



Kuinka pelata peliä "Yhteinen matka"

Tavoite:

Yhteinen matka -pelin tavoitteena on edistää myönteisiä asenteita, lujittaa yhteisön siteitä ja rakentaa maahanmuuttajanaisten itseluottamusta tarinankerronnan, taitojen jakamisen ja yhteistoiminnallisten haasteiden avulla.

Komponentit:

1. **Pelilauta:** Värikäs kartta, joka kuvaa matkan eri vaiheita ja jossa on erilaisia polkuja, jotka johtavat keskeiseen "koti"-tilaan.
2. **Pelaajan nappulat:** Kullakin pelaajalla on ainutlaatuinen itseään esittävä nappula.
3. **Kortit:**
 - **Tarinakortit:** Kehotteita henkilökohtaisten tarinoiden ja kokemusten jakamiseen.
 - **Taitokortit:** Haasteet, jotka kannustavat pelaajia jakamaan tai osoittamaan taitojaan.
 - **Yhteisökortit:** Yhteistyötehtävät, jotka edellyttävät tiimityötä.
 - **Kannustuskortit:** Positiiviset vakuutukset ja motivoivat lainaukset.
4. **Noppa:** Siirtää nappuloita laudan ympäri.

Asetukset:

- Jokainen pelaaja valitsee nappulan ja asettaa sen aloituspaikalle.
- Sekoita eri korttipakat ja aseta ne kuvapuoli alaspäin omille paikoilleen pelilaudalle.

Säännöt ja pelattavuus:

1. **Pelin aloittaminen:**
 - Pelaajat heittävät noppaa vuorotellen ja siirtävät nappuloitaan sen mukaisesti.
 - Riippuen siitä, mille alueelle he laskeutuvat, he nostavat kortin vastaavasta pakasta (tarina, taito, yhteisö, rohkaus).

2. Kortit

Korttien kuvaus

Korttiluokkia on neljä: Kortit ovat: Tarinakortit, Taitokortit, Yhteisökortit ja Kannustuskortit. Suunnittelun avulla varmistetaan, että jokainen kortti on helposti tunnistettavissa kategoriansa värin perusteella, mutta samalla säilytetään johdonmukainen ja ammattimainen ulkoasu kaikissa korttityypeissä.

Yleinen suunnittelu:

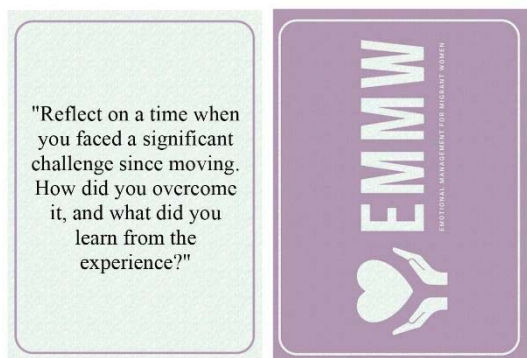
- **Kaksi puolta:** Kussakin kortissa on etu- ja takapuoli.
 - **Etupuoli:** Vain logo ja kategorian väri.
 - **Takapuoli:** Sisältää kehotuksen tai viestin, jota ympäröi kategorian värinen neliö.
- **Luokkavärit:**
 - **Tarinakortit:** Laventeli
 - **Taitokortit:** Tummansininen
 - **Yhteisökortit:** Purppura
 - **Kannustuskortit:** Oliivinvihreä

Tämä suunnittelutapa takaa selkeyden ja visuaalisen miellyttävyyden, jolloin pelaajien on helppo tunnistaa korttityyppi yhdellä silmäyksellä ja samalla säilyttää yhtenäinen ulkoasu koko pelissä.

Tarinakortit:

Pelaajat piirtävät tarinakortin ja kertovat kehotukseen liittyvän henkilökohtaisen kokemuksen.

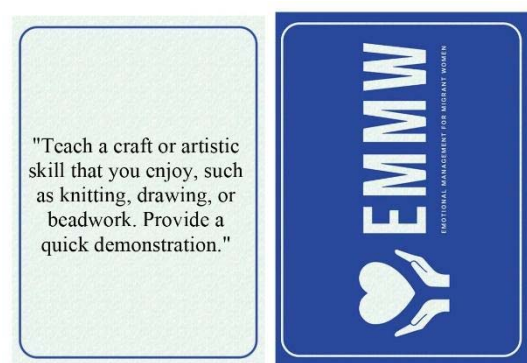
Esimerkki:



Taitokortit:

Pelaajat nostavat taitokortin ja joko esittelevät taidon tai opettavat sen muille.

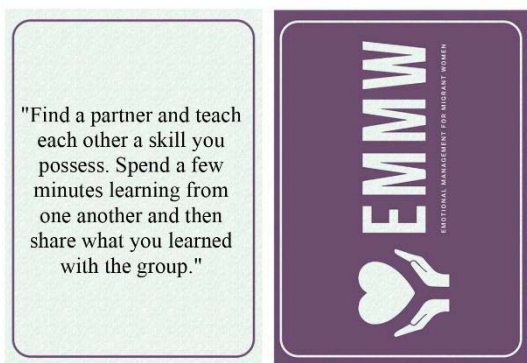
Esimerkki:



Yhteisökortit:

Pelaajat nostavat yhteisökortin ja suorittavat yhteistyötehtävän toisen pelaajan kanssa.

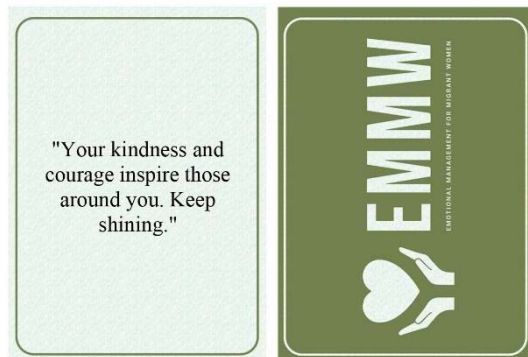
Esimerkki:



Kannustuskortit:

Pelaajat nostavat kannustuskortin, lukevat positiivisen vakuutuksen ääneen ja säilyttävät sen.

Esimerkki:



3. Erityistilat:

Heijastustila: Päädy tähän ja mieti hetki jotain, josta olet ylpeä.	
Tukitila: Päädy tähän ja anna tai vastaanota tukea toiselta pelaajalta.	

4. Pelin voittaminen:

- Peli päättyy, kun kaikki pelaajat saavuttavat "**koti**"-tilan.
- Pelaajat jakavat keräämänsä kannustuskortit ja pohtivat matkaa.
- Painopiste on pikemminkin matkassa ja yhteisissä kokemuksissa kuin kilpailuvoitossa.

Mukauttaminen:

- **Kulttuurinen sensitiivisyys:** Varmista, että kehotukset ja tehtävät ovat kulttuurisesti sensitiivisiä ja että niissä otetaan huomioon erilaiset taustat.

- **Kielivaihtoehdot:** Tarjoa kortteja useilla kielillä eri pelaajien tarpeisiin.
- **Yhteisön panos:** Ota maahanmuuttajanaiset mukaan suunnitteluprosessiin, jotta varmistetaan, että peli vastaa heidän kokemuksiin ja tarpeita.

Edut:

- **Voimaantuminen:** Pelaajat rakentavat itseluottamusta jakamalla tarinoitaan ja taitojaan.
- **Yhteisön rakennus:** Kannustaa pelaajien välistä yhteenkuuluvuutta ja keskinäistä tukea.
- **Positiivinen vahvistaminen:** Usein toistuvat myönteiset vakuuttelut auttavat parantamaan itsetuntoa.

"Kuvaile hetki, jolloin tunsit ylpeyttä itsestäsi muutettuasi uuteen maahan. Mitä sait aikaan ja miltä se tuntui?"

"Kerro tarina henkilöstä, joka auttoi sinua, kun saavuit maahan. Mitä hän teki ja miten hänen ystävällisyytensä vaikutti sinuun?"

"Kerro meille jostakin kotimaasi kulttuuriperinteestä, jota harjoitat edelleen. Miksi se on sinulle tärkeä ja miten vietät sitä?"

"Pohdi hetkeä, jolloin kohtasit merkittävän haasteen muuton jälkeen. Miten selvisit siitä, ja mitä opit kokemuksesta?"

"Kuvaile kokemusta, joka sai sinut tuntemaan itsesi osaksi uutta yhteisöäsi". Mitä tapahtui ja miksi se sai sinut tuntemaan itsesi osalliseksi?"

"Kerro tarina lempimuistosta lapsuudestasi. Miten tämä muisto vaikuttaa siihen, kuka olet nykyään?"

"Kerro jostakin taidosta tai osaamisesta, jonka toit mukana kotimaastasi. Miten olet käyttänyt tätä taitoa uudessa ympäristössäsi?"

"Kuvaile hetki, jolloin tunsit vahvan yhteyden johonkin toiseen kulttuuriin kuuluvaan henkilöön. Mikä toi teidät yhteen, ja mitä opitte toisiltanne?"

"Kerro, milloin jaoit kulttuurisi muiden kanssa uudessa kotimaassasi. Miten se otettiin vastaan ja miltä se tuntui?"

"Pohdi unelmaa tai
tavoitetta, joka sinulla on
tulevaisuuttasi varten.

Miten tähänastinen
matkasi vaikuttaa tähän
unelmaan, ja mitä
askeleita otat sen
saavuttamiseksi?"

"Esitä kotimaasi perinteinen tanssi. Opeta muutama askel ryhmälle."

"Jaa sinulle erityisen tärkeän ruokalajin resepti. Selitä tarvittavat vaiheet ja ainesosat."

"Näytä ryhmälle, miten sanotaan yleinen tervehdys tai fraasi omalla äidinkielelläsi. Harjoitelkaa sitä yhdessä."

"Opetä käsityö- tai taiteellista taitoa, josta nautit, kuten neulomista, piirtämistä tai helmityötä. Anna nopea esittely."

"Kuvaile ammattitaitoasi. Miten hankit sen ja miten käytät sitä jokapäiväisessä elämässäsi tai työssäsi?"

"Esitlee rentoutumis- tai mindfulness-tekniikka, jonka koet hyödylliseksi, kuten syvään hengittäminen, meditaatio tai jooga."

"Jaa vinkkejä päivän järjestämiseen tai ajan tehokkaaseen hallintaan. Mitä strategioita käytät pysyäksesi tuottavana?"

"Näytä ryhmälle, miten tehdään yksinkertainen kotitalous- tai tee-se-itse-projekti, jonka osaat hyvin."

"Selitä kotimaasi kulttuuripeli tai -aktiviteetti. Opetä säännöt ja pelaa nopea kierros ryhmän kanssa."

"Kuvaile harrastusta tai
intohimoa, joka sinulla
on. Selitä, miksi nautit
siitä ja miten muut
voivat aloittaa sen
harrastamisen."

"Luokaa yhdessä toisen pelaajan kanssa lyhyt tarina tai sketsi, joka perustuu valitsemaanne teemaan. Esittäkää se ryhmälle."

"Muodostakaa pari toisen pelaajan kanssa ja keskustelkaa haasteesta, jonka olette molemmat kohdanneet. Jakakaa ratkaisut ja näkemyksenne ryhmän kanssa."

"Suunnitelkaa ryhmänä pieni tapahtuma tai aktiviteetti, jossa juhlistetaan kaikkien kulttuureja. Keskustelkaa ideoista ja jakakaa roolit."

"Etsikää kumppani ja opettakaa toisillenne jokin taito, joka teillä on hallussanne. Viettäkää muutama minuutti oppimalla toisiltanne ja jakakaa sitten oppimanne ryhmän kanssa."

"Piirrä yhdessä toisen pelaajan kanssa kartta matkastasi kotimaastasi uuteen maahan. Jaa karttasi ja tarinasi ryhmän kanssa."

"Keskustelkaa pareittain jostakin kotimaanne perinteestä tai juhlapäivästä. Kertokaa, miten vietätte sitä ja mitä se merkitsee teille, ja esitle sitten tuloksenne ryhmälle."

"Luokaa ryhmänä 'Maailman reseptikirja', johon jokainen osallistuu suosikkireseptillään. Keskustelkaa ruokalajeista ja niiden kulttuurisesta merkityksestä."

"Muodostakaa parit ja suorittakaa skenaario, jossa toinen teistä on uusi maassa ja toinen paikallinen. Harjoitelkaa vastaanottamista ja tuen tarjoamista."

"Keskustelkaa toisen pelaajan kanssa positiivisesta kokemuksesta, joka on tullut esiin muuton jälkeen. Pohtikaa, mikä teki siitä myönteisen, ja kertokaa siitä ryhmälle."

"Ideoikaa ryhmänä
tapoja tukea uusia
maahanmuuttajia
yhteisössänne. Luokaa
luettelo
toteuttamiskelpoisista
ideoista ja keskustelkaa
siitä, miten voitte
toteuttaa ne."

"Olet rohkea ja sitkeä.
Jokainen askeleesi on
osoitus vahvuudestasi."

"Matkasi on
ainutlaatuinen ja
arvokas. Kokemuksesi
tekevät sinusta
rikkaamman ihmisen."

"Usko unelmiisi. Sinulla
on voima saavuttaa
suuria asioita."

"Ystävällisyytesi ja
rohkeutesi inspiroivat
ympärilläsi olevia. Jatka
loistamista."

"Ota haasteet vastaan.
Jokainen niistä on
tilaisuus kasvaa ja
oppia."

"Et ole yksin. Yhteisösi
on täällä tukemassa ja
auttamassa sinua."

"Juhli saavutuksiasi,
olivatpa ne kuinka pieniä
tahansa. Jokainen niistä
on voitto."

"Sinulla on ainutlaatuisia
vahvuuksia ja
näkökulmia. Maailma on
parempi, kun olet
mukana."

"Muista pitää huolta
itsestäsi. Ansaitset
ystävällisyyttä ja
myötätuntoa."

"Tarinasi on voimakas.
Jaa se ylpeydellä ja anna
sen inspiroida muita."



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



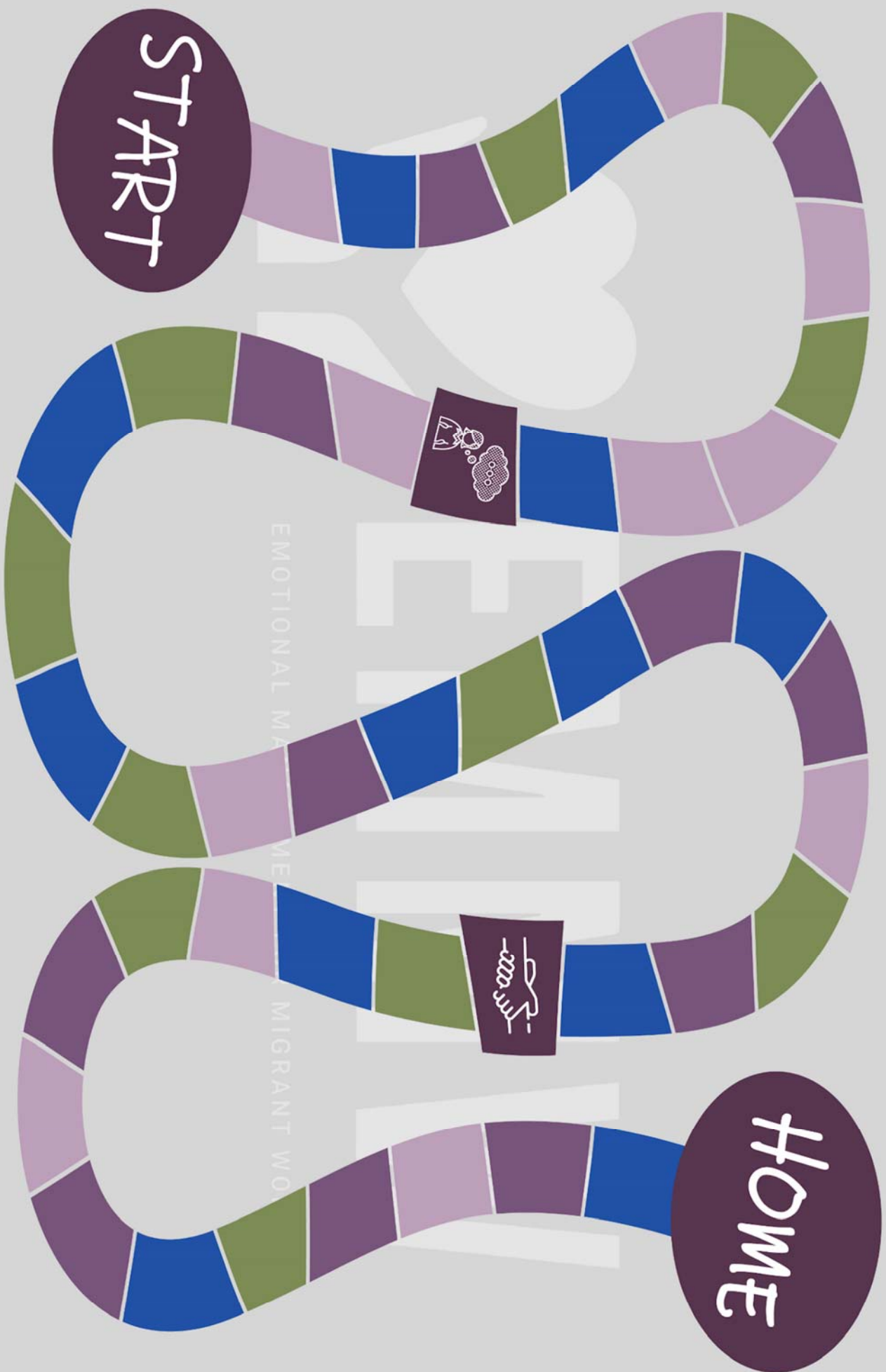
EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



EMMW

EMOTIONAL MANAGEMENT FOR MIGRANT WOMEN



START

HOME

EMOTIONAL MAPPING
MIGRANT WOMEN

