

Delovni list za samoocenjevanje

Ime _____

Datum _____

Učenje za novo življenje – individualni tečaj je zastavljen tako, da tvoje delo in vložen trud obrodita sad in ti pomagata pri rasti. Prosimo, da izpolniš delovni list, ki je pred tabo. Odgovori naj bodo čim bolj jasni. Tvoji odgovori nam bodo pomagali načrtovati nadaljnje aktivnosti in lekcije, ki jih boš v naslednjih tednih preučeval.

Prvi del Prosimo, označi, katere od spodaj naštetih težav imaš.

1. Imam resne težave, pri reševanju katerih potrebujem ali želim pomoč.

- _____ Zloraba alkohola ali odvisnost
- _____ Težave v družini
- _____ Zmedene ali boleče izkušnje na področju spolnosti
- _____ Zloraba drog ali odvisnost
- _____ Kajenje
- _____ Čustveni vzponi in padci
- _____ Pomanjkanje življenjskih ciljev, zmeda glede prihodnosti
- _____ Težave s sodišči
- _____ Konfliktne odnose z veliko ljudmi
- _____ Nosečnost
- _____ Bežanje
- _____ Drugo _____

2. Na poseben list papirja na kratko opiši, kako dojemaš posamezne težave. Vsako težavo opiši vsaj z enim odstavkom.

Drugi del Prosimo, označi, kaj v spodnjem seznamu bi te zanimalo.

1. Označi področja v svojem življenju, kjer bi se rad nekaj naučil, prakticiral nove stvari in dobil podporo pri iskanju novih rešitev.

- _____ Čustvena stabilnost
- _____ Družinsko življenje: Kaj naj storim s svojo preteklostjo?
- _____ Kako odkrijem svoj življenjski potencial
- _____ Kako naj rešujem konflikte z drugimi
- _____ Kako odkrijem Božjo voljo za svoje življenje
- _____ Kako naj premagam strah, jezo, krivdo ali osamljenost
- _____ Prijateljstvo, moški in ženska
- _____ Načela krščanske družine
- _____ Spolnost, samski ali poročen
- _____ Drugo _____

2. Na poseben list papirja na kratko opiši, kaj si predstavljaš pod temami, ki si jih označil. Vsako označeno temo opiši vsaj z enim odstavkom. Napiši, kaj bi se rad naučil.

**Ta delovni list je prilagojena verzija naslednjega dokumenta: Personal Life Evaluation Form of the Contract Worksheet of Teen Challenge, Columbus, Ohio. Uporabljeno z dovoljenjem.*