

## Johdon Henkilökohtainen Sparraus

### Tuottaja / toteuttaja

Anneli Päivänsara /  
Päivänsara 2487690-4

### Kohderyhmä

Suurella intohimolla ja sydämellä töitä tekevä johtaja tai esihenkilö, jolle työ ja toisten auttaminen on intohimo ja jolle itsensä kehittäminen on tärkeää.

Palvelukieli: suomi

### Toteutuspaikka

Etäyhteydellä missä päin Suomea tai maailmaa tahansa, lähitapaaminen pääkaupunkiseudulla erikseen sovittuna.

### Toimitusaika

Vuoden ympäri

### Hinta ja maksuehdot

Johtajat:

197 € / 60 min. (+ alv. 24 %)

175 € / 60 min. (+ alv. 24 %) / jatkuva valmennus kerran viikossa

Kokeilukerta aina ilmainen!

Laskutus ilmaisen kokeilukerran jälkeen tilauksen yhteydessä ennen toteutusta. Peruutus veloitusetta 1 päivä aikaisemmin. Tätä myöhemmistä peruutuksista peritään 25 % normaali hinnasta.

Matkakulut yms. sovitaan aina erikseen.

## Palveluiden kuvaus ja tavoite

Itsetuntemuksen lisäämisen kautta **parempaa johtajuutta ja jaksamista** sekä onnellisempaa (työ)elämää - eli juurikin **parempaa tulosta, tehoa ja terveyttä sekä kestäväää (työ)hyvinvointia!**

Henkilökohtaisessa sparrauksessa autan itsetuntemuksen lisäämisen kautta:

- vähentämään tehokkaasti kuormitusta ja **parantamaan resilienssiä kehon sekä mielen tasolla**
- tekemään **parempia päätöksiä ja valintoja**
- **johtamaan paremmin itseään ja toisia**
- **kommunikoimaan ja viestimään paremmin**
- tunnistamaan omia **sokeita pisteitä** ja tekemään ne näkyväksi
- havainnoimaan ja käsittelemään **haastavia tunteita** sekä tuomaan vielä **enemmän iloa elämään**
- pääsemään juuri itselleen parhaiten sopivalla tavalla **kevyesti kohti tavoitteita**

Saat sparrauksessa ajatustesi peilaamista, vinkkejä sekä konkreettisia, helppoja tehtäviä, mitkä vievät sinut kevyemmin kohti tavoitteitasi.