

## Muutosvalmennus

### Kenelle?

Muutosvalmennuksesta hyötyvät ihmiset, jotka ovat uuden tilanteen edessä ja miettivät uutta suuntaa työ- tai yksityiselämässään.

Ihminen, joka kohtaa äkillisen muutoksen on tilanteessa hyvin huolestunut ja hämillään. Hänellä on hätä toimeentulosta, siitä miten tilanteessa toimitaan oikein ja mitä minä tulevaisuudessa teen.

### Miksi?

Ihminen ei tällaisessa ”hätätilanteessa” kykene pysähtymään ja miettimään mitkä toimenpiteet olisivat kokonaistilanteen kannalta järkevimpiä ja kauaskantoisempia.

Hän tarttuu ensimmäiseen eteen tulleeseen tarjoukseen, miettimättä onko motivoitunut pitkällä tähtäimellä tähän työhön tai koulutukseen.

Motivaation puuttuessa se energia ja raha mikä tähän käytetään, ei tuota sellaista tulosta kuin olisi lupa odottaa.

Muutosvalmennuksessa autetaan asiakasta asettamaan itselleen selkeä tavoite, kasvattamaan tavoitteen saavuttamiseksi tarvittavaa motivaatiota ja kytkemään keskeiset sidosryhmät osaksi prosessia.

Muutosvalmennus auttaa asiakasta selkeyttämään itselleen minkälaisia muutoksia hän haluaa saada aikaiseksi sekä toimimaan aktiivisesti kyseisten muutosten toteuttamiseksi.

### Asiakas

- motivoituu uuden tilanteen haltuun ottoon
- saa uutta puhtia
- näkee elämäntilanteessaan myös jotain positiivista
- käyttää ajan hyödyllisesti
- kohdentaa resurssinsa hyödyllisesti
- oppii ratkaisukeskeisen tavan ajatella ja toimia

**Yksiö valmennus:** 6 kertaa 1 tunti kerrallaan (5 valmennustapaamista ja 1 seurantatapaaminen)

**Ryhmä valmennus:** 6 kertaa 2 tuntia kerrallaan (5 valmennustapaamista ja 1 seurantatapaaminen)