

<b>FACILITAČNÁ TECHNIKA</b>	<b>O šťastí</b>
<b>HLAVNÝ CIEĽ / ZAMERANIE</b>	#teambuilding #intragroup openness #collaboration
<b>FÁZA</b>	#teambuilding #vnútorná otvorenosť tímu #spolupráca #icebreaker #get-to-know #opening #energizer #fun
<b>CIEĽOVÁ ZRUČNOSŤ / OBSAH</b>	#zoznamovacie aktivity #spoznávanie #otvorenie #energizér #zábava #storytelling #empathy #introspection #active listening #communication
<b>TRVANIE</b>	#<15 #<30
<b>VEĽKOSŤ SKUPINY</b>	#6-15 #16-30
<b>ÚROVEŇ FACILITÁCIE</b>	Začiatocník
<b>KOMFORTNÁ ZÓNA</b>	Bezpečná

## Úvod

Táto aktivita predstavuje jednoduchú aplikáciu princípov metódy oceňovania dopytovaním (Appreciative Inquiry).

## Pomôcky, ktoré potrebujete

- Vyberte si vhodný nástroj umožňujúci videokonferenčné hovory podľa vlastného uváženia

## Postup

1. Požiadajte kolegu/kolegyňu alebo skupinu, aby vám rozpovedali o časoch, keď sa cítili šťastne. Počúvajte ich a povzbudzujte aj ostatných, aby počúvali. Pridajte sa aj vy. Potom urobte to isté, ale tentoraz hovorte o situáciách, keď ste urobili šťastnými

niekoho iného spolu so kolegami. Budete prekvapení, aké zaujímavé, inšpirujúce a zábavné toto cvičenie je!

## Tipy a triky

- Táto aktivita sa dá zrealizovať aj vo veľkej skupine – jednoducho účastníkov rozdeľte do menších skupín po 4 – 5 členoch a postupujte tak, ako je uvedené vyššie.

## Zdroj

<https://www.sessionlab.com>