



NUORTEN PSYKKINEN VALMENTAJA -KOULUTUS (30 OP)

Nuorten ja perheiden parissa työskentelevä kasvatus-, ohjaus-, opetus-, sosiaali- tai terveysalan ammattilainen, pätevöidy ratkaisukeskeiseksi valmentajaksi.

Nuorten psyykinen valmentaja -koulutus lähestyy laajasti ja monipuolisesti nuorten elämää koskettavia kysymyksiä, haasteista, tavoitteista ja tulevaisuuden suunnitelmista, itsetunnon, elämänhallinnan, kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja sosiaalisten taitojen vahvistumiseen.

Teoreettinen viitekehys: kognitiivinen käyttäytymistiede, positiivinen psykologia ja ratkaisukeskeinen lähestymistapa.

Voimauttava ja käytännönläheinen koulutus antaa uusia menetelmiä ja näkökulmia omaan työhön, työyhteisölle, moniammatilliselle yhteistyölle sekä nuoren ja hänen lähiverkostonsa kohtaamiseen ja tukemiseen. Lähijaksojen välillä on omaa työtä ja valmennustaitoja kehittäviä etätehtäviä. Koulutukseen sisältyy harjoitusvalmennuksia, ennakko- ja välitehtäviä sekä koulutuksen rinnalla toteutettava kehittämistyö.

Lähipäivät kaksi lähipäivää kuukausittain. Sisältävät asiantietoa, mutta ovat myös voimauttava, oivalluksia herättävä ja työnohjauksellinen prosessi. Lähipäivissä läsnäolovelvollisuus.

Nuorten psyykinen valmentaja -koulutuksen teemat:

1. Valmennus, valmennuksellinen työote, ratkaisukeskeinen lähestymistapa
2. Positiivinen psykologia, voimavarojen ja potentiaalin vahvistaminen
3. Kognitiivinen käyttäytymistiede, uskomukset, tunteet
4. Itsetuntemus, itsearvostus, itsetunto
5. Sosiaaliset taidot, erilaisuus, suvaitsevaisuus
6. Kiusaaminen, suojautuminen, toisen näkökulma
7. Seksuaali-, sukupuoli-identiteetti
8. Ihmissuhteet – vanhemmat, sisarukset, kaverit, ystävät, seurustelu
9. Osallisuus, aktiivisuus, harrastukset, vaikuttaminen
10. Neuropsykiatriset oireyhtymät
11. Mielen ja tunne-elämän haasteet, ahdistus, masennus
12. Stressinhallinta, rentoutuminen, resilienssi
13. Kokonaisvaltainen hyvinvointi, arjen rytmi, liikunta, ruokailu, uni, lepo, palautuminen, terveys
14. Arvot, hyvät ja huonot valinnat, päihteet, talous
15. Tulevaisuus, unelmat, haaveet, suunnitelmat, tavoitteet
16. Vanhemmuus – yhteistyö, haastavan vanhemman kohtaaminen, vanhemmuuden tukeminen
17. Moniammatillinen, monialainen yhteistyö

Nuorten psyykkinen valmentaja -koulutus antaa toimivat työkalut valmentajan ammattiin, joita voi hyödyntää monipuolisesti työssä nuorten ja perheiden parissa. Valmennuksellinen työtapa on erinomainen toimintamalli kaikkien nuorten parissa tehtävässä työssä.

Työnantajalle koulutus tarjoaa myönteisyyden, tavoitteellisuuden ja ratkaisukeskeisen toimintatavan lisääntymistä, sosiaalisten- ja vuorovaikutustaitojen vahvistumista sekä verkosto-osaamisen kehittymistä työyhteisössäsi.

Vastuukouluttaja Ria Sadelin



Nuorisokasvatukseen erikoistunut yhteiskuntatieteiden maisteri, sosiaalipedagogi, opettaja, opinto-ohjaaja, sosionomi, nuorisotyönohjaaja, sertifioitu ratkaisukeskeinen valmentaja, LCF Life Coach®, neuropsykiatrinen valmentaja, perhevalmentaja, ProKoulu-ohjaaja, NLP Master Practitioner ja Personal Coach.

Artikkeli: Verkosto harhailevan nuoren tukena. Teoksessa: Helminen, Jari (toim.) Asiakkaan moniammatillinen ohjaus sosiaali- ja terveydenhuollossa. Edita. Yhteistyössä Mari Pulkkinen kanssa. *Kirja:* Kiitollisuuden ihme. Cairós 2020.

23-vuoden kokemus äitinä, 4 upeaa lasta (23, 22, 14 ja 8 v).

Yli 20-vuoden kokemus lasten, nuorten, aikuisten ja erityisryhmien parissa työskentelystä ohjaajana, opettajana, kuraattorina ja valmentajana, kouluttajana ammattikorkeakoulussa sekä nuorten parissa työskentelevien ammattilaisten parissa. Laaja kokemus verkostojen kehittämistyöstä. Kokemuksen vahvistama usko monialaisen verkostotyön mahdollisuuksiin. Yhdessä olemme enemmän!

Asiantuntija- ja kokemusasiantuntijaluennot:

Psykiatrian erikoislääkäri, Päihderiippuvuusasiantuntija, Kokonaisvaltaisen hyvinvoinninvalmentaja.

Tutustu kouluttajiin www.cairos.fi

Lähipäivät 16 lähipäivää, klo 9-15. Elokuu 2021 – maaliskuu 2022

23.-24.8., 20.-21.9., 11.-12.10., 15.-16.11., 13.-14.12., 4.-5-1.22, 7.-8.2. ja 21.-22.3.2022

Paikka: Vanhamäen hyvinvointikeskus, Suonenjoki. www.vanhamaki.fi

Koulutuksen hinta: Maksuton oppisopimuskoulutus (ovh. 1850 €).

Lounas 10€ / päivä omakustanne.

Oppisopimuskoulutukseen haku suoraan Sakkyn kautta:

<https://sakky.fi/fi/koulutukset/avoin-hakemus-oppisopimuskoulutukseen>

Lisätiedot: www.cairos.fi / ria.sadelin@cairos.fi / 0451335500

Nuoruus on elämänvaihe, jossa muutaman vuoden aikana tapahtuu elämää mullistavia asioita. Fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen kehitys, murrosikä, itsenäistyminen, koulu, opiskeluvalinnat, ystävyysuhteet, suhteet vanhempiin ja muihin aikuisiin. Mahdollisuudet, usko itseän, omiin kykyihin, itseluottamus, arvomaailma, ulkopuolelta tulevat haasteet, paineet ja ristiriidat.

Nuori kohtaa elämässään paljon hyviä asioita, mutta myös haasteita. Jokaisen nuoren elämässä on hetkiä, jolloin hän tarvitsee apua ja tukea. Aina kotoa tai ystäväpiiristä saatu tuki ei riitä, tarvitaan myös ammattilaisten vahvaa verkostoa nuoren ja perheen tukena.



www.cairos.fi

045 133 5500

ria.sadelin@cairos.fi



cairos_koulutusjavalmennus
[linkedin.com/in/riasadelin](https://www.linkedin.com/in/riasadelin)