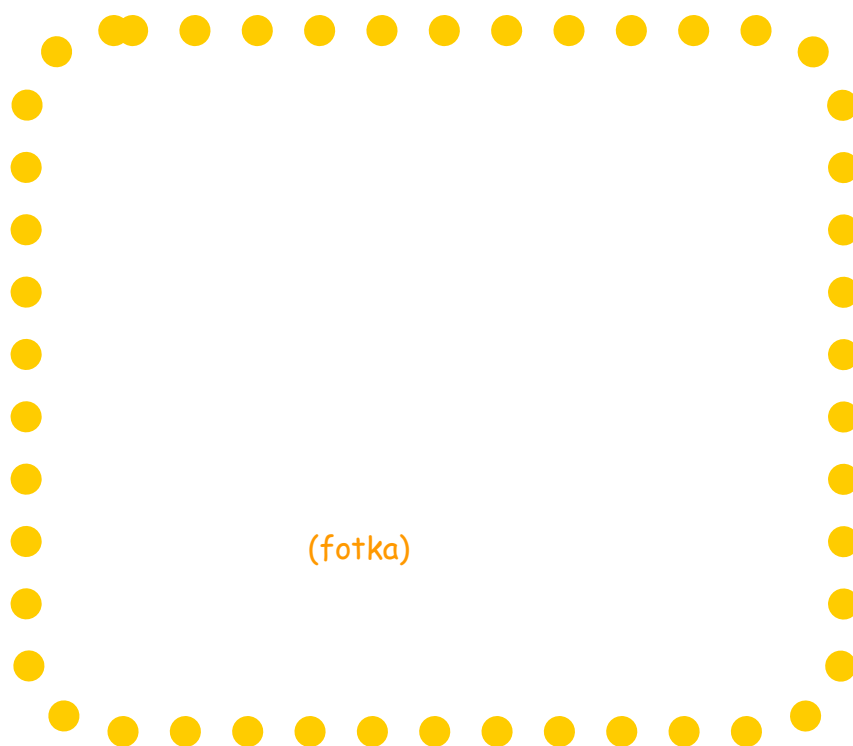


# Můj plán



(fotka)

Jméno.....

.....

Tento sešit ti pomůže podívat se na svůj život a plánovat.....

Informace sem můžeš vkládat jakýmkoliv způsobem, můžeš psát, kreslit, používat fotky, obrázky - všechno je na tobě. Můžeš komukoliv říct o...

tom, co máš rád  
a co nemáš rád

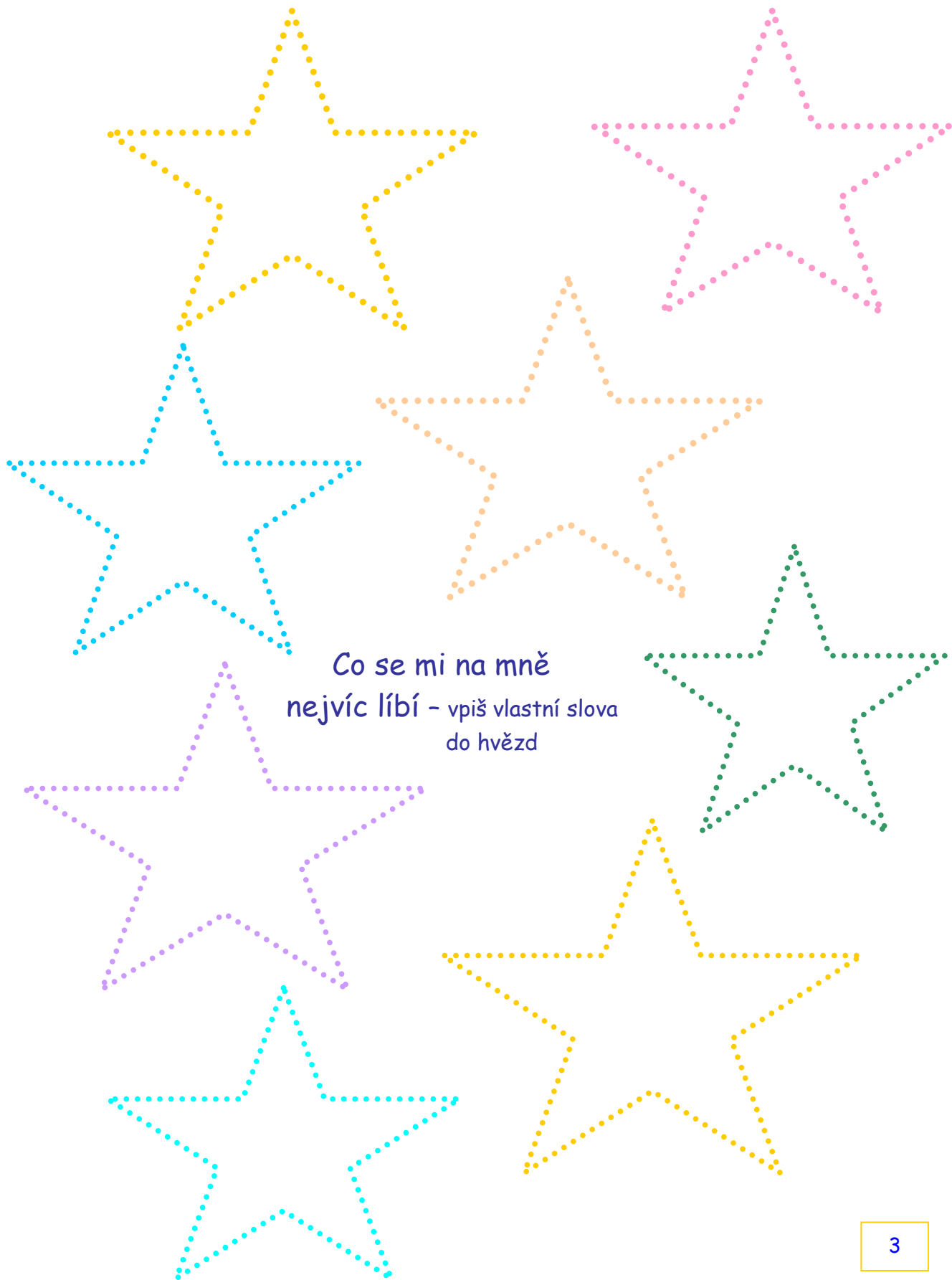
tom, co je pro tebe  
důležité, co chceš, aby  
zůstalo stejné a co  
chceš, aby se změnilo

tvých nadějí a  
snech do budoucna

Použij další papíry,  
potřebuješ-li víc prostoru



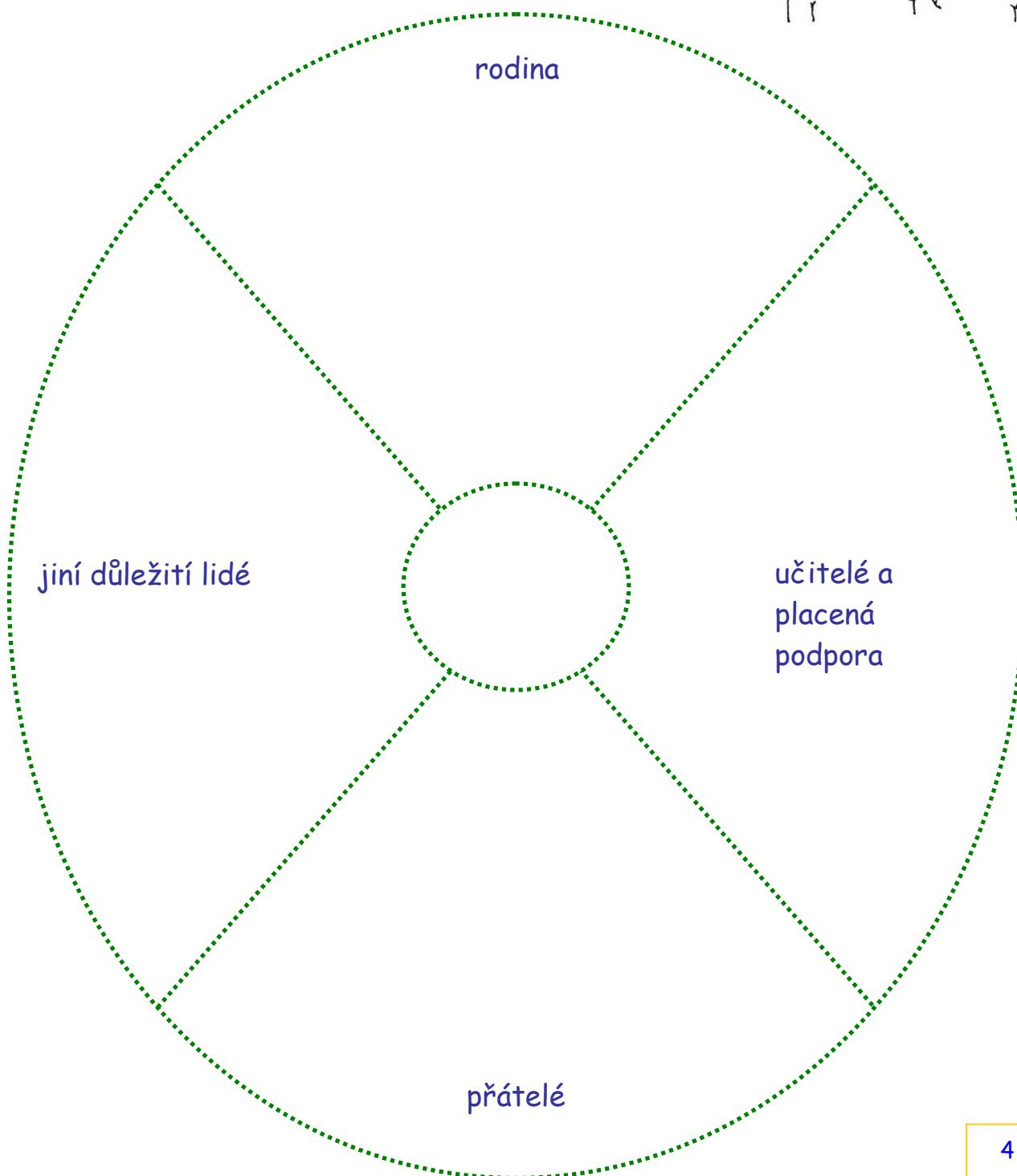
Jestli chceš, udělej si kopie, abys je mohl  
dát na tabuli při plánovacím setkání



Co se mi na mně  
nejvíc líbí - vpiš vlastní slova  
do hvězd

## Důležití lidé v mém životě

Vlož do kruhu jména nebo  
obrázky.....



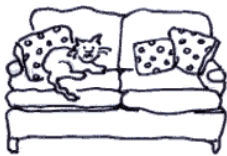
## Co je pro mě důležité nyní

Co rád/a dělám...

Ve škole



doma

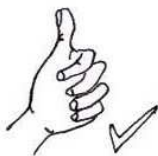


ve volném čase



Na jiných pro mě důležitých místech

Co rád/a dělám se svými přátely



## Co je pro mě důležité nyní

Hudba



Koníčky



Jídlo



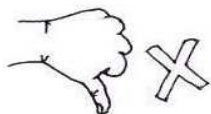
Pití



TV programy



Co vůbec **nemám rád/a** ve škole, doma nebo na jiných místech



## Co je pro mě důležité nyní

### Škola



Jak se dostanu do školy a ze školy

Mé nejoblíbenější  
předměty

Nejlepší část dne je

O přestávce rád/a dělám....

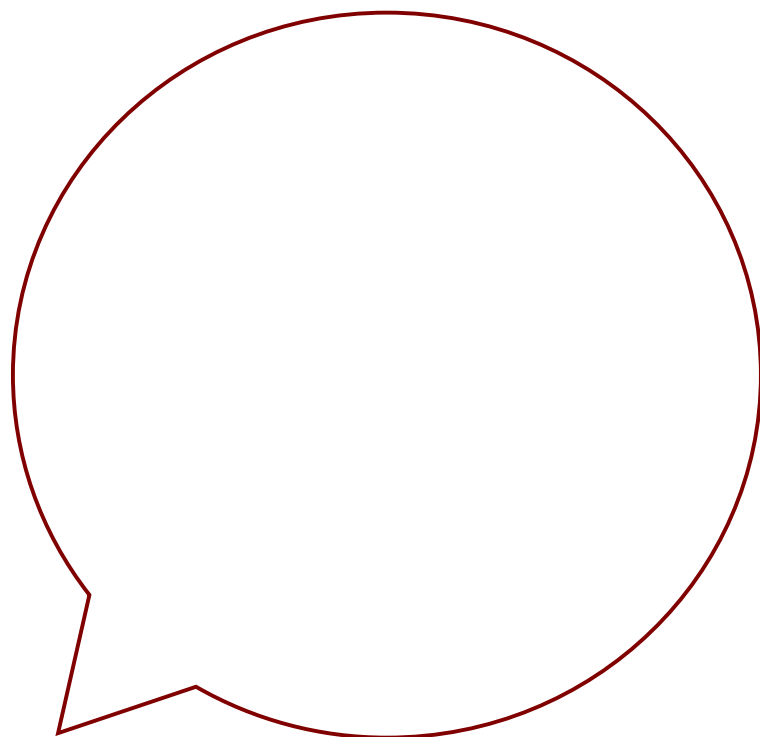
K obědu mám rád/a

## Co je pro mě důležité nyní



Další věci, které rád/a dělám ve škole

Rád/a trávím čas s...



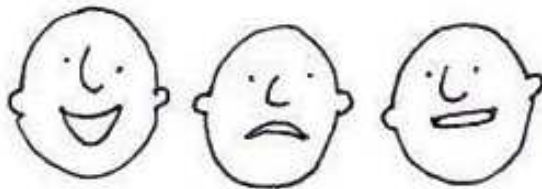
Co mě dělá nešťastným/ou  
ve škole



## Co je pro mě důležité nyní

### Můj školní týden

Do každé kolonky nakresli  
obličej, který se tam  
nejlépe hodí



Např.

šťastný

smutný

ok

	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek
Ráno					
Poledne					
Odpoledne					

Můžeš povídat o tom, proč si nakreslil/a  
ten který obličej

## Co je pro mě důležité nyní

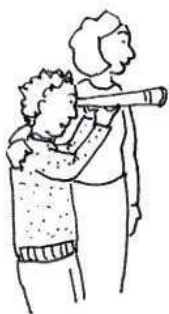


Od poslední revize  
mého plánu jsem lepší v...

V čem bych se rád zlepšil/a a jakou pomoc  
k tomu potřebuji

## Co je pro mě důležité do budoucna

Zde je místo pro tvé naděje a sny



3 přání - přeji si, aby se splnila

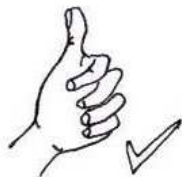
V budoucnu bych rád/a trávil/a čas....

## Co je pro mě důležité do budoucna

Budu šťastný/á, když...

Budu nešťastný/á, když...

Další věci, které bych rád/a dělal/a nebo měl/a:



## Abych byl/a zdravý/á a v bezpečí

Co můžu udělat sám/a

Co bych rád/a  
udělal/a pro sebe

Jakou pomoc/podporu k tomu potřebuji



## Komunikace

Co dělám, když cítím .....



Štěstí

Smutek

Frustraci

Zlost

Bolest nebo je mi špatně

## Komunikace

Co chci, aby lidé udělali, když...

Je mi špatně nebo mám  
bolesti

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jsem smutný nebo unavený

.....

.....

.....

.....

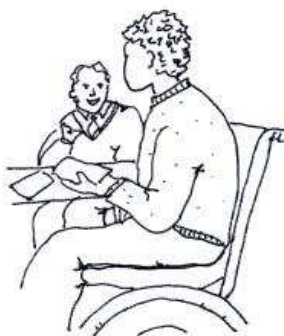
.....

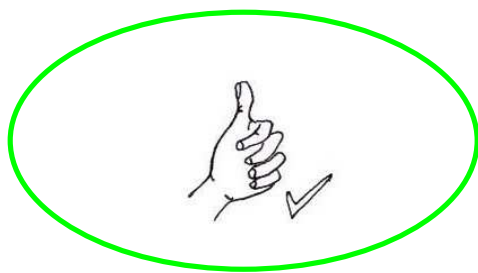
.....

.....

.....

Co byste nikdy neměli dělat:

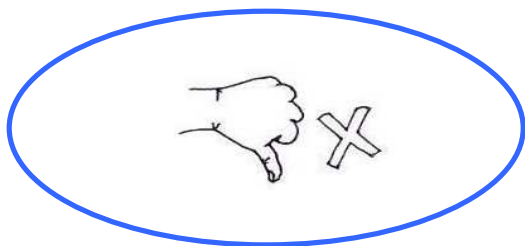




Co funguje v mém  
životě

Co chci, aby zůstalo stejné v mém životě:





Co nefunguje v mém  
životě

Co chci, aby se změnilo v mém životě:

# Nezodpovězené otázky Problémy, které je třeba řešit

Udělejte si seznam, co chcete zjistit o...

A large dashed green speech bubble shape, intended for writing questions. Below it is a dotted blue rectangular box, intended for writing a list of topics to research.



## Plánovací setkání

1. Jména lidí, které chci pozvat na své plánovací setkání

(Rodina, přátelé, učitelé a další důležití lidé.)



## Plánovací setkání

2. Jak zajistit, abych se cítil/a v pohodě a byl/a středobodem mého plánovacího setkání

Chci, aby se setkání  
konalo v... (místo)

Dobřůtky



Pití



Hudba



Další věci, které chci dělat nebo mít  
na svém plánovacím setkání:





**Workbook developed by:** Niki Marshall, Diane Staniforth and Ruth Mathiesen based on the year 9 Person Centred Review process by Helen Sanderson.



Sheffield Care Trust



**Joint Learning Disabilities Service**



helensandersonassociates

We are happy for you to copy and adapt this book as long as the authors and organisations are acknowledged.