******Pidä minut lähelläsi –**

**Tunnekeskeinen parisuhdekurssi**

**18.-20.1. ja 15.-17.2.19 Kempeleessä**

**Kurssin ajankohdat ovat**

 **pe klo 18-20, la klo 9.30-17 ja su klo 9.30-16.30.**

**Aiempien kurssilaisteni palautteita: Suosittelisin kurssia erityisesti pareille**, *”jotka ovat urautuneet tai joiden suhde on väljähtynyt” ” joilla on ristiriitoja” ”joilla tunneyhteys on heikko tai suhde on enimmäkseen kielteinen”* "aivan kaikille, vahvistamaan myös toimivaa suhdetta"

Tunnekeskeinen parisuhdekurssi perustuu tunnekeskeiseen pariterapiaan. Kurssilla tutkitaan parisuhteen vuorovaikutusta ja vuorovaikutustilanteiden taustalla vaikuttavia tunteita. Se auttaa **ymmärtämään omaa ja toisen toimintaa erityisesti silloin, kun tunneyhteys katkeaa**. Kurssin kautta aukeaa **mahdollisuus muutokseen parisuhteen ytimessä, tunneyhteyden kokemisessa.** Tunneyhteyden turvallisuus **auttaa ristiriitojen ratkaisussa rakentavasti**. Kurssi soveltuu pareille, jotka ovat **sitoutuneet** parisuhteeseensa, haluavat lisätä ymmärrystään parisuhteestaan sekä **parantaa keskinäistä yhteyttä ja läheisyyttä**. Parien on tärkeää osallistua koko kurssin ajalle. Kurssille mahtuu 2-3 paria, siten kurssilla yhdistyy **terapeuttisuus ja vertaistuki kotoisessa ilmapiirissä. Kurssin ”talon miehenä” toimii aviopuolisoni Eero Multasuo.**

Kurssi **ei sovellu** pareille, joilla on akuutti kriisi, väkivaltaa tai liiallista päihteiden käyttöä. Olen pätevöitynyt tunnekeskeinen pariterapeutti ja tarjoan **tunnekeskeistä pariterapiaa**, mikäli teillä on parisuhdekriisi, eropohdintaa tai mikäli kurssi ei muuten sovellu teille.

**Kurssin hinta** **on 320 e/ pari.** Varausmaksu 70 e maksetaan ennen kurssin alkua. Loppumaksun voi sovitusti maksaa useammassa erässä. Kurssin hintaan sisältyvät kurssimateriaalit ja välipalat (ilmoitathan ruokavaliot). Mahdollisuus yöpymiseen. Hotellimajoitusta n. 1 km-15 km, kysy tarvittaessa vinkkejä!

**Kurssi koostuu** vertaistukea hyödyntäen luennoista ja yksin tai kaksin tehtävistä harjoituksista. Suositeltavaa lukemista on Sue Johnsonin kirja *Kunpa sinut tuntisin paremmin. Keskustelemalla tunnekeskeiseen parisuhteeseen, Psykologien kustannus*

**Kurssikertojen aiheet:**

**Pe**: 1. Rakkauden ja kiintymyssuhteen ymmärtäminen **La**: 2. Kun yhteys katkeaa -Tuhoavat keskustelut 3. Arkojen kohtien tunnistaminen 4.Turvallisen perustan luominen **Su:** 5. Luottamuksen palauttaminen 6. Kun yhteys löytyy -Pidä minut lähelläsi -keskustelut 7. Tunneyhteyden vahvistaminen seksin ja kosketuksen avulla, Rakkauden ylläpitäminen

**Tiedustelut ja ilmoittautumiset**: Tuula Multasuo, pari- ja perhepsykoterapeutti, tunnekeskeinen pariterapeutti (ICEEFT), tuumultasuo@gmail.com p. 041-5498994 <https://tuula-multasuo-pari-ja-perheterapia.webnode.fi/>