



ETKİLEŞİMLİ ARAÇ 3 · MAYA ETKİLEŞİMLİ ARAÇLAR

Akran Mentorluk Çemberleri Kiti

MAYA — WP3 Open Interactive Education Resources

- Avrupa'daki Genç Yetişkin Etkin Olmayan NEET Kadınların Mesleki Boyutunu ve Duygusal
- Yönünü Güçlendirmeye Yönelik Yaygınlaştırma Eylemleri

2023-1-TR01-KA220-YOU-000161339 · Erasmus+ KA220-YOU · mayaproject.eu



Funded by
the European Union

Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir. Ancak burada yer alan görüş ve fikirler yalnızca yazar(lar)a aittir ve Avrupa Birliği'nin veya Ulusal Ajans'ın görüşlerini yansıtmak zorunda değildir. Ne Avrupa Birliği ne de tahsis makamı bunlardan sorumlu tutulabilir.

Creative Commons Atıf 4.0 Uluslararası lisansı (CC BY 4.0) ile yayımlanmıştır. Atıf verilmek kaydıyla serbestçe kullanılabilir,

uyarlanabilir ve paylaşılabılır. Kayıt gerekmez.

Araç 3 — Akran Mentorluk Çemberleri Kiti

Peer Mentoring Circles Toolkit

MAYA Etkileşimli Araçlar • Modül 2, 5 ve 6 için

Bu kit, NEET genç yetişkin kadınlar arasında duygusal dayanıklılık, empati ve iş birliğine dayalı öğrenmeyi destekleyen Akran Mentorluk Çemberleri için görsel şablonlar sunar. Araçlar grup toplantılarında kullanım, katılımcıların öz yansıtması ve sürekli büyüme için tasarlanmıştır.

1. Oturum Planlayıcı Şablonu

Haftalık akran mentorluk oturumlarını takip etmek için bu planlayıcıyı kullanın. Her oturum bir tema, değişen liderlik ve bir etkinlik içerir.

Tarih ?	Tema ?	Lider ?	Etkinlik ?	Notlar ?

2. Katılımcı Yansıtma Günlüğü

Katılımcılar her oturumdaki deneyimlerini bu günlükle yansıtabilirler.

Tarih ?	Paylaştığım ?	Öğrendiğim ?	Nasıl Hissettim? ?

3. Tema Fikirleri Listesi

Çember oturumları için önerilen temalar; grup ihtiyaçlarına göre yenilerini ekleyin:

- ? Korkuyu Aşmak
- ? Zamanı İyi Yönetmek
- ? Küçük Kazanımları Kutlamak
- ? Öz Güven Oluşturmak
- ? Stresle ve Kaygıyla Baş Etmek
- ? Kişisel Sınırlar Belirlemek
- ? Büyük Düşlemek — Gelecekteki Hedefler
- ? Destek Sistemleri — Bize Kim Yardım Ediyor?
- ? Duygusal Esneklik ve Dayanıklılık
- ? İletişim ve Aktif Dinleme

- ? Ailemle / Yakın Çevremle İlişkilerim
- ? Kendime Dönmek — Öz Şefkat Uygulaması

Şablonları Nasıl Kullanmalı?

Oturum Planlayıcı

Her toplantı için liderin kim olduğunu ve planlanan etkinlikleri yazın. Görsel takip için emoji veya renk vurguları kullanın.

Yansıtma Günlüğü

Her oturumdan sonra katılımcılar 5-10 dakika içinde kendi günlüklerini doldurur. Paylaşmak isteyen gruba okuyabilir.

Tema Listesi

Bir sonraki oturumun temasını birlikte seçin; grup büyüdükçe yeni temaları eklemeyi unutmayın.

Eğitmen / Kolaylaştırıcı İçin İpuçları

- Her oturumda farklı bir katılımcıyı lider olarak görevlendir; liderlik becerileri rotasyonla gelişir.
- Oturumlar 60-90 dakika önerilir: 10' hoşgeldiniz + 15' tema sunumu + 30' etkinlik/paylaşım + 10' yansıtma + 10' kapanış.
- Grup 6-8 kişi olması ideal: güvenli alan + herkese söz hakkı.
- Gizlilik sözü açıkça yapılır: 'Grup içinde söylenenler grup içinde kalır.'
- Duyguları bastıran, yargılayan, çözüm dayatan ifadelerden kaçınır.

Mentorluk Bağlantısı

Katılımcı yansıtma günlükleri bireysel mentorluk oturumlarında açılış konusu olarak kullanılır. Özellikle Modül 2 (topluluk), Modül 5 (duygusal zekâ) ve Modül 6 (ilerleme izleme) sonrasında mentör, çemberde paylaşılan duygular ve öğrenmeler üzerine konuşur.