

Verkostokartta ja budjetti



Tehtävän tavoite:

Verkostokartan avulla tunnistamme omasta toimintaympäristöstämme voimavaratekijöitä, kuten läheisiä, luontokohteita ja rakkaita harrastuksia. Huomaamme, miten raha liittyy voimavaroja antaviin ja niitä vieviin asioihin ja herättelemme ajatuksia raha-asoiden suunnitteluun. Kiinnitämme erityistä huomiota niihin ilmaisiin asioihin, joista elämässä saa voimavaroja.



1. Kirjoita keskimmäiseen ympyrään oma nimi.



2. Kirjoita muihin ympyröihin arkeen kuuluvia paikkoja, ihmisiä ja asioita.

- Kirjoita yhteen ympyrään henkilö, jota tapaat usein (tai jonka kanssa olet muuten paljon yhteydessä).
- Kirjoita yhteen ympyrään jokin asia, mitä teet usein.
- Kirjoita yhteen ympyrään jokin paikka, jossa käyt usein.
- Jatka tällä tavalla ympyröiden täyttämistä. Voit piirtää lisäympyröitä.



3. Vedä ympyröiden ja oman nimen välille voimavarayhteyksiä yksi kerrallaan.

- Jos saat asiasta voimavaroja, piirrä nuolen pää osoittamaan sinua.
- Jos asia vie voimavaroja, piirrä nuoli osoittamaan sinusta pois päin.
- Jos asia samaan aikaan vie ja tuo voimavaroja, piirrä nuolet molempiin suuntiin.



4. Pohditaan seuraavaksi, miten näihin ihmisiin, asioihin ja paikkoihin liittyy raha.



- Merkitse voimavaranuolen viereen, kuinka paljon käytät tähän asiaan rahaa kuukaudessa. Merkitse myös asiat, joista saat tuloja.
- Siirrä summat sivun reunassa olevaan budjettipohjaan.



5. Käydään yhdessä läpi, millaisia asioita nousee esille.

- Asioita ja ihmisiä, joista saa voimavaroja.
- Asioita ja ihmisiä, jotka vievät voimavaroja.



6. Keskustellaan vielä lisää rahasta:

- Mistä maksuttomista asioista saat voimavaroja?
- Kenen kanssa tai missä voit tehdä asioita, joihin ei liity rahankäyttö?
- Keneen ei voi raha-asioissa luottaa?
- Keneltä voin saada tai kysyä neuvoa raha-asioissa?
- Mitkä menoista ovat pakollisia? Miksi olisi hyvä budjetoida ainakin pakolliset menot joka kuukausi?

Budjetti/kk

Menot:

- Koti (vuokra, sähkö, vesi, vakuutukset)
- Bussiliput, pyöräily ja autoilu
- Puhelin
- Ruoka
- Oma hyvinvointi, lääkkeet ja lääkärikäynnit
- Harrastukset
- Suoratoistot ja lehtitilaukset
- Liikunta
- Vaatteet
- Lainat
- Säästäminen

Menot yht.

Tulot

-

+

