

OHJAUKSELLINEN URAVALMENNUS LÖYDÄ OMA POLKUSI! KAJAANI 11.1.2021 ALKAEN



OHJAUKSEN RAKENNE:

Ryhmän koko on 5 – 8 henkilöä. Ryhmä kokoontuu seuraavasti:

11.1. ja 12.1.
18.1. ja 19.1.
25.1. ja 26.1.
1.2. ja 2.2.

klo 9 – 14.30 välillä ja lisäksi yksi päivä maaliskuussa.

Ennen ryhmän ensimmäistä kokoontumista henkilökohtainen keskustelu ohjaajan kanssa.

Päivä sisältää ryhmässä tapahtuvaa ohjauksellista työskentelyä, itsenäisiä tehtäviä ja henkilökohtaisia keskusteluja.

**HAKU VALMENNUKSEEN Kainuun
TE-toimistosta oman asiantuntijan kautta.**

Hei Sinä!

Jos

- olet nuori
- koet sosiaalisten tilanteiden pelkoa, jännittämistä tms., joka estää tulevaisuuden suunnittelua ja etenemistä koulutukseen ja työhön
- olet valmis pysähtymään itsesi äärelle
- haluat työskennellä pienryhmässä

tämä räätälöity valmennus on sinua varten!

Tavoitteena on, että sinulla on realistinen omaan elämäkokonaisuuteen sopiva suunnitelma tulevaisuuteen – itsetunto vahvistuu, mahdollisuuksien maailma aukeaa ja näet uudenlaisia ajattelu- ja toimintatapoja.

Teemoina

- Itsetuntemus
- Hyvinvointiani tukevat ajattelu- ja toimintatavat, esteiden tunnistaminen ja raivaaminen vahvuudeksi
- Moninainen osaamiseni
- Suhde työhön ja työnhakuun
- Tasapainoinen elämänsuunnitelma
- Minä aktiivisena toimijana työelämässä: työntekijätaidot, työyhteisötaidot