



HYVINVOINNILLA TYÖELÄMÄÄN

Lähivalmennus, yksilö/pienryhmä, kesto 6 viikkoa

Henkilökohtaista hyvinvoinnin valmennusta

Tämän valmennuksen tavoitteena on kehittää itsetuntemustasi ja vahvistaa hyvinvointiasi erityisesti arkisissa tilanteissa ja työelämään siirtymisessä. Saat ohjausta hyvinvoinnin rakentamiseen ja tukea konkreettisten tavoitteiden saavuttamiseen.

Saat lisäksi tukea tarvittaessa työ(toiminta)paikkojen etsimisessä, kontaktoimisessa ja niihin hakemisessa. Mikäli olet jo työtoiminnassa, niin tällöin haemme yhdessä palkkasuhteisia töitä tai koulutusmahdollisuuksia.

Mahdollisuuksien mukaan valmennukseen kuuluu myös pienryhmätapaamisia, joissa syvennetään teoriaosaamista. Pienryhmätapaamiset toteutetaan Arffmanin tiloissa.

Valmennus räätälöidään asiakkaan tarpeen ja käytössä olevien tuntien mukaan.

Valmennus sisältää mm.:

- henkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin rakentamisen ja ylläpitämisen perusteet
- itsetuntemuksen ja henkisten voimavarojen lisäämiseen tähtäävää tietoa ja toimintaa
- hyvinvoinnin ja elämänhallinnan teoriaa ja käytäntöä
- vuorovaikutustaitojen ja osallisuuden vahvistamista
- henkilökohtaisen tuen työelämään tai koulutukseen siirtymiseen
- apua konkreettisten tavoitteiden asettamiseen

Arffman -paras polku työhön

Arffman on vuonna 1993 perustettu koulutus- ja valmennustalo ja olemme maan johtava työelämävalmennusten toteuttaja. Henkilöstöömme kuuluu noin 250 koulutus-, opetus-, valmennus-, kuntoutus- ja ohjausalan asiantuntijaa.

A R F F M A N

YHTEYSTIEDOT

Arffman, toimisto, 044 733 1500
toimisto@edu.arffman.fi