



Parisuhteen SWOT-analyysi

Parisuhteen hyvin toimivat puolet
Minkä haluamme jatkuvan? Mikä on jo hyvin?

Parisuhteen haasteet.
Mihin haluamme muutosta? Mitkä asiat
hankaloittavat parisuhteemme toimivuutta? (ei
kumminkaan pohdita ongelmien syitä)

Parisuhteen mahdollisuudet.
Mistä haaveilemme? Mitä toivomme?
Mitä mahdollisuuksia näemme?

Parisuhteen uhkien minimointi
Miten voimme välttää tai vähentää parisuhteen
toimivuutta uhkaavia asioita? Millä keinoilla /
miten toimimalla voimme vahvistaa parisuhteen
toimivuutta? Mitä olemme jo kokeilleet? → jos
se toimi miten voisimme tehdä sen uudelleen?