

Mnoho odborníků tvrdí, že bychom v životopise nikdy neměli uvádět své koníčky a zájmy. A do určité míry mají pravdu. Nicméně jsou případy, kdy bychom to naopak rozhodně měli udělat. Uvedení koníčků a zájmů v životopise může pomoci získat místo nebo pozornost na pohovoru, ale je třeba jít na to správně. Zájmy jsou

témata, která nás fascinují a o kterých se chceme dozvědět více. Zájmy jsou obvykle spíše o učení a objevování myšlenek, konceptů a znalostí, jako je historie, chování zvířat nebo dokonce popkultura. Pokud vás například zajímá historie, vaším koníčkem budou muzea. Koníček je činnost vykonávaná pro zábavu. Koníčky se

dělají ve volném čase, nikoli profesionálně, a obvykle bez nároku na odměnu. Mezi koníčky patří sbírání známek, tvůrčí a umělecká činnost, sport nebo objevování něčeho nového. Koníčky a zájmy se obvykle dělají pro zábavu, zdarma a pro pracovní pozici jsou většinou nevýznamné. Proto se ve většině případů nedoporučuje

příliš se soustředit na to, co děláte mimo práci. Přidání sekce osobních zájmů a koníčků do životopisu je často považováno za neprofesionální. Nicméně mnoho firem už nehledá pouhé poskoky, kteří by celý den seděli, pili kávu a zvedali telefony. Chtějí, aby noví zaměstnanci zapadli do jejich kultury, takže potřebují

něco víc než jen pracovní zkušenosti. Můžeme například narazit na následující inzerát. Google přijímá lidi, kteří jsou otevření a hraví. Pokud tedy chceme pracovat ve společnosti Google, měli bychom svůj životopis přizpůsobit tak, aby naše nejlepší koníčky odpovídaly jejich pracovní kultuře. Na druhou stranu, pokud se

hlásíme do náročné účetní firmy, možná bychom spíše měli své koníčky v životopise úplně vynechat. Zájmy a koníčky o nás hodně vypovídají, většina těch, které uvedeme v životopise, je pro personalistu důležitým vodítkem a něco mu o nás řekne. Můžeme je využít k tomu, abychom personalistovi k dispozici otázku na

prolomení ledů nebo naznačili charakterové vlastnosti, které by mohl hledat. Ale je tu problém. Společnost Zeta provedla analýzu více než sto tisíc životopisů. Zjistila, že nejčastěji zmiňovanou volnočasovou aktivitou bylo sledování filmů, poslech hudby, čtení knih a cestování. Každý náborový manažer viděl tyto koníčky skoro

v každém životopisu. A skutečně je nezajímají. Výběr aktivit do životopisu spočívá ve výběru aspektů naší osobnosti, které chceme pro daný účel zdůraznit a sdělit. Do životopisu se na prvním místě hodí informace o dobrovolnictví a zapojení do různých komunit. Data ukazují, že čtyři z pěti manažerů by nejraději

zaměstnali někoho, kdo má nějaké zkušenosti s dobrovolnictvím. Dobrovolnictví svědčí o velké iniciativě a silné morálce. Učí také organizačním a vůdčím dovednostem. Dalším vítaným zájmem je psaní. Komunikace je srdcem každé organizace. Psaní románů nebo publikování vědeckých prací je jasnou ukázkou vašich schopností

písemné komunikace. Také blogování, stejně jako jakýkoli jiný druh psaní, dokazuje, že disponujete dobrými komunikačními nebo spisovatelskými dovednostmi. Data ukazují, že komunikace je nejdůležitější dovedností pro lidi nastupující do zaměstnání. V poslední době se stal neuvěřitelně populárním formát podcastu.

Podcasting umožňuje ukázat, že máme zkušenosti z oboru, umíme si vybudovat publikum a spojit se s myšlenkovými lídry. Obojí svědčí o našich marketingových schopnostech a dovednostech v oblasti networkingu a výzkumu. Je to také dobrý způsob, jak si zlepšit své organizační schopnosti. V České republice dnes používá

sociální sítě většina dospělých. Díky jejich vzestupu vznikly nové profese, jako je manažer sociálních médií, tvůrce obsahu nebo specialista na optimalizaci pro vyhledávače. Pokud jsme někdy vytvořili stránku na Facebooku, která přitahovala angažované publikum, nebo vlastníme profil na Instagramu se

stabilním počtem sledujících, určitě to na náboráře udělá dobrý dojem. Pokud plánujeme rozvíjet svou kariéru, nemusí nám dnes již stačit znalost angličtiny. Studie zjistily souvislost mezi učením jazyků a schopností řešit problémy, inteligencí a paměťovými schopnostmi. V životopisu bude učení jazyků jako náš koníček

určitě dobře působit. Stejně tak záliba ve fotografování, což je mnohem více než jen pořizování snímků. Rozvíjí koncepční dovednosti a technické znalosti, ale také učí, jak spolupracovat s ostatními. Uvedeme-li v životopisu cestování, znamená to pro personalistu, že jsme zvědaví, odvážní a schopní sebeorganizace.

Cestování například může dokázat, že se nebojíme vystoupit ze své komfortní zóny a chceme se učit novým věcem. Přizpůsobivost patří k nejdůležitějším osobním vlastnostem na pracovišti. Samostatnou kapitolou do životopisu je sport. Nezáleží na tom, jaký sport děláme. Cvičení obecně rozvíjí sebekázeň, trpělivost a pomáhá

překonat překážky. Týmové sporty také vytvářejí příležitosti ke zlepšení vůdčích, komunikačních a mezilidských dovedností. Přesně to o sobě uvedením zájmu o sport v životopisu sdělíte. Velkou váhu má například jóga. Dalo by se říct, že jóga je druh sportu, ale je to mnohem víc než jen pouhé protahování. Zahrnuje také

soustředění na dýchání a je skvělým způsobem, jak uvolnit mysl. A podle dostupných údajů je u uvolněného zaměstnance menší pravděpodobnost, že opustí své zaměstnání. Ani tanec není jen zábava. Je to společenská aktivita, která učí dovednostem spolupráce. Zvyšuje také kognitivní výkonnost a pomáhá odreagovat

se. Stovky pracovních míst vyžadují třeba kreativní dovednosti. Uvedeme-li v životopisu, že naším zájmem je umění, znamená to pro personalistu, že máme dobrou představitivost, jsme vynalézaví, což je součástí dovedností kritického myšlení. Pokud uvedeme zálibu ve čtení, říká to o nás, že následujeme své vášně. Čtení rovněž

zabraňuje poklesu kognitivních funkcí a snižuje stres. A pomáhá udržovat rovnováhu mezi pracovním a soukromým životem. Tvorba hudby zase prospívá mozku. Možná to zní překvapivě, ale výzkumy ukazují, že učení se hře na hudební nástroje intenzivně podporuje matematické a přírodovědné schopnosti. Pomáhá také zlepšit naši

paměť a duševní výkonnost, díky čemuž se lépe soustředíme. Poslech hudby snižuje stres a zlepšuje náladu. Posiluje také schopnost učení a paměť. V neustále se měnícím firemním světě je schopnost učit se denně novým věcem jednou z nejlepších dovedností pro uplatnění na trhu práce, zejména v souvislosti

s rozvojem umělé inteligence. Výše uvedený seznam zájmů a koníčků je více či méně seřazen podle toho, jak vhodné je jejich uvedení v životopise. Pokud nemůžete být konkrétní, vynechte poslech a tvorbu hudby, čtení a umění. Nevíte pak totiž jistě, že budou mít u náborového týmu ohlas. Personalisté se především chtějí podívat

na vaše konkretizované koníčky a zájmy a najít měkké a tvrdé dovednosti. A způsobů, jak toho dosáhnout, je opravdu hodně. Měli bychom být co nejvíce konkrétní, abychom personalistu zaujali. Pokud své vášně shrnete do jediného slova, bude to znít nudně. Poslouchání hudby, čtení knih a sledování filmů? Říct, že vás

to baví, je jako říct, že rádi dýcháte. Bizarnější koníčky jako origami, kaligrafie, amatérská astronomie nebo pečení chleba mohou také vyniknout.