



NUORTEN PSYKKINEN VALMENTAJA -KOULUTUS (30 OP)

Nuorten psyykinen valmentaja -koulutus on suunnattu nuorten ja perheiden parissa työskenteleville kasvatus-, ohjaus-, opetus-, sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille.

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.

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, ennako- 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 ratkaisukeskeisen valmentajan ammattiin, joita voi hyödyntää monipuolisesti työssä nuorten ja perheiden parissa. Työnantajalle koulutus tarjoaa myönteisyyden, tavoitteellisuuden ja ratkaisukeskeisen toimintatavan lisääntymistä, sosiaalisten- ja vuorovaikutustaitojen vahvistumista sekä verkosto-osaamisen kehittymistä työyhteisössä.

Vastuukouluttaja Ria Sadelin



Nuorisokasvatukseen erikoistunut sosiaalipedagogi YTM, opettaja, opinto-ohjaaja, sosionomi, nuorisotyönohjaaja, ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja, perhevalmentaja, ProKoulu-ohjaaja, Life Coach, NLP Master Practitioner ja Personal Coach. Neuropsykiatrinen valmentaja- ja Nuorten psyykkinen valmentaja- kouluttaja.

Artikkeli: Verkosto harhailevan nuoren tukena. Teoksessa: Helminen, Jari (toim.)

Asiakkaan moniammatillinen ohjaus sosiaali- ja terveydenhuollossa. Edita. Yhteistyössä

Diakin opinto-ohjaaja Mari Pulkkinen kanssa. *Kirja:* Kiitollisuuden ihme. Cairos 2020.

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

20-vuoden kokemus lasten, nuorten, aikuisten ja erityisryhmien parissa työskentelystä seurakunnassa, nuoriso- ja perhetyössä, koulu- ja oppilaitosmaailmassa sekä kuntouttavassa työtoiminnassa, ohjaajana, opettajana, kuraattorina ja valmentajana. Nuorisotyön ammattilaisten kouluttajana ammattikorkeakoulussa sekä kasvatusta ja opetusalan ammattilaisten kouluttajana yrittäjänä. Laaja kokemus verkostojen kehittämistyöstä, opiskeluhuollon, oppilaitosten sekä työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien NEET-nuorten palveluverkostojen ja Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma LAPE:n perhekeskusverkoston kehittämistyössä.

Kokemuksen vahvistama usko monialaisen verkostotyön mahdollisuuksiin. Yhdessä olemme enemmän!

Asiantuntija- ja kokemusasiantuntijaluennot:

psykiatrian erikoislääkäri, päihderiippuvuusasiantuntija, hyvinvointivalmentaja.

Tutustu kouluttajiin: www.cairos.fi

Lähipäivät 16 lähipäivää, klo 9-15, läsnäolo paikalla (Tampere Cotone, www.cotone.fi),

Kuopion ryhmä: Vanhamäen hyvinvointikeskus Suonenjoki tai verkko-opinnot reaaliaikaisesti.

Koulutuksen hinta: 1500 € + alv 24% (Yhteensä 1860€). Mahdollisuus maksaa osissa.

Kuopio, mahdollisuus oppisopimuskoulutukseen. Kysy lisää: info@cairos.fi tai 045 133 5500

Alkavat koulutukset:

Kuopio	Tampere	Verkko-opinnot
Osio 1: 23.-24.8.2021	Osio 1: 23-24.9.2021	Osio 1: 23-24.9.2021
Osio 2: 20.-21.9.2021	Osio 2: 28.-29.10.2021	Osio 2: 28.-29.10.2021
Osio 3: 11.-12.10.2021	Osio 3: 18.-19.11.2021	Osio 3: 18.-19.11.2021
Osio 4: 15-16.11.2021	Osio 4: 13-14.1.2022	Osio 4: 13-14.1.2022
Osio 5: 13.-14.12.2021	Osio 5: 10.-11.2.2022	Osio 5: 10.-11.2.2022
Osio 6: 4.-5.1.2022	Osio 6: 21.-22.3.2022	Osio 6: 21.-22.3.2022
Osio 7: 7.-8.2.2022	Osio 7: 7.-8.4.2022	Osio 7: 7.-8.4.2022
Osio 8: 21.-22.3.2022	Osio 8: 12.-13.5.2022	Osio 8: 12.-13.5.2022



www.cairos.fi

045 133 5500

ria.sadelin@cairos.fi



cairos_coaching

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