



Osallistajat rohkaisivat toisiaan rakentamaan luottamusta nuorten itsenäistymiseen ja siten työstivät nuoresta irrottautumista.-

Osallistuminen vastasi monen vanhemman toiveisiin omien voimavarojen tukemisesta ja omaan hyvinvointiin panostamisesta.

Mitä Toivoa tulevaan -verkkovalmennus on?

Mitä tunteita sinussa herättää nuoren itsenäistyminen: Kuinka tuen nuoren itsenäistymistä ja huolehdin samalla omasta hyvinvoinnistani? Pystynkö päästämään irti? Miltä muutos minusta tuntuu? Muuttuuko vanhemmuus? Mitkä ovat minun suunnitelmani, ajankäyttöni ja voimavarani?

Mikäli haluat pohtia tarkemmin omaa muuttuvaa vanhemmuuttasi henkilökohtaisten tehtävien kautta sekä yhdessä työntekijöiden ja toisten vanhempien kanssa, tämä verkkovalmennus on juuri sinulle.

 Lisätietoja 040 -1828219

 satu.koivurinne@kvps.fi

 Ilmoittautuminen 28.1. mennessä
<https://www.lyyti.in/toivoatulevaan2024>



Voimavarakeskeinen verkkovalmennuksen lähtökohtana ovat jokaisen osallistujan omat tavoitteet ja erilaisten vanhemmuuden näkökulmien saaminen.

TOIVOA TULEVAAN VERKKOVALMENNUS KEVÄT 2024



TERVETULOA MATKALLE MUKAAN VOIT
TEHDÄ SEN KOTISOHVALTASI KÄSIN!

Verkkovalmennus toteutetaan ajalla 5.2-14.4.2024

Yhteiset teams tapaamiset klo 18-19.30

- 5.2 Itsenäistyminen nuoren kehitystehtävävä
- 19.2 Muuttuva vanhemmuus ja irtipäästäminen
- 4.3 Haastavat tilanteet & resilienssi
- 18.3. Vahvistavat ihmissuhteet
- 8.4 Omat voimavarat ja oma aika

Valmennuksesta

Valmennus sisältää alustuksia ja tehtäviä sekä vertaiskeskustelua. Valmennus tapahtuu verkossa yksilöllisesti sekä valmennusryhmän kesken Howspace alustalla. Saat siellä materiaalia ja tehtäviä viikon teemojen mukaan. Osa tehtävistä on henkilökohtaisia ja osa tehdään ryhmän kanssa yhdessä.

Osallistuaksesi tarvitset tietokoneen, padin tai älypuhelimien sekä toimivan verkkoyhteyden ja perustaidot netin käytöstä.



“Oli huikeaa kuulla, että valmennus oli antanut tilaa omille ajatuksille ja tuonut rohkeutta lähteä tekemään muutoksia myös vanhemman omassa elämässä.”



“Minun täytyi vanhempana päästä irti jatkuvasta suorittamisesta”.



“Kurssin tähtihetkeni ja suuri oivallus oli kyllä se, että onnistuin tekemään tietoisien irtipäästämisen.”

