



IPD

Indywidualny Plan Działania

Imię i Nazwisko:

Szkoła

Klasa:

Data sporządzenia IPD:

Wykonane testy :

Lp.	Rodzaj narzędzia	Potwierdzenie wykonania *
1.	Diagnostyka temperamentu według testu H.J. Eysencka	
2.	Test Le Senne'a	
3.	Test Typów Osobowości Zawodowych na podstawie J.Hollanda	
4.	Ankieta skłonności zawodowych	
5.	Test zainteresowań	
6.	Kwestionariusz uzdolnień	
7.	„Ja od A do Z”	
8.	Ankieta „Moje wartości”	
9.	Ankieta „Mój stan zdrowia”	
10.	Hierarchia wartości	
11.	...	

* proszę zaznaczyć krzyżykiem, które testy zostały wykonane

Potwierdzenie odbioru IPD

.....
Podpis ucznia

.....
Podpis doradcy zawodowego

1. Samopoznanie czyli jaki jestem?



Metody, narzędzia i testy wykorzystane podczas zajęć warsztatowych lub rozmowy indywidualnej z doradcą zawodowym

Lp.	Rodzaj narzędzia	Komentarz ucznia	Uwagi doradcy
1.	Diagnostyka temperamentu według testu H.J. Eysencka		
2.	Test Le Senne'a		
3.	Test Typów Osobowości Zawodowych na podstawie J.Hollanda		
4.	Ankieta skłonności zawodowych		
5.	Test zainteresowań		
6.	Kwestionariusz uzdolnień		
7.	„Ja od A do Z”		
8.	Ankieta „Moje wartości”		
9.	Ankieta „Mój stan zdrowia”		
10.	Hierarchia wartości		
11.	...		

Moja osobowość - krótka charakterystyka

Jaki jestem?

Mocne strony

Strony do dalszego rozwoju

Moje zainteresowania i hobby

Moja hierarchia wartości (co chciałbym osiągnąć?)

Moje zdolności



Ulubione przedmioty szkolne

Zajęcia pozaszkolne, w których uczestniczę

2. Zawodownawstwo czyli kim mogę zostać?

Zawód, który chciałbym wykonywać 1:

Opis środowiska pracy w zawodzie (zadania, czynności, wymagania, predyspozycje)

Zawód, który chciałbym wykonywać 2:

Opis środowiska pracy w zawodzie (zadania, czynności, wymagania, predyspozycje)

3. Rynek edukacji i pracy czyli jaką pójść drogą?

Wybrana szkoła ponadgimnazjalna: rodzaj, profil, kierunek

Rekrutacja do szkoły ponadgimnazjalnej (terminy)



Moje dodatkowe kwalifikacje: zaświadczenia, świadectwa, certyfikaty

Moje szanse na rynku pracy

Wolontariat – doświadczenia, plany

Wymagania pracodawców – co wiem o nich już dzisiaj?

4. Planowanie czyli jak to zrobić?

Podróż do przyszłości

Ja za 2 lata

Ja za 5 lat

Ja za 10 lat

Podsumowanie - Mapa drogowa mojego planu

Dalsza edukacja – plan A (Check lista)



Dalsza edukacja – plan B (Check lista)

Mój wymarzony zawód 1 (Check lista)

.....

Mój wymarzony zawód 2 (Check lista)

.....

Sieć wsparcia mojej kariery

1.	Osoby z mojej rodziny	
2.	Osoby z mojego środowiska	
3.	Osoby ze szkoły	
4.	Instytucje	
5.	...	

Alternatywna wizja planu kariery

Pytania dotyczące mojej kariery, na które muszę jeszcze znaleźć odpowiedź

Dodatek

Kalendarz – mój plan w czasie



Moje działania	Rok:											
	Miesiąc											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Cel ...												
Etap 1												
Etap 2												
Etap ...												
Cel ...												
Etap 1												
Etap 2												
Etap ...												

Opracowanie: dr Marian Piekarski,
Centrum Pedagogiki i Psychologii Politechniki Krakowskiej