

Yksilövalmennus

yksilöllistä – tavoitteellista - kokonaisvaltaista

- **Voimavaralähtöistä, ratkaisukeskeistä ja toipumisorientaatioon** painottavaa yksilöllistä valmennusta
 - tapaamisia keskimäärin 2-4krt/kk
 - valmennusjakson kesto n. 6kk-1v,
 - tuki myös nivelvaiheissa esim. opintojen alkaessa
- Toipumistähti –työkalun kautta **tavoitteellista työskentelyä** elämän eri osa-alueet huomioiden:
 - ✓ Mielenterveys, fyysinen terveys
 - ✓ Elämäntaidot, riippuvuuskäyttäytyminen
 - ✓ Ystävät ja sosiaalinen verkosto, ihmissuhteet, koti
 - ✓ Työ ja koulutus
 - ✓ Identiteetti ja itseluottamus
 - ✓ Luottamus ja toivo
- Toteutuu **yhteistyössä nuoren verkostojen** kanssa, tavoitteiden kautta selkiytetään eri palveluiden roolia nuoren tukemisessa. Myös tarvittavien palveluiden piiriin ohjaamista.
- Yksilövalmennuksessa korostuu vapaaehtoisuus. Toiminta on maksutonta ja mukaan pääsee nopeasti ilman jonotusta.
- Yksilövalmennukseen ohjautuu nuoria mm. kuntouttavan työtoiminnan, VALMA-opintojen, mt- ja sosiaalipalveluiden ym. yhteistyöverkostojen kautta sekä suorilla yhteydenotoilla.

