25 - Unelmasieppari

Yksi utelias mielikuvituslintu ja 8 teemaa!

Tämän tehtävän tarkoituksena on nostaa esiin puhumattomia asioita ja ikiriitojen aiheita. Parisuhdetutkimuksissa on nimittäin havaittu, että ikiriitojen taustalta löytyy aina jokin itselle tärkeä, mutta mieluisalla tavalla toteutumatta jäänyt unelma tai arvo!

Tehtävän keskeinen työkalu on paridialoginen keskustelu. Siitä voitte lukea lisää Parisuhdekeskus Katajan julkaisemasta kirjasta *Vuorovaikutustaidot parisuhteessa*.

Jos olette ihmisiä, jotka tykkäävät hyödyntää mielikuvitusta, **voitte ottaa keskustelua avustamaan Unelmasiepparin: sen voi kuvitella araksi, mutta uteliaaksi ja älykkääksi linnuksi**, joka istuu kuuntelijan olkapäällä. Se on hyvin kiinnostunut siitä, mistä puhuja kertoo ja se keksii teräviä kysymyksiä. Unelmasieppari ei siedä riitelyä tai epäoikeudenmukaisuutta, vaan se lentää pois näitä havaitessaan – teidän tulee siis olla varovaisia sen kanssa. Unelmasiepparin päämäärä on auttaa molempia ymmärtämään toistensa näkökulmat.



© Aattelu Oy

Unelmasiepparin 8 teemaa ja kysymyksiä

1. Valitkaa aihe: toistuvasti esiin nouseva, ratkaisematon ikiriidan aihe tai asia, jossa ette ymmärrä toisianne.
2. Lähtekää käymään keskustelua tästä aiheesta siten, että kuvittelette Unelmasiepparin istumaan kuuntelijan olkapäällä ja ohjailemaan keskusteluja seuraavien 8 teeman ja niihin liittyen kysymysten avulla:

Arvot ja uskomukset

- Millaisia syvempiä ydinarvoja, eettisiä seikkoja tai uskomuksia sinulla on tähän asiaan liittyen?

Tarinat

- Millainen tarina tässä on taustalla?
- Mitä lapsuudessasi tai aikaisemmissa parisuhteissasi tapahtunutta tähän liittyy?

Tärkeys

- Miksi tämä asia on sinulle niin tärkeä?
- Mihin se asettuu muiden tärkeiden asioiden joukossa?

Tarpeet ja toiveet

- Mitä toivoisit tai tarvitsisit tähän asiaan liittyen?
- Mistä huomaisit, että toiveesi tai tarpeesi on otettu huomioon?

Tavoitteet

- Mitä tavoitteita sinulla on tähän asiaan liittyen?
- Missä aikataulussa?

Ideaalitilanne

- Mikä olisi ihanteellisin tapa, miten tämä asia voisi toteutua?

Kauhuskenaario

- Millainen olisi se kauhuskenaario, joka tämän asian toteutumiseen tai toteutumatta jäämiseen liittyy?

Tunteet

- Mitä tunteita tämä asia sinussa herättää...
  - jos asiat toteutuvat ihanteellisesti?
  - jos asia ei toteudu?
  - jos kauhuskenaario toteutuu?

© Aattelu Oy