

29. 8. 2025

Vezměte, prosíme, na vědomí, že text článku odpovídá platné právní úpravě ke dni publikace.

Vyhoření. Z jiné perspektivy

Téma tolik spojené snad s každou profesí. Téma, kterému je v poslední době věnováno stále více a více pozornosti. A je to dobře. Neustále si připomínat to, co je v našem životě důležité. Náš život. Naše zdraví. Naše rodina. Umět vnímat varovné signály, umět včas zpomalit a umět včas vypnout dřív, než to naše tělo a mysl udělá za nás. Téma, o kterém je důležité mluvit a uvědomovat si to, jak vnímaví musíme sami k sobě být.

Téma, o kterém ale jen mluvit nestačí. Téma, které si vyžaduje opravdové činy a opravdový respekt. Respekt k sobě, ale také respekt k druhým. Přemýšleli jste někdy o vyhoření z druhé perspektivy?

Z perspektivy těch druhých. Řešíme nakolik předejít vlastnímu vyhoření (a to je dobře), ale řešíme také (jako vlastníci, ředitelé, manažeři atd.) jak předcházet vyhoření jiných? Nakolik svým jednáním, ať už špatným vedením, špatným time managementem, absencí respektu k druhým a jejich názorům nebo neschopností poděkovat za jejich práci nebo se omluvit za náš omyl, nakolik takovým jednáním to můžeme být právě my, kdo jsme odpovědní za jejich vyhoření. Velmi často a intenzivně se řeší, jak by se lidé, kteří vedou ty druhé, měli snažit předejít svému vyhoření, ale chceme-li to téma brát opravdu vážně, myslím, že bychom měli řešit i to, co dělat proto, abychom jako lidé, kteří vedou ty druhé, předcházeli právě jejich vyhoření. Přijmout v tomto směru jako leadři odpovědnost nejenom za sebe, ale i za ně. Proto je dobré se dívat na věci i z jiné perspektivy. Každá mince má totiž dvě strany. Chceme-li brát toto téma vážně, tak jen slova nestačí.

Na druhou stranu, jedna věc je starost o to, abychom svým jednáním nepůsobili sami sobě ani jiným trápení a situace, které vedou až ke stavu, kdy tělo i mysl řeknou dost. Druhá věc je však touha řady z nás být dobří, hodně dobří v tom, co děláme. A to bez práce nejde.

Jedna věc je mít talent a druhá sílu zdokonalovat se tvrdou prací sami na sobě. Talent, který se nerozvíjí tvrdou prací, je jen promrhaná příležitost. Nikdo, komu se podařilo dokázat být úspěšný ve svém oboru, se nestal tím, kým je jen proto, že dělal jen to, co ostatní. Za úspěchem je vždy tvrdá práce. Být na hřišti jako první a odcházet jako poslední, dělat něco extra, i když se nikdo nedívá. Jedno, jestli jste sportovec nebo právník či businessman, princip je stejný. Příběhy úspěšných žen a mužů, které známe, nejsou o tom, že dělali jen od do a jen to co bylo třeba. Vždy tam bylo něco navíc. Schopnost vyrovnat se s tlakem i s nepřízní osudu. Překážkám totiž čelí každý z nás, rozdíly jsou v tom, jak se s nimi dokážeme vypořádat.

A je to tak, skutečná výzva přitom je, skloubit tvrdou prací s tím, abychom v sobě a v jiných neuhasili ten oheň, co nás žene dál. Najít svůj rytmus tak, abychom v cestě za svým cílem neničili vše kolem sebe, včetně sebe. V tom určitě pomáhá vzájemný respekt. K sobě, k druhým. A také uvědomění si, co vlastně chceme a proč děláme to, co děláme.

Ale pořád platí, že bez práce nejsou koláče.



Jan Krampera

Partner

AegisLaw

Aegis Law, advokátní kancelář, s.r.o.

Jungmannova 26/15
110 00 Praha 1

Tel: +420 777 577 562

Email: office@aegislaw.cz

© EPRAVO.CZ - Sbíрка zákonů, judikatura, právo | www.epravo.cz

Další články:

- [Několik poznámek z pera Nejvyššího soudu k nemocem z povolání a důkazní nouzi](#)
- [Pokuta 32 mil. EUR pro Dacia/Renault - evropské soutěžní úřady tvrdě došlapují na no-poaching. Měla by Vaše společnost být na pozoru?](#)
- [České zaměstnavatele čeká zkouška férového odměňování](#)
- [Možnosti a meze obhajoby v souvislosti se šetřením porušení pravidel podle zákona č. 435/2004 Sb. o zaměstnanosti](#)
- [Platformová práce: Nenápadná revoluce v českém pracovním právu](#)
- [Švarcsystém a podnikání v IT - nelegální práce](#)
- [Aktuální úprava výpovědní doby dle zákoníku práce: komparace napříč Evropou](#)
- [Zaměstnanecké benefity dle ustanovení § 6 odst. 9 písm. d\) zákona o daních z příjmů v roce 2026](#)
- [Časté právní mýty o kamerách na pracovišti](#)
- [Implementace směrnice o transparentnosti odměňování v České republice](#)
- [Když zaměstnanec daruje krevní plazmu](#)