



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?

Dokonalá s.r.o.



**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 II. 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

Druhý ročník Systemického výcvikového programu se odehrává ve skupině do deseti účastníků a je určen všem absolventům ročníku prvního, kteří chtějí své systemické dovednosti dále rozvíjet – vedle individuální práce také při práci s malou skupinou (do šesti účastníků), více využívat systémových a systemických věd ve vlastním myšlení a životním stylu, pochopit teorie systemických vztahů a rozvoje v organizacích a rodinách a namísto uplatňování „metodiky rozhovoru“ začít skutečně v praxi využívat systemické myšlení.



## OBEČNÁ CHARAKTERISTIKA

Pokračování Systemického výcvikového programu opouští bezpečné vody metodiky a zaměřuje se na práci s principy a smysly, tak, aby konkrétní techniky nebyly cílem, ale skutečně jen nástrojem, který si systemik pečlivě vybírá podle situace, partnera a dlouhodobých cílů. Anebo si vymýšlí techniky svoje – originální, jedinečné, šité na míru.

Rozšiřujeme práci s jednotlivcem o práci s malou skupinou – vítané zpestření pro manažery, rodiče s více dětmi, lektory a obchodníky, zkrátka všude tam, kde pro naplnění jedné objednávky zadavatele musí spolupracovat více lidí.

Jdeme do precizace vyjednávání a tvorby objednávky zadavatele v kontextu celého sociálního systému – systemiky čeká vzhled do skutečně komplexního, systémového a strategického myšlení.

V neposlední řadě otevíráme téma sebezodpovědnosti – kdy a za co jsme v životě zodpovědní, kdy a za co ještě ne, ale chtěli bychom, a kde naopak nechceme – a jak to celé zvládat.

A k tomu hromada moderních nástrojů pro systémové řízení a rozvoj lidí, které jsme vám lehce nastínili v prváku...

## VÝSTUPY II. ROČNÍKU VÝCVIKU

Druhý ročník se zaměřuje na změnu myšlení (životní filosofie, rozšíření myšlenkového nastavení a teorií) a růst osobnostních kompetencí, které se projevují výraznými změnami nejen pracovního chování, ale celého životního stylu.

Druhý ročník je rámován čtyřmi smysly, v rámci kterých si účastníci na začátku definují a posléze naplňují vlastní konkrétní výstupy. Těmito smysly jsou:

- Přejít od využívání naučených technik a postupů k přemýšlení a práci s **principy a smysly**, na kterých systemická práce stojí.
- Vedle individuální systemické práce také **systemická práce s malou skupinou**, s dobrým rozmyslem, co se kde hodí.
- Dokončení práce s fenoménem **objednávky zadavatele** – schopnost ji v nadstandardní kvalitě vyjednat, definovat a on-line upravovat, a to jak v žádostním, tak v kontrolních tvarech.
- **Sebezodpovědnost**, schopnost skutečně vzít svůj život do vlastních rukou v definovaných oblastech života a vytvoření zvládacích mechanismů tam, kde se systemik rozhodne zodpovědnost (zatím) nepřevzít.



## SPECIALIZACE ÚČASTNÍKŮ

Druhý ročník představuje prostřední část uceleného systému pro řízení, vedení a rozvoj lidí a společnosti. Účastníci volí aplikační oblast, ve které se v rámci druhého ročníku výcviku budou specializovat:

- **Management** – kvalifikace k řízení lidí, týmů a firem  
Vedte 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. Propojte teorii s praxí.
- **Sebeřízení a komunikace** – akcelerace rozvoje osobnosti  
Účinně rozvíjejte a měňte sebe sama, zároveň se mějte rádi a šířte pohodu také kolem sebe. Rozvíjejte sebeorganizaci a sebeřízení. Rozvíňte 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).



## 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 třídní výcviková soustředění ve dvouměsíčních intervalech, mezi nimiž jsou dvě desetihodinová setkání – skupinové praxe) a šestměsíční supervizní semestr (3 dvoudenní skupinové supervize ve dvouměsíčních intervalech).

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 druhém ročníku lze program ukončit nebo pokračovat dál do ročníku 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 rozepisovány 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: **Smysly a principy, systemická práce se skupinou**

Přednášky a semináře (12 hodin): od postupů k principu, model a zásady práce s malou skupinou, sebereflexe ve skupinové práci, struktura objednávek zadavatele, specifická objednávka zadavatele, systemický případ. Cvičení (20 hodin): trénink skupinových systemických rozhovorů, trénink systemického myšlení (myšlení ve smyslech, principech, teoriích).

- 2. soustředění: **Objednávka zadavatele**

Přednášky a semináře (12 hodin): práce s potřebami, procesy a s kvalitou v organizaci, systemický profesiogram a odběratelsko-dodavatelské vztahy, úvod do systemické teorie organizací (typy řízení, procesy, strategie, mikro a makro-prostředí), systemicky řízená organizace, falešné objednávky, reflektující tým. Cvičení (20 hodin): trénink vyjednávání a tvorby objednávek zadavatele, trénink skupinových systemických rozhovorů.

- 3. soustředění: **Sebezodpovědnost**

Nestrukturovaná část – obsah dle potřeb a zájmu skupiny. Semináře a cvičení (32 hodin): např. efekty systemické práce, typy manažerů, strategie a strategický rámec organizací, systemický kariérogram...

- 1. a 2. supervize: **Supervize**

Supervizní práce účastníků (18 hodin): rozvojová supervize systemických případů, popř. videozáznamu nebo „živé práce“ účastníků.

- 3. supervize: **Osvědčující supervize**

Supervizní práce účastníků (6 hodin): rozvojová supervize systemických případů, popř. videozáznamu nebo „živé práce“ účastníků. Osvědčující supervize (12 hodin): prokázání zvládnutí předepsaných teoretických a praktických požadavků formou prezentace dosažených změn v kontextu systemické filosofie a praxe.

## 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 aplikační oblasti Systemické koučování je Systemický výcvikový program plně kompatibilní s požadavky akreditačních systémů České asociace koučů, The International Coach Federation, The European Mentoring & Coaching Council a jako vzdělávání pro 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](http://www.isystemic.eu).

## GARANANCE

- 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).

- Profesionální a odborné organizace

Klíčoví lidé Extimy se aktivně podílejí na činnosti profesních organizací v oboru, jako např. Česká systemická společnost, 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





## TERMÍNY AKTUÁLNÍHO II. ROČNÍKU

- 1. soustředění: 04. – 06. prosince 2024 32 hodin
- 2. soustředění: 12. – 14. února 2025 32 hodin
- 3. soustředění: 23. – 25. dubna 2025 32 hodin
- 1. supervize: 26. – 27. června 2025 18 hodin
- 2. supervize: 11. – 12. září 2025 18 hodin
- 3. supervize 13. – 14. listopadu 2025 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**   
Českokobratrské církve evangelické

 **Digitel  
Automotive**

**DOBŘÁ**  
REALITKA

 **duhovka  
group**

**FOXCONN®**

  
**GENERALI**  
ČESKÁ POJIŠTOVNA

**JIPOCAR**  
TRANSPORTS

 **jrd** STAVÍME  
ZDRAVÉ DOMOVY

**KION**<sup>+</sup>  
GROUP

Koupelny  
**SYROVÝ**

**LEGO**

 **Livingston**  
ZÁKLADNÍ ŠKOLA

**MENHART**  
REAL ESTATE MARKETING

  
**METTLER TOLEDO**

**Mountfield**

  
Newton  
UNIVERSITY

**NU**  
NEWTON  
UNIVERSITY

 **parketcentrum**

**RESPILON**<sup>®</sup>

**RSJ**

  
**SALVUS**

**SEZNAM**

**SKF**

  
**SolidSun**  
člen skupiny Ekocesta

**ST&Consult®**

 **SYMBIO**

**TRAD**

