

Podnikový časopis  
**EKO SVIP**



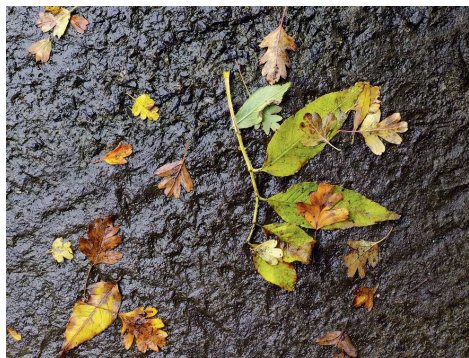
**9-10/2020**

**9. ročník  
31.10.2020**



## OBSAH 9-10/2020

Úvodník	1
Komunikácia	2
Fotogaléria realizovaných stavieb	3-5
Novinky 9-10/2020	6
Záverom	7



*"V jesennom listí nie sme si istí,  
o čo všetko sme  
čakaním na zajtra prišli."*

## ÚVODNÍK 9-10/2020

V kontexte doby, ktorá je príliš rýchla, až chaotická, aj vplyvom nesprávnej komunikácie vedúcich predstaviteľov štátu.

V kontexte diania u nás vo firme, kde informácie veľakrát viaznu na polceste medzi odosielateľom a príjemcom.

Rozhodli sme sa priniesť článok, ktorý by mal byť nápoved'ou ako zlepšenou komunikáciou vylepšiť vzťahy v práci aj v súkromí. Lebo pravda je taká, že sa nevieme spolu rozprávať, že nevieme počúvať s porozumením, že nevieme spolupracovať.

Niektoby povedal, že za to môže zle nastavený systém vzdelávania u nás na Slovensku. Že nás naučili vybrané slová a malú násobilku, ale nikto nás nenaučil ako komunikovať, ako budovať svoje vzťahy.

Niektoby povedal, že je to chyba výchovy. Že naši rodičia tiež všetko riešili hádkami a buchnutím dvier. Lebo tiež im nikto nepovedal ako otvorene hovoriť o svojich pocitoch, ako jasne pomenovať veci, ako chápať a tolerovať, ako súcítiť.

Niektoby povedal, že chyba je v jednotlivcovi. Že sa uzatvárame a odvykli sme si rozprávať sa. Lebo máme sociálne siete a špičkové smartfóny. Tam zdieľame svoj život s ľuďmi, ktorým sme ukradnutí. Namiesto toho, aby sme počúvali aj boli vypočutí tými, ktorým na nás naozaj záleží.

Skúste tipy, ktoré prinášame, aplikovať vo svojej práci aj v súkromí. Dobrá komunikácia je totiž soľou dobrých vzťahov.

V jeseni sa vonku začína skôr stmievať a svet sa zdá byť smutnejší. Ale potom sa stromy oblečú do farieb. A padajúce listie v odleskoch slnečných lúčov dokáže vyčariť úsmev na tvári. A presne tam, v každodenných maličkostiach, v aktívnom prežívaní prítomnej chvíle, je ukryté šťastie.

Ing. Marcela Bujňáková  
šéfredaktorka

## KOMUNIKÁCIA - NÁSTROJ NA ZLEPŠENIE VZŤAHOV

### Komunikácia

Komunikácia všeobecne označuje proces spájania. Komunikácia sú cesty a železnice, ktoré spájajú mestá. Komunikácia je aj rozhovor, ktorý spája ľudí. Komunikácia nie je len o odovzdávaní si informácií. Komunikácia je niečo viac, je to prenos vzájomného porozumenia pomocou symbolov.

Komunikácia je súčasťou ľudskej existencie, je podmienkou sociálneho správania jedincov v sociálnej skupine. Je dôležitým predpokladom pre fungovanie akýchkoľvek vzťahov, aj pre úspešné riadenie či riešenie problémov.

Komunikácia má svoj obsah - čo chceme povedať, aj svoju formu - ako to chceme povedať. Pre optimálnu komunikáciu je potrebné dodržiavať zásady ako nechať hovoriť, zaujímať sa a pozorne počúvať, byť empatický, hovoriť o tom, čo zaujíma a je zrozumiteľné pre iných, byť asertívny, správne určiť čas, miesto aj prostriedky komunikácie.

Aj pri dodržaní všetkých týchto zásad a odporúčaní sa do našich komunikácií dostáva šum. Rušivé vplyvy vonkajšieho okolia alebo aj nepochopenie a vlastná interpretácia počutého. Mali by sme na to počas komunikácie myslieť. Byť jednoznační a jasní v tom, čo povieme. Pýtať sa, ak niečomu nerozumieme.

Nie je jedno s kým komunikujeme. Nie je to jedno z hľadiska obsahu, formy, prostriedkov. Inak komunikujeme s nadriadeným, inak s podriadeným. Inak s manželkou, inak s kamarátom.

Každý človek a teda aj každý riadiaci pracovník má svoj komunikačný štýl, zaužívaný spôsob komunikácie. Stále sa však dá popracovať na jeho zefektívnení.

### Princípy efektívnej komunikácie



Dôležité pre dobrú, efektívnu komunikáciu manažéra, sú jeho komunikačné zručnosti. **Expresívne:** pýtanie sa, opisovanie, vysvetľovanie, prijímanie záverov. **Receptívne:** pozorovanie, načúvanie, empatia. Najmä pri riešení krízových situácií narastá dôležitosť komunikačných zručností manažéra. Musí komunikovať rýchlo a zrozumiteľne, pravdivo, vecne a správne, nekomplikovane, jasne, stručne.

### 5 tipov ako zlepšiť vzťahy na pracovisku

1. Cíbrte komunikáciu
2. Nestážujte sa na prácu v práci
3. Kamaráťte sa
4. Zachovajte profesionalitu
5. Prejavujte úctu ostatným

Ďalšie tipy na zlepšenie medziľudských vzťahov:

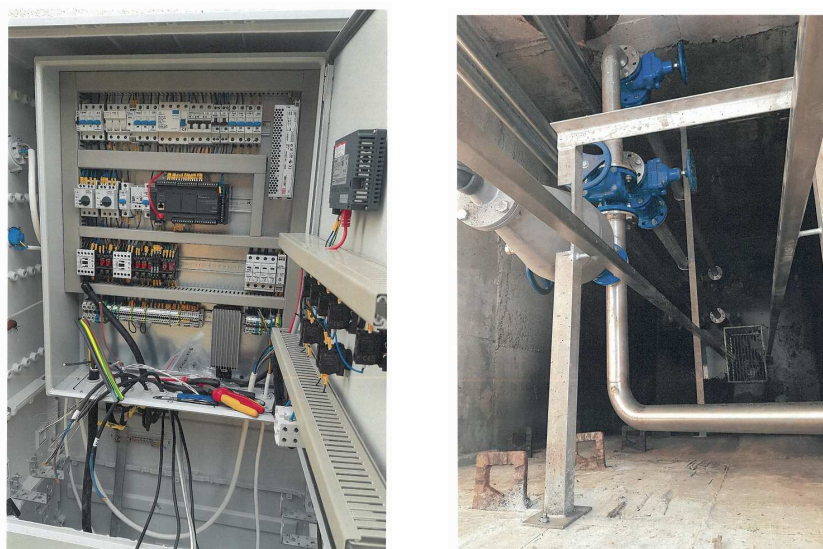
- *Vyhýbajte sa konfliktom, prípadne ich riešte z očí do očí;* - Pozitívny vzťah musíte mať najskôr sami so sebou, aby ste ho mohli mať so svojim okolím; - *Akceptujte fakt, že každý sme iný;* - Aktívne venujte pozornosť tomu, čo vám kto hovorí; - *Obetujte svoj čas pre druhých;* - Pracujte na svojich komunikačných zručnostiach; - *Naučte sa dávať a prijímať konštruktívnu kritiku;* - *Naučte sa odmeňovať zamestnancov;* - *Eliminujte rivalitu;* - *Správajte sa k ľuďom presne tak, ako chcete, aby sa oni správali k vám.*

## FOTOGALÉRIA REALIZOVANÝCH STAVIEB

*"ČOV Kurima"*



*"Lužany - výtlak"*



*"Petrovce vodojem"*



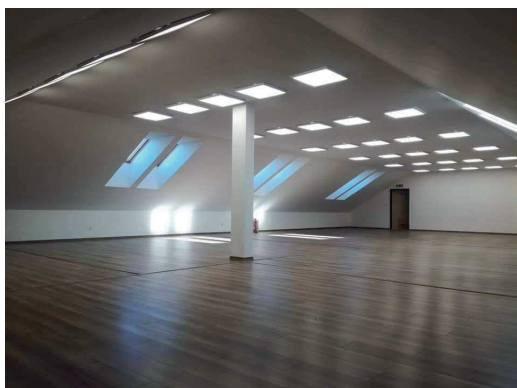
*"Prešov ul. Jarková vodovod a kanalizácia"*



*"Dom smútku Bajerovce"*



*"Kultúrny dom Olšov"*



Pozn. red.: Ďakujem mojim kolegom za poskytnuté fotografie zo stavieb.

## NOVINKY 9-10/2020

### \* Nové stavby vo výrobnom programe

Do nášho výrobného programu pribudli v septembri a októbri stavby:



*"Lipany lokalita IBV Pod hájom"*



*"Napojenie areálu HT SH na cestu I/68 Šarišské Michaľany"*

### \* Informácia o dočasnej zmene frekvencie vydávania podnikového časopisu

Vzhľadom na vývoj situácie v SR a obmedzenia v oblasti pracovného, kultúrneho, športového i spoločenského života, pristupujeme k zmene frekvencie vydávania nášho podnikového časopisu na dvojmesačník. Ďakujeme za porozumenie.

### \* Pohľad z výšky na štrkovňu HT SH v Šarišských Michaľanoch



## ZÁVEROM

"Hovor len vtedy, ak to, čo chceš povedať, je lepšie ako mlčanie." Viete si predstaviť to ticho vo svete? :) :) :)

Tak ako sa nevieme rozprávať, tak nevieme ani mlčať. Zahryznúť si do jazyka, kým niekoho urazíme. Prehltnúť nadávku, kým ňou niekomu ublížime. Alebo len tak mlčať v prítomnej chvíli a vychutnať si ju, kým sa pomínie.

Správne komunikovať znamená voliť správne slová v správnej chvíli. Aj vedieť v správnej chvíli mlčať. Učíme sa to celý život. A aj tak si málokto môže fandiť, že je v tomto expertom :)

Náš pretechnizovaný svet zameraný na výkon nás núti byť stále v strehu. V plnom nasadení sa naháňať za úspechom. Obetovať rodinu, zanevrieť na priateľov. Zabudnúť na "žiť tu a teraz".

November, ktorý je za dverami, je aj o stíšení sa, o rozmýšľaní, o prijatí smrti ako konečnej stanice nášho pozemského bytia.

Tam, kde raz všetci aj tak skončíme, nebude dôležité koľko si zarobil. Ale koľkým ľuďom si urobil radosť svojou prítomnosťou.

Nikto nebude oceňovať tvoj majetok a nehnuteľnosti. Ale hodnotiť sa bude tvoja schopnosť vyčariť ľuďom úsmev v tvári.

V novembrovom duchu sa pýtam, čo je zmyslom tvojho života? A nechcem ani počuť tvoju odpoveď. Len chcem, aby si sa zamyslel.

Lebo život zo svojej podstaty nemôže trvať večne. Dnes si a zajtra ťa možno nebude. Zanecháš odtlačok v prachu tohto sveta. Ale zmyje ho dážď. Všetkým v srdciach tvojich blízkych budeš žiť v spomienkach na krásne spoločné chvíle.

O tom je plnohodnotný život. Že máš okolo seba ľudí, ktorí ťa poznajú. A aj tak ťa majú radi. Ľudí, ktorí s tebou napriek tvojim horším stránkam radi trávia čas. Ľudí, ktorí sú ti oporou v trápeniach. Ľudí, s ktorými môžeš zdieľať radosť.

Kvalitné medziľudské vzťahy a v nich fungujúca obojsmerná komunikácia sú dôležitou zložkou spokojného pokojného šťastného života jednotlivca.

A je vlastne skvelé, že tento dielik z puzzle nášho životného šťastia, môžeme sami budovať a podporovať a rozvíjať. Máme na to všetky páky :)

*EKO SVIP, s.r.o., 2020*

*zverejnené na: [www.ekosvip.sk](http://www.ekosvip.sk)*

*pripomienky, námety a reakcie môžete posilať na e-mail: [marketing@ekosvip.sk](mailto:marketing@ekosvip.sk)*