



Martin Eppler
Andri Hinnen

B

KANCELÁŘSKÝ

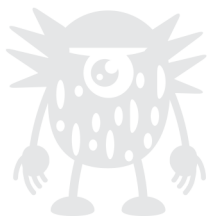


S
T



Návod
na přežití mezi
korporátními
příšerami

i
A
Ř





Martin Eppler
Andri Hinnen

B

KANCELÁŘSKÝ



S
T



Návod
na přežití mezi
korporátními
příšerami



A
Ř



Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

Automatizovaná analýza textů nebo dat ve smyslu čl. 4 směrnice 2019/790/EU a použití této knihy k trénování AI jsou **bez souhlasu nositele práv zakázány**.

Martin Eppler, Andri Hinnen

KANCELÁŘSKÝ BESTIÁŘ

Návod na přežití mezi korporátními příšerami

České vydání vycházelo z anglického originálu knihy Martina J. Epplera a Andriho Hinnena, *Office Monsters: A survival guide to corporate madness*, vydaného v roce 2025, PEARSON EDUCATION LIMITED
KAO Two, KAO Park, Harlow CM17 9NA, United Kingdom.

Authorized translation from the English language edition, Office Monsters, 1st Edition by Martin J. Eppler with Andri Hinnen, published by Pearson Education Limited
Copyright © Pearson Education Limited 2025 (print and electronic).
All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from Pearson Education Limited.
CZECH language edition published by Grada Publishing a.s., Copyright © 2025

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401
www.grada.cz
jako svou 10137. publikaci

Překlad Ing. Jindřich Jonák MSc
Redakce textu Anna Svobodová
Grafická úprava a sazba Ondřej Mikulecký
Návrh a zpracování obálky Ondřej Mikulecký
Počet stran 160
První vydání, Praha 2025
Vytiskla D.R.J. TISKÁRNA RESL, s.r.o., Náchod

Czech Edition © Grada Publishing, a.s., 2025

Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků.

ISBN 978-80-271-8066-0 (ePub)
ISBN 978-80-271-8065-3 (pdf)
ISBN 978-80-271-5802-7 (print)

Obsah

OBSAH	5
O AUTORECH	7
PODĚKOVÁNÍ	9
ÚVOD	10

KAPITOLA 1

Bestie ve vás: Ochromující příšery sebesabotáže	15
Sněžný muž Ano	17
Časoví čerti	21
Bludičky sebezpochybňování.....	25
Úzkostný vetřelec.....	30
Zaujatí baziliškové.....	36
Nenasytný Kraken	42
Mocné bestie ega	47

KAPITOLA 2

Bestie v těch druhých: Strašidelná stvoření v těch druhých	52
Meetingové bestie	54
Drákula kazící náladu	59
Skřeti skupinového myšlení.....	63
Jednomyslní kyklopy	68
Nedbalý zlobr	73

Ustaraný vlkodlak	76
Pozitivní poník	80
Politicoraptor	85
Toxický tyranosaurus	89
Konverzační mozkomorň	92

KAPITOLA 3

Bestie v organizaci: Prokleté korporátní bestie 99

Byrokratické bestie	101
Odporující hlodavci	109
Strategická chiméra	114
Projektový zombík	120
Módní víly	125
Nemejský lev	131
Prezentační fantomové.....	136
HAL	141

KAPITOLA 4

Navrhněte své vlastní bestie a vzdorujte jim 145

DOSLOV

Rozloučení a volání do zbraně: Zvládnutí budoucích bestí 154

LITERATURA 156

O autorech

Martin J. Eppler, PhD, vyrůstal v domácnosti informačních narkomanů s více než 20 předplatnými časopisů a dvoupokojovou knihovnou. Proto napsal 400stránkovou disertační práci o informačním přetížení (mluvíme o přijetí paradoxu) a v současnosti je nejcitovanějším výzkumníkem na světě na toto téma. Od té doby se posunul od problému k řešení a ve své roli předsedajícího profesora komunikace na University of St. Gallen uskutečnil více než 40 projektů (mnoho experimentálních) o tom, jak může vizualizace pomoci překonat přetížení a efektivně předávat znalosti.

Je autorem více než 200 akademických prací a 24 knih, z nichž několik získalo ocenění jako „International Business Book of the Year“, „HR Book of the Year“ a „Career Book of the Year“. Získal řadu ocenění za nejlepší práce a také pedagogických cen. Jeho výzkum byl uveden v Inc. Magazine, the Harvard Business Review, TED.com, Bloomberg Businessweek, MIT Technology Review a dalších. Je vynálezcem periodické tabulky vizualizačních metod, softwarového balíku let's-focus, metody map synergie a přístupu k jednání. Kromě své univerzitní funkce (kde řadu let vedl program MBA) je poradcem organizací jako OSN, Evropská centrální banka, Porsche, Swiss Re, Anti-Tobacco Fund, Salesforce a další. Byl hostujícím profesorem na institucích jako Cambridge University, Georgia Tech, Simon Fraser University a CUFE Beijing.

Andri Hinnen je držitelem titulu BA v oboru mezinárodních vztahů a dvojnásobným držitelem titulu magistra v oboru Strategie a mezinárodního managementu (SIM/CEMS). Spoluzaložil společnost Zense, poradenskou firmu a agenturu specializující se na komunikaci o komplexnosti a změnách (zense.ch). Spolupracoval s globálními značkami jako Coca-Cola, Lufthansa a UBS, vizualizoval jejich strategie a oživoval firemní kultury smyslem, citlivostí a trochou kreativní hravosti. Pravidelně přednáší na univerzitě v St. Gallen o přerámování složitosti, vyprávění příběhů, vizualizaci a smysluplnosti.

Andri je také filmař a autor. Jeho celovečerní dokument *Breathing Underwater* (*Dýchání pod vodou*) vyhrál filmový festival v Curychu a zakoupila jej platforma Netflix. Spolu se svým bratrem Gierim Hinnem napsal německé bestsellery literatury faktu *Reframe It* a *Change It*. Jeho personalizované dětské knihy *Welcome to the World* se prodalo přes 100 000 výtisků a byla přeložena do několika jazyků. V roce 2021 vyšel Andriho první román *Rolf*, který se v současné době zpracovává do celovečerního filmu. V roce 2024 byl Andri vybrán jako osobnost v rezidenci na HSG-Square. Mezi Andriho oblíbené mýtické bytosti patří draci, obři a kočky.

Poděkování

Kancelářská bestiologie se nejlépe studuje ve skupinách. Rádi bychom vyjádřili nejhlubší vděčnost našim spolubojovníkům, krotitelům a podporovatelům, zejména těmito...

Felipe Vasconcelos Torresovi za krásné a temperamentní ilustrace.

Eleanně Zarnové za veškerou organizační podporu.

Eloise Cookové, Yashmeeně Bishtové, Dhaně Rameshové a zbytku společnosti Pearson za to, že nás provedli bludištěm globálního vydavatelství.

Markusovi Aeschimannovi za skvělý nápad Projektový zombík.

Všem klientům společnosti Zense a MCM za to, že nás neustále inspirují svými vlastními příběhy o kancelářských bestiích.

Davemu Grayovi za jeho cenné tipy a úvody.

Gierimu Hinnenovi a Peterovi Hinnenovi za jejich neochvějnou podporu, humor a skvělé nápady.

Monice Rellerové, za to, že nás naučila, že mnoho bestíí není třeba zabíjet, ale lze je studovat a spřátelit se s nimi.

Stephanii Motzové za jeden chytrý příspěvek s „Ano sobě“ a za to, že byla tak dlouhou dobu skvělým spolupřemožitelem bestíí.

Angele Meravigliové za to, že je dokonalou zkušební čtenářkou a že je plná radosti, humoru a pozitivní energie.

Univerzitě St. Gallen za to, že nám poskytla volný čas v Monsterville.

A vám, našim čtenářům za váš čas, radost, zájem a zpětnou vazbu. Upřímně doufáme, že jste se při čtení bavili.

Úvod

„Hrdinové potřebují bestie, aby získali svá hrdinská oprávnění.“

Margaret Atwood

Vážení krotitelé bestí v práci a kancelářští válečníci, vítejte v ultimátním terénním průvodci, jak přežít firemní šílenství. Chystáte se seznámit s „kancelářskými bestii“. Jsou to oslabující stvoření, která můžete potkat v zasedacích místnostech, na manažerských patrech, ve farmách pracovních buněk, v jídelnách, a dokonce i ve své vlastní hlavě. Milují útoky na kariéry jednotlivců, vztahy nebo projekty a mají moc zničit celé organizace.

Pravděpodobně jste se s nimi již setkali na své dobrodružné výpravě na vrchol – nebo kamkoli míříte. Aniž byste si to uvědomovali, Sněžný muž Ano vám možná šeptal do uší své ledové „ano“, manipuloval s vaším soustředěním a pokusil se vás zavalit příliš mnoha úkoly. Možná, že Byrokratické bestie právě v tuto chvíli dusí podnikatelského ducha vaší společnosti. Nebo snad bzučící Módní víly proměnily vaši kritickou mysl v důvěřivého fanouška nejnovějšího manažerského trendu? Proto jste si koupili tuto knihu? Ach jo.

Samozřejmě, je pravděpodobné, že nemáte ani ponětí, o čem mluvíme. Jak ukázalo mnoho studií, náš mozek pracuje přesčas, aby nás ochránil před hrůzami na pracovišti, které se odehrávají přímo před našima očima. Ale ignorováním ten problém jen zřídka zmizí. Právě naopak:

čím více necháváme tyto bestie působit, tím více se pletou do našich životů.

To je důvod, proč každý, kdo chce mít šanci na slušnou kariéru v jakémkoli kancelářském prostředí, musí trénovat svůj mozek, aby poznal, jaké toto prostředí skutečně je: toto místo obývají bestie. Brzy je uvidíte všude. Dokonce přijdou chvíle, kdy si budete přát, abyste si tuto knihu nikdy nekoupili. Zaplaví vás pocity existenciálního děsu a najednou zřetelně uvidíte mnoho bestií, které vás obklopují. Ujišťujeme vás však, že to přejde. V konečném důsledku vám kancelářský bestiář pomůže prosperovat v práci a pokračovat v kariéře vašich snů.

Abyste se mohli pustit do práce, tato kniha vás naučí udělat tři věci:

1 Rozpoznat a vyřešit opakující se (problémové) vzorce v práci:

Pomůžeme vám vidět výzvy související s prací takové, jaké skutečně jsou: hmatatelná stvoření z masa a kostí. To vám usnadní jejich identifikaci a boj s nimi. Představte si to jako použití metafor k přerámování složitých problémů, které jsou jinak těžko uchopitelné. Ale tentokrát je to samozřejmě skutečné.

2 Zlepšit komunikaci a spolupráci: kancelářský bestiář vás seznámí s tajným jazykem, kterým až do této chvíle mluvil pouze exkluzivní okruh přemožitelů bestí v kancelářském prostoru. To vám pomůže řešit problémy a diskutovat o nich s kolegy, šéfy, přáteli i nepřáteli. Někteří z nich se budou smát, protože se budou domnívat, že si děláte legraci. To je samozřejmě vaše výhoda, protože jak známo, humor je mocná technika pro uvolnění napětí a usnadnění komunikace. Jen vy, hluboko uvnitř, budete vždy vědět: je to legrační, protože je to pravda.

3 Rozšířit svou sadu nástrojů a prozkoumat nové cesty: Konečně, ať už vyřešíte problémy s obtížným kolegou nebo se osvobodíte z inovačního sucha, uvidíte za šedé fasády „normálního“ kancelářského světa. Prozkoumáte monstrózní propasti, které se pod nimi

skrývají. To vám umožní představit si nové cesty pro vaši hrdinskou cestu. Vybavíme vás také mocnými kouzly a zbraněmi, abyste mohli při práci zabít své bestie. Dokážete sebrat odvalu a použít je?

Abyste to dokázali, musíte si přečíst tuto knihu. Jiná možnost opravdu není. V ideálním případě si ji přečtete pětkrát, vezměte si ji i do práce a všem o ní řekněte. Pokud se nechcete stát obětí skutečně strašlivých a bestiálních sil korporátního šílenství.

JAK JE TATO KNIHA USPOŘÁDÁNA

Hlavní část této knihy je věnována bestiím, se kterými se v práci nevyhnutelně setkáte (utkáte). Věříme, že je třeba nejprve si zamést před vlastním prahem a spatřit bestie uvnitř nás. Proto začneme bestiemi v nás. Tyto „Ochromující příšery sebesabotáže“ žijí v nás a jsou součástí naší psychiky. Rády omezují naši produktivitu, kreativitu a komunikační dovednosti. Ať už je to mystický, ale až příliš skutečný Sněžný muž Ano nebo nechvalně známý Úzkostný vetřelec, bestie v nás vyžadují všímavost, sebereflexi a odvalu ke změně.

Dále se blíže podíváme na strašidelná stvoření našich kolegů nebo-li „bestie v těch druhých“. Jsou to zdánlivě nenápadní spolupracovníci. Když jim to dovolíte, mohou svým chováním poškodit nejen kariéru kolegů, ale i tu vaši. Dozvíte se například o Skřetech skupinového myšlení, kteří odmítají každý jiný názor než svůj vlastní a označují ho za směšný nebo o Politicoraptorovi, divokém kolegiálním tvorovi řízeném kariérou.

Nakonec se blíže podíváme na Prokleté korporátní bestie. Tyto organizační bestie se neschovávají za jednotlivé lidské bytosti. Pronásledují celé divize, procesy nebo budovy. Jen počkejte, až uslyšíte o Strategické chiméře nebo Projektovém zombíkovi. Hrozný materiál.

Každou z 25 kapitol začínáme krátkým úryvkem rozhovoru se zkušeným přemožitelem bestií v práci. Všichni jsou to veteráni, kteří viděli věci, jakým byste nevěřili. Jejich traumatické zážitky jsou pro nás poklad, protože mají příběhy, které mohou vyprávět! Na začátku každé

kapitoly najdete také malou informační tabulku, která v kostce popisuje bestii a její zkracení.

O každé bestii pak mluvíme podrobně, popisujeme přirozené prostředí, vzhled, chování a další relevantní fakta a čísla.

Odtud přejdeme dále a probereme nezbytné nástrojové vybavení, které potřebujete, abyste se s danou bestií vypořádali. Samozřejmě vás chceme naučit nejen to, jak bestie identifikovat, ale také jak je zvládnout. Jak zjistíte, každá bestie vyžaduje jiný přístup. Některé z nich vám dají pouze jedinou možnost: neprojevit žádné slitování a zabít je vší silou a zuřivostí. Jiné se dají přemoci, a pokud jste dostatečně houževnatí, také ochočit. A nakonec jsou tu bestie, které se mohou stát vašimi přáteli a spojenci. A pokud máte rádi takové věci – nejsme tu, abychom soudili – mohou se stát také vašimi milenci.

Nakonec pro opravdové nadšence bestiologie z řad našich čtenářů uvádíme další informace o pozadí (Počátky) a tipy pro další čtení (Další čtení).

Za touto hlavní částí najdete sekci, která vás připraví na vaše vlastní exkurze s bestii. Máte na to, abyste objevili tvory, které dosud ještě nikdo neviděl? Máte odvahu pěstovat nebo chovat bestie ve své vlastní laboratoři? Po přečtení čtvrté kapitoly budete připraveni pustit se do svých vlastních přemožitelských dobrodružství.

V doslovu vám poskytneme výhled a výzvu do zbraně. A nyní, nechtě šilenství započne.

A ještě jedna věc. Zapomněli jsme se představit – omlouváme se. Jmenujeme se Martin a Andri. Během dne je Martin profesorem obchodní školy a Andri zakladatelem kreativní agentury. Ale v noci! Dobře, abych byl spravedlivý, v noci obvykle spíme. Jsme příliš zbabělí na to, abychom šli ven a sami lovili bestie. Ale fandíme těm, kteří to dokážou. Proto jsme si v posledním desetiletí přečetli každý možný svitek slavných lovců bestii, který se nám podařilo dostat do rukou. Ať už jde o básnické dílo profesora sira Sinclaira Slaysalota, tajemné, ale brilantní popisy v díle profesorky Lady Dr. Carly Young, praktické příručky samotného pana Scrooge McKinseyho nebo úžasnou práci Petry Pen ze

společnosti N.O.F.A.D. (*National Organization for the Fight Against Daftness* = *Národní organizace pro boj proti hlouposti*) – ti všichni se stali našimi učiteli a jsme jim za to velmi vděční. Vše, co jsme udělali, bylo shromáždit, shrnout a zpřístupnit tuto vzácnou pokladnici znalostí vám, nejdražší čtenáři.

A nyní, ať to šílenství už začne.

Martin a Andri, červen 2024

Kapitola 1

Bestie ve vás: Ochromující příšery sebesabotáže

„Nejděsivější bestie jsou ty,
které se skrývají v našich duších.“
Edgar Allan Poe

Náš průvodce světem kancelářských bestíí začíná u skupiny příšer, které až příliš dobře znáte, pokud jste ochotni jim čelit. Mluvíme o stvořeních ve vás, děsivých bestiích, které jsou součástí naší psychiky, naší duše a pracovních návyků. Některé z nich nás odvádějí od dobré práce, přímého myšlení a produktivity. Jiné nás mučí pochybami o nás samotných nebo nás klamou iluzemi nadřazenosti. Pokud tyto bestie v sobě zkrátíte, budete mít za sebou třetinu své hrdinské cesty hrdiny za jejich zabitím v práci.

Bud'te tedy odvážní a setkejte se s Časovými čerty, Sněžným mužem Ano, Bludičkami sebezpochybování nebo Zaujatými bazilišky. V neposlední řadě bud'te připraveni probudit Mocné bestie ega, důležité spojení, kteří vám pomohou dosáhnout kariéry, o které jste vždy snili – nebo alespoň vést dobrý život.

SNĚŽNÝ MUŽ ANO

Přátelské „Ne“ je silnější než meč

„Sněžný muž Ano mě nutil říkat na všechno jen ‚ano‘. Nejdřív jsem věřil, že mi chce pomoci. Ale s každým ano, které jsem tam venku v mrazu zamumlal, se sněžný muž zvětšil. Nakonec mi to zablokovalo cestu k vrcholu. Průlomový okamžik nastal, když jsem objevil prastaré kouzlo zvané ‚přátelské ne‘. Všechny mé smutky se rozplynuly a uvolnily mi cestu.“

Dr Laura Frostblade

Národní organizace pro zdvořilé zmocnění (N.O.P.E. = *National Organisation for Polité Empowerment*)

Sněžné muže Ano můžete potkat kdekoli v divokém světě práce – v kanceláři, doma, v letištních halách, zasedacích místnostech, a dokonce i na hřištích. Přinutí vás říct „ano“ novým úkolům, laskavostem nebo jen jednomu dalšímu projektu. Možná vás kolega požádá, abyste mu pomohli s prezentací, nebo vás požádá šéf, abyste si o víkendů přečetli jeho zprávu. Sněžný muž Ano vám svým ledovým hlasem zašeptá do ucha: „Tuto příležitost si nemůžeš nechat uniknout. Musíš být hodný, abys byl milován. Musíš se dostat ven, abys mohl vyšplhat po žebříku. Opravdu chceš Carla urazit?“

Řekni „ano“. Měl bys souhlasit s tím, souhlasit s oním. Měl bys souhlasit s mnohem více věcmi, než kolik zvládneš. Takto krmíte svého Sněžného muže. Avšak pozor: když se s ním setkáte poprvé, váš sněžný muž nebude vypadat nijak hrozně. Jedna oběť údajně řekla: „Nejdřív jsem si myslel, že je to roztomilá hračka, prostě plyšák, který na mě kouká! Sliboval mi veškerou pozornost, kterou jsem si zasloužil. Byl to obrovský omyl.“

Bohužel, s každým dalším „ano“, které vám unikne ze rtů, se váš sněžný muž zvětší. Jednoho dne, aniž byste si to uvědomili, se stane monstrózním obrem, který vám blokuje cestu. Ale v tu chvíli už je pozdě. Všechna ta souhlasná „ano“ mají za následek nahromadění

nevyřízených věcí, které se zdá být nemožné vyřešit. Čím více přemýšlíte o všech svých úkolech, tím obtížnější je skutečné myšlení.



Jméno:	Sněžný muž Ano
Vědecký název:	Sic Bestia Nivis
Funkce:	Nutí přemožitele bestii v práci souhlasit s příliš mnoha věcmi
Prostředí:	Převážně nižší a střední management
Úroveň bestiality:	Mírná
Kategorie bestie:	Vnitřní (může se projevit i u kolegů)
Čím se živí:	Altruismus, ambice, nesoustředěnost
Přístup:	Zkrotit ho a vypouštět ven jen občas
Účinná zbraň:	Kouzlo „přátelské ne“

Jak jej zvládnout

Nyní musíte zkrotit svého vnitřního Sněžného muže Ano. Hlavní je udělat to včas, dokud je sněžný muž ještě malý (španělské slovo pro malého sněžného muže je Yetito). Jakmile tento tvor dosáhne své plné velikosti, je jen malá šance ho porazit. Jediné, co potom můžete udělat, je uklidit po něm nepořádek a modlit se, aby vám už do uší nešeptal to své ledové „ano“. Samozřejmě, vždy můžete dát výpověď v práci, žít v jiném městě nebo strávit kvalitní čas na klinice vyhoření. To může na chvíli vašeho Sněžného muže zastavit. Ale za jakou cenu?

Ne, raději se svému sněžnému muži postavte včas, dokud je ještě malý.

Kdykoli se na vás někdo obrátí s úkolem, dvakrát si rozmyslete, zda je to v pořádku. Ať už se jedná o kolegu, přítele, vašeho mazlíčka, vašeho šéfa nebo Carla, věnujte chvíli přemýšlení, zda je úkol v souladu s vašimi povinnostmi, prioritami a hodnotami, stejně jako s vašimi časovými a energetickými možnostmi.

Pokud tomu tak není, pak se trénujte ve starověkém umění „přátelského ne“.

Slovo „ne“ je nejmocnější kouzlo v historii, avšak jeho vyslovení nepřátelským způsobem může být nebezpečné. Pokud si nedáte pozor, strohé „ne“ může poškodit vaše vztahy nebo pověst. Zkuste to tedy říct spíše hezky než ledově. Oblečte své „ne“ například do následujících vět:

- „Rád bych. Ale upřímně, jsem zavalený úkoly. Opravdu teď nemám čas dodat kvalitní projekt, jaký by si tato otázka zasloužila.“
- „Na tvé práci i na tobě mi opravdu záleží. Ale pokud to neuděláš sám, nebudeš moci později udělat dobrý následný krok, nemyslíš?“
- „Páni! Děkuji ti, že jsi na mě v souvislosti s tímto úkolem myslel. Ale nyní se musím soustředit na svou klíčovou prioritu. Doufám, že rozumíš.“
- „Rád ti poskytnu zpětnou vazbu, ale mám pocit, že bych to neměl dělat právě já. Mělo by to odrážet, kdo jsi, takže jen ty to můžeš udělat svým vlastním způsobem.“

- „Omlouvám se, ale musím to odmítnout. V tuto chvíli opravdu musím dokončit jiný úkol.“
- „To zní úžasně. Ale obávám se, že když řeknu ano, nebudu schopen dodržet slib, který jsem dal.“
- „To je důležitý úkol. Ale myslím, že bych tomu nedokázal věnovat soustředění a odhodlání, které to vyžaduje.“

Uvidíte – čím více vrhnete jedno z těchto pěkných „ne“ na své pronásledovatele, tím menší bude váš Sněžný muž Ano. Nepřestávejte však svého sněžného muže poslouchat úplně. Slovo „ano“ je jako sůl. Potřebujete ji, ale příliš velké množství vám může uškodit. A kdykoli budete váhat, zda vyslovit přátelské „ne“, můžete také uvažovat o vyslovení „ano“ v sobě: „Ne, děkuji, na tento projekt nemám energii a čas“ – a říká ano svému vlastnímu zdraví, pohodě a soustředění.

Počátky

Výzkum negativních vedlejších účinků příliš častého říkání slova „ano“ je rozsáhlý. Většina příruček o produktivitě obsahuje rady jako: „Dávejte si pozor na to, jaké další úkoly si na sebe berete“, „Uchovejte si své soustředění tím, že řeknete ne“ a „Řekněte ano pouze tomu, na čem vám záleží“.

V kontextu managementu je Sněžný muž Ano také známý jako „opičí management“, kde přebíráte úkoly svých podřízených (berete je jako opice na záda), místo toho abyste je zmocnili ke splnění těchto úkolů.

Americká profesorka obchodu Vanessa Patrick uvádí milý, ale pevný způsob odmítnutí. Je to jeden z moderních přístupů, který se nazývá „oprávněné odmítnutí“. Navrhuje, že ke zkrocení Sněžného muže Ano musíte nastavit několik pevných pravidel pro rozhodování, jaké úkoly a kdy od ostatních přijímáte. Například: „Nezačnu nový projekt, dokud nedokončím starý.“ Podle profesorky Vanessy Patrick musíte mít křišťálově jasno ve své vlastní identitě, hodnotách a prioritách a musíte je převést na jednoduchá pravidla. Řekněte „ano“ pouze úkolům, které jsou v souladu s těmito pravidly, a na všechny ostatní odpovězte přátelským, ale pevným „ne“.

Další čtení

Patrick, V. (2023) *The Power of Saying No*. Sourcebooks.

Schlund, R., Sommers, R. a Bohns, V. K. (2024) „*Giving people the words to say no leads them to feel freer to say yes*“, *Scientific Reports*, 14, 576.

ČASOVÍ ČERTI

Zničení zlodějů času pomocí časovače

„Záludná stvoření! Zpočátku vypadají roztomile, ale dostal jsem tvrdou lekci, protože jsou všechno, jen ne roztomilí. Pokud jde o paralyzování vašeho pokroku, jsou horší než Bludíčky sebezpochybňování. Trik nespočívá v tom, že je budete krmit svým drahocenným časem, ale že je porazíte pomocí časovače: Pro nejnáročnější výzvy je limit 5 minut. Pro úkoly, které vyžadují plnou pozornost, si nastavte 20 minut. To ty čerty obvykle zažene. Buďte však opatrní. Snadno se polekají, ale brzy se vrátí, a ve větším počtu.“

Professor sir Sinclair Slaysalot

Institut managementu pro produktivitu a krocení bestíí
(I.M.P.A.C.T. = *Institute of Management for Productivity and Creature Taming*)

Je váš seznam úkolů delší než vlasy divoženky? Máte hromadu pošty vyšší než mrakodrap? A jediné, co chcete, je všechny ty úkoly splnit? Pak vás Časoví čerti budou milovat.

Tito vynalézaví malí nezbedové přesně vědí, kdy udeřit, a často se objevují právě ve chvíli, kdy se chystáte začít s úkolem (jejich oblíbený čas je po obědě...). Svýma roztomilýma hnědýma očima vás lákají na zdánlivě hodnotné zboží: tady trochu zábavy, tam trochu dopaminu. Co takhle ještě poslední pohled na váš mobilní telefon, než začnete? Rychlá



Jméno:	Časoví čerti
Vědecký název:	Tempi Trollici
Funkce:	Rušit přemožitele bestií v práci
Prostředí:	Celý svět
Úroveň bestiality:	Střední
Kategorie bestie:	Vnitřní (může se projevit také u kolegů)
Čím se živí:	Zvědavost, nedostatek dopaminu, nuda
Přístup:	Vyhnat je
Účinná zbraň:	Magický časovač



svačina z lednice? Co takhle s někým trochu poklábosit? Poslední počítačová hra? Co si takhle poslechnout přednášku o prokrastinaci? Zkuste to, když si dopřejete pamlsek, práce se udělá sama.

Co vám Časoví čerti dají na oplátku? Nic moc. Jen trochu svého času. Jen minutu. Možná dvě.

Ale pozor, jakmile přistoupíte na jejich podmínky, je těžké vrátit se zpět. Časoví čerti vás zavedou do nekonečného bludiště. Když se vám konečně podaří přeplazit se na druhou stranu, uvědomíte si, že jste jim obětovali hodiny. Dny, dokonce i roky. A zboží, které vám Časoví čerti prodali, najednou vypadá jako bezcenné. To, o čem jste kdysi věřili, že jsou drahokamy, nyní vypadá jako pouhá zrnka písku, která vám proklouzávají mezi prsty. Opravdu jsem strávil sto osmdesát šest minut sledováním videí o kočkách? A překvapení: práce se sama neudělala.

Jak je zvládnout

Nezoufejte. Časoví čerti mohou být v přesile, ale existuje naděje. Přichází ve formě malého časovače. Vyžene Časové čerty silou hodin. Zde jsou dvě kouzla, která dokážou zázračně ochránit vaši produktivitu před těmito zloději času. Bojujte o své soustředění pomocí dvou ukazatelů času.

Nejprve však poznejte svého nepřítele. S jakým druhem čerta máte co do činění? Poraženec nebo rušitel?

Poraženci se objevují obvykle tehdy, když čelíte otravné, obtížné práci nebo úkolu, který souvisí s hrozbami. Stále jste neodeslali faktury na účetní oddělení? Pořád jste nezatelefonovali klukům z Projektu X? Není třeba se obviňovat. Obviňujte poražence. Jejich snahou je kritizovat vaše úkoly a udělat je horší, než jsou. Sedí vám na rameni a působí jako velká tíha. Snaží se vás rozptýlit, aby zatemnili váš úsudek a váš smysl pro priority. Snaží se vás odradit neexistujícími problémy a z malých kopců dělají obrovské hory.

Jaký trik na ně funguje? Vyžene ty malé škůdce pětiminutovým časovačem. Pokud se na svou povinnost necítíte a poraženec se dostal až k vám, řekněte si, že tomu musíte věnovat jen pět vyhrazených minut. Pět minut se dá vydržet jakákoli práce, ne? Tímto způsobem dosáhnete pokroku. A to je hlavní. Uvidíte, že jakmile vyženete poraženeckého

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Kancelářský bestiář.
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.