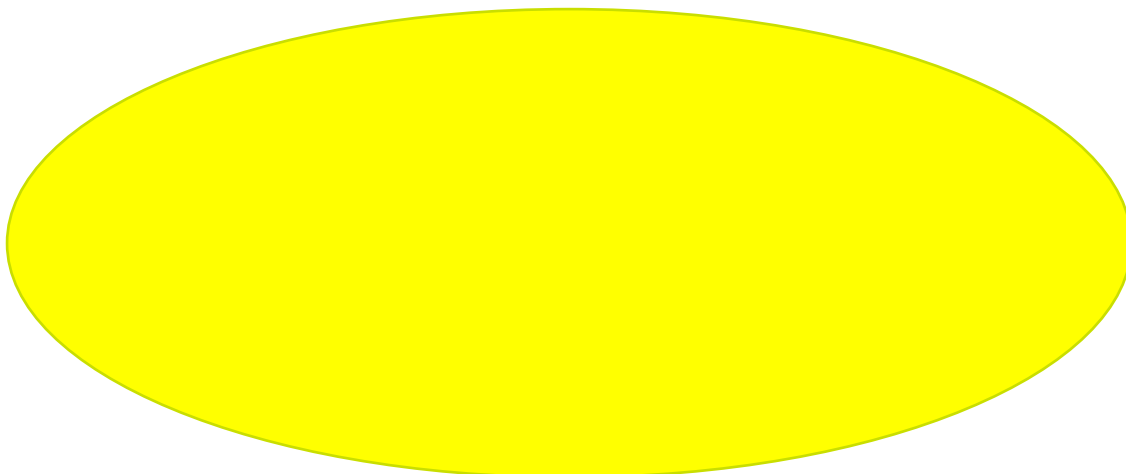


Jméno a příjmení	
UČO	

1. Chci změnit



2. Jak to poznáte, že se „to“ změnilo? Že jste se naučil/a dovednost? Vyplňte tabulku. Případně popište.

Jak se budu cítit? 	Jak se budu chovat? 	Jak to pozná okolí? 

3. Jak budete nové dovednosti říkat? Dejte jí jméno. Nejde mi o problém – přetavte ho v dovednost.



4. Kdo může být Váš pomocník při učení nové dovednosti? (Může to být kdokoliv, cokoliv, ...). Namalujte ho, nebo vložte jeho obrázek. Napište jak Vám tato postava/věc bude pomáhat.

Prostor pro Váš obrázek 😊.

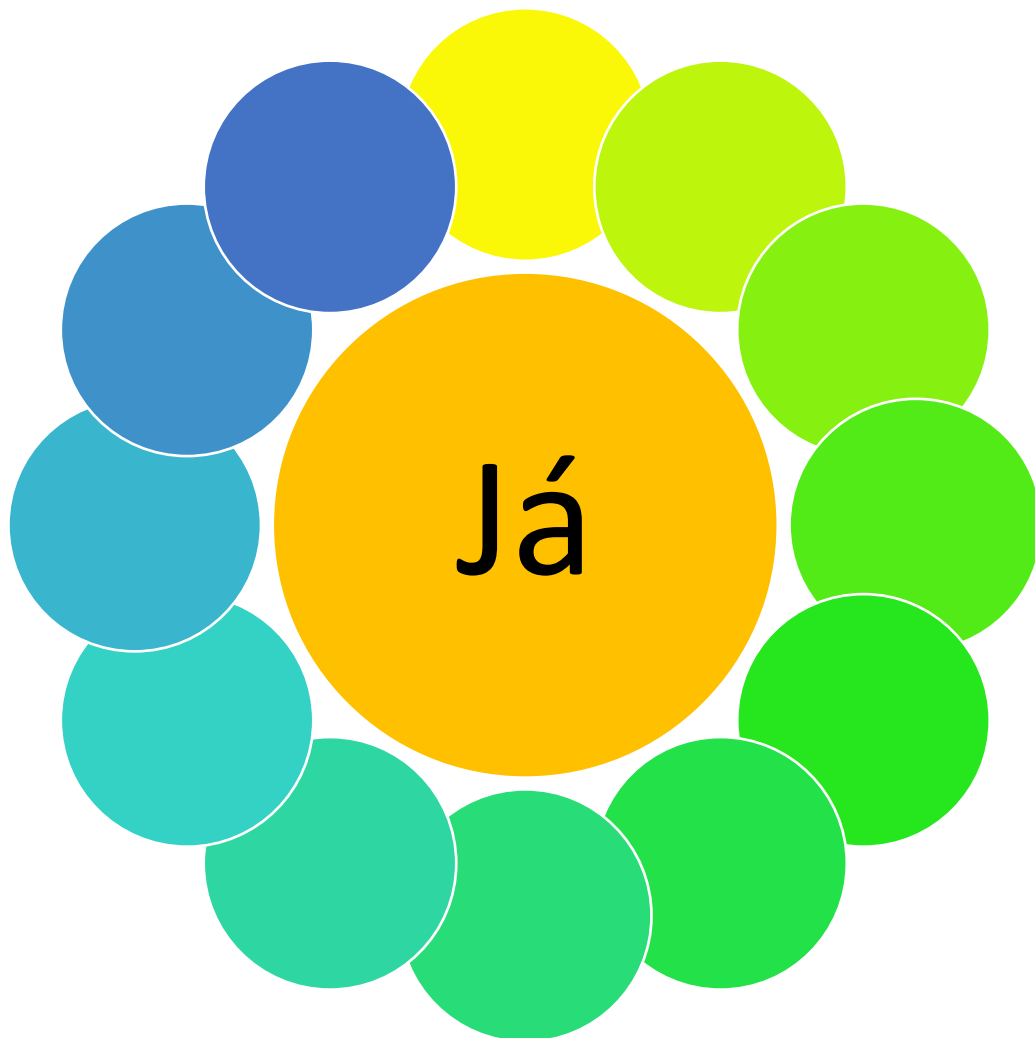
5. Proč je dobré se to naučit?

a. V čem je pro Vás dobré mít tuto dovednost?

b. Proč si někdo z okolí myslí, že je dobré, abyste se danou dovednost naučil/a?

c. Kdo si ještě může přát, abyste se danou dovednost naučil/a?

6. Kdo Vám pomůže? Vytvořte si seznam lidí, které chcete požádat o pomoc při učení nové dovednosti?



7. Jakou oslavu byste si přál/a?

Naplánujte něco zábavného, co můžete podniknout až naučíte danou dovednost. Může to být odměna pouze pro Vás, nebo i vaše pomocníky.



a. Jak budete slavit?	
b. Kde budete slavit?	
c. Kdo bude s Vámi?	
d. Co budete jíst/pít?	
e. Co k tomu budete potřebovat?	

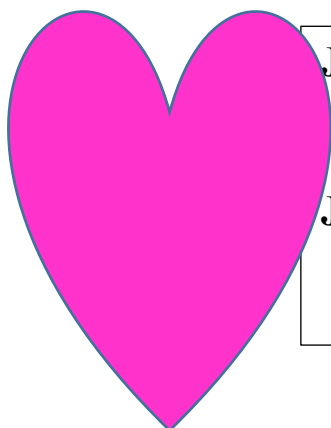
8. Jak budete svoji dovednost trénovat? Trénovat je potřeba každý den, abyste si mohl/a říct jsem spokojený/á.

Jak budete trénovat?

Kdy budete trénovat?

S kým budete trénovat?

Jak konkrétně budete trénovat?



Jak chcete, aby Vás chválili?

Jak chcete, aby Vám připomínali trénink?

9. Je čas slavit?

Cítíte se, chováte se tak, jak jste popsal/a v bodu č. 2?

Ano	Ne
Cítím se, chovám se ještě jinak, než jsem popsal/a v bodě 2.?	Co ještě musím udělat?