

Mind-Body Bridging Coaching: johdanto 1.9.2022

Monimutkaistuva ja epävarma maailma vaatii meiltä kykyä johtaa itseämme, vastata ympäristön haasteisiin joustavasti ja löytää uusia näkökulmia, jotka eivät löydy väkisin. Kun mieli on levossa, voimavaramme ovat paremmin käytettävissä ja on helpompi rakentaa parempaa ja tiedostavampaa toimintaa.



Ajankohta: 01.09.2022

Paikka: Online-toteutus Zoomin välityksellä verkossa

Hinta: 375 + alv. 24%

Ota yhteyttä:

Sari Laurila

+358 50 448 8930

sari.laurila@hyplus.fi

Haluatko vahvistaa henkisiä lihaksiasi ja mielenrauhaasi? Millaista on ajatella, tehdä päätöksiä ja toimia paineen sijasta mielenrauhasta ja läsnäolosta käsin? Tule **1.9.2022 klo 9–12** mukaan kolmen tunnin valmennukseen!

Valmennuksessa opit perusteita neurotieteelliseen tutkimukseen pohjautuvasta ja käytännönläheisestä Mind-Body Bridging (MBB) -menetelmästä, jonka voit viedä heti arkeesi. Monet johtajat, esihenkilöt ja asiantuntijat ovat jo ottaneet sen arjessa käyttöönsä.

Coachingissa ja työnohjauksessa MBB on tehokas lähestymistapa yksilöiden, ryhmien ja tiimien kanssa. Menetelmä vahvistaa tietoisuutta omista rajoittavista ja stressiä aiheuttavista ajatusmalleista sekä kehittää resilienssiä.

Valmennuksen aikana opit:

- mitä MBB on pähkinänkuoressa
- miten stressi syntyy
- miten pääset stressitilasta levolliseen läsnäoloon
- konkreettisia harjoituksia.

Tämä valmennus toimii myös johdatuksen laajempaan Mind-Body Bridging Coaching -valmennusohjelmaan, joka tarjoaa coacheille, työnohjaajille, HR:lle, henkilöstön kehittäjille ja esihenkilöille välineitä henkilökohtaisen ja ammatillisen potentiaalin esille saamiseen ja vapauttamiseen.

Valmennus toteutetaan verkossa Zoom-etäyhteyden välityksellä.

Valmennusohjelman vetäjät **Keijo Halinen** ja **Sari Vuohtoniemi** kertovat blogissa, mitä Mind-Body Bridging on ja miten se auttaa selviämään stressaavistakin tilanteista: *Mind-Body Bridging – resilienssiä mielenrauhasta käsin*

KENELLE

Valmennus sopii coacheille sekä coachingin perustaidot omaaville työnohjaajille ja henkilöstön kehittäjille. Valmennus soveltuu hyvin myös esihenkilöille, jotka ovat kiinnostuneita coachingista ja haluavat vahvistaa läsnäolevan vuorovaikutuksen taitojaan.

VALMENTAJAT

Valmennuksen vetävät Keijo Halinen (Florire Oy) ja Sari Vuohtoniemi (True Potential Oy). He ovat kokeneita johtajuuden kehittäjiä, coacheja ja coaching-taitojen valmentajia, jotka ovat käyttäneet menetelmää jo satojen johtajien ja asiantuntijoiden kanssa kymmenissä yrityksissä kansainvälisesti sekä julkisissa organisaatioissa.

Keijo Halisella on 35 vuoden kokemus coachingista sekä johtajien ja johtoryhmien valmentamisesta yli 20 maassa lukuisilla eri teollisuuden aloilla ja julkishallinnossa. Hänellä on laaja kokemus yritysten ja julkishallinnon organisaatioiden johdon tukemisesta muutosprosesseissa. Halinen on Florire Oy:n toimitusjohtaja ja koulutukseltaan sekä ekonomi että M.Sc. in Management. Hän on myös Integral Master Coach™, Professional Certified Coach (PCC ICF), sertifioitu Human Element ja Radical Collaboration -valmentaja, enneagrammiohjaaja ETNT, sertifioitu Mind-Body Bridging -terapeutti ja Certified Mind-Body Bridging Practitioner

(Utah State University).

Sari Vuohtoniemi on johdon ja johtoryhmien coach sekä johtajuuden ja coaching-taitojen kehittäjä True Potentialista. Hänellä on yli 20 vuoden kokemus johtajuuden ja johtotiimien kehittämisestä Suomessa ja kansainvälisesti eri toimialojen yrityksissä ja julkishallinnon organisaatioissa. Hän on koulutukseltaan YTM, sosiaalipsykologi, tradenomi ja on parhaillaan psykologian tohtoriopiskelija Jyväskylän yliopistossa (väitöskirja coachingista). Vuohtoniemellä on lukuisia sertifiointeja, mm. ICF Master Certified Coach (MCC), Johdon ja esimiesten työnhajaaja ja Sertifioitu Mind-Body Bridging Coach, ETNT Enneagrammiohjaaja, Workplace Big Five, Everything DiSC, EQ-I 2.0. Hän on kirjoittanut luvun *Coaching Science Practitioner Handbookiin* ja toimii Co-Leadina globaalissa ICF:n Coaching Science Community of Practicessa.

Pidätämme oikeuden ohjelman muutoksiin.