

# Rozvoj ľudí, ktorý prináša viditeľné **VÝSLEDKY** v praxi



Praktické a zážitkové školenia pre skutočnú zmenu správania

[www.thebestteam.sk](http://www.thebestteam.sk)



# THE BEST TEAM = 25 rokov - 200 firiem - 20 tisíc absolventov

## PAVLÍNA PELCOVÁ

Zakladateľka The Best Team s.r.o., andragogička, mentálna koučka

- Viac ako 25 rokov praxe vo vzdelávaní dospelých
- Autorka stoviek unikátnych školení a vzdelávacích projektov
- Odborníčka na vyjednávanie, leadership, motiváciu jednotlivcov a firemných tímov
- Kvalifikovaná lektorka vzdelávania dospelých (Univerzita Komenského / AIVD)
- Certifikovaná mentálna koučka (Mindset Coach®)

## THE BEST TEAM

Veríme, že kvalitné vzdelávanie mení atmosféru firiem aj životy jednotlivcov.  
Rozvoj ľudí berieme ako poslanie.



## JURAJ PELC

Zakladateľ The Best Team s.r.o., andragóg, lektor a konzultant

- Viac ako 25 rokov praxe vo vzdelávaní dospelých
- Špecialista na rozvoj predaja
- Školiteľ a tréner obchodných tímov
- Odborník na emočnú a asertívnu komunikáciu
- Kvalifikovaný lektor vzdelávania dospelých (Univerzita Komenského / AIVD)

[www.thebestteam.sk](http://www.thebestteam.sk)



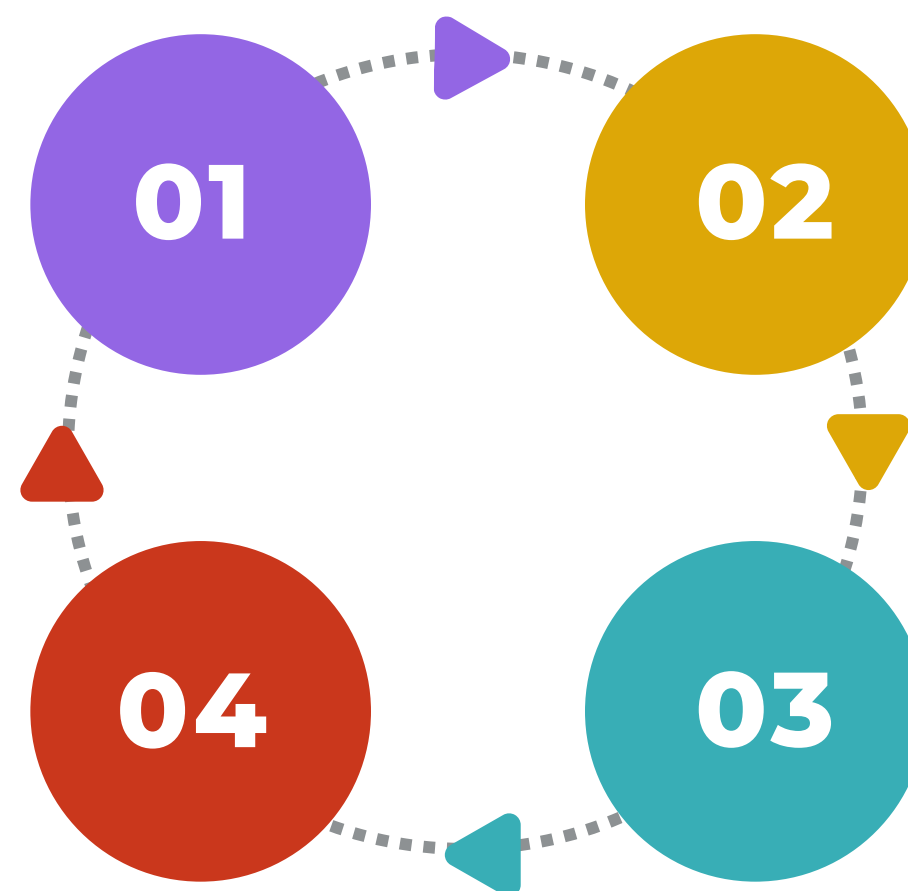
# Ako vzniká **skutočná** zmena

## Analýza potreby

Pred školením detailne zisťujeme aktuálnu situáciu, konkrétne výzvy, priority aj očakávania účastníkov a vedenia. Vďaka tejto analýze dokážeme presne zacieliť obsah, zvoliť vhodné modelové situácie a pripraviť školenie tak, aby riešilo reálne problémy tímu. Už v tejto fáze definujeme, aký posun chceme dosiahnuť a ako bude vyzeráť úspech v praxi.

## Merateľný výsledok

Zameriavame sa na dlhodobý efekt školenia. Definujeme, ako bude vyzeráť viditeľná a merateľná zmena v praxi, a pomáhame nastaviť spôsob, akým ju možno sledovať. Firmám poskytujeme odporúčania na ďalšiu podporu zamestnancov a v prípade záujmu realizujeme follow-up, kde sledujeme pokrok, posilňujeme nové návyky a riešime konkrétne otázky z praxe. Cieľom nie je iba absolvované školenie, ale reálny dopad.



## Zážitkové učenie

Na školení pracujeme interaktívne a zážitkovo – využívame modelové rozhovory, cvičenia, videoukážky aj zdieľanie skúseností. Účastníci si môžu bezpečne vyskúšať nové prístupy, porovnať ich účinnosť a okamžite vidieť rozdiel v komunikácii či priebehu situácie. Zážitok podporuje rýchlejšie pochopenie, väčšiu angažovanosť a hlbšie uvedomenie toho, čo v praxi funguje.

## Prenos do praxe

Dôležitou súčasťou je prepojenie naučeného na každodennú realitu. Každý účastník dostane konkrétne kroky a techniky, ktoré môže aplikovať hneď ďalší deň v práci. Pracujeme s individuálnymi situáciami, aby si účastníci vedeli predstaviť, ako nový prístup použiť priamo vo svojom tíme, komunikácii či obchodnom rozhovore. Výsledkom je jednoduchý, realistický plán, ktorý uľahčuje skutočnú zmenu správania.

# Komunikácia

01

## Vedomá komunikácia

Vedomá komunikácia prináša jasné vyjadrovanie, viac porozumenia a menej nedorozumení v každodennej spolupráci.

1 deň

Účastníci získajú jednoduché postupy, ako viesť rozhovor s rešpektom, pokojom a väčšou orientáciou na riešenie.

02

## Komunikačný kľúč

Znalosť osobnostnej typológie pomáha porozumieť rozdielnym komunikačným štýlom a prispôbiť spôsob reakcie rôznym ľuďom.

1 deň

Účastníci získajú prehľad o štyroch typoch správania a naučia sa efektívnejšie komunikovať v tíme aj s náročnejšími osobnosťami.

03

## Asertívna komunikácia

Asertivita podporuje schopnosť jasne vyjadriť potreby, stanovovať hranice a viesť rozhovor bez agresivity či zbytočných ústupkov.

1 deň

Účastníci získajú praktické nástroje, ako hovoriť vecne, s rešpektom a udržať konverzáciu pod kontrolou.

04

## Medzigeneračná komunikácia

Medzigeneračná komunikácia pomáha porozumieť rozdielnym hodnotám a očakávaniam jednotlivých generácií a zlepšiť spoluprácu v tíme.

1 deň

Účastníci získajú prehľad o generáciách X, Y a Z a naučia sa prispôbiť komunikáciu tak, aby bola jasná, rešpektujúca a funkčná.

05

## Neverbálna komunikácia

Neverbálna komunikácia odhaľuje veľkú časť toho, čo slovami nepovieme — od postoja tela, až po mimiku či tón hlasu.

1 deň

Účastníci sa naučia všimnúť si kľúčové signály, správne ich čítať a vedome používať neverbálne prejavy na podporu jasného a dôveryhodného prejavu.

# Vyjednávanie

01

## Základy vyjednávania

Základy vyjednávania prinášajú prehľad o tom, ako jasne formulovať záujmy, pripraviť si ciele a viesť rozhovor smerom k dohode.

1 deň

Účastníci získajú jednoduchý postup, ako pracovať s argumentmi, otázkami a kompromisom tak, aby výsledok bol funkčný pre obe strany.

02

## Vyjednávanie - nácvik

Praktický nácvik vyjednávania umožní bezpečne vyskúšať rôzne situácie, reakcie a stratégie priamo na modelových príkladoch.

2 dni

Účastníci si precvičia jasné formulovanie požiadaviek, prácu s námietkami a hľadanie riešení, ktoré podporujú dohodu a spoluprácu.

03

## Umenie argumentácie

Školenie ukazuje, ako jasne predstaviť prínosy a nadchnúť druhú stranu pre konkrétny krok či zapojenie sa do aktivít (napr. nábor)

1 deň

Účastníci získajú jednoduché techniky, ako pomenovať hodnotu, pracovať s otázkami a vytvoriť dôveru, ktorá podporí rozhodnutie konať.

04

## Storytelling

Storytelling pomáha odovzdať myšlienku pútavo a zapamätateľne prostredníctvom jednoduchého a dobre vystavaného príbehu.

1 deň

Účastníci sa naučia, ako príbehom vysvetliť tému, podporiť motiváciu a vytvoriť silnejšie prepojenie s poslucháčom.

05

## Umenie sebareprezentácie

Sebareprezentácia pomáha predstaviť seba aj svoju tému jasne, dôveryhodne a spôsobom, ktorý udrží pozornosť publika.

2 dni

Účastníci získajú praktické tipy, ako pracovať so štruktúrou, hlasom a neverbálnym prejavom, aby ich prezentácia pôsobila profesionálne a presvedčivo.

# Vedenie ľudí

01

## Vedomý leadership

Vedomý leadership rozvíja schopnosť viesť tím s jasnosťou, empatiou a zodpovednosťou, aby ľudia vedeli, čo sa od nich očakáva a cítili sa podporení.

2 dni

Účastníci sa naučia jednoduché princípy vedomého rozhodovania, práce s energiou tímu a komunikácie, ktorá posilňuje dôveru a spoluprácu.

02

## Motivácia a sebamotivácia

Školenie pomáha porozumieť tomu, čo ľudia prirodzene motivuje, a ako vytvárať podmienky, ktoré podporujú chuť pracovať a rásť.

1 deň

Účastníci získajú jednoduché nástroje na posilnenie vlastnej vnútornej motivácie aj motivácie tímu, aby dokázali udržať energiu a ťah na cieľ.

03

## Hodnotiaci rozhovor

Hodnotiaci rozhovor pomáha jasne pomenovať výsledky, poskytnúť spätnú väzbu a nastaviť realistické očakávania do ďalšieho obdobia.

2 dni

Účastníci sa naučia viesť rozhovor vecne, ľudsky a konštruktívne, aby podporoval ciele, výkon, rozvoj ako aj vzájomné porozumenie.

04

## Riadenie zmeny

Riadenie zmeny pomáha pripraviť ľudí na novú situáciu, pochopiť jej dôvody a zvládnuť prechod bez zbytočného odporu.

1 deň

Účastníci získajú praktické postupy, ako komunikovať zmeny, pracovať s reakciami tímu a udržať motiváciu ľudí počas celého procesu.

05

## Tímová práca

Tímová práca posilňuje spoluprácu, jasnú komunikáciu a porozumenie rolí, aby tím fungoval efektívne a ťahal jedným smerom.

2 dni

Účastníci získajú praktické tipy, ako budovať dôveru, riešiť drobné napätia a podporovať prostredie, v ktorom sa ľudia navzájom dopĺňajú.

# Sebarozvoj

01

## Sebapoznanie a sebamotivácia

Sebapoznanie pomáha odhaliť vlastné talenty, silné stránky a to, čo nám prirodzene ide, aby sme vedeli lepšie využiť svoj potenciál.

1 deň

Účastníci získajú jednoduché nástroje na zvyšovanie sebamotivácie a na hľadanie smeru, ktorý podporí ich rozvoj aj celkovú spokojnosť.

02

## Work-life balance

Work-life balance pomáha nájsť udržateľný rytmus medzi prácou a súkromím, aby energia, zdravie aj výkon zostali v rovnováhe.

1 deň

Účastníci sa naučia jednoduché postupy, ako pracovať s prioritami, hranicami a regeneráciou, aby dlhodobo fungovali spokojne ako aj efektívne.

03

## Vystúpenie z komfortnej zóny

Vystúpenie z komfortnej zóny pomáha prekonať vnútorné limity a otvoriť sa novým skúsenostiam, ktoré podporujú osobný aj pracovný rast.

1 deň

Účastníci získajú praktické kroky, ako bezpečne skúšať nové prístupy, pracovať s obavami a budovať väčšiu sebadôveru v náročných situáciách.

04

## Sila prítomnosti

Sila prítomnosti pomáha zastaviť autopilota, vnímať, čo sa skutočne deje „tu a teraz“, a reagovať pokojnejšie a vedomejšie.

1 deň

Účastníci získajú jednoduché techniky, ako sa rýchlo uzemniť, zvýšiť pozornosť a priniesť do komunikácie aj práce viac jasnosti a kludu.

05

## Rozvoj EQ

Rozvoj emočnej inteligencie pomáha lepšie porozumieť vlastným emóciám aj reakciám druhých a vytvárať kvalitnejšie vzťahy.

1 deň

Účastníci získajú jednoduché nástroje, ako pracovať s emóciami vedome, zvládať náročné situácie a komunikovať s väčším nadhľadom a empatiou.