

**INDIVIDUÁLNÍ PLÁN**

*"" Prostřednictvím vyškolených pedagogů a pracovníků s mládeží, vytvořením inovativní metodiky a zdrojů a pomocí připraveného inkluzivního pracovního prostředí umožnit takové transformace a změny pro mladé dospělé s poruchami učení a jinými obtížemi, které přispějí k rozvoji jejich životních dovedností a kompetencí potřebných pro jejich zaměstnatelnost a přechod na inkluzivní pracoviště. "*

Vážení mentorovaní!

Toto je o váš individuální plán, který vám pomůže získat představu o vašich pracovních cílech a záměrech. Na konci tohoto plánu jsme uvedli příklad vyplněného individuálního plánu. Podívejte se na něj, než si dokončíte vlastní.   
Nyní se na chvíli zamyslete nad svou současnou situací a nad tím, čeho chcete dosáhnout v budoucnu: cíle, které jste si stanovili se svým mentorem, co vám usnadnilo práci, výzvy nebo překážky, kterým čelíte, a vyplňte tabulku na základě svých zkušeností. To vám pomůže pochopit, kde jsou vaše silné a slabé stránky, a zlepšit vaši komunikaci v práci.

**INDIVIDUÁLNÍ PLÁN A PROGRAM**

JMÉNO:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

| **VNÍMÁNÍ SEBE (Popište se)** | | | |
| --- | --- | --- | --- |
| POPIS SITUACE  (Co?) | MINULÉ ZKUŠENOSTI  (Proč?) | METODY a STRATEGIE  (Jak?) | HLAVNÍ AKTÉŘI  (Kdo?) |
|  |  |  |  |
| ČASOVÝ RÁMEC  (Kdy?) |
|  |
| **EMOCE (Jak se cítíte v určitých situacích?)** | | | |
| POPIS SITUACE  (Co?) | MINULÉ ZKUŠENOSTI  (Proč?) | METODY a STRATEGIE  (Jak?) | HLAVNÍ AKTÉŘI  (Kdo?) |
|  |  |  |  |
| ČASOVÝ RÁMEC  (Kdy?) |
|  |
| **MEZILIDSKÉ VZTAHY (lidé kolem vás)** | | | |
| POPIS SITUACE  (Co?) | MINULÉ ZKUŠENOSTI  (Proč?) | METODY a STRATEGIE  (Jak?) | HLAVNÍ AKTÉŘI  (Kdo?) |
|  |  |  |  |
| ČASOVÝ RÁMEC  (Kdy?) |
|  |
| **NEZÁVISLOST (Co můžeš dělat sám?)** | | | |
| POPIS SITUACE  (Co?) | MINULÉ ZKUŠENOSTI  (Proč?) | METODY a STRATEGIE  (Jak?) | HLAVNÍ AKTÉŘI  (Kdo?) |
|  |  |  |  |
| ČASOVÝ RÁMEC  (Kdy?) |
|  |
| **PRÁCE (Jaké máš dovednosti?)** | | | |
| POPIS DOVEDNOSTI  (Co?) | MINULÉ ZKUŠENOSTI  (Proč?) | METODY a STRATEGIE  (Jak?) | HLAVNÍ AKTÉŘI  (Kdo?) |
|  |  |  |  |
| ČASOVÝ RÁMEC  (Kdy?) |
|  |

DATUM:

AUTOR: