

**Helena Väljastel** on magistrikraad psühholoogias (cum laude) spetsialiseerumisega nõustamisele. Helenal on aastatepikkune kogemus ühelt poolt müügitöös ja ettevõtluses, teiselt poolt psühholoogilises nõustamises. Tänapäeval nõustab ja koolitab ta ärksameelselt *Meelerahu* kaubamärgi all vaimse fitnessi, motivatsiooni ja õnnelikkuse valdkonnas. Helena rakendab MI alaseid oskuseid nii individuaalklientide nõustamisel kui ka grupitöös. Alates 2013. aastast viib ta ka läbi MI koolitusi. Motiveeriva intervjuerimise baaskoolituse ja edasijõudnute kursuse läbis ta 2011. aastal. Sellest ajast peale lööb ta aktiivselt kaasa MI kodeerijate ja superviseerijate ridades. 2013. aastal läbis Helena Eesti MI treenerite koolituse ning koolituse MI gruppide läbiviimise alal. Helena on MTÜ EMITA asutajaliige.