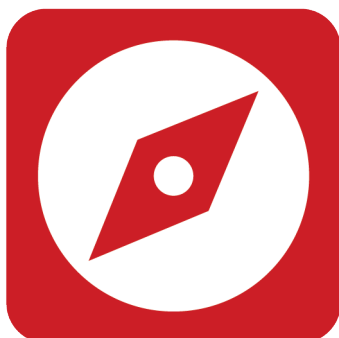


## Technický list pro mentory



### 2. CO CHCETE?

Fáze mentorské intervence	Rozměr	Doba trvání (v minutách)	Počet účastníků (min/max)
Úvodní setkání	<b>Iniciativa &amp; Vlastnictví</b>	20	1
<b>Prvky dimenze Učení schopnosti učit se</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Přebírání odpovědnosti za učení</li> <li>- Vyhledávání otázek týkajících se řízení</li> <li>- Získávání informací od ostatních</li> </ul>		
<b>Štítky</b>	Cíle, iniciativa, odpovědnost, zvědavost, zkoumání		

### Cíl činnosti

Tato aktivita motivuje mentees k přemýšlení o otázkách týkajících se jejich života, přání a cílů a k zamyšlení nad tím, co se jim daří a co by se dalo zlepšit. Je to první krok ke zjištění, co mentees od svého života chtějí, a ke stanovení toho, co pro ně osobně znamená dobrý život, úspěch a štěstí.

Otázky, na které mají odpovídat, je vybízejí a motivují k přemýšlení o jejich životě, o jejich názorech na dobrý život obecně a konkrétně o jejich osobní situaci.

### Příprava

Vytiskněte nástroj aktivity  
Poskytněte pera/tužky  
Postupujte podle pokynů v části žádosti

### Aplikace

Absolvováním této aktivity se mentees zamyslí nad svým životem a přáními, budou schopni určit, jaké jsou jejich dlouhodobé či krátkodobé cíle a co si v životě přejí. Odpovídáním na otevřené otázky je vyzýváme k zamyšlení a pomáháme tak mentees vizualizovat a jasně formulovat svá přání a cíle.

Mentor povede mentee při cvičení a odpoví na otázky, které účastníkům pomohou formulovat a koncipovat jejich životní cíle.

- 1) Představte cvičení mentees a odpovězte na případné dotazy.
- 2) Účastníci si přečtou a zodpoví otázky, které jim mohou pomoci zamyslet se nad svým životem a svými přáními. Není třeba odpovídat na všechny otázky, účastníci by se měli zaměřit spíše na otázky, které jsou pro ně nejdůležitější.

Nakonec si mentees na základě reflexe odpovědí na otázky sepiší cíle, které si na základě cvičení stanovili.



Přímý odkaz na manuál k aktivitě na vzdělávací platformě

<https://upsim.aidlearn.eu/en/>



## Nástroj pro aktivity

# CO CHCETE?

*Prozkoumejte, co chcete nyní a co si přejete.*

Vaše okamžité myšlenky nemusí být vždy správné. Dovolte si být zvědaví, zvědaví a otevření.

Co vy nebo váš klient skutečně chcete?

Níže uvedené otázky jsou pouze příklady.

Vyberte ty, které jsou relevantní, nebo doplňte otázky relevantní pro danou situaci.

**1)** Jaký je váš cíl v tomto úsilí? Jakým způsobem bude zřejmé, že máte prošli kariérním plánem? Jaký bude rozdíl oproti současnosti?

---

---

---

---

---

**2)** Popište, jaký je váš současný život. Co funguje nejlépe a co ne?  
S čím jste nejvíce spokojeni a s čím nejvíce nespokojeni?

---

---

---

---

---

---

---

**3)** V jakých kruzích se pohyboval váš život v posledních letech? Co bylo pozitivní?  
Co bylo negativní?

---

---

---

---

---

---

---

4) O čem se vám kdysi zdálo? Jak se tyto sny odrážejí ve vašem současném životě?

Co je pro vás dobrý život?

---

---

---

---

---

---

---

---

5) Co je úspěch? Co je štěstí?

---

---

---

---

---

---

---

---

***Nemusíte odpovídat na všechny otázky.  
Vyberte si ty, které jsou relevantní a přimějí vás k hlubšímu zamyšlení.***

