

# PARISUHTEEN

# PALIKAT

Käyttöohje



## PERUSASIOITA PARISUHTEEN PALIKOISTA

### Parisuhteen palikat – työväliseen perusidea

Parisuhteen palikoiden perusidea on konkretisoida käytännönläheisesti parisuhteen eri alueita ja tätä kautta tukea ihmisiä ymmärtämään suhdeasioita paremmin ja keskustelemaan niistä.

Parisuhteen palikat:

- tekee näkyväksi parisuhteen laaja-alaisuuden: parisuhde ei ole hahmoton »möykky»
- antaa nimet parisuhteen tärkeimmille alueille
- virittää tarkastelemaan parisuhdetta eri alueiden näkökulmista
- tekee näkyväksi parisuhteen osa-alueiden välisiä vaikutuksia toisiinsa
- mahdollistaa myös toiminnan

### Nimetyt palikat

Perusmallissa palikoille on annettu työryhmässä nimet, vaikka puisissa palikoissa ei ole nimiä. Nimeäminen on tehty työryhmässä yhteisen keskustelun perusteella, sen taustalla ei ole teorianmallia, vaan käytännön työstä nouseva kokemus. Palikoiden nimet ovat: *sitoutuminen, tunteet, sek-*

*suaalisuus, riidat, sanat, teot, luottamus ja anteeksianto sekä rakkaus.* Tässä perusmallissa valkoisella palikalla ei ole nimeä. Valkoisen palikan voi jokainen nimetä itse suhteeseen merkittävästi vaikuttavalla asialla, joka omasta mielestä puuttuu palikoiden teemoista. Mahdollisia valkoisen palikan nimiä voivat olla esimerkiksi: lapsi, monikulttuurisuus, työ, maailmankatsomus, terveys / sairaus, itsetuntemus jne.

Nimetyt teema-kortit on tehty tämän mallin virikemateriaaliksi.

### Nimeämättömät palikat

Toisessa mallissa millään palikalla ei ole etukäteen annettua nimeä. Kaikki palikat voi nimetä itse esim. viereisen sivun virikesanalistaa käyttäen. Tämä malli antaa tilaa kunkin omalle kokemukselle. Se sopii todennäköisesti paremmin kahden kulttuurin pariskunnille kuin ennalta nimetyt palikat.

Työvälineeseen ei siis liity oletusta, että Parisuhteen palikoilla on olemassa jotkut kaikille sopivat, oikeat nimet.

### Palikoiden värit

Palikoiden värien valinta on syntynyt työryhmän yhteisen pohdinnan tuloksena. Joidenkin palikoiden värit valittiin sisällön (esim. seksuaalisuus, riidat) perusteella, joskus taas palikan värin valintaan vaikutti palikan sijainti talossa (esim. sitoutuminen).

## VIRIKELISTA PALIKOIDEN NIMISTÄ

|                     |                      |                      |
|---------------------|----------------------|----------------------|
| <i>Rakkaus</i>      | <i>Sitoutuminen</i>  | <i>Itsetuntemus</i>  |
| <i>Vastuuntunto</i> | <i>Arvot</i>         | <i>Vetovoima</i>     |
| <i>Kunnioitus</i>   | <i>Vuorovaikutus</i> | <i>Velvollisuus</i>  |
| <i>Usko</i>         | <i>Seksuaalisuus</i> | <i>Uskollisuus</i>   |
| <i>Riidat</i>       | <i>Kunnia</i>        | <i>Elämäkatsomus</i> |
| <i>Läheisyys</i>    | <i>Tahto</i>         | <i>Sopiminen</i>     |
| <i>Teot</i>         | <i>Odotukset</i>     | <i>Tunteet</i>       |
| <i>Luottamus</i>    | <i>Anteeksianto</i>  | <i>Perinteet</i>     |
| <i>Unelmat</i>      | <i>Koti</i>          | <i>Vanhemmuus</i>    |
| <i>Lapset</i>       | <i>Suku</i>          | <i>Terveyks</i>      |
| <i>Arki</i>         | <i>Harrastus</i>     | <i>Lemmikki</i>      |
| <i>Työ</i>          | <i>Ystävät</i>       |                      |

## Palikoiden järjestys

Parisuhteen palikoiden perusmallissa palikat ovat suunnitellussa järjestyksessä. Talossa on kaksi suurempaa palikkaa: kivijalka ja harjapalkki. Ne ovat keskeisimpiä Parisuhteen palikkatalon perusrakenteita. Hyvä parisuhde perustuu *sitoutumiseen, luottamukseen ja anteeksiantoon*.

Alarivissä keskellä oleva tunne -palikka on kuin parisuhteen lämpökeskus. Sen molemmilla puolilla olevat palikat, *riidat ja seksuaalisuus*, edustavat tunnealueen voimakkaimpia alueita. Seuraavan rivin palikat, *sanat ja teot*, vaikutta-

vat merkittävästi, miten alarivin palikat tuottavat yhteiseen suhteeseen lämpöä.

*Rakkaus* kattona edustaa suurinta palikkaa. Tähän liittyy ajatus, että kunnioittava välittäminen on asenteena olen-nainen ainesosa kaikissa palikoissa.

Rakkaus -palikka tarjoaa myös monia liittymäkohtia kristilliseen uskoon. Rakkaus on keskeistä kristillisyydes-sä, joka kiteytetään usein rakkauden käskyyn: »Rakas-ta Jumalaa yli kaiken ja lähimmäistäsi niin kuin itseäsi». Katto on lähinnä taivasta. Siinä voi nähdä kristillisen nä-kemyksen Jumalan hyvästä tahdosta ja siunauksesta toi-siinsa sitoutunutta parisuhdetta, avioliittoa ja perhettä kohtaan. Katon kolmiomuoto voi kuvata kolmiyhteistä Ju-malaa jne.

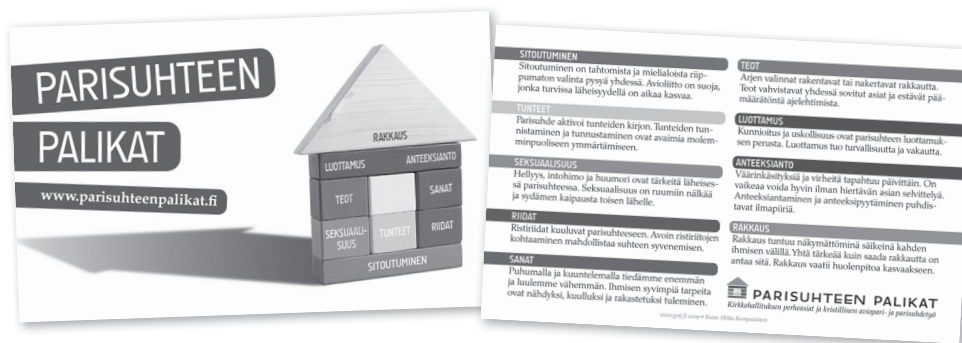
## Palikoiden sisältö

Työryhmä on sanoittanut *Parisuhteen palikat -teemakortissa* jokaiseen palikkaan muutaman tärkeän näkökulman. Kun-kin teeman alle liittyviä sisältöjä on paljon. Tärkeät ja ajan-kohtaiset asiat vaihtelevat pariskuntien elämän varrella. Sisällöt painottuvat eri tavalla, jos palikoita käytetään vihki-parien kutsuillassa tai seniori-ikäisten parisuhdeiltapäiväs-sä. Työntekijä tai vapaaehtoinen vastuunkantaja voi valita kohderyhmälle ja tilanteeseen sopivia näkökulmia. Näin ollen myöskään sisällöissä ei ajatella olevan joitain ainoita oikeita asioita.

Palikoiden aiheisiin liittyviä teoreettisia lähestymistapoja on useita. Työvälineen käyttäjä voi valita itselle luontevan teoreettisen viitekehyksen. Esimerkiksi tunteita voidaan tutkia usean tunneteorian kautta tai ristiriitojen ratkaisumalleja on monia.

Parisuhteen palikat antaa selkeän mahdollisuuden painottaa parisuhteeseen, avioliittoon ja perheeseen liittyviä arvoja. Käyttäjä voi korostaa oman yhteisönsä arvoja ja valita puhumistavan ja kielen omasta viitekehyksestään käsin toimiessaan omassa yhteisössä. Jo peruskäsite voi vaihdella: jotkut yhteisöt puhuvat avioliitosta jotkut parisuhteesta.

Työryhmän tekemät sisältömateriaalit ovat tarkoitettu helpottamaan eri tahoilla tehtävää perhe- ja parisuhdetyötä. Niiden kieli on valittu mahdollisimman käytännönläheiseksi ja monille tahoille sopivaksi.



*Parisuhteen palikat -teemakortti.*

## PARISUHTEEN PALIKOIDEN KÄYTTÖTAPOJA

Parisuhteen palikoiden käyttö voidaan jakaa kahteen päätapaan: työväline parikohtaisissa keskusteluissa ja työväline ryhmätilanteissa.

### Parikohtaiset keskustelut

Palikoita voidaan käyttää luonnollisesti kotona oman kumppanin kanssa käyttämällä perusmallin valmiiksi nimettyjä palikoita niin, että kumpikin pohtii ensin oman parisuhteen vahvoja alueita ja kertoo niistä puolisolleen. Tämän jälkeen pohditaan niitä palikoita, joissa asiat hiertävät helposti. Pohtimisen jälkeen keskustelua on luonnollista jatkaa yhdessä.

Oman puolison kanssa voi käyttää myös toista mallia, jossa palikoilla ei ole nimiä. Silloin kumpikin nimeää kaikki palikat itse. Tämä toteutetaan kirjoittamalla ensin yksin *Parisuhteen palikat -postikorttiin* kullekin palikalle nimi virikesanalista apuna käyttäen. Nimeämisen jälkeen aloitetaan yhteinen keskustelu.

Luontevia parikohtaisia keskusteluja voi käydä neuvolassa lastaan odottavien vanhemman tai vanhempien kanssa, seurakunnissa vihkiperien kanssa, diakoniatyön asiakaskeskusteluissa tai perheneuvolassa terapiatilanteissa.

Keskustelutilanteissa jo pelkästään palikkatalon esillä pitäminen on havainnollistavaa ja ajatuksia herättävää. Asiakastilanteissa voidaan käyttää nimettyjä tai nimeämättömiä palikoita. Kummassakin tapauksessa palikkatalon rakentaminen palikka kerrallaan tekee keskustelusta entistä käytännönläheisemmän ja konkreettisemmän.

Keskustelun tavoite vaikuttaa palikoiden käyttötapaan ja kuhunkin palikkaan kohdennettaviin kysymyksiin.

## Ryhmätilanteet

### LUENNOT JA ALUSTUKSET

Yksinkertaisin tapa saada kokonais käsitys Parisuhteen palikoista on pitää lyhyt miniluento rakentamalla palikkatalo palikka kerrallaan ja »puhumalla» Parisuhteen palikat- teemakortin lauseet kunkin palikan kohdalla. Luento voi laajentaa lisäämällä kuhunkin teemaan muutama itselle tärkeä näkökulma, tutkimustieto tai käytännön elämän esimerkki. Puhumalla noin viisi minuuttia kustakin palikasta on koossa tunnin luento, jonka voi luonnollisesti pitää suurelle yleisölle tai pienryhmässä alustuksena yhteiseen keskusteluun.

*Syventävän luennon* voi pitää myös yhden palikan teemasta. Tällöin koko palikkatalon näkeminen konkretisoi, mihin kokonaisuuteen juuri pidettävä luento niveltyy ja millä tavalla luennon aihe liittyy muihin palikka-aiheisiin. Palikkatalon aiheet tarjoavat luontevan mahdollisuuden järjestää pidempi parisuhteen luentosarja omalle paikkakunnalle. Työryhmän valmistama luentomateriaali kustakin palikasta on käytössä syksystä 2009 lähtien. Se ilmestyy kotisivulle valmistuttuaan.

### TOIMINTA

Parisuhteen palikoita ja värejä (papereissa, kankaissa, kyntilöissä) voi käyttää toiminnallisten ryhmätyömenetelmien havaintovälineinä. Palikat sopivat myös erilaisiin pienryhmän tutustuttamisharjoituksiin.

Parisuhteen palikoita voi valmistaa *omaan tai oman yhteisön käyttöön* itse. Niiden tekemisen ympärille voi järjestää toimintaa pariskunnille. Palikkataloja voi tehdä tultikkulaatikoista, pahvilaatikoista, kartongeista, puusta jne. Niitä voi maalata paitsi vesiliukoisilla maaleilla myös vesi- ja peiteväreillä. Myytävän mallin mitat ja värikoodit löytyvät Parisuhteen palikat -kotisivulta. Itse tehdyt Parisuhteen palikat voivat olla eri kokoisia, mutta värit on tärkeä pitää virallisen palikkatalon mukaisina. Myyntilupa on vain Kataja ry:llä ja Kirkkohallituksen julkaisumyynnillä.

## Parisuhteen palikat parikohtaisen keskustelun apuvälineenä – konkreettisia malleja

### ESIMERKKIKESKUSTELUJEN TAVOITE

- Parisuhteen vahvistaminen.
- Rohkaistaan paria suhdetason keskusteluun keskenään.
- Työntekijä ei ole terapeutti, eikä neuvoja vaan rohkaisija, kysyjä ja kuuntelija.

### TILANNE

- Vihkikeskustelu tai neuvolassa käytävä keskustelu lastaan odottavien vanhempien kanssa.

### TOIMINTATAPA 1: NIMETYT PALIKAT

Työntekijä ilmaisee itselleen luontevalla tavalla, mitä yhteisessä keskustelussa tulee tapahtumaan ja miksi keskustelu käydään. Esimerkiksi:

*Olette valinneet minut vihkipapiksenne. Toivon kuulevani jostain teidän yhteisestä historiasta ja miten toimitte toistenne kanssa. Haluan tehdä vihkipuheesta juuri teille sopivan, keskustelu auttaa minua tutustumaan teihin. Käytän tässä keskustelussa parisuhteen palikkataloa.*

Tai:

*Odotatte ensimmäistä lastanne. Vanhempien parisuhde on lapsen henkinen koti. Lapsi muuttaa monta asiaa syntyess-*

*sään ja vaikuttaa myös teidän keskinäiseen suhteeseen. Oman parisuhteen pohtiminen tietoisesti on osa perhevalmennusta. Minulla on työvälineenä tällainen parisuhteen palikkatalo. Tämä ei ole mikään testi, vaan mahdollisuus keskustella tärkeistä parisuhteen alueista. Teen teille kysymyksiä ja rakan teidän parisuhteen palikkataloa. Ei ole oikeita eikä vääriä vastauksia. Teillä voi olla erilaisia näkemyksiä. Se kuuluu asiaan, koska me ihmiset olemme erilaisia. Käydään samantyyppinen keskustelu myöhemmin uudestaan synnytyksen jälkeen ja katsotaan, miten lapsi on vaikuttanut teidän suhteeseen.*

Palikkataloa rakennetaan palikka kerrallaan siihen liittyviä kysymyksiä ja aiheita käsitellen. Seuraavat kysymykset voivat toimia keskustelun herättäjinä:

- *Sitoutuminen.* Miten tutustuitte? Mihin ihastuit kumppanissasi? Mitä (avioliittoon) sitoutuminen merkitsee teille kummallekin?
- *Tunteet.* Millaisia tunteita sinun on helppo ilmaista kumppanillesi? Miten toimit, kun ilmaiset tunteitasi?
- *Seksuaalisuus.* Miten tärkeänä pidät arkielämän hellyyttä? Miten osoitatte sitä toisillenne?
- *Riidat.* Miten kummankin kotona on ratkaistu ristiriitoja? Miten sinä ilmaiset suuttumusta kumppanillesi?
- *Sanat.* Millainen kuuntelija olet? Mistä asioista sinulle on tärkeää keskustella kumppanisi kanssa?

- *Teot.* Mitä teette yhdessä mielellänne? Millaiset kumppanisi teot ovat sinulle tärkeitä?
- *Luottamus ja anteeksianto.* Mitä ymmärrät uskollisuudella? Miten pyydätte toisiltanne anteeksi?
- *Rakkaus.* Mitä teille merkitsee mennä naimisiin kirkossa ja pyytää Jumalalta siunausta liitollenne? / Mitä rakkaus teille kummallekin tarkoittaa? Miten pidätte kumpikin siitä huolta?
- *Nimetön valkoinen palikka.* Mikä palikka tästä puuttuu? / Miten luulette syntyvän lapsen vaikut-tavan parisuhteeseen?

## TOIMINTAPA 2: NIMEÄMÄTTÖMÄT PALIKAT

Tämä työskentelytapa sopii keskusteleville pareille. Se voi tuntua luontevalta myös monikulttuuristen pariin kanssa.

Keskustelu toimii seuraavasti työntekijän aiheeseen johdattelun jälkeen:

Puolisoiille annetaan pohdintakysymys: Minkä sinulle tärkeiden aisioiden varaan parisuhteenne mielestäsi rakentuu?

Miettimisen avuksi jaetaan kummallekin *Parisuhteen palikat -postikortti* ja virikelistä parisuhteen palikoiden nimistä.

Kumpikin miettivät kysymystä ensin yksin ja virikelistaa apuna käyttäen kirjoittavat kortin palikoille nimet. Virikelistaan voi luonnollisesti lisätä itselle tärkeitä sanoja.

Työntekijä aloittaa keskustelun laittamalla harmaan kivi-jalkapalikan pöydälle. Kumpikin kertoo palikalle antaman-sa nimen ja perusteita valinnalleen

Näin edetään yhdestä palikasta toiseen. Kiireetön keskustelu tarvitsee aikaa ja on parhaimmillaan antoista kaikille osapuolille. Toimintatavasta on helppoa kehittää esimerkiksi 2–3 tapaamisen »huoltokeskustelusarja» parisuhteen parhaaksi.



*Parisuhteen palikat -postikortti.*

## MUUTA

### Hartausmateriaali

*Sytytä parisuhteen rukouskynttilä -rukouskortit* on tarkoitettu rukouksen välineeksi pariskunnille kotiin, mutta myös työntekijöille yhteisen rukoushetken pitämiseen asiakas-tilanteissa tai ryhmien kanssa. Kotisivulla on myös valmis PowerPoint -esitys rukouskortin kynttilöistä ja rukouksista.



*Sytytä parisuhteen rukouskynttilä ja Rakkaus-rukouskortti.*

### Draamamateriaali

Jokaiseen Parisuhteen palikat- aiheeseen on tehty lyhyitä muutaman minuutin draamoja, joita voi käyttää luennoilla ja pienryhmissä aiheen elävöittämiseksi. Näitä videoklippejä löytyy hankkeen kotisivuilta. Materiaali-ideoita syntyy myös koko ajan lisää. Kotisivuille kerätään ideoita palikoiden käytöstä eri tilanteissa. Voit lähettää oman, itse kehittämäsi toimintatavan muidenkin hyödynnettäväksi osoitteeseen [arja.seppanen@evl.fi](mailto:arja.seppanen@evl.fi).

### Parisuhteen palikat -koulutuksia

Parisuhteen palikoiden käytöstä järjestetään edullisia koulutuksia eri puolille Suomea. Suurin osa niistä on avoimia kaikille kiinnostuneille.

### Muu käyttö

Palikkataloa voi soveltaa muihinkin teemoihin kuin parisuhteeseen. Jos näin tehdään julkisella luennolla tai koulutuksessa, niin käyttäjä on velvollinen kertomaan, mikä palikkatalon alkuperä on ja mihin hankkeeseen se liittyy.

*Mukavia kohtaamisen hetkiä Parisuhteen palikoiden merkeissä!*