

1.4.2017

muutosvalmennus

Tee muutos- haaveestasi totta!



Valmennus sopii henkilöille, jotka kaipaavat muutosta elämäänsä tai joilla on haastava elämäntilanne. Valmennus sopii myös ryhmille tai yrityksille organisaatiomuutoksen äärellä, uutta työtöimiä perustettaessa tai työkyvyn vahvistamiseen ja luovuuden parantamiseen.

KENELLE

Muutosvalmennusta yksityishenkilöille, ryhmille ja yrityksille. Valmennus räätälöidään kohderyhmälle sopivaksi ja tavoitteet kartoitetaan etukäteen taustakyselyllä. Valmennuksessa on mahdollista käyttää eri menetelmiä ryhmän/asiakkaan tarpeen mukaan.

TEEMOJA

- Tunne- ja tietoisuustaidot
- Vuorovaikutustaidot
- Työhyvinvointi
- Muutosvalmius ja vastuu
- Näkökulman vaihtaminen
- Luovuuden hyödyntäminen
- Palautetyöskentely
- Itsemyötätunto

MENETELMÄT

- Mindfulness, tietoinen läsnäolo
- Tunne ja tietoisuustaidot
- Ratkaisukeskeinen valmennus
- Ilmaisuu: draama, kuva, liike, teksti
- Positiivinen psykologia
- Nepsy-valmennus

KESTO JA PAIKKA

Yksilötapaamiset ovat kestoaltaan 1-1,5h ja ne ovat mahdollisia myös etänä, puhelimen tai netin kautta. Ryhmä- /yritysvalmennuksen kesto määräytyy sovitusti, vaikkapa päivä- tai viikonloppukurssija. Valmennukseen sisältyy palaute-yhteenveto. Hinta määräytyy kokonaisuuden mukaan.

Pyydä räätälöity kurssi kustannusarvioineen juuri sinun ryhmäsi tarpeisiin!

OHJAAJA

Piia Sumupuu

Yhteisöpedagogi (AMK)

Mindfulnessohjaaja

Ratkaisukeskeinen valmentaja

Neuropsykiatrinen valmentaja

Kuvataideterapeutti

Neuropsykiatrinen valmentaja

TIEDUSTELUT:

puh. 0400 428 318

piia@sumupuu.com

sumupuu.com