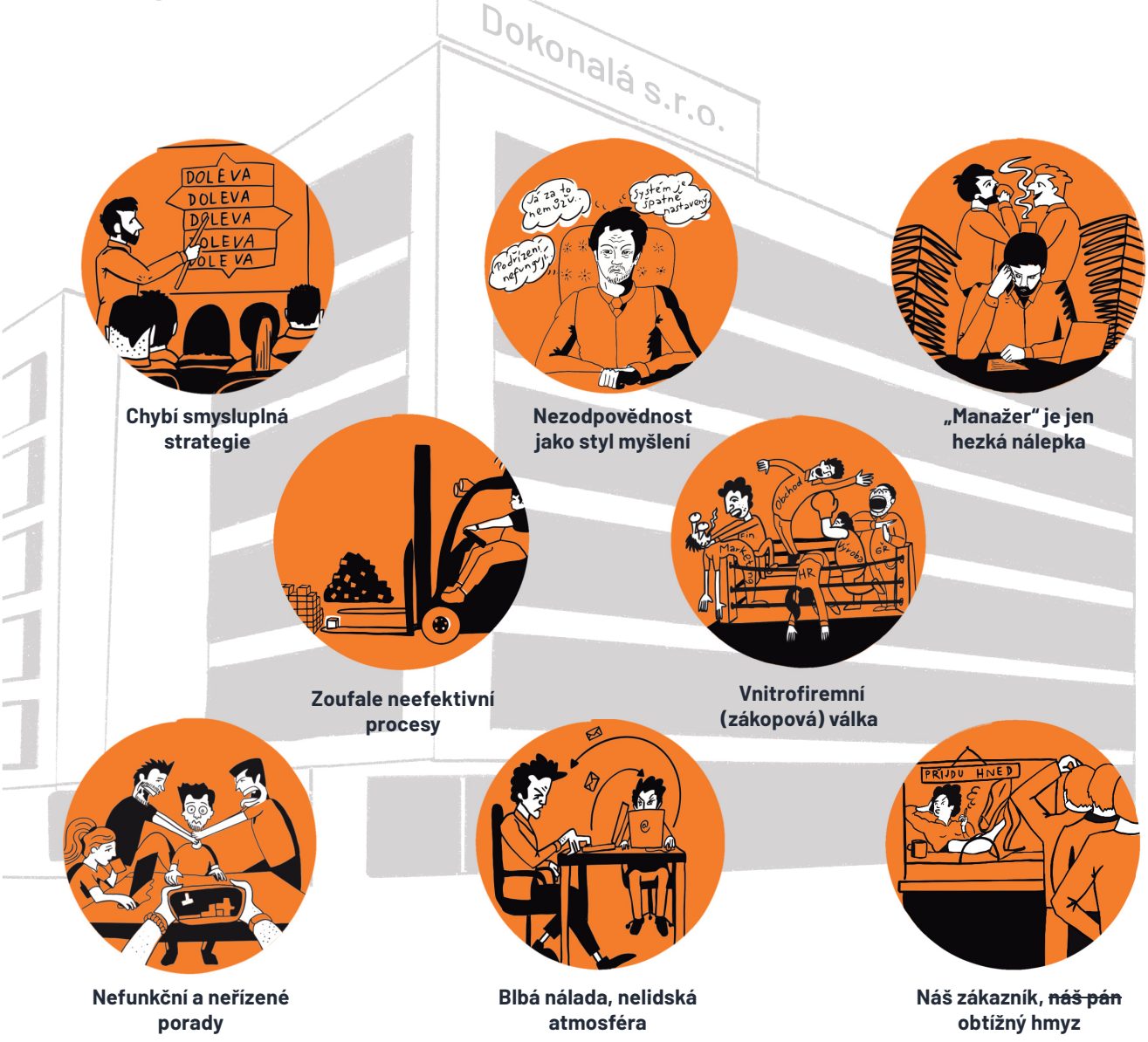
extima

MĚNÍME MANAŽERSKÝ SVĚT

Od roku 1996 pomáháme měnit myšlení majitelům firem a vysoce postaveným manažerům k lepšímu vedení podřízených i sebe samých.

JE TOHLE VAŠE FIRMA?



Chybí smysluplná strategie

Nezodpovědnost jako styl myšlení

„Manažer" je jen hezká nálepka

Zoufale neefektivní procesy

Vnitrofiremní (zákopová) válka

Nefunkční a neřízené porady

Blbá nálada, nelidská atmosféra

Náš zákazník, ~~náš pán~~ obtížný hmyz

UMÍME TO JINAK

PROJEKTY ŠITÉ NA MÍRU

Od návrhu přes realizaci a ještě dál

- → Změnové projekty
- → Rozvojové projekty
- → Vzdělávací projekty

VÝSLEDEK

- → Smysluplná strategie
- → Manažerské řízení
- → Efektivní procesy
- → Funkční porady
- → Převzetí odpovědnosti
- → Vztahy a koalice
- → Firemní spolupráce
- → Proaktivní zákaznický servis

- → Spokojení zaměstnanci
- → Spokojený majitel

SYSTEMICKÝ VÝCVIKOVÝ PROGRAM I. ROČNÍK

Ucelený systém pro řízení, vedení a rozvoj lidí a organizací.

SYSTEMICKÝ ZNAMENÁ...

Systemickým myšlením rozumíme způsob přemýšlení, který se vyznačuje vysokou komplexitou. To znamená, že v každém okamžiku jsme schopni zvažovat všechny možné varianty nějaké situace, nějakého řešení a neuzavíráme se do jedné či několika málo alternativ. Vnímáme život a svět v celé jeho komplexnosti, umíme ho nezjednodušovat na jednu víru, teorii, pravdu, pohled... Jsme schopni rozlišovat naše vidění od vidění jiných (i naše vidění teď od našich vidění před i potom) a všem viděním dávat stejnou hodnotu, jako má momentální naše. Také to znamená, že umíme přemýšlet i tak, jak jsme přemýšleli dosud – nejsme ale odkázáni jen na tento způsob přemýšlení, volíme ho, kdy je to užitečné.

Systemickým jednáním označujeme způsob zacházení se sebou samým a s ostatními, který je partnerský, respektuplný, podněcující a současně náročný, otevřený a přímý. Umíme volit mezi vedením člověka k cílům, které považujeme za užitečné nebo nutné a mezi účinnou podporou člověka k tomu, aby si našel sám své cíle a uměl k nim dojít. Při rozvoji systemického jednání nevyměňujeme staré – špatné chování za nové – lepší. Původní chování si ponecháváme a podstatně ho rozšiřujeme, abychom si v každé situaci mohli vybírat z mnoha alternativ, co a jak udělat. Tak zvyšujeme účinnost svého jednání volbou užitečnější cesty.

PRO KOHO JE VÝCVIK URČEN

Výcvik o délce 1-3 roky ve skupině do devíti účastníků je určen pro majitele firem, investory, management, vedoucí, personalisty a pracovníky, kteří organizují práci a řídí další lidi. Také pro kouče, poradce, obchodníky a marketingové specialisty, trenéry a lektory, rodiče, všechny, kdo nějak pracují či chtějí pracovat s lidmi.

Systemický výcvik je koncipován jako sebezkušenostní, postavený na práci s vlastní filosofií, paradigmaty, myšlenkovými modely – na jejich zkoumání, rozšiřování a optimalizaci. Teprve na základ reflexe vlastního myšlení navazují jednotlivé metodické postupy a techniky.

OBECNÁ CHARAKTERISTIKA – I. ROČNÍK

První ročník představuje úvodní část uceleného systému pro řízení, vedení a rozvoj lidí a společností. Je univerzální, v rámci dalších ročníků si účastníci volí aplikační oblast, kam se budou specializovat:

- **Management** – kvalifikace k řízení lidí, týmů a firem

  Veďte lidi k partnerství, týmovému myšlení, samostatnosti a iniciativnosti, k potřebě být kompetentní a unést i značnou zodpovědnost. Buďte otevření, přímí a velmi nároční, hodně tlačte na výkon a výsledky a dosahujte jich, aniž by se lidé okolo vás přestali cítit bezpečně.

- **Koučování a poradenství** – kvalifikace k profesionálnímu koučování

  Univerzální využití systemického přístupu. Rozvíjejte jednotlivce, páry a skupiny, podporujte a pomáhejte jim při dosahování vlastních i zadaných cílů nebo při řešení problémů. Rychlý, efektivní a příjemný způsob využitelný tam, kde tradiční přístupy selhávají.

- **Obchod a marketing** – profesionalizace businessového myšlení a chování

  Ucelený systém řízení lidí a obchodu. Vytvářejte a udržujte dlouhodobé a hluboké obchodní vztahy, aktivně rozpoznávejte potřeby zákazníků a trhu a účinně ovlivňujte vznik potřeb nových. Optimalizujte obchodní procesy. A celé to – klidně i v krizi – prodejte.

- **Výchova a vzdělávání** – pedagogický, andragogický a rodičovský postgraduál

  Účinně a zajímavě předávejte dětem, studentům i dospělým znalosti, dovednosti, zkušenosti i principy myšlení. Představujte svět tak, aby byl pro ostatní co nejpoužitelnější. Vytvářejte s ostatními partnerské vztahy s jasně stanovenými hranicemi. Propojujte teorii s praxí.

- **Sebeřízení a komunikace** – akcelerace rozvoje osobnosti

  Účinně rozvíjejte a měňte sebe sama, zároveň se mějte rádi a šiřte pohodu také kolem sebe. Rozvíjejte sebeorganizaci a sebeřízení. Rozviňte aktivní přístup k životu, podpořte svou sebejistotu, nezávislost a samostatnost ve všech oblastech života.

- **Supervize** – kvalifikace k provádění profesionální systemické supervize

  Pomáhejte špičkovým profesionálům, aby byli ještě lepší. Aktivizujte jejich zdroje a potenciál a umožňujte jim, aby si nacházeli nové, užitečnější cesty a překonávali překážky. To vše i v případě, kdy nejste experty na daný profesní obor (vyžaduje pětileté studium).

- **Terapie** – kvalifikace k provádění profesionální systemické psychoterapie

  Zvládněte terapeuticky sami sebe a udělejte si ve svém životě pořádek. Pomáhejte jednotlivcům, párům i rodinám s jejich osobními, vztahovými a rodinnými problémy. Doprovázejte je v těžkých životních situacích, pomáhejte překonat krize (vyžaduje pětileté studium).

- **Sociální systémy** – účinné ovlivňování firem, organizací a rodin

  Komplexní systémy si zaslouží komplexní přístup. Zvládněte transformace firem, optimalizace procesů, ladění rodinného soužití. Podporujte a akcelerujte žádoucí změny, dělejte takové zásahy, které budou mít prokazatelný a dlouhodobý efekt (vyžaduje pětileté studium).

VÝSTUPY I. ROČNÍKU VÝCVIKU

Absolvent umí využívat systemické myšlení a jednání ve standardních i krizových situacích v rámci své profese, koučovat s jednotlivcem, pracovat s organizací jako se systémem, orientovat se v tomto systému a vytvářet personální projekty.

Výstupy vzhledem k **osobnostnímu rozvoji**:

- Zvýšení si sebevědomí (sebeúcty).
- Poznání se a schopnost účinně rozvíjet a měnit sebe sama, získat tak trvalou konkurenční výhodu.
- Užitečné plánování seberozvoje a aktivní vytváření svého dalšího života.
- Porozumění mezilidským vztahům a problémům a schopnost je řešit; práce s lidmi okolo sebe natolik účinně, že ze sebe dostanou mnohem víc, než jsme si vůbec uměli představit; efektivnější komunikace s druhými i sám se sebou.
- Schopnost nebát se problémů (naopak je využívat k dalšímu růstu), umět pozitivně myslet a jednat.
- Zachování operativního myšlení, rozvoj myšlení systémového a strategického.
- Zlepšení sebereflexe (přemýšlení o tom, co, proč a jak dělám, zda je to to nejužitečnější a co nebo jak by mohlo být užitečnější).
- Zásadní rozvoj sebeorganizace (efektivní využívání času, schopnost vybrat si ze života „to důležité“, maximální využívání vlastních možností, zvládání stresu atd.).

Výstupy vzhledem k **organizaci**:

- Zvýšení kvalifikace k řízení lidí (na úrovni bakalářského vzdělání).
- Zvýšení univerzální kvalifikace v rámci celofiremní praxe (umět pomáhat a/nebo zasahovat všude tam, kde to společnost potřebuje, a prakticky v čemkoliv, co společnost potřebuje).
- Rozvoj manažerských dovedností v práci s podřízenými (strategické manažerské rozhovory).
- Účinné dosahování výsledků (tlak na výkon, aniž by se lidé přestali cítit bezpečně). Podpora a pomoc při plánování a zavádění jakýchkoliv změn (vytváření či vyjednávání žádoucích cílů a jejich naplňování prostřednictvím jednotlivců nebo skupin).
- Optimalizace firemních procesů (zavádění dodavatelsko-odběratelských vztahů).
- Krizové řízení (přímé řízení, práce s nedostatkem zdrojů, překonání krize).
- Účinné (v praxi prokazatelně funguje), etické (k člověku respektuplné) a estetické („pěkné“) řešení problémů a výzev.
- Zvyšování kompetentnosti pracovníků (rozvoj schopností a dovedností, zavádění profesiogramů a kariérových plánů).
- Profesionální (odborný) a lidský (osobnostní) rozvoj pracovníků, aktivizace zdrojů a potenciálu.
- Využívání individuálního systemického koučování (jak ve standardních, tak v krizových situacích).

KONCEPCE A STRUKTURA VÝCVIKU

Výcvik je tvořen třemi ročníky, které lze absolvovat samostatně. Absolvováním úplného Systemického výcvikového programu je profesionál oprávněn svoji práci nazývat systemickou a využívat ji i komerčně.

Celý program, který je nutný k tomu, aby profesionál zvládl v plném rozsahu systemickou filosofii, teorii, metodologii a praxi, trvá tři roky a obsahuje nejméně 510 hodin ve třech samostatných ročnících po nejméně 170 hodinách.

Každý ročník obsahuje čtyřměsíční výcvikový semestr (3 třídenní výcviková soustředění ve dvouměsíčních intervalech, mezi nimiž jsou dvě desetihodinová setkání – skupinové praxe) a šestiměsíční supervizní semestr (3 dvoudenní skupinové supervize ve dvouměsíčních intervalech).

První ročník je rozšířen o e-program doplňující soft-skills techniky pro zacházení s druhými lidmi.

Po absolvování prvního ročníku účastníci zvládají základy systemické práce s jednotlivci, po druhém ročníku práci s malou skupinou a po třetím ročníku kompletní práci s jednotlivci a skupinami a základní orientaci v sociálních systémech (firma, rodina...). Po prvním ročníku lze program ukončit nebo pokračovat dál do ročníku druhého a třetího. Pro zájemce o další rozvoj jsou připraveny dvouleté nadstavbové moduly.

ORGANIZACE VÝCVIKU

Výcvikový program probíhá v některém z prověřených a osvědčených rodinných penzionů v okolí Prahy. Upřesňující informace o místě konání jednotlivých soustředění jsou účastníkům rozesílány vždy cca 14 dní před konkrétním soustředěním. Harmonogram je následující:

- Výcviková soustředění (32 hodin): první den 10:00-23:00, druhý den 9:00-23:00, třetí den 9:00-14:00
- Supervizní soustředění (18 hodin): první den 10:00-23:00, druhý den 9:00-14:00

OBSAH VÝCVIKU

- 1. soustředění: **Systemická filosofie**

  Přednášky a semináře (24 hodin): komplexní filosofické základy systemického myšlení (objektivismus a konstruktivismus), systemické teorie (obecná systémová teorie, teorie komunikace, kybernetika II. řádu, teorie autopoiézy, teorie živých a sociálních systémů apod.), model systemické práce (kontrola a pomoc, vyšší kontrolní rámec, sebereflexe). Cvičení (8 hodin): reflektování, zahajování pomoci, cíle a cesty změn u lidí.

- 2. soustředění: **Systemická praxe – pomoc**

  Přednášky a semináře (16 hod.): metodika pomáhajícího rozhovoru: podnět, žádost, objednávka a zakázka; různé kontexty objednávek, osobnost, problém, kritika, škálování a reflektování v práci s lidmi, večerní filosofické semináře. Cvičení (16 hodin): rozvíjení pomoci.

- 3. soustředění: **Systemická praxe – kontrola**

  Přednášky a semináře (16 hodin): druhy kontroly a pomoci, realizace zakázky, úvodní a závěrečná intervence, metodika sebereflexe, večerní filosofické semináře. Cvičení (16 hodin): profesionální kontrola a pomáhání.

- 1. a 2. supervize: **Optimalizace praxe**

  Supervizní práce účastníků (18 hodin): rozvojová supervize videozáznamu, písemné kazuistiky nebo „živé práce" účastníků s přivedenými lidmi.

- 3. supervize: **Osvědčující supervize**

  Supervizní práce účastníků (6 hodin): rozvojová supervize videozáznamu, písemné kazuistiky nebo „živé práce" účastníků s přivedenými lidmi. Osvědčující supervize (12 hodin): prokázání zvládnutí předepsaných teoretických a praktických požadavků formou hodnotící supervize videozáznamu a prezentace dosažených změn v kontextu systemické filosofie a praxe.

- E-program: **Techniky a nástroje**

  Součástí Systemického výcviku je také e-program „Úspěšný manažer", který v padesáti videích doplňuje soft-skills techniky využitelné při práci s druhými lidmi (nejen tedy z oblasti manageringu). Videa vás provedou tématy jako např. sebeřízení, time management, vztahy, práce se stresem a s emocemi, týmová práce, rozhodování, motivace, řízení rozvoje atd.

UKONČENÍ VÝCVIKU A AKREDITACE

Výcvikový program pro Extimu realizuje **Institut systemických studií** (vědecké a výcvikové pracoviště), který vydává úspěšným absolventům certifikát garantovaný mezinárodní vědeckou radou Institutu.

V případě Systemického koučování je Systemický výcvikový program plně kompatibilní s požadavky akreditačních systémů The International Coach Federation, The European Mentoring & Coaching Council a České asociace koučů jako vzdělávání pro základní kvalifikační stupeň Akreditovaný kouč.

V případě Systemické terapie (pětileté studium) je Systemický výcvikový program akreditovaný Českou asociací pro psychoterapii dle odborných standardů Evropské asociace pro psychoterapii.

Každý ročník (a celý program) je možné ukončit dvěma způsoby:

- Absolvovat každý výcvikový a supervizní semestr s více jak 85% účastí, zpracovat a obhájit předepsané písemné práce, prokázat zvládnutí předepsaného rozsahu v reálné praxi pod supervizí a získat mezinárodní certifikát Institutu systemických studií pro příslušný ročník nebo pro celý tříletý výcvik.
- Absolvovat příslušný ročník v menším rozsahu než v předchozím odstavci a získat potvrzení společnosti Extima o účasti v části výcviku.

Ukázku mezinárodního certifikátu Institutu systemických studií za absolvování celého programu najdete na webu Institutu systemických studií – www.isystemic.eu.

GARANCE

- Institut systemických studií

  Toto vědecké a výzkumné pracoviště zajišťuje nejvyšší odbornou garanci Extimy – garantuje metodiky všech systemických produktů, realizuje systemické výcvikové programy a akredituje zaměstnance Extimy k profesi systemický kouč, systemický supervizor a systemický terapeut.

- Mezinárodní vědecká rada Institutu systemických studií

  Rada garantuje všechny programy realizované nebo certifikované Institutem. Členy mezinárodní vědecké rady jsou: Imelda McCarthy (Fakulta sociální politiky a sociální práce, University College Dublin, Irsko), Gale Miller (Fakulta sociálních a kulturních věd, Marquette University, Milwaukee, Wisconsin, USA), Ernst Salamon (Psycholog, psychoterapeut a konzultant, Salamon Konsult AB, Stockholm, Švédsko), Arist von Schlippe (Fakulta psychologie a zdravotních věd, University of Osnabrück, prezident Německé systemické společnosti, Berlin, Německo).

- Profesní a odborné organizace

  Klíčoví lidé Extimy se aktivně podílejí na činnosti profesních organizací v oboru, jako např. Česká systemická společnosti, Česká asociace koučů, Mezinárodní federace koučů, Česká asociace pro psychoterapii. Jsme členy i dalších profesních organizací, např. Společnosti pro rodinnou a systemickou terapii, Sexuologické společnosti České lékařské společnosti J. E. Purkyně aj.

- Etický kodex Extimy CZ

  Lidé v Extimě jsou vázáni profesními standardy vyplývajícími z etického kodexu Extimy. Výcvik samotný je modelem systemické práce, to znamená, že supervizoři pracují s účastníky systemicky. To je nezbytný etický předpoklad pro jejich vlastní systemickou praxi.

VÝCVIKEM VÁS PROVEDOU

Martin Chochola

Simona Parmová

Danica Babicová

TERMÍNY AKTUÁLNÍHO I. ROČNÍKU

• 1. soustředění:	21. - 23. května 2025	32 hodin
• 2. soustředění:	02. - 04. července 2025	32 hodin
• 3. soustředění:	10. - 12. září 2025	32 hodin
• 1. supervize:	13. - 14. listopadu 2025	18 hodin
• 2. supervize:	22. - 23. ledna 2026	18 hodin
• 3. supervize	19. - 20. března 2026	18 hodin

PROFIL SPOLEČNOSTI

MĚNÍME MANAŽERSKÝ SVĚT

Od roku 1996 spoluvytváříme standardy manažerského světa. Učíme manažery, jak z podřízených dělat úspěšné, výkonné a motivované lidi. Jsme specialisté na komplexní transformace (změnové projekty) firem a organizací. Věnujeme se rozvojovým, vzdělávacím a poradenským projektům pro podnikání a management.

Nekompromisně vedeme manažery k vysoké efektivitě, ke kvalitním výsledkům a důsledné práci s lidmi. U manažerů zajišťujeme samostatnost, kompetentnost, 100% převzetí zodpovědnosti za výsledky svých podřízených a za odbornost celého týmu.

Od svého vzniku Extima patří mezi průkopníky a hlavní lídry koučování a manageringu na českém a slovenském trhu. Svým přístupem a zkušenostmi s řízením sociálních systémů dosahujeme vysoké účinnosti. Pomáháme lidem zvládat náročné role v práci i v soukromí. Aplikujeme systemický přístup do firem, neziskových organizací, škol i pomáhajících institucí.

Posláním Extimy je být svým zákazníkům partnerem s vysokou odborností. Umíme efektivně a příjemně předat to nejlepší, co je současná věda i praxe schopna nabídnout. Smyslem práce konzultantů Extimy je pomoci lidem a firmám adaptovat se na nové, tvrdší podmínky a požadavky moderní doby.

KONTAKT

Monika Zanášková
Koordinátorka zakázek
+420 732 597 279
info@extima.cz

Danica Babicová
Obchodní ředitelka
+420 608 746 844
babicova@extima.cz

Matěj Linhart
Obchod
+420 724 749 989
linhart@extima.cz

Extima CZ, s.r.o.
www.extima.cz
info@extima.cz
+420 732 597 279

Sídlo: Poběžovická 1481/21, 148 00 Praha 4
Kancelář: Budějovická 1155, 252 42 Jesenice
IČO: 27641023, DIČ: CZ 27641023

LIDÉ V EXTIMĚ

Simona Parmová

Vedení společnosti

Senior konzultant, poradce pro business a management, kouč a supervizor.

Martin Chochola

Odbornost

Senior konzultant, kouč, poradce pro management, supervizor, psycholog a psychoterapeut.

Danica Babicová

Obchod

Senior konzultant, poradce pro business, kouč, psycholog a supervizor.

Petr Hložánek

Strategie

Senior konzultant, kouč pro management, obchod a marketing.

Jana Víchová

Komunikace

Senior konzultant, kouč poradce pro management a komunikaci.

Matěj Linhart

Obchod

Akvizice, account management, péče o zákazníky.

Hana Štěpánová

Office

Řízení odběratelsko-dodavatelských vztahů, backoffice.

Monika Zanášková

Koordinace zakázek

Organizace a koordinace akcí, zákaznická podpora.

PRODUKTY A SLUŽBY EXTIMY

Extima CZ a její konzultanti poskytují zájemcům široké, navzájem provázané a výrazně se podporující produkty a služby. Zde jsou rámcově rozděleny do několika kategorií podle obsahu i formy spolupráce.

Můžete využít:

- **Změnové**, **rozvojové**, **vzdělávací** a další **projekty** jako způsob systémového přístupu k zásadním změnám firem i jako způsob prvotních inspirací a efektivních zásahů. Dlouhodobé projekty zaměřené na změnu myšlení sociálního systému organizace (lidí), která je nezbytná, pokud chce firma trvale dosahovat špičkových výkonů.
- **Individuální** i **skupinové koučování** jako cestu k vyšší osobní kompetenci a lepšímu využití osobního potenciálu (systemické a komplexní koučování).
- Střednědobé a dlouhodobé **výcviky** na úrovni postgraduálního studia, které v rozhodujících oblastech podnikání formují účastníky v profesionály v oblastech manageringu, koučování, obchodu, v komunikaci a ve strategickém businessovém myšlení.
- Moderní **e-programy**: kompletní manažerské soft-skills vzdělání pro vedoucí pracovníky, nadřízené, ředitele, manažery, personalisty, vedoucí, teamleadery a mistry, a dále osobnostní rozvoj pro všechny, kteří na sobě chtějí pracovat.
- Intenzivní **kurzy** a **workshopy** jako způsob získání nových postojů, dovedností a znalostí (ucelená škola Time managementu IV. generace).
- **Poradenství** zaměřené na rychlé a účinné změny, které dnešní způsob práce vyžaduje,
- **Screeningy firemních systémů**, rozvojové systémové a personální audity zaměřené na odhalení zdrojů, potenciálu a rizik využitelné při dalším rozvoji organizace.
- **Rozvojová střediska** (development centra) pro odhalení potenciálu vybraných perspektivních pracovníků a nastartování jejich aktivního rozvoje.
- Systemické **profesiogramy** - popisy pracovních pozic z hlediska odběratelsko-dodavatelských vztahů uvnitř i vně firemního sociálního systému, analýza procesů a pozičních vztahů, vypracování typizovaných pozic a obecných profesiogramů s kvalifikačními požadavky,
- Systemické **kariérové plány** - reflexe a tvorba plánů profesionálního a pozičního růstu pracovníků nejméně na tři roky, může sloužit k plánování lidských zdrojů zákazníka ve střednědobé strategii 3-5 let.
- Nedílnou součástí Extimy je také systemická **poradna pro osobní**, **vztahové** a **rodinné záležitosti**, která doplňuje poradenské zaměření speciálními službami zaměřenými na problémy soukromého charakteru.

REFERENCE

Deloitte.

Diakonie
Českobratrské církve evangelické

Digiteq
Automotive

duhovka
group

FOXCONN®

GARTAL

GENERALI
ČESKÁ POJIŠŤOVNA

GT Energy
green technology

IKONIX

JIPOCAR

jrd
STAVÍME
ZDRAVÉ DOMOVY

KION
GROUP

Koupelny
SYROVÝ

LEGO

MENHART
REAL ESTATE MARKETING

METTLER TOLEDO

Mountfield

Nobilis Tilia

nu
NEWTON
UNIVERSITY

parketcentrum

RESPILON

RSJ

SALVUS

SeneCura
ŽIVOT POKRAČUJE S NÁMI

SEZNAM

Schäfer-Menk
ČESKÁ REPUBLIKA

SKF

SolidSun
člen skupiny Ekocesta

ST Consult®

SVO
&KO

SVOBODA
&PRUCHA

SYMBIO

Taste

TRD

žaluzieee
by Demaxia

© Extima CZ, s.r.o., www.extima.cz