

” Arjen solmujen avaamista
ja taitoja tulevaan ”

Palvelut kaikenikäisille asiakkaille

Neuropsykologinen ohjanta

Onko sinulla vaikeuksia aloittaa ja saattaa loppuun asioita, keskittyä, muistaa tai oppia uusia asioita? Lisätyökaluja opiskeluun ja työelämään.

Psykoterapeutin/psykologin vastaanotto

Haluaisitko keskustella ammattilaisen kanssa mielialastasi ja jaksamiseen liittyvistä asioista? Onko elämässäsi muutoksia, joiden työstämiseen haluat apua ja tukea?

Ratkaisukeskeinen yksilövalmennus ja -ohjaus

Onko sinulla on vaikeuksia esim. arjen- ja elämäntilanteissa, oman toiminnan ohjaamisessa, ajankäytön hallinnassa tai voimavarojen säätelyssä.

Ratkaisukeskeinen perhevalmennus ja -ohjaus

Onko perheenne arki kaaoksessa, oletteko ymmällänne lapsenne vaikeuksien kanssa? Perhevalmennus on lapsilähtöistä kuntoutusta, jossa perhe saa konkreettisia keinoja tukea omaa lastaan, perheen yleistä jaksamista ja hyvinvointia.

Pari-, perhe- ja seksuaaliterapeutin vastaanotto

Tarvitsetteko tukea keskinäiseen parisuhteeseen tai vanhemmuuden haasteisiin? Tai seksuaalisuuteen, seksiin, sukupuoleen tai ihmissuhteisiin liittyviin asioihin?

Musiikkiterapeutin vastaanotto

Koetko alakuloa, ahdistuneisuutta, mutta sinun on vaikea sanoittaa tunteitasi ja ajatuksiasi? Tarvitsetko apua stressin hallintaan? Musiikkipsykoterapiaa voisi olla sinulle sopiva tukimuoto.

Tukea kohdennetusti Sinulle tai läheisellesi

- arjen toimivuuteen ja taitoihin
- myönteiseen vuorovaikutukseen
- keskittymiseen
- jaksamiseen ja mielen hyvinvointiin
- tunnetaitoihin
- sosiaalsiin taitoihin ja ihmissuhteisiin
- itseohjautuvuuteen ja toiminnanohjaukseen
- iänmukaisiin koulu- ja opiskelutaitoihin
- työelämän haasteisiin
- seksuaalisuuteen

Terapia-/ohjausjaksolla keskitymme keskeisimpiin haasteisiin, joihin haluat muutosta. Sinua tai perhettäsi autetaan löytämään vahvuuksia ja toimivia käytänteitä. Saat konkreettisia hyvinvointia edistäviä keinoja ja ohjausta haasteiden voittamiseksi.

Voit valita itsellesi sopivan terveydenhuollon asiantuntijan sekä toteutusmuodon vastaanotolla, arjen toimintaympäristössä tai etäyhteyden välityksellä.



Lisätietoja

palvelujohtaja Hanna Uurainen
hanna.uurainen@proneuron.fi / 0400 998 791

Ajanvaraus

Nettiajanvaraus 24h
<https://varaa.nettiajat.fi/2361>

info@proneuron.fi / 0400 601 991