



Hei pariskunnat!

Onko parisuhteessa tilanne, johon ei itse meinaa löytää ulospääsyä, tuntuu kuin olisi solmussa? Tilanne, jossa voisi auttaa keskustelu ulkopuolisen ammattilaisen kanssa? Tuntuuko, ettei ole halua sitoutua samantien pitkään terapiaan vaan lyhyempikin työskentely voisi kannattaa? Haluatteko päästä työskentelemään mahdollisimman pian, ilman monen viikon jonoja?

Oulun terapiakeskus Kuulevalla psykoterapeutit Minna ja Riikka tarjoavat pariskunnille mahdollisuuden saada ratkaisukeskeistä paripsykoterapiaa käynti kerrallaan. Läpi työskentelyn pariskunnan tukena on kaksi psykoterapeuttia.

Ratkaisukeskeinen psykoterapia on voimavarakeskeistä, tulevaisuuteen suuntautunutta ja asiakkaan oman elämän asiantuntijuutta vahvistavaa työskentelyä. Siinä pyritään yhdessä löytämään konkreettisia ja toimivia työkaluja, jotka auttavat asiakkaita eteenpäin. Käynti kerrallaan työskentely pohjautuu ajatukseen, että yksikin tapaaminen voi riittää ja auttaa pariskuntaa eteenpäin.

**Mitä:**

Kolmiosainen työskentelypaketti käytännössä:

1. Pariskunnille lähetetään etukäteen kyselylomake, joka auttaa paria pohtimaan nykytilannetta sekä valmistautumaan tapaamiseen.
2. Psykoterapiatapaaminen toteutetaan livenä Oulussa tai etätapaamisena. Etätapaaminen mahdollistaa, että asiakaspariskunta voi asua missä päin tahansa. Tapaamisen kesto on 60 min.
3. Tapaamisen päätteeksi sovitaan yhdessä n. 20 minuutin kestoisen seurantasoitto.

**Missä:**

Livetapaamiset järjestetään viihtyisän terapiakeskus Kuulevan tiloissa, Asemakatu 37 A (4 krs.), Oulu. Etätapaamiset toteutetaan Teams-yhteyden kautta.

**Hinta:** Kolmiosaisen työskentelypaketin hinta on 180 €/ pariskunta.

Huomioithan, että paikkoja on rajoitetusti.

Työskentelyistä saatuja palautteita pariskunnilta:

*“Tapaaminen oli hyödyllinen, saatiin työkaluja jatkoon.”*

*“Oli tosi hyödyllinen. Ihana oli saada huomata, että meillä on paljon hyvääkin.”*

**Lisätietoja ja ajanvaraus:**

Minna Raninen ([minna.raninen@kuuleva.fi](mailto:minna.raninen@kuuleva.fi)), ratkaisukeskeinen psykoterapeutti ja

Riikka Vuoti ([riikka.vuoti@kuuleva.fi](mailto:riikka.vuoti@kuuleva.fi)), ratkaisukeskeinen psykoterapeutti