

Kuvakorttipakka

CREATIVITY – CONNECTION – CLARITY

© Sandy Talarmo 2014

SELKEYTTÄVÄ KORTTIPAKKA

Suunnittelemani kortit ohjaavat luovaan tarkasteluun kuvien avulla.

Luovuuden kautta luot yhteyden itseesi, jolloin sisäinen maailmasi avautuu näkyväksi ja helpommin käsiteltäväksi. Näet selkeämmin erilaisia vaihtoehtoja ja ratkaisuja. Selkeys helpottaa valintojen ja päätösten tekemistä, sekä oman suunnan löytämistä.

KUVAT

Kuvakorttipakka sisältää 54 korttia, eli 54 avaavaa kuvaa. Kuvat ovat vuosien varrella ottamiani valokuvia, jotka jättävät paljon tilaa erilaisille tulkinnoille ja tilanteeseen sopivan symboliikan löytämiselle. Kuvat ovat erinomaisia oivalluttajia ja keskustelun avaajia.

IDEOITA

Ideoita voi soveltaa ryhmään tai omaan käyttöön tarpeen mukaan.

Kertominen ja kuvailu ryhmässä korttien avulla

Levitä kortit kuvapuoli ylöspäin pöydälle. Voit kysyä ryhmän jäseniltä minkä tahansa kysymyksen ja pyytää, että jokainen etsii parhaiten omaa tilannettaan tai vastaustaan koskevan kortin. Tämän jälkeen jokainen saa vuorollaan näyttää kortin muille ja kertoa, miksi valitsi juuri tämän kortin.

Kuvien kautta voidaan avata mitä asioita tahansa. Kysymykset voivat olla esimerkiksi seuraavanlaisia:

- Mikä kortti kuvaa parhaiten elämäsi juuri nyt?
- Mikä kortti kuvaa parhaiten sinua juuri nyt?
- Miksi olet tässä ryhmässä tai tällä kurssilla?
- Millainen päivä sinulla on ollut tänään?
- Miltä sinusta tuntuu juuri nyt?

Jokainen ryhmän jäsen voi myös nostaa katsomatta pakasta summittaisen kortin ja kertoa, millä tavalla se kuvaa hänen tilannettaan tai vastaustaan kysytyyn kysymykseen.

Tätä voi soveltaa myös itsenäisesti tehtävään harjoitukseen.

Sekoita ja nosta

Jos mielessäsi on jokin kysymys, nosta pakasta katsomatta yksi kortti ja käännä kuvapuoli esiin. Kuinka tämä kortti kuvaa tilannettasi? Rauhoitu kuvan äärelle, anna mielikuvien ja vastausten pulpahtella pintaan. Anna mielikuvituksesi löytää vertauskuvia ja yhtäläisyyksiä, uusia näkökulmia. Halutessasi voit myös esimerkiksi kirjoittaa kortin herättämiä mielikuvia, vastauksia, tunteita tai kokemuksia.

>>>>

Ennen ja jälkeen

Levitä kortit pöydälle kuvapuoli ylöspäin. Etsi korteista ensin se kuva, joka kuvaa parhaiten tämänhetkistä tilannettasi tai tunnetilaasi. Mitä kuva kertoo tilanteestasi? Voit tehdä itsellesi muistiinpanoja, jos se tuntuu tarkoituksenmukaiselta.

Tämän jälkeen etsi korteista se kuva, joka parhaiten kuvaa toivomaasi lopputulosta, tilannetta tai tunnetilaa. Mitä kuva kertoo? Miltä sinusta tuntuu, kun olet kortin kuvaamassa tilanteessa?

Kun lähtötilanne ja tavoite ovat esillä, voit miettiä, millaisia askeleita olisi viisainta ottaa tavoitetta kohti. Mikä on ensimmäinen askeleesi?

Mitä tämä kuva tarkoittaa elämässäni juuri nyt?

Nosta pakasta katsomatta kortti ja käännä kortin kuvapuoli esille. Kysy itseltäsi: Mitä tämä kuva tarkoittaa elämässäni juuri nyt? Halutessasi voit kirjoittaa esiin nousevia asioita.

Tämä toimii myös ryhmässä niin, että jokainen nostaa oman kortin.