

výborná práce, správné pochopení a dosahování cílů, cílů  
pro úspěch, hodnocení „A“

Masarykova univerzita

Právnická fakulta

Katedra finančního práva a národního hospodářství



Seminární práce

Cíle a jejich dosahování

Seminární skupina

MV420K Osobní management

Datum zadání práce: 14.4. 2010

Datum odevzdání: 30.4. 2010

Právnická fakulta Masarykovy univerzity  
Katedra finančního práva a národního hospodářství

Seminární práce  
Cíle a jejich dosahování  
Roman Žákovský  
2009/2010

Prohlašuji, že jsem seminární práci na téma: Cíle a jejich dosahování zpracoval sám. Veškeré prameny a zdroje informací, které jsem použil k sepsání této práce, byly citovány v poznámkách pod čarou a jsou uvedeny v seznamu použitých pramenů a literatury.

## **Resumé**

Tato seminární práce se zabývá psychologií úspěchu a její aplikací v praxi. Je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou. V teoretické jsou vyjádřena nutnost pro stanovení cíle a vysvětlen způsob dosahování cíle. V praktické části jsou představeny příklady z osobního života autora, na kterých se dají teoretické principy uvedené v předešlé části práce aplikovat v praxi.

## **Klíčové pojmy**

Psychologie úspěchu, cíl, coaching, mozek, bohatství, spokojenost

## Obsah

RESUMÉ .....	3
KLÍČOVÉ POJMY .....	4
OBSAH .....	5
1. ÚVOD.....	6
2. TEORETICKÁ ČÁST .....	7
2.1. Proč si stanovit cíl? .....	7
2.2. Dosahování stanoveného cíle.....	8
3. PRAKTICKÁ ČÁST .....	10
3.1. Úvod do praktické části práce.....	10
3.2. Zkouška z Filozofie pro právníky.....	10
3.3. Inspirace v rodině .....	11
3.4. Cesta do USA.....	11
3.5. Martinovy bubny .....	11
4. ZÁVĚR .....	13
POUŽITÁ LITERATURA .....	14

## **1. Úvod**

Seminární práci na téma cíle a jejich dosahování jsem si vybral na základě toho, že cíl je slovo, které zná každý a všichni by rádi nějakých cílů dosahovali. Přesto si mnoho lidí často ani neuvědomuje důležitost stanovení nějakého, ať už dlouhodobého nebo krátkodobého, cíle. V mé práci bych se, pomocí metody analýzy a komparace, rád věnoval v první, teoretické části, otázkám: Proč je důležité stanovit si cíl? a Jakým způsobem je možné takového stanoveného cíle dosáhnout? V druhé, praktické části, bych se pak věnoval příkladům z mého osobního života, kdy jsem se, ať už já sám nebo lidé v mém blízkém okolí, setkali problematiko stanovování cílů a jejich dosahováním.

## 2. Teoretická část

### 2.1. Proč si stanovit cíl?

Stanovení cíle je jednou z nejdůležitějších věcí na cestě k dosažení úspěchu a to ať už pod pojmem úspěch chápeme nelebení ideálního životního partnera, naučit se plavat nebo jezdit na kole, vydělat 10 milionů korun, nebo si koupit sportovní auto. Je to zároveň, podle mého názoru, jedna z nejjednodušších věcí, které na této cestě můžeme udělat. Otázkou ale stále zůstává: Na co ten cíl?

Jedna z nejlepších věcí a jistě ten nejlepší nástroj k dosahování čehokoli na světě, který použili a používají všichni největší vynálezci naší historie i lidé, kteří dosáhli všeho o čem ostatní pouze sní, není v bance ani na nejprestižnější univerzitě. Je to lidský mozek, který nás dělá tím kým jsme. Dokáže ovládat naše tělo. Nařídí ústům aby vyslovila naše jméno, které si moc dobře pamatuje. Cokoliv si náš mozek pomyslí tak může pomocí těla, které ovládá, vykonat. Když však tento geniální řídicí a kontrolní aparát neví co má dělat, tak nedělá nic a nebo dělá co ho napadne. Když se učíme plavat, tak nám někdo sdělí trochu teorie, co bychom měli dělat až se octneme ve vodě, ale je to hlavně podvědomá touha mozku nepotopit se, která nás žene kupředu tak dlouho dokud to nedokážeme a nejsme schopni se udržet nad hladinou. Ve chvíli kdy má náš mozek cíl, kterého chce dosáhnout a plně se na něj soustředí, předá tento cíl do podvědomí a to začne přizpůsobovat všechno naše chování tomu co mu vědomě mozek přikázal. Jestliže má mozek strach, že se tělo utopí, tak co nejrychleji přizpůsobí této situaci i naše chování. Začne tak bez dalšího hýbat všemi končetinami a časem si i vzpomene na vysvětlenou teorii, jak končetiny ovládat tak aby tělo začlo plavat. Kdyby, ale mozek neměl cíl udržet se nad hladinou, tak by se tělo jen bezvládně potopilo.

Metafora, kterou spousta life koučů používá pro demonstraci nutnosti cílu na naší cestě životem, je že je to jako jízda autem. Spousta lidí nemá životní ani krátkodobý cíl a pouze se nechává životem odrážet z jedné situace do druhé. Je to jako kdybychom pouze nastartovali auto a vyjeli na nejbližší silnici s tím, že nevíme kam chceme jet. Pojedeme tak dlouho, dokud nenarazíme na křižovatku. Na té pak náhodně rozhodneme o cestě, kterou se dál vydáme a takhle budeme pokračovat až do té doby než nám dojde benzin (do konce života). Na druhou stranu, když víme přesně, kam chceme dojet. Máme nějaký cíl naší cesty. Není sebemenší problém dojet tam

kam chceme. Přestože jsme danou cestu nikdy nejeli a nevíme kudy přesně jet, jsme schopni se zeptat na cestu, sledovat cedule podél silnice a do cíle se i navzdory problémům dostat.<sup>1</sup>

## 2.2. Dosahování stanoveného cíle

Za Sokratem jednoho dne přišel jeden z jeho žáků a prosil ho o radu: „Chtěl bych být výborným řečníkem, ale kdykoli mám mluvit na veřejnosti raději uteču a stanu se terčem posměchu, než abych musel před davem promluvit.“ Sokrates ho vzal k ruce a násilím potopil jeho hlavu pod hladinu. Ve chvíli, kdy sebou mlátil tak, že to vypadalo, že se brzy utopí, Sokrates povolil a pustil ho. Následně se ho zeptal: „Když jsem tě držel pod hladinou o čem si přemýšlel, co byl tvůj cíl, co sis nejvíc na světě přál?“ Jeho odpověď byla jasná. Jediné co v tu chvíli chtěl, bylo dostat se nad hladinu a to za každou cenu, ať to stojí, co to stojí. Sokrates mu tedy předal tuto radu: „Až se budeš chtít stát řečníkem stejně, jako si se chtěl teď dostat nad hladinu, tak to pro tebe nebude problém.“<sup>2</sup>

Opakem lidí, kteří nemají cíle jsou lidé, kteří si stanovují velmi ambiciózní cíle jako koupit si ferarri, vilu za 15 mil. a podobně. Po vystudování vysoké školy, by rádi nastoupili do zaměstnání a aniž by prvně prokázali jakékoli schopnosti, tak požadují platové ohodnocení v řádech stovek tisíců měsíčně. Nedokáží se smířit s tím, že než dosáhnou na takto vysoké, přesto ale splnitelné, cíle tak to nějaký čas zabere. Snaží se hledat cesty jak v co nejkratší době a nejlépe bez jakékoli práce „vydělat“ co největší obnos peněz. Často tak hledají cesty jak rychle zbohatnout a nebojí se tak překročit i hranici zákona. Následně doufají, že jim takové jednání projde. Chtěli by svůj cíl okamžitě a hned.

Jsem přesvědčen, že každého cíle se dá dosáhnout. Musíme pouze zjistit cestu, která nás postupně k tomuto cíli dovede. Jedeme-li autem na dovolenou z Prahy do chorvatského města Split, taky se nemůže už v Praze na křižovatce koukat na cedule a čekat, že mezi nimi bude i jedna ukazující cestu do Splitu. Musíme nejprve hledat cedule na Brno. Až když dojedeme do Brna, musíme být v pozoru abychom nepřehlédli ukazatel na Vídeň. Těmito postupnými kroky se dříve či později dostaneme na silnici, kde uvidíme ceduli s nápisem Split.

---

<sup>1</sup> Jack Canfield, videopřednáška – Dream Big, přeložil: Roman Žákovský

<sup>2</sup> Brian Tracy, videopřednáška – Psychology of Achievement, přeložil: Roman Žákovský



Při cestování autem je takový postup zcela logický a nikoho by ani nenapadlo počínat si jinak. Naproti tomu při cestě životem, by každý chtěl být hned bohatým právníkem, který má drahé auto. Ale chodit do školy, nebo na praxi, či začínat s horší prací, s kterou i tento právník zřejmě jednou začínal, nám mnohdy přijde zbytečné. Nejlepší cestou se zdá rovnou otevřít kancelář a začít vybírat peníze. Mnoho lidí s tímto pohledem na věc pak rychle zjistí, že to zřejmě není zcela podle jejich představ. Někteří se přesto nevzdají a začnou hledat uličky, kterými by přece jen šlo rychle zbohatnout a dosáhnout všeho co si vysnili a to přes noc.

### **3. Praktická část**

#### **3.1. Úvod do praktické části práce**

Čtení knih o osobním rozvoji, psychologii úspěchu, neurolingvistickém programování a absolvování předmětů Management a Osobní management mě donutilo přemýšlet o těchto tématech. Při rekapitulaci některých důležitých momentů mého života jsem zjistil, že tyto pravidla důvěrně znám. Pouze jsem si jich nikdy dřív nebyl vědom. Naprostá většina věcí, kterých jsem se v mém životě doposud snažil dosáhnout, jsem zatím s úspěchem dosáhl. Teprve teď si však uvědomuji principy, které mi k tomu pomohli. Ať už to byla moje cesta do USA, získání diplomu s vyznamenáním z americké střední školy, složení složitých jazykových zkoušek pro získání certifikátů z Cambridge ESOL Examination, za všechny tyto úspěchy vděčím tomu, že jsem si vždy daný cíl pevně stanovil a nepřipustil si možnost jiného výsledku než uspět.

#### **3.2. Zkouška z Filozofie pro právníky**

Dnes už vím, proč jsem musel zkoušku z Filozofie pro právníky opakovat, přestože jsem nepodcenil přípravu.

Na zkoušku jsem byl tehdy velmi dobře připraven. Určitě dostatečně na to, abych prospěl. Chyba byla pouze v myšlenkovém postupu. Snažil jsem se nervozitu před zkouškou i při zkoušce vytěsnit tím, že jsem si neustále v duchu opakoval: „Jestli se to nepovede, tak to vůbec nevádí. Je tu možnost známku F napravit.“ Zkouškou jsem nakonec úplně pohrdal, jakoby mě vůbec nezajímalo jak dopadne a jestli uspěju. Ve chvíli, kdy jsem dostal zadání říkal jsem si: „Stačí přece, když to napíšu takto stručně. Nebudu to zbytečně rozepisovat a když to nebude stačit, tak si při nejhorším zkoušku zopakuji.“ Po vyhodnocení mi bylo vysvětleno, že nedostatečně jsem hodnocen, protože jsem své řešení více nerozvedl a není z toho tedy jasné jak dané problematice rozumím nebo nerozumím. Tehdy jsem byl zcela nad věcí a říkal si, že je přeci jedno co mám za známku, můžu si přece zkoušku klidně zopakovat. Dnes už, ale vím, že F z této zkoušky jsem dostal, ještě dřív než jsem viděl zadání práce. Kapituloval jsem na výsledek už před začátkem zkoušky. Jinak to vlastně ani nemohlo dopadnout.

### **3.3. Inspirace v rodině**

Mám to štěstí, že moje matka se už víc než 20 let profesně zabývá rozvojem osobního potenciálu a to přes školení, executive i life coaching a mentoring, a mnoho jiných služeb, které její firma nabízí.

Už když sem byl mladší snažila se mě pro život vybavit, některými radami, které nyní potkávám v knihách, jež četla tehdy ona. Pamatuju si jako dnes, jak mi říkala, že mi zatím nedokáže vysvětlit proč to tak je, ale pokud si kdykoliv cokoliv budu přát a budu si to přát „hrozně moc“ tak, že se mi to určitě splní. Jediné co musím udělat je přát si to. I když se mi dlouho nebude dařit svého cíle dosáhnout, i přesto prý nesmím polevit a stále si to „prát“ a ono se to jednou splní.

Tehdy mi to připadalo ze začátku jako bláznovství, ale když jsem vycítil vážnost s jakou mi to říká, tak sem si řekl, že na tom zřejmě něco bude a jistě by stálo za to alespoň tuto její podivnou „techniku“ vyzkoušet.

### **3.4. Cesta do USA**

Když mi bylo 16 let dostal jsem nápad. Ve škole nám učitelka anglického jazyka vyprávěla o tom, že nejlepší cesta jak se naučit jazyk je dlouhodobý pobyt v cizí zemi a rozpovídala se, že ona v našem věku takovéto možnosti neměla. Doslova řekla: „Ani se nám tehdy nesnilo o tom, vyjet někam do Ameriky.“ Do té doby taková možnost pro mě byla také pouze snem a při pomyšlení, že bych takový nápad prezentoval rodičům sem si představoval pouze smích z jejich strany. Zhruba po týdnu přemýšlení, jak skvělý by takový zážitek byl, a jak moc rád bych dosáhl vysoké úrovně angličtiny, sem si dodal odvahy a jen tak mezi řečí jsem se o té možnosti zmínil. Setkal jsem se s nečekanou odezvou. „Tak se na to schválně podívej, jaké jsou možnosti,“ řekl otec. Asi po půl roce propočítávání finančních nákladů, absolvování seminářů s lidmi, kteří takto na rok pomocí agentury vycestovali, vyplňování formulářů a získávání nejrůznějších potvrzení, se mi tento sen splnil a odlétal jsem na roční studium do země, kterou jsem do té doby znal jen z filmů.

Zpětně tak zjišťuji jak velkou příležitost a životní zkušenost bych promarnil, kdybych za tímto cílem nešel, přestože se tehdy zdál být pouhým snem.

### **3.5. Martinovy bubny**

Můj kamarád Martin, který se mnou chodil na střední školu nikdy nebyl moc dobrý student. Přestože byl inteligenčně dostatečně vybaven, škola ho nebavila a učit se

donutil vždy až na poslední chvíli a to ještě jen maximálně na 2 hodiny. Ve druhém ročníku pak přišel náhlý zvrat. Začal se učit i když neměl být zkoušen a aniž by byla hlášena písemná práce. Byly to sice pouze dva předměty a to cizí jazyky, ale celá třída se shodla na tom, že s Martinem není něco v pořádku. Pořád se jen učí. Odmítal pozvání do kina nebo jakoukoli jinou aktivitu, která se netýkala zdokonalování se v německém a anglickém jazyce. Jeho známky se v obou předmětech ohromně zlepšily. Byl jsem zvědavý co je tím, co ho žene kupředu, přestože učení nesnáší. Martin hrál v rockové kapele a za jedničky na vysvědčení z obou cizích jazyků, mu jeho rodiče slíbili nové bubny v hodnotě 20 000 Kč. Tyto bubny si strašně přál a dobře věděl, že sám ze svých příjmů by si je nikdy nemohl dovolit. Proto nabídka rodičů byla „jednoduchou“ cestou jak svého cíle dosáhnout.

Když jsem se s Martinem nedávno bavil, řekl mi, že se mu nikdy nestudovalo tak snadno a nikdy se, od té doby, k tak intenzivnímu studiu nedonutil. Co bylo tím, co mu pomohlo? Získal snad novou vlastnost? Měl k dispozici nástroj, který do té doby neměl? Ne! Pouze si stanovil cíl. Věděl jak ho dosáhnout a proto ho tak snadno dosáhl.

#### **4. Závěr**

Ve své práci jsem analyzoval jak se vědění načerpané z literatury a přednášek promítalo a dále promítá v mém životě. Jediný rozdíl je, že nyní jsem si těchto pravd vědom a díky tomu jsem schopen je do budoucna používat ve svůj prospěch. Studium psychologie úspěchu a pravidel jakými se dá úspěchu a spokojenosti v životě dosáhnout doporučuji všem, kteří chtějí zlepšit kvalitu svého každodenního vnímání okolí a kvalitu svého životního stylu.

## **Použitá literatura**

Napoleon Hill. *Úspěch*. 1. vyd. Praha : PRÁH 2009. ISBN 978-80-7252-282-8

Napoleon Hill. *Myšlením k bohatství*. Praha : Pragma 1989. ISBN 80-85213-00-1

Dr. Joseph Murphy. *Moc podvědomí*. Praha : Knižní klub-EMG 1999. ISBN 80-85634-08-2

Jack Canfield, videopřednáška – *Dream Big*, přeložil: Roman Žákovský

Brian Tracy, videopřednáška – *Psychology of Achievement*, přeložil: Roman Žákovský