

visi skirtingi
visi lygūs

Prirasyt
rankos



MAHKUMLAR: YETKİNLİKLERİN GELİŞTİRİLMESİ

Genç Mahkumların Sosyal Becerilerinin Geliştirilmesi
için Metodoloji

2 0 2 2

İÇİNDEKİLER

1
GİRİŞ

2
**SOSYAL OLARAK GELİŞMİŞ ÜLKELERDE YENİDEN
SOSYALLEŞTİRME**

3
PARTNER ÜLKELERDE YENİDEN SOSYALLEŞTİRME

4
ARAŞTIRMA VERİLERİ

5
**TAVSİYE EDİLEN RESMİ OLMAYAN ÖĞRENME
ETKİNLİKLERİ**

1

BÖLÜM

GİRİŞ

**MAHKUMLAR: YETKİNLİKLERİN
GELİŞTİRİLMESİ**

PROJE HAKKINDA



MAHKUMLAR: YETKİNLİKLERİN GELİŞTİRİLMESİ



PROJEYİ UYGULAYAN VE MAHKUMLARLA ÇALIŞAN ORGANİZASYONLAR

Aşağıda bu metodolojiyi geliştiren organizasyonların tanımlamalarını bulacaksınız.

visi skirtingi
visi I y g ū s

NATIONAL INSTITUTE FOR SOCIAL INTEGRATION

Litvanya

Organizasyon, mahkumlar hala ceza sürelerini çekerken onlara yönelik faaliyetler yürütmektedir. Organizasyonun ekipleri, mahkumlarla çalışma konusunda profesyonel ve pratik bilgiye sahip uzmanlardan oluşmaktadır. Ayrıca, organizasyon, mahkumların ceza infaz kurumundan salındıktan sonra barınma bulmalarına yardımcı olan ko-housing projesini de uygulamaktadır.

VISISKIRTINGIVISILYGUS.LT



PRIRAŠYTOS RANKOS

Litvanya

Organizasyon, mahkumlar hala ceza sürelerini çekerken onlara yönelik faaliyetler de yürütmektedir. Ekip, mahkumların sosyal becerilerini geliştirmelerine yardımcı olan gönüllülerden oluşmaktadır. Ayrıca, organizasyon, Litvanya'daki mahkumlar ve ceza sistemi hakkında toplumu bilgilendirmek amacıyla bilgilendirme kampanyaları da düzenlemektedir.

PRIRASYTOSRANKOS.LT

ALAPÍTVÁNY A FOGVATARTOTTAK ÉS BÜNTETÉS-VÉGREHÁTILSI DOLGOZÓK, TÁMOGATÁÉRT MACARISTAN

TOKOLBVALAPITVANY.HU

Organizasyondaki uzmanlar, mahkumların entegrasyonu alanında hem akademik hem de politik düzeyde çalışmaktadır. Gençlerin sosyal becerilerini geliştirmek ve gençlik çalışanlarının yetkinliklerini güçlendirmek için resmi olmayan eğitim prensiplerini uygulamaktadırlar.



CENTRUL PENTRU PROMOVAREA INVATARII PERMANENTE TIMISOARA ASOCIATIA ROMANYA

CPIP.RO

Organizasyon, entegrasyon hizmetleri sağlayan uzmanlarla ve genęler ile genęlik ęalıřanlarıyla ęalıřmada biręok yıllık deneyime sahiptir ve onların profesyonel ve kişisel yetkinliklerini geliştirmektedir. Hedefleri, adalet sisteminin mahkum Romanya vatandaşlarına ve ulusal azınlık temsilcilerine karşı tutumunu birleştirmektedir.



KARAMAN INTERNATIONAL GROUP TÜRKİYE

Organizasyon, kapalı Türk cezaevi sistemi nedeniyle suç işleyen veya ceza çekmiş gençlerle şu anda daha aktif bir şekilde çalışmaktadır. Ayrıca, Adalet Bakanlığı ile olumlu ilişkiler kurmakta ve cezaevi personeli ve mahkumlarla çalışma alanını genişletmekte, gençlik çalışanının rolünü belirlemektedir.

KARAMANINTGROUP.COM

2

BÖLÜM

SOSYAL OLARAK GELİŞMİŞ ÜLKELERDE YENİDEN SOSYALLEŞME SÜRECİ

**MAHKUMLAR: YETKİNLİKLERİN
GELİŞTİRİLMESİ**



Her ülkedeki uzmanların taleplerini daha iyi anlamak ve suç eğilimli gençlere daha iyi yardımcı olmalarına yardımcı olmanın yanı sıra, bir gün ulaşılması gereken idealleri de tanımlamak büyük bir ihtiyaçtır. Bu amaçla, iki sosyal olarak gelişmiş ülke seçilmiş ve bu ülkelerdeki yeniden sosyalleşme sistemleri analiz edilmiştir. Bu metodolojinin yazarları, seçilen ülkelerdeki durumun mükemmel olduğunu iddia etmemektedir, çünkü her yerde olduğu gibi, her ülkenin geliştirmesi gereken bazı noktaları vardır. Ancak, her ülkeden öğrenilecek bazı özgüllükler olduğunu düşünmekteyiz; bu da yeniden sosyalleşme sürecini daha başarılı hale getirebilir. Bu nedenle, bu bölümde bu alandaki en gelişmiş ülkeler olan Almanya ve Norveç'teki ceza sistemlerine dair kısa bir tanım bulacaksınız.



ALMANYA

ALMANYA

ALMANYA

Profesyonel niteliklere sahip olmayan genç ergenlerin büyük bir oranı (yüzde 94) bu durumu daha da güçlendirmektedir. Cezaevinde okul ve meslek sınavlarına yönelik eğitim ve öğretim tamamlanabilir ve gerekli belgeler alınabilir. Bu, mahkumların öz güvenini ve kişiliğini geliştirmeye yardımcı olacak, çatışma durumlarıyla daha kolay başa çıkma becerisi kazandıracak ve salındıktan sonra iş bulma ve sürdürme yeteneklerini artıracaktır. Temel eğitim cezaevlerinde öğretim görevlileri tarafından sağlanmaktadır. Sosyal ve mesleki eğitim, uyuşturucu ve alkol sorunları, yerel yetişkin eğitim kurumları gibi alanlarda, diğer sosyal, dini veya kamu grupları tarafından sunulan eğitimi koordine etmektedirler.

Rehabilitasyon her yerde oldukça pahalıdır, ancak Almanya zengindir ve rehabilitasyon süreçleri için yeterli bütçe ayırmıştır. 1995 yılı itibarıyla 60.000 mahkum bulunmaktadır ve hükümet, onların bakımı için yılda 4 milyon USD'den fazla harcama yapmaktadır. Mahkumların cezaevinde kaldığı ve tekrar suç işleyenlerin sayısı ile ilgili resmi veriler, bu mahkumların yeniden entegrasyon stratejisinin ne kadar etkili olduğunu göstermektedir. Son yıllarda Almanya'daki cezaevi nüfusu sürekli olarak azalmıştır. Almanya'da suç işleme oranı son 20 yıldır yaklaşık yüzde 40'tır. Suç işleme oranı yüksek kalmaya devam etse de, Fransa'daki (yüzde 50'den fazla), Hollanda'daki (yüzde 48), İrlanda'daki (yüzde 50) veya Birleşik Krallık'taki (yüzde 66) diğer ülkelerle karşılaştırıldığında hala daha düşüktür.

Cezaevinden şartlı salıverilme koşulları veya güvenlik ve rehabilitasyon önlemleri, önleyici gözaltı veya ruhsal sorunları olan suçluların bir psikiyatri kurumuna yerleştirilmesi gibi durumlar Almanya'da oldukça farklılık gösterebilmektedir.



NORVEÇ

NORVEÇ

Norveç'te mahkumlar için ana hizmet sağlayıcısı, Norveç Ceza İnfaz Kurumu olarak adlandırılan devlet kurumudur. Bu kurumun görevi, tutuklama ve hapis cezalarının doğru bir şekilde yerine getirilmesini sağlamak, tüm vatandaşların güvenliğine dikkat ederek, suçluların kendi girişimleriyle suç davranışlarını değiştirmelerini mümkün kılarak yeniden suç işlemenin önlenmesine yönelik çaba sarf etmektedir. Cezaların İnfazı Yasası'na göre, bir ceza, cezanın amacını dikkate alarak, yeni suç eylemlerinin işlenmesini önlemeye hizmet edecek şekilde, toplumu güvence altına alacak ve bu çerçevede mahkumlar için tatmin edici koşullar sağlayacak şekilde infaz edilmelidir. Böylece, Ceza İnfaz Kurumu'nun faaliyetleri güvenlik, amaç ve genel adalet anlayışına uygun bir şekilde yürütülmektedir.

Ayrıca, yeniden entegrasyon hizmetleri sunan çeşitli sivil toplum kuruluşları (STK'lar) da bulunmaktadır. Gönüllülerin, sivil toplum kuruluşlarının ve derneklerin mahkumların yeniden sosyal entegrasyonuna katılımını sağlamak amacıyla bireysel destek (psiko-sosyal) ve bireysel ihtiyaçlar (ruhsal, iletişim) sağlanması hedeflenmektedir.

Rehabilitasyon, ceza politikasında cezalandırma ile birlikte ana hedeflerden biridir. Bu, çalışma, eğitim, programlar, uyuşturucu rehabilitasyonu, spor salonu, sağlık hizmetleri, sosyal yardım hizmetleri, tartışma grupları; şiir, müzik, tiyatro ve radyo prodüksiyonları gibi önlemleri içerir. Rehabilitasyon önlemleri, suç oranını azaltmanın bir yolu olarak, araçsal bir rasyonalite temelinde görülmektedir.

Norveç, dünyanın en insani cezaevlerinden bazılarında sahip olduğu kabul edilmekte ve ceza adaleti sistemi, Avrupa'daki en düşük yeniden suç işleme oranlarına olanak tanımaktadır.

Bu, Norveç'in suçluları işledikleri suçlar için cezalandırmak yerine, rehabilite etmeye ve cezaevinden sonraki yaşamlarına hazırlamaya odaklanmasından kaynaklanmaktadır. Norveç'te ömür boyu hapis cezası olmadığı için, çoğu mahkum nihayetinde topluma geri dönecektir. Norveç'teki hapisane cezalarının %89'undan fazlası bir yıldan daha kısadır; bu, Amerika Birleşik Devletleri'nde bir yıl veya daha kısa bir süre ceza alan mahkum oranının %2'den az olduğu göz önüne alındığında dikkat çekicidir. Bu nedenle, Norveç'teki cezaevleri, devlete karşı intikam peşinde olan birisi yerine, suçsuz bir yaşam sürme motivasyonu olan birisini serbest bırakmak istemektedir.

Norveç, mahkumlarını mümkün olduğunca insani bir şekilde rehabilite etmektedir. En korkunç suçları işlemiş olan mahkumlar bile, insan olarak görülmekte ve buna göre muamele edilmektedir. Mahkumların odaları, bir hücre yerine bir ev gibi hissettirecek şekilde inşa edilmiştir. Ancak, rahatlık ve ev hissi sadece mahkumların hücrelerinde değil, hapisanenin geri kalanında da bulunmaktadır. Örneğin, Halden hapisanesinde, mahkumların müzik üretebileceği ve kaydedebileceği bir müzik stüdyosu olan "Criminal Records" ve mahkumların aylık harçlıkları ile ihtiyaç duydukları her şeyi satın alabilecekleri "The Justice" adında bir market bulunmaktadır. Mahkumların kapana kısıldıkları hissini azaltmak için, cezaevi duvarlarında dikenli tel bulunmamaktadır.

Mahkumlar, çalışma, eğitim veya diğer aktivitelere katılmak zorundadır ve günde yaklaşık 50 Norveç kronu ödeme almaktadırlar. Mahkumlar sunulan işi kabul etmezlerse, ödeme almama veya ceza koşullarında daha az ilerleme gibi yaptırımlarla karşılaşabilirler.

NORWAY

3

CHAPTER

PARTNER ÜLKELERDE YENİDEN SOSYALLEŞTİRME

**MAHKUMLAR: YETKİNLİKLERİ
GELİŞTİRME**



Yukarıda tanımlanan ceza sistemlerinin sadece kuralın istisnaları olduğunu belirtmek önemlidir. Bu, dünyanın diğer bölgelerinde daha çeşitli ve o kadar da başarılı olmayan birçok uygulama olduğu anlamına gelir. Bu durum, tartışılan proje ülkeleri için de geçerlidir. Bu nedenle, bu bölüm, Macaristan, Litvanya, Türkiye ve Romanya'daki ceza sistemi ve yeniden sosyalleşme süreci ile ilgili mevcut durum analizi içermektedir. Verilen bilgiler, yalnızca uygulayıcılar tarafından uygulanan resmi kuralları değil, aynı zamanda mahkum edilmiş kişilere yönelik gençlik çalışanlarının tutumlarıyla ilgili yapılan araştırma analizlerini de içermektedir.

LITVANYA

LITVANYA

ceza süreleri - cezası on yılı aşan ancak yirmi beş yılı geçmeyen mahkumlar. Cezalarının bir kısmından mahkumiyet cezası ile şartlı tahliye hakkından yararlanmış olan ve mahkeme kararıyla tutukluluk hali devam eden mahkumlar, suç işleme riskleri düşükse veya suç işleme risklerini azaltmada belirgin ilerleme kaydetmişlerse, ceza infaz kurumuna gönderilerek ceza infazı süresinin bir yılını tamamladıktan sonra şartlı tahliye ile serbest bırakılabilirler. Suç işleme riski yüksek olan ve suç işleme risklerini azaltmada ilerleme kaydetmeyen mahkumlar, verilen cezanın dörtte üçünü tamamladıktan sonra, yoğun gözetim altında şartlı tahliye ile ceza infaz kurumlarından salınacaklardır. Yoğun gözetimi kabul eden mahkumlar, belirlenen sürelerden altı ay daha erken şartlı tahliye ile serbest bırakılabilirler.

MACARİSTAN

MACARİSTAN

ROMANYA

Romanya'da, hükümet mahkûmlara hizmet sunan başlıca kuruluştur. Adalet Bakanlığı ile Cezaevleri Ulusal İdaresi, mahkûmların topluma yeniden entegrasyonu için ceza sistemi dışında uygulanabilecek uygun çözümler araştırmakta ve geliştirmektedir. NAP, özgürlüğünden mahrum bırakılan kişilerin yeniden entegrasyonu için ulusal bir strateji oluşturmakta ve bu konudaki yaklaşımını tanımlamaktadır. Örneğin, 2020-2024 dönemi için stratejik hedef, tutukluların aile ortamında, toplulukta ve iş gücü pazarında işlevsel olarak yeniden entegrasyonunu sağlamak için yasal ve prosedürel mekanizmaların güçlendirilmesi, optimize edilmesi ve geliştirilmesidir. Stratejinin uygulanmasıyla birlikte, insanlık, bütünlük, profesyonellik ve topluma açıklık gibi referans değerlerine saygı gösterilerek, özgürlüğünden mahrum bırakılan kişilerin sosyal yeniden entegrasyonu için tutarlı bir sistem sağlanacak, bu sistem kurumların katılımı ve toplumsal destekle çeşitli ihtiyaçlara yanıt verecektir. Stratejinin hedefleri, cezaevleri içindeki çalışanların hizmetleri aracılığıyla sürdürülecek ve uygulanacaktır. Bu çalışanlar genellikle psikologlar veya sosyal hizmet uzmanlarıdır.

Ayrıca, bazı sivil toplum kuruluşları (STK'lar) da yardım sağlamaktadır, ancak bu kuruluşlar genellikle mahkûmlara bir şekilde yardımcı olmayı amaçlayan projeler üzerinde çalışmaktadır. Bu STK'lar, Romanya'daki cezaevleri ve yeniden eğitim merkezleri ile yakın iş birliği yaparak, projelerin geliştirilmesinde mahkûmların ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlamaktadır.

ROMANYA

Koşullu salıverme için, mahkûm, cezasını yarı açık veya açık rejimde geçirmiş olmalıdır. Ayrıca, mahkûmun, mahkûmiyet kararında belirlenen medeni yükümlülüklerini tamamen yerine getirmesi gerekmektedir; aksi takdirde yerine getiremediğini kanıtlaması beklenir. Son olarak, bu tür bir salıverme için mahkeme, mahkûmun iyileştiğinden ve topluma yeniden entegre olabileceğinden emin olmalıdır.

Probasyon sistemi, kamu hizmeti olarak, adaletin sağlanmasına katkıda bulunmaktadır. Probasyon sisteminin faaliyetleri, topluma yönelik olarak gerçekleştirilmektedir; amacı, suçluların sosyal rehabilitasyonunu sağlamak, yeni suçların işlenme riskini azaltmak ve toplumda güvenlik seviyesini artırmaktır. Toplum ceza ve tedbirlerinin teşvik edilmesi, ceza infazının sosyal maliyetlerini azaltmayı, cezaevlerindeki nüfusu azaltmayı, suçluların sosyo-ekonomik potansiyelinden yararlanmayı ve toplumun güvenliğini sağlamayı hedeflemektedir.

TÜRKİYE

Türkiye'de, mahkûmlar için ana hizmet sağlayıcısı hükümettir. Hükümet, mesleki ve akademik eğitimler (orta ve lise düzeyinde eğitim, okuryazarlık, el sanatları, mücevher tasarımı, hayvancılık, mobilya yapımı, kuaförlük, tarım, din), konferanslar ve seminerler, psikolojik destek, spor turnuvaları, kişisel gelişim desteği sunmakta ve mahkûmların özel odalarda eşleriyle görüşmelerine izin vermektedir. İçişleri, Eğitim ve Adalet Bakanlıkları, mahkûmların ruh sağlığını koruma ve hapisteki yaşam sonrası için hazırlama amacıyla uyum içinde çalışmakta ve stratejiler geliştirmektedir. Ayrıca, cezaevlerinde mahkûmlar üzerinde araştırma yapan bazı sivil toplum kuruluşları ve dernekler bulunmaktadır. Bu kuruluşlar, mahkûmların yasal çerçeveler içinde muamele görmelerini ve yaşam koşullarının insan hakları çerçevesinde olmasını sağlamaktadır. Ayrıca, mahkûmlara hapiste sürdürülebilir bir yaşam için hizmet ve eğitimler sunan çeşitli kuruluşlar ve dernekler de mevcuttur.

Diğer ülkelerde olduğu gibi Türkiye'de de, mahkûmların yeniden entegrasyon sürecinde en yaygın yöntemler şunlardır:

- Fiziksel ve ruh sağlığı bakımı. Cezaevlerine giren kişilerin büyük çoğunluğu, düşük eğitim seviyesine sahip ve sosyoekonomik olarak dezavantajlı kesimlerden gelmektedir. Mahkûmluk öncesinde, birçok kişi yıllarca sağlık hizmetleriyle temas etmemiş olabilir ve sağlığı açısından riskli yaşam tarzları sürdürmüşlerdir. Bu nedenle, mahkûmların fiziksel ve ruh sağlığı, genel nüfusa göre daha kötü olma eğilimindedir.
- Davranış ve tutumları değiştirmeye yönelik programlar.

TÜRKİYE

TURKEY

Raporlar, kişinin yaşı, cinsiyeti, eğitim durumu, işlediği suç, yeniden suç işleme riski/mağduruna zarar verme riski ve daha önce katıldığı olası eğitim veya rehabilitasyon programları gibi hususlar dikkate alınarak planlanır ve gerçekleştirilir. Bu amaçla, riskler ve ihtiyaçlara uygun rehabilitasyon programlarını içeren bir denetim planı, denetim altındaki kişi ile iş birliği içinde hazırlanır.

Türkiye’de, denetimli serbestlik kararlarının uygulanması, denetim raporlarının koordinasyonu, denetim altındaki kişilerin izlenmesi ve rehabilitasyonu, denetimli serbestlik müdürlüklerindeki icra büroları tarafından yürütülmektedir. Her bir müşteri için bir denetim memuru, vaka yöneticisi olarak belirlenir.

4

BÖLÜM

ARAŞTIRMA VERİLERİ

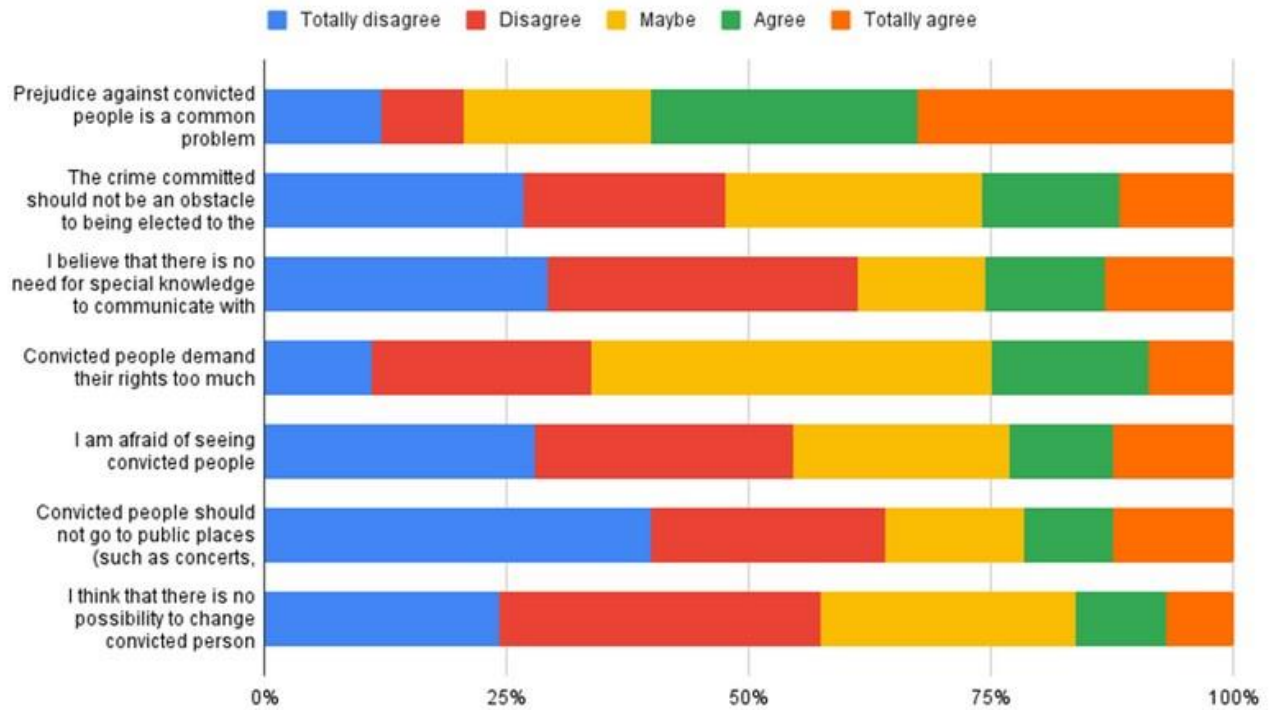
**MAHKUMLAR: YETKİNLİKLERİ
GELİŞTİRME**

RESEARCH TASARIMI



NİCEL VERİ

Attitudes towards convicted people



NİCEL VERİ

NİTEL VERİ

Nitel verilerden, gençlik çalışanlarının hükümlü kişilere karşı güçlü ön yargılara sahip olmadıkları fark edilmiş olsa da, uzmanların hükümlülerin topluma entegrasyon sürecini nasıl gördükleri, bu süreçte karşılaştıkları engelleri nasıl değerlendirdikleri ve önyargıların hükümlü gençlerin yaşamındaki rolünü anlamak önem arz etmiştir. Bu nedenle, suça itilmiş gençlerle çalışan uzmanlarla Romanya, Litvanya, Türkiye ve Macaristan'da odak grup görüşmeleri gerçekleştirilmiştir. Her bir devlette uzmanlarla birer odak grup görüşmesi yapılırken, Litvanya'da iki odak grup görüşmesi yapılmıştır. Her bir görüşmede 5 ila 6 kişi yer almıştır. Tüm katılımcılar hükümlü gençlerle çalışmaktadır ancak çalıştıkları alanlar ve kurumlar farklılık göstermektedir. Macaristan'da Ergen İslah Kurumu, Ulusal Suç Önleme Konseyi ve Mahkumların Tahliye Öncesi ve Sonrası ile İlgilenen STK'lardan uzmanlar görüşmeye katılmıştır. Türkiye'de STK'larda görev yapan psikologlar davet edilmiş, Romanya'da ise Cezaevi ve Denetimli Serbestlik Hizmetlerinden farklı uzmanlar görüşmelere katılmıştır. Litvanya'daki profesyonellerle yapılan odak grup görüşmeleri ise uzmanların geçmişlerine göre ikiye ayrılmıştır: İlk görüşme, çoğunlukla hükümlü gençleri gayri resmi eğitim yöntemleriyle faaliyetlere dahil eden STK temsilcileriyle yapılırken, ikinci görüşme Ergen ve genç yetişkinlerin kaldığı ıslah evlerinde görevli çalışanlarla gerçekleştirilmiştir.

Uzmanlar, hükümlü gençlerin genel olarak karşılaştığı zorluklardan bahsederken, sosyal beceri eksikliği ve motivasyon yetersizliği, cezaevi çalışanlarından yardım almaya isteksizlik, özgüven eksikliği, duygusal olgunlaşmamışlık, uyumsuz problem çözme (kendine zarar verme, dürtüsellik, sözel ve fiziksel saldırganlık, psikoaktif madde kullanımı), gelecek yaşamlarına dair korkular, cezaevinde uzun süre kaldıktan sonra yeniden topluma karışmak istememe (alışkanlık kazanma ve tüm şartların sağlanması sebebiyle), dış dünyada kendini yabancı hissetme ve cezaevi dışındaki hayatı mükemmel sanma, toplumsal bağların kopmasından kaynaklanan değişim ve yenilik korkuları, kurallara düşük tolerans gibi sorunları dile getirmiştir. Litvanya'daki genç hükümlülerin kaldığı ıslah evi profesyonelleri, hükümlülerin iş ve eğitime yönelik belirsiz tutumlarını ve zayıf okuryazarlık becerilerini eleştireci bir şekilde değerlendirmiştir. Macar uzmanlar, hükümlülere yukarıda bahsedilen sorunlardan herhangi birinde yardımcı olabilmek için öncelikle onları "suçlu değil, insan" olarak görmek gerektiğini vurgulamıştır. Litvanyalı STK çalışanları, her bireyin açılacağı güvenli ve kabul dolu bir ortam yaratmanın önemine dikkat çekmiştir.

Suçlularla ve hiç suç işlememiş insanlarla çalışmanın farklılıkları konusunda görüş ayrılıkları mevcuttur. Bazı uzmanlar, suçlularla suç işlememiş kişiler arasında hiçbir fark olmadığını belirtirken, bazıları hükümlülerin çalışılması daha zor bireyler olduğunu ifade etmiştir.

NİTEL VERİ

NİTEL VERİ

NİTEL VERİ

5 BÖLÜM

TAVSİYE EDİLEN RESMİ OLMAYAN ÖĞRENME ETKİNLİKLERİ

**MAHKUMLAR: YETKİNLİKLERİ
GELİŞTİRME**



SOSYAL BECERİLERİ GELİŞTİRME YÖNTEMLERİ

Yukarıda belirtilen araştırma sonuçları, mahkumların topluma ve iş piyasasına yeniden entegrasyon sürecinde birçok sorunla karşılaştıklarını göstermektedir. Bu nedenle, mahkumların temel sosyal becerileri öğrenmelerine, daha fazla özgüven kazanmalarına ve kendilerini tanımalarına yardımcı olmanın en iyi yollarını bulmak önemlidir. Aşağıda, mahkumların yukarıda belirtilen hedeflere ulaşmalarına yardımcı olmak için önerilen 12 öğrenme egzersizini bulabilirsiniz. Egzersizler, araştırma sonuçlarına, sosyal açıdan gelişmiş ülkelerle ilgili bilgilere ve proje ortak ülkelerindeki sosyal hizmet uzmanlarının deneyimlerine dayanmaktadır.

ETKİLİ DİNLEME

Süre - 90 dk.

Bu yöntemle, hedef grubumuzun etkili dinleme için bu davranışları kazanmasını amaçlıyoruz: göz teması kurmak, konuşmanın niyetine ve amacına odaklanmak, yargıdan kaçınmak, dikkatli ancak gergin olmamak, beden dili ve ton gibi sözel olmayan işaretlere dikkat etmek, konuşmacının söylediklerinin zihinsel bir imgesini oluşturmak, konuşmacıyla empati kurmak, geri bildirimde bulunmak, bilgiyi netleştirmek ve yeniden ifade etmek, açık fikirli kalmak ve kesmemek.

Amacın açıklanması

Bu bağlam, bir hedef belirleme ve ona ulaşana kadar atılacak tüm adımları içerir.

Araçlar

Kamera,DeFTER
Kalem,Sunumekranı ,Kısa filmler

Methodun Süreci

- Isınma:** Eğitmen, katılımcılara şu soruları sorar ve yanıtlarını yazmalarını ister: 1, 5 ve 10 yıl içinde kendinizi nerede görüyorsunuz? Gelecekte hayatınızın nasıl olmasını istersiniz? Gelecekteki hedefleriniz nelerdir? Hedeflerinize ulaşmak için yeterli motivasyona ve becerilere sahip olduğunuzu düşünüyor musunuz? (15 dk.)
- Sunum:** Hedef belirlemenin hayatta neden önemli olduğu? Hedefler nasıl belirlenir ve adımlara nasıl ayrılır? Düşük motivasyon yaşadığında ne yapılmalıdır? (15 dk.)
- Film kesitleri izleme:** Başarılı bir bilim insanı, iş insanı, futbolcu vb. hakkında kısa film kesitleri izleme.
- İzledikten sonra,** katılımcılardan düşüncelerini ve onları etkileyen noktaları yazmaları istenir. (30 dk.)
- Atölye:** Uzman şu soruları sorar: Hedeflerinizi gerçekleştirmede hiç başarısızlık yaşadınız mı? Neden başarısız oldunuz? Hayatınızdaki herhangi bir zamana geri dönebilseydiniz neyi değiştirdiniz ve neden? (15 dk.)
- Atölye:** Eğitimde öğrenilenler ışığında hedef belirleme: uzun vadeli ve kısa vadeli bir hedef belirleme, bu hedefe ulaşmak için bir plan tasarlama, bir etkinlik planı oluşturma, beklenmedik durumlar için plan yazma. (15 dk.)

Uzman için İpuçları

İyi Planlama, Tüm materyaller, Katılımcıları Motive Etme, Katılımcıların becerilerini değiştireceğinize veya geliştireceğinize inanmak

ULAŞILABİLİR HEDEFLER BELİRLEME

Süre - 90 dk

Bu yöntemle, hedef grubumuzun hedef belirleme adımlarını öğrenmesini ve bu hedeflere ulaşmak için stratejiler tasarlayabilmesini amaçlıyoruz. Bu bağlamda, onlara hedef oluşturma konusunda aşağıdaki davranışları kazandırmak istiyoruz: görmek istediğiniz sonuçları düşünün. Bir hedef belirlemeden önce, ulaşmaya çalıştığınız şeye daha yakından bakın ve kendinize şu soruları sorun: SMART hedefler oluşturun; hedeflerinizi yazın; bir eylem planı oluşturun; bir zaman çizelgesi oluşturun; harekete geçin; ilerlemenizi yeniden değerlendirin ve ölçün.

Amacın açıklanması

Araçlar

Etkili bir dinleme için dinleyicinin kazanması gereken bazı davranışlar vardır. Bu bağlamda, adım adım eğitim verilmelidir.

Kamera, defter, kalem, tablet

Methodun Süreci

- **Isınma – Tartışma:** Katılımcılardan etkili dinlemenin nasıl yapıldığına dair tahminlerini yazmaları istenir. Beyin fırtınası, tartışma ve soru-cevap teknikleri kullanılır. (10 dk)
- **Sunum:** Etkili dinlemenin tüm unsurları destekleyici materyallerle birlikte sunulur. (15 dk)
- **Kısa videolar ve filmlerden kesitler gösterme:** (15 dk)
- **Ne yapardınız?:** Katılımcılara bir vaka verilir ve düşüncelerini paylaşmaları istenir. (15 dk)
- **Uygulama:** Katılımcılara bir konu verilir ve 2-3 dakikalık bir konuşma hazırlamaları istenir. Hazırlanmaları için 10 dakikaları vardır. Hazırlıktan sonra, 5-6 kişiye konuşmayı yapmaları istenir.
- **Konuşma sırasında dinleyiciyi gözlemlleme:** Konuşurken dinleyiciyi gözlemlmeleri ve iyi dinleyici olmayanları tespit etmeleri istenir. (20 dk)
- **Bir tartışma veya münakaşada dinleme:** Katılımcılara tartışmalı bir konu verilir ve karşıt görüşteki birini ikna etmeleri istenir. (10 dk)
- **Eğitim sırasında öğrendiklerini yazma ve açıklama:** Katılımcılardan eğitim sırasında fark ettikleri şeyleri yazmaları ve açıklamaları istenir. (10 dk)

Uzman için İpuçları

Eğitim sırasında uzman, katılımcıları tüm oturumlar boyunca aktif tutmalıdır. Katılımcılar yazmalı, fikirlerini ifade etmeli ve etkinliklere hevesle ve yüksek bir motivasyonla katılmalıdır.

VATANDAŞLIK DEĞERLERİ – BİLİNÇLİ VATANDAŞ NASIL OLUNUR

Süre - 120 dk

Bu kursta öğrenciler, vatandaşlıklarıyla ilgili tarihi gerçekleri (üç ana konu aracılığıyla: fırsatlar, görev ve değerler) öğrenecekler. Yaratıcı bir etkinlikte, bir zaman çizelgesi hazırlayıp bu üç konunun tarihlerindeki değişimini göstermeleri gerekecek. Sonuç olarak, zaman çizelgelerinin sergisini yapacaklar.

Amacın açıklanması

Hedefler: Vatandaşlıklarını bilmek, Masa, sandalyeler, bilgisayar, projektör, resimler, temel bir vatandaşlık bilinci oluşturmak, renkli kalem, kağıt, tahta kalem ulus bilincine sahip olmak.

Araçlar

Methodun Süreci

• Ben kimim? (25 dk, küçük grup)

- Kendim hakkında beyin fırtınası (öğretmen, öğrencilere şu soruları sorar: Neleri yapmaktan hoşlanıyorsunuz? Neleri yapmaktan hoşlanmıyorsunuz? Yetenekleriniz nelerdir? vb.)
- Vatandaşlık kimliği hakkında beyin fırtınası (öğretmen, öğrencilere toplumdaki farklı rolleri tartışır: - kız, anne, öğretmen (meslek) vb.)

• Bir vatandaşı ne oluşturur? (30 dk, küçük grup)

- Resimlerin yardımıyla vatandaşlık bilinci - resimlerin yardımıyla öğrenciler vatandaşlık kavramının anlamını kavramaya çalışır (öğretmen, tarihten farklı dönemlere ve kültürlere ait farklı sosyal statüdeki insanların resimlerini gösterir. Değerler, haklar, yaşam ortamı, görevler ve imkanlar hakkında öğrencilerle beyin fırtınası yaparlar.)
- Vatandaşlık hakkında - öğretmen, tarihi açıdan vatandaşlık hakkında kısa bir genel bakış sunar. Öğretmen kendi ülkesine ve kültürüne, ayrıca Avrupa'ya da atıfta bulunabilir (antik çağ: kölelik, ortaçağ: feodalizm, yeni çağ: iç savaşlar, insan hakları hareketleri, vb.). Sunum, görsel ipuçlarıyla desteklenebilir (PowerPoint sunumu, müzik, şiirler).

• Özgürlük İçin İnsanlar (65 dk, küçük gruplar ve genel toplantı)

- Öğretmen, "puzzle benzeri" kartlar hazırlar: bir kartta ünlü bir kişinin resmi (ülkeyle ilgili) yer alır, diğer kartta ise o kişinin adı vardır. Alternatif (grup daha eğitimliyse): bir kartta ünlü bir kişinin adı yer alır ve diğer kartlarda ona ilişkin şiirler/olaylar/müzik vb. vardır. Öğrenciler küçük gruplar oluşturarak eşleri bulmaya çalışırlar. Daha sonra öğretmen, resimdeki kişileri ve onlarla ilgili ünlü olayları genel toplantıda tartışır.
- Filmlerle vatandaşlığı anlama. Öğretmen, tarihi bir filminden kısa kesitler gösterir: Robin Hood/Braveheart/Gladiator/Üç Silahşör. Film kesitlerine dayanarak, öğretmen öğrencilerle şunları tartışır: Böyle bir sorumluluğu üstlenirler mi? Neden/neden olmasın? Böyle bir durumda ne yaparlardı? Bu tür durumların tehlikeleri nelerdir? Bu tarihi kişilerin hangi karakteristik özellikleri vardır (birkaçını listeleyin)?

Sonuçlar

Transversel Yetenekler: İletişim, ekip çalışması, eleştirel düşünme, kültürlerarası iletişim, sorumluluk alma

İŞBİRLİĞİ – BİRLİKTE YAŞAMA

Süre - 180 dk

Öğrenci, toplumda azınlıklara yönelik var olan stereotiplerle tanışır ve toplumsal katmanlar arasındaki mesafenin nasıl oluştuğunu deneyimler. Bu sürecin amacı, ön yargıları ve önyargıları azaltmak ve bir arada yaşamamanın sorumluluğunu bilmektir.

Amacın Açıklanması

Amaçlar: Eleştirel düşünmeyi pratiğe dökmek, empatiyi öğrenmek ve önyargıları azaltmak.

Araçlar

Fotoğraflar, BİT (Bilgi ve İletişim Teknolojileri), film, flipchart, rol kartları, kalem, kağıt, el kitabı, bilgisayar, projektör, işaretleyiciler, tebeşir, kağıt, tükenmez kalem, kurşun kalem, renkli kalemler.

Methodun Süreci

- Merhaba demek.** Öğrenciler, bildikleri dillerde (sadece sözlü olarak değil, aynı zamanda jestlerle) birbirlerine merhaba demelidir. (30 dk)
- Resimlerdeki stereotipler** (30 dk, genel grup) a. **Versiyon 1.** Öğretmen, farklı kültürlerden farklı insanlara ait daha önce toplanmış fotoğrafları gösterir. Fotoğraf gösterimini düzenlerken, öğretmen, stereotipleri uyandıran fotoğrafları toplamaya odaklanmalıdır. Öğrenciler, gösterilen resme bakarak ilk izlenimlerini vermelidir. Daha sonra öğretmen, resimdeki kişinin kimliğini açıklar. Bu etkinlikten sonra grup, stereotiplerin nedenlerini, ilk izlenimlere dayalı yargılamanın olumsuz etkisini vb. konuşabilir.
- Sosyal mesafe oyunu.** Her katılımcıya bir karakter verilir (örneğin: iki çocuğu olan bir Roman anne; bir göçmenin oğlu; zengin bir Çinli yönetici; Macar bir fahişe; bir Fransız bakanın kızı; karakterler değişebilir). Öğretmenin, çeşitli ifadelerin yer aldığı bir listesi vardır (örneğin: "Her yaz iki hafta yurt dışına seyahat etme fırsatım var"; "Haklarımın ihlal edilmesinden korkmam gerekmiyor"; "Dairemde internet erişimim var" vb.). Öğrenciler bir düz çizgi oluşturmalıdır; öğretmen ifadeleri okumaya başlar. İfadeye katılabileceğini düşünenler bir adım öne çıkar. Etkinlikten sonra grup, diğerlerinin nerede durduğunu görür ve nasıl hissettiklerini, hissettiklerini tartışır. (40 dk)
- İşbirliği ile ilgili film klipi.** Herhangi bir klip uygundur, ancak öğretmen, örneğin Crash filminden klipler seçer (örneğin: anahtar ustası ve Pers; polis ve kadın; İspanyol temizlikçi kadın ve bakan). Klipleri izledikten sonra grup, önyargıların, stereotiplerin, işbirliği biçimlerinin ve birbirini anlama yollarının nedenlerini tartışır. (60 dk)
- Birlikte barış içinde yaşamak.** Grup, farklı kültürler ve farklı geçmişe sahip insanların bir arada barış içinde yaşayabilmesi için gereken koşulları toplar. Flipchart üzerinde, işaretleyicilerle. Ardından sonuçları sunarlar. (40 dk)

Sonuçlar

Transversal Yetkinlikler:

- Kültürlerarası yetkinlikler
- İletişim
- Hassasiyet
- Problem çözme

SOHBETE NASIL BAŞLANIR - BUZ KIRICI EGZERSİZ

Süre - 90 dk

Gergin veya resmi bir atmosferi rahatlatacak bir başlangıç yapın ve yeni biriyle konuşmak için ortak ilgi alanları bulun.

Amacın Açıklanması

Yeni biriyle konuşmak için ortak ilgi alanları bulmak göz korkutucu bir prospect olabilir. Nereden başlamalısınız? Ortak bir yönünüz yoksa ne olur? Bu arada, bir kişiyle düzenli olarak görüşmek de için bir problem teşkil edebilir. Örneğin, birini günlük görüyorsanız - bir iş arkadaşı, arkadaşısı veya eş gibi - yüzlerce kez konuşmadığınız bulmak zor olabilir!!

Araçlar

Uygulayıcı koordinatörü, biletleri içeren üç kutu hazırlayacaktır. İlk kutuda, "Bir sohbet nasıl başlatılır" kategorisinden bir tema yazılı dokuz bilet bulunacaktır. İkinci kutuda, "Buz kırıcı sorular" kategorisinden bir tema yazılı dokuz bilet yer alacaktır. Üçüncü kutuda ise oluşturulacak çift sayısı kadar, "FORM Tekniği" kategorisinden bir tema yazılı bilet bulunacaktır. Koordinatör, her çiftin bir bilet çekebilmesi için her kutuda yeterli olduğundan emin olacaktır.

Methodun Süreci

Sohbete Nasıl Başlanır - Koordinatör, her çiftin yanına giderek iki üyeden biri ilk kutudan bir bilet çekecektir (bilet, gereksinimi ve gereksiniminin açıklamasını içermektedir). Her çifte gidildikten sonra, görevi açıklayacaktır. Çift üyelerinden biri, nottaki metni okuyacak ve gereksinime uygun bir durum hayal edecektir, diğeri ise cevap verecektir. Yarıyı geçtikten sonra, eğitmen tartışmayı durduracak ve çiftteki rol değiştirilecektir. İkinci üye, gereksinime uygun başka bir durum bulacak ve çift üyeleri bu konu üzerinde tartışacaklardır.

- **Bilgi isteyin** - Sohbeta başlamak için iyi bir yol, konuşmak istediğiniz kişiden bilgi istemektir; cevabı zaten biliyor olsanız bile, başka bir konu bulamadığınızda birine yaklaşmanın iyi bir yolu olabilir.
- **Bir iltifat edin** - Birine iltifat etmek, gününü aydınlatabilir ve kendine güvenini artırabilir; hoşlandığınız bir özelliği seçip neden hoşlandığınızı belirtebilirsiniz.
- **Kendinizi tanıtm** - Bu her durum için uygun olmayabilir, ancak kendinizi tanıtmak, birisiyle tanışmakla ilgilendiğinizi göstermek için basit bir yoldur.
- **Yardım teklif edin** - Konuşmak istediğiniz birine yardım etme pozisyonunda iseniz, bu fırsatı değerlendirin ve ona yardım edin; yardım teklif etmek, sizi sevimli kılabilir ve diğer kişinin güvenini kazanmanıza yardımcı olabilir, özellikle de samimi bir ilgi gösterdiğinizde.
- **Yardım isteyin** - Yardım istemek, başka bir etkili sohbet başlatma yöntemidir. Bu, diğer kişinin faydalı hissetmesine neden olur, özellikle de sağlamakta zorlanmayacağı bir şeyse. Birisi size bir iyilik yaparsa, muhtemelen sizi olumlu bir ışıktaki düşünme ve size güvenme olasılığı artar.
- **Paylaşılan bir deneyimi anın** - Sizinle ortak bir noktası olduğunu bildiğiniz birisiyle konuşmak istiyorsanız, her zaman bir konuşma noktası bulabilirsiniz.
- **Bir görüş isteyin** - Diğer insanların görüşlerini sormak, onların söylediklerine değer verdiğinizi ve ilgilendiğinizi gösterir; konuyu biliyorlarsa, birçok kişi sorularınıza sevinçle yanıt verecek ve bir sohbet başlatacaktır.
- **Onlar hakkında sorular sorun** - İnsanlar doğal olarak kendileri hakkında konuşmayı severler; kişinin ilgi alanları, ailesi veya deneyimleri hakkında konuşmasına olanak tanıyacak bir konu bulmaya çalışın.
- **Hava durumu hakkında yorum yapın** - Eğer başka bir şey işe yaramıyorsa, her zaman hava durumu hakkında yorum yapabilirsiniz; bu, birini konuşturmaya başlamak için en kolay yollardan biridir ve birçok başka konuya geçiş yapmanıza yardımcı olabilir.

Buzkıran soruları, birini daha iyi tanımanın ve sohbeti sürdürmenin eğlenceli ve ilgi çekici bir yoludur. Koordinatör, her çiftin yanına giderek iki üyeden biri ikinci kutudan bir bilet çekecek (bilet aşağıdaki sorulardan birini içermektedir). Her çifti geçtikten sonra, görevi açıklayacaktır. Çiftin bir üyesi nottaki soruyu okuyacak, partnerine soracak ve diğeri cevaplayacaktır. Yarım yolda, kolaylaştırıcı tartışmayı durduracak ve çift içindeki rol değişecek; ikinci kişi soruyu soracak ve diğeri yanıtlayacaktır.

- Eğer herhangi bir tarihi figürle, ister hayatta ister ölmüş olsun, tanışma şansınız olsaydı, kimi seçerdiniz ve neden?
- En son izlediğiniz film neydi? Filmle ilgili neyi beğendiniz ya da beğenmediniz?
- Anında bir beceri edinme şansınız olsaydı, neyi seçerdiniz?
- En sevdiğiniz kitap/film/şarkı nedir?
- Şimdiye kadar yaptığınız en unutulmaz tatil hangisiydi?
- Hangi süper güce sahip olmak istersiniz?
- Bir şey toplar mısınız?
- Eğer günde 25 saatiniz olsaydı, ekstra saatinizle ne yapardınız?
- Bir hayvan olma şansınız olsaydı, ne olurdu ve neden?

FORM Tekniği - Koordinatör, her çiftin yanına giderek iki üyeden biri üçüncü kutudan bir bilet çekecek (bilet, tema ve tema açıklamasını içermektedir). Her çifti geçtikten sonra, görevi açıklayacaktır. Çiftin bir üyesi nottaki metni okuyacak ve aldıkları konu hakkında bir tartışma başlatacak, diğeri cevaplayacaktır. Tartışma karşılıklı olacak ve iki üye verilen konu üzerinde görüşlerini paylaşacaktır.

Aile ve Arkadaşlar:

- Eğer kişi bir çocukluk arkadaşı ya da aile dostuysa, belki de ebeveynlerini tanıyorsunuzdur. Onların nasıl olduklarını sorun. Hala eski işlerinde mi çalışıyorlar? Yoksa emeklilikten memnunlar mı?
- Kişinin çocukları var mı? Varsa, kaç tane var? Kaç yaşındalar? Okulu nasıl seviyorlar? Çok arkadaşları var mı? Akademik mi yoksa spor mu tercih ediyorlar? İnsanlara anlatmaktan gurur duydukları başarıları var mı?
- Tanıdığınız kişi hakkında daha fazla bilgi sahibiyseniz, bekar mı yoksa bir ilişkisi mi var? Evliler mi? Partnerlerinin neler yapmayı sevdiğini sorabilirsiniz. Uzun mesailerini nasıl buluyor? Ya da eğer kişi bir ilişki içindeyse, nişanlanmayı düşünüyor mu? Partneriyle ne kadar zamandır birlikte? Alternatif olarak, bekar ise 'mükemmel eşleşmeyi' mi bekliyorlar?
- Diğer arkadaşlıklar da bir konuşma konusu olabilir. Çok fazla 'dedikodu' yapmadan, ortak bir arkadaşın nasıl olduğunu sorabilirsiniz. Diğer kişi bu arkadaşla nasıl tanıştı? Onları nasıl tanıdığınızı anlatın. Birlikte okula mı gittiniz yoksa iş yerinde mi tanıştınız? Diğer kişi ne kadar zamandır onları tanıyor? Onlarla ortak ilgi alanları var mı?

Meslek: FORM yöntemindeki ikinci konuşma konusu meslek olup, iş ile ilgili birçok potansiyel konu açmaktadır.

Öncelikle, kişinin bir işi olup olmadığını ya da iş arayıp aramadığını biliyor musunuz?

- Eğer kişi çalışıyorsa: İşinin içeriği nedir? İşini seviyor mu? Kendisi için tatmin edici buluyor mu? Çalıştığı alan, okuduğu alanla aynı mı? Farklıysa, mevcut alanda nasıl çalışmaya başladı? Önceki işinde ne yapıyordu? Neden ayrıldı? Programını nasıl buluyor? İş esnek mi, yoksa uzun veya rahatsız edici vardiyalar mı içeriyor? Çalışma arkadaşlarını seviyor mu? Terfi mi arıyor yoksa mevcut pozisyonunda mı mutlu?
- Eğer işsizse: Ne yapmak isterdi? En son ne iş yaptı? Çok sayıda iş ilanı buldu mu? Yoksa mevcut iş piyasasında bir görüşme ayarlamakta zorluk mu yaşıyor?

SOHBETE NASIL BAŞLANIR - BUZ KIRICI EGZERSİZ

Süre - 90 dk

Rekreatif Aktiviteler: Ortak ilgi alanları – paylaşılan hobilerden belirli bir futbol takımına destek vermeye kadar – bir grup içinde ait olma hissi sağlamamıza yardımcı olabilir. Paylaşılan rekreasyonel ilgi alanları da harika bir konuşma konusudur. Hobileriniz diğer kişinin hobilerinden farklı olsa bile, sıradışı veya ilginç bir uğraş hakkında bilgi edinmek her zaman ilgi çekicidir.

Kendinizi bir televizyon dizisine bağımlı bulsanız da, ara sıra bir program izleseniz de, bir arkadaşınızın hangi tür programları sevdiğini öğrenin ve belki de başlangıçta düşündüğünüzden daha fazla ortak noktanız olduğunu keşfedeceksiniz. En son izlediğiniz film neydi? Beklediğiniz kadar heyecan verici miydi? Yoksa senaryoyu karışık mı buldunuz? Arkadaşınızın izlemeyi planladığı bir film var mı?

Spor ve son oyunlar da iyi bir konuşma konusu olabilir. Eğer bir spor yapıyorsanız ya da fırsat buldukça maç izlemekten hoşlanıyorsanız, hangi sporları, takımları ve oyuncularını izlemekten keyif aldığınızı öğrenin. Hafta sonundaki son maçı izlediler mi? Oyuncu X'in performansı hakkında ne düşündüler? Takım Y'nin bir sonraki maçına biletleri var mı?

Arkadaşınız müzikten hoşlanıyor mu? Hangi müzik türlerini sevdiklerini, en sevdikleri grupları öğrenin ve herhangi bir konserlerine katılıp katılmadıklarını sorun.

Motivasyon: FORM tekniği ile konuşma yaparken son alan motivasyondur. Ne kadar iddialı ya da küçük olursa olsun, her birimizin davranışlarımızı yönlendiren kendi hedefleri ve arzuları vardır. Konuşma partnerinizin motivasyonlarını öğrenin.

- Çocukluk hayalleri nelerdi?
- Şu anda sahip oldukları yaşam tarzını sürdürmelerini sağlayan şey nedir?
- Herhangi bir hedefleri var mı?
- Yeniden üniversiteye gidip okumak isterler mi?
- Yıl sonuna kadar terfi almayı mı hedefliyorlar?
- Yaptıkları hobileri neden seviyorlar?
- Evlenmeyi mi düşünüyorlar? Yoksa bir aile kurmayı mı?

Uzman için İpuçları

Açık beden dili kullanın - İlgilendiğiniz bireylerin daha rahat hissetmelerine yardımcı olmak için gülümseyebilir veya göz teması kurabilirsiniz, ancak onların konuşmaya açık olmadıklarına veya ilgisiz olduklarına dair ipuçları arayın. Bu durumda, onlara saygı gösterip konuyu değiştirmek en iyisi olabilir. Belki de yeni biriyle bağ kurmak için uygun bir zaman değildir.

Aktif dinleme, konuşmacıya tamamen odaklanmak anlamına gelir. Bu, konuşma sırasında değiş tokuş edilen bilgileri tam olarak anlamanıza olanak tanır ve düşünceli bir şekilde yanıt vermenizi sağlar. Bu, ilgilendiğiniz kişiyle güven ve ilişki kurmanıza yardımcı olacaktır.

Kendinize güvenin - Birçok durumda bir sohbet başlatmak göz korkutucu olabilir. Başlattığınız konuşmadan dolayı karşı tarafın takdir edeceğini ve belki de sizinle sohbet etmek istediğini bilmek önemlidir. Yeni bir kişiyle yaklaşırken endişeli veya gergin hissetmek doğaldır, ancak yeni insanlarla tanışmanın ve ağınızı genişletmenin avantajı buna değer.

Kaçınılması gereken konular - İş yerinde bir konuşmaya başlarken bazı konulardan kaçınmak en iyisidir. Çok kişisel veya hassas sorular sormak, ilişkinizin kötü başlamasına neden olabilir. Bu konular arasında maaş veya yan haklar, politika, din, yaş, tartışmalar ve dedikodu bulunur.

Sonuçlar

Katılımcılar, tanımadıkları bir kişiyle konuşmaya başlama ve devam etme yöntemlerini öğrenecek ve uygulayacaklardır. Karşılarındaki kişiyle uygun tartışma konularını bulabilecekler; bu sırada rahatsız edici, uzayan sessizlik veya muhatapları için utanç verici anlar yaratmadan sohbeti sürdürebileceklerdir.

Olumsuz Düşünceleri Belirleme ve Değiştirme - Beyin Fırtınası

Süre - 90 dk

Olumsuz Düşünceleri Belirlemek ve Değiştirmek için Küçük Gruplarla Çalışmak

Amacın Açıklanması

Olumsuz veya yardımcı olmayan düşünceler genellikle otomatik olarak ortaya çıkar, ancak bunlar bizi kontrol etmesine izin vermek zorunda değiliz. Birkaç ipucu ile içsel eleştirmenimizi tolere etmeyi öğrenebiliriz, buna takılıp kalmadan.

Araçlar

Flipchart kağıdı, işaretleyiciler

Methodun Süreci

Kolaylaştırıcı, büyük grubu rastgele iki küçük gruba ayıracak. Beyin fırtınası tekniğini kısaca tanıttak ve grup üyelerinin kendilerini ifade etmekte özgür olduklarını, her yeni fikrin flipchart kağıdına kaydedileceğini açıklayacak. Bu egzersizde katılımcıların mümkün olduğunca fazla fikir ve çözüm üretmeleri teşvik edilecektir. Beyin fırtınası, üyelerin aniden katkıda bulunduğu fikirler listesini toplayarak belirli bir sorun için bir sonuç bulmaya yönelik çabaların yapıldığı grup yaratıcılık tekniğidir. Diğer bir deyişle, beyin fırtınası, bir grup insanın belirli bir ilgi alanında yeni fikirler ve çözümler üretmek için bir araya geldiğı bir durumdur; bu süreçte engeller kaldırılır. İnsanlar daha özgürce düşünme yetisine sahip olurlar ve mümkün olduğunca birçok spontane yeni fikir önermeye çalışırlar. Tüm fikirler eleştiri olmaksızın not edilir ve beyin fırtınası seansının ardından fikirler değerlendirilir. Her gruba aşağıdaki egzersizlerden biri verilecek ve 30 dakikalık çalışma süresi tanınacak, ardından büyük grup olarak bir araya gelip grup çalışmalarının sonuçlarını sunacaklar.

1. Kolaylaştırıcı, bir flipchart kağıdını iki sütuna ayırır ve katılımcılara şu talimatı verir: "Sol tarafta, mevcut tüm olumsuz veya yardımcı olmayan düşüncelerinizi yazın. Bunları fazla düşünmeyin. Elinizden geldiğince çok yazın. Sağ tarafta ise bir ila üç karşı argüman yazın. Bu, otomatik düşünceleri ortaya çıkaran içsel eleştirmenle aranızda mesafe koymanıza ve bu düşünceleri gözlemleyen "siz" olmanıza yardımcı olabilir. Yardımcı olmayan düşüncelerinizi tırnak içinde yazmayı düşünün. Bu, onları her gün zihninizden geçen yüzlerce diğer düşünce gibi düşünceler olarak görmeye başlamanıza yardımcı olabilir; mutlak gerçekler olarak değil. İşiniz bittiğinde, sonuçları büyük gruba sunacak bir konuşmacı seçin."
2. Kolaylaştırıcı, bir flipchart kağıdını iki sütuna ayırır ve katılımcılara şu talimatı verir: "Yardımcı olmayan düşüncelerimiz genellikle eyleme yönelik gizli davetler içerir. Eyleme çağrı yazma egzersizi, kendinizi daha güçlü hissetmenize yardımcı olabilir. Sol tarafta, mevcut tüm olumsuz veya yardımcı olmayan düşüncelerinizi yazın. Bunları fazla düşünmeyin. Elinizden geldiğince çok yazın. Sağ tarafta ise bir eyleme çağrı cümlesi yazın. Genel bir kural olarak, küçük, ulaşılabilir ilk adımları tanımlamaya çalışın. Çok fazla enerji veya zaman alacak büyük eylemler belirlemek cesareti kırıcı olabilir ve ters etki yapabilir. İşiniz bittiğinde, sonuçları büyük gruba sunacak bir konuşmacı seçin."

Olumsuz Düşünceleri Belirleme ve Değiştirme - Beyin Fırtınası

Süre - 90 dk

Her grup, yaptıkları egzersizi ve buldukları örnekleri sunduktan sonra, kolaylaştırıcı büyük gruptaki diğer üyelerden eklemeler isteyecek, flipchart kağıdına not edilen yönleri analiz edecek ve gerekirse yeni örnekler verecektir (aşağıdaki tabloya veya diğerlerine göre).

Koordinatör şu şekilde sonuçlandırabilir: “Herkesin yardımcı olmayan düşünceleri vardır, bazıları daha fazlasına sahiptir. Ancak, diğer alışkanlıklar gibi, bu düşünceleri tersine çevirme pratiği yaptıkça, bunun daha kolay hale gelebilir. Gerçek dönüşüm, tutarlılıktan gelir. Bu ipuçlarını her gün biraz uygulayın ve zamanla içsel diyalogunuzun yön değiştirdiğini duyabilirsiniz. Unutmayın: Siz düşünceleriniz değilsiniz ve düşünceleriniz tarafından sahiplenilmek zorunda değilsiniz.”

Sonuçlar

Egzersiz katılımcıları, sahip oldukları olumsuz düşünceleri tanımlayabilecek ve bunları yönetmenin yollarını bularak eylemlerinin yapıcı ve toplumsal faydalı olmasını sağlayabilecekler. Bu egzersiz için beyin fırtınası tekniğini kullanarak, grup arkadaşlarının daha iyi veya daha kötü fikirlerini kabul etme pratiği yapacaklar. Diğerlerini kabul etme pratiği, kişinin kendisini kabul etmesini kolaylaştırabilir.

Nazik Bir Şekilde NASIL HAYIR DENİR_

Süre - 30 dk

Bu yöntem, katılımcılara rahatsız hissetmeden, ilişkileri zedelemekten veya suçluluk duymadan "hayır" demenin yolunu öğretmeyi amaçlamaktadır.

Amacın açıklanması

"Hayır" demek zor görünüyor,
alternatif kelimeler kullanmaktansa.

Araçlar

Kağıt ve Kalem

Methodun Süreci

1. Uzman, konuyu tanıtır ve hayır demenin neden önemli olduğunu açıklar.
2. Uzman, katılımcılardan nazik bir şekilde hayır demenin yollarını düşünmelerini ister.
3. Katılımcılar fikirlerini kağıda yazarlar.
4. Grup içinde tartışma - katılımcılar fikirlerini tartışır, uzman geri bildirim verir.

Hayır demenin olası alternatifleri:

- Keşke işe yarayabilseydim.
- Keşke yapabilseydim.
- Bunu istemiyorum.
- Maalesef, bunu yapamam.
- Keşke yapabilseydim!
- Hayır, teşekkür ederim, bunu yapamam.
- Bu sefer değil.
- Maalesef, şu an uygun bir zaman değil.

Uzman için İpucu

Sosyal hizmet uzmanı, nazik bir şekilde "hayır" demenin kelime/ cümleler listesini sağlayabilir.

Sonuçlar

"Hayır" diyerek başkalarının duygularını incitmeden, onlara karşı geliştirilmiş iletişim.

Çatışma Çözümü

Süre - 60 dk

Bu yönteminin amacı, herkesin makul bir şekilde memnun kalacağı bir anlaşmazlığa çözüm bulmayı öğrenmektir.

Amacın Açıklaması

İnsan etkileşimi bazen çatışmaya yol açabilir, bu nedenle tepki verme ve çözümleme, çatışma çözümleme stratejileri gerektirir. Çatışma çözümü veya müzakere, karşı tarafların, herkesin makul bir şekilde memnun kalacağı bir anlaşmazlığa çözüm bulma yoludur.

Araçlar

Hazırlanmış durum açıklamaları

Methodun Süreci

- Kolaylaştırıcı konuyu açıklar ve sağlıklı çatışma çözümleri için rehberlik eder:
 - Çatışmanın kaynağını netleştirin.
 - Konuşmak için güvenli ve özel bir yer bulun.
 - Aktif dinleyin ve herkesin fikirlerini söylemesine izin verin.
 - Durumu araştırın.
 - Ortak hedefe ulaşmanın yollarını belirleyin.
 - En iyi çözüm üzerinde anlaşın ve her tarafın çözümdeki sorumluluklarını belirleyin.
 - Durumun nasıl gittiğini değerlendirin ve gelecekteki önleyici stratejileri belirleyin.
- Kolaylaştırıcı grubu çiftlere ayırır. Her çift, açıklanan çatışma durumunun yazılı olduğu bir kağıt çeker.
- Her çift, sağlıklı çatışma çözümleme ipuçlarıyla durumu canlandırmalıdır.
- Grup içinde tartışma - katılımcılar ne kadar başarılı olduklarını tartışır, uzman geri bildirim verir.

Uzman için ipucu

DECISION MAKING

Duration - 60 min

The aim of this method is to learn gathering information, assessing alternatives, and making a final choice with the goal of making the best decision possible.

Explanation of the aim

We make decisions every day. Having the ability to make a quick, yet good decision is imperative in all life situations. Decision-making skills improve as you're required to make more decisions.

Tools

Pen and paper

Process of the method

1. Facilitator explains the topic, explains, why decision making is important
2. Facilitator asks each participant to identify the decision that needs to be made
3. Facilitator gives the guidelines of decision making process:
 - Gather relevant information
 - Identify alternative solutions
 - Weigh the evidence
 - Choose among the alternatives
 - Take action
 - Review your decision and its impact (both good and bad)
4. Participants describe the specific decision by the above given scheme on the piece of paper
5. Participants discuss their ideas, facilitator provides feedback.

Results

Improved decision making skills.

FINANCIAL LITERACY

Duration - 60 min

The aim of this method is to learn better manage personal finances as well as understand the importance of financial literacy

Explanation of the aim

Finance management is one of the most complex social skills not only for inmates but also for individuals who are not in correction house. Good financial management mean: being able to name your income and expenditure, see your financial flows, as well as be able to divide finances into mandatory, necessary, and other expenses. It is important to note that criminal activities are often closely related to finances. This may mean that offenders had difficulty in regulating their financial situation or did not have sufficient skills and abilities to do so.

Tips for the specialist

Example of the budget draft (facilitator can make own draft):

Outcomes	Line	Outcomes per month	Outcomes per 6 months	Outcomes per year	Economies
Appliances for household	Soap				
	Toothpaste				
	Washing powder				
	Shaving tools				
	Hygiene for women				
	Cleaning appliances				
Food	Bread				
	Butter				
	Eggs				
	Meat products				
	Milk products				
	Vegetables				
	Fruit				
	Fish products				
	Groceries				
Clothes and shoes					
Accommodation	Electricity				
	Heating				
	Water				
	Rent				
	Communication				
Transport	Auto				
	Fuel				
	Auto care				
	Public transport				
Entertainment	Restaurants/cafes				
	Sport				
	Traveling				
Total spending:		0			
Family members *		0			
Need income:		0			
Preliminary source of income					

Tools

Pens and printed budget drafts

Process of the method

1. Facilitator explains the topic, asks whether participants understand the importance of tracking their income and expenses
2. Facilitator provides budget drafts for each participant and asks them to plan their budget for a month.
3. Discussion in the group - participants discuss how successful they were, specialist gives the feedback, everyone discuss about the importance of finance management

Results

Improved skills of allocating income and expenses appropriately

SELF-KNOWLEDGE

Duration - 90 min

This method aims to deepen the understanding of what self-confidence is and how it affects a person's life as well as help a person realize their strengths

Explanation of the aim

Self-confidence is an attitude that allows a person to form a positive, but at the same time realistic image of himself and the situation. Self-confident people believe in their abilities, feel that they can control their lives and can achieve their goals. Even if sometimes they fail, such people remain positive and evaluate themselves positively.

Tools

None

Process of the method

1. Facilitator sits down in the circle with the group, explains the topic and starts discussion. Facilitator discuss topics by asking questions for participants about certain topics related with self confidence.
2. Facilitator tries to create an open and supportive environment, involve more silent participants.
3. Facilitator provides feedback and gives insights about each participants, try to encourage the most diffident ones.

List of topics to discuss:

- Self-identification. Destructive and creative processes in me
- My emotions, moods and feelings
- Internal restraints and liberation from them
- Personal boundaries and a safe environment for me
- My values, beliefs and preferred self-image
- My family and relationships within it
- Mutual understanding and expectations. Me - in my eyes and in the eyes of others
- Communication and cooperation opportunities

Tips for the specialist

Try not to judge a person based on preconceptions

Results

Improved positive sel-image, better understanding of one's emotional struggles

PSYCHOACTIVE SUBSTANCES

Duration - 90 min

This method aims to cause awareness about the impact of psychoactive substances to life

Explanation of the aim

Use of psychoactive substances may be a serious problem in the life of young people prone to crime. For this reason it is important to make participants think of the impact to their life

Tools

Old magazines and newspapers, white and colorful paper, pens

Process of the method

1. Facilitator asks for participant to organize the party. From provided materials (newspapers and magazines, paper, pens) each participant should make the food and drinks table, write the amounts of each dish and drink as well as mention the number of people in the party. If they would use some kind of psychoactive substances (alcohol, drugs, etc.) they should also mention the types and quantities of it. **IMPORTANT:** participants should organize the party they would like to participate themselves. (30 min.)
2. After participants prepare the plan for the party everyone sits in the circle and tells the details about their parties.
3. Facilitator asks questions about the behavior of the participants in the party as well as the reasons why each participant would act one way or another, why they would eat and drink something.
4. In the end, facilitator summarizes the ideas and discusses the role and influence of psychoactive substances.

Results

Improved awareness about the impact of psychoactive substances.