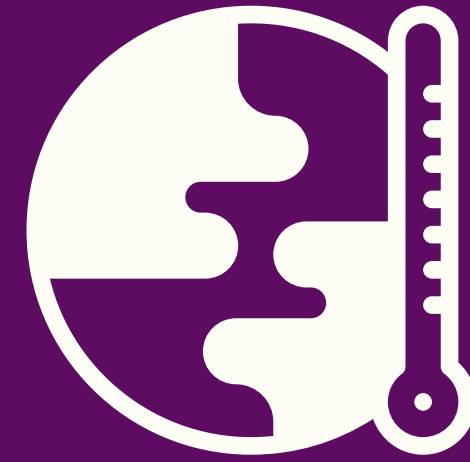


Wellbeing ≠ Wellness:

Ako budovať výkonné a odolné tímy

Zuzana Reľovská
Wellbeing Advisory



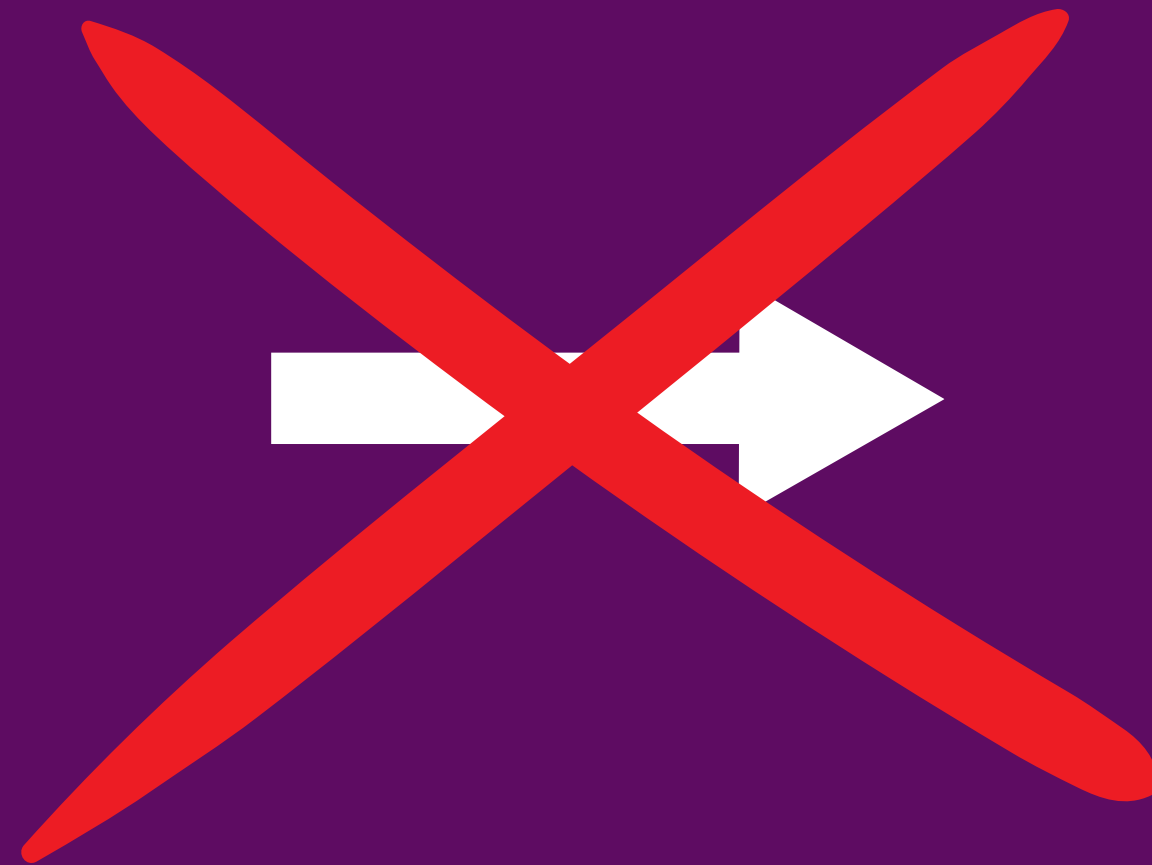


Tradičné Ekonomické Indikátory už nestačia

Tradičné metriky ukazujú čiastočné a neadekvátne hodnotenie pokroku a rozvoja ekonomiky. Takéto hodnotenie považuje rast a bohatstvo za najvyššie priority a sledujeme ich za každú cenu.

Ak chceme vytvoriť udržateľnejšiu a spravodlivejšiu ekonomiku, musíme zvážiť ďalšie faktory. Uspokojovanie sociálnych a environmentálnych potrieb je kľúčové pre rozvoj hospodárstva, ktoré sa zameriava na kvalitu života.

Blahobyt



Blaho

VUCA



VOLATILITY ✓

Premenlivosť, nestálosť ✓



UNCERTAINTY ✓

Neistota, nepredvídateľnosť ✓



COMPLEXITY ✓

Komplexita, komplikovanosť ✓



AMBIGUITY ✓

Nejednoznačnosť ✓



VUCA vs BANI

Volatility - premenlivosť

Brittle - krehký

Uncertainty - neistota

Anxious - úzkosť

Complexity - komplexita

Non-linear - nelineárne, chaotické

Ambiguity - nejednoznačnosť

Incomprehensible - nepochopiteľné

Duševné zdravie na Slovensku

Podľa oficiálnych európskych štatistík
Depression Scorecard (2022) na Slovensku
žije s duševnými problémami až
12 % obyvateľov.

Za posledných 12 mesiacov malo na
Slovensku nejaké emocionálne alebo
psychosociálne problémy (napríklad pocit
depresie alebo úzkosti)
až 42% populácie.



Duševné zdravie na Slovensku (2,1 mld eur)

- 740 mil. eur tvoria priame náklady v zdravotníctve: lieky, hospitalizácie a návštevy lekárov spojené s psychickými poruchami.
- 420 mil. eur predstavujú priame náklady na výdavky na sociálne zabezpečenie.
- 940 mil. eur tvoria nepriame náklady na pracovnom trhu: nezamestnanosť, nižšia produktivita počas pracovnej doby, menej odpracovaných hodín.



Komplexita našich potrieb



Fyzické

Slobodné vyjadrovanie nás samých prostredníctvom našich činov a správania.



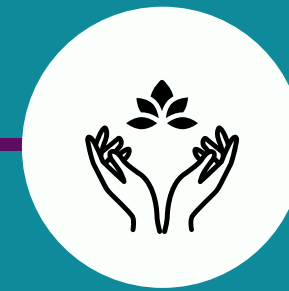
Mentálne

Porozumenie a zlepšovanie našich schopností myslenia.



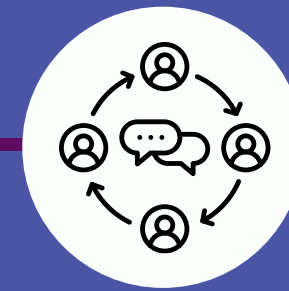
Emočné

Schopnosť porozumieť našim emóciám, lepšie vnímanie seba samého a ľudí okolo nás.



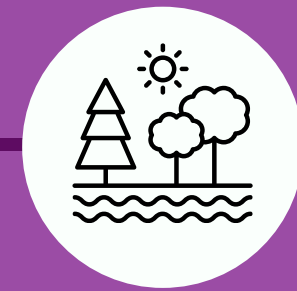
Duchovné

Žiť v súlade s našimi hodnotami a postojmi. Budovať identitu a autenticitu.



Sociálne

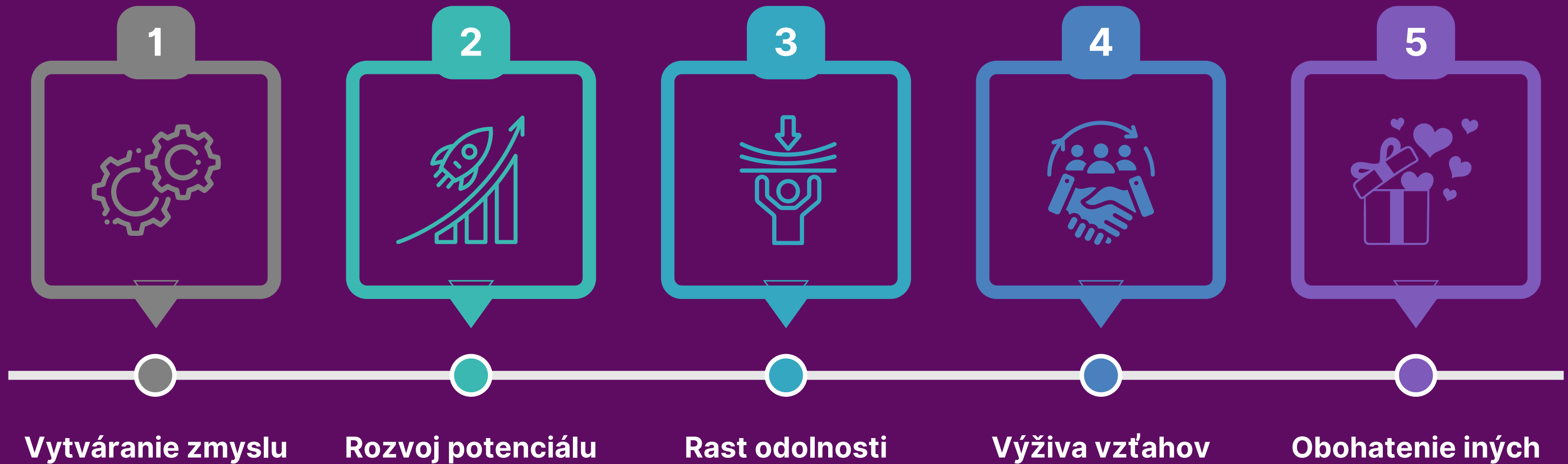
Rozvíjať a udržiavať zdravé vzťahy.



Enviromentálne

Pozitívne pretvárať a kultivovať miesta, kde žijeme, pracujeme a užívame si život.

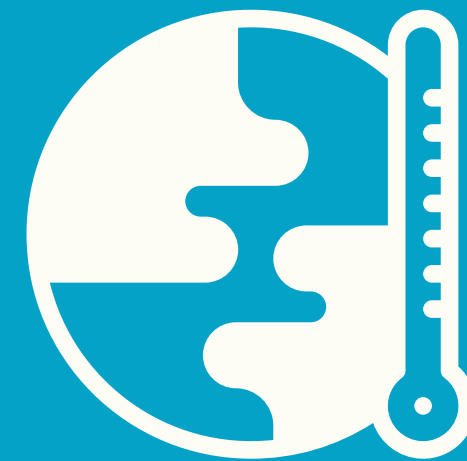
Wellbeing Piliere



Najdôležitejšie oblasti pozitívne vplyvajúce na náš wellbeing .

Workplace Wellbeing

Najdôležitejšou konkurenčnou výhodou, ktorú môže organizácia dosiahnuť, je ZDRAVIE organizácie.



Chytrá vs zdravá firma

STRATÉGIA

Minimum politiky

VÍZIA

Minimum chaosu a zmätku

MARKETING

Vysoká morálka

FINANCIE

Vysoká produktivita

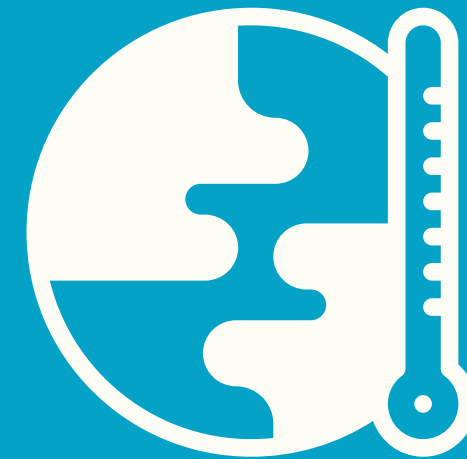
TECHNOLÓGIE

Nízka fluktuácia

Workplace Wellbeing

Väčšina organizácií využíva len zlomok vedomostí, skúseností a intelektuálneho kapitálu, ktorý majú k dispozícii.

Zdravé firmy ho využívajú takmer celý.



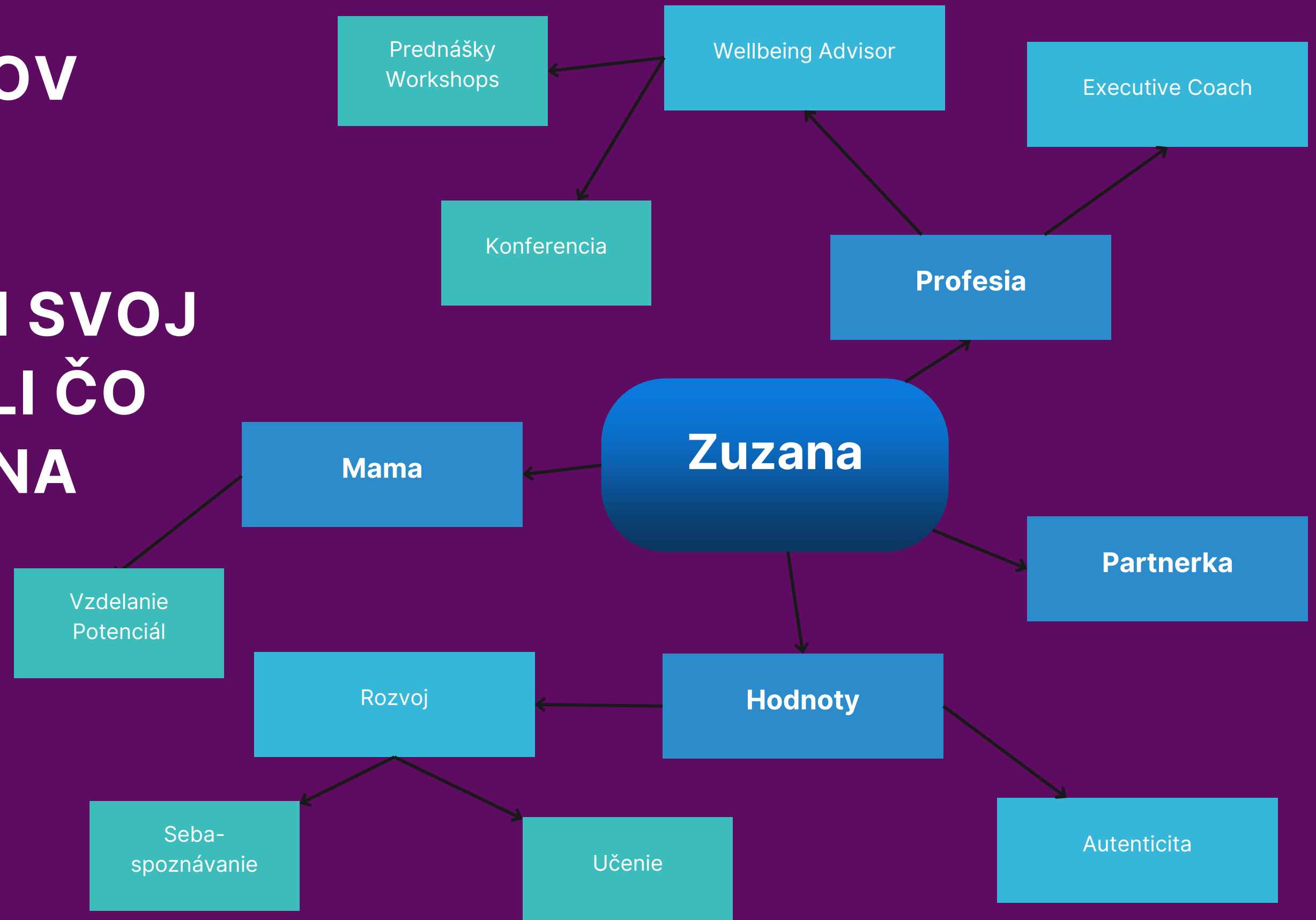


JA CHCEM...
>"ROZVÍJAŤ LÍDROV

ABY...
**>NAPLNO VYUŽILI SVOJ
POTENCIÁL A MALI ČO
NAJLEPŠÍ VPLYV NA
SVOJE OKOLIE"**

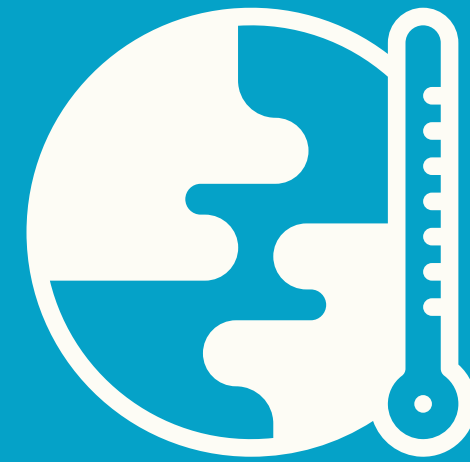
Kto som?

- Akým človekom chcem byť?
- Ako sa tam dostanem?
- Ako viem, že som na dobrej ceste?



Wellbeing

Wellbeing je kombinácia našich
každodenných rozhodnutí
o nás samých,
najmä v náročných obdobiach.



13. november 2025
Hotel Devín Bratislava

Workplace Wellbeing Conference

3. ročník jedinečnej konferencie
o wellbeingu v práci

Lístky v predaji!



Alica Štepánová
Kolárová



Aleš Bednařík



Marián Jelínek



Dragana Smolovic



3. ročník jedinečnej konferencie o wellbeingu v práci

Wellbeing Inside Out

13. november 2025
Hotel Devín, Bratislava

Spoznajte najnovšie výskumy, vhľady a dáta
a inšpirujte sa od TOP odborníkov

Tešia sa na Vás spíkri:

Aleš Bednařík | Miroslava Rychtářechová | Andrej Zatlko
Ivan Sokáč | Lenka Adamciak | Michal Vančo
Alica Štepánová Kolárová | Dragana Smolovic
Igor Franček | Juraj Benetin | Marián Jelínek

Generálny partner:



Organizátori podujatia:



Tešíme sa na Vás na konferencii
#WWCon2025 – *WELLBEING INSIDE OUT*.
Už 13. novembra v hoteli Devín, Bratislava.

Viac detailov a registrácia>>> WWW.WWCONFERENCE.COM

Ďakujem za váš čas a pozornosť

Zuzana Reľovská
Executive Coach & Leadership Consultant
Wellbeing Advisory

Zuzana.relovska@wellbeing-advisory.com
+421 903 259 400

