



# Training Portfolio I Tréningové Portfolio

2026



# About our Trainings | O našich Tréningoch

*Our training programs are designed for both Leaders and Team Members. Each session can be customized based on the organization's goals, team maturity, and desired outcomes.*

*Training formats range from short 1-hour inspiration sessions to full-day workshops and multi-day development programs.*

Our sessions are highly interactive and include:

- Group discussions
- Practical exercises
- Simulations and role plays
- Case studies
- Reflection activities
- Action planning

*Naše tréningové programy sú určené pre lídrov aj členov tímov. Každý tréning vieme prispôbiť cieľom organizácie, úrovni tímu a očakávaným výsledkom.*

*Formáty tréningov sú flexibilné — od krátkych 1-hodinových inšpiračných session až po celodenné workshopy a viacdňové rozvojové programy.*

Naše tréningy sú vysoko interaktívne a zahŕňajú:

- Skupinové diskusie
- Praktické cvičenia
- Simulácie a role-play aktivity
- Prípadové štúdie
- Reflexiu a spätnú väzbu
- Akčné plánovanie

# Core Training topics | Kľúčové Tréningové témy

## □ Teaming / Team Work | Tímová spolupráca

Strengthening collaboration, trust, accountability and team dynamics to improve overall team performance.

Posilnenie spolupráce, dôvery, zodpovednosti a tímovej dynamiky s cieľom zlepšiť výkon tímu.

## □ Coaching Basics | Základy coachingu

Introduction to coaching mindset, active listening, powerful questions and supporting employee growth.

Úvod do coachingového prístupu, aktívneho počúvania, silných otázok a podpory rozvoja zamestnancov.

## □ Delegation | Delegovanie

Learning how to delegate effectively, empower employees and increase ownership within teams.

Ako efektívne delegovať úlohy, posilňovať samostatnosť zamestnancov a budovať zodpovednosť v tímoch.

## □ Feedback | Spätná väzba

Developing a feedback culture through constructive communication and practical feedback techniques.

Budovanie kultúry spätnej väzby prostredníctvom konštruktívnej komunikácie a praktických techník.

## □ Motivation | Motivácia

Understanding intrinsic and extrinsic motivation and how leaders can inspire engagement and performance.

Pochopenie vnútornej a vonkajšej motivácie a spôsobov, ako lídri podporujú angažovanosť a výkon.

# Core Training topics | Kľúčové Tréningové témy

## □ Time Management | Time manažment

Practical tools and techniques for prioritization, focus, planning and productivity.

Praktické nástroje a techniky pre prioritizáciu, sústredenie, plánovanie a efektívne riadenie času.

## □ Presentation Skills | Prezentačné zručnosti

Building confidence in public speaking, storytelling and impactful presentations.

Rozvoj sebavedomia pri prezentovaní, storytellingu a tvorbe presvedčivých prezentácií.

## □ Assertive Communication | Asertívna komunikácia

Communicating clearly, respectfully and confidently in challenging situations.

Jasná, rešpektujúca a sebavedomá komunikácia aj v náročných situáciách.

## □ Conflict Resolution | Riešenie konfliktov

Understanding conflict dynamics and applying practical approaches to resolve tensions effectively.

Pochopenie dynamiky konfliktov a využitie praktických prístupov na efektívne riešenie napätia.

## □ Effective Communication | Efektívna komunikácia

Improving communication clarity, listening skills and collaboration across teams.

Zlepšenie jasnosti komunikácie, aktívneho počúvania a spolupráce naprieč tímami.

## □ Goal Setting | Stanovovanie cieľov

Setting meaningful and measurable goals aligned with business priorities.

Nastavovanie zmysluplných a merateľných cieľov v súlade s biznis prioritami.

# Core Training topics | Kľúčové Tréningové témy

## ❑ Problem Solving | Riešenie problémov

Structured approaches to identifying root causes, decision-making and solution generation.

Štruktúrované prístupy k identifikácii príčin problémov, rozhodovaniu a tvorbe riešení.

## ❑ Leading Team Meetings – Face to Face | Vedenie tímových meetingov – osobne

Techniques for leading engaging, productive and well-structured in-person team meetings.

Techniky efektívneho vedenia osobných tímových meetingov s dôrazom na zapojenie a produktivitu.

## ❑ Leading Team Meetings – Virtually | Vedenie tímových meetingov – virtuálne

Best practices for facilitating virtual meetings, collaboration and remote team engagement.

Najlepšie postupy pre facilitáciu virtuálnych meetingov, spoluprácu a zapojenie remote tímov.

## ❑ Visio Basics | Základy Visio

Introduction to process visualization and creating professional process maps in Microsoft Visio.

Úvod do vizualizácie procesov a tvorby profesionálnych procesných máp v Microsoft Visio.

## ❑ Building Business Case | Tvorba business case

Learning how to structure, present and justify business initiatives and improvement ideas.

Ako pripraviť, prezentovať a obhájiť business iniciatívy a návrhy na zlepšenie.

# Core Training topics | Kľúčové Tréningové témy

## □ **Managing Stakeholders | Stakeholder management**

Identifying stakeholders, managing expectations and building strong working relationships.

Identifikácia stakeholderov, riadenie očakávaní a budovanie kvalitných pracovných vzťahov.

## □ **Negotiation Skills | Vyjednávacie zručnosti**

Practical negotiation techniques for achieving win-win outcomes and managing difficult conversations.

Praktické vyjednávacie techniky pre dosahovanie win-win riešení a zvládanie náročných rozhovorov.

# Leadership Portfolio | Leadership Portfólio

## ❑ Talent Management – 1 Day | Talent manažment – 1 deň

Identifying, developing and retaining talent to support long-term organizational success.

Identifikácia, rozvoj a udržanie talentov pre dlhodobý úspech organizácie.

## ❑ Building Your Own Strategy – 1 Day | Tvorba vlastnej stratégie – 1 deň

Practical workshop focused on strategic thinking, priorities and action planning.

Praktický workshop zameraný na strategické myslenie, priority a plánovanie konkrétnych krokov.

## Leadership Development Program | Program rozvoja lídrov

### 4-Day Development Journey | 4-dňový rozvojový program

A comprehensive leadership journey focused on leading self, teams and business transformation.

Komplexný leadership program zameraný na vedenie seba, tímov a biznis transformácie.

### Modules | Moduly:

- ❑ Leading Business | Vedenie biznisu
- ❑ Leading Change | Vedenie zmeny
- ❑ Leading Teams | Vedenie tímov
- ❑ Leading Individuals | Vedenie jednotlivcov

# Workshop Facilitation | Facilitované Workshopy

*Interactive workshops designed to support collaboration, innovation and strategic alignment.  
Interaktívne workshopy navrhnuté na podporu spolupráce, inovácií a strategického zosúladenia.*

## Topics | Témy

### □ Design Thinking |

Human-centered problem solving focused on customer needs and innovation.

Human-centered prístup k riešeniu problémov zameraný na potreby zákazníka a inovácie.

### □ Strategy Setting or Revisiting | Tvorba alebo revízia stratégie

Facilitated sessions helping teams define priorities, goals and strategic direction.

Facilitačné workshopy pomáhajúce tímom definovať priority, ciele a strategické smerovanie.

### □ Value Stream Mapping | Mapovanie Processov

Visualizing processes to identify inefficiencies, bottlenecks and improvement opportunities.

Vizualizácia procesov s cieľom identifikovať neefektivity, úzke miesta a príležitosti na zlepšenie.

### □ Problem Solving | Riešenie problémov

Structured workshops focused on root-cause analysis and practical solution generation.

Štruktúrované workshopy zamerané na analýzu príčin problémov a tvorbu praktických riešení.

### □ Ideation Sessions | Kreatívne ideation sessions

Creative workshops focused on idea generation, innovation and collaborative thinking.

Kreatívne workshopy zamerané na generovanie nápadov, inovácie a spoločné hľadanie riešení.

# Other topics for Professionals | Ďalšie témy pre Profesionálov

## □ Design Thinking Basics – 1–2 Days | Základy Design Thinkingu – 1–2 dni

Introduction to customer-centric innovation methods and creative problem solving.  
Praktické nástroje pre optimalizáciu procesov, elimináciu plytvania a neustále zlepšovanie.

## □ Agile & Scrum Basics – 1–2 Days | Základy Agile & Scrum – 1–2 dni

Understanding Agile principles, Scrum framework and agile ways of working.  
Pochopenie Agile princípov, Scrum frameworku a agilných spôsobov práce.

## □ Basics of Project Management – 1–2 Days | Základy projektového manažmentu – 1–2 dni

Core project management principles, planning, stakeholder management and execution.  
Základné princípy projektového manažmentu, plánovanie, stakeholder management a realizácia projektov.

## □ Value Stream Mapping (Driving Process Efficiency) – 1–2 Days | Value Stream Mapping (Zvyšovanie procesnej efektivity) – 1–2 dni

Practical tools for process optimization, waste reduction and continuous improvement.  
Praktické nástroje pre optimalizáciu procesov, elimináciu plytvania a neustále zlepšovanie.

# Contact us | Kontaktujte nás



## **Zuzana Bálintová**

*Leadership & Business Trainer*

- ❖ + 421 917 632 037  
zbalintotraining@gmail.com  
www.zbalintotraining.com
- ❖ Medovková 10  
821 07 Bratislava  
Slovakia

