



Individuální plán a reflexe potřeb pro adaptaci v nové organizaci

Jméno a příjmení:

Organizace:

Mentor praxe:

1. Charakteristika pracoviště

1.1. Poslání pracoviště:

1.2. Činnosti a služby, kterými realizují poslání:

1.3. Cílová skupina (*věk, specifika*):

1.4. Hodnoty (*co je pro pracoviště při jeho činnostech důležité*):

3.1. Pojmenujte své obavy a nejistoty spojené s představou práce v sociální službě. Blíže je rozveďte.

Zkuste se zamyslet, co ve vás vyvolává nejistotu, i když do zařízení fyzicky nevstupujete. Co vás zneklidňuje při představě, že byste jednou měli být součástí takového prostředí?

3.2. Jaké podpůrné mechanismy byste uvítali, pokud byste do organizace opravdu nastoupili? Jakou podporu byste potřebovali pro svou adaptaci?

Na základě rozhovoru nebo sdílené zkušenosti pracovníka přemýšlejte nad tím, co by vám pomohlo se v reálné organizaci cítit bezpečně a jistě.

3.3. Co očekáváte od této zprostředkované zkušenosti? Co byste se chtěli prostřednictvím rozhovoru se sociální pracovnící dozvědět nebo pochopit?

Formulujte konkrétní oblasti, na které se chcete zaměřit – třeba: jak vypadá běžný den pracovníka, jak zvládá zátěž, jak jedná s klienty apod.

3.4. Uveďte příklad toho, co už jste věděl/a a co pro vás bylo naopak nejvíce poučné

I při pasivnějším způsobu zapojení můžete sledovat, zda vám dává větší smysl vaše studium, zda si umíte lépe představit svou roli v praxi, nebo se vám podařilo překonat vnitřní blok.

3.5. Jak obvykle reagujete na nejistotu a co by vám mohlo pomoci, pokud byste zažili reálnou pracovní zátěž nebo stres?

Zkuste propojit své osobní strategie zvládání stresu s tím, co jste slyšeli od pracovníka z praxe.

3.6. Co byste chtěli touto zkušeností zjistit o sobě? Jaké otázky si o sobě kladete, když přemýšlíte o své budoucí profesi?

Například: Hodím se na tuto práci? Uměl/a bych to zvládnout? V čem bych mohl/a být přínosem?

3.7. Jaké možnosti podpory v náročných pracovních situacích znáte nebo byste si chtěli vytvořit, kdybyste jednou do podobné organizace nastoupili?