

# Vakauttavan konsultaatio

## - Vuorovaikutusta ja tunnekuormitusta vakauttava konsultaatio



### Koetko perheessäsi seuraavia haasteita?

- Haasteita oman tai perheenjäsenen vuorovaikutuksen säätelyssä
- Uupumuksen, hämmennyksen tai tunnekuormituksen aiheuttamia merkkejä
- Vaikeiden kokemusten vaikutuksia lapseen, aikuiseen, parisuhteeseen, vanhemmuuteen tai perhesuhteisiin
- Vanhemmuuden taitojen haastetta kiintymyssuhdekatkosten tai traumatisaation vuoksi
- Tarvetta uusille näkökulmille haastaviin tilanteisiin vanhempana
- Tarve yhteistyökumppanille perheenjäsenen vakauttamiseen tai vuorovaikutuksen säätelyn haasteisiin

👉 Näihin ja muihin muihin tilanteisiin voi löytyä tukea vakauttavasta konsultaatiosta.

### Mitä on vakauttava konsultaatio?

Vakauttava konsultaatiomalli pohjautuu **Vakauttavan pari- ja perheterapian** periaatteisiin. Työskentely perustuu konsultin ja asiakkaan väliseen vuorovaikutukseen, asiakkaan itsetuntemuksen tukemiseen ja tutkivaan työotteeseen. Vakauttavassa konsultaatiossa tarkastellaan kokemuksia, kehotuntemuksia ja toimintamahdollisuuksia yhdessä asiakkaan kanssa hänelle tärkeässä asiassa. Se tarjoaa asiantuntijatukea vanhemmuuden tueksi.

Konsultaatio auttaa tunnistamaan ja vakauttamaan haastavia vuorovaikutustilanteita, jotka usein liittyvät:

- haavoittuvuuteen
- traumaattisiin kokemuksiin
- kiintymyssuhteen katkoksiin

Työskentelyn ytimessä on turvallisen ja säädellyn vuorovaikutuksen lisääminen. Konsultoinnin tehtävänä on lisätä asiakkaan omaa havainnointi-, harkinta- ja arviointikykyä.

### Tausta

**Vakauttava pari- ja perheterapia** sekä **fokusoitu vakauttava konsultaatiomalli** on kehitetty kouluttajapsykoterapeuttien **Minna Koskinen** ja **Aino Maija Rautkallio** toimesta. Se pohjautuu:

- perhe- ja paripsykoterapian
- traumaterapian
- kiintymyssuhdeterapian
- sensorimotorisen terapian
- psykofyysisen hengitysterapian
- dialogisuuden
- neurotieteiden teorioihin ja menetelmiin.

## Miten konsultaatiot toteutetaan?

Vakauttava konsultaatio voidaan järjestää:

- Asiakkaiden kanssa yhdessä
- Yksityishenkilöiden, parien ja perheiden tilaamana
- Ammattilaisten sisäisinä työnohjauksellisina tapaamisina
- Kaikissa sosiaali- ja terveydenhuollon sekä kasvatusta- ja sivistystoimen ympäristöissä julkisella ja yksityisellä sektorilla

Konsultaatio sovitaan joko **kertakonsultaationa** tai muutaman kerran **prosessikonsultaationa**.

Konsultaatiossa käytetyt menetelmät ovat kehollisia ja dialogisia. Käytettävät lyhyet harjoitukset sisältävät mm.:

- Kehon ja vuorovaikutuksen säätelyharjoitteita
- Hellittävän hengityksen harjoitteita
- Rajojen tunnistamisen harjoitteita

## Tavoitteet

- ✓ Luoda tilaa uusille vuorovaikutustavoille, säätelykeinoille ja suojaaville rajoille
- ✓ Tunnistaa ja vakauttaa vaikeiksi koettuja vuorovaikutustilanteita
- ✓ Vahvistaa perheenjäsenten tai työntekijän ja asiakkaan välistä vuorovaikutusta
- ✓ Harjoitella tapaa olla ja toimia vuorovaikutuksen hankalissa ja haastavissa hetkissä siten, että se vahvistaa myönteistä vuorovaikutusta ja toimijuutta
- ✓ Vahvistaa toivoa ja myötätuntoa itseä ja perheenjäsentä kohtaan

## Kuka toimii vakauttavana konsulttina?

Vakauttavan konsultaation toteuttaa jatkokoulutettu **Vakauttava pari- ja perheterapeutti**.

## Kiinnostuitko vakauttavasta konsultaatiosta?

Tutustu aiheesta käsittelevään artikkeliin osoitteessa: [perhejapariterapialehti.journal.fi](http://perhejapariterapialehti.journal.fi)

## Ota yhteyttä – kuljetaan hetki yhdessä!

Ystävällisin terveisin,

*Pirjo Latvanen*

Psykologi, vakauttava perhe- ja paripsykoterapeutti,  
työnohjaaja, vakauttava konsultti

🌿 Psykologipalvelu Pirjo Latvanen

