ШАБЛОН ЗА ПЪРВА МЕНТОРСКА СРЕЩА

Увереност и предизвикателства

Име на ментора:

Име на наставлявания:

Дата:

1. Самооценка

По скала от 1 до 10:

Колко уверен/а се чувстваш в момента относно своето бъдеще?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Колко уверен/а сте, че ще постигнете целите си?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Поглед към успехите

Разкажете ми за нещо, с което се гордеете.

3. Настоящи предизвикателства

Кое е най-голямото предизвикателство, пред което сте изправени в момента?

4. Мрежа за подкрепа

Кой Ви подкрепя в момента?

- ☐ Семейство
- ☐ Приятели
- ☐ Общност
- ☐ НПО
- ☐ Ментор
- ☐ Никой
- ☐ Друго:

5. Изграждане на увереност

Какво би Ви помогнало да се чувствате по-уверени?

6. Ангажимент

Кое е едно нещо, върху което сте готови да работите до следващата ни среща?

Бележки