



Parisuhdepäivät 2011

Kaksipäiväiset vahvistavan parisuhdetyön koulutuspäivät kuntien, seurakuntien ja järjestöjen työntekijöille sekä sosiaali- ja terveysalan yrittäjille toteutuvat jälleen Helsingissä **31.10.- 1.11.2011** teemalla:

Jokainen osaa - Arjen asiantuntijuus kunniaan

- olla ihminen ihmiselle; kuunnella, rohkaista, eläytyä, tehdä avoimia kysymyksiä, kohdata, konfrontoida, reflektoida, haastaa ja tehdä hyvää
- käyttää arkiajatteluaan ja maalaisjärkeään.

Päivien aikana kuullaan neljä ajatusta herättävää luentoa. Kasvatustieteiden tohtori **Jouko Huttunen** puhuu siitä, mitä mies odottaa parisuhteelta ja miten mies voidaan kutsua mukaan parisuhteensa hoitamiseen. Kysymys siitä, kuinka säilyttää intohimo pitkässä parisuhteessa on monen mielessä, VTT **Osmo Kontula** tarttuu tähän kysymykseen. Tunnekeskeinen pariterapia on osoittautunut menestykselliseksi tavaksi auttaa parisuhdeongelmiensa kanssa kamppailevia pariskuntia. Psykologi **Hanna Pinomaa** valottaa sitä, mikä tässä toimintamallissa on sellaista, jota voi hyödyntää ilman terapiaakin. Mustasukkaisuuden kesyttämisestä puhuu perheterapeutti **Timo Rytkönen**. Ohjelmaa juontaa TV:stä tuttu ”Inhimillisen tekijän” ihmisiä ja tunteita puhutteleva toimittaja **Helena Itkonen** puolisonsa, ohjaaja **Matti Kuikkaniemen** kanssa.



Koulutuspäivät toteutetaan Kuntatalolla, osoitteessa [Toinen linja 14, Helsinki](#)

Parisuhdepäivien tavoitteena on lisätä tietoa vahvistavasta parisuhdetyöstä, sen mahdollisuuksista ja menetelmistä. Samalla luodaan mahdollisuus eri toimijoiden väliseen verkostoitumiseen.

Päivien ohjelmarakenne: Aamupäivät koostuvat auditorion yhteisestä ohjelmasta. Luentojen lisäksi tarjolla on myös pienryhmäkeskusteluja sekä verkostoitumista. Iltapäivien kanavatyöskentelyissä voi valita kahdeksasta eri kanavasta, joista yksi on luentokanava ja seitsemän muuta toiminnallisia pienryhmäkanavia.

Päivien osallistumismaksu: 95 euroa, joka sisältää aamiaisen ja iltapäiväkahvit. Lounas ei sisälly hintaan.

Ilmoittautuminen alkaa 8.8. klo 10.00 [Linkki ilmoittautumiseen](#)

Ohjelma maanantai 31.10.2011

9.00 - 9.30 Ilmoittautuminen ja aamiainen

9.30 - 9.45 Päivien avaus ja tervetulosanat

Toiminnanjohtaja Liisa Välilä Kataja-Parisuhdekeskus ry sekä juontajat Helena Itkonen ja Matti Kuikkaniemi

9.45-10.15 Ryhmäjako ja ryhmien tutustuminen

10.15-11.00 Miehenä ja isänä perheessä: Mitä mies odottaa ja tarvitsee parisuhteelta?

KT Jouko Huttunen. Mikä on parisuhteen merkitys miehen muille perhesuhteille? Kuinka puolison ja isän roolit kietoutuvat yhteen. Miten kohdata mies perhetyössä?

11.00-11.30 Keskusteluryhmät

11.30-11.50 Tauko

11.50-12.30 Intohimon säilyttäminen pitkissä parisuhteissa. VTT Osmo Kontula

12.30-13.45 Lounastauko

13.45-15.30 Parisuhdekanavat. Päiväkahvi tarjoillaan kanavissa.

A) LUENTOKANAVA SUURRYHMÄLLE Osallistujamäärä ei ole rajattu.

Parisuhteen palikat: Antti Yli-Opas

Parisuhteen palikat on parisuhteen hahmottamiseen suunniteltu konkreettinen palikkatalo, joka mahdollistaa parisuhteen eri alueiden käytännönläheisen konkretisoinnin. Tätä kautta voidaan tukea ihmisiä ymmärtämään suhdeasioita paremmin ja keskustelemaan niistä.

B) TOIMINNALLISET PIENRYHMÄKANAVAT Ryhmän koko max. 25 henkilöä.

1. Väestöliiton Samarakas-peli asiakastyön työvälineenä. Heli Vaaranen

Kanava antaa vinkkejä siitä, miten Väestöliiton parisuhdepeliä voi käyttää parin kanssa vastaanotolla. Pelin voi lisäksi antaa parille kotiläksyksi, ja siitä on saatu hyviä tuloksia silloin, kun työskennellään motivoituneen parin kanssa. Sosiologi ja psykoterapeutti Heli Vaaranen on käyttänyt peliä parien kanssa sekä testivaiheessa sekä sen valmistuttua. Kanava kuvaa, millaisia keskustelua herättäviä interventioita pelillä voi tehdä ja millaisia vuorovaikutuksellisia käännteitä se saa aikaan parisuhteessa. Erityisesti miehet hyötyvät pelistä: pelin ansiosta kumpikin saa puhua rauhassa, vuorotellen.

2. Värikäs Tunnekartta, väline tunteiden tunnistamiseen parisuhteessa, Arja Seppänen, Kirkkohallituksen perheasiat

Tunteiden tunnistaminen, nimeäminen, ilmaiseminen ja vastaanottaminen ovat vuorovaikutuksen mielenkiintoisimpia, tärkeimpiä ja vaikeimpia taitoja. Värikäs tunnekartta ja siihen liittyvä kirjanen ovat ”kättä pidempää” ruohonjuuritason työhön. Kanavassa on lyhyitä tietoiskuja, yksinkertaisia toiminnallisia harjoituksia ja yhteistä keskustelua tunteista. Jokainen osallistuja saa mukaansa tunnekartan ja kirjasen.

3. Toiminnalliset ja visuaaliset menetelmät uusperheiden kanssa tehtävässä työssä. Elisa Jyllinkoski ja Pekka Larkela, Suomen Uusperheellisten liitto

Uusperhe on usein rakenteeltaan laaja ja monimutkainen ihmissuhdeverkosto. Kanavassa lähestytään uusperhetematiikkaa mm. sosiometrian ja psykodraaman sovelluksin; käyttämällä esimerkiksi roolinvaihtoa, psykodraamaa ja tyhjän tuolin tekniikkaa. Yhteyksiä ja syvempää ymmärrystä uusperheproblematiikasta haetaan myös symboliesineiden avulla. Opit käyttämään edellä mainittuja menetelmiä omien asiakasperheitten kanssa.

4. Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmästä tukea vauvaperheen arkeen, vanhemmuuteen ja parisuhteeseen, Johanna Sourander, MLL

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmien tavoitteena on mm. vahvistaa vanhempien kykyä havainnoida ja ymmärtää vauvan tarpeita ja tunteita ja vastata niihin, tukea lapsen kehitystä edistävää tasavertaista vanhemmuutta ja tukea vanhempien parisuhdetta lapsen syntymän jälkeisessä muutoksessa. Kanavassa tutustutaan Vahvuutta vanhemmuuteen perheryhmämalliin ja reflektiivisen kyvyn vahvistamista tukevaan työtoteeseen.

5. Erotaan. Erotaan! Erotaan? Päivi Hietanen, Lastensuojelun Keskusliitto

Parisuhdetyötä tekevät joutuvat usein kosketuksiin myös eroa pohtivien tai eropäätöksen kanssa kamppailevien pariskuntien kanssa. Vaikka parisuhteen päättäminen on juridisena toimenpiteenä tehty vaivattomaksi, ei eroprosessin läpikäyminen yksilön emotionaalisenä kokemuksena ole helppo. Kanavassa tarkastellaan draamaprosessin keinoin parisuhteen päättymistä. Draamaprosessi on apuväline erilaisten ilmiöiden ja kokemusten tarkasteluun. Osallistuminen ei edellytä aiempaa kokemusta draamatyöskentelystä.

6. Vuoroin vaikuttamassa. Liisa Vävilä ja Sari Liljeström, Kataja-Parisuhdekeskus ry.

Kanavassa harjoitellaan parin vuorovaikutuksen ohjaamista ja tukemista case-työskentelyn avulla. Kolmen hengen ryhmissä toteutettavat harjoittelut laajentavat asian hahmottamista eri rooleista käsin. Miten auttaa pareja kuulemaan toinen toisiaan? Mikä auttaa kohti omavastuista puhetta? Kuinka saada kiinni tunteista? Miten kuunnella toisen tunteita?

7. Yhteinen Elämämme -ryhmä. Henna-Mari Kettusaari, Helsingin seurakuntayhtymä /Snellu

Kanavassa jaetaan kokemuksia kirkon piirissä toimivasta samaa sukupuolta oleville pareille suunnatusta parisuhderyhmästä. Osallistujilla on mahdollisuus käydä läpi juuri tämän kohderyhmän erityiskysymyksiä toiminnallisilla menetelmin.

15.40

Parisuhdepalkinto 2010

Kataja-Parisuhdekeskus ry julkistaa vuosittaisen vuoden Parisuhdeteko-palkinnon saajan.

Päivän päätteeksi on vielä mahdollista jäädä tutustumaan järjestöjen esittelypöytien tarjontaan tai vaihtamaan kuulumisia.

Ohjelma tiistai 1.11.2011

9.00 Päivän aloitus

9.05 - 9.50 Tunnekeskeinen pariterapia *Psykologi, pariterapeutti, Hanna Pinomaa*

Mitä jokainen voi tehdä auttaakseen pareja kohtaamaan tunnetasolla niin, ettei tarvitse turvautua kritisointiin, arvosteluun, vaikenemiseen eikä puhumattomuuteen? Menetelmän avulla voidaan purkaa syntyneitä negatiivisia kehiä, ja auttaa pareja luomaan turvallinen tunnesuhde, jossa he uskaltavat jakaa todellisia tuntemuksiaan ja lähettää selviä viestejä omasta tarvitsevuudestaan ja toinen pystyy ottamaan sen aidosti vastaan. Lukkoja voidaan avata myös ilman terapiaa, kun ymmärretään, että epätoivotut toimintamallit ovat ihmisen epätoivoisia yrityksiä ratkaista tulehtunut tilanne; kritisoiva puoliso yrittää saada yhteyttä puolisoon, mutta ei ymmärrä, että samalla hän työntää kumppania kauemmaksi, ja toisaalta vetäytynyt yrittää vaikenemisellaan rauhoittaa tilannetta, mutta samalla hän sulkee kumppanin itsensä ulkopuolelle. Ja näin kumppanit vain joutuvat tunnetasolla kauemmaksi toisistaan.

9.50 - 10.15 Keskusteluryhmät

10.15-10.45 Tauko, jonka aikana mahdollisuus tutustua esittelypöytiin

10.45-11.30 Kuuluuko mustasukkaisuus parisuhteeseen. *Perheterapeutti Timo Rytönen*

Mustasukkaisuus on kuin säkki, joka voi täytyä erilaisista ja -asteisista sekä eri suuntiin houkuttavista tunteista riippuen tilanteesta ja kokijasta. Se on huono, jopa tuhoava isäntä, mutta onko siitä hyväksi rengiksi? Sen sijaan, että kohtelisimme sitä kuin petoa, joka pitää ajaa pois, tai häveliäästi piilottaa, pitäisikö sitä tehdä näkyvämmäksi, kesyttää ja päästää lähelleen. Kuunnella aika ajoin, mitä tärkeää se kertoo itsestämme ja parisuhteestamme? Kuuman vastakohta on kylmä, päivän yö. Mikä olisikaan mustasukkaisuuden vastakohta?

11.30-12.00 Keskusteluryhmät

12.00 - 13.15 Lounas

13.15-15.00 Kanavatyöskentelyt ovat samat kuin maanantaina. Ilmoittaudu toiseen kanavaan.

15.15-15.45 Parisuhdepäivät 2011, yhteinen päättäminen.