



Tukenasi rohkeampaan elämään

Päivikki Leinonen

www.luovahiljaisuus.com

Hyvinvoinnin koutsi -palvelu

Haluaisitko lähteä kanssani tutkimaan vahvuuksiasi ja rohkaistumaan ottamaan uusia askeleita – yhden kerrallaan – kohti työelämää. Kuljen rinnallasi hetken matkaa rohkaisevalla, kannustavalla ja ymmärtäväisellä otteella.

Läsnäolon taito mahdollistaa kohtaamisen ja luo tilan, jossa voimme opetella stressinhallintaa, hyvinvoivan arjen aakkosia, resilienssiä ja itsetuntemusta. Tilanteesi huomioiden opetelomme taitoja, jotka vahvistavat voimavarojasi ja auttavat palautumisessa.

Opetelomme piirtämään rajoja, pohdimme arvoja ja olemme realistisia tavoitteiden suhteen voimavarasi huomioiden. Hyödynnän valmennuksessa myös kehittämäni intuitiivista voimavaratyöskentelyä. Tutustumme työympäristön arkeen ja avaamme ovia, jotka vaativat tulla avatuksi. Vaadin sitoutumista ja oikeaa asennetta. Asenne ja motivaatio kantavat pitkälle. Hyvät aikomukset tarvitsevat konkreettisia tekoja kaverikseen. Kukaan meistä ei pärjää yksin.

Lähdetään liikkeelle sinusta ainutlaatuisena ihmisenä. Löytäisimmekö yhteisen sävelen, joka soi elämään toivoa, iloa ja valoa. 5-15 kokonaista tuntia sinun elämäsi parhaaksi. Tartu tilaisuuteen!

Kurkkaa myös www.luovahiljaisuus.com -verkkosivuni. Sieltä lukemalla löydät tyylini, tutustut persoonaani, taustaani ja ammatillisuuteeni. Jos se kutsuu sinua, otathan yhteyttä.