



# UUTTA SUUNTAA -VALMENNUS

Yksilöllinen etävalmennus. Max 8h. Kesto 4 viikkoa. Suomi / Englanti.

## UUTTA SUUNTAA

Tarvitsetko uusia näkökulmia omassa työhaussasi? Kaipaisitko vähän rohkaisua eteenpäin pääsemiseksi? Onko suunta kateissa? Uutta suuntaa valmennuksessa saat henkilökohtaista valmennusta uuden suunnan löytämiseen ja selkeyttämiseen.

Uutta Suuntaa

- Ratkaisukeskeinen valmennus
- Elämänhallinta
- Työkyvyn vahvistaminen
- Uuden suunnan löytäminen
- Merkityksellisyys
- Itseluottamus ja itsetunto
- Tavoitteiden asettaminen
- Valmennus asiakkaan tarpeiden mukaan

## VALMENTAJA JOUKO MIKKOLA

## VALMENTAJA HANNA HÄPPÖLÄ

Jouko on kokenut valmentaja valmentaja niin urheilussa kuin työelämässä. Hanna on toiminut yksilö- ja vuorovaikutusvalmentajana sekä HR-vastaavana eri yrityksissä. Molempien koulutukset sekä käytännön kokemus ihmisten valmentamisesta mahdollistavat yksilöllisen valmennuksen tulevaisuuden suunnitelmien selkiyttämiseksi.

- Työvalmentaja
- Työnohjaaja
- Mentaalivalmentaja

”Kaikki meni sujuvasti, valmennuksesta sai juuri omaan tilanteeseen sopivaa tarpeellista tietoa, ja käsiteltäviin aiheisiin sai itse vaikuttaa omien tarpeiden mukaan.”

## YHTEYSTIEDOT SUOMEN MENTAALIVALMENNUS OY

Jouko Mikkola, työvalmentaja.  
0400 449979, [jouko@mentaali.fi](mailto:jouko@mentaali.fi)

Hanna Häppölä, mentaalivalmentaja  
050 4097628, [hanna@mentaali.fi](mailto:hanna@mentaali.fi)