

JOHDA ITSEÄSI PAREMMIN – HYVÄN ELÄMÄN VALMENNUS

LEAD YOURSELF BETTER – GOOD LIFE COACHING

SISÄLTÖ:



ARJEN TAITOJA, jonka jälkeen opiskelija osaa johtaa itseään opinnoissa ja arjessa sekä osaa hyödyntää erilaisia arjenhallinnan työkaluja.



TUNNE- JA VUOROVAIKUTUSTAITOJA, joiden kautta opiskelija osaa reflektoida itsetuntemustaan ja itsetuntoaan.



OPTIMISMIN TAITOJA, jotka auttavat opiskelijaa tunnistamaan omia ajattelutapojaan ja niiden vaikutusta omaan toimintaan.



ARVOJA JA MOTIVAATION TAITOJA, joiden kautta opiskelija oppii tunnistamaan ja ymmärtämään arvojen sekä ulkoisen ja sisäisen motivaation merkityksen.

TOTEUTUS:

JIP-kurssi toteutetaan verkkokurssina, jossa on mahdollisuus kokeilla erilaisia yhteisiä ”lähipäiviä” aihealustuksien ja reflektoinnin merkeissä tai toteuttaa vain reflektiopäiväkirja.

**VOIMAA
IT-OPISKELUUN!**

voimaaopiskeluun.diak.fi

Diakonia-ammattikorkeakoulun hallinnoimassa Voimaa opiskeluun -hankkeessa osatoteuttajina ovat Suomen Diakoniaopisto, Nyyti ry sekä Opiskelun ja koulutuksen tutkimussäätiö Otus sr. Euroopan sosiaalirahaston tukea saavaa hanketta rahoittaa Hämeen ELY-keskus.

Diak

OTUS

NYTYI RY

SUOMEN
DIAKONIA
OPISTO

Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020