



Propellipäät huomasi yhdessä kumppanijärjestönsä, Kaakkois-Suomen sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen (Kakspy) LovMe-hankkeen kanssa tarpeen tuoda näkyviin kokemuseräistä, mielenterveystoipumiseen liittyvää tietoa uudenlaisten visualisointien avulla.

Tämä ohje on toipumiskartan
piirtämiseksi.

 3 h n. 10

Mitä tarvitset

- # Kenelle

Kenelle tahansa tahansa porukalle, joka
pohtii miten tuoda kokemuseräistä
tietoa näkyviin helposti levitettävään
muotoon.

Näin sen teet

Etukäteisvalmistelut:

- kirjaa fläppipaperille työpajan ohjelma ja aseta se kaikkien osallistujien näkyviin.
- Järjestä tila siten, että kaikki osallistujat mahtuvat yhden, yhteisen, pöydän ympärille. Vuoraa yhteinen pöytä liitutaulukankaalla tai paperilla.
- **Toivota ihmiset tervetulleeksi** yhteisen pöydän äärelle, käy läpi työpajan ohjelma ja kerro, mitä työpajasta tulee tulemaan ulos.
- **Lämmittely.** Käytä lämmittelyyn tehtävää, jonka avulla ajatus kartasta tulee tutuksi. Voit käyttää esimerkiksi seuraavaa lämmittelyharjoitusta.
- **Tehdään** tilaan, lattialle, kuvitteellinen, meistä itsestämme muodostuva, kartta.

Ohjeista osallistujat: Olemme yhdessä asettumassa valtavan kartan sisään, joka "näky" juuri silmienne edessä. Kartta, jonka näet, voi olla mikä vain. Asetu johonkin paikkaan karttaa.

- **Ohjeista** aina yhden henkilön asetuttua "kartalle" kertomaan, mikä paikka on kyseessä, kuka siihen asettunut henkilö on ja mitä hän sieltä mukanaan tänään tuo.

Kartan koostaminen. Palataan yhteisen pöydän äärelle. Jaa jokaiselle henkilölle paperilappuja ja kyniä. Korosta sitä että piirrämme, koska se on hyvä tapa tukea omaa ajatteluamme. Emme pyri visuaalisesti mahdollisimman taitavaan tuotokseen vaan käytämme piirtämistä kommunikointivälineenä. Lopputuotos saa siis näyttää ihan miltä tahansa – se on hyvä joka tapauksessa!

- Ensin tehdään **yksilötyö**:
 - Ohjeista osallistujat yksilötyöhön: Piirrä paikkoja, jotka ovat merkityksellisiä toipumisen näkökulmasta eli joiden pitäisi sijaita kartalla. Paikkoja voi olla miten monta tahansa.
- Seuraavaksi **työskennellään pareissa**:
 - Ohjeista osallistujat parityöhön: Jaa parille piirroksesi. Pohtikaa yhdessä, minkälaisia paikkoja löysitte. Löydätkö yhdessä lisää? Mikäli löydätte, piirtäkää vielä ne papereille.
- **Muista tauottaa!**
- **Yhteisen kartan rakentaminen.** Palataan yhteisen pöydän äärelle. Asetellaan pareissa parien paikat kartalle. Kukin pari kertoo niitä asettaessaan: Mitä ne ovat? Miten paikat liittyvät toipumiseen? Nimetään paikat. Jokainen pari tekee tämän kerrallaan ja muut kuuntelevat. Paikkoja voi siirtää suhteessa toisiinsa. Lopulta ne laitetaan sinitarralla "pöytäliinaan" kiinni.
- **Piirretään toipujien polkuja yhteiselle kartalle.** Ohjeista jokainen yksilötyöhön. Piirrä kartalle oma polkusi. Mistä se lähti, missä kaikkialla se on risteillut. Merkkää lähtöpaikka näkyvästi.
- **Purku.** Käy läpi yhteinen karttaluonnos: minkälaisia paikkoja ja reittejä siellä näkyy? Anna jokaisen sanoa vielä kartasta jotain. Jos purkukeskustelussa ilmentyy, että karttaan pitäisi vielä lisätä jotain, lisää se ja varmista osallistujilta, että saithan oikeat sanat ylös. Ota vielä loppuun ripeähkö fiiliskierros.
- **Loppu.** Kertaa kertaalleen, mitä kaikkea on saatu tehtyä ja kiitä. Kerro, milloin ja miten luonnoksesta luodaan lopullinen visualisointi.

Jälkityöt

Tee kirjallinen ja kuvallinen kooste työpajasta ja lähetä ne eteenpäin visualisoinnista vastaavalle henkilölle.

Arviointi

Seuraa ja arvioi toipumiskartan avulla liikkeelle lähteviä asioita -käyttökertoja ja keskusteluja, joita se saa aikaan.

