. Jsem říkal „Hele, já v těch supervizích, někdy jak to tak šviháš... vlastně mě je to taky příjemný, že toho tolik stihneme, ale někdy, když už je to

moc a není tam ta přestávka pro to uvolnění, tak já se přiznám, že já někdy klackovatím a ostatní „jojo, no jo“, že jsem cejtil, že ostatní to taky tak mají. Že se na sebe pak trochu ušklibáme, ona si to tak sype a my do toho dáváme ty šprťouchlata a ona z toho je pak malinko znejistěná a vypadá to trochu, jak kdyby sme jí to chtěli nějak kazit, ale vlastně jenom jde o to užít si ten druhý protipól, kterej by to uvolnil, užít si tu srandu a pak zas chceme taky pokračovat dál a vyřešit ty věci, který musíme vyřešit. Tak tam se mi daří přinášet občas tuhle tu jakoby držkatost. Že nikdo to nechce říct, ale všichni o tom víme, takže s tím přijdu a... Mě to i posledně řekla kolegyně – my pak máme ještě individuální supervize a já jsem jeden z těch vybraných supervizorů a tak jsem se kolegyně ptal, proč si mě vybrala. A ona říkala „**Ty tak jako si nebereš servítky a ty věci dokážeš tak pojmenovat...**“. Tak jsem si říkal, jo to vlastně tak nacvičuju v tom dialogickém. Tam taky někdy trpím a říkám si, co přijde a pak dojde k tomu, že já to můžu říct a můžu jít přes ty okolky a přes ty hranice. Že už tolikrát jsem si prošel tím trpěním a tím vykročením ven, že mi to pak jde nějak snadněji.

(A právě tuto Slávkovu schopnost, nebo odvalu, oceňuje a popisuje i jeho další kolega z výcviku, který jim byl natolik inspirován, že sám začal na DJ chodit. Olda na otázku, proč vlastně začal DJ dělat odpovídá: „Já jsem chodil se Slávkem do výcviku, a on DJ dělal, občas o něm mluvil a já jsem pak nějak viděl, že **se Slávek mění**. Ona už je to dávná doba, ale my máme něco podobného. Já třeba taky pochybuju, ale možná míň než on. Já jsem jinej temperament. V tom MBTI mi to vyšlo několikrát jinak. Já se vlastně pohybuju někde asi uprostřed, mezi tím introvertem a extrovertem. Ale takový to pochybování tam v určitý míře mám taky. A mě se líbilo, jak Slávek s tím, když byla nějaká situace, **dokáže vyjít**. A toho já jsem nebyl schopen. ...)

Zuzka: A myslíš, že je to víc o tom, že si toho víc všímáš? Že se na DJ ty antény k ostatním nějak víc natahujou, nebo je to víc o tom, že máš odvalu s tím jít ven? Slávek: Někdy to je tak, že vidím na těch ostatních, že tím taky nějak trpí, že o tom vědí, že si toho všímají, že to nejsem jenom já. Ale pak spíš asi je to o nějaký mý větší odvaze, nebo **vědomí si svobody, že to můžu oslovit**. Jo, že nemusím držet tu konformitu, v tom „tak to nějak přetrpíme, občas tam

šoupneme nějaký to šprťouchle, ale víc se s tím vlastně dělat nedá". Jo, že to jako okomentuju, i ten proces – no vždyť mi do toho takhle vstupujeme, protože tím nějak trpíme a proto pak děláme tu sabotáž – že to můžu z té svobody jako popsat a všechno se uvolní, uleví, i ty vedoucí se uleví, protože ona to taky nějak cítí, že se něco děje.

Zuzka: Mě k tomu napadá, že mě DJ vlastně vede k přebírání **vlastní zodpovědnosti** za věci. Že buď můžu snášet nějakou situaci, která je blbá, můžu v ní jenom frflát a nebo můžu něco udělat. V DJ je tohle jasný, že buď se v tom budeš patlat, nebo na sebe vezmeš ten risk, že to může i blbě dopadnout, že si třeba namydliš schody a pak se po nich svezeš, ale že ty můžeš změnit tu situaci, ty jsi ten hybatel něčeho. Že se tím možná učíš být zodpovědnější a trošku i jít s kůží na trh.

Slávek: Jo jo, jako mě to baví takhle se trefit do toho, co prostě v tom poli té skupiny smrdí. A možná ještě ti lidi nemají tu nálepku na to, co to tam vlastně smrdí, nedokážou říct, tady smrdí tohle téma.. tak mě hrozně baví tohle to přinést. A jak to udělá jinou atmosféru, jak to povolí a „Jó, konečně, může se o tom mluvit, může se to říct!“

Zuzka: A jak to máš při dvojičkách? Děje se pro tebe něco jinak při single DJ a při dvojičkách?

Slávek: Co jsem si všiml, tak že mě ty dvojičky vždycky jako nakopávali k nějaký energii. Že když jsem tam byl sám (na place), tak jsem se někdy k energii nemohl dostat a bylo to víc v hlavě a „Jako co?“ a někdy to nešlo. Když to ta dvojice, to jsem jakoby okamžitě chytil jinej tonus, byl jsem takovej provokovanej, provokativní, lákalo mě to provokovat a prostě jak kdybych dostal nějakou injekci adrenalinu, že mě to hrozně aktivovalo. Ale pak jsem si říkal, že někdy jsem byl až drsnej, že jsem si užíval nějakýho hulvátství. A pak ta dvojice skončila a já jsem si říkal „Ježíš, nepřehnal jsem to?“ tak jsem si říkal, jestli bych se jako neměl víc krotit. A pak postupem času, když jsem zkoušel i čelem k vám, došlo i k nějakýmu zjemnění a i k zjemnění v těch dvojičkách. Už to nebylo takový hurónský, nebylo to o tom naprat tam tu energii a tu provokaci, ale že jsem možná mohl bejt tak jako víc v klidu a víc vnímat ty nuance toho, co se tam

děje, být v klidu, i když to možná nebude jako show, že už mě to neděsilo. Tak tohle mě k tomu napadá jako nějaká změna.

Slávek: Pro mě byla Lenka hodně zásadní, že mě naučila jít čelem. To byla pro mě docela zásadní změna. Potom co proběhlo něco jako ocitnutí se v nějakým vodopádu, nebo v něčem, kde jsem totálně byl jako v nějaký vlně, kdy jsem nevěděl, kde jsem nahoře nebo dole, tak naopak jsem se v tom zklidnil a zjistil jsem „Ty jo, vždyť já jsem se celou dobu toho bál, furt jsem utíkal někam ke zdi a teď zjišťuju, **že to není taková hrůza, ta realita, že mnohem hroznější bylo trpět v tom útěku.** Tak to byla velká úleva. A dalo mi to prostor. Já teď ti to můžu jako dávkovat, na kolik přijdu blíž, je to mnohem jemnější štelování toho knoflíku intenzity. Jo, když ještě mi to nic moc nedává, jdu o krok blíž a teď už cejtím, že jo, adrenalin teče, ale není to ještě tak moc, aby mě to zahltilo a já v tom jemným průtoku toho adrenalinu jsem zároveň energetizovanej a zároveň můžu ale zkoumat ty věci, jako „jo, teď se děje tohle, teď jsem neupřímnej“, můžu to klidně ale říct. Nepotřebuju odcházet s tím, že se stala show, protože mě teď v klidu zajímá to zkoumání. A to je pro mě tak podstatný, že to že se nesmějou... dobře, bude to jako propadák, ale já si odnesu ty vhledy, to co se mezitím stalo. A jak to vidím, tak to je pro mě něco tak novýho a tak zajímavýho, co objevuju a co si pak můžu dál vzít a pracovat s ním v tom mimo dialogický, že pro mě už pak není průser to, že se lidi nesmějou. Je to ta jemnější regulace toho plynu.

A Slávek má další historku – mluvit v kruhu na vycviku, když na něj přijde rada – je odvažnejsi a dela to po svém, aby se v tom dobře cítil a **inspiruje tím ostatní.**

„Slávek: I s klientama na lince... když volaj už opakovaně a my už jsme jim několikrát řekli, co můžou dělat a kam si můžou zavolat a oni znovu volaj a pak zjistíme, že oni si tím vlastně říkaj o to litování a o tu pozornost, ale vlastně to nechtějí zlepšit, nechtějí nic měnit. A tak když se to děje po několikátý, tak už třeba jdu do tý konfrontace a už to oslovím a řeknu, že asi to nepomáhá. **Když já se v tom necítím dobře,** když vím, že už tady něco smrdí, tak že **je možný to nějak říct.**

Kapitola 1.3 DJ - TOMÁŠ P.

První reflexe - 18.5. 2004

Šílenství! Nedokážu se vyrovnat s tím, jestli jsem v tom dobřej nebo špatnej (mám na mysli v d.j., ne v šílenství). Dneska jsem měl pocit, že jsem byl dobřej a hned jsem strašně nafoukanej. Představuju si, jak jsem slavný dialogický jednač. Pomóc! Asi bych chtěl bejt slavnej. Dobrej. Takový ty věci. Kdy už mě to opustí? Hned si představuju, jak jsem mistr světa. Kéž už by zase přišla depka! V tý je aspoň nějaká jistota. Když si představuju, že jsem slavnej, tak mi ostatní připadají hrozně méněcenný. Dívám se na ně shůry. Skrz prsty. Je mi jich líto. Takže asi v tu chvíli nechápu, že jim je to ve skutečnosti úplně ukradený a že jsem strašně nafoukanej. A žebrám o jejich pozornost. A oni mi milostivě - nebo spíš z nezájmu, je jim to fakt jedno! - nechají pocit, že jsem strašně slavnej. A já nejsem slavnej, jsem sám.

Osobně u Toma moc oceňuju, a snad mu i trochu závidím, že si dokáže nebrat servítky, nedělá okolký (na rozdíl ode mne, ale i mnoha ostatních) a jeho upřímnost (hlavně sama k sobě) je velmi osvěžující. To, zda v tom DJ jsme dobří nebo špatní a snahu být dobří, řešíme (minimálně) ze začátku všichni. Ale takhle syrově a trefně to dokáže pojmenovat jen málokdo.

Vždycky když někdo skončí na place d.j., rozjede se mi v hlavě strašnej vlak představ, co bych udělal na jeho místě dál, od nějaký zajímavý chvíle, nebo prostě z něčeho, co mě zaujme a pak chvíli vůbec nejsem schopnej poslouchat hodnocení. Po chvíli si všimnu, že padlo něco zajímavýho, ale už nevím souvislost, protože jsem začátek neposlouchal (přejel mě totiž ten vlak). A pak se snažím chytit nit, nejde to a vlak frčí dál. Dneska jsem se s tím snažil bojovat a všechno poslouchat. Občas se to dařilo.

Základní poznatky: Míša: "nedokážeš se tam vydržet" - ale to bylo hodnocení mojeho d.j., to je snadný poslouchat. Nakonec říkal pan Vyskočil, že bez diváků nenastane zkušenost. Že se to neodehraje v realitě, takže zkušenost není. To je neskutečnej objev. Teda pro mě. **Když přemýšlím jen tak v hlavě, nezískávám zkušenost.** Co kdybych to někomu říkal? Bylo by např. možné, aby se někdo stal zkušeným milencem tak, že někomu vypráví své představy o sexu, poslouchá se a o tom co říká uvažuje před někým nahlas? Aniž by kdy zakusil opravdový sex? Bylo? To vrhá úplně nové světlo na celibát před svatbou. A vlastně i po svatbě! Ale ne. Dejme tomu, že zkušenost by měla být zúročena. Oddávali se snad dívky, které trávily mládí až do svatby v klášteře náruživým hovorům o sexu? Monologům, kdy jedna mluvila a ostatní jen poslouchaly? Nebo si jen psaly erotické deníky? Že by Markýz deSadé zemřel nepoznaje sexu s druhou osobou? To mi musíte vysvětlit, pane profesore!

Tak proto si má první přítelkyně psala deník. Teda, nemyslel jsem to teď kvůli sexu, ale - hanba mi! - možná i to. Přemýšlela tím. Dokonce to i říkala, že si píše svoje úvahy, aby se jí vyjasnilo. Chytil jsem to od ní - ten deník. Ale místo abych nad tím,co píšu, v klidu přemýšlel, vždycky jsem jen hrnul automatický text. Bože! Kolik? 6, 7 let automatického textu? Naštěstí to byl vždycky jen občasník,ten deník,ten jednou za tejdén nebo třeba i měsíčník,ze kterého teď přepisuju tuhle reflexi, při který dostal novej smysl. Čau deníku! Rád Tě konečně poznávám!

.....bez diváků nenastane zkušenost. Že se to neodehraje v realitě, takže zkušenost není. To je neskutečnej objev. Teda pro mě. Když přemýšlím jen tak v hlavě, nezískávám zkušenost.

Ano, tohle slyšíme často, ale většinou nám to dojde až po mnoha letech. Tomovi to „seplo“ velmi brzo a hned to, po svém, propojuje se životem.

Druhá reflexe - 29. března 2005

Dobrý den!

Píši vám, zrcadlo, reflexi. Vlastně, nevím, pro koho to píšu, ani jestli to někdo bude číst. Že bych psal jako jen pro sebe? „Jako“ – to nanejvýš. Taková veřejná samota na papíře. Fajn.

Posledně – po prvním kole jsem měl pocit, že jsem to nějak všechno zvorál. Pak jsem se díval na Mílu, jak jedná coby Waldemar Matuška a Eva Pilarová a dostal jsem pocit, **že jde hlavně o to mít odvahu pustit se do věcí, který jsou dost možná hovadiny**. A to já nemám. Vlastně to úplně cejtim jako maximální bariéru, jako příkop, propast, sklo, něco, co prostě nedokážu překonat. Mám pocit – a to i v životě, že kdybych dělal to, co mě zrovna napadne nebo to, co se mi prostě chce, bylo by to určitě nějak hrozně nenapravitelně špatně a přivedlo by mě to do obecného opovržení, zavržení, vyvržení a kdoví jakého vržení ještě. Teď když to píšu, tak mi to připadá směšný. Ale až sundám ruce z klávesnice, tak mě smích přejde.

Tohle téma, odvaha pustit se do věcí, je takový Tomášův evergreen, ale mění se jeho postoj.

Vlastně tohle se mi děje v d.j. od začátku: provozuju si tam nějakou svojí terapii. Někdy se to přikloní spíš k blbnutí, ale ten samoterapeutický rozměr se tam celkem spolehlivě vrací zas a zas.

Minule jsem si všimnul, jak moc mě ovlivňuje to, po kom jdu na plac. Nejlíp se jde po někom, komu se vedla snaha, ale nebyl moc oslňující. Když mám jít po někom, kdo tam byl takovej bez energie a nijakej, tak se mi do toho moc nechce a když je přede mnou někdo, kdo mi připadá, že byl úžasnej, tak mám zas pocit, že ho stejně nemůžu překonat a že i snaha o to by byla naprosto trapná. Zase na druhou stranu, **bejt trapnej před lidma je docela zážitek**, ale na to je potřeba přesně ta odvaha, o který jsem psal na začátku.

leze na nervy a hraní před lidma a s lidma je vážně odměna za čas protrpěný v osamocené introspekci s nástrojem na krku, ale d.j., to mě vždycky baví! Protože jsem exhibicionista! No prostě, tohle je takovej zvláštní případ, kdy **odměnou za něco příjemného je něco ještě stokrát příjemnějšího**. Neměli bychom ten dvojboj pořádat moc často. Aby mi to nezevšednělo. Myslím, že je to něco jako extáze, ta v pilulkách. Jednou za dva, tři, čtyři, pět let fajn, ale jinak už to zevšední a to by byla škoda. A navíc, co kdyby to bylo návykové? Já vim, že extáze neni, no, teda, návykový může bejt všechno, ale... Ale vlastně přesně takový to bylo. Byla to taková extáze. ŠmarjáJosefcotomelu.

Velmi souzním a souhlasím. Když se člověk potká sám se sebou (to je má osobní interpretace), je to tak krásný!! A další poznatek, že i když se člověk na DJ bojí, nebo se mu nechce, že ho to vlastně vždycky baví. A odměna za něco příjemného – nádherný a opět velmi výstižný popis pocitů, které nám DJ přináší.

Sedmá reflexe

Ahoj Staníku!

Jsem zaraženej jak prd, nemůžu nic psát, i když bych to nějak jako potřeboval, tak to prostě napíšu reflexi na d.j., jak jsem sliboval (a až klicknu na „poslat“ tak nechyboval :) . Oukej. Takže vlastně já poslední dobou bral d.j. jako terapii. Ten den, kdy jsem na place jen řval, s plna hrdla, s větrem o závod, sem si uvědomil, že to dialogický mě na tom vlastně nezajímá. Že chci jen bejt. **Bejt před lidma takovej, jakej jsem**. A je to nějaký těžký. Mám pocit, že musím publikum pobavit a když si na něčem ulítnu nebo se zavřu do sebe, cítím ten mrtvej nezájem z krajiny židlí nebo takový to chladný „..., ..., ...“, nic, nic, nic! A já bych tolik chtěl, abych moh bejt bezstarostně sebou sám a zároveň vim, že bych tolik chtěl, aby ze mě byli všicí nadčený a říkali si: „To vole!“, „To je frajer!“, „To je úplnej majštrherec!“, „Toho

miluju!" (tenhle výkřik jen pro dívky:) , „Nic tak dobrýho jsem nikdy neviděl!", „Tady máš smlouvu! Ano! Filmovou, divadelní, nahrávací smlouvu do okamžitého&věčného ráje **sebepřijetí&sebelásky!** Yes, bejby! We can give you all that! But we fuckin' ain't givin'!" Takže takhle nějak to na tom plácku mám. Boj o totál všechno a zároveň obrovská touha po svobodě jen tak bejt. Jen tak! Ten den kdy sem tam řval, byl pro mě důležitěj. Bylo to přesně to, co jsem v tu chvíli potřeboval a věděl jsem to i poté, co Standa (jo, ty! :) měl za to, že to byl spíš nepovedenej pokus vyprovokovat se k dialogu. Nebyl! Potřeboval jsem vykřičet, vyhodit, zbavit se pár (tun) emocí a pomohlo to. Dík.

V určitou chvíli si díky DJ většina z nás začne uvědomovat, že abychom mohli být před ostatníma takoví, jací jsme, musíme se přijmou, ano, sami sebe přijmou, takoví, jací jsme. O sobepřijetí více na konci této kapitoly – v přepisu rozhovoru o DJ, který se na podnět Standy uskutečnil v létě 2012.

Mohu-li psát dál, což činím, posledních pár dní sem přišel na to, že potřebuju nějaký **hřiště** s dětma jako já. Nějak sem nestih dost zaobjevovat a potřebuju to. Teď. A to hřiště by mohlo bejt d.j. Jako: pokusím se, aby mi tak posloužilo. Hnusný slovo, „posloužilo"! Zní jako „podržela“, ale to je ještě hnusnější a to nechci. Ale „d.j., posloužilo“ a ještě k tomu „mi“, tak to chci! Tak jo! Děkuju za to, že můžu chodit na d.j. ač nejso (hopsa hejsa gramatika) studentem DAMU a taky děkuju všem dýdžejům, které navštěvuji, tj. Standovi, Vlastě a Petrovi za to, že mi věnují svůj čas&energii.

Jo, hm, oukej, ámen, óm, go go bejbi go, ou jé, bla bla bla, bang bang bang, šlus!

Ámen bylo z toho nejlepší, ale ještě lepší je z Pána Velryb, i když nevím, co to znamená: Haumi e, Hui e, Taiki e!

Aleluja!

To se taky dá.

A fuck!

A kurvadopiči!!!!!!

Končím. Dnes je 2.7.2007. Takto psal, hladil papír i klofal do kýbordu Tomáš.

Ano, Tomáš si potřeboval hrát i v reflexi. A hrát si asi potřebujeme občas všichni, protože to, že si na DJ můžeme hrát nebo jen tak zkusit, oceňuje opět většina zkoušejících.

Osmá reflexe - 18.12.2007

Tak já zkusím zreflektovat poslední období d.j., asi tak letošní podzim. Hmm. Mám pocit, že mě Standa pořád jen chválil. Jako že mi to jde. Za sebe mám pocit, že největší změna pro mě přišla někdy možná už dřív, když jsem se na place **na sebe přestal vztekat a nadávat si a začal jsem to nějak přijímat**. Za tím účelem se mi samovolně stvořila moje teď domácí figura (největší opora mého dýdžejského týmu) Pan Konejšivý, Chlácholivý, lehce sjetý, na kterém mě vlastně vadí jen to, že mluví jaksí nepřesvědčivě a uměle, i když ho to zjevně baví!!!! Ale tak co. Hlavně, že ho to baví.

Takhle se reflektuje sebezpřijetí.

Připadá mi zvláštní, jak jsem na place pořád ještě v takovym jako transu, že nevím, co se se mnou děje. Většinou nemám vůbec pocit toho, že by se tam něco událo v tu kterou chvíli. Všechno je to tak trochu nanicovatý, trochu, jako by se autu točily kola, ale byly při tom nad zemí a nezabíraly. Hmm, teď mě ale napadá, že to bude možná jen to, že si potřebuju přiznat, že to, co se děje, je to vopravdový, ať je to jakýkoli a že **prožitek se prohloubí přijetím**, abych to tak shrnul třemi slovy začínajícími na "p".

Reflexe reflexí - 18.12.2007

Právě jsem si přečetl několik svých reflexí d.j. od jara 2004 až po čerstvě napsanou prosincovou 2007. Pamatuji si, že v té úplně první jsem řešil, komu, že to vlastně píšu a jestli to někdo bude číst. Tohle jsem pak řešil více méně ve všech reflexích až do loňské zimy. A pokud ne, jestli někdo bude číst reflexi, tak jestli na place jedním pro sebe nebo pro ostatní. Tato otázka mě vždy velmi trápila!!! Jestli někomu stojím za všimnutí a jestli lidem nelezu moc do prdele, jestli mám vůbec vlastní vůli a chtění!

Z reflexí se zdá, že poslední dobou už mě to tolik netrápí. Vlastně i dneska (bylo Standovo 3-hodinové d.j. mimochodem, není nic lepšího, než 3-hodinové d.j.!!! Je to pohoda. Nemusím spěchat. Proběhnou 4 kola a stihne se i přestávka na kafe. Doporučuji!!!)... kde jsem to byl? Vlastně i dneska jsem si všim, že publikum hodně vnímám, že je mi dobře, když se smějí a mám pocit, že je nějak mrtvo když publikum zmlkne, ale k čemu by tam byli, kdybych si jich nevšímal?? Jsem rád, že už mě to netrápí.

Další věc, která se táhne všemi mými (mimimimi) reflexemi je můj vztek sám na sebe a jsem rád, že můžu napsat, že to už je taky pryč.

Další věc: VÝKON!!!! Tomu jsem věnoval velkou část reflexe na jaře 2004 a vlastně mě to drží dodnes, ačkoliv míň. Pořád nějak nejasně cítím, že bych měl být na place nějak úspěšný a myslím, že kritériem je částečně Standovo hodnocení a částečně můj pocit. Ale jaký pocit? že se něco dělo a já jsem to věděl/viděl, a já jsem byl u toho! že jsem si všimnul! A taky bych moc rád cítil, že jsem se odvážil. Hmmm (doplňuje trochu posmutnělý Tomáš), a taky to, že se lidi smáli. Takže vida. Vztah s publikem mi stále trochu leží na srdci!

Jaro 2005. Řeším si vztah se skupinou na d.j. To se ostatně pak táhne dál. Až do dneška. Vždycky mě znejistovalo, když byli na d.j. noví lidi. Měl jsem pocit, že s nima musím soupeřit, že mě zbaví mé **pozice ve smečce** (co to meleš, Tomáši?! - Jo, je to tak, tak jsem to prostě cítil!!) a tak. Prostě nejistota. Jsem rád, že si to uvědomuju a jsem rád, když je **skupina bezpečná**. Nicméně snad už mám trochu sebejistoty na to, abych pár nových pardů skousnul! (Kurva, já dneska nějak srším optimizmem...)

Skupina je stěžejní pro každého, kdo je DJ opravdu zabývá. Všichni ji v nějakém bodě zmiňujeme. Tomáš, stejně jako většina z ostatních „jednačů“, které jsem požádala o reflexe, o rozhovory a o jejich zamyšlení nad přínosem DJ, chodí ke Standovi už hodně let a patří „k jádru skupiny“. Všichni, kdo jsou na tom stejně, častokrát mluvíme i píšeme o tom, jak je pro nás tato skupina podstatná pro její relativní stálost a opravdovou vstřícnost a zapálení pro věc – tedy DJ. V rozhovoru s Oldou, který se do této skupiny přidal relativně nedávno (cca 3 roky) je však zajímavý postřeh, toho, jak to pro něj bylo těžké a až nepříjemné, přidat se někam, kde se všichni znají. K tomu více v podkapitole Olda. Jen mě zaujalo, jak přesně popisuje Tomáš naopak pocit, když se ke skupině přidá někdo nový.

Jo, ještě jsem zapomněl! další věc, které jsem si v reflexi z jara 2005 všimnul, bylo to, že d.j. beru pro sebe jako **terapii**. Tak je to více méně dodnes. Akorát že si vzpomínám, že jsem měl pocit, že to může fungovat tak, že se na d.j. budu přiznávat k nějakým svým věcem nebo si od něčeho ulevovat, ale teď mám spíš pocit, že to funguje třeba tak, že si **začínám bejt sebou jistější mezi lidma a víc lidem věřím**. Loňský prosinec - z reflexe to vypadá, že právě v té době jsem si hodně řešil sebepřijetí. Už jsem v tom dál!!! Ťuk ťuk na dřevo!!!

No, a před prázdninami si akorát vzpomínám, že jsem se vracel k tomu terapeutickému rozměru d.j. a k tomu, že jedno d.j.

jsem onehdá vypořeloval na to, že jsem se prostě vyřval z nějakých hroznejch pocitů. Tenkrát jsem měl pocit, že to bylo úplně mimo d.j., že to tam vlastně nepatřilo, že jsem ze sebe jen něco shodil, ale teď si myslím, že to tam vlastně patřilo, i když se to v ten den nikam nezařadilo a nebylo to s ničím ve vztahu. Dneska jsem tam hulákal podezřele podobně jako tenkrát, ale už to byla reakce na něco, co proběhlo v rámci d.j. Takže věci asi mají svůj smysl, jen mi zatím nemusí být znám!!!!

Reflexe reflexí 2008-2012

Přečetl jsem si svoje reflexe od roku 2008 do té poslední z května 2012. A ještě před tím jsem si přečetl svoji úplně první reflexi ze kdy? Z 18. května 2004! A pak ještě něco z roku 2005. Dneska je 14. listopadu 2012. Mno.

Zaprvé: Už v březnu 2005 řeším v reflexi to samé, co na d.j. řeším dodnes: "*odvahu pustit se do věcí, který jsou dost možná hovadiny*" (29.3.2005). Tohle je pro mě na d.j. to úplně **nejzásadnější téma od začátku až dodnes**. Mám strach zkoušet věci, polohy figury, promluvy, postoje, ve kterých bych riskoval trapnost, ve kterých bych se odkrýval. Přitom vím, že tím neriskuji vůbec nic (vida, dnes jsem spisovný!), maximálně to, že se ztrapním, a to navíc už z pozorování druhých na place dobře vím, že ztrapnit se je to nejlepší, co se tam může stát. Je to ta nejlepší investice do d.j., která vůbec může být. Pokud to ovšem člověk ustojí a já mám strach, že bych to neustál. Že i kdybych se do toho čehokoli vrhnul po hlavě (po přečtení vlastních reflexí mě napadá například onen šansoniér, který navazuje hosty šantánu slovy "Dnes večer..." a je to sice šansoniér se vším všudy, ale rozhodně neumí zpívat šansony a nejspíš ani cokoli jiného, protože jsem to já), pak to stejně neustojím, že prostě nevydržím v té neskutečně trapné situaci zůstat s vědomím, že je to hrozně trapné, ale že to je na tom zároveň to skvělý. No, a vlastně k tomu **zůstávání v trapnosti** jsem se za těch 8 let d.j. ještě ani neprokousal. Ještě jsem se ani nedostal k tomu, abych se do toho vrhnul.

Tuhle překážku bych rád překonal a buď to musím udělat jinde a nebo na d.j. nějak jinak, protože tímhle tempem bych se toho nedožil a to by mi bylo líto - jsem zvědavěj, jaký to je! Pořádněj skok do trapnosti se povedl včera (13.11.2012) Vladimírovi, když asi 10 minut na place bolestivě filozofoval o tom, proč na to d.j. lidi vlastně choděj, aby si nakonec přiznal, že on tam chodí proto, aby se dokázal líp pohádat s manželkou. To bylo tak fantasticky trapný! Chtěl jsem, aby tam pak ještě chvíli zůstal a povařil se v tom. Pro něj by to bylo sice asi hrozný, ale kdyby to ustál, musel by **odejít z placu očištěn** jako Kristus po zmrtvýchvstání.

Další věc, co jsem si všimnul, že se táhne mejma reflexema od prvopočátku až dodnes je to, že si pořád připomínám, že d.j. je pro mě **terapie**. Poslední dobou mám pocit (zmiňovaný v reflexích), že je to pro mě prostě podpůrná skupina, kde se můžu postavit před lidi, nepředvést absolutně žádný výkon a přesto mít pocit, že mě mají rádi a jsou rádi, že mě vidí. Chce a zároveň nechce se mi dodat: "Příjemné, byť ubohé."

Tento terapeutický rozměr má ovšem háček v tom, že když mám pocit, že se mi na place nedaří, zdá se mi, že mě nikdo rád nemá. To je tak směšný! Vlastně to, že se mi na place nedaří, znamená, že podám ještě horší výkon, než žádný. (A záporný výkon v mých představách evidentně je, když něco poseru).

Pak tu máme další červenou niť v reflexích a to, že často píšu, jak nemám rád **teoretizování** a jak věci radši dělám a že přílišné rozebírání něčeho vlastně skutečnému děláni té věci brání. Tohle zná, myslím, úplně každý v akutní podobě z placu: Když se rozjede hlava, už nejde jednat. Mě se zdá, že tohle nebezpečí navíc číhá i v chroničtější podobě, že prostě když se někdo něčemu začně věnovat hodně teoreticky, praxe mu uteče, ani si toho nevšimne. Nechci aby se mi tohle dělo. A nejspíš o tom tak často píšu proto, že se mi to děje. A myslím, že u mě to probíhá právě kolem toho strachu. Furt řeším, z čeho mám strach, jak se toho trapna bojím, jak to zároveň chci, atd., místo, abych se do toho vrhnul.

Další věc, která přímo navazuje na předchozí odstavec ale nejen na něj, je, že píšu často o tom, jak to, co dělám, nebo spíš to, **co se mi děje na d.j., souvisí s mým životem mimo ty 3 hodiny obtýden v úterý dopoledne**. Jsem prostě srab.

K souvislosti se životem není co dodat. Vnímáme ji všichni.

Reflexe 12.3.2012

Píšu reflexi tužkou na papír, protože mám hlad!

Dneska na konci jsme říkali poznámky Honzovi k jeho pokusu zůstat na place, i když se nic neděje, a k jeho úvahám, co by se stalo, kdyby na place zůstal do večera nebo do konce života. Zuzana mu řekla, že když neinvestuje, nic z toho nebude. Pak začala mluvit Marcela a mluvila strašně dlouho a intelektuálně.

(přinesli mi chleba a pomazánku) Já mám takovej hlad! *(dojeda jsem)* Tak! Lepší. Marcela: „Mě to připomnělo přesně, jak říkal pan Vyskočil, když mluvil k začátečníkům, když ještě vedl začátečníky, a je to hodně podobné tomu, co píše Henten Onen, a to mě připadá třeba hrozně zajímavý.“

No, mě taky přišla hrozně zajímavá, tahleta promluva. Tak jsem se k tomu pokusil říct něco sám, jasně a srozumitelně a řekl jsem: „Mě to připomnělo takovou tu zvědavost, co se stane, když tam budeš strašně dlouho, i když se nic neděje a budeš čekat, co se teda stane, když tam budeš fakt dlouho.“ Jo. Eště furt mám hlad! Až se najím, rozeberu to.

Tak skončil můj zápis z pizzerie, kam jsem se šel najíst 14.2. 2012 po dialogickém jednání, tedy před 27 dny. Myslím, že jsem tím chtěl říct dvě věci. Za první to, že se mi zdálo, že se Marcela do svého komentáře zapletla dost podobně, jako se občas zaplétám já do svých duševních pochodů na place při d.j. A za druhé to, že znám z placu i něco, co dost možná zažíval Honza, když čekal, co se stane, když se nic nestane. Ten můj zážitek vypadá tak, že tam stojím a říkám si (jen v duchu, samozřejmě): „Nebudu nic dělat a ono něco přijde samo. Ne! Nezvedej tu ruku! Počkej, až to přijde samo. Ne! Neříkej nic! Počkej, až to přijde samo.“ Vlastně čekám, až se stane něco úžasného, něco neuvěřitelného a nečekaného, ne jen prostě to, že třeba zvednu ruku nebo něco řeknu. To je

přece tak mondénní, taková nuda! Já chci něco fantastického, co mě ohromí, překvapí, přesvědčí, že jsem úžasný, protože skrze mě přišlo do světa něco neuvěřitelného. Něco, co neumím ani popsat a nemám vůbec tušení, co by to mohlo být, ale o to víc jsem na to zvědavý a to víc bych to strašně chtěl! I teď po tom najednou strašně toužím! Co je to, to ono? Co je to fantastické něco, které přijde, až teprve když nepřijde vůbec nic jiného? Co se stane, když se nestane nic? Nic. Přesně to a nic víc. Je to totiž vlastně strašná zmlsanost. Jazýček, kterému nic není dost dobré!

Mám pocit, že ta investice, o které mluvila Zuzana, je u mě v tom, že jsem ochotný něčemu věřit, přijmout to, jako že „tohle je to ono“ a pozorovat to, což znamená nechat to žít a zároveň to tak nějak opatrovat, nezahodit to hned ve prospěch něčeho jiného. Zároveň ale musím zůstat otevřený tomu, že se skutečně něco jiného stane – to je přeci ta odpověď! Ale vlastně nemusím. Mám tak nějak dojem, že když se mi podaří už jednou něčemu věřit a jít s tím a dát tomu důvěru a pozornost, ona ta jiná věc vyskočí dostatečně silně sama, až bude čas. I tomu potřebuju věřit, **že si prostě nemusím dělat hlavu z toho, jestli přijde nějaká odpověď nebo nepřijde. Ona prostě přijde, když to, co se děje, je dost silné, tedy dost nasycené mojí pozorností a důvěrou.**

Hmmm. Teď jsem vlastně popsal, **jak mi funguje dialogické jednání**, když funguje. Prostě to chce věřit tomu, co se začne dít, nesnažit se hledat nic jiného, nepochybovat o tom a když něco jiného přeci jen upoutá mou pozornost, věnovat se tomu se stejnou zvědavostí a péčí, jako tomu prvnímu. Z toho, když to takhle popisují slovy, mi logicky vyplývá věc, kterou tak nějak cítím i na place a to je potřeba **naladit ten práh pozornosti**, tu hranici, kdy se ještě všímat nebudu a kdy už to přijmu jako tu novou věc. Jinými slovy: abych mohl u něčeho zůstat, musím ignorovat vnější podněty, které mi přicházejí, pokud nejsou dost silné na to, aby byly nosné nebo hodnotné jako reakce a ten nový stav nebo tělové napětí, kterému se chci věnovat. Ale když to takhle popíšu, tak hned vidím, že je to úplná blbost! Je to úplně jinak, Tomáši. Když se jednou do něčeho pustíš a zajímá tě to, tak si prostě automaticky všimneš jen věcí, které stojí za to, aby tvoji pozornost odpoutali, takže žádnou hranici ladit nemusíš. Možná jde

spíš o to, že se do těch různých podnětů nebo tělových napětí dá pustit různý objem **energie**, jako různý proud do hasičské hadice (vody!!!) nebo různý proud do žárovky (elektriky) a podle toho pak různě vypadá i výsledek. Ale mám dojem, že nejde pustit jakákoli energie do jakékoli figury, protože některé figury jsou prostě energeticky náročnější než jiné. Depkař je energeticky velmi nenáročný (skromný to pán!), Freddie Mercury by naopak vyžadoval nejmíň 220V.

Vyladování energie, nebo napětí a hledání nebo jen zkoumání míry naší investice nebo angažování se je opět přítomno skoro u všech a zase velmi souzní s tím, co si z DJ přenášíme do života mimo plac. Více k tomuto tématu v rozhovoru s Oldou.

V tomhle ohledu by mě zajímalo, kolik energie potřebuje takový ten pán, kterej se mi udělal v těle (nechutný sexuální dvojsmysl!) před pár lety. Projevoval se tak, že jsem měl pocit, že stojím na pódiu menšího potemnělého šantánu, kabaretu nebo možná turistického jazzklubu, vypadám jako Láďa Kerndl, za klopou saka mám červený karafiát (nebo nějakou jinou kytku, moc se v nich nevyznám) a začínám své vystoupení slovy „Dnes večer...“ a v tom dnes večer je příslib věcí tak úchvatných, že dál už vůbec nic říkat nemusím, dokonce nemohu, protože jakkoli bych ty věci, které se chystají, přiblížil, divákům (kteří v tom klubu samozřejmě jsou!) i mě už by nepřipadaly tak úžasné, tajemné a vábivé. Mno. Energeticky na tomhle pánovi bylo divné to, že vlastně nic nedělal a byl docela uvolněnej, ale přesto mě stál hodně šťávy. Když to takhle píšu, myslím, že to bylo proto, že jsem se styděl takovouhle postavu rozehrávat, protože by to nevyhnutelně vedlo k něčemu šíleně kýčově přeslazenému. Tak, konec záhady pána „Dnes večer...“.

To jsem se ale rozkecal! Možná, že to byly tak trochu ty opovrženíhodné asociace a jejich řada! Ale co. Aspoň jsem odhalil tajemství pána s růží (já jsem říkal, že to možná nebyl karafiát) v klopě a zjistil jsem, že se vůbec nemusím srát s tím, jakou nastavím hranici pozornosti, protože to nejspíš funguje automaticky. Úplně stačí věřit. D.j. Akbar!

Přikládám ještě záznam Tomášova zamyšlení nad vývojem jeho DJ.

Tomáš: Já tu vidím jednu věc, která je naopak se mnou od začátku do konce, která je takovej jako lajtmotiv můj, je to ten pocit, že vlastně mi tam roste ten strach se do něčeho pustit a fakt se tam bez obav vrhnout do toho, co mě napadne a že vlastně zkoumám, co je to, co mě brzdí, jestli to, že to bude trapný nebo tak a vždycky je to zkoumání různých pohledů na tu věc a co se tam mění? Ty jo, co se tam mění?

Mění se tam to, že si z toho čím dál míň dělám hlavu, v podstatě, no! Ze začátku jsem to příšerně řešil a vlastně teď řeším furt to samý, ale už mi to spíš přijde vtipný, no. A čím dál víc si uvědomuju, jak je to dialogický jednání pro mě přínosný. Jako, jako... no, **je to pro mě přínosná věc.**

DJ Akbar!

Kapitola 1.4 DJ – Olda

První semestr: 13.10.2008, Michal Čunderle

Aby nebušilo srdce, tak chůze pomáhá. Ruce nevědí, co dělat. Jsou navíc najednou tak bezbranné. Jak je zaměstnat, když jsou tak nervózní. Publikum vnímám jako energetický celek, neboť se na ně nedívám. Všímám si, že poznám u druhých, kdy jsou v „hlavě“ a kdy v „těle“, kdy přehrávají a kdy si opravdu „hrají“ (zkušenosti z focusingu a výcviku v Satiterapii). Vnímám ty rozdíly i u sebe. Pozoruji to a snažím se na to dívat a mluvit k tomu, poznávat to.

20.10.2008, Michal

Co s rukama, stále aktuální téma. Ale co to?, díky povídání si k sobě nacházím svůj hlas. Zesílením ho začínám pořádně vnímat a....jsem tady! Reflektuji větší klid těla a mysli. Před **obecenstvem je to hodně vzrušující, to poznávání sebe před ním.** Mám z toho radost.

27.10.2008, Jan Zich

Jen co se zvednu ze židle, všimnu si rukou, kam sahají, po čem sahají. Pak se ruce uklidnily a oči tikají po tématu. Čáry na parketách, od posouvání piána, přilákaly mou pozornost. Uvědomuji si, že mám tendenci je posuzovat, nebo toho, kdo ty čáry způsobil. **A tady jsou zřejmě moje posuzovací potřeby.** Nevydržím u toho - znám to. Jdu od toho pryč (k Jeníkově škodě☹). Před publikem se již cítím jistější. Je to stále jemně vzrušující tu být se sebou před nimi, být tolik odhalen. Ale snažím se je vypínat, nevšímát si jich, spíše jen jako neposuzující masu. Aha, nevnímám je jako posuzující nebo odsuzující, ale naslouchající, bavící se, těšící se z toho, co se děje na place. To je ovšem pro mě změna. Většinou jsem to měl obráceně.

10.11.2008 Jan

Uvědomuji si, že horní polovinu těla mám jako v brnění, neohebnou, ztuhlou. Od toho se odvíjí i topornější chůze a ruce nejsou volné, stahují moji pozornost. Vzpomínám si, když se doma někdy zpozoruji v zrcadle v chodbě, kde se vidím celý, že vypadám trochu jako robot, takový zformovaný a vždy se snažím hned rozhybat, uvolnit. V horní partii těla se něco děje... ale nevím co.

Při „jednohubce“ jsem se snažil „být hned hotový“. Něco udělat, aby proběhla tělová změna☺. Podle Jana proběhla, „ale nezpozoroval jsi ji, neoklameš“, konstatuje Honza. Uvědomuji si, že jsem skutečně ani sebe neoklamal, čím déle to trvalo, tím jsem byl netrpělivější, a nakonec jsem to vzdal a ...kupodivu změna v zápětí proběhla – „uvolnění“ a já o ní věděl, cítil ji! Moc jsem chtěl mít hned hotovo. Je to dřina.

2.12.2008 na činohře dveře č. 333 s profesorkou

Všiml jsem si, že si odpovídám opřekot. Nedávám příliš času na odpověď. **Občas to dělám i mimo DJ**, když jsem v presu a uvnitř těla to jede „honem honem“. Na place mi to bylo nepříjemné to rychlé reagování. V druhém kole jsem si již dal klid a více jsem vnímal, co potřebuji: fyzický prostor okolo sebe, prostor na odpověď, nechat ji vyvstat. Když jsem si „měřil“ prostor, cítil jsem se zcela uvolněný a spokojený.

8.12.2008 Michal

Všímám si, že jdu na plac bez bušení srdce. Spíše se soustředím na to, kdy přijde impuls k akci.

U Oldy je od začátku patrná jeho zkušenost s focusingem a zaměřením se na sebe, na své pocity. To hodně ovlivňuje i jeho reflexe. Také si velmi brzy všímá, že některé chování na place u sebe pozoruje i mimo plac. Vůbec je velmi pozorný a zachycuje co a jak se děje. Jako jeden z mála neřeší, jak má vypadat reflexe – zřejmě zkušenost z výcviku.

Semestr 3. (Olda v tomto období chodil na DJ několikrát týdně, do různých skupin, k různým asistentům a pečlivě dělá zápisky z každého setkání. Já vybírám jen některé z nich.)

5.10.09 Martina, Václavka

Jdu na plac s již připraveným tématem, i když ho nechci použít. Přesto ho hned využívám a roztahuju ruce, abych ukázal, jak hodně jsem zvědavý, co z toho bude. No, nevyšlo to, hned vím - cítím, že to bylo umělý, neautentický, má to nádech trapnosti. Jako odezva přichází odpor: „no fuj, to je hraný“. Zkousím to znovu a znovu, ale opouštím to. Nejde to dál, nebo spíš se mi to nevrací, nevím, co s tím..., ach ta trpělivost, zapomněl jsem být trpělivý. Chci to příště stále znovu opakovat, dokud to konečně nesedne. **To už umím poznat, to pak přichází radost a je to najednou hravé, hra. A přichází s tím taky spousta energie.**

13.10.09 Stanislav

Uvědomuji si, že **úplně poprvé v DJ nejdu na plac s představou, co bych mohl dělat.** Tak jsem byl na sebe zvědav, jak to půjde, že jsem úplně zapomněl na svůj běžný stereotyp, kdy se mi hlavou honí nápady, co bych tam mohl tak dělat. Úplně se na plac těším. Uvědomuji si zřetelně, že pohodovost Stanislava a přítomnost Slávka mi vytváří ideální prostředí, ve kterém se mi toto neplánování děje. Na place se nakonec dostávám do medvěda, kterého zkouším

napodobovat hlasem i pohybem. Přistihnu se, že to není ono a chci to zkusit znovu, aby to bylo opravdový. Chci si hrát a je třeba se do toho víc položit, a tak to vnímám, že to je hraní, né hraný. V DJ si začínám všimnout toho, že hledám víc ze sebe, soustřeďuji se více na projev těla, co to tělo vlastně dělá, jak vydává zvuky a jak mi záleží, co se mi vrátí. Partnera explicitně nehledám, spíše se mi někde vyjeví jako mimoděk, sám většinou nevnímám, že by tu byl, spíše přijde jakoby odlišný výraz.

19.10.09 Michal, Jan

Podruhé **hledám odpověď na to, co s časem, energií**. To jsou moje nynější témata v životě. Po zkoušce si uvědomuji, že jsem tam šel s programem soustředit se „něco nedělat“. Ale neřekl jsem to, nezveřejnil. A tím jsem si blokoval energii k hledání: „málo to hledáš“.

19.10.09 Václavka, Martina

Více si všímám těla, co se mi snaží sdělit. Být víc trpělivý, jo, **trpělivost se sebou, to je teď můj job**. Je zvláštní, že se v tom mám rád, nepřichází kontrola, jen zvědavost. Poslouchám kroky: Klap, klap, nohy klapou, klap a čekám... chlap. Škoda, že jsem si pořádně nevšiml, že ten rým, byl pěkný, že se mi to líbilo! Že jsem se nepochválil. Ale že to do sebe pěkně zapadlo, jsem si všiml. Rým jsem ale přitom nehledal. Čekal jsem, co to „dá“, přinese. Myslím, že je tady náznak mojí další cesty: **hravost a radost, která se začíná sama nacházet ze sebe**, zevnitř. Nikoliv z okolí.

27.10.09 Stanislav

Už zase si všímám, že se chytám námětů kolegů. Nijak mě to ale nevyrušuje, protože vím, že je to jen inspirace, nikoliv záchranné lano. Je zde mnohem víc lidí než minule, to mě znervozňuje. Na place se pak nedokážu soustředit a jsem tam značně nejistý a napjatý a s tím prakticky po celou dobu bojuju. Nedokážu se hnout dál, tápu. Dost to prožívám nepříjemně, jako bych zklamal. Koho? V druhém kole zpomaluji a ptám se k sobě. Po chvíli přichází kupodivu odpověď. To už je tam trpělivost a jakoby „už nemám co ztratit“.

DJ ve dvojicích poprvé: snažím se všítat si sebe s pozadím někoho za zády. Je to příjemné tam nebýt sám, ale to jsem nezveřejnil. Místo toho se křečovitě držím sebe, vlastně se bojím, co je za mnou, možná. Když se pak ohlédnu po zelených botách, opět se leknu a nezveřejňuju to. Nevím co s tím? Nejsme na sebe naladěni?

10.11.09 Stanislav

Dvojičky. Hledám se a nedokážu pořádně vnímat druhého. Nepřiznávám to ale. Motá se mi to jen v hlavě a tělo hledá a nenachází příznivou polohu. Hlava je propojená s emocemi (nejistoty), emoce jsou propojeny s tělem, ale chybí přímé propojení výrazu těla s hlavou. Emoce to válčují. Volné prožívání je blokováno. Myslím, že kdybych to přiznal na place, ty emoce a to vše další, přišlo by uvolnění. Zatím je to jak zvíře v kleci, sice je to „legrace“, ale vlastně jenom chci, aby to „nebolelo“.

Dvojička s Karlem se povedla. To byl **rychlý prožitek sounáležitosti, na jehož konci zůstala radost** z toho, co se to přihodilo. „Nestihl“ jsem se ani bát.

23-24.11. 09 Stanislav

Na place se hledám, a protože mám dost času (skončím, až když chci), vše dotahuju, až kam to jde. Neutíkám od nespokojenosti (stojí to za prd), od rezignovanosti (už bych měl skončit), od nejistoty (co to má znamenat?).

Nyní si dávám čas, Snažím se být odvážný, nebo se odvázet? To je jedno. To co chci je, abych se cítil dobře, aby mi bylo fajn. K tomu potřebuju jistý a silný hlas. Je tady. Taky jemnost pohybů. Odvahu. Soustředění se na sebe a nebýt ani o krok napřed. **Povedlo se, jsem spokojen. Je to zvláštní pocit. Je to vědění o tom, že vím. Nepotřebuju, aby mi to někdo řekl, potvrdil. Prostě to je.**

Reflexe: jarní semestr 2012

O víkendu jsem se o sobě od druhé osoby poprvé dověděl, že se se mnou musí zacházet jako s plachým člověkem. Asi dříve bych to nedokázal pochopit a tudíž zřejmě i přijmout. Hodně mi tato informace od blízké osoby pomohla. Zejména si uvědomit, že se vlastně často snažím, abych plachost navenek zakryl. A to mě přináší stres a ztrátu energie, kterou na to musím vynaložit. A na ten stres jsem

si dnes při DJ vzpomněl a vzal ho do hry. Záměrně jsem s tím šel na plac. Nevěděl jsem sice co s ním, ale alespoň jsem to chtěl veřejně odhalit. Co to skrývání slabostí se mnou dělá? Přináší stres. Je to vlastně můj „kamarád“, je často se mnou zejména, když nechci něco navenek přiznat, přijde. Ta **otevřenost** vůči své slabosti nebo lépe **zranitelnosti**, kterou mi plachost přináší, je kupodivu tady na place osvobozující. Odlehčuje mě to. Tuším, že jsem se bál vždycky, že mě může kdokoliv zranit. Tady jsem si po přiznání plachosti a stresu před ostatními zažil přijetí. Nikdo mě kupodivu nezranil, jak mi mohlo dojít už dříve. **Nic hrozného se nestalo, vlastně naopak – přišlo přijetí.**

V dalším DJ jsem na svoji plachost zapomněl a opět jsem sklouzl do role neohroženého. Je zřejmě přirozené, že se mě ta maska drží, že opět nepozorovaně přiskočí. Málem jsem zapomněl na svou milou plachost, která mi pomáhá zůstat sám sebou!

Při pajdání po place jsem připadal jako potrefený. Když proběhne změna (od nepřiznané k přiznané plachosti), tak mě to vždy trefí, emočně zarezonuje. A v tu chvíli začal dialog: „kde seš ty pajdavej“ Vylez“. Instrukce: „Jen to neuspěchat a necpat tam další figuru, než ta druhá dojde“. Jsem asi málo trpělivý. A mám příliš mnoho očekávání.

Ve dvojicích jsem stále v opozici vůči ženám. Je to strach z nepřijetí. Vždyť i já nepřijímám svou plachost a dosazuji k sobě jakýsi plášť „suverenity“. No jistě, jsem plachý a nepřiznám to. Raději hraji nezám. Přitom bych partnerku nejraději zaujal. Týká se to i partnera. Kromě Slávka, u něj nemusím nic hrát.

Co nového v mém zrání v DJ? **Otevírám se víc na place svým slabostem** (přiznávám se k nim). **Posiluje to moje přijetí sebe sama** (samozřejmě za pomoci ostatních). Moje maska maličko oslabila.

Olda, 9.10.2013

Zuzka: Jak ses vlastně k DJ dostal?

Olda: Já jsem chodil se Slávkem do výcviku, a on DJ dělal, občas o něm mluvil a já jsem pak nějak viděl, že **se Slávek mění**. Ona už je to dávná doba, ale my

máme něco podobného. Já třeba taky pochybuju, ale možná míň než on. Já jsem jinej temperament. V tom MBTI mi to vyšlo několikrát jinak. Já se vlastně pohybuju někde asi uprostřed, mezi tím introvertem a extrovertem. Ale takový to pochybování tam v určitý míře mám taky. A mě se líbilo, jak Slávek s tím, když byla nějaká situace, **dokáže vyjít**. A toho já jsem nebyl schopen. ...

... Já jsem byl po výcviku, měl jsem pocit, že už jsem takovej „hotověj“ a pak jsem přišel na DJ a ono ne. Jak jsem si tam stoupnul, tak najednou jsem byl úplně odpojenej. Ale oni to mají všichni, jak to tak pozoruju. Tak všichni buď začnou hodně přehrávat, nebo se stahnou. A to já jsem uměl z meditace.

Vytvořit si takovou bublinu, aby nic nemohlo dovnitř. Ale ono to na DJ nefunguje.

Ono **je to trapný**. Tak to byl najednou první kontakt s mojí trapností. Proto v meditaci je to jiný. Tam jsi v pohodě. Ale na DJ... tam máš diváky! A najednou se to začne dotýkat těch věcí, který máš jinak schovaný. Jde to do hloubky. No a to mě začlo zajímat. A to jsem chodil k Čunderlemu a Zichovi a oni nám dávali **tolik podpory**, pořád nás podporovali, pořád „dobrý, dobrý, dobrý“ ikdyž všichni jsme věděli, že to nestojí za nic, ale pořád tam byla ta podpora. Takže se člověk cítil jen tak z desetiny trapně, když si šel sednout. Ale to jsem si vlastně uvědomil, že se nemám rád. Jsem byl se sebou v nějaký opozici a to jsem chtěl změnit. To byl ten začátek, kdy já jsem zjistil, že chci být se sebou kamarád. Ze začátku ta pochvala pro mě byla divná, připadalo mi to trapný. Ale ono pořád „jo, to je skvělý, že zkoušíte“ a to zkoušení bylo vlastně utrpení, ale zase přišlo to pochválení, jenom za to, že to člověk zkusil. A to pro mě byla takový blahodárný. A jak jsem měl hodně času, tak jsem chodil často (i 4x za týden) a jak jsem to reflektoval, tak jsem se dostával k tomu „mýmu“, k tomu intimnímu...

... Když jsem začal chodit ke Standovi, tak tam jsem zase zažíval mnohem větší průšvih, jak vy jste se všichni znali a všichni jste to dělali leta a byli jste tak jako v pohodě. Tam se všichni znali a já tam znal jenom toho Slávka. Zuzka: Takže jsem jako skupina nebyli moc vstřícný? Olda: Ne. Teda, hodný jo, ale tam se to posouvá někam do kamarádskejch rovin a já tam nepatřil. A tak jsem měl pocit, že se jako chci hodně rychle zlepšit. Jinde jsem měl pocit, že jsou tam všichni na stejný lodi, ale tady ne...

Zuzka: Proč to děláš? Co ti to dává?

Olda: Proč já tam chodím? Já vlastně furt začínám, ale už tam není ten strach, ten vztek, tak jako třeba ještě před rokem, tam bylo pořád hrozně naštvání.

Zuzka: No a proč jsi tam chodil v tu dobu? Olda: No protože to byla možnost vyjít ze sebe. Překonat to a vyjít ze sebe. To vlastně člověk nikde jinde nedělá. Tady se díky té podpoře **odvážím, kam sám ne**. Mám tu šanci fakt se otevřít, kontaktovat toho mého chlapíka, kterej si tam na něco hraje a myslí si, že je to dobrý, ale ono není. A ono je to tak i v životě. Že se tak schováváme za něco a myslíme si, že je to dobrý. Ale ono není. A když se to pak pustí, když se to otevře.. to je upřímnost. To jsem přišel k dalšímu materiálu, kterej jsem ještě neměl zvládnutej, tu upřímnost. A všichni z toho mají radost, když se někdo otevře. A já to pak dělám i v tom životě. Já si tam dovoluju tu otevřenost a ono to přináší radost a otevřenost i u ostatních, třeba se o tom takhle nemluví, ale je to cítit. V DJ jsem zjistil, kdy jsem v kontaktu, kdy jsem v kontaktu sám se sebou, pak se můžu otevřít a ostatní to viděj a oceňujou to. A taky jsem si uvědomil, jak často hraju nějaký hry sám se sebou. Jak tam za sebe někoho pošlu, toho „kravaťáka“, ale jak se pak nemůžu potkat. Ale teď už si ho všimnu a pak s tím musím něco udělat, protože ono už to nejde jen tak nějak přejít, ono to pak celý nedává smysl. Pak už si říkám“Co to je? Co to tady dělám? Vždyť já bych chtěl udělat třeba tohle, ale místo toho si tady jen špekuluju..“ Dřív já jsem měl toho tolik, co bych tam jako chtěl předvést, nebo udělat a ono to nešlo a já z toho byl hrrr... to bych brečel, nebo jsem spíš byl vzteklej. A teď už je tam ten, co si to užívá. A on tam pořád je tenhle, ale já už ho vytahuju, já už se ho nesnažím zahnat někam do kouta, já už ho víc **beru jako kamaráda**...

... Taky je to pro mě hodně o energii. Já vlastně hledám to správný napětí, to, co je pro mě živý. A to tak používám i v rodině nebo s klientama, že už vím, co je to moje správný nastavení, abych byl v kontaktu. Víím, že moje akce vychází z pocitu, přes tělo, buď z radosti nebo z naštvání a snažím se být v tom správným nastavení. Aby to bylo tak akorát, pak mi to dává křídla. To je jako když se nafoukneš a ... no, dává to křídla. Ale taky se učím v tom nejlepším přestat. Aby člověk jako protahoval to, kdy je to ono, ale aby zase nechtěl ještě víc a víc a... pak to spadne. Ono je to vlastně o přítomnosti. To je přítomnost. To

je to, o čem se hodně teď mluví, že „tady a teď“, tak to je ono. To je ta **přítomnost...**

... A další věc, co mi to dává je, že chci být sám se sebou spokojenej (na place). Že prostě nejdu z plací dokud se aspoň něco nepodaří, že to pořád atakuju, protože vím, že to jde. A teď když o tom přemýšlím, tak ono je to stejně i v životě. Já nechci být ve vztazích, kde nejsem spokojenej. Protože už vím, že to jde, že to jde otevřít. Já už nejsem ochotnej hrát se sebou habadůry. A to jaký mám vztahy, to je důsledek upřímnosti. Toho, že jdu otevřeně do situací a věci třeba přímo pojmenuju. A ono to funguje. Oni na to lidi taky reagují otevřeností. Ona **otevřenost odzbrojuje** a buduje důvěru. Když třeba mluvím s klientem a chci aby byl otevřený, tak já musím začít... A taky vím, jak je to pro ostatní těžký. Já mám tu zkušenost..

... Taky si uvědomuju, že je to na léta. Že jsem pořád na začátku, že je pořád co objevovat. Ale už vím, že to jde. Že to může fungovat. Ono je to jako trénink, můžu zkoušet a znovu zkoušet... DJ dává **kondici k tomu, se zvedat!...**

Kapitola 1.5 DJ - Zuzka

Reflexe reflexí 2005-2013 - V heslech i v zamyšlení

(Text zvýrazněný podtržení jsou komentáře, které k reflexím doplňují až při psaní této práce a po rozhovorech a přemýšlení nad reflexemi ostatních“ DJ spolužáků“ – říjen 2013)

9 - 12 2005

vzteky, ničemu **nerozumím**, obrovská nervozita, nic si z placu nepamatuju

Dneska se ale těším a tak vybíhám jako první – paráda, jsem tam a dokonce neběhám, ale zastavuju se. Za chvíli mi začíná šíleně bušit ve spáncích a pak už si zase skoro nic nepamatuju. Jak mám něco reflektovat, když si nic nepamatuju? Něco přece... v jednu chvíli jsem ukazovala ukazováčkem někam nahoru a protože mi při té neobvyklé figuře tuhla ruka, začala mě bolet a já jsem zakřičela auuu. Ano zakřičela. Nebo aspoň já si myslím, že to byl křik.

Každopádně pro mě to bylo extrémně nahlas a měla jsem zvláštně cizí pocit z toho, že se opravdu slyším a jsem slyšet. Zbytek zůstal v mlze. Dostala jsem

zpětnou vazbu, že si můžu víc všimnout i druhé ruky... hezky řečeno, že si mám všimnout i druhé ruky a já najednou zjistím jak moc jsem byla pohlcena soustředěním na tu jednu, nataženou, pracující ruku . Aspoň obočas už se dokážu soustředit na něco jiného než na nervozitu. Mám ze sebe docela radost. Z prvního semestru píšu v podstatě jen o nervozitě, o velké trémě, o naprostém zahlcení a ztracení, ale už od začátku mě na tom všem něco bavilo. Přestože na place trpím jako zvíře, je to pro mě nějak něčím důležité a těším se na další zkoušení. Poznámka: první semestr jsem na KATaP docházela jako ne-student. Teprve po něm jsem se rozhodla se přihlásit do denního studia. Takže už jsem musela cítit, že na tom něco bude, ale v tu chvíli jsem o tom neměla nejmenší tušení.

1 2006

připravuju si „věci“ předem, „odbíhám“

jsem rychlá „Před čím utíkám? Před sebou? Ne, sebe sem chodím hledat.“

reflektuju, proč nepíšu reflexe – nevím jak na to – **bojím se**, něco neumět

poměřuju se s ostatními, **bojím se** být horší (bojím se nebýt nejlepší)

zoufalství, dostávám „moc dobrých rad“ – **nechápu**

a nepíšu reflexe:

Já vlastně moc nevím, jak na takovou reflexi. Nevím jak ji napsat a pak nevím, jestli to, co píšu opravdu reflexí je a hlavně nevím, jestli je to na reflexi dost dobré. To je ono! Já raději nepíšu, protože si nejsem jistá tím, že to umím. Ale o tom ta reflexe právě je! O tom, že v procesu odhaluju to, co možná neumím a to co jinak nevidím. **Ale když já se tak bojím něco neumět!** Pan Vyskočil říká, že mám málo odvahy a já si to moc nechtěla přiznat a najednou je to tady. Já vlastně ani nemám odvahu psát reflexe. Co kdyby nebyly dost dobré?!

Strach psát reflexe, protože nevíme jak na to, je společný skoro všem. Teprve o semestr později, když se dostanu do Standovi skupiny, kde se jako v jediné skupině reflexe občas čtou a povídá se o nich, si uvědomím, že to tak máme všichni a hrozně moc se mi uleví! A taky je fajn zjistit, že to psaní má smysl. Ano, pan Vyskočil o tom vždy mluvil, ale pokud člověk jen odevzdal svou

povinnou reflexi a nikdy nedostal žádnou zpětnou vazbu – vlastně vůbec nevím, zda mé rané reflexe někdy někdo četl, bylo to znejišťující. Ještě, že už je to pryč. Ale tady se objevuje ještě jedno moje velké téma. Strach, že to nebude dobré – nebo dokonce nejlepší. Chorobné poměrování se s ostatními. A v tom taky nejsem sama – krásně to popisuje Tomáš P. hned ve své první reflexi. Mě trvalo semestr než jsem ti toho všimla a přiznala. Ale už je to na světle!
Strach z toho, že to bude špatně, který mnoho z nás dovádí doslova k paralýze, kdy raději neděláme nic, jen aby to proboha nebylo špatně, tento strach, který nám brání v tvorbě, brání nám v otevřenosti, v tom být sami sebou, ten, podle mého názoru velmi úzce souvisí s naším vzdělávacím systémem. Minimálně 12 let nás ve škole znovu a znovu trestali za chyby a snažili se nás nachytat u toho, v čem nejsme dobří! Jak se pak těžké začít si bezstarostně něco zkoušet, když už podvědomě čekáme, že přijde trest?!

4 2006

záleží mi na tom, co mi k jednání řekne asistent - znervózní mě, když moje zkoušení nekomentuje – mám pocit, že to nestálo ani za řeč

5 2006

jsem pořád **rychlá**, ale po roce na DJ už cítím, že jsem míň nervózní

11 2006

potřebuju víc času! Než něco začne, jsem odvolaná

vzteky na asistenty, mám pocit, že mě jen kritizují, když to, co se na place dělo cítím stejně jako oni, je to spíš překvapení, jinak myslím, že mi **nerozumí** rozčilují mě rady „musíš se zasoustředit dřív“, „mělo by to být“, „měla bys“ – **neumím to líp a to, že mi říkají, co mám dělat líp mi nepomáhá**

12 2006

něco mi funguje, chci to zopakovat – ha, když se použije „vyzkoušený“ způsob, přestane fungovat

téma: horší-lepší je tu pořád

Stydím se! Do morku kostí se stydím za to, že jsem sice možná něco pochopila, ale **pořád ještě, po ROCE se poměřuju s ostatními a bojím se být horší.**

Vlastně ne, bojím se nebýt nejlepší! To je ono. Vždycky jsem musela být nejlepší. A bohužel jsem taky většinou nejlepší byla. A najednou nemám vůbec

žádnou pevnou zem pod nohama, vydávám se do neznáma a tak se snažím na tu šílenou ctižádost vykašlat! A je tu další problém! Čím víc se snažím, tím je to horší! A tak se v tom plácám a přemítám, jestli se to ještě vůbec dá změnit. Jestli když člověk 30 let věří tomu, že musí být nejlepší a že když není, tak se musí víc snažit, jestli vůbec je v silách toho člověka se na všechny tyhle předsudky prostě vykašlat a JEN TAK si zkoušet něco, co neumí a radovat se z toho. Je tohle v mých silách??!

Stále mě trápí potřeba být lepší, ale už se za ní zároveň stydím. Už mi nepříjde „normální“ a začínám si všímat, že mi brání v radosti!

Ale co mám dělat s tím ustavičným srovnáváním se s ostatními a **hodnocením**?! Ano, můžu se vymlouvat, že je to **profesionální deformace**. Že když jsem se roky živila tím, že jsem hodnotila a porovnávala lidi, že to ve mně zkrátka zůstalo. Ale život přece není pracovní trh! A lidi nejsou komodita! Dokázala jsem opustit svojí důležitost, smířit se se svou nahraditelností a odejít z pohodlí naplánovaného světa rozpočtů a procesů. Ale dokážu někdy vymazat ten program, který neustále vyhodnocuje „kvality daného kandidáta“ a porovnává je s hodnoceným vzorkem?!

Nevím. **Někdo má v hlavě přísného rodiče, někdo učitelku, já tam mám náborového specialistu.** A asi s ním hned tak nic neudělám.

Mám snahu vysvětlit si mou potřebu hodnotit svou pracovní deformaci a své ji na kritika. Ještě nevidím, že jde o nepřijímání sebe sama! A teď, když tohle píšu, mě to dojíká a jsem velmi vděčná za to, že teď, v roce 2013 už to vím! Trvalo to pár let, ale tenhle poznatek a hlavně prožitek toho, že to JDE JINAK, ten za to stojí!!

12 2006

příchod do Standovi skupiny – konečně mám **čas**!
cítím se opravdu **podporována** (jak asistentem, tak skupinou)
poprvé se na DJ směju! A užívám si to!

Jindy se trápím a úpím. Dneska se směju.... Ještě cestou k židli se směju. Samozřejmě že z rozpaků, ale jindy dělám z rozpaků spoustu jiných, většinou nepříjemných věcí a teď se směju. A je mi dobře!

Zajímavost: po celou dobu se v reflexích opakuje, že už se těším na příště. I když se vztekám, nechápu, nebo jsem nervózní, **pořád se těším!**

04 08

těším se, že bude hodně času, protože je málo lidí

zjišťuju, že když mi to jde, nepíšu reflexe

už se dokážu dostat do stavu klidu, nic a neděsí mě to

Je ticho. Cítím, jak mi ještě tepe ve spáncích krev z toho točení, ale kolem mě i uvnitř mé hlavy je ticho. Bleskne mi hlavou, že ten klid možná není ten správný klid, ale okamžitě to utichne a já se vrátím do ticha a do klidu. Nic. Nastalo krásné nic. Není to to prázdné, znejišťující, panické nic, které přicházelo na začátku. Je to velké, silné, klidné a laskavé Nic. Cítím, že se maličko usmívám. Beze slov se odvolávám a jdu si sednout.

Standa to ani moc nekomentuje a mě to ani nevadí. Cítím tu laskavou a silnou podporu, která přichází od něj a od všech ostatních zkoušejících. Uvědomuju si, jak moc je pro mě důležitá tahle skupina, jak moc je výjimečná, jak moc je doopravdy vstřícná. Víím, že se mi na place nepovedlo nic víc, že se po pár minutách hektického pobíhání prostě jen uklidnit. Ale zároveň víím, že to stačí. Víím, jak moc je to pro mě těžké a že je to skvělý krok. A všichni, kdo jsou tu se mnou, to vědí taky. Vědí to nejen proto, že mají podobnou zkušenost, ale i proto, že už mě tu viděli pobíhat nesčetněkrát, stejně jako jsem viděla já je. Všichni „vííme“, protože jsme u toho. Tohle je sdílení.

a taky už mě nerozhodí, když asistent nekomentuje, protože **cítím podporu** – od Standy a od skupiny – uvědomuju si, jak moc je takhle skupina výjimečná a opravdu vstřícná!!

už se netrápím, když se mi nedaří, a užívám si to s ostatními – **vytrácí se moje chorobná soutěživost** ☺

05 08

neexistuje fáze tam by člověk došel a s uspokojení řekl, „jsem tu“. V DJ není konec

dovoluju si “postavu” spratka – hurá, už se nebojím nebýt jen “kladná hrdinka”

Nic neříkám, ale mám pocit, že mi je tak 14 let a všichni kolem jsou hodně, ale

hodně pitomý a já jim to ukážu. Sama se mu, tomu spratkovi, začnu smát. Sice nic neříkal, ale byl tam. Mám z toho skvělý pocit, protože tuhle postavu u sebe ještě neznám. Ještě nikdy jsem si jí myslím nedovolila. Přece jen to není zrovna kladná hrdinka, ale moc mě bavila, nebo spíš bavil. Myslím, že to byl kluk. Uvědomuju si, že tentokrát bylo výhodné nemluvit, že bych ho asi slovy zaplašila, protože on rozhodně slova nepotřeboval – to by bylo pod jeho úroveň.

Hurá, ať žije můj spratek. Snad se ještě někdy vrátí.

Zkoušení v jiných skupinách – velký rozdíl, hodnocení, kritičnost

*Měla jsem pocit, že tam nikoho nezajímám a že mě ostatní účastníci jen hodnotí. ...sama jsem si připadala jako ve škole před tabulí. Bylo to poučné, ale o nějakém otevírání se a zkoušení nemohla být ani řeč. Prostě jsem to bezpečně přežila – to už umím. Ale posouvat bych se v tomhle prostředí nedokázala. A pak mě navíc zpražilo hodnocení asistentů. Šlo o asistenty nové a zaučující se, alenepomůže mi, když mě „**paní učitelka pokárá**“. Ano, připadala jsem si jako ve škole, kde se **žáci navzájem posmívají** jeden druhému, fandí si jen ve svých partičkách a paní učitelka to podporuje vlastním, trochu cynickým hodnocením a vyzdvihováním nedostatků.je na zodpovědnosti každého „žáka“, aby si našel svého „učitele“.*

Radost z nacházení nových figur – sdílená s ostatními

zase ta veselá bez mozku. A občas si dovolí si i trochu zavýskat a pak se zase zastydí a já jsem z ní dojatá. A zase jsem vděčná všem, kdo jsou tu se mnou, protože tohle je pro mně velký krok. Já se doopravdy stydím za tu mou část, která nepoužívá mozek a jen tak se promenuje a raduje. To se přece nedělá. Takhle hloupě se chytré holčičky nechovají. A já se tak chovám. Konečně se tak chovám, ve svých 34 letech se chovám jako tele a cítím se tak šťastná a svobodná a zároveň přijímaná. Už je tu jen Slávek, Martin a Standa a všichni jsou nadšení z mojí naivní blbky a já jsem taky nadšená

A nakonec shrnutí. Zjistila jsem, že už se na DJ **mnohem míň vztekám a trápím, mnohem míň hodnotím a o to víc se raduju. A to nejen na DJ!**

Znovu se objevuje strach z toho být nejhorší (srovnávání se), ale už je z něj situace na place – “řeším to na place”

Když teď pročítám reflexe mnoha mých kolegů, tohle je často taky společné:

prožíváme podobné věci, emoce, strachy, ale postupně si s nimi můžeme hrát, můžeme je vzít na plac, do hry.

12 2008

Nejvíc mě zaujal ten „klid“. Nevím přesně, co to bylo. Víím, co to nebylo. Nebyla v tom hysterie, tréma a nebyla v tom ambice. To je ono! To je ten největší objev! Neřešila jsem, jestli budu nejlepší nebo nejhorší. Neřešila jsem nic. Dokonce ani to, co by z toho mělo nebo nemělo být dál.

Možná jsem se po **čtyřech letech zkoušení na DJ propracovala k Nic!** Malý krok pro lidstvo, ale velký pro mě! A co teprve až se jednou podívám za Nic!

Reflexe reflexí – dřív jsem si zapisovala jen poznámky k mému zkoušení a teď se mnohem víc věnuju zkoušení ostatních. Že by **cesta od sebestřednosti a sebehodnocení k opravdu vstřícné pozornosti?** Snad. Trvá to, ale stojí to za to!

10 2010

už nemám paniku z veřejného vystupování (mám větší zkušenost s hraním před publikem), ale po prázdninách mám problem se soustředit, zkouším “fígle”, které nefungují, zase naskočí hodnocení, snažení,... ale **fungují pro mě dvojičky** – soustředění na partnera mě paradoxně dovádí ke mě samé

Ted' se to ale povedlo a já jsem si úžasně „odpočinula“. Ano, to je ono. Když se to trefí, je to úleva. Není potřeba makat, ono to prostě jede. Ano, jsem sice v kondici k veřejnému vystupování, ale k předpřipravenému veřejnému vystupování. A tady jsem zase u toho „nechat se a nechat TO ať si se mnou dělá, co chce“. A kondice v „pouštění se“, se mi evidentně vytratila. Ještě že mi dvojičky daly možnost se potkat – s druhým, ale dnes hlavně sama se sebou. ... přijde to hned jak nastoupím na plac a já se toho zaleknu “když něco není vydřené, je to nezasloužené? Paralela se životem?”

Trojičky – paradox – člověk je na place se 2 lidma, ani jednoho nevidí, ale jednoho vnímá (napojením) a druhého ne, zážitek, že i ve 3 se dá udržet u sebe a zároveň ve hře se všema, ale když člověk vypadne, **je třeba to zveřejnit, “říct si o pomoc”**

V jednu chvíli mám pocit, že jsem se ztratila a volám o pomoc. Eva bleskově reaguje jednou replikou, která je úplně mimo její „příběh“, ale kterou mě zase bezpečně přitáhne zpátky a zase se vrací ke svému. To je paráda.

Tak tohle je přesně jako v životě mimo plac! Když potřebuju pomoci, je třeba to říct! To je přesně moje téma a pochopitelně se ho krásně učím i na DJ!

Když je "TO" děje, mám pocit "**bezčasí**" – čas je relativní!

11 2010

naštvaní, frustrace z toho, že DJ "cítím" prakticky na sobě, ale pořád mu teoreticky vůbec nerozumím, nejsem schopna ho popsat, zachytit, nemám v tom jasno a zase mě to **vzteká!**

Pořád jsem rychlá, ale už sama u sebe oceňuju, že si všímám momentů, kde to drhne

ještě se mi nepřetělesňuje celé tělo, ale už cítím "postavu" třeba v pŕlce těla a netlačím jí násilím do té druhé (teda ted' se mi to jednou povedlo ☺)

02 2011

dvojičky – poznání, že když jeden nemá nic svého a jen "pomáhá" tomu druhému, je vlastně jen přítěží

Ale když se "daří", to pravé vzniká právě **mezi** dvěma lidmi na place – zázračné zjištění – je to jako v párovém tanci (tango) nebo ve zpěvu (dvojhlas) –

neztratit sebe a přitom být s druhým – pak se TO děje – a najednou mám jasno! Není třeba nic vysvětlovat! Víím!

Obecně: místo **kritika se mi objevuje rozpačitý smích** (už delší dobu)

11 2011

Napadá mě paralela s tím, co se mi ted' děje neustále. Když do něčeho přestanu

*„šlapat" a **odevzdám se** tomu (přijmu to), ono to kupodivu začne fungovat samo a daleko lépe, než bych si to já dokázala vymyslet. Nejtěžší je vydržet*

***nemít to pod kontrolou.** Věřit a pokorně to nechat být. Funguje to ve všem, v práci, ve vztazích. Proč se teda všichni tak honíme, dřeme a k něčemu se pořád nutíme, když stačí se jen nechat být a být? Protože to je to nejtěžší.*

Možná pomáhá, když vedle sebe cítíme někoho jiného, nějakou domnělou oporu. Stejně jako ve dvojičkách při DJ.

12 2011

zažívám při sólovém DJ, že se věci dějí "**skrze mne**" (figura přijde, naplní se a odejde a pak se ještě jednou vrátí a celé si to zopakuje) – je to asi poprvé, co jsem to nechala celé takhle proběhnout - nádhera

*Celé vaše tělo se usmívá! ... víte, že se **stal zážrak**. Že jste se setkali sami se sebou. A jak že se to stalo? Nevím. Vůbec nevím a vůbec mi to nevadí!*

Zamýšlím se nad vývojem mého dialogického jednání za 6 let. Vlastně nejde ani o vývoj DJ, ale o můj postoj k němu a hlavně k sobě. Při čtení reflexí mě až zaskočilo, jaký to pro mě byl **na začátku boj**. Strašně jsem se vztekala nad tím, že "tomu nerozumím" a taky jsem musel překonávat hrozný strach. Strach z toho, že mi to nepůjde, že budu nejhorší. Když už jsem si, kromě vlastní paniky, začala občas všímat i ostatních, objevuje se **hodnocení a srovnávání**. V reflexích se vracím k tomu, že mi je právě hodnocení hodně vlastní. Byla jsem naučená hodnotit. Pracovala jsem v prostředí, kde se lidé hodnotili a posuzovali se jejich potenciál a schopnost zvládat určitou práci. Ale tam to mělo jasná kritéria. Bylo jasné, nebo se to tak alespoň jevílo, co je dobře, co se hledá. Tady jsem najednou neměla jasno, ale stále jsem měla potřebu vyhodnocovat. Jen jsem neměla jasná kritéria. Dokonce ani pro svoje vlastní hodnocení. Presto, že se mě v prvním roce na DJ zmocňovala panika a pobyt na place byl tak stresující, že jsem si ho většinou ani nepamatovala, už tehdy se v každé reflexi objevuje, že už **se těším** na další DJ! Sice jsem vůbec nevěděla, proč to dělám a často ani co dělám, ale zvonu a znovu jsem se těšila. Ta chuť a zájem tam zkrátka byli hned od začátku.

Obrovský průlom nastal po cca roce a půl, kdy jsem začala chodit do Standovi skupiny. Najednou se v reflexi poprvé objevuje, že se už při DJ na place směju, že je mi dobře, že se netrápím! To jsem předtím nikdy nezažila. Uvědomuju si a i v dalších letech se k tomu občas vracím, jak **obrovský vliv na moji schopnost pustit se do DJ má skupina**, která mě obklopuje. Teprve tady jsem zažila, co je opravdová vstřícná pozornost a najednou se začala spousta věcí měnit. Začala jsem se pouštět do postav, které bych předtím považovala za "záporné" a asi bych si je vůbec nedovolila (např. blbka bez mozku, zlá mrcha atd.)

Dalším velkým pozitivem pro mě byla i možnost zkoušet v "neomezeném" čase. Potřebuju víc času, nebo alespoň pocit, že čas mám. Tím se částečně uklidnila moje ambice něco rychle zvládnout. Jsem stále rychlá, to jsem byla od začátku, ale už se tolik netrápím, nevztekám, užívám si to, co je. **Jsem k sobě daleko laskavější.**

A s velkou podporou, kterou cítím od Standy a od celé skupiny se zároveň postupně vytrácí moje soutěživost a srovnávání. Už si daleko víc všímám ostatním a upřímně se raduju, když se jim daří. Pokud mě občas napadne, že jim to jde a mě ne, už jsem schopná to vzít na plac jako téma. A hlavně se opravdu raduju a těším mě, když se komukoli daří. Jakoby se tato výjimečná skupina (určitě výjimečná skladbou lidí, ale i tím, že se Standa snaží, aby v ní lidé tolik nefluktovali a abychom měli čas být spolu) stala vlastním tvorem a já jsem jen jeho součástí. A tak když se daří jakékoli části tohoto tvora, komukoli jinému, je dobře i mě. A naopak když se daří mě, cítí a přejí mi to ostatní. Pak je taky snažší přečkat období, kdy to člověku tolik nefunguje, protože je stále nesen a podporován zbytkem celého toho organismu.

A v neposlední řadě je pro mě podstatná možnost, zkoušet si DJ ve dvojíčkách (výjimečně i ve trojíčkách). Většina mých reflexí z posledního roku se vlastně věnuje hlavně pobývání na place s partnerem a nacházení sebe sama s podporou, nebo ve vztahu k druhému.

Reflexe DJ 2012 letní semestr

Čtu si reflexe z minulého semestru, reflexe plné nadšení z načechnosti a z toho, jak to teče. **Ted' to neteče.** Chytla jsem se do pasti. Namlsala jsem se a i když vím, že to není výhodné, prostě přišlo očekávání. Je zvláštní, jak „vědět“ nepomáhá, nebo spíš nestačí. Ono to nějak musí propadnout z hlavy níž, do prsou nebo do břicha a tam se to musí usadit a zapustit a to se nedá udělat snahou, to se nějak musí stát. Pomáhá čas, klid a podpora. To zní jako nějaký východní duchovní cvičení pokory. A proč ne? DJ je teď pro mě hodně o pokoře a o vnitřním klidu. A ten se tam vlastně překvapivě objevuje, i když to zrovna „nejde“.

DJ 2. 10. 2012

První DJ po prázdninách. Velké těšení, velká chuť. A hned v prvním kole je

všechno jinak. Nic mě nežene. Nebo já se neženu. Chci, těším se, ale nespěchám a jsem vlastně úplně v klidu. To mě mate. Už nejsem vůbec nervózní, nemám ani ambici něco pořádného udělat, nejsem ani unavená, ale ani překotná. Jsem v klidu. Ale ono to nikam nevede! A já to pozoruju a komentuju. Nepanikařím z toho. Jen na to tak koukám a pořád hledám, co to teda chce. A nacházím to, co to nechce. Ale ani u toho se nevztekám, nenadávám si za to, jen hledám dál. A najednou je to tam.. na tváři se mi objeví úsměv a vevnitř se udělá známé „příjemno“. Ten pocit, který tam všichni hledáme, je tu. A už slyším i Standu. Je první kolo, takže nás odvolává a říká, „no jo, tohle to chtělo, vid“. A já si uvědomuju, jaká je to paráda, že sice dostanu „potvrzeno z venku“, to co jsem cítila, ale že už to zároveň „vím“ sama uvnitř.

Už nejsem tak závislá na komentáři z venku. Už mnohem víc věřím tomu, co sama cítím. Asi nemusím dodávat, že právě tohle je pro mne teď tématem i v životě ☺ a ještě jedno:

16.10.2012

A ještě jeden zajímavý poznatek, který se týká konkrétně mého sólo DJ. Něco jsem si našla, jelo to a Standa pak výstižně poznamenal, že by ještě bylo fajn **nebát se to „pustit“, že se to vrátí.** A bingo. To je přesně moje téma. Už docela umím vycházet i žít s tím, že něco není tak, jak jsem si myslela nebo jak bych si ideálně představoval a umím se bez toho obejít – ať je to „daření se“ v DJ nebo i reálné věci v běžném životě. Ale jak to jednou přijde, neodolám pokušení, chňapnu po tom a držím. Držím zuby, nehty. Ale ještě je tu možnost, že právě v tu chvíli kdy je to „přesně to ono“ to v klidu pustím a budu pokorně věřit, že má-li to tak být, tak se to ke mně samo vrátí. Uf. To je těžký. Zdaleka nejen na DJ. Ale zároveň vím, že přesně tohle je můj další „úkol“.

DJ 9.4.

Tak tohle byla jízda!

V samo-odvolávacím kole mi nastoupí „dramatická umělkyně“, ale tuhnu v ní. Uvolňuju se a tělo se mi kroutí do „strnulého hrbáčka“ a to najednou umělkyni úplně narovná. Proto jsem potřebovala hrbáčka! Aby mi ukázal, že umělkyně se musí pořádně narovnat. A změnou těla se dostaví i její sebevědomí a

neotřesitelnost a neohroženost a ona vykvete v plné své kráse. To je pocit!! Její pocit! Vítězný pocit. Standa ji nějak komentuje, chválí. To je fajn, ale Ona stejně sama ví, že právě teď je to Ona a že je dokonalá! Objev: když je to ono, víme to! Ta figura si úplně vystačí a už nepotřebuje zvenku potvrdit. (samozřejmě, chvála je milá a je dobré vědět, že je to vidět i navenek). Ale ten pocit, kdy víme... jasně, i v životě prostě někdy víme, i když to nedává smysl, i když se nám to zrovna nehodí nebo to chceme jinak, **když JE TO ONO**, tak to **prostě víme!** A stejně jako na DJ si to pak někdy rozmluvíme, protože nemáme odvalu to přijmout a ustát. Umělkyni jsem si dneska na chvíli ustála!
Tenhle objev nepotřebuje komentář. Snad jen to, že je velký rozdíl mezi tím něco vědět, nebo slyšet a něco zažít!

Když jsem se v létě a na podzim roku 2013 začala svých DJ-kolegů ptát, proč vlastně to DJ dělají, zkusila jsem si na tuto otázku odpovědět sama:

Docela často se při něm pěkně potrápím a často mi to nic nehodí, nevyjde to, není to ono. Ale když to je ono, je to zázračný. Ano, chodím tam hledat ty momenty, kdy úplně ztratím kontrolu na tím, co se děje a ono se Něco začne dít skrze mne, se mnou a zároveň beze mne, tedy bez mojí intervence. Popis toho, jako to cítím, se mi docela povedl v jedné reflexi:

DJ 22. 12. 2011

Nevím, já nevím, co se to stalo. Jak popsat něco, co rozum vůbec nezvládá zpracovat? Nerozumím tomu. Ale je mi krásně. Nemá vůbec cenu popisovat, kam jsem kdy šla, co jsem udělala a řekla. Nejen, že o to vůbec nejde, ale navíc nic z toho, co se na place událo jsem ve skutečnosti neudělala já. Ono se to udělalo skrze mě. Ta stokrát opakovaná věta.. a teď konečně vím, co znamená. A právě to „skrze mě“ je podstatné.

Kdysi jsem absolvovala seminář a zasvěcení do Reiki. Reiki je energie, která je všudypřítomná a člověk se za určitých okolností může stát takovou trubkou, kterou ta energie může nějak putovat, třeba k dalšímu člověku. My můžeme pomoci jen tím, že budeme tu „trubku“ udržovat čistou a otevřenou. Pak může energie proudit. Sama!

Přesně tak jsem si já připadala při dnešním DJ. Jako trubka. Dala jsem se k dispozici a ono se to dělo. Ale zároveň si uvědomuju, že to, co se dělo, nebylo jen odněkud z venku, nějaká „energie, která by hledala jakoukoli trubku“. Při DJ jsem měla pocit, jakoby se „tohle z venku“ nějak napojilo nebo aktivovalo něco mého, takže To, co se pak projevilo, co mě nastavilo do určitého výrazu, co mi dalo určitý hlasový projev, To bylo Moje, to jsem byla já.

Takže si protičečím? Nebo ne? Vždyť už z názvu plyne, že DJ je jednání s partnerem – takže já s já? Ale to jsem zase v hlavě. Jenže jak psát o tom, co není v hlavě? Jak vysvětlit to, že se vám najednou začne proměňovat vlastní tělo a nevíte, v co nebo koho se proměňuje, hlas, kterým mluví nebo dokonce zpívá taky neznáte, a jenom jste neuvěřitelně zvědaví a napnutí, co se stane dál. Je to ten druh napětí, které jsme zažívali jako děti, když jsme v kuchyni vyhlíželi Ježíška a čekali až vedle v pokoji zazvoní zvonečkem. Nebo jako když se blíží rozuzlení geniální detektivky a vy se přímo tetelíte napětím. A zároveň víte, že nesmíte do toho pokoje vtrhnout, protože byste Ježíška vyplašili a taky víte, že je blbost, číst detektivku odzadu. Tak si to napětí užíváte a čekáte!

A pak to přijde ještě jednou. Tělo se vám samo přeskládává! Hlava je prázdná a vy s očima na stopkách sledujete mu magickou proměnu. A pak se poměna dovrší, postava se „naplní“ a stejně tak jak přišla, zase zmizí. A vy se přistihnete, že stojíte v prostoru s naprosto blaženým úsměvem, nejen ve tváři. Celé vaše tělo se usmívá! Je to jakoby jste na prsou měli načechraný obláček, růžovou cukrovou vatu a s tím obláčkem se vznášíte a víte, že se stal zázrak. Že jste se setkali sami se sebou.

A jak že se to stalo? Nevím. Vůbec nevím a vůbec mi to nevadí!

Ano, proto to dělám. Proto, abych se setkala sama se sebou. To by ale předpokládalo, že většinu času sama sebou vůbec nejsem. No, ono to tak může trochu být. Ono totiž jde o bytí sám sebou, ale před ostatními, před svědky. To je něco jiného. Ono se říká, že DJ dělá každý mnohokrát denně doma, když si povídá sám se sebou. Ale stoupnout si před skupinu lidí na židličkách a lup, být bezprostřední, bez očekávání a jen se nechat reagovat na impulzy vlastního těla, to fakt není sranda. Teda je a obrovská, když se to podaří, ale je pravda, že já jako introvert, se velmi často ostatním lidem, zvláště těm cizím, asi opravdu

neukazuju. Většinu času mám nějakou roli – kolegyně, lektorka, studentka, dokonce i mezi blízkými se nějak typicky chovám a vlastně nevědomě “držím” roli, ve které jsem. Ne, že bych to nebyla já. Samozřejmě je to nějaký můj aspekt, ale pak jsou “role”, které si hned tak nedovolím. Většinou ty trochu nelichotivé, které se velmi často přihlásí o slovo právě na place. A to je poznatek. Mě se opravdu ze začátku (tím myslím prvních pár let ☺) na DJ občas klubaly figurky, které jsem si nechtěla dovolit (blbka bez mozku, debílek, zlá mrcha). Jasně, byla jsem vychovaná, že takto se přece hodná holka nechová. Ale ještě zajímavější jen, že když jsem si dovolila tyhle postavičky, přišly další, vůbec ne negativní, jako malá koketní holčička a dokonce tanečnice a předvádívka nebo majestátní královna s nesmírnou mocí. A mě až teď napadá, že já si asi při DJ, ve velmi “chráněné” skupině, dovoluji prožívat mé součásti, kterým v životě nedávám moc prostoru. A co víc, já mám pocit, že se právě jejich projevením v DJ dostávají i do mého každodenního života. Takže to dělám proto, že se tím stávám celistvější, plnější, barevnější? Nikdy jsem o tom takhle nepřemýšlela. Tohle zadumání spíše odpovědělo na otázku: Co mi DJ dává?. Nedělám ho proto, abych objevila a integrovala své málo poznané životní role (taková definice by se možná hodila pro propagaci “kurzu DJ”), ale právě o to tu nejde! To, co mi to dává, objevuji až mimochodem. Dělám to proto, že mě to baví.

Dál jsem se ve svém přemýšlení o přínosech DJ sama nemohla dostat. Tak jsem se začala pít. Ptát se ostatních, povídat si a v rámci jednoho rozhovoru jsem zjistila, že existuje záznam naší diskuse nad reflexemi z roku 2012, který ukrýval mnoho perel.

Kapitola 1.6 DJ – společná rozprava v létě 2012

Standa Suda, který po mnoho let vede skupinu, ve které DJ zkouším, nás požádal, zda bychom byli ochotni se sejít v době mimo zkoušení a sdílet své reflexe a vůbec se pobavit o DJ. Z této diskuse vybírám pár příspěvků, které přímo souvisí s „mou otázkou“, tedy „Proč DJ děláme a co nám dává?“

Standa zmínil, že mu jedním jeho dlouholetým studentem byla položena otázka „proč ty děláš to dialogický jednání?“ a několik z nás se toho chytilo a otázku jsme zopakovali. Standa: Je to hezkej začátek. Je to strašně zajímavý. Já si

pamatuju, jak mě tady udržela Eva Vyskočilová, jako v tom studiu. A vím, že jsme se jednou takhle bavili, a když jsme začali kolem těch improvizací a kolem DJ a bylo to celý takový experimentální, tak mě najednou vám seplo, že v tom dialogickém jednání jde o mě! Že jde o mě a řekl jsem jakoby srandovní slovo, pamatuju si to jako dneska... .. ze mě vypadlo, že jde o morálku. **Že jde o mojí morálku, o mojí mravnost...** ...A pořád si říkám, jak to bylo hezký, že to ze mě vypadlo a jak se k tomu vracím, tak si pořád říkám, že jo! Že to tak je. A že to člověk chápe na základě toho, že může začít sám o sobě přemýšlet, **kdy hraje roli a kdy tu roli vytváří.** Kdy existuje, kdy jedná za sebe a kdy se nějak chová, nezávazně. Pro herce je to asi velmi důležitý. To je ten moment, kdy hercům věříme, kdy jsou autentičtí, že jsou v roli, že jako ji vytvářejí. Je to prostě ta radost, když člověk vidí starýho Hrušínského nebo Wericha, jak si užívají tu roli, že ji vlastně vytvářejí, že ji nehrajou. Vždycky když na ně koukám, tak si říkám, že oni to nehrajou, to je chuť. To je chuť toho, co vzniká teď. A pak si pamatuju, jak Evička Vyskočilová říkala, no že se člověk někdy chová jako blbec. A to je přesně ten moment, kterež z DJ si vždycky uvědomuju, že člověk je jakoby rychlejší než chce, je mimo sebe, je takovej neuvědomělej a najednou sám na sebe kouká, co že to plácá za koniny. Co že to tak jako plácá, aby řeč nestála? Co to tak jako dělá, aby se něco dělo? A vůbec se ho to netýká. A najednou když má šanci a zastaví se, tak na sebe kouká a říká si, hmm to jsem ale pěkněj pitomec. A to si myslím, že je to dialogický jednání. Že tohle může přiblížit. Že člověk si opravdu v momentech, kdy dialogický jednání zkouší, pozoruje, že ho to vede **k sebe-vědomí, ve smyslu vědomí sebe sama.** ... A teprve v tom dialogickém jednání jsem si uvědomil, jaký je to strašný, když tam člověk udělá levárnu, když na toho druhýho je hnusnej, tak najednou zjistí, že... Tomáš: Počkej, myslíš na toho svýho druhýho? Standa: Mýho druhýho, v dialogickém jednání, jo, když jsem tam sám... tak najednou člověk zjistí, že když je opravdu takovej hnusnej, nebo se mu něco nedaří a je nespokojenej, tak **jedinej, kdo mu může dopovědět, je zase jenom on sám.** To znamená, já když se zaženu do kouta, ve hře, rádoby ve hře, tak **zaháním do kouta sebe.** Protože v tej druhej poloze jsem já. A když jako jsem při hře na toho druhýho opravdu hnusnej a ženu ho do kouta, tak buď se sám sobě vůbec neozvu, protože s tímhle nechci nic mít, a nebo jsem pak pěkně v koutě. Co s tím, pak? A

vždycky si říkám, jestli to není nějaký **univerzální model porozumění**. Když to nemůžu dělat sobě, tak bych to asi neměl dělat ani druhým. Protože, jak ten druhý se může k nějaký opravdový odpovědi dostat, jak vůbec se mnou může být v komunikaci, když já sám bych si v té situaci nevěděl rady. Byl bych v koutě. Jo. Tak takhle možná. Ne že bych to uměl, ne že bych věděl, jak na to, ale tohle to mě tam asi inspiruje.

Kačka: Já jsem to už stokrát říkala, já jsem na to byla alergická ze začátku, na to dialogický jednání a já tomu ani tak neříkám. **Pro mě je to jako život**. A pro mě to má co dělat s tím, že já když jdu na plac, tak **mám možnost se dotknout sama sebe**. A je úplně jedno, jestli jde o to, jít na plac, nebo jestli jde o to pak třeba jít porodit dítě, což je teď moje teda téma... A v tu chvíli taky nemůžeš uhnout nikam, protože když uhýbáš, tak je to o to horší. To samý na tom place. Tam se děje to, že když se daří, tak to je život, protože **jsi v kontaktu sám se sebou**. A takhle jako bys měl bejt,... takhle je blaho, když se mi to podaří kdykoliv. Protože v tu chvíli žiju teď, jsem v kontaktu sama se sebou a podle mě, to co cítím, to je to „huu, hooo“, to co asi cítíme všichni, když se to daří, to je **prostě energie života**. Prostě to je to, že seš teď! Protože jak ty jsi říkal, že tady.. že nevíš, že nemáš cíl. No, zaplať pámbu, já teda se děším jakéhokoli cílů... nemůžeš vědět, protože tím zabiješ to, co je teď. Prostě není cíl. Je teď, prostě. A to tak je. A mě to hrozně baví. Já to slovo dialogický jednání nemám moc ráda, ale... já mám prostě pocit, že to je život. Že to je to, co je život. Že z toho nemůže bejt metoda, že podle mě má člověk možnost se dotknout sama sebe.

Jana: ... To je ta **pravost**. Já tomu říkám pravost. Přijímat, jaký člověk opravdu je! No, a ono se mu to velmi nehodí, že jo? Trošku ho to vyvede z míry, že je takovej. Ono, to možná byl naposled teďka můj problém, že jsem se prostě nepřijímala, vždycky jsem tam za sebe někoho poslala.... ... Tohle to mě přišlo hrozně dobrý. Právě v tom, když je to ten život, tak mi taky vlastně hrozně **málo přijímáme od sebe to, v čem jsme pravý**. A to, že sem chodíme a že tady hmatáme, sebe, tak to je právě úžasný, protože snad potom, když jednáme v té své nepravosti, jako ti blbci, což jednáme velmi často, že jo? Tak, že už si to

uvědomíme. A že si řekneme: Ale, ale, na co si to teďka hraješ? Koho to chceš okouzlovat? .. Jo, a už je to...

Zuzka: A ještě k tomu, co říkala Jana, mě k tomu napadá to „já to chci jinak“. Jak strašně z nás má to „a tenhle nápad ne, já chci jinej, počkám si na lepší, tohle je blbý“, ale ono to vlastně říká „já sebe chci jinak“. Jana: Ano! Zuzka: Já chci, abych já byla jiná. A teprve, **když člověk přijme to, co je, tak se dějou najednou zázraky**. A najednou zjistí, že to, jak si to vymyslel, by stejně nemohlo bejt tak dobrý jako je on, když se nechá bejt tím, kdo je. ...

Slávek: ...Já to taky tak vnímám, že tady se dotýkám něčeho, co je to živý a čím bych rád i žil mimo tady ty prostory... .. Tady mě přijde, že když toho člověka vidím třeba poprvé a vidím, jak jedná, tak mě přijde, že je hrozně jako blízkej, že **zahlídnu něco, přes co dokážu člověka nějak líp poznat**, nebo co je ta jeho energie. Já když bych si s ním dvě hodiny pokecal, tak to nezahlídnou, ale tady jako něco...

Jana: To je to, čemu já říkám **pravost**. Tady se občas s nás, nebo z kohokoli, vychlístne něco, co by se normálně... ale přesně jak říká Staník, ani sám on sebe takhle nezná, často nezná.

Zuzka: Mě k tomu jako napadlo **duše**... jako když se říká „tělo bez duše“, když je to jako chcípí, odpojený.. A že když se tady to potká a začne to žít, takže ta duše, nebo ten život, co v tom je, že je vidět pro nás, ale je vidět i na ostatních, nebo je vidět i ven a mě pak přijde, že si ho můžeme odnést. Já mám pocit, že když tady si **k sobě tu cestu najdu**, tak že si ji hledám mnohem líp i venku...

Kačka: Mě přijde, že to je právě ta živost. Že to je smysl tý práce. Ne to, jestli budu dobrá herečka, nebo co, ne to je úplně jedno. Ale to je smysl tý práce, že vlastně jestliže tohle to dokážu převádět dál, než jenom na ten plac, že to je smysl... **Pro mě to je trénink života**. Já tady trénuju to, abych mohla takhle bejt i jindy. Jo, tady to můžu trénovat. ...

Kapitola 1.7 DJ- závěr

Cílem této kapitoly bylo zmapování a porovnání toho, co lidem přináší zkoušení dialogického jednání a nalezení odpovědi na otázku, proč se mu dlouhodobě věnují. Rozhovory, dotazování a pročitání reflexí mých spolu zkoušejících kolegů mi v mnohém potvrdilo, že vnímáme DJ velmi podobně a že jeho přínosy jsou takřka univerzální pro všechny, kteří mu dávají svůj čas a energii. K čemu nám to DJ tedy je?

Z reflexí a rozhovorů jasně vyplývá, že **DJ pomáhá při veřejném vystupování**. Lidé se cítí jistější (např. při moderování, hraní), jsou přesvědčivější (obhajoba diplomové práce), mají z před lidmi výrazně menší trému (při prezentacích, při přednáškách) ale i při každodenním jednání a běžném setkávání se s lidmi (v obchodě, na ulici apod.). Člověk se při DJ učí vyrovnávat s pocity trapnosti „Bejt trapnej před lidma je docela zážitek“ (Tomáš P.) i s potřebou být zábavný, originální, obdivovaný, nebo alespoň přijímaný atd. Tato ambice postupem času ochabuje a člověk se více soustředí na vlastní pocity, orientuje se dovnitř a už méně hledá potvrzení a ujištění v okolí „Povedlo se, jsem spokojen. Je to zvláštní pocit. Je to vědění o tom, že vím. Nepotřebuju, aby mi to někdo řekl, potvrdil. Prostě to je.“ (Olda).

Takto by se daly shrnout přínosy DJ v oblasti dovedností, které si člověk osvojuje a všímá si jich většinou v prvních několika letech zkoušení.

Tyto „dovednosti“ však nevychází ze zvládnutí nějaké techniky, ale z postupné proměny člověka samého. Ten, kdo se DJ věnuje více let (3 a více), začíná si všimát změn nejen ve schopnostech a chování, ale ve vnímání a nahlížení na sebe sama. To je teprve ta doba, kdy se (s nadsázkou, ale i bez ní), začínají dít zázraky, na place i mimo něj.

To, co všichni zkoušející znají a všímají si toho je chtění „něčeho jiného“, „něčeho lepšího“. Máme představu toho, jak by to mělo vypadat a pokud to tak nevypadá, nejsme spokojeni. Až do té doby než si začneme všimát zážitků **přijetí a sebe-přijetí** a osvobození, které přináší.

„...mám pocit, že největší změna pro mě přišla někdy, když jsem se na place na sebe přestal vztekat a nadávat si a začal jsem to nějak přijímat. ... Hmmm, teď mě ale

napadá, že to bude možná jen to, že si potřebuju přiznat, že to, co se děje, je to vopravdový, ať je to jakýkoli a že prožitek se prohloubí přijetím“ (Tomáš P.)
„Otevírám se víc na place svým slabostem (přiznávám se k nim). Posiluje to moje přijetí sebe sama (samozřejmě za pomoci ostatních). Moje maska maličko oslabila.“ (Olda)

„To je ta pravost. Já tomu říkám pravost. Přijímat, jakej člověk opravdu je!“ (Jana)
„Dělám to, pro to osvobození se, uvolnění, vyvlékání se z pout. A pokud se svlékneme, otevře se mnohorozměrný prostor, kde lze cokoli.“ (Tomáš K.)

Jak tedy popsat to, proč DJ dál zkoušíme? Pro zážitek setkání se sebou, se svou pravostí? Pro osvobození se z fungování v rolích a maskách a zážitek bytí „jen tak“, jací jsme? Někteří to nazývají terapeutickým účinkem, někdo mluví o psychohygienickém aspektu DJ a několik z nás se shoduje, že si na DJ zkrátka zkoušíme život.

„Dělám tytéž chyby (tady na DJ), co v práci, doma, ve vztazích a co já vím, prostě tytéž chyby, co prostě dělám.“ (Tomáš K.)

„Pro mě je to jako život. A pro mě to má co dělat s tím, že já když jdu na plac, tak mám možnost se dotknout sama sebe.“ (Kačka)

Při zkoušení DJ se však nemění jen vztah člověka k sobě samému, ale i jeho **vztahování se k okolí**. S tím jak polevuje extrémní zaměření na sebe a své nedostatečnosti, projevuje se větší orientace na ostatní. Lidé v reflexích často zmiňují, že jsou pro ně ostatní inspirací, že mají radost a sdílí jejich úspěchy. Tato větší **citlivost vůči ostatním** se často projevuje i mimo DJ.

Někteří mluví o zlepšení schopnosti všímat si, co se děje ve skupině (v pracovním kolektivu, v rodině) a také o odvaze pojmenovávat a otevírat složitá témata. To zřejmě souvisí s onou pravdivostí, pravostí, otevřeností, kterou pokud člověk objeví sám pro sebe, začne ji mimoděk přenášet i na své okolí.

A při psaní těchto řádek si vzpomínám na jednu poznámku pana profesora Vyskočila, že **„vztah k sobě je de facto vztah k druhému“**.

Věřím, že DJ nás učí být vstřícnější, pravdivější a laskavější jak k sobě, tak k druhým.

„... jde o mojí morálku, o mojí mravnost... ... člověk může začít sám o sobě přemýšlet, kdy hraje roli a kdy tu roli vytváří... ...že ho to vede k sebe-vědomí, ve smyslu vědomí sebe sama.“ (Standa)

Při citování Standy Sudy musím ještě zmínit, že všichni dotazovaní vyzdvihují význam a výjimečnost skupiny (kterou vede právě Standa Suda), která je opravdu vstřícná a bezpečná a dává každému, kdo v ní zkouší, možnost pustit se dál.

A tady se moje rozněžnění nad přínosy DJ setkává s realitou a vybízí k otázkám. Dá se ve firemním prostředí vytvořit bezpečná skupina, kde by lidé zkoušeli zcela dobrovolně? Dá se zajistit zkoušení dlouhodobé? A trochu kacířská otázka: a stál by o to vůbec někdo?

V následující kapitole se tedy budu věnovat porovnávání lidí, kteří studují a zkouší DJ a firemních zaměstnanců, se kterými se setkávám při své práci lektory a kterým bych DJ ráda dopřála.

Kapitola 2 - Osobnostní typologie MBTI

- nástroj porovnání studentů KATaP a korporátních zaměstnanců

V projektu této práce jsem vznesla předpoklad, že studenti KATaP a studenti dialogického jednání obecně budou značně odlišní od zaměstnanců a manažerů korporací. V této kapitole se budu snažit tento předpoklad ověřit a případnou odlišnost přesněji popsat. K tomuto náhledu budu využívat typologii MBTI, se kterou mám zkušenosti z oblasti osobnostního rozvoje mých klientů ve firemním vzdělávání a považuji ji za dostatečně přesnou, aby její výsledky byly považovány za více než odhady a zároveň dostatečně srozumitelnou pro laickou veřejnost a tudíž prakticky použitelnou i mimo oblast psychologie. Nejdříve předkládám základní informace o typologii jako takové, které považuji za nutné k porozumění následujících analýz. (Omlouvám se odborníkům za zjednodušení, a těm, kdo se dosud s touto typologií neselekali, za možnou komplikovanost. Snažila jsem se najít střední cestu.)

Kapitola 2.1 Typologie MBTI

MBTI (Myers-Briggs typový indikátor) je nástroj založený na typologii C. G. Junga a doplněný o poznatky dvojice matka – dcera, Katherine Briggs a Isabell Briggs-Myers (přidaly k Jungovu dělení ještě čtvrtou osu preferencí). Tato typologie hovoří o čtyřech osách odlišných preferencí. Preference je zde vnímána jako vrozená dispozice. Stejně tak jako se rodíme s dispozicí praváka nebo leváka (jedna naše ruka je lépe vybavena k tomu, abychom ji používali na precizní práci jako je psaní nebo kreslení), mluví MBTI o mentálních preferencích, o dispozicích, které pak ovlivňují naše jednání, chování, komunikaci a samozřejmě i způsob, jakým se učíme, nebo ještě přesněji, jak a co nás baví se učit.

Jednotlivé MBTI preference nejsou striktní kategorie. Každý člověk se pohybuje mezi oběma extrémy a jeho preference je blíže k jednomu, či druhému z nich (míra preference se v průběhu života mění).

Osa 1. **Extraverze a Introverze**

Tato odlišnost byla poprvé popsána právě Jungem a později převzata mnoha psychology. V dnešním pojmosloví ji však vnímáme poněkud povrchně a často se soustředíme jen na vnější projevy chování introvertů a extrovertů. V Jungově

pojetí je však osa E- I tou, která popisuje odlišnou potřebu zdroje energie. Jinak řečeno, zda jsme extrovert nebo introvert určuje to, odkud čerpám energii.

Introverze

Osoba s touto preferencí čerpá energii z vlastního nitra, z vlastní reflexe, ze samoty, nebo v kruhu blízkých lidí. Introvert si potřebuje na chvíli odpočinout od světa a od ostatních, aby se mezi mě mohl zase plný sil vrátit. Jsou pro něho velmi důležití lidé, které zná a trvá mu déle, než se blíže spřátelí. Dokáže být velmi společenský, ale raději se sdružuje „mezi svými“. V cizím prostředí je spíše uzavřený a rád pozoruje, aktivně se nezapojuje. V komunikaci si věci předem rozmyslí, než je řekne.

Extraverze

Tato preference naopak vyžaduje dobíjení energie interakcí s ostatními. Extravert si odpočine na rušném večírku, kde se bude aktivně seznamovat s novými lidmi a bude vyhledávat aktivity, které zahrnují větší kolektiv. Extravert často a rád „uvažuje nahlas“ nebo se o věcech už v procesu přemýšlení baví s ostatními.

Osa 2. **Smyslové a Intuitivní vnímání**

Tato osa odlišuje způsob, jakým přijímáme informace a pojmáme okolní svět při prvním bezprostředním setkání s ním. Mluví o tom, „co vidíme“, když se díváme na předměty nebo obecně na svět kolem sebe.

Smyslovost

Člověk s preferencí pro smyslové vnímání vidí přesně to, na co se dívá a nic jiného. Vnímá realitu kolem sebe svými pěti smysly. Je pro něj důležité jaký tvar, barvu, vůni, chuť mají jednotlivé předměty. Všimá si detailů a z nich si pak následně skládá celek. Často uvažuje velmi prakticky a pohybuje se v oblasti reality.

Intuitivnost

Naopak preference pro intuitivnost dává člověku potřebu vnímat a vidět věci v souvislostech a hledat mezi nimi spojitosti a určité vzory. I když se podívá na konkrétní předmět, okamžitě mu naskakují asociace, které tento předmět vyvolává. Předmět jako takový není dlouho středem zájmu. Zajímavější je myšlenkový svět a představy, které vzbudil. Takový člověk má rád teorie a

možnosti, rád se pohybuje na poli představ a vizí.

Osa 3. **Analytické a pocitové rozhodování**

Přestože všichni používáme obojí, někteří z nás mají preferenci dělat rozhodnutí na základě jasných logických argumentů a analýz, zatímco jiní přikládají větší váhu pocitu, který doprovází jednu nebo druhou alternativu.

Analytičnost

Tento typ rozhodování stojí na zvážení všech logických argumentů pro nebo proti, případně pro každou z rozhodovaných variant. Člověk rozhodující se analyticky si někdy podvědomě, někdy skutečně, sepíše všechny dostupné argumenty a na základě jejich zvážení vybere „správné“ rozhodnutí. Je pro něj důležitá objektivní spravedlnost, která měří každému stejně a hledá vždy řešení procesní a systémová, která mohou být uplatňována obecně na všechny podobné případy.

Analyticky se rozhodující člověk má typicky sklony kritizovat. Přesto že vidí i pozitiva, má potřebu mluvit spíše o nedostatcích a jeho zpětná vazba se bude soustředit právě na kritiku. To je způsob, jakým motivuje a sám bývá motivován ke zlepšení. Sám chce slyšet to, co má zlepšit, pochvalu považuje často za ztrátu času.

Pocitovost

Tento způsob rozhodování je často velmi subjektivní a situační. Člověk s preferencí tohoto typu při svém rozhodování vždy podvědomě zvažuje dopad svého rozhodnutí na ostatní a často se rozhodne pro variantu, kterou v dané situaci s ohledem na zainteresované strany, považuje za dobrou. Rozhodnutí nevychází přímo z analýzy logických argumentů, ale z pocitu „dobře – špatně“ a pokud je to nutné pro okolí, logické argumenty si tento člověk doplní až po rozhodnutí, spíše jako vysvětlení a obhajobu.

Ten, kdo se rozhoduje pocitově má větší potřebu chválit a podporovat a jeho zpětná vazba je často pozitivní. Sám také potřebuje být chválen a oceňován. Pokud je dlouhodobě vystaven kritice, jakkoli dobře míněné, bude ho to demotivovat a kritické prostředí buď opustí, nebo se uzavře.

Osa 4. **Jednoznačnost a Proměnlivost**

Tato osa protikladů popisuje naši potřebu organizovat nebo naopak zcela nechat plynout svět a dění kolem nás, stejně tak jako náš čas, náš prostor.

Jednoznačnost

Tato preference dává svému nositeli potřebu mít věci pod kontrolou, plánovat, řadit, třídit a jakkoli jednoznačně vymezovat svůj prostor, svůj čas a celkově svůj svět. Lidé s preferencí pro jednoznačnost milují plány, kterých se drží a seznamy, které následují. Mají rádi zaběhnuté, dané systémy a pravidla, která sami vytváří a dodržují. Uznávají dochvilnost a celkově plánují svůj čas i v době odpočinku. Jsou také rozhodní a svá rozhodnutí často nemění.

Proměnlivost

Lidé s touto preferencí jsou velmi přizpůsobiví, reagují na změny a podněty a nechávají věcem prostor. Stejně tak potřebují prostor pro sebe. Nemají rádi konečná řešení, nechávají věci otevřené, aby mohli reagovat. Obecně mají rádi změny a hledají nevyšlapané cesty a překvapení. Rozhodují se a dodělávají projekty často na poslední chvíli a čas vnímají uvolněněji. Lépe zvládají náhlé změny a vyznají se v „chaosu“.

MBTI typy

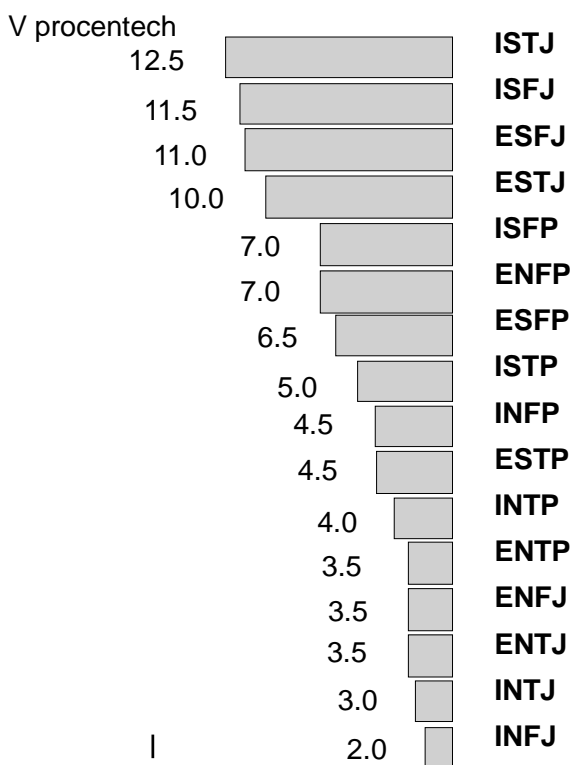
Kombinací zmíněných 4 os preferencí vzniká 16 MBTI typů, kde každý z nich je více než je součtem charakteristik jednotlivých preferencí, ale má svou vlastní dynamiku a vlastnosti.

MBTI® řadí lidi do 16 typů

ISTJ „Dělám, co je třeba“	ISFJ „Povinnost je povinnost“	INFJ „Je inspirací pro všechny okolo“	INTJ „Všechno se dá zlepšit“
ISTP „Všechno se má zkusit“	ISFP „Činy řeknou víc než slova“	INFP „Věci musí mít vyšší smysl“	INTP „Nejraději řeším problémy“
ESTP „Carpe diem“	ESFP „Žijeme jen jednou“	ENFP „Žít na plný plyn“	ENTP „Život je jedno velké dobrodružství“
ESTJ „To půjde“	ESFJ „Nejlepší hostitelé na světě“	ENFJ „Vymámí z jalové krávy tele“	ENTJ „Vím, jak na to“

Jednotlivé typy však nejsou v populaci zastoupeny rovnoměrně. Obecně je početnější skupiny lidí, kteří mají preferenci pro smyslové přijímání informací. Zde je poměr přibližně 70:30 pro smyslově vnímající oproti přijímání informací intuitivnímu. V ostatních 3 osách už není disproporce v zastoupení tak výrazná, přesto existuje. Takto vypadá tabulka rozložení typů v populaci.:

Rozložení typu v populaci



Zdroj: www.capt.org, August 2007,

Kapitola 2.2 MBTI temperamenty

16 osobnostních typů MBTI můžeme využívat pro podrobný popis a charakteristiku jednotlivců a jejich preferencí, ale při práci se skupinou se častěji využívají takzvané MBTI temperamentní skupiny, které slučují 16 typů do 4 skupin, která vždy obsahuje typy se 2 shodnými preferencemi. K vytvoření skupin došlo empiricky, pozorováním a existuje několik teorií proč právě tyto dvojice preferencí, ale to nepovažuji za nezbytné pro náš záměr, proto budu vycházet z existence následující temperamentních skupin: SJ, SP, NF a NT. Jaké typy tímto způsobem přiřazujeme dohromady, vidíme v následující tabulce.

MBTI® řadí lidi do 16 typů a 4 temperamentních skupin

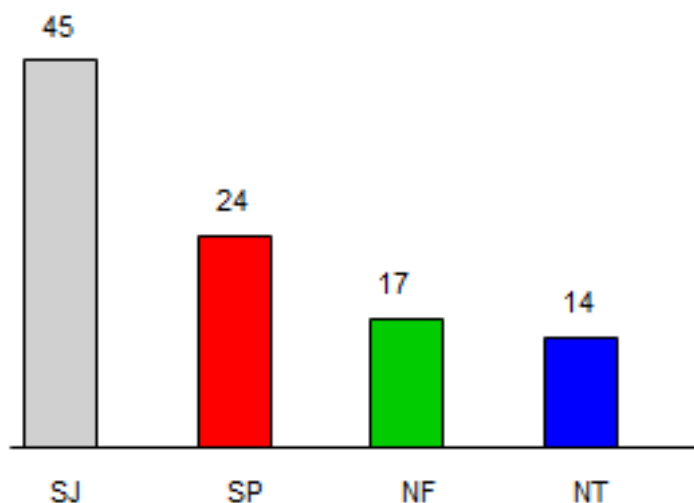
ISTJ SJ	ISFJ SJ	INFJ NF	INTJ NT
ISTP SP	ISFP SP	INFP NF	INTP NT
ESTP SP	ESFP SP	ENFP NF	ENTP NT
ESTJ SJ	ESFJ SJ	ENFJ NF	ENTJ NT

Každá z těchto skupin (SJ, SP, NF a NT) nám poskytuje informace nejen o tom, jaké preference sdílí, ale kombinací preferencí vznikají charakteristiky, které jednotlivé preference samy o sobě neobsahují. Lidé, kteří se nachází v jedné temperamentní skupině, pak vykazují určité sklony a tendence shodné pro všechny členy, přestože mají 2 další odlišné preference.

Z našeho pohledu je zajímavé i zastoupení jednotlivých skupin v obecné populaci. Je velmi pravděpodobné, že v naší kultuře (ať KATaP nebo mezi zaměstnanci firem) bude procentuální zastoupení jednotlivých temperamentů velmi odlišné.

Rozložení temperamentních skupin v populaci

V procentech



Zdroj: www.capt.org, August 2007.

Kapitola 2.3 MBTI statistiky – profese a vzdělávání

Vzhledem k tomu, že je MBTI nástrojem, který se používá již více než 60 let v mnoha oborech, například při poradenství při výběru studijního oboru a zaměstnání, existují data, která ukazují, že určité typy lidí dávají přednost určitým směrům a oborům.

Podle statistik (MBTI manual, Consulting Psychologists Press, 1993) se manažeři nejčastěji „rekrutují“ z řad čtyř typů, kterým se říká manažerské kvadranty.

MBTI® a manažerské kvadranty ISTJ, INTJ, ESTJ a ENTJ

ISTJ „Dělám, co je třeba“	ISFJ „Povinnost je povinnost“	INFJ „Je inspirací pro všechny okolo“	INTJ „Všechno se dá zlepšit“
ISTP „Všechno se má zkusit“	ISFP „Činy řeknou víc než slova“	INFP „Věci musí mít vyšší smysl“	INTP „Nejraději řeším problémy“
ESTP „Carpe diem“	ESFP „Žijeme jen jednou“	ENFP „Žít na plný plyn“	ENTP „Život je jedno velké dobrodružství“
ESTJ „To půjde“	ESFJ „Nejlepší hostitelé na světě“	ENFJ „Vymámí z jalové krávy tele“	ENTJ „Vím, jak na to“

Tyto čtyři typy sdílí preferenci pro analytické rozhodování a zároveň mají potřebu jednoznačně definovat a organizovat okolní svět, preference **TJ**. Jsou to tedy lidé, kteří se rozhodují na základě logických argumentů, kteří potřebují vytvářet a dodržovat pravidla, kteří měří každému „stejným metrem“. Jsou to lidé exaktní, vědečtí, nepřipouští nelogické pocitové dohady a mají rádi jasné hranice, kategorie a pevná rozhodnutí. Toto všechno mají společné.

Naopak lidé, kteří se věnují uměleckým směrům, jak divadlu, hudbě nebo literatuře, patří naopak nejčastěji k jednomu ze čtyř typů, které sdílí preference **NF**.

Kombinace preferencí NF dává těmto lidem schopnost vnímat a přijímat informace v souvislostech, vidět svět jako celek a zároveň potřebu rozhodovat se na základně vnitřního pocitového přesvědčení.

Jejich holistický a humanistický pohled na svět jim dává velkou schopnost empatie a citlivost na lidi kolem sebe. Hledají možnosti a potřebují se realizovat. Nehledají práci, ale poslání, které je často spojené s určitou službou světu, s potřebou předávat nebo pomáhat ostatním.

MBTI® s typy uměleckého zaměření (NF)

ISTJ „Dělám, co je třeba“	ISFJ „Povinnost je povinnost“	INFJ „Je inspirací pro všechny okolo“	INTJ „Všechno se dá zlepšit“
ISTP „Všechno se má zkusit“	ISFP „Činy řeknou víc než slova“	INFP „Věci musí mít vyšší smysl“	INTP „Nejraději řeším problémy“
ESTP „Carpe diem“	ESFP „Žijeme jen jednou“	ENFP „Žít na plný plyn“	ENTP „Život je jedno velké dobrodružství“
ESTJ „To půjde“	ESFJ „Nejlepší hostitelé na světě“	ENFJ „Vymámí z jalové krávy tele“	ENTJ „Vím, jak na to“

Přestože se pochopitelně jedná o značné zjednodušení, dá se obecně říci, že z hlediska MBTI typologie jsou studenti KATaP a klienti manažerského vzdělávání velmi odlišní a bude jim tedy vyhovovat odlišný způsob učení.

Při pohledu na vzdělávací preference a potřeby nám pomůže podrobný pohled na jednotlivé typy. Každá kombinace preferencí, tedy osobnostní typ, je mnohem

komplexnější a zdaleka přesahuje „jen“ sumář charakteristik jednotlivých preferencí. Proto je třeba se podívat na kompletní profil daného typu. Pro ilustraci vybírám typ ISTJ – je to jeden z takzvaných manažerských typů a zároveň je to nejpočetněji zastoupený typ v populaci.

Jak tedy bude vypadat potřeba vzdělávání právě u typu ISTJ?

ISTJ stanoví pro své děti (a někdy i partnery) pravidla o kterých se nediskutuje a očekávají, že budou dodržována. Však když oni byli dětmi, bylo to přesně tak a tak i teď by věci „měli být“ stejné. Tradice „se má“ dodržovat. Pro ISTJ jsou jasně dané role: rodič je rodič a dítě je dítě a každý má svou úlohu a zodpovědnosti. Pro ISTJ není překvapivé, že přiděluje úkoly celé rodině i na víkend. I odpočinek přeci má mít program a plán a má být dodržován. Stejně jako dospělí se chová i ISTJ dítě. Většinou je dobrý student, domácí úkoly dělá včas a úhledně, svůj pokoj udržuje a uklízí. Chodí k jídlu v čas a také očekává, že jídlo bude včas připraveno. I ono se řídí svým seznamem toho co „se má“ dělat a očekává i od rodičů, že i oni budou plnit svou roli stejně zodpovědně. Může ho znervózňovat, když se rodiče nebudou řídit stejnými pravidly a nebudou dodržovat jeho časový harmonogram nebo slíbený plán.

ISTJ někdy mohou pravidla a „mělo by se“ brát až fanaticky. Profese, ke kterým tíhnou, jsou většinou zaměřeny na dosahování praktických a viditelných výsledků jako například chirurgie, účetnictví, právo. Jejich atraktivita pro tento typ spočívá v tom, že v nich člověk často pracuje na svém (I), je orientovaný na výsledek (S), jeho práce vyžaduje objektivitu (T) a řídí se jasnými pravidly a postupy (J). Přestože mohou ISTJ zastávat nejrůznější profese, neláká je činnost vyžadující abstraktní myšlení nebo společenskou spontánnost. Ať na pozici nadřízeného nebo podřízeného, v práci stejně jako jinde hrají podle pravidel. Předpokládají, že ti kdo se drží pravidel vyhrávají, ti kdo je porušují, prohrávají.

(Tyto odstavce jsou vybrány z profilu jednotlivých typů – tyto profily jsem sestavila na základě dostupné MBTI literatury – viz Bibliografie a doplnila z vlastní zkušenosti. Profily také používám v rámci svých seminářů.)

Je tedy patrné, že lidé s určitými preferencemi budou přirozeně tíhnout k určitému typu vzdělávání a vlastního rozvoje, bude je bavit a přitahovat odlišná činnost, odlišná zábava.

Kapitola 2.4. MBTI - studium DJ a KATaP

Kapitola 1.4.1 MBTI a Ivan Vyskočil (odhad)

Na základě popisu jednotlivých preferencí se pokusím o odhad MBTI typu prof. Ivana Vyskočila, protože věřím, že právě jeho osobnostní typ má vliv na jeho pohled na vzdělávání a projevuje se na způsobu, jakým on sám pracuje se studenty a jak vede a „vychovává“ další asistenty DJ a celkově tam ovlivňuje způsob výuky a přístupu ke vzdělávání na KATaP.

Moje soukromá hypotéza (neověřená prof. Vyskočilem) je ENTP – extrovert, s preferencí pro intuitivní vnímání, analytické rozhodování a flexibilním (proměnlivým) přístupem k organizaci života.

Každý typ má vlastní dynamiku, je mnohem více, než je výčetem čtyř preferencí. Právě jejich kombinace přináší určité předpoklady a sklony. Podívejme se, jak je ENTP typ popisován v literatuře.

ENTP- „Život je jedno velké dobrodružství“

ENTP žijí velmi intenzivní život a jejich entuziasmus je přivádí ke spoustě aktivit, pracovních i nepracovních. Jejich vynalézavost souvisí s jejich bohatou intuicí (N), která jim otevírá svět nekonečných možností, a v kombinaci s jejich objektivním rozhodováním (T) a orientací na okolní svět (E), všechno přeměňuje na myšlenky a schémata.

Jako všechny EP, je většinou víc baví rozvíjet novou myšlenku, než se věnovat a pracovat na něčem, co už existuje. To někdy přináší starosti i frustraci – jak pro ně, tak pro lidi kolem nich. Pro ENTP je svět šachovnicí, kde musí – ENTP – pohybovat všemi figurkami tak, aby všichni hráči měli ze života co nejvíc. Neustále bombardují sebe i ostatní nápady a srší nadšením, které je v lepším případě dovede k zdolávání jedné vzrušující výzvy za druhou, v horším případě k nekonečné sérii odložených a neuskutečněných snů.

ENTP vnímá celek a zajímá ho, kolika různými způsoby se dají poskládat jeho jednotlivé kousíčky. Je to právě jejich schopnost vidět celek „big picture“, která jim umožňuje generovat tolik kreativních alternativ pro jakýkoli systém – ať je tím „systémem“ rodina, dovolená, sbírka CD, nebo velká korporace. Vědí, že každý systém, bez ohledu na to jak je fungující, může být zlepšený a zefektivněný. Takový perfekcionismus je někdy činí až posedlé vývojem v mnoha disciplínách. Tyto schopnosti je samozřejmě předurčují k úspěchu v různých podnikatelských dobrodružstvích.

Pro všechny ENTP je přirozené testovat hranice každého systému i člověka, zvláště těch tradičních a tradicionalistických.

Hodně intuitivních-analytiků se učí diskutováním a zpochybňováním, a pro ENTP to platí dvojnásob. Zpochybňování všech úhlů pohledu jim přináší intelektuální uspokojení a radost, stejně jako děláni něčeho neobvyklého a nečekaného jen kvůli reakci okolí.

Důraz na výzvu, extrémny, realizaci nápadů a nezávislé myšlení charakterizuje všechny aspekty životního stylu ENTP. Výsledkem mohou být různé druhy nestability. Mohou je potkávat velké finanční výkyvy i fyzická nevyrovnanost. Když intelektuální jiskření a zabývání se „svými vlastními věcmi“ dostává přednost před „tím, co bylo potřeba udělat už včera“ – jako úklid domu, kanceláře, zahrady, čehokoli – může to někdy přinést chaos. Obecně je dům ENTP všem přístupným rájem pro ty, které zajímá to, co se právě objevuje a pro ty, kdo stejně jako ENTP prahnou po intelektuálních podnětech k individuální cestě nahoru.

Mít možnost vymýšlet si a uskutečňovat své nápady bez nutnosti dotáhnout je do konce a být za ně zodpovědný, je pro ENTP vysněná relaxace. A pravděpodobně je to i velký zdroj jejich kreativity. Možnost dát zelenou své představivosti, bez obtěžování se nudnými detaily a nezáživnou rutinou, která k mnoha nápadům patří, dává kreativitě ENTP křídla. V generaci myšlenek nachází nejen motivaci a růst, ale i odpočinek. Pokud jsou svázáni mnoha detaily, přichází stress. Stejně jako dospělí, ENTP děti jsou často jako uragán. Spousta kamarádů, legrace, projektů a nápadů zaplňují jejich dny. Každý nový den je novou příležitostí k vymýšlení procesů, ke zkoušení kamarádů a systémů. Například obyčejný požadavek rodičů jako „vynesení koše“ může malého ENTP vést

k tomu, že stráví mnoho hodin, možná i dní, navrhováním vynálezu, který by koš přemístil z kuchyně k popelnici bez zásahu člověka. Tenhle vynález může vyžadovat přizvání kamarádů, testování a spoustu dalších výmyslů – které budou všechny zábavnější než jednoduché splnění úkolu.

To je přesně způsob, jakým ENTP přístupují k učení. Je to pro ně skupinová výměna názorů, argumentů a projektů. ENTP se mnohem raději učí tím, že se zapojí, než aby poslouchali přednášky. Učení, které podporuje zapojení se, je pro ENTP vzrušující. Pokud je rutinní, přísně strukturované a příliš detailní, je nudné. Úkoly mohou být vypracovány pozdě (nebo brzy) a trochu nedbale. Pokud je úkol sám o sobě nudný a nemotivující, často si sami změni jeho zadání ve jménu „učení se“. Tohle chování může být frustrující pro ostatní studenty a učitele jiných typů a může skončit neúspěchem na obou stranách – pro učitele tak, že ztratí zájem a respekt ENTP studenta a student bude mít horší školní výsledky. Práce, která bude pro ENTP výzvou, bude velmi atraktivní. Naopak, pokud ho bude svazovat standardními operačními postupy, bude krajně frustrující a dost možná stresující. Obecně ENTP zajímá kariéra spojené s teoretickou, intelektuální kreativitou jako informační technologie, investiční poradenství, nebo univerzitní vzdělávání.

Pokud budeme vycházet z předpokladu, že vzdělávání ve světě KATaP je v mnohém blízké potřebám a preferencím typu ENTP, podívejme se na tento typ v perspektivně rozložení jednotlivých typů v populaci.

Typ ENTP v populaci zastoupen jen 3,5%. Naopak mezi nejpočetněji zastoupenými typy se vyskytuje ISFJ (11,5%) ,který se od ENTP liší ve všech čtyřech osách preferencí. Zcela nejpočetnější typ, ISTJ (12,5%), se od ENTP stále liší ve třech ze čtyř preferencí.

Kapitola 2.4.2 MBTI výsledky studentů KATaP

Pro získání dat k porovnání zastoupení MBTI typů na KATaP a ve firmách, které jsem měla možnost školit, jsem v roce 2011 nabídla studentům KATaP účast na MBTI semináři a požádala je o vyplnění MBTI dotazníku. Semináře se zúčastnilo 12 studentů, dotazník však vyplnili i další, kteří se zúčastnit nemohli a výsledky proto obdrželi individuálně. V roce 2012 jsem prosbu o vyplnění dotazníku

opakovala a zahrnula jsem do ní i studenty DJ, kteří pravidelně navštěvují hodiny DJ se Stanislavem Sudou, ale nejsou studenty KATaP. Celkově se mi podařilo shromáždit výsledky od 19 interních studentů KATaP a 7 externích studentů DJ. Obě skupiny budu zobrazovat a popisovat odděleně.

Zastoupení MBTI® typů mezi studenty KATaP

ISTJ	ISFJ	● INFJ	● INTJ
ISTP	● ISFP	● ● ● INFP	● INTP
ESTP	ESFP	● ● ● ● ● ● ENFP	● ● ENTP
● ESTJ	ESFJ	● ● ● ENFJ	ENTJ

Skupinový typ KATaP a jeho profil

Jak z tabulky vyplývá, nejfrekventovanějším typem se skupině studentů KATaP je typ ENFP. Pokud bychom se podívali na zastoupení jednotlivých preferencí, pak v této skupině převládá Extroverze nad Introverzí (12:7), iNtuitivní vnímání na Smyslovým (17:2), pocitové rozhodování F nad analytickým T (14:5) a Proměnlivost nad Jednoznačností (13:6). Součtem těchto preferencí dostaneme skupinový typ: ENFP, který je zároveň totožný s nejfrekventovanějším (nejvíce zastoupeným) typem. Z toho vyplývá, že celková kultura skupiny, její hodnoty i chování budou velmi výrazně ovlivněny právě tímto profilem.

ENFP „Žít na plný plyn“

ENFP bývají popisováni jako dynamičtí, nadšení lidé, kteří velmi dobře vycházejí s ostatními a dovedou je podpořit. Kombinace jejich preferencí, Extroverze, intuice, pocitovosti (F) a otevřenosti (P), jim dává neobyčejnou schopnost jednat s rozličnými lidmi a potýkat se s různorodými událostmi a výzvami – často s mnoha najednou.

ENFP vnímají svět přes možnosti (N) a promítají je do mezilidských vztahů (F). To vše probíhá při čilé komunikaci se světem (E) a jejich preference Proměnlivosti (P) je činí otevřenými vůči nekonečnému přívalu alternativ v každé situaci.

ENFP má potřebu povzbuzovat a ujišťovat ostatní, že s nimi souhlasí – a také potřebuje být podporován jimi. Tato potřeba je tak silná, že se může ostatním jevit jako příliš pozitivní a jeho chvála všeho co ostatní udělají, může vypadat jako neupřímná. Jejich touha po pochvale je může vést k tomu, že se přepínají – jak fyzicky, tak psychicky – jen aby se zavděčili. Také mohou vynakládat hodně energie na chválu ostatních a očekávat, že ji dostanou zpět. Není pro ně neobvyklé pracovat až do vyčerpání, protože dostali inspiraci, nebo proto, že čekají uznání od někoho, na kom jim záleží.

Schopnost vidět potenciál v lidech a dívat se na ně z té lepší stránky dává ENFP výhodu v mezilidských vztazích, zvláště když se k tomu přidá jejich téměř nadpřirozené vnímání toho, co se děje mezi lidmi kolem nich. Někdy však jejich Extrovertní nadšení s jakým sdílí své intuitivní postřehy může spíše nahánět strach, než aby bylo ostatním prospěšné. Tyhle nevyžádané, ale ochotně nabízené postřehy jim často přinesou víc odmítnutí než souhlasného přijetí. To však ENFP vede jen k tomu, aby se příště snažili ještě víc.

Vzhledem k jejich entuziastickému přístupu k životu je pro ENFP snadné najít sílu a podporu pro mnoho zajímavých nápadů a projektů. Bohužel, stejně jako jejich blízcí příbuzní, ENTP, toho víc začnou, než dokončí. Takže zatímco svým

charizmatem dokážou strhnout davy, nedostatkem organizovanosti a schopnosti dotáhnout věci do konce je mohou odrazovat a ztratit.

Kvality připisované ENFP jsou tradičně více spojovány s ženskostí: společenskost, snaha a potřeba se zavděčit, intuice, spontánnost, zájem o druhé. Z toho vyplývá, že když se muž chová tímto způsobem, může mít pocit, že je mimo mužské „společenství“. To ho ironicky může vést k přílišné kompenzaci a k chování naprosto atypickému pro tento typ – například může být velmi soutěživý, nebo se častěji pouštět do argumentů a sporů. Aby ho uznávali ostatní, může se věnovat kontaktním sportům, nebo jiným „drsným“ aktivitám, přestože sám by raději dělat něco úplně jiného.

Vzhledem k jejich spontánní a tolerantní povaze odmítají ENFP kategorizaci a škatulkování lidí a stejně tak nesnáší, když někdo škatulkuje je, protože oni si užívají své povahy několika tváří. Snadno si dokážou „obout boty někoho jiného“ a ztotožnit se s něčími myšlenkami a pocity a to dokonce tak dobře, že někdy až riskují ztrátu své „identity“. Ostatní vidí tuto krásnou schopnost - vzít za vlastní charakteristiky a problémy druhých - jako projev podpory a tolerance. Avšak ENFP se mohou cítit zmateni tím, kdo jsou sami a co mají dělat oni. S touto tendencí samozřejmě bojují celý život.

Ve vztazích jsou ENFP jen málokdy spokojeni. I když mají vážný vztah, nemohou se zbavit myšlenky, „že by mohl být lepší, když by se hodně snažili“, nebo „že tam někde na ně určitě čeká něco lepšího“. Taková nevyrovnanost může být pro partnery velmi zneklidňující, zvláště pro Jednoznačné typy a nejvíce pro STJ.

Rodičovství je s ENFP i pro ENFP zábava. Jejich domov, ne vždy zrovna vzorně naklizený, je hřiště pro zábavu a objevování. „Čím víc, tím líp“ je jejich heslo a každý musí být přijímán i s jeho odlišnostmi. Sebevyjádření, podpora a růst jsou všudypřítomné. Celý život je jedna velká oslava a tak i domácí povinnosti se musí proměnit ve hru, aby stálo za to se jim věnovat. Pokud je nějaké práce, individuální nebo společná, která se musí udělat, buď jí odloží (když je nudná), nebo do ní zapojí ostatní (takže se stane zábavnou). Domov ENFP je místem

setkávání sousedů a přátel. Pokud děti nejsou stejný typ, někdy nechápou tuto společenskost rodičů, nebo je může dokonce až urážet rodičovská „nezralost a dětinskost“.

Základním životním tématem ENFP je sebe-vyjádření. Šedesátá léta, kdy Amerika kladla důraz na **sebe-uvědomění**, sounáležitost se skupinou, rozhovory byly plné míru a lásky a vládla síla „květinových dětí“, to všechno byly hodnoty ENFP. Čím víc mohou být lidé sami sebou – a být takoví přijímáni – tím víc porostou a budou přispívat k dobru ostatních. Tomu ENFP věří a věnují svou energii na to, aby pomohli ostatním dosahovat jejich cíle. Je však také možné, že je jejich nadšení a spontánnost povede najednou do mnoha směrů zároveň, až se jejich úmysly mohou roztříštit a vést k frustraci nebo sebe-odsuzování.

Samozřejmě, že odpočívat – dokonce ani při hře – není pro ENFP jednoduché. V podstatě i „na tom musí pracovat“. Když se ENFP pro něco nadchnou, ztratí ponětí o čase, o svých tělesných potřebách a vůbec o všem ostatním. Nechávajíc se unášet svým entuziasmem až do naprostého vyčerpání až zkolabují. Takže odpočinek, pokud není součástí nějakého dobrodružství, zůstává na druhém místě. Často na úkor fyzického zdraví.

ENFP děti, přestože jsou roztomilé, mohou své rodiče vyčerpávat a rozčilovat. Všechno kolem je materiál pro snění o tom, kdo jsou a kdo mohou být. Takže z vysavače se stane rádio a mikrofon a ENFP je DJ. Zítra postaví bunkr z větví a bude architektem, malířem, dekorátérem interiérů. Další den může být režisérem velkého hřiště, kde bude řídit spoustu aktivit. Zatímco tohle všechno bude vzrušující pro ENFP, pro rodiče, od kterého se očekává nadšený souhlas a účast ve všech aktivitách, to může být pěkná honička. Přestože děti ENFP velmi touží po pochopení a pochvale rodičů, občas dělají přesný opak toho, co by jim ji přineslo: například neustále mluví- místo aby poslouchali, ztrácí přesně to, na co měli dávat dobrý pozor, ve snaze urovnat pokoj ho přemění v chlívku, nebo přijdou později, než slíbili.

Ve snaze být oblíbeni jsou ENFP velmi citliví na kritiku od ostatních, zvláště od svých kamarádů. Při jejich tendenci brát si všechno osobně je často raní nějaká poznámka a mají pocit, že „jim všichni ubližují“.

ENFP přistupují k učení stejně jako ke všemu jinému: je to

dobrodružství, které když se vydaří, přinese uznání. Někdy to mohou být šplhounci. Chtějí být oblíbeni, chtějí mít rádi učitele, spolužáky, školu a všechno ostatní. Jako ostatní ENF, mají většinou akademické úspěchy a snaží se zavděčit. Je zajímavé, že víc než ostatní typy, nesnáší písemné testy. I když znají danou látku, stresuje je fakticky orientovaný test, kde je jen jedna odpověď správná. Naopak se jim daří při ústních testech a esejích, kde mohou své znalosti zakomponovat do většího celku.

Rodinné události jsou pro ENFP slavnostmi. A když nejsou, oni je z nich udělají. Jednou z velkých předností ENFP je jejich schopnost vzít obyčejnou rodinnou událost a bez velkého plánování, jen s pomocí materiálu a lidí, které má po ruce, ji proměnit v umělecké dílo, v událost plnou rodinné pospolitosti a sounáležitosti, na kterou se dlouho nezapomene.

Toto je jeden ze způsobů, jak ENFP projevují svou schopnost improvizovat. Ve snaze zavděčit se a potěšit ostatní, nemají jejich schopnosti hranice. Například dokážou vyndat z lednice to, co tam právě je a přetvořit to v imponující večeři, kterou budou servírovat v uměleckém stylu. I když je to rozhodně obdivuhodné, budou mít tendenci svůj úspěch podceňovat. Potom co sklídí nádobí, může je přepadnout pocit, že celá večeře mohla být lepší, pokud by, třeba, všechno naplánovali, nebo rozmrazili maso předem. Takové „co kdyby“ může ENFP pronásledovat a stát se záminkou k naprosto neoprávněné sebekritice.

Pro ENFP i práce musí být zábava, jinak pravděpodobně nestojí za to se jí zabývat. Úkoly, které stojí za to, jsou ty, které zahrnují víc zábavy než dřiny a přináší sebe-potvrzení. Stejně jako pro ostatní EP, je pro ENFP složité věnovat se jen jedné kariéře. Věří, že mohou dělat všechno, co chtějí. Zkoumání nových oborů, kde se zdokonalovat, je pro ně zajímavější než se držet již známé práce.

A oni opravdu většinou dokážou dělat všechno, k čemu se rozhodnou. Bohužel, někdy může být výběr povolání, jako i čehokoli jiného, ovlivňován snahou zavděčit se ostatním. Tak třeba aby udělali radost rodičům, mohou se ENFP dát na kariéru, která je bude po nějaké době frustrovat a stresovat. Obecně je víc těší a jsou víc ceněni v zaměstnání, které obsahuje službu lidem, jako třeba rodinná medicína, psychologie, pedagogika a teologie, spíše než exaktní účetnictví nebo technika. Jako manažeři jsou více obhájci a mentory svých podřízených než „bossy“ a věří, že jejich rolí je pomáhat všem v dosahování jejich individuálních cílů.

Zastoupení typu ENFP v populaci obecně je 7%, zatímco v populaci KATaP je to 32%. Už toto číslo je překvapivé, ale ještě větší diskrepanci si uvědomíme při použití optiky temperamentních skupin.

Temperamentní skupina NF je v populaci zastoupena 17% avšak mezi studenty KATaP je to 68%, tedy celé 2/3! Naopak temperamentní skupiny v populaci početné: SJ (45%) a SP (24%) jsou v naší skupině zastoupeny jen jedním člověkem. Co nám tedy tato čísla říkají o studentech KATaP? Jací jsou, jaké hodnoty vyznávají, co je baví, jak se učí a jak je jejich přístup blízký, nebo naopak vzdálený ostatním?

Lidé, kteří sdílejí preferenci pro iNtuitivní vnímání, tedy vidí a vnímají svět kolem sebe v souvislostech a zasazují si je do širšího rámce, a Pocitové F rozhodování, sdílí velkou potřebu harmonie. Je pro ně typické, že cokoli dělají, mají na paměti lidi, pro které to dělají nebo které to ovlivní. Jsou neobyčejně citliví a empatictí. Jejich přirozenou potřebou je chválit a podporovat ostatní a zároveň potřebují být oceňováni a chváleni. Přijetí skupinou je pro ně zásadní. Zároveň jsou ale citliví, někdy až přecitlivělí, na kritiku. Věci si berou osobně, proto pokud někdo kritizuje jejich práci, pro ně to znamená, že kritizuje je jako člověka. Vzhledem k tomu, že potřebují harmonické vztahy, konflikt vnímají jako negativní narušení pohody. Často se tedy konfliktu vyhýbají, někdy ho dokonce popírají, nebo mají potřebu ho vyřešit, aby mohla být opět nastolena přátelská a podpůrná atmosféra, která je pro mě mnohem důležitější než například řád a struktura (důležitá pro SJ) nebo intelektuální výzvy a růst (nezbytné pro NT).

Pro NF je dále typické, **že hledají své místo, sami sebe, své poslání**. Je pro ně důležité, aby to, čemu se věnují, mělo nějaký **vyšší smysl**, který často souvisí s lidmi (ať jde o službu lidem, o umění apod.) Pro svůj růst a vývoj potřebují především podporu, pocit bezpečí, pochvalu a zázemí v lidech, kterým věří. Při tomto popisu mi dochází, jak právě „vstřícná pozornost“, kterou zdůrazňuje Prof. Vyskočil a celý jeho přístup postavený na neustálé podpoře a vyzdvihování toho, co se daří a především jeho opravdový, nepředstíraný zájem o každého jednotlivce, který si zkouší na DJ, je přímo rajskou zahradou pro studenty typu NF, které klasický vzdělávací systém ubíjí a demotivuje. Proto není divu, že při setkání s Ivanem Vyskočilem v sobě právě tito citliví studenti začínají objevovat zákoutí, do kterých by se bez laskavého a upřímně nehodnotícího a neodsuzujícího vedení nikdy nevydali.

Co však vyhovuje skupině NF, nemusí být vhodné a příjemné jiným. Obecně může být tato skupina považována za přecitlivělé, neschopné kritického odstupu, může jim chybět schopnost logicky argumentovat (někdy jde spíše o ochotu než schopnost) a analyzovat situaci objektivně, s odstupem, prakticky. Právě takto je vnímají příslušníci ostatních, odlišných skupin.

Nejbližším „příbuzným“ NF je skupina NT, která s ní sdílí preferenci pro intuitivní vnímání světa. Ta se však v tomto případě pojí s analytickým rozhodováním, tedy potřebou objektivní spravedlnosti pro všechny a všechno. Tato skupina bývá často označována jako vizionáři. Jsou to lidé, kteří stále směřují dopředu, do budoucnosti, k něčemu lepšímu. To se však nemusí nutně týkat lidí (jako je tomu často u NF), ale NT zdokonalují a vylepšují cokoli, systém, pracovní postupy, společnost, ale vše z pohledu shora, s odstupem, s nadhledem. Je pro ně příznačná soutěživost, potřeba překonávat složité úkoly (pokud nejsou složité, nezajímají je, jsou „pod jejich úroveň“). U této skupiny se však zdaleka neprojevuje tak velká míra empatie jako u NF. NT jde zkrátka o pokrok, změnu, vývoj a „když se kácí les, lítají třísky“. Dopad na jednotlivé lidi je pro ně druhořadý, důležitá je vize, cíl. Tato skupina se naopak ráda učí argumentací. Nesouhlas, konstruktivní konflikt, diskuse, to vše je posouvá a dává jim intelektuální výzvy, které milují. Zároveň potřebují (a dávají) konstruktivní zpětnou vazbu. Lidově řečeno, kritizují, ale kritiku zároveň vyžadují, protože jim

dává možnost se posunout. Chvála pro ně není tak podstatná, udělá jim radost, ale pak potřebují slyšet „to podstatné“: co zlepšit. NF snahu udržet na prvním místě hlavně harmonii a dobré vztahy považují NT za zbytečnou a neproduktivní a je samotné za přecitlivělé. Obecně ale tyto skupiny sdílí zvědavost, potřebu se rozvíjet a poznávat a také vnímají souvislosti a vztahy. Skupina NT je však v obecné populaci zastoupena pouze 14% procenty (a je tak nejméně početnou temperamentní skupinou vůbec), ale mezi studenty KATaP je naopak druhou nejpočetnější skupinou, hned po NF.

Další dvě skupiny SJ a SP jsou naopak na KATaP zastoupeny zcela minimálně (1 studentem každá). Tyto skupiny spojuje preference pro Smyslové vnímání, tedy zacílení na konkrétno, fakta, měřitelné a hmatatelné detaily, praktičnost. Nelíbí si v abstrakci.

Skupina SP (v populaci 2. největší, 24%) pak s preferencí pro Proměnlivost vyniká schopností dobře a rychle reagovat na změnu i stres a okamžitě řešit nečekané situace. Lidé s preferencí pro SP nepotřebují věci plánovat příliš do budoucna, vlastně jim vyhovuje, když nejsou věci naplánované a když mají možnost reagovat podle okamžité situace nebo pohnutky. Potřebují okamžitě vidět výsledky své práce. Pokud něco vyžaduje dlouhou dobu „zrání“, většinou pro to nebudou mít trpělivost. Baví je okamžité prožitky a potřebují velkou volnost i v procesu učení. V kontextu DJ může být pro SP jeho princip zajímavý, mohou si párkrát přijít vyzkoušet něco nového, ale nedá se předpokládat, že by u zkoušení vytrvali dostatečně dlouho na to, aby mohli ochutnat jeho potenciál. Skupina SJ (nejpočetnější v populaci, 45%!) se svou potřebou Jednoznačnosti, tedy organizovanosti, struktury a plánů naopak vyžaduje jasně definovanou, předem dobře naplánovanou aktivitu. Jejich předností je schopnost vnést, nastolit a udržovat řád, strukturu a pořádek a dosahování jasně stanovených výsledků podle detailního a neměnného návodu. Milují seznamy, plány, pravidla a vyžadují jejich dodržování. Jsou to lidé, kteří velmi neradi experimentují! Rádi následují už vyzkoušené a osvědčené postupy, které jsou schopni velmi zodpovědně, pilně a svědomitě plnit. Jsou však v rozpacích, až rozhořčení, pokud mají pocit, že není jasné „odkud kam“ se jde, případně „pokud nemají - tedy nedostanou - pro svou cestu přesnou, detailní a prověřenou mapu“. Pro jedince s preferencemi SJ je tedy už sama představa DJ jako něčeho, o čem vám předem

nikdo neřekne, k čemu to přesně je a navíc k čemu nedostanete téměř žádné (nebo z pohledu SJ velmi vágní a nedostačující) instrukce, naprosto nepochopitelná a takovou činnost považují za zcela zbytečnou (není patrný její jasný a konkrétní výstup) a nesmyslnou.

Kapitola 2.4.3 MBTI výsledky externích studentů DJ

(skupina Standy Sudy)

Pokud o skupině studentů KATaP můžeme z hlediska MBTI říci, že je velmi homogenní s velkou převahou preferencí NF, tak ještě extrémnější obrázek nabízí pohled na skupinu externích studentů DJ, kteří dlouhodobě (minimálně 4 a více let) pravidelně navštěvují DJ vedené Standou Sudou (někteří paralelně navštěvují i skupiny vedené jinými asistenty).

Zastoupení MBTI® typů mezi studenty DJ (skupina S. Sudy)

ISTJ	ISFJ	● ● INFJ	INTJ
ISTP	ISFP	● ● INFP	INTP
ESTP	ESFP	● ● ● ENFP	ENTP
ESTJ	ESFJ	ENFJ	ENTJ

Jak je z tabulky patrné, i v této skupině jen nejpočetněji obsazen typ ENFP, stejně jako u denních studentů KATaP, avšak pokud bychom sečetli jednotlivé preference, tak v této skupině převládají Introverti (4:3), iNtuitivní vnímání (7:0

– Smyslové snímání zde není zastoupeno vůbec), F Pocitovost (7:0 analytické rozhodování také není zastoupeno) a Proměnlivost (5:2), tedy INFP s naprostou absencí S a T, tedy typ INFP.

Profil osobnosti INFP - „Věci musí mít vyšší smysl“

Pokud existuje jediné slovo, které by definovalo tento typ, je to *idealista*.

Jelikož jsou to Introverti s Pocitovým rozhodováním (F), jejich ideály pramení z jejich subjektivní interpretace světa a s těmito ideály pak různým způsobem pomáhají druhým. Často jsou to „Johanky (nebo Johanové) z Arku“, kteří hledají naplnění v šlechetných skutcích pro blaho společnosti.

Mají své vlastní „kodexy“ pro život, a přestože nemají potřebu je sdělovat ani vztahovat na ostatní, sami od sebe přísně vyžadují jejich dodržování. Ale obecně mají tendenci být pohodoví a příjemní. A pokud to není v kontrastu s jejich ideály, raději harmonicky „splnou s davem“, než aby „dělali vlny“. Pokud jim však někdo jejich kodex pošlape, mohou se INFP stát velmi agresivními, často překvapivě pro ostatní i je samotné. Tato tendence může být ilustrována na příkladu matky, která má pocit, že s jejich dítětem se ve škole špatně zachází. Běžně klidná INFP matka pak nenechá kámen na kameni při své honbě za nápravou křivdy a vytvořením lepších podmínek – nejen pro své dítě, ale pro všechny, kterým tato změna pomůže.

INFP muž může být ostatními, obzvláště „macho“ tradicionalisty, považován za příliš jemného až slabocha. Jeho obvykle pasivní vystupování a přístup „žít a nechat žít“, jakkoli je obdivuhodný, postrádá schopnost mít věci pevně v ruce, která je spojována s mužskostí. Pokud jsou však ohroženy jeho hodnoty, jeho pohodové chování může ustoupit nepříjemné tvrdosti. Podřízení, přátelé i partneři, kteří nerozumí tomuto rysu, mohou INFP považovat v lepším případě za někoho, kdo vysílá rozporuplné signály – chvíli povolný, chvíli tvrdý. V horším případě, za komplikovaného až melancholického člověka, kterému je těžko rozumět. Když se muž INFP ožení s Extrovertkou, společnost bude jeho partnerku vnímat jako dominantní. Pokud má toto manželství však fungovat, ona se musí rychle naučit, kde jsou meze její „nadvlády“.

Stejné vlastnosti jsou u ženy INFP společensky více přijatelné, dokonce obdivované. Zatímco klidná tvrdohlavost bude muže INFP činit neprůbojného a zatvrzelého zároveň, žena INFP bude respektována pro svou vnitřní sílu. V jejím odhodlání je moc, která ostatním dodává pocit bezpečí.

INFP jsou neradi škatulkováni a často dělají věci, které otřesou představami, které o nich ostatní mají. Příležitostně pak mohou jednat nepředvídatelně až urážlivě. Nenápadná INFP, kterou známe, byla pozvána na maškarní, kam se měli hosté obléknout tak „jací doopravdy jsou“. Přišla jako Madonna, excentrická rocková hvězda ověšena šperky. Její kolegové byli šokováni jejím vzezřením – ona ne.

Jako všichni NF, INFP **touží po sebe-identifikaci, sebe-poznání a sebe-definování**. „Kdo jsem?“ je jejich nejdůležitější otázkou. Ještě více než ostatní NF však právě INFP nachází ve svých preferencích další materiál a inspiraci pro toto nekonečné zkoumání. Jejich Introverze podporuje sebereflexi, jejich iNtuice je zdrojem jejich vrozeného smyslu pro možnosti, jejich pocitovost (F) ji napovídá jak tento potenciál využít nejen ve svůj prospěch, ale i ve vztazích k ostatním a jejich vnímavost (P) je činní otevřené novým informacím. Není neobvyklé, že se INFP probudí a přemýšlí „Kdo jsem a kam dnes směřuje můj život?“ Existuje mnoho možných odpovědí (N) – „Jsem otec.“, „Jsem manžel.“, „Jsem učitel.“ a podobně – a také úvaha jak do těchto rolí zapadá služba sobě a ostatním (F). Poté co INFP připustí, že toto jsou zajímavá témata k zamyšlení, vydá se na každodenní cestu do práce nebo do školy a sbírá další informace (P). I když si tyto otázky třeba nepokládá vědomě, **téma osobní identity je mu vlastní**. A jeho otevřený přístup k životu a reflexe produkuje mnohem víc otázek než odpovědí.

Domov i pracovní prostředí INFP bývá „obloženo“ hromádkami věcí, které je třeba udělat – věci k prostudování, žehlení, psaní. Tyto hromádky tam vždy budou. Navíc, v průběhu života porostou s tím, jak se budou rozšiřovat okruhy zájmů a zálib. Pro INFP je lepší se s tím naučit žít, než se trestat za domnělé „selhání“. Obecně jsou rodinné a domácí vztahy spíše uvolněné než striktní:

plány se dají vždy flexibilně upravit podle momentálních potřeb ostatních. Uspořádanost a uklizený dům jsou často až druhořadé, na prvním místě je zázemí a lidské teplo. Avšak pokud je očekávána návštěva, INFP se ve snaze nejlépe sloužit ostatním mohou proměnit v perfekcionisty. INFP raději ustoupí, než aby se hádali a vyvolali disharmonii. To však naprosto přestává platit ve chvíli, kdy jsou porušeny „kodexy“. Pak pohodový domov opanují přísná pravidla a řád.

Stejná dynamika platí i pro rodičovství. INFP rodič se může zaměřit na pár pečlivě zvolených hodnot. Pokud jsou ty respektovány, je typicky bezstarostný a vychází vstříc potřebám dětí. Obecně je INFP rodič pozitivní a povzbudivý a děti v něm mohou najít přítele, kterému se můžou svěřit. Pokud má nějaké rodičovské slabosti, budou pravděpodobně spojené s jejich první preferencí, s Introverzí: mohou šetřit s chválou a obdivem, ne proto, že by ho necítily, ale že je pro ně těžké ho vyjádřit, a s jejich poslední preferencí Proměnlivostí: pro kterou nemusí být schopni dát dětem strukturu a řád, který potřebují.

Introverze může INFP trápit i ve vztazích: mají v sobě mnohem více lásky a tepla, než dokážou vyjádřit. Ve všech vztazích kde bude INFP bude růst, podpora a sebe-naplnění pro obě zúčastněné strany, ale někdy může kombinace Introverze a pocitovosti (F) způsobit, že se budou vyhýbat diskusi o některých tématech, pokud se bojí, že by vedla ke konfliktům. Tak může INFP, po vnitřní debatě, například dojít k závěru, že je potřeba provést určitou změnu a toho rozhodnutí „vyklopí“ na nepřipraveného partnera. Rozhodnutí, jako třeba změnit zaměstnání nebo si dodělat školu (nebo přimět partnera, aby to udělal), pak může být prezentováno jako konečné a ne jako téma k diskusi. Nic netušící partner tak může být šokován novým rozměrem jejich vztahu, kdy dříve přizpůsobivý, podřizující se INFP projeví sílu, odhodlanost a tvrdost, která přesahuje důležitost věci samotné.

INFP dítě má velkou snahu zavděčit se rodičům – a být za to pochváleno. Obecně jsou něžní a citliví ke světu kolem sebe a často se, stejně jako někteří starší INFP, podřizují na úkor svých potřeb. Pokud toto sebeobětování není oceněno,

nebo dokonce kritizováno, může se dítě stát vzdorovitým, nebo příliš sebekritickým a může si každou poznámku brát osobně. Potenciál pro mučednictví se projevuje brzy. INFP dítě může strávit nepřiměřeně mnoho času sněním a zabýváním se svými vnitřními úvahami. Často jsou dobrými studenty a snaží se zavděčit učitelům. Bývají dobří na střední škole a mnohdy vynikají na vysoké. Aby udělali radost druhým – mohou si vybrat obor, který sami nemají moc rádi – a i tak v něm vynikat. Přesto mají INFP tendence k sebedoceňování a sebekritice. I když jsou pochváleni za dobrou práci, vědí, že to mohou posoudit jen oni sami a mohou si vyčítat, že jejich práce byla míň než perfektní.

Obecně, zatímco INFP se velmi rádi učí, rostou, vynikají a dělají radost druhým, vždy jsou sami sobě největšími kritiky: často si připomínají, že mohli být lepší. Je to jejich celoživotní boj mezi sebechválou a sebedoceňováním. Stejně se ale skoro vždy „prodávají pod cenou“.

Pro INFP patří rodinné oslavy k podstatným věcem v životě a věnují hodně energie událostem, jako jsou narozeniny a jiná výročí. Lojalita a pomoc rodině bude vázat INFP v každém věku a vždy to bude pevná vazba – pokud ne fyzická, tak rozhodně psychická.

Výběr zaměstnání INFP bude odrážet hodnoty, které tvarují i jeho rodinný život a osobní vývoj: čestnost, tvrdá práce, idealismus, citlivost a zájem o druhé. INFP si s sebou do pracovní oblasti ale také přináší svou sebekritiku a perfekcionismus, což může omezovat jejich přirozené nadání. INFP může být vynikající hudebník, nebo skvělý učitel, ale ani když bude zasypán ovacemi, nebude úplně spokojen. Protože se snadno učí, mohou se dostat k oborům, ve kterých budou vynikat akademicky, ale které jim typově nějak nebudou sedět. Dcera inženýra se může pustit stejným směrem, aby potěšila otce – a najít v této kariéře akademickou výzvu – ale jako INFP jí bude technický svět připadat cizí, dravý až nepřátelský.

Jako ryba ve vodě se INFP bude cítit v práci, která zahrnuje službu a pomoc lidem: psychologie, vzdělávání, rodinná medicína nebo duchovní práce, jako příklad za všechny. Jakoukoli práci si INFP vybere, musí sloužit jeho vlastním

ideálům. Pokud se s nimi neslučuje, bude taková práce INFP vysilovat a stresovat a mohou se v ní stát nepozorní a neproduktivní.

Typickým příkladem INFP je Isabel Briggs Myers (od dvaceti až do svých osmdesáti let neúnavně pracovala na vytváření, výzkumu a zdokonalování Myers-Briggs Typového Indikátoru, aby pomohla lidem „naučit se kreativně a konstruktivně používat svých povahových rozdílů“) a Carl Rogers (jeden z pilířů americké moderní psychologie, který se celý život věnoval vývoji nedirektivní terapie, která by podporovala individuální rozvoj).

Při pohledu na temperamenty je pak extrémní vyhraněnost této skupiny ještě zjevnější. V této skupině je zastoupen pouze temperament NF. Zástupci ostatních temperamentů v ní naprosto chybí.

Vzhledem k tomu, že tato skupina se skládá z lidí, kteří navštěvují DJ zcela dobrovolně a ve vlastním volném čase, který si musí navíc udělat dopoledne, tedy pro mnohé z nich v pracovní době, je evidentní, že pro tuto skupinu DJ rozhodně „nebude k ničemu“ (parafráze oblíbeného rčení Ivana Vyskočila, že DJ „je k ničemu“ – tedy, není účelové.

Co přesně tedy lidem při dlouhodobém zkoušení DJ přináší? Vzhledem k popisu této skupiny se nabízí témata, jako hledání osobní identity, sebe-uvědomování, „vycházení ze sebe“. Konkrétně nám na tuto otázku odpoví kapitola o dialogickém jednání.

Kapitola 2.5. MBTI výsledky korporátních zaměstnanců

Mým záměrem bylo prozkoumat možnost využití DJ v rámci firemního vzdělávání, kterému se věnuji už více než 10 let. V tomto bodě mi připadá podstatné povídat se na potenciální příjemce tohoto vzdělávání také pomocí MBTI pohledu. K analýze budu využívat data, která jsem shromáždila v období mezi rokem 2006 a 2013. V té době jsem měla možnost pracovat (v rámci seminářů i individuálních hodin) s více než 1500 zaměstnanci z rozdílných firem. Pro tuto práci jsem vybrala skupiny z 5-ti odlišných odvětví. S některými z nich jsem měla možnost se setkávat dlouhodobě, s některými jsem se potkala jen jednou, s některými spolupracuji i nadále.

Kapitola 2.5.1 MBTI výsledky – mobilní operátor

Skupina 1 – mobilní operátor

počet účastníků: 13

pozice: střední management a specialisté

průměrný věk cca 30-35 let

poměr ženy-muži 6:7

se skupinou jsem pracovala pouze jednou

MBTI® v korporátním vzdělávání – mobilní operátor

● ● ISTJ	ISFJ	INFJ	INTJ
ISTP	ISFP	● INFP	● INTP
● ESTP	ESFP	ENFP	ENTP
● ● ● ● ● ● ESTJ	● ESFJ	ENFJ	ENTJ

Na první pohled je profil této skupiny zcela odlišný od skupiny studentů KATaP a DJ. Nejfrekventovanější typ: ESTJ

Skupinový typ (součet jednotlivých preferencí) E (9:4), S (11:2), T (11:2) a J (10:3), tedy opět ESTJ.

Profil ESTJ - „To půjde“

ESTJ vnímají svět takový, jaký je (Smyslově) a tyhle informace si vykládají objektivně (analyticky), mají potřebu svět kolem sebe organizovat, plánovat a dávat mu řád (Jednoznačnost). Jsou to životní organizátoři.

Pro ESTJ je organizování (ne vždy vedení) stejně přirozené a vlastní jako voda pro rybu. S nohama na zemi, organizování, přesní, akademicky úspěšní a vhodně vystupující. Ostatní vidí ESTJ jako zodpovědné, praktické a schopné dobře udělat práci – ať je to cokoli. Pro ESTJ je snadné získat pozici na vrcholu jakékoli

organizace. Jejich vrozené administrativní schopnosti dělají z rodiny, práce, sousedství nebo jakékoli skupiny vhodné prostředí k zorganizování a uspořádání. Jejich potřeba kontroly je nutí říct ano, pokaždé když jim někdo nabídne zodpovědnou pozici.

Často s osobitým smyslem pro humor, ESTJ jsou vždy připraveni na nějakou oslavu vyrazit, nebo ji zorganizovat a mají v zásobě vtipy, komentáře a bezstarostně se dělí o názory téměř na všechno. Ať máte ESTJ rádi, nebo ne, pravděpodobně budete znát jejich názor téměř na každé téma. **Ze všech šestnácti typů je právě tenhle „typický“ konvenčně mužský.** Každá z jeho čtyř částí (Extrovertní, Smyslová, analytická, Jednoznačná) se kloní k té objektivnější straně možných preferencí.

Z toho důvodu mají ESTJ muži tendenci být hodně „macho“ a jejich humor bude často více sexistický a rasistický než humor ostatních typů. Upřímnost, asertivita, praktičnost, přísnost a rozhodnost z ESTJ dělají dobré ochránce a zabezpečovatele rodiny – role, které jsou více spojovány s mužskou částí populace.

ESTJ žena, i když může být sama spokojena se svou ženskou rolí, občas v ní mohou bojovat její dva vnitřní hlasy: jeden odpovídající jejímu typu, který říká „Bud' tvrdá, asertivní, neoblomná a rozhodná“ a druhý, který odpovídá „typickému“ ženskému modelu „Bud' citlivá, pasivnější, něžná a přizpůsobivá“. Tento vnitřní boj je nejdramatičtější právě u ESTJ žen. Když říkáme, že všechny analytické uvažující ženy plavou proti proudu, pak právě u tohoto typu je to nejviditelnější a nejvýraznější.

Ve vztazích, jako všude jinde, se ESTJ cítí nejlíp, pokud je „u kormidla“.

Rozhodní, s jasným názorem na svět, s ESTJ je snadné vyjít, pokud je budete poslouchat a dovolíte jim kontrolovat situaci. Většinou to nepřiznají, ale obecně se ESTJ a ISTJ, doma i v práci, raději obklopují lidmi, kteří jim budou přikyvovat. ESTJ rodiče mají jasně definované role a od každého člena rodiny, dětí i partnera, se očekává, že se bude chovat podle této definice. Například „otec“ může být tím, kdo rodinu zabezpečuje finančně a má poslední slovo, „matka“ se stará o domácnost a plní povinnosti ženy v domácnosti a „dětí“ poslouchají a respektují autoritu rodičů. (ESTJ mohou „otci“ a „matce“ dovolit být pro děti i „kamarády“, ale pouze v definovaných limitech.) Pokud rodina splňuje očekávání

ESTJ, všechno probíhá hladce pro všechny zúčastněné. Problémy nastávají, pokud se dítě nebo partner nechce nechat ESTJ kontrolovat (např. jiný ENTJ nebo ISTP) nebo silněji prosazuje vlastní názor (zvláště NP typy).

Domov, rodina, výchova dětí, to jsou ústřední motivy a klíčové odpovědnosti v životě ESTJ. Když všechno ostatní zklame, rodičovské povinnosti a odpovědnost budou ESTJ držet nad vodou. Nejvíce dětských encyklopedií, knih o tom „jak nejlépe vychovávat své dítě“, nebo „jak být svým dětem dobrým učitelem“ kupují právě ESTJ, pokud knihy správně apelují na jejich „rodičovskou odpovědnost“.

Životní styl ESTJ, jako většina ostatních věcí, je **organizovaný a kontrolovaný**. Rodina je další „věcí“, kterou je třeba zorganizovat. Tvrdá práce, přísný program ocenění závislé na výsledku, to jsou stavební kameny života ESTJ. Zábava, odpočinek a **volný čas jsou plánovány a přidělovány (sobě i druhým) podle zásluh** a podle toho, jak kdo dodržoval standardní postupy a regulace. Dobrá práce přináší dobrou odměnu a tvrdá práce je sama o sobě odpočinkem. Některé mužské aktivity – jako golf, pití piva nebo poker – jsou plánovaným odpočinkem, stejně jako určité ženské aktivity – například zahradničení, tenis, nebo nakupování.

Jako děti jsou ESTJ většinou společenské, aktivní a udávají tón. Takové chování se mnohem více podporuje u kluků, než u holčiček, které ho ale projevují se stejnou intenzitou. Následkem toho ESTJ holčičky často slyší že „Takhle se děvčata nechovají“ (Ironicky, toto prohlášení je často slyšet od ESTJ rodiče.) Takové poznámky však mohou mít značný vliv na jejich budoucí vývoj „ženskosti“. Obecně berou ESTJ děti i hru jako práci, udílí rozkazy (i rodičům) a chtějí dvě věci: aby rodiče byli rodiče a chovali je podle toho a strukturu, řád, plán, který by jim někdo dal. Mohou se tomuto řádu i bránit, ale obecně oceňují a přímo spoléhají na jistotu, kterou jim dává autorita. ESTJ děti jsou zodpovědné vůči rodičům a přátelům, kteří mají „moc“, ale zároveň budou tyto autority zkoušet, aby si ověřili, že si zaslouží jejich důvěru a že se na ně mohou spolehnout. Tuhle tendenci dobře demonstruje večerní rituál ukládání k spánku: zatímco dítě bude pravděpodobně odporovat a odmítovat, když bude čas jít do postele, bude ale velmi respektovat a oceňovat rodiče za to, že ho do postele honí pravidelně ve stejnou dobu.

Jeho chování ve školní třídě nebude jiné. **Úkolem učitele je učit, být organizovaný, jít příkladem, oblékat se odpovídajícím způsobem, být rozhodný a držet se vyučovacího programu.** Na takového učitele bude ESTJ student reagovat dobře a bude celkem pilným studentem, i když může být trochu upovídaný a může o věcech diskutovat. Nejrady bude mít předměty, které jsou strukturované, s praktickými, „hmatatelnými“ výsledky. Jejich akademické nadání je evidentní i na vysoké škole, i když tady mohou občas ztrácet trpělivost při příliš teoretických předmětech. **Frustrují je NP profesori** (kteří na vysokých školách převládají) s přednáškami, které nemají jasnou strukturu a s materiály, které se zdaleka neomezují na konkrétní fakta. Dva slogany, které vystihují ESTJ vztah k práci jsou: „Co není rozbité, to nespravuj.“ a „Když něco děláš, dělej to pořádně.“ Podle obou těchto výroků se ESTJ řídí. Jejich loajalita a extrémní nasazení je postrkují nahoru po žebříčku jakékoli organizace. Peníze vynakládají přiměřeně a mají schopnost i dobře prodat svou efektivitu. Jsou výborní v budování obchodních modelů a procesů a těch se pak striktně drží a považují je za nejlepší způsob jak něco dělat. Často se pouští do nových oborů, převezmou vedení, obvykle jsou úspěšní a budují si zázemí následovníků, kteří vůdčímu ESTJ věří a nechají se jím vést. ESTJ citlivě vnímají hierarchii. Práce je pro ně sérií úkolů, které je třeba vykonávat v rámci pravidel a regulí, které stanovil někdo vyšší v organizační hierarchii. Systém a regule považují za správné a věří, že pokud je budou dodržovat a tvrdě pracovat, systém zato bude sloužit i jim. ESTJ jsou loajální své kanceláři i celé organizaci, ale ne nevyhnutně ke každému konkrétnímu člověku v ní. Tvrdá práce provází ESTJ celým životem. Ocenění, diplomy, zlaté hodinky a certifikáty sklízí neustále. I svůj důchod si potřebují naplánovat a zorganizovat. Až na výjimky má i stáří ESTJ svůj režim, ale může být méně striktní než za mlada.

Pokud použijeme pohled prostřednictvím temperamentů, pak se korporátní skupina č.1 z více než ¾ přiklání k temperamentu SJ (77%) a naopak temperament NF, který naprosto převládá mezi studenty KATaP je zde zastoupen pouze jedním člověkem.

Kapitola 2.5.2 MBTI výsledky – energetika

Skupina 2 – energetika

počet účastníků: 23

pozice: střední management a specialisté

průměrný věk: 30-35 let

poměr ženy-muži 3:20

se skupinou pracují 6 let (setkání 1-2x ročně)

MBTI® v korporátním vzdělávání – energetika

●●●●● ISTJ	ISFJ	INFJ	●●●●● INTJ
● ISTP	ISFP	●● INFP	INTP
● ESTP	ESFP	ENFP	● ENTP
●●●●● ESTJ	● ESFJ	ENFJ	●●● ENTJ

V tomto případě máme typy s největším počtem účastníku, tedy nejfrekventovanější, hned dva: ISTJ a INTJ. Skupinový typ: I (13:10), S (12:11), T (20:3) a J (18:5), tedy ISTJ. Tato skupina bude většinou zastávat hodnoty a upřednostňovat způsob práce z pohledu preferencí zcela odlišný od KATaP skupiny, jejíž skupinový typ je ENFP. Jací tedy jsou ISTJ? Profil ISTJ - "Dělám, co je třeba."

Zřejmě žádný jiný typ není tak silně poháněn zodpovědností jako Introvertní-Smyslový-analytický-Jednoznačnost preferující typ. Ve jménu zodpovědnosti se tento Introvert naučil zacházet se slovy, chovat se společensky a vůbec používat společností vyžadované komunikační dovednosti. V některých situacích může být tak otevřený a výřečný, že je snadné si ho splést s Extrovertem. Ale nenechte se zmýlit: tento Introvert si dokáže nasadit masku Extroverta, aniž by měnil cokoli na své vnitřní Introvertní podstatě.

Nesmírně zodpovědná povaha ISTJ vychází z jeho soustředění dovnitř (I) a koncentrace na data, která jsou objektivní, pragmatická a konkrétní (S). Jeho zájem o to co je teď a tady mu nedovoluje domněnky. Vidí přesně to, co vidí (S) a překládá si to objektivně a hmatatelně (T) a okamžitě vše organizuje a plánuje (J). A protože je pro něj toho chování naprosto přirozené, očekává ho i od všech ostatních. Je velmi náročný jak v práci, doma i při zábavě. Ostatním se jeho chování může někdy zdát netrpělivé, nátlakové až posedlé.

Stejně tak jako INTJ, se kterým sdílí tři preference (I, T a J), má ISTJ často úspěchy ve škole i v práci, bere na sebe zodpovědné pozice prezidentů třídy, vedoucích projektů, nebo předsedů různých spolků a družstev – což by se mohlo zdát zvláštní pro Introverty. Ne však pro ISTJ, který plní své poslání: „dělá, co je třeba“ (i kdyby to nebylo právě to, co je mu vlastní. „Měl bych“ je jeho heslo, stejně tak jako všech SJ typů, což v praxi znamená, že ISTJ často potlačuje své přirozené Introvertní chování a pokud „by měl“ chová se Extrovertně, což je pro něj obtížnější.)

Všechny analytické se rozhodující ženy plavou v naší společnosti proti proudu, avšak pro ISTJ ženu to platí dvojnásob. Její organizovanost a objektivita (TJ) neodpovídá popisu „typické“ ženy. Navíc má ISTJ žena i vnitřní konflikt, zda být taková jaká je, nebo dodržovat tradiční ženskou roli, což by „se mělo“, ale není to pro ni přirozené. Naopak ISTJ muž přesně odpovídá popisu muže, tak jak si ho společnost představuje. Dokonce bývají právě tito muži považováni za „macho“ muže (toto označení vnímá většina žen jako negativní, avšak právě ISTJ ženu nemusí vůbec znepokojovat.)

Domov ISTJ bývá pečlivě upravený a korektní. Své domácí povinnosti, stejně jako každé jiné, bere ISTJ vážně. Rád snídá v sedm, obědvá v poledne a večeří v šest, ať se děje, co se děje. Život má mít řád. Svátky a setkání s rodinou jsou

pro ISTJ velmi důležité a pokud jde o rodinu, nehledí na peníze ani na čas. Ti členové rodiny, kteří nesmýšlí stejně, budou za svůj „nezodpovědný“ postoj sklízet naprosté nepochopení i nemilost, která však nemusí být nikdy vidět navenek. Oblečení, stejně tak jako zařízení domácnosti, nebo auto, ISTJ volí spíše tradiční, střízlivé, někdy až strohé. Všechny věci mají své místo a všechny věci jsou na svém místě.

Rodičovství je pro ISTJ doživotní zodpovědností, ke které přistupují velmi vážně. Stanoví pro své děti (a někdy i partnery) pravidla, o kterých se nediskutuje, a očekávají, že budou dodržována. Však když oni byli dětmi, bylo to přesně tak a tak i teď by věci „měli být“ stejné. Tradice „se má“ dodržovat. Pro ISTJ jsou jasně dané role: rodič je rodič a dítě je dítě a každý má svou úlohu a zodpovědnosti. Pro ISTJ není překvapivé, že přiděluje úkoly celé rodině i na víkend. I odpočinek přeci má mít program a plán a má být dodržován.

Stejně jako dospělí se chová i ISTJ dítě. Většinou je dobrý student, domácí úkoly dělá včas a úhledně, svůj pokoj udržuje a uklízí. Chodí k jídlu v čas a také očekává, že jídlo bude včas připraveno. I ono se řídí svým seznamem toho co „se má“ dělat a očekává i od rodičů, že i oni budou plnit svou roli stejně zodpovědně. Může ho znervózňovat, když se rodiče nebudou řídit stejnými pravidly a nebudou dodržovat jeho časový harmonogram nebo slíbený plán.

V intimních vztazích je ISTJ spolehlivý. Pokud vám jednou řekne „Miluji tě!“, můžete si být jisti, že to tak je, přestože vám to asi nebude příliš často opakovat. A proč ne? Protože je přesvědčen, že za člověka mluví činy, ne slova. Vyjadřuje vám svou lásku tím, co pro vás dělá, jak se o vás stará, je vám oporou a zázemím. Toto neverbální vyjadřování lásky však často bývá opomíjeno a ISTJ jsou označováni za chladné a necitlivé, „s kusem ledu místo srdce“.

Ale ISTJ mají city a projevují je zejména svou zodpovědností. (Není přece nic horšího, než být považován za nezodpovědného!) Jsou velmi loajální, a to jak k jednotlivcům, tak k institucím. Někdy mohou pravidla a „mělo by se“ brát až fanaticky. Profese, ke kterým tíhnou, jsou většinou zaměřeny na **dosahování praktických a viditelných výsledků** jako například chirurgie, účetnictví, právo. Jejich atraktivita pro tento typ spočívá v tom, že v nich člověk často pracuje na svém (I), je **orientovaný na výsledek** (S), jeho práce **vyžaduje objektivitu** (T) a řídí se jasnými pravidly a postupy (J). Přestože mohou ISTJ zastávat

nejrůznější profese, neláká je činnost vyžadující abstraktní myšlení nebo společenskou spontánnost. Ať na pozici nadřízeného nebo podřízeného, v práci stejně jako jinde hrají podle pravidel. Předpokládají, že ti kdo se drží pravidel vyhrávají, ti kdo je porušují, prohrávají.

Z temperamentních skupin je v korporátní skupině č. 2 nejpočetněji zastoupen temperament SJ, který následuje temperament NT.

Kapitola 2.5.3 MBTI výsledky – pojišťovnictví

Skupina 3 – pojišťovnictví

počet účastníků: 12

pozice: střední management

průměrný věk: 27-35 let

poměr ženy-muži 4:8

se skupinou jsem pracovala opakovaně (3x v průběhu 2 let)

MBTI® v korporátním vzdělávání – pojišťovnictví

● ISTJ	ISFJ	INFJ	● INTJ
ISTP	ISFP	INFP	● INTP
●●●● ESTP	ESFP	ENFP	● ENTP
●●●● ESTJ	ESFJ	ENFJ	ENTJ

U této skupiny máme opět dva nejfrekventovanější typy a to: ESTP a ESTJ.

Skupinový typ: E (9:3), S (9:3), T (12:0) a J (7:5), tedy ESTJ.

Tato skupina bude většinou zastávat hodnoty a upřednostňovat způsob práce také velmi odlišný od KATaP skupiny, jejíž skupinový typ je ENFP. U této skupiny je navíc extrémní zastoupení lidí s preferencí pro analytičnost (T) a zcela zde chybí zastoupení preference pocitovosti (F).

Profil typu ESTJ se již objevil v kapitole 1.5.1 u skupiny „mobilní operátor“.

Přestože jejich blízcí „příbuzní“ ESTP se liší jen v jedné preferenci, jsou celkově docela jiného ražení.

ESTP - „Carpe Diem“

Klasickým ESTP sloganem je: „Když selže všechno, přečti si návod.“ Tento typ, velmi orientovaný na činnost, žije přítomným okamžikem víc, než kdokoli jiný. Pokud čtení návodu oddaluje ten okamžik, pak je to ztráta času.

ESTP jsou naprostí realisté a jsou nejméně tolerantní vůči irelevantním teoriím. Jsou zaměřeni na lidi a věci okolo (Extroverze), přijímání informací se řídí tím, co považují za skutečné jeho smysly (S), informace jsou pak posuzovány objektivně a analyticky (T) a přitom jsou ESTP spontánní, flexibilní a otevření novým alternativám (P). Kombinace těchto čtyř preferencí přináší rychlou, přesnou, objektivní a navenek projevenou reakci na jakoukoli situaci.

Tento typ se domnívá, že plánováním a přípravou může zmeškat to, co se děje právě teď. Takže například **chodit do školy má smysl pouze tehdy, když to co se tam učí je relevantní a okamžitě použitelné**. Ale ESTP by se stejně raději vrhli do „opravdového světa“ a potýkali se se skutečnými (ne učebnicovými) problémy za pomoci přirozených schopností, ne toho co se naučili z knih.

ESTP vždycky raději dělají něco než nic. A následky mohou počkat na jindy. Udělej něco teď, zaplať za to později. Tyhle jejich tendence jim často vykoledují negativní nálepkou od ostatních: jsou například „zbrklí“ a „hyperaktivní“. Skutečně se mohou zdát nadměrně neposední.

Jako otevření, objektivní a flexibilní realisté, ESTP vyžadují návratnost každé investované energie. Pokud si myslí, že něco nestojí za to, aby tomu věnovali

svůj čas, přejdou k něčemu dalšímu. Zřídka, pokud vůbec, se najde ESTP, který by dočetl knihu, která se mu nelíbí. Zatímco jiné typy mohou přetrpět celou knížku jen proto, aby ji dočetli, když už začali, nebo proto, že mají pocit, že to pro ně může být intelektuálně podnětné, ESTP to považují za hloupou ztrátu času. Stejně tak může být ztráta času uklízet pokoj jen proto, že „by se to mělo“. Lepší je počkat, až bude potřeba najít nějakou ztracenou věc. Pak bude k úklidu důvod a bude to dávat smysl.

ESTP jsou zábavní, často středem pozornosti, ale neudrží dlouho pozornost. Pro svou pohotovost a zvláštní smysl pro humor a vtipy, je zábava být jim nablízku. Často strhnou a zapojí i ostatní. Jejich schopnost začít a dokončit těžkou práci, jejich nebojácnost při zkoušení všeho (aspoň jednou) a jejich soutěživost dělají z ESTP dříče a lidi, se kterými můžete počítat, když se objeví zajímavý problém. Ale nepočítejte s tím, že budou pracovat podle jakýchkoli pravidel. To je věc jejich hrdosti a chytrosti. Pokud se práce stane rutinou, ESTP o ni ztratí zájem, bude se nudit a snažit se popojet dál a změnit prostředí.

Věčný problém ESTP spočívá v tom, že opomíjejí ustálené normy a procesy. To je pak přivádí do konfliktu s nadřízenými a s autoritami. Některé jiné typy jsou vyloženě zaměřené proti autoritám a baví je testovat jejich kompetence – ESTP ne. Tento typ zkrátka nevěnuje autoritám pozornost. Když se podívají na problém nebo úkol, vidí i způsob jak ho vyřešit a zvládnout a pustí se do toho, bez toho aby napřed zkoumali, jestli existuje nějaký ustálený způsob jak na to. Nakonec to, co ESTP považují za dobře odvedenou práci, mohou ostatní vidět úplně jinak a považovat ESTP za problémového. A přestože to myslel dobře, není z něj hrdina, ale ten, co něco zanedbal. Naštěstí pro ně se ESTP příliš neoddávají sebe-kárání a zkrátka jdou dál.

ESTP ženy zrovna nejdu s davem. Jako typ je zajímaví sporty (zvlášť kontaktní), jsou značně soutěživé a praktické. Pokud žena projevuje tyto vlastnosti, může být považována za neženskou. Navíc aktivní model „sprav to, nebo to nech být“, není zrovna spojován se ženou v naší společnosti.

Jako rodiče mají ESTP většinou velmi realistická očekávání vůči svým dětem i partnerům. Jejich děti nemusí vynikat, ani nemusí dosáhnout vyššího vzdělání,

ale musí se svým životem udělat něco konstruktivního a praktického. Stručně řečeno, ESTP rodiče chtějí, aby jejich děti našly to, co je bude dělat šťastné. I životní styl ESTP má v sobě jakousi neposednost. Pořád se děje plno věcí, další čekají na to, aby se děly a stále je málo času. To samo o sobě je pro ESTP vzrušující. Téměř cokoli může být důvodem k oslavě: sportovní výkon, konec léta, nová práce, dobrá známka, cokoli. ESTP může být velmi aktivní při přípravě i v průběhu takové oslavy. Někdy ale zůstane jen u nadšení, zvláště když je ESTP neorganizovaný, věci začne, ale nedokončí. Jeho neuspořádanost pak může být frustrující pro jeho okolí. Jejich potřeba být středem dění i netrpělivost vůči teorii, ba dokonce i dlouhému vysvětlování, z nich občas dělá „netykavky“. V podstatě jsou ESTP děti velmi kreativní, ale často je jejich vynalézavost otočena proti neustálým pokusům „postavit je do latě“ a přimět je, aby se přizpůsobily standardnímu chování. Chápavé vedení namísto přísného kontrolování má u nich mnohem větší odezvu. ESTP milují rodinné události, ale často dělají nečekané věci. Není pro ně – děti i dospělé – nic neobvyklého naplánovat nějakou akci a pak se v danou hodinu zapomenout objevit. Takové chování jim připadá naprosto přirozené, ale pro ostatní může být velmi frustrující.

Práce, která je flexibilní, rozmanitá a otevřená jejich vynalézavosti může být pro ESTP výzvou. Rutina a předvídatelnost jsou považovány za závaží a vedou ke stresu a nízké produktivitě. ESTP se učí v procesu: návody čtou, pouze pokud je to absolutně nutné (a i pak pouze tu část, která je momentálně aktuální). Raději věří sami sobě a spoléhají se na zdravý rozum. Inklinují k drobnému podnikání a spousta ESTP má vlastní živnost, nebo vlastní malou firmu. Sporty, automobilové závody a oprava, nebo údržba zařízení a strojů a cokoli co se den ode dne mění a je nepředvídatelné, je přitahuje.

Jak ESTP stárnou, stále potřebují nové hory, které je třeba zdolat. Přestože už nemusí být tak vysoké, pořád jsou potřeba.

Pohled na temperamentní skupiny je opět hodně extrémní s převahou pro SJ temperament, následuje SP a NT. Temperament NF, který převládá mezi studenty, není v této skupině zastoupen vůbec.

Kapitola 2.5.4 MBTI výsledky – bankovníctví

Skupina 4 – bankovníctví

počet účastníků: 9

pozice: vyšší a vrcholový management

průměrný věk: 40-45 let

poměr ženy-muži 0:9

se skupinou jsem pracovala pouze jednou

MBTI® v korporátním vzdělávání – bankovníctví

● ISTJ	ISFJ	INFJ	INTJ
ISTP	ISFP	INFP	● ● ● INTP
● ESTP	● ESFP	● ENFP	ENTP
● ESTJ	ESFJ	ENFJ	● ENTJ

Nejfrekventovanější typ: INTP

Skupinový typ: E (5:4), N (5:4), T (7:2) a P (6:3), tedy ENTP.

Tato skupina už je skupině KATaP mnohem podobnější, zejména je zde patrná převaha N, intuitivního vnímání světa, která mezi studenty také dominuje a dalším společným rysem je i Proměnlivost v organizaci prostředí. Přesto ale i zde je jasná převaha T, tedy analytičnosti.

ENTP - „Život je jedno velké dobrodružství“

ENTP žijí velmi intenzivní život a jejich entuziasmus je přivádí ke spoustě aktivit, pracovních i nepracovních. Jejich vynalézavost souvisí s jejich bohatou intuicí

(N), která jim otevírá svět nekonečných možností, a v kombinaci s jejich objektivním rozhodováním (T) a orientací na okolní svět (E), všechno přeměňuje na myšlenky a schémata.

Jako všechny EP, je většinou víc baví rozvíjet novou myšlenku, než se věnovat a pracovat na něčem, co už existuje. To někdy přináší starosti i frustraci – jak pro ně, tak pro lidi kolem nich. Pro ENTP je svět šachovnicí, kde musí – ENTP – pohybovat všemi figurkami tak, aby všichni hráči měli ze života co nejvíc. Neustále bombardují sebe i ostatní nápady a srší nadšením, které je v lepším případě dovede k zdolávání jedné vzrušující výzvy za druhou, v horším případě k nekonečné sérii odložených a neuskutečněných snů.

ENTP vnímá celek a zajímá ho, kolika různými způsoby se dají poskládat jeho jednotlivé kousíčky. Je to právě jejich schopnost vidět celek „big picture“, která jim umožňuje generovat tolik kreativních alternativ pro jakýkoli systém – ať je tím „systémem“ rodina, dovolená, sbírka CD, nebo velká korporace. Vědí, že každý systém, bez ohledu na to jak je fungující, může být zlepšený a zefektivněný. Takový perfekcionismus je někdy činí až posedlé vývojem v mnoha disciplínách. Tyto schopnosti je samozřejmě předurčují k úspěchu v různých podnikatelských dobrodružstvích.

ENTP hodně riskují a to jak se svými vlastními zdroji, tak se zdroji ostatních. Stejně jako ostatní EP, když vyhrají, tak všechno a když prohrají, tak přijdou i o košili. Výsledkem toho je, že život pro ENTP (a pro ty kolem něho) připomíná horskou dráhu: se závratnou výškou, nadšením, strachem, občasnými zastávkami a spoustou nečekaných zatáček.

Všechny analyticky přemýšlející ženy plavou proti proudu a pro ženu ENTP to může být zvláště problematické. Když se její objektivita projeví v její živosti, temperamentu, soutěživosti a argumentativní povaze ženy, příliš mužů to neocení. ENTP žena se většinou neztotožňuje s „ženským scénářem“, který vyžaduje určité chování v určitou dobu. Pro všechny ENFP je přirozené testovat hranice každého systému i člověka, zvláště těch tradičních a tradicionalistických. Hodně intuitivních-analytiků **se učí diskutováním a zpochybňováním**, a pro ENTP to platí dvojnásob. Zpochybňování všech úhlů pohledu jim přináší intelektuální uspokojení a radost, stejně jako děláni něčeho neobvyklého a nečekaného jen kvůli reakci okolí. Může být zábavné být ve společnosti ENTP

ženy, ale její **soutěživá a stále testující povaha** může unavovat až nahánět strach. Je zajímavé, že stejné vlastnosti bývají u mužů považovány za pozitivní, i když i oni mohou být únavní, zvláště pro rozdílné typy.

V rodičovství vidí ENTP další příležitost k růstu a rozvoji všech zúčastněných. Jejich dům může být plný nejnovějších knih, přístrojů, vynálezů a podobných věcí. Dětem budou všechny ty věci představeny, aby je stimulovaly – což je mnohem důležitější než uklizený dům, pořádek a plánování. ENTP rodič vyznává model „překonávání sama sebe“ a úspěšná výchova má dát dětem vše, co k tomu potřebují. ENTP rodiče za den přijdou s více nápady a možnostmi, než jsou jejich děti schopné obsáhnout. To samo o sobě může být únavné a pro děti jiných typů velmi frustrující. Pravděpodobně to byl NT rodič, ještě přesněji ENTP, který první prohlásil, že „je hrozné nevyužít rozum“. Pomáhat dítěti k seberealizaci a růstu je jejich základní princip pro výchovu. Může být však uplatňován na úkor nedostatku pohazení, objetí a vyjádření lásky, přestože pro ENTP právě tento princip lásku vyjadřuje.

Důraz na výzvu, extrémy, realizaci nápadů a nezávislé myšlení charakterizuje všechny aspekty životního stylu ENTP. Výsledkem mohou být různé druhy nestability. Mohou je potkávat velké finanční výkyvy i fyzická nevyrovnanost. Když intelektuální jiskření a zabývání se „svými vlastními věcmi“ dostává přednost před „tím, co bylo potřeba udělat už včera“ – jako úklid domu, kanceláře, zahrady, čehokoli – může to někdy přinést chaos. Obecně je dům ENTP všem přístupným rájem pro ty, které zajímá to, co se právě objevuje a pro ty, kdo stejně jako ENTP prahnou po intelektuálních podnětech k individuální cestě nahoru.

Mít možnost vymýšlet si a uskutečňovat své nápady bez nutnosti dotáhnout je do konce a být za ně zodpovědný, je pro ENTP vysněná relaxace. A pravděpodobně je to i velký zdroj jejich kreativity. Možnost dát zelenou své představivosti, bez obtěžování se nudnými detaily a nezáživnou rutinou, která k mnoha nápadům patří, dává kreativě ENTP křídla. V generaci myšlenek nachází nejen motivaci a růst, ale i odpočinek. Pokud jsou svázáni mnoha detaily, přichází stress. Stejně jako dospělí, ENTP děti jsou často jako uragán. Spousta kamarádů, legrace, projektů a nápadů zaplňují jejich dny. Každý nový den je novou příležitostí k vymýšlení procesů, ke zkoušení kamarádů a systémů. Například

obyčejný požadavek rodičů jako „vynesení koše“ může malého ENTP vést k tomu, že stráví mnoho hodin, možná i dní, navrhováním vynálezu, který by koš přemístil z kuchyně k popelnici bez zásahu člověka. Tenhle vynález může vyžadovat přizvání kamarádů, testování a spoustu dalších výmyslů – které budou všechny zábavnější než jednoduché splnění úkolu.

To je přesně způsob, jakým ENTP přistupují k učení. Je to pro ně skupinová výměna názorů, argumentů a projektů. ENTP se mnohem raději učí tím, že se zapojí, než aby poslouchali přednášky. V podnikatelském duchu razí názor, že pokud jejich „pokusy“ přinesou něco, co může být použitelné, sdělitelné, nebo se dá prodat (například automatický vynášec odpadků), tím lépe. Učení, které podporuje zapojení se, je pro ENTP vzrušující. Pokud je rutinní, přísně strukturované a příliš detailní, je nudné. Úkoly mohou být vypracovány pozdě (nebo brzy) a trochu nedbale. Pokud je úkol sám o sobě nudný a nemotivující, často si sami změní jeho zadání ve jméno „učení se“. Tohle chování může být frustrující pro ostatní studenty a učitele jiných typů a může skončit neúspěchem na obou stranách – pro učitele tak, že ztratí zájem a respekt ENTP studenta a student bude mít horší školní výsledky.

Jako mnoho jiných věcí, rodinná setkání jsou další příležitostí k výměně názorů a myšlenek a ENTP si takové příležitosti nechce nechat ujít. I když se někdy nechová zrovna adekvátně, vždy se podobných rodinných záležitostí aktivně účastní. Někdy pozdě, někdy nepřípraveni, ale vždycky tam budou a velmi pravděpodobně budou zapojovat všechny přítomné, aby čas trávený společně byl zábavný, trochu soutěživý a rozhodně nezapomenutelný.

Práce, která bude pro ENTP výzvou, bude velmi atraktivní. Naopak, pokud ho bude svazovat standardními operačními postupy, bude krajně frustrující a dost možná stresující. Obecně ENTP zajímá kariéra spojené s teoretickou, intelektuální kreativitou jako informační technologie, investiční poradenství, nebo univerzitní vzdělávání.

Při pohledu na temperamentní skupiny je v této skupince převaha NT temperamentu, který už je bližší temperamentu NF, který dominuje mezi studenty a sdílí s ním především potřebu vnímat a vidět svět v souvislostech, z nadhledu a intuitivní vnímání, N, oběma temperamentním skupinám dává určitou zvědavost a potřebu hledání nového, originálního.

Kapitola 2.5.5 MBTI výsledky – webový portál

Skupina 5 – webový portál

počet účastníků: 27

pozice: střední management a specialisté

průměrný věk: 25-30 let

poměr ženy-muži 12:15

se skupinou jsem pracovala pouze jednou

MBTI® v korporátním vzdělávání – webový portál

ISTJ	● ISFJ	● INFJ	● INTJ
ISTP	● ISFP	● ● ● ● INFP ● ●	● INTP
● ESTP	● ● ESFP	● ENFP	● ● ● ● ENTJ
● ● ● ● ESTJ	ESFJ	● ● ENFJ	● ● ENTJ

Nejfrekventovanější typ: INFP

Skupinový typ: E (16:11), N (18:9), F (14:13) a P (14:13), tedy ENFP.

Tato skupina má tedy stejný skupinový typ jako skupina studentů KATaP a je tedy pravděpodobné, že kultura a hodnoty obou skupin si budou velmi podobné.

Profil typu INFP je v kapitole 1.4.1

I pohled na temperamenty je velice podobný jako u skupiny KATaP.

Dominantním temperamentem je NF a hned druhým je temperament NT.

Kapitola 2.6 - MBTI typologie – závěr

Shrnutí v datech (skupinové profily porovnávaných skupin)

Studenti KATaP: ENFP

Zkoušející DJ (ne studenti): INFP

Firma 1 – mobilní operátor: ESTJ

Firma 2 – energetika: ISTJ

Firma 3 – pojišťovnictví: ESTJ

Firma 4 – bankovníctví: ENTP

Firma 5 – webový portál: INFP

Tyto výsledky v mnohém potvrzují předpoklad, že lidé, věnující se dialogickému jednání, jsou do značné míry odlišní od „typických“ firemních zaměstnanců. Největším překvapením pro mne bylo zjištění, jak velmi homogenní skupinou je skupina studentů KATaP a ještě více skupina dobrovolných a dlouhodobých zkoušejících DJ. Ano, čekala jsem, že se více lidí z této oblasti bude klonit k preferencím intuitivního vnímání a pocitového rozhodování (tedy kombinace preferencí N a F), ale tato převaha, která je téměř stoprocentní mne překvapila. Znamená to, že pro naprostou většinu této skupiny je přirozené vnímat svět v širším kontextu, přemýšlet o věcech z různých úhlů pohledu, hledat ve svém životě i v okolí hlubší smysl a význam a zároveň je pro ně velmi podstatná harmonie a vztahy s ostatními a vztahování se k nim. Co však tato skupina často postrádá je praktičnost až pragmatičnost, objektivita a orientace na výsledek, který jsou vlastní lidem s preferencí pro smyslové vnímání a analytické rozhodování (preferencí S a T).

Porovnání skupin studentů a firemních zaměstnanců pak do značné míry kopíruje původní předpoklad, až na jednu zajímavou výjimku. Studenti KATaP společně se studenty DJ se typologicky zařadili do temperamentu NF. Manažerské kvadranty obsadily 3 skupiny korporátních klientů, avšak jedna z nich překvapivě zaujala místo „po boku“ našich studentů mezi NF typy.

Je zajímavé, že právě tato skupina, skupina zaměstnanců webového portálu, je

skupinou s nejnižším věkovým průměrem, navíc jde o organizaci s velmi plochou hierarchií a značně neformálním pracovním prostředím.

Ukazuje se tedy, že firmy, které stále ještě udržují strmou hierarchii a formální vedení, budou přitahovat zaměstnance, pro které je důležitá stabilita (jakkoli může být iluzorní), přesnost, jistota, jasně definované pracovní role, popisy práce a postupy, tedy preference S a T. Pokud ale firma vytvoří prostředí odlišné (což je samozřejmě snazší v určitých odvětvích), je možné, aby v ní našli uplatnění právě lidé kreativnější, svobodomyšlnější, hledající smysl a vážící si mezilidských vztahů, tedy s preferencemi pro N a F. Obecně by se tento přístup k práci dal nahlížet také z pozice orientace na cíl (ST), nebo na proces (NF). KATaP a vyznavači DJ by tedy zajímal spíše proces a „klasické“ zaměstnance spíše cíl. Jak je však vidět, objevuje se zde i typ „nového“ zaměstnance, který samozřejmě také musí dosahovat určitých měřitelných výsledků, ale jeho osobně více zajímá proces. Tento trend se naprosto shoduje i se změnami, kterými prochází korporátní svět obecně, a právě tomu se budem věnovat v následující kapitole.

Kapitola 3 – Vzdělávání

Kapitola 3.1 – Firemní vzdělávání

Když jsem před několika lety začala objevovat krásy a hlavně užitečnost DJ pro mne (a později i pro ostatní), okamžitě mě napadlo, že by bylo dobré DJ využít, ano záměrně používám slovo využít (protože v té době jsem měla pocit, že **jen to, co se dá prakticky využít, má vůbec nějaký smysl**), ve vzdělávání korporátním. Mám za sebou více než 15 let praxe v oblasti „rozvoje lidských zdrojů“, další nehezké slovo. Většinu svého profesního života jsem se věnovala, buď náboru zaměstnanců, ať už jako konzultantka recruitingové agentury, nebo pak interně, jako „recruiting specialist“ (náborový specialista) v jedné nadnárodní korporaci. Pak jsem se profesně posunula do tréninku, tedy školení, napřed opět interně a pak jako zakladatelka a spolumajitelka vzdělávací firmy. Neustále jsem někoho hodnotila, posuzovala, a následně školila, aby ho ostatní opět mohli posuzovat a hodnotit. Po mnoho let jsem opravdu věřila tomu, že firemní vzdělávání je bohublá činnost směřující k rozvoji (osobnímu i profesnímu) jednotlivých zaměstnanců, celých týmů a potažmo celých společností, které se i díky vzdělávání mohou stát uvědomělejšími, empatictějšími a vůbec tak jaksi „lepšími“.

Věřím, že není jen shodou okolností, že právě v průběhu posledních asi pěti let, kdy se intenzivněji věnuji DJ i jeho zkoumání, se můj pohled na mou práci (myslím profesní práci) začal diametrálně lišit. Přišlo to pozvolna, asi jako jakákoli změna, ale bylo to nevratné. Začala jsem si všimnout nesouladu toho, co se snažím lidi naučit s realitou, ve které pracují. Většina školících programů, které jsem sama jako lektorka školila, nebo na jejichž přípravě jsem se podílela, byla založena na respektu k ostatním, na vyzdvihování kvalit (spíše než na poukazování na chyby) a na oceňování jedinečnosti. Velká většina lidí, které jsem za posledních 10let školila, však neměla možnost nic z toho neuplatňovat ve své práci. V naší části světa je stále ještě většina firem vedena velmi autoritativně, řízení a organizace je značně hierarchická a přestože rétorika některých manažerů je plná pojmů jako osobní iniciativa, angažovanost, kreativita a podobně, nic z toho řadový zaměstnanec v práci nevyužije, a pokud ano, bude za to spíše penalizován než chválen. Musím však podotknout, že

existují i výjimky a sama mám velké štěstí, že právě pro jednu takovou můžu už mnoho let pracovat.

V kapitole o DJ píšu to tom, že nás DJ vede k sobě samým. A důležité je, že pokud už jednou „víme“, není cesta zpátky. To potvrzuje má vlastní zkušenost. Ve chvíli, kdy jsem některé věci začala vidět, už nešlo dělat, že je nevidím. Pokud pracujete pro firmu se striktní hierarchií, kde jediným faktorem určujícím úspěch je zisk, pak i vzdělávání bude zcela podřízeno právě tomuto cíli. Cílem firemního vzdělávání je tedy **zkvalitnění lidských zdrojů**. Zapomeňme na idealistický rozvoj osobnosti a člověka jako takového. Jde zkrátka o to, nabrousit motyky, aby pak lépe okopávaly. Broušení motyk, tedy zkvalitňování, vytrénování lidských zdrojů se pochopitelně opět hodnotí a měří se jeho efektivita. Proto je zcela samozřejmé, že vzdělávací firmy, které nabízí semináře a tréninky, musí být schopny zcela jasně a přesně definovat v čem, jak a o kolik se po absolvování určitého semináře motyka zostří a bude moci svou práci vykovávat ještě efektivněji než před ním.

Snažím se zde s nadsázkou popsat, jak mi došlo, že korporátní vzdělávání je hlavně a především zase byznys. Zaplatíme vám za to, že nám vyškolíte lidské zdroje. V mnoha firmách se v posledních letech začalo mluvit o potřebě osobnostního rozvoje, více prostoru je věnováno rozvoji takzvaných „soft skills“ (měkkých dovedností) a já osobně jsem se právě v těchto školeních angažovala a věřila jsem, že pomáhám rozvíjet a otevírat potenciál ostatních. Ano, přesně sem by pak DJ zcela logicky zapadalo. V tu chvíli jsem si však ještě nebyla zcela vědoma kontextu, nebo jsem ho jen nechtěla vidět, nevím. Mě osobně právě zkušenost s DJ a zvědomování si mého vztahu sama k sobě a k okolí přiměla k **rozšíření mého úhlu pohledu na věc**. Ne, nejsem tu sama a ani pokud vymyslím, postavím a odškolím nejúžasnější a nejotevřenější seminář, nemohu ovlivnit kontext, do kterého bude zasazen. Jak bude „použit“. Nevím, a dříve jsem snad ani nechtěla vědět, jaké jsou skutečné důvody, proč firma na školení své zaměstnance posílá. V mnoha firmách stále ještě panuje přesvědčení, že na školení se musí za trest, za to, že vám něco nejde, abyste se zlepšili. Často vám účast na školení nařídí, v lepším případě „doporučí“ váš šéf nebo HR specialista. Mnohdy vám čas, který trávíte na školení, není nahrazen, takže svou práci musíte stihnout večer, v noci, o víkendu. Občas je právě školení o víkendu, aby

vás neodvádělo od práce. A priori **negativní postoj ke vzdělávání**, jako k něčemu, co je povinné, za trest, nezábavné a často zbytečné je tedy stále převládající. A neleze z něj vinit jen firmy samotné. (více následující kapitole o základním školství)

Kapitola 3.1.1 – Priority tréninkových manažerů

Protože si uvědomuji, že moje vnímání firemního vzdělávání je stále subjektivní, požádala jsem o **názor odborníka z praxe**, tedy přímo tréninkovou manažerku. Paní Šárka Z. pracuje v oblasti lidských zdrojů téměř 20 let. Má zkušenosti z několika nadnárodních firem. V současnosti je tréninkovou manažerkou mezinárodní poradenské firmy v Dubaji.

„Vzhledem ke krizi došlo k **omezení tréninkových rozpočtů**, takže je snaha větší část věcí dělat interně a ušetřit tím tak peníze, ale zároveň dále zaměstnance vzdělávat. Firmy si v mnoha případech zakládají svoje vlastní školící firmy/oddělení, neboť je to vyjde levněji, a mohou si školení ušít na míru, což je v současné době takové zaklínadlo.

Ve výraznější míře se přechází k **e-learningových** a jiným novým formám vzdělávání. **Osobní školení se upozaduje** a používá se pouze ve velice specifických a odůvodněných případech. Ve větší míře se také využívají nové technologie: smartphony, tablety, které umožňují flexibilní a individuální vzdělávání kdykoli a kdekoli. Lze tak využít například čas trávený na letišti při čekání na letadlo.

Školení je více vnímáno jako knowledge platforma a funkce Training managera je spíše v tom, umožnit sdílení a **výměnu informací**.

Ustupuje se od dlouhých školení (1-2 denních), která jsou nahrazována kratšími, cca 2 - 3 hodiny, případně ještě kratší - 10 - 15 minutovými moduly. Také se ale podporuje dlouhodobější profesní vzdělávání – profesní kvalifikace (např. studium MBA). Vzhledem k tomu, že se jedná o dražší školení, zpravidla se uzavírá se zaměstnancem **smlouva o návratnosti investice**,

v případě odchodu z firmy. Očekává se větší iniciativa jednotlivce ve smyslu mít chuť a vůli se vzdělávat, najít si potřebná školení a zvolit si cestu dalšího rozvoje. Všeobecně je kladen důraz na tzv. soft skills, které předurčují dobré manažery. (Tyto dovednosti se však těžko lze naučit z tabletu, nebo chytrého telefonu. Poznámka ZM). V průběhu školení se výrazně více než pouhé prezentace využívají případové studie a týmová práce. Je kladen větší důraz na tzv. partnerství s příslušným oddělením, pro které se školení připravuje.

Díky krizi je výrazně větší důraz na prokázání úspěšnosti školení.

Vymýšlí se různé ukazatele, pomocí kterých se měří návratnost a

úspěšnost tréninkové intervence.“Tolik tréninková manažerka k tomu, co je ve firemním vzdělávání momentálně považováno za podstatné.

Kapitola 3.1.2- Posedlost čísla – co se nedá změřit, neexistuje

Celý svět byznysu a ekonomie je už po staletí posedlý čísly, jimiž se neustále zaklíná a která používá jednou jako štít, jednou jako zbraň. Čísla jsou hlavním (a často jediným) indikátorem i při vyhodnocování úspěšnosti a přínosnosti vzdělávacího programu a čísla často rozhodují o tom, jak, s kým, kolikrát a v čem se budou zaměstnanci velkých korporací vzdělávat a rozvíjet. A jsou to zase čísla, která v naší moderní společnosti doslova předpovídají budoucnost. Jsou toho však čísla doopravdy schopna?

O tom, že víra v čísla, statistiky, různé ekonomické ukazatele a především pak ekonomické modely, od kterých se očekává predikce vývoje, tedy jakési předvídání budoucnosti, je ve skutečnosti jen “vírou”, a že je v mnoha ohledech přeceňována, mluví a píše ekonom Tomáš Sedláček, autor knihy *Ekonomie dobra a zla*. Kromě Sedláčka tuto poněkud rebelskou teorii zastává a otevřeně o ní hovoří a píše i kanadský matematik David Orrell v jeho knize *The Economyths (economyty)*, kde tvrdí, že současné ekonomie hlavního proudu, stojí v mnoha ohledech na chybných základech, což je podle něj také příčina stále probíhající krize. Rozhovor Orrella a Sedláčka v britském Oxfordu vedl a zachytil publicista a novinář Roman Chlupatý v knize “*Soumrak Homo Economicus*”. Zde se Orrell se Sedláčkem v podstatě shodují, že naše adorace čísel (v ekonomii a i v jiných

vědách) je přehnaná a neopodstatněná, protože život (reálný, organický, celistvý) je mnohem složitější a nelze ho takto zjednodušeně ani popsat, natož předpovídat, co se bude dít v budoucnu.

Jako zářný příklad selhání ekonomických modelů a predikcí ukazují krizi v roce 2008. "D. (David Orrell): *Například na začátku roku 2008 se agentura Bloomberg zeptala analytiků, jaký ten rok bude. Nikdo nepředpověděl pád. V průměru se čekalo několik procent růstu. Nakonec ale došlo k propadu akciových trhů zhruba o 30%, což v praxi znamenalo bilionové ztráty. To je přece naprosté popření toho, co má věda dělat dobře. My máme vytvořit modely, máme zjednodušit komplikované věci, použít čísla a díky tomu, něco předpovědět. Co když to ale nefunguje? Co když je to úplný propadák? Paradoxně, nic moc se nezmění.* T. (Tomáš Sedláček): *Přesně tak! D: Mezinárodní měnový fond (MMF) a další organizace nás neustále zásobují spoustou předpovědí. Média je citují a všichni je s náboženskou úctou sledují. Přitom ani lidé z MMF tuto krizi nepředpověděli. Nebyl to tedy jen Bloomberg, kdo selhal. Což znamená, že někde je zásadní chyba. ... Pro mě je jednou z věcí, které bychom si měli z této krize odnést, **potřeba skutečné pokory. Je třeba si připustit nejistotu a chápat ji.**" (1)*

Sedláček sice mluví o nejistotě v oblasti ekonomie a ekonomických předpovědí. Naše obecná ochota, nebo spíš neochota, pustit se něčeho, co považujeme za jistotu, však není zdaleka omezena jen na ekonomii.

Pokud modely, predikce a čísla v praxi nefungují, proč se jich tedy dál držíme? Sedláček je přesvědčen o tom, že je to proto, že potřebujeme něčemu věřit, ikdyž víme, že je to nesmysl. Jeho slovy, že potřebujeme ekonomické mýty. Ve vztahu k DJ mě napadá, že je tu paralela s tím, jak často máme problém pustit se za to, co známe, "nechat se být", nemít kontrolu. Jak často opětovně děláme to, o čem víme, že nikam nevede. Protože se bojíme nejistoty. Podobně jako celá naše společnost. Ale to předbíhám. "T: *...napadá mě velmi provokativní závěr. Možná bychom se dostali k mnohem stabilnější ekonomii, kdybychom přestali předpovídat. Když se zeptáš ekonomů z OECD nebo ze Světové banky, tak oni samotní své predikce zpochybní. Všichni to prostě bereme tak, že své modely budujeme kolem pravěpodobnosti. Věříme, že se s jistou pravděpodobností něco*

stane.. a jsme zpátky u víry, protože tady není možné nic prokázat. ...

R (Roman Chlupatý): Tomáši, jak by tvůj zaměstnavatel, tedy banka (Tomáš Sedláček v současné době pracuje jako hlavní makroekonomický stratég ČSOB) na něco podobného reagoval? Jak by reagovala společnost, kdybys jí chtěl vzít tu jistotu čísel, jistotu předpovědí, ať už jsou jakkoli iluzorní?

T: Víš, kolik příští rok bydlíš v procentuálním vyjádření na 10 procentních bodů? Potřebuješ tuto informaci k tomu, abys přežil?

R: Samozřejmě ne. Ale jsem si jistý tím, že mnozí mají pocit, že se bez toho neobejdou...

*T: Jasně. Ale to je přece **iluzorní jistota**. Je to klam! Jde o simulaci jistoty v prostředí naprosto zásadní nejistoty. A to je vše, co také říkám. Jde o iluzorní jistotu – a ta je nebezpečnější než nejistota, než přiznání, že prostě nevíme. (2)*

Naši, až zoufalou, potřebu držet se nějaké jistoty, přestože víme, že je nesmyslná, dokládá i historka Davida Orrella, který se jako matematik mimo jiné věnoval meteorologickým modelům a předpovídání počasí. "D: Když ekonom Kenneth Arrow pracoval během druhé světové války jako meteorolog letectva, zjistil, že jeho předpovědi a stejně tak i předpovědi jeho kolegů, nejsou o nic lepší, než náhodná volba. Řekl to svým nadřízeným. A jejich odpověď? Generál si je dobře vědom toho, že jsou **předpovědi na nic**. Ale potřebuje je k plánování." (3)

(1) Orrell D., Sedláček T, Soumrak Homo Economicus, str.30-31

(2) str. 34-35

(3) str. 37

Kapitola 3.2.1 – Škola, základ... čeho?

V naší společnosti je něco v nepořádku s postojem ke vzdělávání už od počátku, už od povinné školní docházky.

"Podle studie University of Chicago si **pamatujeme v průměru pouhých 3,8% věcí**, které jsme se ve škole naučili. Díky výzkumům mozku dnes víme, že

základní vliv na zapamatování má smysluplnost probíraného učiva. Z krátkodobé do dlouhodobé paměti se přenáší především to, co člověk považuje za smysluplné." (1)

Ve škole často ale dochází k ještě horšímu "poškození" žáků, než je jen přetěžování paměti. MUDr. Martin Jan Stránský, neurolog a přednosta Polikliniky Na Národní v Praze, který usiluje o změnu v přístupu k učení a výchově jako takové, dokonce tvrdí, že česká škola utlačuje dětské mozky. (Tento článek byl publikován 1. Zářím 2013, tedy den před začátkem školního roku)

"Ze zdravotního hlediska jsou pro děti mnohem zdravější prázdniny než biflování ve škole, které vytváří jen negativní postoje. Děti by se ve škole měly hlavně učit, jak řešit problémy a jak přemýšlet. A v tom je český školský systém špatný. Děti musí znát nazpaměť fakta, která mohou najít za minutu na internetu anebo v knize, ale neučí se přemýšlet. Žák ve škole dostane špatnou známku za to, že neví, kdy přesně se narodil a zemřel Karel IV., žádný učitel se ho však nezeptá na to, co pro něj Karel IV. znamená a nediskutuje s ním o smyslu českých dějin pro dnešní moderní dobu. Ale právě takovéto otázky rozvíjejí myšlení, a tím i samotné funkce mozku. S minimální nadsázkou můžeme tvrdit, že **způsob výuky v českých školách přispívá k omezení základního vývoje mozku.**

Nutit děti znát fakta, aniž by v podstatě chápaly, proč je musí znát, je zbytečné. Mnohem efektivnější je podporovat jejich zvědavost otázkami namísto úkolů a dávat věci do otevřených souvislostí, které stimulují nutnost docházet k rozhodnutím na základě logických souvislostí." (2)

Při opětovném čtení toho článku mě napadá, zda není DJ, mimo jiné, i prostředkem, který nám ve vyšším věku (tedy v dospělosti) pomáhá alespoň částečně zvrátit nebo vyrovnat škody, kterých se na nás dopustila školní docházka?

Tomáš Hajzler, který se věnuje zkoumání, psaní a propagaci myšlenky "svobody v práci", přirovnává ve své knize "Peníze, nebo život" školu k přípravce továrních dělníků. "Když je v naší zemi malému člověku šest, začíná chodit do "další firmy" .(Hajzler mluví o rodině jako o naší "první firmě", pak by škola byla tou druhou –

obě nás totiž formují v tom, jak v dospělosti fungujeme a jaké postoje máme k práci, tedy k naší další firmě, ve které se ocitneme). Tou druhou "firmou" je pro nás, již od roku 1774, škola. Hlavním účelem této instituce bylo a je připravit děti na povolání, pro náš profesní život je tedy klíčová." A tady nastává další potíž. Svět práce, svět firem, ve kterých lidé dříve našli uplatnění třeba na celý život, se mění. To, co zaměstnavatelé očekávají od absolventů škol, se mění. Naše škola se však změnila jen velmi málo.

Student, nebo v případě základních škol, žáci, jsou školou často frustrováni a omezováni. Zaměstnavatelé však také nejsou spokojeni. Hajzler se zajímavě zamýšlí nad smyslem našeho vzdělávacího systému. " Má tento systém pomáhat lidem založit existence na tom, v čem jsou opravdu dobří a co je zajímavá, aby pak dokázali následně **prožít užitečný a šťastný život**? (Tímto směrem se vydává právě Ivan Vyskočil, ale například i filosof, myslitel a učitel J. Krishnamurti – jejich principům vzdělávání jsem věnovala samostatnou kapitolu) Nebo je jeho účelem **zajistit firmám potřebné lidské zdroje** a lidem následně práci? Přes všechny změny posledních let si myslím, že náš vzdělávací systém stále do velké míry funguje jako ten druhý.... V tomto světě máme za začátku továrnu. Aby továrna uspěla, potřebuje především vydělávat. Proto potřebuje zdroje – finanční, technické a lidské. Pro finance se jde do banky, pro technologie za dodavateli a pro lidské do školy. A v případě, že ty lidské nejsou k dispozici, nastaví se vzdělávací systém tak, aby je vytvořil. Mnohdy právě bez ohledu na nadání a skutečné zájmy žáků a studentů.

Ve scénáři, který připravuje samostatné a kreativní lidi pro 21. století, je na začátku člověk, se svými nadáními a zájmy. Škola je v tomto případě postavena na základě přirozenosti a potřeb dětí, ne firem. Taková škola nemá dodat zdroje na objednávku. **Má pomoci lidem nalézt jejich úlohu na tomto světě, aby mohli prožít užitečný a šťastný život.**

Většinová škola předchozích staletí vychází z potřeb společnosti, která má jednu šablonu na úspěch. Nebere proto příliš v potaz přirozené vlohy a zájmy jednotlivých dětí a zaměřuje se především na rozvoj poslušnosti, píle a znalosti "

Ano, je obecně známo, že naše vzdělávání se zaměřuje především na **memorování dat a faktů**, tedy drilování. Proto není s podivem, že velká část vzdělávání firemního se často také opírá o drilování. Není výjimkou, že firma vyžaduje, aby účastníci školení na závěr absolvovali test, který ověří, co si ze školení zapamatovali. Fakta, definice, vzorečky. Nic se nemění. Opravdu nic?

Sir Ken Robinson (TED), jedna z vůdčích osobností transformace dnešního vzdělávacího systému, poukazuje na to, že tradiční škola v dětech doslova **zabíjí jejich vrozenou kreativitu**. Pro příklad nemusíme chodit daleko. Jaroslav Dušek, herec a také žák Ivana Vyskočila a propagátor improvizovaného divadla ve svém představení "Čtyři dohody", inspirovaném stejnojmennou knihou Miguela Riuze mluví o procesu výchovy a vzdělávání jako o procesu ochočování. Ukazuje, jak v procesu ochočování, se z přirozeného, vitálního, tvořivého, "divokého" dítěte stává otupělý, pasivní tvor. Dušek se v jednu chvíli zeptá publika: "Kdo z vás umí zpívat?" a nebo "Kdo z vás umí malovat?" V sále, kde sedí 200 – 300 lidí se prý většinou přihlásí tak 3 – 5 lidí. Pokud stejnou otázku položíme předškolním dětem, přihlásí se většinou téměř všechny. Stejnou otázku pokládá i Tomáš Hajzler na manažerských konferencích a odezva je dost podobná, jako na představení Jaroslava Duška. "Po osmnácti letech v lavicích se naučíme hromadě věcí, které si dnes většina dětí bez větších potíží vyloví na Wikipedii. Naučíme se číst a psát. Naučíme se nevyčnít, tvrdě pracovat, být součástí systému, poslouchat šéfa a dožadovat se odměny... ale odnaučíme se jedné z nejpodstatnějších věcí, kterou vyžaduje i oceňuje dnešní svět – totiž schopnosti tvořit." (3)

Místo toho abychom děti a následně dospělé inspirovali k tvorbě, orientujeme se na **chyby**! Některé teorie tvrdí, že orientace na nedostatky je nám dána od přírody. Je však jisté, že tradiční škola tento rys ještě výrazně umocňuje. Vzhledem k tomu, že za každou chybu se trestá a většina zkoušení a písemek není ničím jiným než učitelovou snahou "nachytat žáka" a najít to, co neumí, tedy jeho chyby, učíme se být opatrní, nenápadní, raději neriskovat a **nic nezkoušet**! Jak dlouho a těžce se právě s "chybováním" a s ním spojenou trapností pak trápíme při prvních letech na dialogickém jednání? Ale to je už ta

dobrá varianta. Většina lidí svůj strach chybovat už nikdy nepokouší. Smíří se s děláním mrtvého brouka, s tím, že spousta věcí "nejde!", protože je nikdy nezkusí. Podle mne je tento vypěstovaný strach z chybování jedním z největších hříchů našich škol.

Moje reflexe nepsaní reflexí na DJ, 2006:

...Já vlastně moc nevím, jak na takovou reflexi. Nevím jak ji napsat a pak nevím, jestli to, co píšu opravdu reflexí je a hlavně nevím, jestli je to na reflexi dost dobré. To je ono! Já raději nepíšu, protože si nejsem jistá tím, že to umím. Ale o tom ta reflexe právě je! O tom, že v procesu odhaluju to, co možná neumím a to co jinak nevidím. **Ale když já se tak bojím něco neumět!** Pan Vyskočil říká, že mám málo odvahy a já si to moc nechtěla přiznat a najednou je to tady. Já vlastně ani nemám odvalu psát reflexe. Co kdyby nebyly dost dobré?!...

(1) Hajzler,T., Peníze nebo život, str.93

(2) Mudr. Jan Stránský <http://www.novinky.cz/zena/deti/311773-ceska-skola-utlacuje-detske-mozky-tvrdi-neurolog.html>

(3) Hajzler, Peníze nebo život , str 95

Kapitola 3.2.2 – Školství a ekonomika

V minulé kapitole jsem se přikláníla k výroku Tomáše Hajzlera, že náš vzdělávací systém se stále do velké míry zaměřuje na produkování budoucích pracovníků, tedy zajištění lidských zdrojů pro firmy, než na rozvoj a podporu individuálního nadání dětí. Podstatné však je, že ani v tomto ohledu, se školám nedaří.

Poradenská firma McKinsey vypracovala obsáhlou studii, v níž dokládá propojení špatně fungujícího školství s ekonomikou a ukazuje možné důsledky, pokud se dosavadní trend nezmění. (1)

“Podle České společnosti pro rozvoj lidských zdrojů zaostávají absolventi vysokých škol až o 30 % za úrovní, kterou od nich v oblastech jako jsou komunikace, sběr informací a používání sociálních dovedností, cílevědomost, čestnost, cizí jazyky a práce s počítačem, očekávají zaměstnavatelé.

Výsledky studentů českých základních a středních škol klesají. Jelikož akademické výsledky úzce souvisejí s těmi ekonomickými, ohrožují klesající studijní výsledky nejen budoucnost studentů, ale i prosperitu České republiky. Jejich pokles od roku 1995 může zemi do roku 2050 stát 11 % HDP. Klesající trend ve vzdělávání je proto třeba zvrátit.

České školství vykazuje průměrné, klesající a nerovnoměrné výsledky. Informace o výsledcích českých studentů jsou sice omezené, ale podle mezinárodních testů dosahují čeští studenti ve srovnání se studenty v jiných zemích OECD (2) průměrných výsledků. Od roku 1995, kdy Česká republika patřila mezi 6–7 nejlepších zemí, se výsledky českých čtvrtáků a osmáků výrazně zhoršily. Ve stejném období se zlepšovala úroveň států jako je Lotyšsko, Litva nebo Slovinsko. Pokud bude tento trend pokračovat, dostane se ČR během deseti let na úroveň států s nižší kvalitou vzdělání, jako je Rumunsko nebo Gruzie. Kvalita výuky na českých školách je navíc nekonzistentní. ČR má velký podíl studentů s nízkými výsledky (např. 25 % patnáctiletých studentů nedosahuje základní úrovně čtenářských dovedností) a rozdíly ve výsledcích mezi kraji odpovídají až jednomu a půl roku výuky. Variabilita výsledků mezi studenty stále roste a patří k nejvyšším v OECD.

Výsledky studentů od 90. let výrazně poklesly. Zatímco v roce 1995 byli čeští čtvrtáci v matematice podle TIMSS (3) sedmí, do roku 2007 se posunuli na 24. příčku, a dostali se tak za vrstevníky ze Slovenska a Arménie. V přírodovědě se Česká republika propadla ze sedmého na 27. místo.

V matematice je pokles osmáků o 42 bodů (z 546 na 504 bodů) po Bulharsku (-63 bodů) a Švédsku (-48 bodů) třetím největším z 20 zemí, které se testů TIMSS účastní od roku 1995. Pokles čtvrtáků v matematice o 54 bodů (z 541 na 486 bodů) představuje ze 16 zemí, které se testů TIMSS od roku 1995 účastní, pokles největší.

České školství zaostává i v dovednostech a postojích studentů, což jsou obě důležité součásti výsledků, které jsou při hodnocení kvality často přehlíženy. Ačkoli jsou s obtížemi plně měřitelné, částečné údaje o dovednostech a postojích studentů existují. Podle přírodovědných testů PISA z roku 2006 umějí čeští studenti mnohem lépe získávat vědecké znalosti než identifikovat vědecké problémy nebo používat důkazy. To naznačuje **nižší úroveň dovedností při řešení problémů.** Navzdory průměrným výsledkům mají Češi v rámci OECD **nejhorší postoj ke škole** (to mi osobně připadá snad nejzávažnější! – poznámka ZM) a jsou ve druhé polovině pomyslného žebříčku v zájmu o vědy. Jde o nedostatky, které se v pozdějším studiu, na vysoké škole, pravděpodobně nedaří napravit.

(1) Studie o klesajících výsledcích českého školství a jejich negativní dopad na ekonomiku země, McKinsey, zdroj:

http://www.mckinsey.cz/images/documents/McKinsey_pro_bono_skolstvi.pdf

(2) OECD (Organisation for Economic Co-operation and Development, Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj je mezivládní organizace 34 ekonomicky nejrozvinutějších států na světě, které přijaly principy demokracie a tržní ekonomiky. OECD vznikla v roce 1961 (zakládací dokument byl podepsán 14. prosince 1960) transformací Organizace pro evropskou hospodářskou spolupráci (OEEC), která byla původně zřízena roku 1948 k administraci poválečného Marshallova plánu. OECD koordinuje ekonomickou a sociálně-politickou spolupráci členských zemí, zprostředkovává nové investice, prosazuje liberalizaci mezinárodního obchodu. Cílem OECD je napomáhat k dalšímu

ekonomickému rozvoji, potlačení nezaměstnanosti, stabilizaci a rozvoji mezinárodních finančních trhů.)

(3) TIMSS je program Mezinárodní asociace pro hodnocení studijních výsledků IEA, který každé čtyři roky hodnotí úroveň znalostí studentů čtvrtých a osmých tříd v matematice a přírodovědě.

Kapitola 3.2.3 – Jde to i jinak

Přístup ke vzdělávání Ivana Vyskočila a J. Krishnamurtiho

V rámci mého výzkumu jsem hledala další „alternativní“ přístupy ke vzdělávání, které by se přístupu Ivana Vyskočila mohly podobat a setkala jsem se s učením J. Krishnamurtiho (J.K.). Podle mého názoru je jeho pohled na vzdělávání je v mnohém velmi blízký pedagogickému přístupu Ivana Vyskočila (z pohledu jeho studentky).

V promluvách ke studentům, v kapitole „Vzdělání a smysl života“, kritizuje J.K. konvenční vzdělávání, zejména vyšší, které podle něj vychovává člověka, pro kterého je podstatné stát se „někým důležitým“, zabezpečit se (najít jistotu) a moc se při tom nenamáhat. Stejně tak Ivan Vyskočil otevřeně kritizuje vzdělávání, které je pouhým trénováním dovedností a které je už od počátku utilitární, zaměřené na zvládnutí čehosi, co studentovi přinese zaručený výsledek a pak už nebude nutné v učení pokračovat.

J.K. se dále ptá, k čemu je nám vzdělání, když podporuje jen soutěživost, až agresivitu a vede nás k válkám a neštěstí. Skutečnou hodnotu vidí v nalezení a **rozpoznání smyslu života**, kterého můžeme dosáhnout jen hlubokou integrací myšlenek a pocitů, nalezením celistvosti a její neustálou kultivací. Ivan Vyskočil sice přímo nemluví o smyslu života, ale jeho „praktikování“ dialogického jednání (DJ) k němu studenty nepřímo vede (alespoň podle mé osobní zkušenosti po 6-ti letech pravidelného dialogického jednání). Vyskočil mluví o propojování, kterým lze také dosáhnout „celistvosti“. Vede studenty k získání kondice, tedy něčeho, o co je neustále nutné pečovat, aby se to neztratilo. Vyskočilovo propojování

začíná u těla. Studentům je připomínáno, že tělo je inteligentní a jeho prostřednictvím je třeba „nechat se jednat“. Pro mě, a podle reflexe ostatních studentů, bylo zpočátku nemyslitelné, že by se mohlo dít při DJ něco, co předem nevymyslím a tudíž to nebudu mít plně pod kontrolou. Přesto ale nejde o samoučelnou ztrátu kontroly, ale o prožití a pochopení, které se může dostavit skrze reflexi, poskytovanou ihned na místě asistentem a pak písemnou reflexí samotného studenta.

A právě **sebereflexe**, nebo pochopení skrze prožití, je dalším společným tématem. J. K. zmiňuje, že vzdělání by mělo podporovat sebe-poznání, protože bez sebe-poznání se pak sebe-vyjádření každého jedince stává jen sebe-prosazováním, které obsahuje ambice, agresi a nutně vede ke konfliktům. Ivan Vyskočil podobně vidí sebe-poznání, nebo sebereflexi, jako nutnou podmínku pro možnost setkání se s ostatními, ať už v uměleckém prostředí ve formě divadla nebo jakéhokoli představení, ale i při jakémkoli veřejném vystupování v kterékoli profesi. Také on mluví o nebezpečí ambice, která člověka odvádí o něj samého a vede ho k „předvádění“. **Ambice** se jasně projevuje snad u všech studentů začínajících s DJ. Potřeba „něco ukázat“, pobavit, zaujmout, zalíbit se publiku, většinou z počátku naprosto brání studentům v možnosti dostat se k sobě. Jejich dialogické jednání je pak právě jen sebe-ukazováním, které ale nepřináší žádné uspokojení a i ostatní studenti ho v pozici diváků vnímají jako falešné, nahrané a z hlediska DJ nefunkční.

Při vývoji v rámci DJ je také zajímavé, jak se mění pocit nervozity, strachu. Když student dochází k lepšímu sebe-poznání, je už lépe schopen situaci vidět a nahlédnout, ne nutně zvládnout, jeho strach ze selhání je menší, snesitelnější. Dostavuje se pocit, že se není čeho bát a že si člověk na place opravdu může jen zkoušet. Pak je možné začít si všímat a objevovat.

J.K. v jeho promluvách také zmiňuje, že sebe-poznáním a integrací se člověk osvobozuje od strachu a může **dojít ke klidu**. Jako klid se dá označit i **Vyskočilovo „Nic“**, kterého je podle něj třeba při DJ dosáhnout a vydržet v něm, aby se „to mohlo začít dít“. Většinu z nás ale nic děsí, protože hlava neví, co si počít. Možná je to právě ta neintergovaná hlava, která se ve většině případů vzdělávání považuje za tu, která musí a má vše řídit prostřednictvím

znalostí. Ten, kdo se opírá pouze o znalosti, jakkoli omezené a procházející přes různé kulturní filtry, nemůže podle J.K. dosáhnout klidu a bude dál i ve světě šířit agresi a vytvářet konflikty, protože je veden strachem. **Pravé vzdělání by však mělo člověku pomoci dosáhnout integrace, oproštění od strachu a spojení s vlastní inteligencí.**

Vlastní inteligence může být vnímána podobně jako Vyskočilova inteligence těla. Každý student DJ nesčetněkrát slyšel, že tělo je inteligentní, moudré a že se jím má nechat vést. Tělo pak může převzít vládu a když „se nechá“, jedná v podstatě samostatně. Pak nastávají momenty, kterým Vyskočil říká „to se ucho diví, co to huba mele“. Hlava nepřipravuje, co se bude dít, ale jen monitoruje, co se děje. Naopak pokud „je člověk jen v hlavě“ a přemýšlí a mluví o tom, co by rád udělat, měl nebo chtěl udělat, nemůže k dialogickému jednání vůbec dojít. Není možné se propojit s tou vnitřní inteligencí, která nás je schopna vést, pokud jí dokážeme naslouchat. Pokud k tomuto vzácnému okamžiku dojde, každý student ho bezpečně pozná, a dokonce nejen ten, kdo je sám na place. I všichni pozorní diváci zaznamenají, že „je to ono“, „je to trefené“, „je to pravé“. Sama tento pocit vnímám jako splynutí s nějakým proudem, který vás nese, vy jste mu zcela oddáni a zároveň se v něm cítíte naprosto svobodně a bezpečně. Zkrátka „se to děje“, ale nejste „tím“ vůbec manipulován nebo znásilňován, spíš jde o ztotožnění, splynutí. Je zajímavé, že v tomto stavu mám také pocit, že všechno je naprosto správně. Je tohle moment, který by J.K. nazval integrací a spojením s vnitřní inteligencí?

V pojetí J.K. je integrace rozhodně širším pojmem a neomezovala by se jen na prožitek pouhého okamžiku. Moje vlastní praktikování DJ mě však vede k domněnce, že právě **zažívání těchto okamžiků**, které se s léty stávají častějšími, zdaleka ne však samozřejmě dosažitelnými, zároveň **dlouhodobě přináší pocit sjednocení a určitého ukotvení v širším smyslu**. Pocit, kdy buď o něco usilujete, ale není to ono, nebo to zkrátka „je ono“ a už není třeba žádného úsilí a stačí „jen“ s tím plout, ten se začíná projevovat nejen při DJ na place, ale i v běžných každodenních situacích. Dochází k určitému zcitlivění a jasnějšímu vnímání zda „to je ono, nebo ne“. Pokud zjistíte, že ne, není už možné předstírat, že to nevíte a je třeba podle toho jednat. Je toto způsob, jak

nám DJ v dlouhodobějším horizontu ukazuje onen „smysl života“, o kterém mluví i J.K.? Pro mne ano.

V souvislosti se studiem na Katedře Autorské Tvorby a Pedagogiky, kde součástí studia je i autorská prezentace – veřejné vystoupení připravené na základě vlastní tvorby, je podstatný i J.K. pohled na to, jak se prezentujeme světu, jak nás tato image vzdaluje od naší spontaneity a jak se tento koncept odráží v DJ. J.K. v kapitole o „vytváření image“ mluví o tom, jak si v raném věku užíváme toho, že jsme na živu, jsme zvědaví, zajímáme se o vše a dokážeme se plně nadchnout a zaujmout nějakou činností, nebo jen pozorováním okolního světa. Nezajímá nás, jak při té či oné činnosti vypadáme, nebo zda se naše chování hodí a zda nás za něj někdo odsoudí. Děláme to, co nás baví a dokážeme se tomu zcela odevzdat. Když vyrosteme, začneme si tvořit určitou image, chceme nějak vypadat, působit, máme pocit, že je třeba se určitým způsobem chovat. J.K. tvrdí, že právě „tvorba naší image“, našeho obrazu o nás, nás odvádí od spontaneity a vede k přílišnému zaujetí sebou samým. Přesně tak funguje i „cenzor“, náš vnitřní hlas, který nás doprovází při DJ a stále nás napomíná a hlídá, abychom se nechovali nevhodně, pečlivě střeží naší image a připomíná nám, že se chováme hloupě, že „jsme trapní“, a to většinou ještě před tím, než stačíme vůbec cokoli udělat. Práce s cenzorem, ne jeho zapření, ale rozpoznání a určité přijetí je jedním z „úkolů“, se kterým je třeba se při DJ neustále vypořádávat. Pokud se nám podaří i přes intervence cenzora pustit se do jednání, do činnosti a zcela se jí odevzdat bez obavy o to, jak přitom vypadáme a co si o nás pomyslí ostatní, dojdeme opět k onomu magického prožitku přítomného okamžiku, který je právě dětem tak blízký a ze kterého se ony nenechají snadno vytrhnout. Tento okamžik nazývá J.K. **okamžikem plnosti**, ve kterém prožíváme krásu, radost a čistotu mysli a od kterého nás odvádí naše sebe-důležitost a sebe-střednost.

J.K. dále vidí **cíl vzdělávání** právě i v tom, že nám pomůže se oprostít od vytváření naší image a pomůže nám **dojít přes soustředění k vlastnímu poznání sebe sama**, k poznání toho, co skutečně chceme dělat, toho co nás baví, co nás naplňuje. Přestože si DJ takovýto cíl rozhodně nestanovuje, ve své

podstatě nás také vede k soustředěnému studiu sebe sama, k porozumění vlastním impulzům, pocitům, pohnutkám a tím postupně i k pochopení toho, co nás baví, k zažívání radosti z okamžiků „plnosti“ a jejich nacházení v každodenním životě.

Abych měla možnost porovnat, zda spolu přístupy vzdělávání Ivana Vyskočila a J.K. souvisí i prakticky, zapojila jsem se v rámci dobrovolnického pobytu do fungování Brockwood Park school, střední internátní školy v jižní Anglii, kterou J.K. založil a kde se jeho přístup ke vzdělávání praktikuje již od 70let. Měla jsem možnost účastnit se hodin spolu se studenty (vždy jen s jejich souhlasem a se souhlasem vyučujících – je zajímavé, že jen jeden vyučující mou účast odmítl, studenti vždy souhlasili, ale například s podmínkou, že nebudu jen pozorovatelem, ale že se zapojím do aktivit – opět souvislost s DJ, kde nejsou jen pasivní diváci, ale všichni diváci jsou zároveň účastníky), zapojovala jsem se do jejich volnočasových aktivit (odpolední sport, zpěv, divadelní improvizace apod.) a zároveň jsem vedla hodinu folklórních tanců, která byla pro studenty nepovinná a záleželo jen na mne, zda si získám jejich pozornost a zájem.

Nejpřekvapivějším zjištěním pro mne při mém pobytu bylo to, že tito náctiletí (ve škole jsou studenti od 14 do 19 let) jsou **velice otevření** a schopni diskutovat bez osobní předpojatosti, **nebojí se vyjádřit svůj názor**, zároveň jsou ochotni vyslechnout druhou stranu a dovedou **argumentovat bez agrese**. Zároveň jsou zde studenti vedeni k velké **zodpovědnosti**, jak za jejich vlastní studium (studenti 2. a vyšších ročníků si tvoří vlastní studijní plán, který je jen velmi málo limitován pravidly), tak za chod celé školy (studenti se podílejí například na úklidu společných prostor, ale i na výběru nových spolužáků a dokonce i pedagogů – každý potenciální student i pedagog musí absolvovat zkušební týden ve škole a všichni mají právo se vyjádřit k jeho případnému přijetí).

To, co Brockwood Park school a KATaP opět spojuje je netypicky **nekonkurenční, podpůrná a vstřícná atmosféra v hodinách**. Studenti nejsou vedeni k soutěživosti ani porovnávání a pedagogové vyzdvihují především jejich silné stránky. I přes nesporné kvality studentů je však trochu diskutabilní

jejich pozdější uplatnění. Začlenění do dalšího vzdělávacího procesu není problém, studenti mají obecně nadprůměrné akademické výsledky, avšak **uplatnění na trhu práce** je pro některé studenty problematické (většinou ne z nedostatku vědomostí, ale spíše z neochoty vykonávat činnost, která nepřináší vnitřní uspokojení). Hledání osobního smyslu života a zároveň fungování ve společnosti (ne jen v komunitě stejně smýšlejících a stejné hodnoty zastávajících lidí) je pro některé obtížné, stejně jako pro mnohé absolventy KATaP.

Kapitola 3.3 – Na čem dnes záleží

Se vzděláváním (konkrétně na základním a středním stupni), tedy není mnohé v pořádku, ale jsou i jiné možnosti, jiné přístupy. Pro studium a důkladné mapování alternativního vzdělávání by však bylo zapotřebí mnoha dalších let, disertací a doktorandů. Já bych se však ráda vrátila tam, odkud jsem vyšla, tedy k firemnímu vzdělávání. V kapitole o firemní vzdělávání jsme se zabývali tím, jak vnímají v současnosti firmy potřeby vzdělávání a co jsou ochotni investovat do rozvoje svých zaměstnanců. Otázkou však je, zda to, o co teď firmy často usilují (maximalizace efektivity a snižování nákladů) jim doopravdy pomůže obstát v konkurenci.

Jeden z předních odborníků na oblast rozvoje byznysu, Gary Hamel, učí na London Business School, se proměnami potřeb v oblasti nároků na zaměstnance, i firmy, zabývá se své poslední knize „Na čem dnes záleží“. Mluví o tom, že většina firem, zvláště pak mezinárodních korporací, je v zásadě vybudována na potřebách a hodnotách doby průmyslové revoluce, ale **prostředí, ve kterém se snaží uspět, se mění** (na rozdíl od korporátního prostředí). V době, kdy většina firem byla založena na výrobě, se od zaměstnanců vyžadovala především spolehlivost, důslednost a přesnost v plnění jasně popsané pracovní činnosti a schopnost rutinně a bezchybně do nekonečna opakovat jednu vymezenou činnost. Firmy byly velmi hierarchicky řízeny. Nebylo žádoucí se nad prací jakkoli „zamýšlet“. Bylo třeba, aby všechno kolečka v soukolí pracovala přesně a co možná nejefektivněji, nejrychleji a nejlevněji. Současné rychle se měnící prostředí však klade na firmy zcela jiné nároky. To, co firmám v současnosti

umožňuje udržet krok s konkurencí je naopak pružnost, adaptabilita, schopnost rychle se přizpůsobit a odlišit se. Ale pro většinu z toho není standardně vystavěná a řízená korporace vůbec vybavena. Velká část firem se potýká s přebujelou administrativou, a čím větší (víceúrovňová) je hierarchie firmy, tím těžší je prosadit jakoukoli změnu, posun, inovaci. Proto se nezřídka stává, a podle Hamela k tomu bude docházet čím dál častěji, že firmu s dlouholetou tradicí v oboru předběhne nějaký dosud neznámý start-up, protože dinosaur kolos není schopen reagovat na změnu poptávky dostatečně rychle a pohotově, jako malá, rozjíždějící se firma. Problém nepružnosti však, podle Hamela nespočívá zdaleka jen ve velikosti firem, ale spíše ve smýšlení, až aroganci velkých korporací a v neochotě managementu ke změně a v neposlední řadě v neangažovanosti zaměstnanců.

Oblast, o které Gamel hovoří jako o klíčové pro budoucí schopnost firem přežít a tedy i podstatnou pro zaměstnance, je **zápal**. Ve své předchozí knize, *Budoucnost managementu*, představil model „Hierarchie lidských schopností v práci“, který zobrazuje takto:

Úroveň 6: Zápal

Úroveň 5: Kreativita

Úroveň 4: Iniciativa

Úroveň 3: Kvalifikace

Úroveň 2: Pečlivost

Úroveň 1: Poslušnost

„Nejnižší se nachází poslušnost – zaměstnanci, kteří každý den přijdou do práce a dodržují všechna předepsaná pravidla a postupy. Poslušnost je důležitá, bez ní by existence velkých podniků byla nemyslitelná. Na dalším stupni je pečlivost – zaměstnanci, kteří tvrdě pracují, zůstanou v práci, dokud není úkol hotový a považují za svoji osobní povinnost podat skvělý výkon. To je opět velmi důležité. Flákači vám úspěšnou firmu vybudovat nepomohou. Dále tu máme intelekt, neboli osobní dovednosti. Každá firma si přeje mít zaměstnance se špičkovou kvalifikací, kteří jsou výborně vyškoleni a vítají přístup k dalšímu sebevzdělávání.“

Problém je, že poslušnost, pečlivost a kvalifikace se stávají globálními komoditami. Tyto lidské vlastnosti si dnes můžete koupit skoro kdekoli na světě a v zemích jako jsou Indie a Čína, vás to ani nebude moc stát. To si firmy uvědomily a outsourcovaly miliony pracovních míst do zemí s nadbytkem dobře vyškolené a disciplinované pracovní síly. Z dlouhodobého hlediska však snížení nákladů na mzdy neposkytuje konkurenční výhodu, protože přístup víceméně ke stejným nízkonákladovým výrobním faktorům mají i ostatní konkurenti. Jinými slovy, pokud od vašich zaměstnanců budete dostávat pouze poslušnost, pečlivost a kvalifikaci, je vaše firma odsouzená k neúspěchu.

Musíme se tedy posunout o stupeň výše. Nad kvalifikací nacházíme iniciativu – zaměstnance, kteří jdou pohotově do akce, kdykoliv narazí na nějaký problém nebo příležitost, nečekají, až jim někdo něco přikáže, kteří se nenechají omezovat nějakým popisem práce a jsou instinktivně aktivní. O patro výš je kreativita. Tady zaměstnanci nadšeně a bez zábrán zpochybňují konvenční přístupy a vždy se ohlížejí po nových nápadech, které by mohli importovat z jiných oborů.

Na samém vrcholu pyramidy sídlí zápal – zaměstnanci, kteří svou práci vidí jako poslání, způsob, jak mohou pomoci změnit svět k lepšímu. Tito horliví jedinci vidí jen malý rozdíl v práci pro sebe a v práci pro jiné. Vydávají ze sebe v práci všechno. Zatímco ostatní zaměstnanci jsou pouze přítomní, tito jsou vskutku angažovaní. „

A tady nastává nový problém pro firmu. Zápal zaměstnanců totiž není dovednost, která by se dala získat jednodenním (nebo dokonce několika hodinovým, či minutovým – jak popisuje trendy ve vzdělávání tréninková manažerka) školením ani naučit po internetu, na chytrém telefonu nebo tabletu. Zápal pro práci se nedá ani měřit, ani přikázat, ani hodnotit. Tady **jde o samotný postoj k práci, k jejímu smyslu**, ke vztahu člověka a toho, co dělá. Tuto skutečnost popisuje i Hamel: „V dnešní kreativní ekonomice jsou to schopnosti nacházející se v horní části této pyramidy (viz. Hierarchie lidských schopností v práci), které vytvářejí největší hodnotu. Smělost, představitost, nadšení, to jsou ty rozhodující prameny konkurenčního odlišení. A v tom je ta potíž. Tyto vyšší lidské schopnosti jsou druhem talentu, nemohou být nikomu nařízeny. Nemůžete nikomu přikázat, aby byl zapálený nebo kreativní. Anebo

můžete, ale stejně vám to nebude k ničemu. Lidé mají každý den na výběr, jestli tyto svoje vlohy v práci využijí, a jak nám ukazují data, většinou se rozhodnout, že ne.

V minulosti byli manažeři přesvědčeni, že jejich hlavním úkolem je zajistit, aby zaměstnanci sloužili cílům firmy s patřičnou mírou poslušnosti, pečlivosti a kvalifikace. Nyní však přesvědčení, že firma je na prvním místě, lidé na druhém, potřebujeme obrátit o 180 stupňů. Místo abychom se starali, jak přinutíme zaměstnance lépe sloužit firmě, musíme se zaměřit na to, jak vybudovat organizaci hodnou mimořádného talentu, který by její zaměstnanci mohli vložit do práce. Jinak řečeno, dnes je **nejdůležitějším úkolem všech manažerů vytvořit pracovní prostředí, které bude inspirovat výjimečné pracovní výkony a zaslouží si přívál iniciativy, představitosti a zápalu.**“

Ačkoli se tato Hamelova vize může zdát příliš pohádkovou, autor dále uvádí příklady firem, které opravdu fungují na zcela jiných operačních základech a kde se iniciativa, vlastní originální řešení problémů a situací a samostatnost netrestají, ba dokonce oceňují, podporují a v jistém smyslu i očekávají.

Závěr

-Závěr, to znamená, že jsme u konce? Že tahle cesta je u konce?

-Ani zdaleka ne a možná právě naopak! Mám pocit, že právě teď stojíme na začátku. Nebo jinak, teď už začínám tušit, že tady někde je teprve začátek. Právě tudy někudy by ta cesta mohla vést.

-Takže všechno to bloudění před začátkem bylo k ničemu?

-Možná ano, možná bylo stejně „k ničemu“, jako dialogické jednání. Ale ono přece není „k ničemu“ jako „k ničemu“. Tohle „k ničemu“ mělo, minimálně pro mne, velký smysl.

-A nešlo by to alespoň nějak shrnout, aby to mohlo dávat smysl i někomu jinému?

-Šlo.

Na počátku bylo... jednání a to jednání bylo dialogické a připadalo mi nesmírně zajímavé a velmi mě rozčilovalo, že mu nerozumím a nevím, k čemu přesně je dobré. Když jsem si začala všímat, že mi pomáhá, usoudila jsem, že by se dalo využít taky k něčemu pořádnému, praktickému, smysluplnému, například při rozvoji firemních zaměstnanců. K tomu bylo třeba jasně vydefinovat jeho přínosy.

V kapitole 1, o dialogickém jednání, se potvrdil můj předpoklad, že DJ zlepšuje komunikační dovednosti zkoušejících, dává jim větší klid a jistotu při veřejném vystupování, přesvědčivost při jednáních a prezentacích. Jenže to není zdaleka všechno! Dále se ukázalo, že při dlouhodobém zkoušení (3 roky a více) si lidé začínají všímat proměn, které jsou mnohem hlubší, výrazně přesahují rovinu dovednostní a týkají se člověka jaksí bytostně. K tomu je ale zapotřebí čas, tedy zkoušení po dobu několika let a proto i velké vnitřní zaujetí.

Na otázku „Koho tedy DJ zajímá natolik, aby se mu dlouhodobě věnoval?“ hledala odpověď kapitola 2. Analýzy osobnostních dotazníků ukazují, že zkoušející DJ jsou lidé s preferencí pro intuitivní vnímání (N) a pocitové rozhodování (F), tedy lidé, kterým je vlastní hledání smyslu, vnímání světa

v souvislostech, osobnostní rozvoj a vztahování se k ostatním. Naproti tomu, většina typickým firemním zaměstnanců se kloní spíše k preferenci smyslového vnímání (S) a analytického rozhodování (T). Je pro ně tedy důležité dělat věci, které jsou praktické, mají jasně daný cíl a často i cestu k němu, potřebují jistoty a objektivní data. Studenti DJ tedy preferují proces a objevování, zatímco typičtí zaměstnanci se orientují na cíl a jeho nejefektivnější dosažení. Pak je tu ale ještě skupina zaměstnanců, která má shodné preference se skupinou studentů DJ, tedy zaměstnanci „nového typu“, které už neláká rutina, popisy práce, dané postupy a jistota, ale tvořivost a rozvíjení vlastního potenciálu, i pod hlavičkou firmy. A zdá se, že výskyt tohoto vzorku lidí mezi pozorovaným vzorkem firemním zaměstnanců není jen náhodný, ale že právě tito lidé by mohli v budoucnu utvářet nové firemní prostředí.

Kapitola 3 zpočátku trochu lamentuje nad stavem současného školství, které stále ještě spíše „produkuje lidské zdroje“, než by rozvíjelo tvořivé osobnosti. Tento přístup však už kritizují nejen volnomyšlenkáři, snílci a idealisté, ale i ekonomové a takzvané alternativní přístupy ke vzdělávání přestávají být tak na okraji. Firemní vzdělávání se v současnosti stále jasně orientuje na výsledky, šetří, zaklíná se krizí a efektivitou, měří výstupy školení a namísto kvalitních lektorů rozvíjí a vzdělávají zaměstnance chytré telefony. V tomto prostředí momentálně nevidím možnost zkoušení DJ. Tím to ale zase nekončí. Ukazuje se, že svět byznysu se mění. Ekonomické predikce přestávají platit, hierarchické a direktivní řízení zaměstnanců přestává fungovat. I svět byznysu začíná hledat jiné cesty a co víc, svět byznysu začíná hledat smysl. A to se neobejde právě bez zaměstnanců „nového typu“, tedy lidí podobných těm, kteří se ve svých volných chvílích vydávají na dialogické jednání.

-Stop! Přestávám rozumět. Znamená to, že DJ se ve firemním vzdělávání využít nedá, ale byznys potřebuje a dokonce i snad hledá přesně ty hodnoty, které DJ dlouhodobě rozvíjí?

-Myslím, že tak by se to dalo shrnout.

-Takže to je ten konec?

-Ještě ne!

Pan profesor Vyskočil v souvislosti se studiem na KATaP a se zkoušením DJ mluví o cestě k osobnosti a o osobnostním herectví nebo osobnostní pedagogice, tedy o jakémsi přesahu toho, k čemu si člověk dochází, do jeho profese. Pak tedy možná existuje i osobnostní management, osobnostní byznys! Co když prolínání světa DJ a světa byznysu může vypadat úplně jinak, než jsem si představovala? Co když se DJ nemusí přenášet do firem jako rozvojový nástroj, ale prostřednictvím lidí, kteří DJ (nebo hodnoty, které pomáhá probouzet) mají v sobě?

-To by ale znamenalo vydat se úplně novou cestou!

-Ano, jít svojí vlastní cestou.

-Takže tohle je ten začátek?

-Dost možná, a taky je to konec.

Seznam literatury

Bahbouh, R., *Psychologie sebekoučování*, Omikron Praha, 2011
ISBN 978-80-86149-68-4

Berens, L., Cooper, S., Ernst, L., Martin, Ch., Myers, S., Nardi, D., Pearman, R., Segal, M., Smith, M., *16 Personality Types in Organizations*, Telos Publications, 2001
ISBN 0-9712144-1-7

Carr, S., *Finding the Fit*, OPP, 1997
ISBN 1-85639-096-9

Czikszenmihalyi, M., *Flow: The psychology of optimal experience*, New York: Harper and Row, 1990

Čákrť, M., *Typologie pro manažery*, Management Press, 2000
ISBN 80-85943-12-3

Čákrť, M., *Typologie osobnosti*, Management Press, 2004
ISBN 80-7261-112-7

Čunderle, M., Roubal, J. *Dvakrát o Ivanu Vyskočilovi*, Nakladatelství studia Ypsilon, 2001, ISBN 80-902482-5-X

Dunning, D., *Introduction to Type and Communication*, CPP Palo Alto, California, 2003

Epos O Gilgamešovi, Přel. Lubor Matouš, Československý spisovatel, 1976

Estésová, C. P., *Ženy, které běhaly s vlky*, Pragma 1999

Fields, M., Reid, J., *Shape Up your Program: Tips, Teasers and Thoughts for Type Trainers*, Center for Application of Psychological Type, 1999
ISBN 0-935652-50-7

Fromm, E., *To Have or To Be*, London: Continuum, 2007

Getz, I., Carney, B., *Svoboda v práci*, PeopleComm, 2011
ISBN 978-80-904890-0-2

Gladwell, M., *Mžik*, Praha: Dokořán, 2007

Gladwell, M., *Mimo řadu*, Praha: Dokořán, 2009

Gordon, L., *People Types, Tiger Stripes*, Center for Application of Psychological Type, CAPT, Florida, USA, 2009
ISBN 978-0-935652-87-1

Hajzler, T., *Peníze nebo život?*, PeopleComm, 2012
ISBN 978-80-904890-3-5

Halpern, B. L., Lubar, K., *Leadership Presence*, Gotham Books, 2003,
ISBN 1-592-40017-5

Hamel, G., *Peníze nebo život?*, PeopleComm, 2013
ISBN 978-80-904890-6-6

Hamel, G., *First, lets fire all the managers -Napřed vyhodte všechny manažery*,
článek z Harward Business Review, prosinec 2011

Hejjernanová, J., *Tajemství dvou partnerů: Teorie a metodika práce se sny*,
Praha: Argo, 2008

Hsieh, T., *Štěstí doručeno*, PeopleComm, 2012
ISBN 978-80-904890-3-4

Krebs Hirsh, S., Kummerow, J., *Introduction to Type in Organizations*, CPP Palo Alto,
California, 1998

Krebs Hirsh, S., Kise, J., *Introduction to Type and Coaching*, CPP Palo Alto, California,
2000

Krebs Hirsh, S., *MBTI Team Building Program: Team Member Guide*, Consulting
Psychologists Press Palo Alto, California, 1992

Krisnamurti, J., *On education*, Talk to students, Chaper 8,
Krishnamurti Foundation Trust
http://brockwood.org.uk/pdf/on_education.pdf

Kroeger, O., Rutledge, H., *MBTI Introduction*, OKA, 2005

Kroeger, O., Thuesen, J., *Type Talk*, Dell Publishing, 1989,
ISBN 0-440-50704-9

Kroeger, O., Thuesen, J., *Typologie*, Triton, 2004,
ISBN 80-7254-577-9

Kroeger, O., Thuesen, J., *Typologie pro manažery*, Triton, 2006,
ISBN 80-7254-577-9

Martin, Ch., *Looking at Type: The Fundamentals*, Center for Applications of Psychological
Type, 1997
ISBN 0-935652-31-0

Myers Briggs, I., McCaulley, M., *A Guide to the Development and Use of the Myers-
Briggs Type Indicator*, Consulting Psychologists Press, 1990
ISBN 0-89106-130-4

Myers Briggs, I., Myers, P., *Gift Differing: Understanding Personality Type*, Consulting
Psychologists Press, 1980

ISBN 0-89106-074-X

Quenk, N., *In the Grip: Understanding Type, Stress and the Inferior Functions*, CPP Palo Alto, California, 2000

Sedláček, T., Orrell, D., *Soumrak Homo Economicus*, Nakladatelství 65. pole, 2012
ISBN 978-80-87506-07-3

Sedláček, T., *Ekonomie dobra a zla*, Nakladatelství 65. pole, 2012
ISBN 978-80-87506-10-3

Semler, R., *Podivín*, PeopleComm, 2012
ISBN 978-80-904890-3-7

Semler, R., *Svoboda v práci*, PeopleComm, 2013
ISBN 978-80-904890-6-7

Válková, L., Vyskočilová, E., *Hlas individuality – Psychosomatické pojetí hlasové výchovy*, AMU, 2005, ISBN 80-7331-034-1

Vyskočil, I. aj., *Dialogické jednání s vnitřním partnerem*, JAMU, 2005,
ISBN 80-86928-02-0

Vyskočil, I. aj., *Dialogické jednání jako otevřená otázka*, AMU, 1997,
ISBN 80-85883-29-5

Vyskočil, I. aj., *Hic Sunt Leones (o autorském herectví)*, AMU, 2003,
ISBN 80-7331-001-5

Vyskočil, I., *Život ve stavu zrodu*, časopis VitalPlus 2012/4

On-line zdroje

Krishnamurti, J., *The education and significance of life*, Gollanez, 1992,
ISBN 0-575-04676-7

http://brockwood.org.uk/pdf/education_significance_of_life.pdf

Krishnamurti, J., *The beginnings of learning*, part I, 1973

http://brockwood.org.uk/pdf/beginnings_of_learning.pdf