

PRZYKŁAD

Mapa empatii: Maria

O czym myśli i co czuje? <ul style="list-style-type: none">• Martwi się o swoją sprawność i zdrowie• Odczuwa samotność po śmierci męża• Odczuwa dumę ze swojej rodziny i pochodzenia• Frustruje ją ograniczenie mobilności spowodowane artretyzmem	Co słyszy? <ul style="list-style-type: none">• Obawy dzieci na temat jej samopoczucia• Porady od lekarzy• Wieści na temat życia lokalnej społeczności• Rozmowy znajomych i sąsiadów
Co widzi? <ul style="list-style-type: none">• Dorastanie dzieci i wnuków• Rodziców i teściową, którzy wymagają opieki• Znajomych zaangażowanych w życie społeczności• Podczas spacerów: piękny krajobraz Vigo	Co mówi i co robi? <ul style="list-style-type: none">• Gotuje dla rodziny i znajomych• Opiekuje się rodzicami i teściową• Chodzi na spacerzy i uprawia Nordic Walking• W miarę możliwości uczestniczy w życiu społeczności
Co jej doskwiera? (boli) <ul style="list-style-type: none">• Samotność i izolacja społeczna• Ograniczenie mobilności spowodowane artretyzmem• Trudności w utrzymaniu kontaktu z bliskimi, którzy wyjechali• Lokalne działania kulturalne są skierowane do młodych osób i turystów	Co jej się udaje? (korzyści) <ul style="list-style-type: none">• Pozostaje aktywna• Ma poczucie sensu• Utrzymuje kontakt z bliskimi i sąsiadami• Ma swoje hobby

Aby zaprojektować wartościowe działanie kulturalne dla Marii, należy zaadresować jej bolączki (trudności, frustracje) i podkreślić to, co jej się udaje, korzyści (zaspokoić pragnienia i potrzeby). W ten sposób dostosujesz wydarzenie do jej preferencji. Oto, jak możesz zadbać o Marię::

Zaadresowanie trudności (bolączek):

- **Samotność i izolacja społeczna:** zaproponuj działania, które umożliwią Marii stworzenie więzi z innymi. Zachęć ją do udziału w lokalnych wydarzeniach, gdzie będzie mogła nawiązać nowe znajomości i wzmocnić swoją sieć wsparcia.
- **Ograniczenia mobilności spowodowane artretyzmem:** zapewnij informacje na temat ćwiczeń, terapii i narzędzi, które mogą pomóc Marii w radzeniu sobie z artretyzmem i zachowaniu mobilności. Zaproponuj działanie dostępne dla osób mających trudności w poruszaniu się.
- **Trudności w utrzymaniu kontaktu z bliskimi, którzy wyjechali:** pokaż Marii proste w obsłudze narzędzia komunikacyjne lub platformy, które pozwolą jej na łatwiejszy kontakt z bliskimi i znajomymi. Zaproponuj wsparcie w korzystaniu z mediów społecznościowych i innych kanałów komunikacji.
- **Potrzeba uczestnictwa w kulturze:** zapewnij działania, których częścią będzie podtrzymywanie więzi z dziedzictwem kulturowym.

Podkreślenie korzyści (zaspokojenie pragnień i potrzeb):

- **Pozostanie sprawną i zdrową:** zaproponuj działania i wydarzenia wspierające zdrowie psychiczne i fizyczne, np. warsztaty zdrowego gotowania. Zachęć Marię do szukania nowych hobby i zainteresowań spójnych z jej wartościami oraz jej miłością do lokalnej kuchni i języka galicyjskiego.
- **Poczucie sensu:** pomóż Marii w znalezieniu przestrzeni do zaangażowania społecznego lub wolontariatu, gdzie jej znajomość galicyjskiej kuchni, historii i języka może przysłużyć się innym.
- **Utrzymywanie kontaktu z bliskimi i sąsiadami:** zorganizuj działania, które wzmacniają więzi społeczne. Zachęć Marię, żeby zaprosiła bliskich do tych działań.
- **Posiadanie zainteresowań i hobby:** zaproponuje różne działania, wydarzenia i warsztaty spójne z zainteresowaniami Marii. To pomoże jej pozostać aktywną i spełnioną na co dzień.

Atrybucja (tekst): Mobile Culture 2023, mobileculture.eu, cultureshock.pl CC BY 4.0