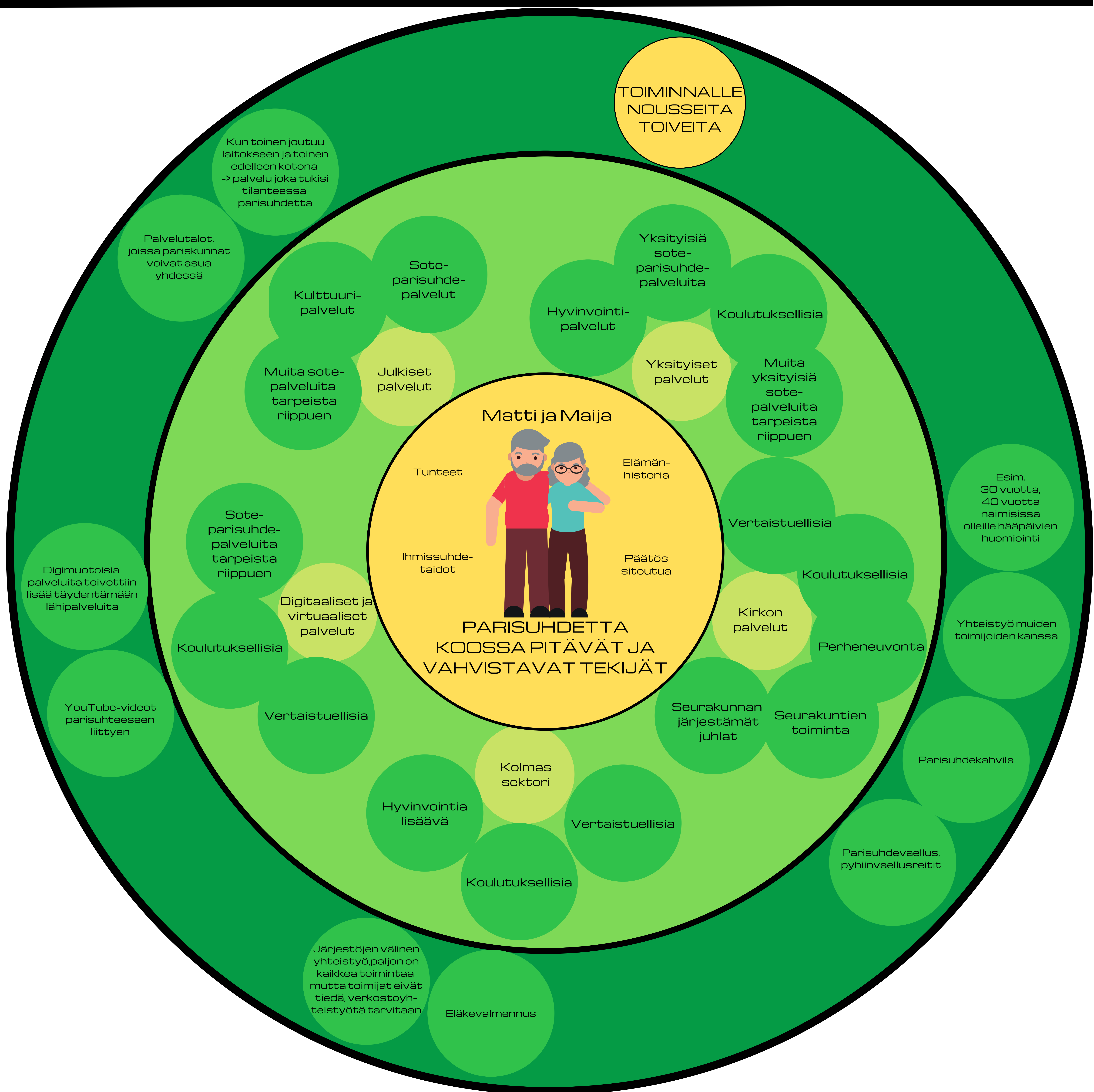


# MATTI JA MAIJA-ASIAKASPROTOTYYPPI IKÄIHMISTEN PARISUHDEPALVELUISTA ETELÄ-KARJALASSA



Parisuhdetta koossa pitävät ja vahvistavat tekijät ja parisuhdepalvelut avattuna liitteissä

Tunteet	Ihmissuhdetaidot	Elämänhistoria	Päätös sitoutua
välittäminen	selkeä työnjako	muistojen merkitys	samalla puolella oleminen
omien tunteiden tunnistaminen	raha-asiat ja taloudelliset rakenteet	yhdessä tekeminen	Me-henki (puolisoiden keskinäinen tuki)
(etä)rakkaus	arjen teot	yhdessäolo	yhteiseksi hyväksi
rakkauden tunteen muutos	vastavuoroisuus	oma aika	toisen huomioiminen
tunteiden jakaminen	kompromissi	yhteiset mielenkiinnonkohteet	teot
yhteenkuuluvuus	tasavertaisuus	yhteiset kokemukset	valinnat
empaattisuus	molempien osuuden näkeminen	elämänvaiheiden kehityskriisit	tahtominen
ylpeys	erilaisuuden hyväksyminen	yhteiset muistot	toisen tunteminen
onnellisuus	yhteisten elämäntaitojen opettelu	yhdessä koettu kasvaminen ja ikääntyminen	sopeutuminen
innostus	eriytymisyyden tunnistaminen	rohkeus tehdä valintoja	joustavuus
ilo	kommunikaatio	parisuhteen vaiheet	luottamus
rohkeus	kuulluksi tuleminen	perhe-elämän vaiheet	uskollisuus
herkistyminen	toisen kuunteleminen	ydinperheen malli	rehellisyys
toiveikkaus	kunnioittava puhetyyli	oma kasvu	
helpotus	avoimuus	lapsuudenkodin mallit	
tyytyväisyys	kiittäminen	yhteenkuuluvuus parina ja perheenä	
turvallisuus	huumori	yhteinen maailmankuva	
helpotus	tarpeiden täytyminen	kristillinen arvomaailma	
romanttisuus	toisen tarvitseminen	samat elämänarvot ja tavoitteet	
yksinäisyydestä selviäminen	toisen tukeminen	yhteinen tulevaisuudenkuva	
menettämisen pelko	toisen arvostaminen	yhteiset odotukset	
yksinjäämisen pelko	toisen kunnioittaminen	yhteiset unelmat ja haaveet	
tulevaisuuden pelko	rajojen asettaminen ja selkeät rajat	samankaltaisuus	
hylätyksi tulemisen pelko	toiseen tukeutuminen	hioutuminen yhteen	
eroamisen pelko	seksuaalisuus	puolisoiden käsitykset toisistaan ja suhteesta	
kuoleman pelko	seksi	terveydelliset syyt	
toisesta luopumisen hyväksyminen	hellyys	työ, ura, työttömyys	
pahasta olost ja toivottomuudesta selviäminen	kosketus	verkosto	
syllisyyden kohtaaminen	katseet ja läheisyys	ajankäytön ristiriidat	
surun kohtaaminen	nöyryys	huoli lapsenlapsista	
hetkellisen väsymyksen sietäminen	kunnioitus	huoli lapsista	
pettymyksen kohtaaminen	kärsivällisyys	vanhempien tai appivanhempien sekä ystävien vaatimukset	
toisen ikävä	anteeksianto	vastoinkäymisistä selviäminen	
	anteeksi pyytäminen	opetukset erilaisista tilanteista	
	palautteen antaminen	erilaiset saavutukset	
	empatia	vaikeuksista selviäminen	

Julkiset palvelut	Yksityiset palvelut	Kirkon palvelut	Kolmas sektori	Digitaaliset ja virtuaaliset palvelut
<b>sote-parisuhdepalveluita</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>hoitokodeissa yhdessä asuminen</li> <li>joustavat vierailuajat hoivakodeissa</li> <li>omaisten huoneet hoivakodeissa</li> <li>omaishoidon tuki</li> <li>hyvinvointiasemien palveluneuvonta / Iso apu-palvelukeskukset</li> <li>yhteisöasuminen (ohjattu senioriasuminen)</li> </ul>	<b>yksityisiä sote-parisuhdepalveluita</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>yksityinen seksuaaliterapia</li> <li>yksityinen pariopsykoterapia</li> <li>yksityinen perhepsykoterapia</li> </ul>	<b>seurakuntien toiminta (tapahtumat ja toiminta sekä apu ja tuki elämän kriisitilanteissa)</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>kotiehtoollinen</li> <li>parisuhdekotikäynnit</li> <li>lähimmäispalvelutoiminta pariskunnille</li> <li>papit ja diakonian työntekijät</li> <li>vapaaehtoistyö</li> <li>kuuntelu ja tuki</li> </ul>	<b>koulutuksellisia</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>asiantuntijavierailijat</li> <li>tunnetaidot</li> <li>ihmissuhde- ja vuorovaikutustaidot</li> <li>parisuhdeleirit</li> <li>parisuhdetapahtumat</li> <li>Virtaa parisuhteen hyvinvointiin (parisuhdekeskus Kataja)</li> <li>erilaisten järjestöjen ja yhdistysten tarjoamat parisuhteeseen liittyvät toiminnot</li> </ul>	<b>sote-parisuhdepalveluita tarpeen mukaan</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>terveydenhuollon etä-vastaanotot</li> <li>parisuhde-chat</li> <li>Mielenterveystalon parisuhteen omahoito-ohjelma</li> </ul>
<b> muita sote-palveluita tarpeitten mukaan</b> esim. mielenterveys- ja päihdepalvelut	<b> muita yksityisiä sote-palveluita tarpeitten mukaan</b> esim. Monitoimiseniorit	<b>perheneuvonta</b> perheasiain neuvottelukeskus	<b>vertaistuellisia</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>vertaistukiryhmät</li> <li>virkestystoiminta</li> <li>keskustelu- ja kuunteluapu</li> </ul>	<b>koulutuksellisia</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>parisuhdeverkkokurssit</li> <li>etäpariterapia</li> <li>seminaarit</li> <li>luennot netissä</li> <li>parisuhdetta tukevat sivustot</li> </ul>
<b>kulttuuripalvelut</b> esim. Kaiku-kortti	<b>koulutuksellisia</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>parisuhdekurssit</li> <li>elämäntaitovalmennukset</li> </ul>	<b>seurakuntien järjestämät juhlat</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>avioliitto</li> <li>vihkivalan uusiminen</li> </ul>	<b>hyvinvointia lisäävä</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>tuetut lomamat</li> <li>parisuhteen toiminnalliset tapahtumat, esimerkiksi parisuhdepolku (rasteja ja tehtäviä)</li> </ul>	<b>vertaistuellisia</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>Teams-tapaamiset</li> <li>etäryhmät</li> <li>järjestötoiminta</li> </ul>
	<b>hyvinvointipalvelut</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>rentoutusharjoitukset</li> <li>kylpylä</li> <li>kulttuuripalvelut</li> </ul>	<b>vertaistuellisia</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>leiri- ja kerhotoiminta</li> <li>eroryhmät</li> <li>parisuhderyhmät</li> </ul>		
		<b>koulutuksellisia</b> esim. <ul style="list-style-type: none"> <li>parisuhdetapahtumat</li> <li>herätysliikkeiden tarjoamat parisuhdepalvelut</li> </ul>		
<b>TOIMINNALLE NOUSSEITA TOIVEITA</b>				
palvelutalot, joissa pariskunnat voivat asua yhdessä		esim. 30 vuotta, 40 vuotta naimisissa olleille hääpäivien huomiointi	järjestöjen välinen yhteistyö, paljon on kaikkea toimintaa mutta toimijat eivät tiedä, verkosto yhteistyötä tarvitaan	YouTube-videot parisuhteeseen liittyen
kun toinen joutuu laitokseen ja toinen edelleen kotona → palvelu, joka tukisi tilanteessa parisuhdetta		yhteistyö muiden toimijoiden kanssa	eläkevalmennus	digimuotoisia palveluita toivottiin lisää täydentämään lähipalveluita
		parisuhdekahvila		
		parisuhdevaellus, pyhiinvaellusreitit		