

Hei!

Olette / Olet lämpimästi tervetullut WHYNOTin asiakkaaksi. palvelun tuottaja olen minä, Outi Korkiakoski. Yritykseni tarjoaa mahdollisuutta itsesi ja ihmissuhteittesi tutkimiseen turvallisesti. Suosin kansainvälisestikin tutkittuja ja tehokkaita työskentelytapoja. Jokainen kerta on omansa.

Olen taustaltani Helsingin yliopiston kasvatti (KM): ihmissuhdepedagogi, jonka erityisosaamisena on perhesuhteiden asiantuntijuus sekä terveystiedon opettajuus. Lisäksi olen kognitiivinen käyttäytymisterapeutti (CBT & Gestalt). Käytän työnimikkeitä terapeutti, valmentaja ja ohjaaja.

Vastaanotolla työni perustuu tutkittuun tietoon ja sen myötä turvalliseen etenemiseen. Minulla on 33 vuoden työkokemus vaativista lasten, nuorten, nuorten aikuisten sekä aikuisten prosesseista. Tutkimusten mukaan aika usein miesten motivaatio lopahtaa jo pariterapian alussa, jos on pakko puhua. Monelle on hyvin vaikeaa ja ahdistavaa alkaa avautumaan. Sama toki koskee muitakin.

Tällä hetkellä toimin pääasiallisesti aikuistyössä eli yksilöiden, pariskuntien ja perheiden sekä monenlaisten työ- ja harrasteyhteisöjen parissa henkisen kehittymisen ja hyvinvoinnin edistämisen psyko-edukatiivisissa valmennuksissa sekä terapeutina. Asiakkaistani reilu ½ on miehiä.

Arvostan ja kunnioitan kaikenlaista moninaisuutta ja yhdenvertaisuutta sekä tasa-arvoa. Noudatan toiminnassani Suomen lakia ja tietosuojaa sekä rekisteröintiohjeita. En kerää asiakastietoja. Olet kaikilla tavoin turvassa luonani sekä työhuoneissani – Lauttasaari ja Hanko – että etäyhteyksillä.

Työskentelykieleni ovat suomi ja englanti. Vahvana apukielenä toimii ruotsi. Ymmärrän ruotsia erinomaisesti, mutta puhun ja vastaan suomeksi varmistaakseni työni selkeyden ja laadun. Tällä hetkellä 70% asiakkaistani on ruotsia tai englantia kotikielensä puhuvia. Asiakaspalautte: 4,75/5.

Tarjoan ja tuotan tällä hetkellä yksityistä palvelua. Työskentelyni on kokonaisvaltaista ja ketterää. Kestävää laatua ja tuloksia luodaan aina luottamuksellisessa ja lämpimässä työskentelyn turvassa sekä ilmapiirissä. Ammattitaitoa on nopeus kartoittaa ja löytää ongelmien juurisyyt. Itse prosessia ei kannata eikä voi kiirehtiä, mutta pitkä työkokemus antaa ilman muuta lisäarvoa asiakkaalle eli vahvaa näkemystä ja ymmärrystä tuottaa uniikisti juuri sitä mitä asiakas eniten tarvitsee juuri nyt.

En tarjoa tai tuota Valviran myöntämää KELA-tuettua terapiaa. Pääpaino omassa työskentelyssäni on mahdollisimman nopeasti saada asiakas ottamaan ohjausotetta omasta prosessistaan. Joskus uuden oppimista ja tietoisuuden avaamista tarvitaan vain ihan vähän ja toisinaan enemmän. On myös asiakkaan omasta tavoitetasosta kiinni, miten ja kuinka pitkäksi aikaa sitoudumme / projekti.

Palveluni on tarkoitettu kaikille niille, jotka kokevat tarvitsevänsä aidosti luotettavaa ja laadukasta sekä riittävän monipuolista eli Juuri Teille Jokaiselle Asiakkaalleni Aidosti Uniikkia, Vahvaa Lisäarvoa Tuottavaa Apua Ja Tukea. Toisin sanoen motivaatiota ja toivoa ylläpitävää asiantuntija-apua sekä ajattelukumppanuutta elämän ja ihmissuhteiden haasteisiin – priva- ja pro-sektoreilla.

Työskentely tapahtuu pääasiassa keskustelemalla asiakkaan valitsemasta teemasta. Toisinaan kokeillaan varsin joustavasti hyvin monenlaisia toiminnallisia menetelmiä tai pieniä harjoitteita jos ne tuntuvat sopivan asiakkaalle juuri sillä hetkellä. Asiakkaan ja terapeutin yhteistyössä opitaan ja mallinnetaan tulevaa sekä parhaimmillaan löydetään uusia ja erilaisia tulokulmia ajatteluun.

On arvokasta etsiä avun pariin ja hyvin usein luokseni tullaankin toisen asiakkaan vinkistä. Olen koonnut Instagramiin @whynot.oy joitakin avartavia ajatuksia sekä asiakkaitteni suosituksia. Eli turvallista, luotettavaa ja ratkaisukeskeistä tukea ja ammattiapua arjen huoliin on löydettävissä.

Aina kun kyse on pariterapiasta, on ilman muuta luonnollista että jompikumpi puolisko voi kokea enemmän luottamusta terapeuttia kohtaan alussa tai prosessin aikana. Se on täysin luonnollista ja ymmärrettävää. Yleensä kun tutustuminen etenee, työskentely alkaa tuottaa muutosta – prosessi itsessään on jo terapiaa eli parisuhteen dynamiikan ja vuorovaikutuksen tutkimista. WHYNOTin lähtökohta on tuottaa sellaista palvelua, joka koetaan yhdenvertaisena. Etenkin aika usein miehille puhuminen kotona ja etenkin terapiassa omista tunteista voi olla aika uutta. Tämä huomioidaan ja etenkin alussa juuri tutustumiseen panostetaan erityisen paljon. Jos ei tunneta, on vaikea luottaa.

Elämän ja arjen laatu perustuu hyvin pitkälti ihmissuhteiden laatuun. Usein jo pienet mutta arjen systeemiset muutokset vaikuttavat – ja etenkin tapaan jolla alamme näkemään mahdollisuuksia ja iloakin. Kaikkien ihmissuhteiden kehittämisen peruskallio on suhde omaan itseen. Se on treenilaji. Terapiassa voi nousta välillä hyvinkin paljon tunteita tai jopa vastustusta, kun ulkopuolinen alkaa puuttumaan parisuhteen ja perheen asioihin. Mukavuusalueelta poistuminen on ydinasia työssä.

Hyvä elämä ei tarkoita samaa kuin helppo elämä. Hyväänkin elämään kuuluu välillä ja ihan kaikilla meistä valitettavasti välillä myös äärimmäisen vaikeita aikoja. Joudumme kohtaamaan erittäin vaikeita tunteita ja sietämään tuskaa ja hämmennystä – sitä että olemme ihan ”pihalla” kaikesta. Terapiassa parisuhteen hiljaisempi osapuoli voi aktivoitua ja vahvempi hiljentyä jne. jne. Kaikki vaiheet kuuluvat prosessiin. Tavoite on oppia luottamaan että solmuja ollaan kyllä avaamassa.

Ihmisen elimistö on viisas ja usein myös itseään varsin älykkäästi korjaava. Meidän ei tarvitse vaatia ja syyttää itseämme kehomme tai mieleemme reaktioista. Voimme luottaa kaikesta surusta tai muusta vaikeasta huolimatta elämän kantokykyyn. Sinussa on jo kaikki voima ja viisaus. Minun tehtäväni on olla kanssakulkijasi rinnallasi ja kannustan sinua rohkeuteen kohdata myös kipusi.

Sen kautta kipu pikkuhiljaa mutta varmasti (!!) lopulta hellittää, tunteet muuttavat muotoaan. Kiitollisuus selviämisestä ja uuden oppimisesta sekä inhimillisyydestä ja lämmöstä ovat edessäsi!! Palveluuni kuuluu kokonaisvaltainen asiakkaan ohjaaminen – välillä myös whatsapp/tekstiviestein. Erikseen hyvä toivoa tai sopia jos vaikka viestejä ei halua ollenkaan. Tämä maksuton lisäpalvelu ilman muuta on asiakkaan etu. Jos ei päästyä aktiivisesti koko ajan ja edes hieman eteenpäin, se ei motivoi muutenkin jo vaikeassa tilanteessa ja jaksamisen teemoissa. Myös lapset voivat väsyä.

Pyrin kaikessa toiminnassani vilpittömyyteen ja avoimuuteen – välillä toki rohkeastikin, jos tilanne sen autenttisuudessaan vaatii – Sinua ja TeitäAuttaakseni. Jos kuitenkin prosessin aikana koet, että olen jossain vaiheessa loukannut sinua tai olet pahoittanut mielesi jostakin, kannustan sinua jakamaan ajatuksesi kanssani rohkeasti!! Harjoittelemme samalla vastavuoroista oppimista ja luottamista. <3 On tärkeää muistaa, että siellä missä nousee kipua/ärsytystä, on AINA kasvu.

Olen iloinen ja ylpeä että voimme aloittaa yhteistyömme, jolla luodaan merkitystä kauas tulevaan. Edessäsi on turvallinen ja taatusti myös monella tavalla koskettava retki. Minun kanssani saat olla 100% vapaasti oma itsesi ja riität minulle AINA juuri sellaisena kuin kulloinkin olet: kaikkinesi. <3

Minä vastaan prosessin ohjauksesta sekä siitä, että pyrin itsekin olemaan vahvasti läsnä tuntevana Ihmisenä ja samalla myös ilman muuta Terapeuttinasi / Valmentajanasi ja myös Luottoystävänäsi. Prosessi on kuin merimatka. Kun luotamme alukseemme nimeltä Yhteistyö, selviämme loistavasti.

Voit ihan missä vaiheessa vaan kysyä minulta ns. mitä vaan ja ilman muuta antaa palautetta. Jos koet mitä tahansa vaikeaa tunnetta, ole minuun suoraan yhteydessä niin voidaan tutkia mihin se liittyy. Olen luvannut myös, että tarvittaessa voi pitää parille maksuttoman 30 minuutin infon myös tämän uuden asiakkaan infokirjeen lisäksi. Suurin osa asiakkaista ei ole aikaisemmin käynyt terapiassa ja ylipäättään aina jokainen asiantuntija koostaan oman metodiikan jolla tuloksia myös tuloksia tehdään. Investointi omaan henkiseen hyvinvointiin ja lähisuhteisiin on osa itsearvostusta.

Lempeitä tuulia ja hyvää matkaa sekä Sinulle että meille!! <3

Outi