

Hyvinvoiva opettaja / ohjaaja - valmennus

Valmennus soveltuu sinulle opettaja tai ohjaaja, joka haluat selkeyttää omia tavoitteitasi, löytää vahvuuksiasi, lisätä kokonaisvaltaista hyvinvointiasi ja vahvistaa osaamistasi. Saat työkaluja, joiden avulla kehittää itseäsi ja omaa elämääsi. Valmennuksen aikana harjoitellaan myös dialogitaitoja.

Ajankohta: 5 torstai-iltapäivää syksyllä 2013
22.8., 5.9., 24.10., 14.11. ja 19.12. klo 13–16

(lisäksi varapäivänä 16.1.2014., mikäli joku päivä joudutaan siirtämään)

Paikka: Ammattiopisto Tavastia, Hattelmalantie 8, 13101 Hämeenlinna

Päivien teemat:

- 1. Oman elämän johtaminen**
 - Valmennusohjelman esittely
 - Ratkaisukeskeisyys ja myönteinen psykologia
 - Dialogitaidot
 - Tilannekartoitus ja tavoitteiden asettaminen
- 2. Itsetuntemus**
 - Omien vahvuuksien löytäminen
 - Omien vahvuuksien hyödyntäminen
 - Oman näköisen elämän luominen
- 3. Kokonaisvaltainen hyvinvointi**
 - Mitä hyvinvointi on?
 - Fyysinen, psyykinen, emotionaalinen, sosiaalinen ja älyllinen hyvinvointi
- 4. Ajanhallinta**
 - Suunnittele ajankäyttöäsi
 - Stressinhallinta
- 5. Oman näköinen elämä**
 - Oman elämän käsikirja
 - Uravalmennus

Kouluttajana:

Kouluttaja, life coach **Riikka Michelsson**, Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus

Ilmoittaudu pe 9.8.2013 mennessä sähköpostitse: anni.hult@kktavastia.fi

Ryhmään voidaan ottaa maksimissaan 12 osallistujaa ja paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

Valmennus on tarkoitettu Opelix -verkoston henkilöstölle ja on osallistujalle maksuton. Hanke tarjoaa koulutuspäivien kahvit. Osallistajat huolehtivat omista matka- ja työaikakuluista. Näitä ja sijauskustannuksia on mahdollista osoittaa Opelix -hankkeen oppilaitoksen/kunnan omarahoitusosuudelle (sovittava tapauskohtaisesti hankkeen yhteyshenkilön kanssa ko. organisaatiossa).

OPELIX VERKOSSA:

<http://opelix.wikispaces.com/>
www.facebook.com/opelixosaavaoppilaito



Ammattiopisto ja Lukioliikelaitos Tavastia • Faktia koulutus Oy • Forssan ammatti-instituutti • Hattulan kunta, sivistystoimi • Hyria koulutus Oy • Hämeenlinnan kaupunki, opetuspalvelut • Hämeen ammatti-instituutti • Janakkalan kunta, sivistystoimi • Kiipulan ammattiopisto • Vanajaveden opisto

Opelix – osaava oppilaitos on Etelä-Suomen aluehallintoviraston rahoittama hanke, joka on osa valtakunnallista Opetus- ja kulttuuriministeriön OSAAVA -ohjelmaa (2010-2016). Hanke tähtää opetustoimen henkilöstön osaamisen kehittämiseen, yhteisen ja tarvelähtöisen täydennyskoulutustoiminnan pysyvien rakenteiden luomiseen sekä koulujen ja oppilaitosten suunnitelmallisen verkostoyhteistyön tukemiseen.

Hallinnoija: Koulutuskuntayhtymä Tavastia: Ammattiopisto Tavastia, Hattelmalantie 8, PL 30, 13101 Hämeenlinna, puh. 03 65 811
Projektipäällikkö Anni Hult, anni.hult@kktavastia.fi, puh. 050 4400 459