



TE-palvelut  
tjänster | services

Etelä-Pohjanmaan työ- ja elinkeinotoimisto

te-palvelut.fi

# Työ- ja elinkeinotoimiston psykologipalvelut

## Tukea ammatinvalintaan ja urasuunnitteluun

Työ- ja elinkeinotoimiston psykologi auttaa löytämään ratkaisuja ammatinvalintaan, työhön tai koulutukseen liittyvissä kysymyksissä:

*Mitä lähtisin opiskelemaan?*

*Mille alalle tai mihin ammattiin soveltuisin?*

*Miten pääsisin haluamaani koulutukseen tai työhön?*

*Mitä työtä voisin tehdä kun minulla on terveydellisiä rajoitteita?*

Palvelu on tarkoitettu sekä nuorille että aikuisille työtilanteesta riippumatta.

### Ohjauksen tavoite

Ohjauksen tavoitteena on auttaa selvittämään vahvuuksia, kiinnostuksia ja realistisia vaihtoehtoja koulutuksessa ja työelämässä. Asiakas määrittelee itse omat tavoitteensa ja tekee omaa elämäänsä koskevat päätökset. Psykologi tukee ajatusten jäsentämistä sekä itsetuntemuksen ja –luottamuksen vahvistamista.

### Ohjauksen sisältö

Palvelun sisällöstä ja kestosta sovitaan asiakkaan kanssa yksiköllisesti. Ohjauskeskustelujen (yksi tai useampia) lisäksi käytetään tarvittaessa kotitehtäviä,

soveltuvuustestejä, työ- ja koulutuskokeiluja tai työkyvyn arviointia.

Voit varata ajan ohjaukseen TE-toimistosta. Ohjausta tarjotaan monikanavaisesti: Kasvokkain TE-toimistossa, puhelimitse tai videovälitteisesti.

### Yhteystiedot

Etelä-Pohjanmaan TE-toimistossa ohjausta antavat:

**Kauhajoki:** Anne Kaari puh. 0295 046 555 ja

Jaana Mäkiranta puh. 0295 046 597

**Seinäjoki:** Pia-Maria Korpela puh. 0295 046 571,

Johanna Pappila puh. 0295 046 572

Minna Rantanen puh. 0295 046 616 ja

Ilona Tainio puh. 0295 046 608

Etelä-Pohjanmaan TE-toimiston vaihe 0295 046 500 (henkilöasiakkaat), sähköposti [kirjamo.etela-pohjanmaa@te-toimisto.fi](mailto:kirjamo.etela-pohjanmaa@te-toimisto.fi) tai [etunimi.sukunimi@te-toimisto.fi](mailto:etunimi.sukunimi@te-toimisto.fi)

## Valtakunnalliset ohjauspalvelut

Hyödynnä myös valtakunnalliset ammatinvalinta- ja urasuunnittelun palvelut:

*Omatoimisen urasuunnittelun tueksi verkko-palveluja [www.te-palvelut.fi](http://www.te-palvelut.fi): Ammatinvalinta ja urasuunnittelu*

*Työlinja on TE-toimistojen valtakunnallinen puhelinpalvelu, mistä saa myös uraohjausta:*

*Uraohjaus puh. 0295 020 720.*

*Ilman ajanvarausta maanantaisin ja torstaisin klo. 12-16.*

*Ajanvarauksella: varaa aika*

*[tyolinja.uraohjaus@te-toimisto.fi](mailto:tyolinja.uraohjaus@te-toimisto.fi) tai soittamalla puh. 0295 020 702.*

(Puheluiden hinta 0295-alkuisiin numeroihin on asiakkaan oman operaattorimaksun mukainen, tutustu puheluhintoihin [www.te-palvelut.fi](http://www.te-palvelut.fi))