



HYVINVOINNILLA TYÖELÄMÄÄN

Yksilövalmennusta etänä, suomi/englanti, 1–12 tuntia

SANOJA JA KOHTAAMISIA

Mietkö, mikä olisi sinulle oikea suunta työelämässä? Mitkä ovat vahvuutesi? Missä haluaisit kehittyä? Mitä tarvitset voidaksesi paremmin?

Käytän kirjallisuusterapeuttisia menetelmiä ohjatessani sinua kohti näköistäsi elämää. Itsetuntemuksesi lisääntyessä oma polkusi alkaa hahmottua ja tulevaisuuden tavoitteesi selkenevät elämän eri osa-alueilla.

Et tarvitse aiempaa kokemusta kirjoittamisesta tai kirjallisuuden tuntemusta. Valmiita ja itse tuotettuja tekstejä käytetään ajatusten herättäjänä ja keskustelun tukena.

SARI VALMENTAJANA

”Ymmärrät elämää monesta vinkkelistä”, totesi eräs asiakkaani.

Monipuolinen työtaustani, koulutukseni ja elämäkokemukseni auttavat minua näkemään asiakkaan kokonaisuutena. Erityisosaamistani ovat (työ)uupumus ja masennus, ja olen perehtynyt traumatietoiseen näkökulmaan ihmistyössä. Teen Jyväskylän yliopistossa väitöskirjatutkimusta kirjallisuusterapian käytöstä työhyvinvoinnin tukena.

Minuun voit tutustua tarkemmin → www.sarikortesoja.fi ja somessa @sanoja.ja.kohtaamisia.

YHTEYSTIEDOT

Sari Kortesoja info@sarikortesoja.fi p. 040 585 3191
väitöskirjatutkija, sanataide- ja kirjallisuusterapiaohjaaja, FM, tradenomi
Sanoja ja kohtaamisia / Tmi Sari Kortesoja www.sarikortesoja.fi