

Çalışma paketi 4

Yardım İsteme Atölyesi

Odak noktası ve gerekçe:

Göç bağlamına odaklanan Yardım İsteme konulu atölye çalışmamıza hoş geldiniz. Bugün farklı bağlamlarda ve durumlarda yardım istemenin ne anlama geldiğini tartışacağız. Yardım istemek basit bir kavram gibi görünse de genellikle yardım ihtiyacı ile kendi yetkinliğiniz arasında bir iç çatışmayı beraberinde getirir. Yardım istemek farklı insanlar için çok farklı anlamlara gelebilir. Ayrıca büyük ölçüde kültüre ve bağlama da bağlıdır. Bazı kültürlerde, yardım istemekle ilgili suçluluk, utanç ve korku olabilir. Batı kültürlerinde, kişisel sınırlamalarımızı kabul etmeyi ve yardım istemenin iyi bir şey olduğunu kabul etmeyi yeni yeni öğreniyoruz.

Bu atölye çalışmasında, farklı alıştırma ve etkinlikler aracılığıyla yardım istemenin farklı yönleri üzerinde düşüneceğiz.

Uygulamaya yönelik hususlar:

Çalıştay süresi yaklaşık 4 saattir; ancak bu süre büyük ölçüde grubun büyüklüğüne bağlıdır ve daha küçük gruplarda süre daha kısa olabilir. Farklı faaliyetler arasında birkaç 15 dakikalık ara verilmesi tavsiye edilir. Çalıştay oldukça interaktif olduğundan, katılımcıların düşüncelerini ve hikayelerini paylaşırken kendilerini rahat hissedecekleri resmi olmayan, samimi bir atmosfer yaratmaya çalışmak önemlidir.

Atölye çalışmanız için temel hedefler:

- Göç bağlamında yardım isteme konusunu tanıtmak ve üzerinde düşünmek.
- Deneyimleri tartışmak ve paylaşmak için samimi, açık ve destekleyici bir grup atmosferi yaratmak.
- Bir yardım arayan/veren olarak kendini yansıtmak ve daha fazla öz farkındalık kazanmak.
- Bir göçmen ve bir danışman arasında gerçek hayat senaryolarını uygulamak ve sorunları birlikte çözmenin yollarını bulmak.

Beklentiler ve Tanıtımlar

Odak ve Gerekçe:

Buradaki fikir, grup olarak birbirimizi tanımak ve birbirimizin beklentilerini öğrenmektir.

Uygulamaya İlişkin Hususlar:

İnsanların hikayelerini paylaşırken kendilerini rahat hissedecekleri resmi olmayan, samimi bir atmosfer yaratmaya çalışın.

Atölye Çalışmanız için Temel Hedefler:

- 1. Katılımcıların ve konunun kısaca tanıtılması.*
- 2. Katılımcıların atölye çalışmasına yönelik beklentilerinin tartışılması.*
- 3. Samimi ve rahat bir atmosfer yaratmak.*

Faaliyetin adı:	Beklentiler ve Tanıtımlar
Amaç:	Amaç, katılımcıların birbirlerini tanımaları, birbirlerinin yanında daha rahat hissetmeleri ve beklentilerini ifade etmeleridir.
Süre:	30 dakika
Gerekli Malzemeler:	Post-it notlar ve kalemler
Faaliyetin tanımı:	1. Aşama. Çalıştay konusunu kısaca tanıttın (bir sonraki faaliyette daha kapsamlı bir tanıtım yapılacaktır). Çalıştay programını açıkla. 2. Aşama. Her katılımcıya bir not kağıdı verin ve çalıştaydan beklentilerini yazmalarını isteyin. Cevaplarının anonim olacağını söyleyin. Post-it notları toplayın, tahtaya yapıştırın ve ardından bunları okuyun ve çalıştayın ana beklentilerine ilişkin sonuçlar çıkarın. 3. Aşama. Her katılımcıdan ismini söylemesini ve yardım ettikleri ya da yardım istedikleri bir anla ilgili kısa bir hikaye anlatmalarını isteyin. Hikaye çok basit olabilir, amaç sadece birbirinizi biraz daha iyi tanıtmaktır.
Bilgilendirme etkinliği	Çalıştay için beklentileri özetleyin ve ele alın.
İpuçları	<i>Katılımcıların kendilerini rahat hissetmelerini sağlamak için resmi olmayan bir atmosfer yaratmaya çalışın.</i>
Kaynaklar	

Yardım İsteme - Konuya Giriş

Odak ve Gerekçe:

Etkinliğin amacı, göç bağlamında yardım isteme konusunu bir sunum, video ve gerçek hayattan bir vaka ile daha derinlemesine tanıtmaktır.

Uygulamaya İlişkin Hususlar:

Katılımcıların kendilerini ve görüşlerini ifade etmek zorunda olmadıklarını ancak özgür hissettiklerinden emin olmaya çalışın.

Atölye Çalışmanız için Temel Hedefler:

- 1. Konuyu daha derinlemesine tanıtmak.*
- 2. Konuyla ilgili düşüncelerin tartışılması ve gerçek hayattaki göç vakaları ve bunların konuyla nasıl ilişkili olduğunun değerlendirilmesi.*

Faaliyetin adı:	Yardım İsteme - Konuya Giriş
Amaç:	Etkinliğin amacı, göç bağlamında yardım isteme konusunu derinlemesine tanıtmak ve konuyla ilgili düşünceleri paylaşmaktır.
Süre:	1h
Gerekli Malzemeler:	Videolar
Faaliyetin tanımı:	1. Aşama: Kolaylaştırıcı, göç bağlamında Yardım İsteme konusunu tanıtır (sözlü olarak veya kısa bir sunumla). Ardından Yardım isteme konulu animasyon videosunu gösterir: [LİNK] 2. Aşama: Kolaylaştırıcı, Finlandiya'ya göç eden Suriyeli kızın röportajını gösterir: [LİNK] 3. Aşama. Videolardan sonra katılımcılar yardım isteme konusunu birlikte tartışırlar. Örneğin aşağıdaki soruları kullanabilirsiniz: • İlk video hakkında ne düşündünüz? En çok neyi alakalı buldunuz? • Katılmadığınız bir şey var mıydı? • Bu tanıtımın kişisel veya profesyonel olarak size faydalı olduğunu düşünüyor musunuz? Neden / neden değil? • Yardım istemenin kültürel boyutları hakkındaki düşünceleriniz nelerdir? Sizce ne tür kültürel, kişisel ve toplumsal faktörler yardım isteme isteğinizi ve yeteneğinizi etkiliyor? • Röportaj hakkında ne düşündünüz? Sizin için en çok öne çıkan neydi?

	- Kızların deneyimlerinin diğer göçmenlerinkinden farklı olduğuna inanıyor musunuz? Farklı deneyimleri olan insanlar tanıyor musunuz ya da var mı? - Yeni bir ülkeye taşınmanın en zor yanı sizce nedir?
Bilgilendirme etkinliği	
İpuçları	<i>Bu bir giriş oturumudur ve tartışma faaliyetinin çok uzun olması gerekmez, aşağıdaki faaliyetler konunun daha derinine inecektir.</i>
Kaynaklar	

Yardım Arayan ve Veren Olarak Rolünüz Üzerine Düşünmek

Odak ve Gerekçe:

Bu faaliyet bireye odaklanmaktadır. Amaç, yardım arama/verme konusunda kendi nitelikleriniz ve davranışlarınız üzerinde düşünmek ve kendinizin daha fazla farkında olmaktır.

Uygulamaya İlişkin Hususlar:

Bu faaliyet öz-düşünüm üzerine odaklanmaktadır, ancak deneyimlerin paylaşılması ve birbirlerinin davranışlarının daha fazla farkına varmalarına yardımcı olunması da önemli bir husustur.

Atölye Çalışmanız için Temel Hedefler:

1. Bir yardım arayan/veren olarak kendini yansıtmak ve daha fazla öz farkındalık kazanmak.
2. Diğer katılımcıları tanıma ve onlarla birlikte çalışma
3. Açıklık ve güven ortamının yaratılması.

Faaliyetin adı:	Yardım Arayan ve Veren Olarak Rolünüz Üzerine Düşünmek
Amaç:	Kendi ihtiyaçlarınızı ve yardım arayan/veren olarak hayattaki rolünüzün ne olduğunu düşünmek ve daha fazla farkındalık kazanmak.
Süre:	1h
Gerekli Malzemeler:	Kağıt ve kalemler
Faaliyetin tanımı:	1. Aşama: Her katılımcıya bir parça kağıt ve bir kalem verin. Kağıdın bir tarafına şu anda mücadele ettikleri sorunları, grubun geri kalanıyla paylaşmak istedikleri büyük veya küçük şeyleri yazmalarını isteyin. Ardından bu sorunlara yönelik çözümleri ve yardım için kime başvurabileceklerini / başvurduklarını

	yazmalarını isteyin. Kağıdın diğer tarafına yakın geçmişte kime ve nasıl yardım ettiklerini yazmalarını isteyin. Aşağıdaki sorular üzerinde düşünmeye çalışın: • Yardım aldığınızdan daha sık yardım veriyor musunuz? Kendinizi daha çok yardım arayan biri olarak mı yoksa yardım veren biri olarak mı tanımlıyorsunuz? • Yardım istemeniz gerektiğinde utanç veya yetersizlik duyguları yaşıyor musunuz? Sorunları kendi başınıza çözmeyi mi tercih ediyorsunuz? 2. Aşama: Öğrencileri 3-4 kişilik küçük gruplara ayırın. Her grup kendi sorunlarını ve bunları nasıl çözmeye çalıştıklarını tartışır ve diğerleri de fikirlerini sunar. Her grup ayrıca yakın zamanda yardım teklif ettikleri durumları da tartışır. Grup tartışmasına dayanarak aşağıdaki sorular üzerinde düşünmeye çalışın: • Diğerlerinin yardım istediği senaryolarda, siz de benzer bir durumda yardım ister miydiniz yoksa kendi başınıza mı çözmeye çalışırdınız? • Diğerlerinin yardım teklif ettiği senaryolarda siz de aynısını yapar mıydınız? • İnsanlar neden bazen yardım istemekte zorluk çekerler? • Hangi durumlarda yardım istemenin istememekten daha iyi olduğunu nasıl biliyorsunuz? • Yardım vermek neden yardım almaktan daha fazla ödüllendiricidir? • Bir kişinin davranışını (yardım arama/verme) kültürel, kişisel veya sosyal faktörlerden hangisinin daha çok etkilediğini düşünüyorsunuz?
Bilgilendirme etkinliği	Her grubun vardığı sonuçları tüm grupla birlikte tartışın ve fikir alışverişinde bulunun. https://www.youtube.com/watch?v=4HVqC4zEPDc gibi müziklerle 5 dakikalık bir rahatlama seansı ile bitirin Rahatlama sırasında, katılımcılardan sınıfta tartışılanlara dayanarak yardım arama veya yardım verme davranışlarını değiştirmeleri gerekip gerekmediği konusunda kendi kendilerine düşünmelerini isteyin.
İpuçları	<i>Grup ruhunun iyi ve olumlu olduğundan emin olun, herkesi katılmaya teşvik etmeye çalışın ancak istemedikleri özel şeyleri tartışmak zorunda olmadıklarını söyleyin. Katılım gönüllü olmalı ve atmosfer gayri resmi olmalıdır.</i>
Kaynaklar	YouTube

Göçmenler ve Danışmanlar Arasında Rol Oynama

Odak ve Gerekçe:

Bu etkinlik, danışmanlar ve göçmenler/müşteriler arasındaki etkileşime odaklanmaktadır. Buradaki fikir, bağlantı kurmanın ve sorunları birlikte çözmenin bir yolunu bulmaktır.

Uygulamaya İlişkin Hususlar:

Bu aktivite partnerinizle bir bağlantı kurmaya ve birlikte çalışmaya odaklanır.

Atölye Çalışmanız için Temel Hedefler:

- 1. Bir göçmen/danışman olarak gerçek hayat senaryolarını uygulamak.*
- 2. Daha derin bir bağlantı bulmak ve partnerinizle iletişim ve etkileşime odaklanmak, birbirinizi dinlemeyi öğrenmek ve sorunları birlikte çözmenin bir yolunu bulmak.*
- 3. Açıklık ve güven ortamının yaratılması.*

Faaliyetin adı:	Göçmenler ve Danışmanlar Arasında Rol Oynama
Amaç:	Katılımcıların üzerinde düşünebilecekleri gerçek hayat senaryolarını gündeme getirmek ve bunları bir rol oynama alıştırmada birlikte çözmeye çalışmak.
Süre:	1 saat 30 dakika
Gerekli Malzemeler:	Her birinde bir göçmenin karşılaşılabileceği sorunlu bir duruma ilişkin bir senaryonun yazılı olduğu el notları, örn. <i>Ami, yerel dili yeterince iyi bilmediği için iş bulamıyor.</i> <i>Anna işini kaybetmiştir, çocuğu hastadır ve tedavi masraflarını karşılayamamaktadır.</i> <i>Ewe hiç arkadaş edinemiyor çünkü yerel halkın ulaşılabilir olduğunu düşünmüyorlar.</i>
Faaliyetin tanımı:	1. Aşama: Grubu çiftlere ayırın. Bir kişiye göçmen rolü, bir kişiye de danışman rolü verilir. Her çift, üzerinde düşünecekleri ve rol oynamaya başlayacakları bir göçmen ve bir danışman içeren bir senaryo içeren bir kağıt alır. Canlandırma yaklaşık 15 dakika veya durum tatmin edici bir şekilde çözülene kadar sürmelidir. Daha sonra çiftler rolleri değiştirecek, biri göçmen diğeri danışman olacak ve başka bir senaryo alacaklar. 2. Aşama: Her çift iki senaryoyu oynadıktan sonra, ne öğrendikleri hakkında bir grup tartışması yapılacaktır.
Bilgilendirme etkinliği	Grup senaryoları birlikte tartışacaktır. Her çift aşağıdaki soruları yanıtlamaya çalışacaktır: • Göçmen/danışman olarak hareket ederken ne zordu ve hangi rol daha zorlayıcıydı? • Rollerini değiştirmek birbirinizi daha iyi anlamınızı sağladı mı? • Sizce bir göçmen ile danışman arasındaki etkileşimde en önemli faktörler nelerdir?

	Gerçek hayatta benzer bir durumla karşılaşan birine yardım edebileceğinizi düşünüyor musunuz?
İpuçları	<i>Rol oyununu gerçekleştirirken iyi iletişim, işbirliği ve karşılıklı anlayışı vurgulamak önemlidir. Önemli olan tüm sorunları çözmek değil, durumla birlikte başa çıkmaktır.</i>
Kaynaklar	