

Nombre: _____ Edad: _____ Fecha: _____

Las actividades enumeradas ayudarán a los jóvenes a adquirir las destrezas y habilidades que necesitan para lograr el nivel máximo de independencia y habilidad. Algunas de estas actividades no les corresponden a todos.

Mis planes son: conseguir trabajo escuela técnica o capacitación para trabajo universidad

Destrezas y habilidades para TRABAJAR:	SÍ	NO	N/C	Necesito más inf.
1. ¿Sabes usar tu tiempo apropiadamente, mantener tu lugar de trabajo ordenado, respetar la propiedad ajena y cuidar las herramientas y accesorios?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Cuando te piden que hagas dos o más cosas, ¿las puedes hacer sin ayuda? (por ejemplo "toma el sobre y échalo en el buzón")	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿En tu casa tienes obligación de hacer quehaceres?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ¿Tus quehaceres están en línea con tus habilidades?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ¿Utilizas una computadora para buscar cosas en la Internet, hacer trabajos para la escuela, escribir cartas, enviar emails o para usar otros programas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ¿Puedes expresar tus necesidades? (en la escuela, el trabajo, la comunidad o el hogar)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ¿Participas en labores de voluntariado?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ¿Hablas sobre el tipo de trabajo o carrera que te gustaría tener en el futuro?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ¿Sabes qué ropa usar dependiendo del lugar al que vas (trabajo, diversión, etc.)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ¿Sabes qué hacer para no correr riesgo cuando no estás en tu casa (por ejemplo cómo encontrar las calles correctas, tomar el camión en la parada correcta, usar el teléfono)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. ¿Les cuentas a tus amigos y a los adultos (maestros, jefe, director) lo que piensas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. ¿Sabes cuáles son tus puntos fuertes y tus intereses?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ¿Conoces a gente o agencias que pueden ayudarte a encontrar trabajo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. ¿Ya preparaste tu currículum vitae?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. ¿Sabes cómo llenar una solicitud de trabajo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. ¿Ya solicitaste un trabajo o servicios vocacionales?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. ¿Sabes llevarte bien con los demás en la escuela y en el trabajo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. ¿Tienes un plan para el trabajo o formación profesional o la universidad?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. ¿Has visitado trabajos o has acompañado a alguien a su trabajo para saber lo que hace?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. ¿Sabes qué adaptaciones puedes recibir en el trabajo para ayudarte a hacer tu trabajo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. ¿Tienes un trabajo remunerado de tiempo parcial o de tiempo completo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. ¿Conoces tus derechos en el trabajo según la ley para discapacitados (ADA)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CONSEJOS PARA USAR LA LISTA DE DESTREZAS:

Piensa en las destrezas que quieres mejorar. Anota tus necesidades e inquietudes. Luego puedes hablar con las personas que te están ayudando a prepararte para el futuro sobre las medidas que debes tomar.

Mis notas: Haz una lista de las preguntas que tienes para cada cosa para la que marcaste que necesitas más información o anota qué es lo que quieres saber.

Siguientes pasos – Metas: Anota las cosas que tienes que mejorar para aprender a cuidarte en el futuro. Puedes pedirles a las personas que te están ayudando a planificar tu futuro que te ayuden con esto.

Quiero más información sobre: Rehabilitación vocacional Recursos para el trabajo Otra cosa _____

Estamos aquí para ayudar. Para aprender más sobre los programas y servicios que brinda UIC-Cuidado Especializado Para Niños, visita nuestra página de internet:

dsc.c.uic.edu o "me gusta" en  facebook.com/dsc.c.uic.edu