

COOP	Vďačnosť a ocenenie Základná rutina	s2 Plán lekcie EQF úroveň 5 Jednotka vzdel. výst. COOP 1
		<p>Ciele</p> <ul style="list-style-type: none"> Pochopiť dôležitosť prejavu vďačnosti a uznania pre lepšiu spoluprácu a pozitívnu dynamiku skupiny Vedieť, kedy a ako prejaviť vďačnosť a uznanie na skupinovom školení Pochopiť, ako toto cvičenie kladie dôraz na pocity, osobnosti a zraniteľné miesta v skupine, ktoré môžu ovplyvniť dynamiku skupiny <p>Metódy</p> <ul style="list-style-type: none"> Prejavenie vďačnosti a ocenenia vo veľkých i malých skupinách na začiatku a konci dňa/ lekcie Zamyslieť sa nad zážitkom Spätná väzba
Obsah	<ul style="list-style-type: none"> - Teória o využívaní vďačnosti a ocenenia spolupráce a pozitívnej skupinovej dynamike - xxx 	<p>Dokumenty</p> <ul style="list-style-type: none"> - t_zdroje <p>8 štítov: https://positivepsychology.com/benefits-of-gratitude/</p>
Aktivity	<ul style="list-style-type: none"> - V kruhu na začiatku lekcie vyzvite všetkých, aby vyjadrili vďačnosť alebo uznanie jednou alebo dvoma vetami. Krátke a spontánne osobné vyhlásenie o ich situácii, kolegoch, o niečom čo sa stalo, počasí. Téma je menej dôležitá ako cit a zámer. - Pomocou „hovoriacej palice“ alebo podobnej metódy povzbudte skupinu ku komentárom. - Túto metódu používajte v rôznych časoch počas školenia, najmä na začiatku alebo na konci dňa. - Skupinová reflexia procesu s osobitným dôrazom na spoluprácu a pocity. - Predložiť súhrn vedeckých dôkazov, ktoré podporujú praktizovanie vďačnosti a ocenenia - Využite spätnú väzbu na zlepšenie cvičenia 	<p>Vybavenie</p> <ul style="list-style-type: none"> - nástroje pre brainstorming

Príprava

Hárky pre účastníkov k teórii/vede