



NUORTEN PSYKKINEN VALMENTAJA -KOULUTUS (30OP)

**NUORTEN JA HEIDÄN PERHEIDEN PARISSA
TYÖSKENTELEVILLE AMMATTILAISILLE**



NUORTEN PSYKKINEN VALMENTAJA -KOULUTUS

Kaksi peräkkäistä lähipäivää / kuukausi, yhteensä 16.

Koulutuspäivän klo 9–15, sisältää lounastauon ja kaksi kahvitaukoa. Läsnäolo, ei tallennemahdollisuutta.

Lähipäivien välissä on omaa ammatillista identiteettiä, työtettä ja työyhteisön kehittämiseen liittyviä tehtäviä, sekä valmennusharjoittelua nuorten / asiakkaiden, ryhmien ja kollegoiden parissa.

Koulutus rakentuu ratkaisukeskeisen työtteen, kognitiivisen käyttäytymistieteen ja positiivisen psykologian / pedagogiikan teoriataustalle.

Koulutuksessa lähestytään nuoren elämää koskettavia kysymyksiä hyvin laaja-alaisesti.

Koulutus sisältää runsaasti asiantuntijaluentoja, mm. nuorten mielen haasteisiin, neurokirjoon, riippuvuuksiin ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin liittyen.

Koulutuksessa saat Ratkaisukeskeisen valmentajan pätevyyden.

OHJELMA

PERIODI 1:

Orientaatio ja taustateoriat

Esittäytyminen, rakentava keskustelukulttuuri.

Koulutuksen taustateorioiden esittely: kognitiivinen käyttäytymistiede, positiivinen psykologia ja ratkaisukeskeinen lähestymistapa.

Koulutuksen tavoitteet ja käytänteet. Trello-oppimisalusta.

Kokemuksellinen oppiminen ja valmennusharjoitusten aloittaminen.

Positiivinen psykologia / pedagogiikka

Nuorten kohtaaminen valmennuksen keinoin – potentiaalın ja voimavarojen tunnistaminen, sanoittaminen ja vahvistaminen.

Positiivinen psykologia ja narratiivinen teoria kohtaamistyön orientaationa.

Itsetunto, itsemyötätunto, vahvuuksien ja voimavarojen tunnistaminen ja hyödyntäminen työssä.

Kehittämistehtävään orientoituminen. Valmennusharjoittelu.

PERIODI 2:

Kognitiivinen käyttäytymistiede

Kognitiivinen käyttäytymistiede.

Käyttäytymiseen vaikuttavat uskomukset, tunteiden ja ajatusten taustalla.

Uskomusten tarkastelu valmennusharjoitusten avulla.

Ratkaisukeskeinen lähestymistapa

Ratkaisukeskeinen orientaatio.

Tavoitteen tunnistaminen, asettaminen ja myönteinen kuvaus.

Tavoitetyöskentelyä vahvistavia valmennusharjoituksia.

PERIODI 3:

Valmennuksen 5 + 1 koota

Valmennuksen 5 + 1 koota

Aktiivinen kuunteleminen, myönteisen palautteen vahvistaminen

Valmennusharjoituksia erilaisten näkökulmien vahvistamiseen ja kuuntelemisen taitoihin.

Rakentava vuorovaikutus (NVC, Non Violent Communication)

Kiusaaminen ilmiönä ja vuorovaikutuksen muotona.

Tarpeet toiminnan ja tunteiden taustalla.

Rakentava ja myötäelävä vuorovaikutus.

Rakentavaa kommunikaatiota vahvistavia valmennusharjoituksia.

PERIODI 4:

Ratkaisukeskeinen valmennus

Ratkaisukeskeinen valmennus

Valmennuksen kaava ja valmennusprosessi

Verkostot oman työn ja nuoren / asiakkaan tukena

Neuropsykiatriset oireyhtymät

KYS:n lastenpsykiatrian osastonylilääkäri Anita Puustjärven luento: Neuropsykiatriset oireyhtymät

Teoriatiedon ja kokemuksellisten valmennusharjoitusten myötä tutustutaan aistijärjestelmän, havainnoinnin ja muistin merkitykseen.

PERIODI 5:

Järki ja tunteet

Tarkastellaan tunteiden merkitystä päätöksenteon, käyttäytymisen, kokemisen ja kokemusten taustalla. Tunnetaitojen avulla vahvistetaan omaa hyvinvointia ja jaksamista, sekä nuorten ymmärrystä ja kohtaamisen taitoja.

Voimauttavin valmennusharjoituksin työstetään erilaisia tunteita, opitaan luottavaisesti pysähtymään tunteiden äärelle ja tarkastelemaan tunteiden syvempiä viestejä.

Nuoren mielen haasteet

Lääkäri luennoi nuorten mielen haasteista

Tarkastellaan tunne-elämän merkitystä ja mahdollisuuksia nuoren hyvinvoinnin tukemisessa.

Valmennusharjoitusten myötä lähestytään tunteiden kohtaamisen ja käsittelyn taitoja.

PERIODI 6:

Ihmissuhteet ja sosiaaliset taidot

Ihmissuhteet,
sosiaaliset taidot
erilaisuus
itsenäisyys, osallisuus
Rajat

Riippuvuus, arvot

Riippuvuusasiantuntija Juha Lantz luennoi: päihde- ja peliriippuvuudesta.

Kokemuksellisessa oppimisessa lähestytään omien arvojen mukaisen elämän merkityksellisyyttä hyvän elämän perustanta.

PERIODI 7:

Kokonaisvaltainen hyvinvointi

Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin asiantuntija Jenni Sillantaka luennoi: arjen rytmi, liikunta, ruokailu, uni, lepo, palautuminen, terveys
Valmentavalla lähestymistavalla tarkastellaan myös talouden, seksuaalisuuden ja sukupuoli-identiteetin kysymyksiä

Unelmat, tulevaisuus

Suunnataan katse tulevaisuuteen, unelmiin, haaveisiin ja toiveisiin.
Niiden päälle toivo ja myös nuorten elämä rakentuu.

PERIODI 8:

Kehittämistehtävät ja koonti

Kehittämistehtävien purku, valmentava työote koonti

Valmistuminen

Loppukoe ja valmistuminen

Vastuukouluttaja Ria Sadelin



Sosiaalipedagogi YTM (nuorisokasvatus), opinto-ohjaaja, opettaja, sosionomi (AMK) diakoni, nuorisotyönohjaaja, ProKoulu-ohjaaja, neuropsykiatrinen valmentaja, nepsy perhevalmentaja, LCF Lifecoach®. NLP Master Practitioner, NLP 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. Cairos 2020.

24-vuoden kokemus äitinä, 4 upeaa lasta (24, 23, 15 ja 9 v).

Yli 20-vuoden kokemus lasten-, nuorten-, perheiden-, aikuisten ja erityisryhmien parissa työskentelystä, nuoriso- ja perhetyössä, koulu- ja oppilaitosmaailmassa sekä työllisyyspalveluissa. Laaja kokemus verkostojen kehittämistyöstä, opiskeluhuollon, oppilaitosten ja nuorten palveluverkoston välisen yhteistyön, työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien NEET-nuorten palveluverkoston kehittämistyössä. Kokemuksen vahvistama usko monialaisen verkostotyön mahdollisuuksiin. Yhdessä olemme enemmän!

Asiantuntijaluennoitsijat:

- ✓ Nuorten mielenpulmiin erikoistunut lääkäri
- ✓ Neurokirjoon erikoistunut psykiatrian erikoislääkäri
- ✓ Päihderiippuvuusasiantuntija- / kokemusasiantuntijaluennoitsija
- ✓ Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin asiantuntija

PALAUTTEITA

"Osallistavia aiheita. Sai siis hyödyntää sekä itseä ajatellen että nuorten valmennusta varten."

"Päivän luento oli ihan mahtava! Kuuntelin sitä innolla."

"Nämä koulutuspäivät ovat olleet ihan mahtavia irtiottoja kiireisestä työarjesta. Ajon ottaa näistä päivistä mukaan armollisuuden itseäni kohtaan, höllätä tahtia ja kiinnittää huomiota enemmän hyviin asioihin."

"Olen oppinut todella paljon ratkaisukeskeisyydestä ja valmennuksellisesta työotteesta."

"Kiitos jo nyt tähänastisesta. Voi kunpa jokainen nuorten kanssa työskentelevä pääsisi joskus osallistumaan tällaiseen! Kerrankin koulutus, johon mennessä ei mietitytä, että hukkaanko aikaani."

"Koulutus on antanut uutta puhtia ja näkökulmia ennaltaehkäisevään työhön, ja on vastannut odotuksiani. Harjoitteet ovat monipuolisia."

"Tunnelma jokaisella kerralla on hyvä ja hybriditoteutus toimii hyvin, ellei pääse paikan päälle."

"Todella itselle taas ajankohtaisia aiheita! Oli ihana miettiä unelmia. Nuoriin liittyen seksuaali- ja sukupuoli-identiteetti puolta olisi voinut käsitellä enemmänkin. Monelle näytti olevan uusi asia, mistä syystä olisi hyvä tuoda tätä näköpuolta enemmän monelle tutuksi. Aikuisilla on iso vaikutus."

YHTEYDENOTOT / KOULUTUKSEEN HAKEUTUMINEN

Hakeutuminen koulutukseen: <https://cairos.fi/nuorten-psykkinen-valmentaja/>

Lisätietoja koulutuksesta: Vastuukouluttaja Ria Sadelin, puh. 045 133 5500,
sposti: ria.sadelin@cairos.fi, sekä nettisivuilta: <https://cairos.fi/nuorten-psykkinen-valmentaja/>

