



MES® -MENETELMÄOHJAAJA HAKU PÄÄTTYY 18.1.2026

LAAJUUS	AJANKOHTA	PAIKKA	OPPILAITOS	HINTA	HAKEMINEN
16 op	6.2.2026 -7.11.2026	Kälviä	Keski-Pohjanmaan kansanopisto	590 €	Haku aika päättyy 18.1.2026

Kohderyhmä

MES® -menetelmäohjaajakoulutus soveltuu erityisesti sosiaali-, terveys-, kasvatusta- ja muiden vastaavien alojen työntekijöille. Pohjakoulutusvaatimusta ei suoranaisesti ole, mutta hyödyt koulutuksesta, jos sinulla on vähintään opistotasoinen tutkinto joltakin edellä mainitulta alalta. Lisäksi edellytämme kykyä reflektoida oman toiminnan vaikutusta asiakastyössä sekä kykyä olla vuorovaikutuksessa koulutusryhmän kanssa.

Sisältö

Mikä on MES®?

- MES® on menetelmä, joka on kiinnitettävissä minkä tahansa palvelun tai elämänvaiheen tukiprosessiksi.
- MES-kartat® ovat työvälineitä. Ne tarjoavat pinnan peilata yleisinhimillisiä, ihmisen kasvuun ja kehitykseen liittyviä ilmiöitä, joita jokainen kannamme mukanaamme tiedostamattamme tai tietoisesti. Oman taustan tutkimisen kautta saa välineitä oman resilienssin vahvistumiseen.
- MES® prosessissa pyritään oman toiminnan vakauttamiseen, ymmärtämiseen ja reflektointiin

MES® on itsetuntemuksen ja elämäntietämisen kasvuohjelma. Tavoite on lisätä koulutukseen osallistuvan sekä hänen asiakkaidensa toimijuutta ja auttaa löytämään vaihtoehtoisia tarinoita. Mennyt, nykyisyys ja tulevaisuus ovat läsnä prosessin aikana, nykyhetkessä. MES® menetelmäkoulutuksessa vahvistetaan työntekijän omaa ammatillisuutta ja ymmärrystä siitä, miten lisätä asiakkaan toimijuutta omassa elämässään.

Keskeisimmät lähestymistavat ovat kiintymyssuhdeteoria, kognitiivinen- ja skeematerapia sekä narratiivisuus.

Koulutuksessa opitaan sekä MES®prosessista, että sen viitekehyksestä. Koulutus sisältää myös oman MES® prosessityöskentelyn, jonka aikana osallistuja työstää omaa käsitystä itsestään työ- ja siviiliroolin kautta.

MES® tunnekarttojen käyttöön koulutaudutaan siis kahdella tasolla: Oman prosessin sekä harjoitusasiakkaiden (3kpl) kanssa. Osallistuja saa käyttöönsä 16 MES® karttaa, ohjauksen niiden käyttöön sekä tarvittavat apuvälineet ja materiaalit.

Koulutus koostuu:

- 8 koulutuspäivästä, jotka toteutetaan neljän viikonloppukurssin muodossa (pe-la).
- Koulutuspäivien väleissä tehtävästä oppimispäiväkirjasta
- Tuki ja ohjaus omaan MES® prosessiin ja harjoitusasiakkaiden kanssa työskentelyyn
- Koulutukseen sisältyy myös kirjallisuustehtäviä, jotka vahvistavat omaa ammatillista kasvua
- Koulutuksen laajuus vastaa noin 16 opintopisteen työmäärää.

Koulutuksesta saa oikeuden käyttää rekisteröityä MES® tuotemerkkiä ja materiaaleja omassa työssään.

Koulutuspäivät (klo 9-16):

6.-7.2.2026

24.-25.4.2026

4.-5.9.2026 (etäyhteyksin)

6.-7.11.2026

Lisätietoja

Kouluttajat:

Jukka Sihlman: Sosionomi AMK ja Ammatillinen opettaja (AmO), MES®-kouluttaja
0504421298 jukka.sihlman@avosylin.fi

Timo Seppä: Psykiatrinen sairaanhoitaja AMK, Työnohjaaja, yksilöpsykoterapeuttiopiskelija
0445653200 timo.seppa@perhehoitokumppanit.fi

Kansanopisto tarjoaa kurssilaisille lähipäivien lounaat.

Opistolla on mahdollisuus majoittua 35 euroa/yö jaetussa 2hh huoneessa. Majoitushinta sis. aamupalan ja liinavaatteet.

Koulutusmaksu laskutetaan kolmessa erässä.

Majoitukseen ym. käytännön järjestelyihin liittyvät tiedustelut info.kansanopisto@kpedu.fi

Pidätämme oikeuden koulutuksen perumiseen, mikäli osallistujia ei ole riittävästi.

Lisätietoja hakeutumisesta
[info.kansanopisto\(at\)kpedu.fi](mailto:info.kansanopisto(at)kpedu.fi)