

Ilmoittaudu Työuran uurtaja®

-valmennukseen!

Miltä näyttävät seuraavat askeleet työurallasi? Missä näet itsesi viiden vuoden päästä? Pohditko omaa työhyvinvointiasi? Missä tehtävissä loisit?

Työterveyslaitoksen Työuran uurtaja® -vertaisryhmävalmennus auttaa sinua tarkastelemaan omaa työuraasi ja työsi sisältöä ja miettimään, miten työhön saisi uutta intoa ja hallinnan tunnetta.

Valmennuksessa tunnistetaan omia vahvuuksia ja voimavaroja, kehittymiskohteita ja tavoitteita. Se ohjaa laajentamaan omia verkostoja, valmistautumaan muutostilanteisiin ja antaa vinkkejä työmäärän ja stressin hallintaan. Valmennuksessa tehdään myös oman työuran tavoitesuunnitelma.

Saat myös muilta ryhmäläisiltä vertaistukea ja uusia näkökulmia. Valmennuksessa käytävät keskustelut ovat luottamuksellisia. Valmennusmenetelmän vaikuttavuus on osoitettu tieteellisillä tutkimuksilla.

Työuran uurtaja®
-vertaisvalmennuksen kokonaiskesto on 16 tuntia ja se toteutetaan 10–12 hengen ryhmissä.

Valmennuksen ajankohta

Paikka

Ilmoittaudu mukaan



Työterveyslaitos