



Suomen Mentaalivalmennus Oy

Suomen mentaalivalmennus on yritys, joka valmistaa yksilön kohtaamaan muuttuvaa maailmaa, kehittää ihmisten välistä vuorovaikutusta ja saa yksilön vahvuudet loistamaan.

Kaikki valmentajamme ovat mentaalivalmennuksen ammattilaisia ja ovat valmentaneet yrityksiä, yhteisöjä, yksilöitä ja urheilijoita kohti menestystä pitkään saavuttaen konkreettisia tuloksia.

Jouko Mikkola, valmentaja

- Työyhteisövalmentaja
- Mentaalivalmentaja SHL
- Toiminnallisen neurotieteen asiantuntija, ActionTypes Certified
- Mental Manager Tavastia
- Urheiluvalmentaja
- Urheilun mentaalivalmentaja



TYÖNHAUN TEHOTREENI – PALVELU

Valmennuksen tavoite

- Asiakkaan voimavarojen lisääminen valmistaen kohtaamaan työelämän haasteet
- Itsetuntemuksen lisääminen ja vahvuuksien tunnistaminen työelämän näkökulmasta
- Henkisten ja fyysisten voimavarojen lisääminen vahvistamaan kyvykkyyttä työelämään
- Asenne, motivaatio ja vuorovaikutustaidot sekä muut työelämän pehmeät arvot osana työmenestystä
- Ohjauskeskustelu sopivien työpaikkojen löytämiseksi
- Konkreettinen työnhaku, työkalut ja väylät
- Oman itsen markkinointi ennen ja jälkeen työhakemuksen lähettämisestä
- Haastatteluvaiheeseen sekä paikan päällä tehtävään tai videohaastatteluun
- Valmennuksen henkilökohtainen räätälöinti tarpeiden mukaan

Jouko Mikkola
Suomen Mentaalivalmennus Oy
0400 449 979
jouko@mentaali.fi
www.mentaali.fi