

**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: