



UUTTA SUUNTAA

Henkilökohtainen yksilövalmennus liveinä tai etänä
kesto 1-8 h, max 4 vko | kielet: suomi, englanti, venjä

TUTUSTU ITSEESI, LÖYDÄ TAVOITTEESI

Opit tutustumaan itseesi uudella tavalla sekä näkemään uusia puolia ja vahvuuksia itsessäsi. Tutkit omia merkityksiäsi ja osaamistasi sekä opit sanoittamaan ja asettamaan aidosti realistisia tavoitteita toiveidesi pohjalta. Saat innostua, kiinnostua, löytää uusia mahdollisuuksia sekä rakentaa kestäviä askeleita uusia tavoitteitasi kohti.

Valmennuksen menetelminä käytetään keskustelun lisäksi mm. kehollisia, kuvallisia ja kirjoittamisen menetelmiä sekä mielikuva-harjoitteita. Kokonaisvaltaisilla työtavoilla päästään rakentamaan aito ja kestävä jatkosuunnitelma urapolullesi.

Itseensä tutustuminen on lähtökohta oman hyvinvoinnin lisäämiseen ja uuden ammatillisen polun löytämiseen.

VALMENTAJASI: MARIANNA JA MERI

Meillä Kehosfäärin ammattitaitoisilla valmentajilla on kokemusta monelta alalta ja monista työyhteisöistä, näkemystä työelämän vaatimuksista sekä uudelleen suuntautumisesta omalla uralla. Meillä on monipuolinen ja pitkä kokemus erilaisten ihmisten kanssa toimimisesta sekä erityistä osaamista mielenterveyden sekä neuropsykiatristen haasteiden parissa. Pohjakoulutuksemme on pedagogiikasta ja lisäoppinamme mm. tanssi-liiketerapeutin osaaminen, ratkaisukeskeinen lyhytterapia sekä draaman työtavat vuorovaikutustaitojen harjoittelemisessa.

Monipuoliset menetelmämme sekä aito kohtaamisen ja auttamisen halu tukevat sinua löytämään vahvuuksiasi, sanoittamaan osaamistasi sekä pääsemään eteenpäin sinulle sopivalla tavalla.

YHTEYSTIEDOT

Kehosfääri Oy, Seminaarinkatu 36, Jyväskylä | kehosfaari.fi | viesti@kehosfaari.fi
Marianna Räsänen FM, draamaopettaja, tanssi-liiketerapeutti p. 050 337 5167
Meri Nisula KM, erityisopettaja, tanssi-liiketerapeutti p. 044 582 0059