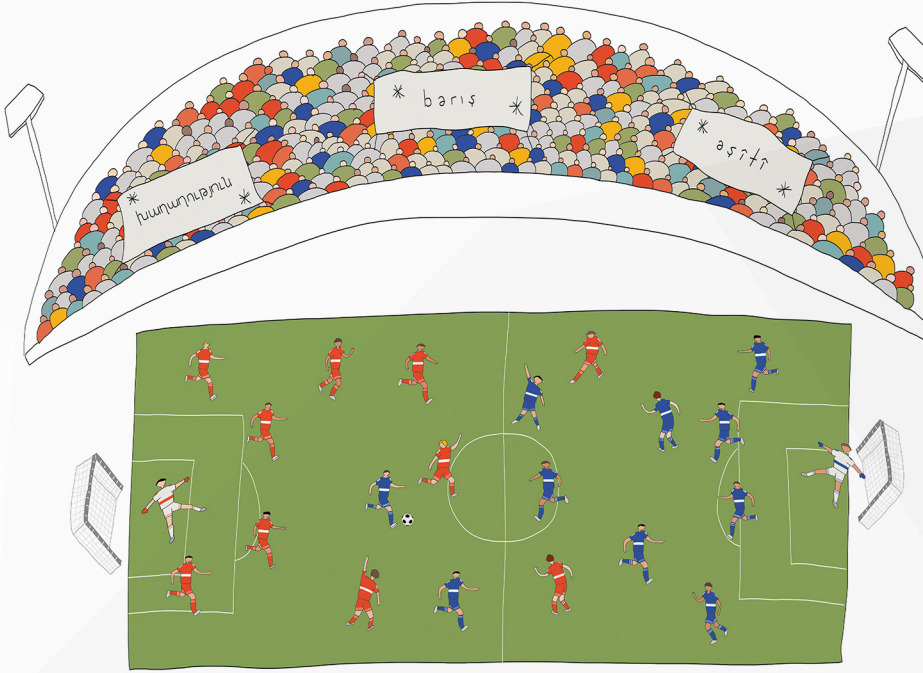


Sosyal Değişim için Spor



Beden Hareketi Programı Geliştirme Rehberi

BOMOVU

Sosyal Güçlendirme için Spor ve Beden Hareketi

Sosyal Değişim için Spor: Beden Hareketi Programı Geliştirme Rehberi, BoMoVu [Network of Sport and Body Movement for Vulnerable groups] – Sosyal Güçlendirme için Spor ve Beden Hareketi Derneği çalışmasıdır. Bu rehber BoMoVu tarafından Ekim 2020’de İstanbul’da yayımlanmıştır.

Bu kitap, içeriği değiştirilmeden ve BoMoVu kaynak gösterilerek çoğaltılabilir.

- **Yazarlar** : Baran Ucal, Burcu Ayan, Dilek Üstünalan, Eleni Nadin Diker, Erdal Çetin, Hamit Levent Evcı, İlknur Hacisoftaoğlu, Medya Güler, Nazlı Durak, Nil Delahaye, Safter Elmas, Sevin Seda Güney.
- **Editör** : Dilek Üstünalan
- **Yayına Hazırlayan** : Cansu Kılınçarslan
- **Çizer** : Cansu Dinç
- **Grafik Tasarım** : Lena Grafik ve Tanıtım Hizmetleri
- **Basım** :
- **Katkıda Bulunanlar** : Ayşe Şevval Ay, Canan Abeş, Dilan Akbayır, Esra Atalay, Ezgi Türker, Hüseyin Korkma, Menekşe Canatan, Merve Göksu, Onur Gazi Aslan, Selçuk Açıkgöz, Serap Aksoy, Sultan Bozbıyık.

Herkes için Bedensel Özerklik	3
Nil Delahaye	
Sunuş	6
Dilek Üstünalan, Nil Delahaye	
Spor ile Sosyal Güçlenme	9
Eleni Nadin Diker, Nil Delahaye	
Hedef Kitlenin İhtiyaçlarını Anlamak	20
Hamit Levent Evci	
Fiziksel, Duygusal ve Kültürel Güvenlik	37
Dilek Üstünalan, Nil Delahaye, Sevin Seda Güney	
Farklılaşan İhtiyaçlar	57
Burcu Ayan, Sevin Seda Güney	
Sporda Cinsiyete Dayalı Ayrımcılık	65
İlknur Hacisoftaoğlu	
İrkçılık, Göç, Aidiyet	76
Burcu Ayan, Nil Delahaye	
Sporda Çocuk İstismarı ve Koruma	87
Erdal Çetin	
- BoMoVu Çocuk Koruma Politikası	98
Spordaki Yükselme Merdiveni Yanılsamasını Aşmak	105
Safter Elmas	
Spor Programı için Müfredat Oluşturmak	118
Nazlı Durak, Nil Delahaye	
Programın Değerlendirilmesi ve Etki	129
Hamit Levent Evci	
Programı Uygularken Karşılaşılabileceğimiz Sorunlarla Başa Çıkmak	144
İlknur Hacisoftaoğlu, Nil Delahaye	
Aktivite Örnekleri	151
Baran Ucal, Dilek Üstünalan, Medya Güler, Nazlı Durak, Safter Elmas, Sevin Seda Güney	

HERKES İÇİN BEDENSEL ÖZERKLİK !

Bir hak olarak beden

Elinizdeki kitap, sporun ve bedensel hareketin sosyal değişim ve güçlenme araçlarına dönüştürülmesine bir yol haritası çizmek amacıyla hazırlanmıştır.

Spordan da önce insanın bedenselliği yani bir beden olarak varlığı, varoluşunun kökenindedir. BoMoVu olarak bedenler olma halinin, her bireyin en temel hakkı olduğunu savunuyoruz. Hakların ve özgürlüklerin en geniş çapta kesiştiği noktanın beden olduğunu düşünüyoruz. Barınma, sağlık, beslenme, eğitim, insan onuruna yakışır bir hayat sürdürme, şiddetten korunma, hareket etme, iletişim kurma ve haberleşme gibi tüm temel haklar insanın kendi bedeniyle iradeye (eyleyebilirliğin koşulu olarak irade) sahip olmasıyla var olabilir.

Bu fıkirden yola çıkarak, bizi kendi bedenimizin iradesinden uzaklaştıran, hareketlerimizi ve bedensel varoluşlarımızı boyunduruk altında tutan yapıları anla-

mamız, okumamız, sömürüyü, iktidarı, hiyerarşileri ve güç ilişkilerini yapı sökme uğratmamız gerekir. Bedensel özgürleşme bütüncül bir eylem iken çok yönlü bir analiz ve ele alış gerektirir.

İktidar ilişkilerinin bedenler üzerinde çalışma mekanizmaları; normlar oluşturmaya, kategoriler yaratmaya, hiyerarşiler kurmaya dayalıdır. Bu açıdan her marjinalize edilen ve iktidar ilişkisi içinde altta tutulan grubun, bedensel varoluşu sorunsallaştırılır. Örneğin, ikili cinsiyetli heteronormatif sistem, tüm bedenler için atanmış cinsel kimliklerin sergilemesi gereken fiziksel performanslara dair çeşitli kalıplar belirler. Bu normun ve performansın hayatın düzenlenmiş tüm alanlarında sergilenmesini önkoşullar ve yasal, sosyal, duygusal kurallarla kendini dayatır. Dolayısıyla kadın/erkek ikili cinsiyet sistemi içerisinde bedensel performansın öğretilmesinde, aktarılmasında, sürdürülmesinde spor; kurucu bir unsur olarak

işlevselleştirilmiştir. Oğlanlar futbol oynamaya, sınıfsal olarak üstteki kızlar bale yapmaya yönlendirilirler; yani sporlar tarihsel, toplumsal ya da sınıfsal olarak atanmış oldukları, hayatın düzenlenmesine dair işlevleri üstlenebilirler. Bu nedenle sporu bir sosyal değişim aracı olarak kullanırken bu sporun yaşattığı bedensel (ve dolayısıyla duygusal) deneyimin çoktan koşullandırılmış olduğunu hatırlayıp bunun arka planını gözden geçirmek asıl amaca ulaşmanın ilk adımı olacaktır.

İktidar ilişkileri içerisinde bedenlere ayrılan varolma alanları, bedenlerin hareketleri üzerinden belirlenirken öte yandan aynı bedensel hareketler özgürleşme imkanlarını da barındırır. Bir kimliğin parçalanmaya, sömürülmeye karşı koyması, öz iradesini ortaya koyması ve yok olmaya direnmesi yine bedensel performansların kudretine dayanır. Bunun en yalın örneğini geleneksel ve çağdaş danslar gibi performatif sanatlarda sergilenen karşı koyma duruşunda, bedenin bir öykü anlatımına bürünmesinde görebiliriz.

Her bedensel aktivite, tarihsel toplumsal arka planın beraberinde getirdiği inşa edici veya yıkıcı unsurlarla şimdi ve buradlığın deneyimine imkan verir. Bu imkan, Uluslararası Olimpiyatlar Komitesi'nin

oluşturduğu Olimpiyat İlkeleri'nin altıncısında şu şekilde savunuluyor: "Sporun icrası bir insan hakkıdır. Her bireyin ayrımcılık görmeden Olimpiyat ruhuna uygun olarak dostluk, dayanışma ve adil oyuna dayalı karşılıklı anlayış içinde her türlü sporu icra etmeye imkanı olmalıdır." Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi'nin de taraf olduğu bu ilkelerle ortaya konan ifade, sporun sadece yarışmacı olarak "en iyi" şekilde icra edene mahsus değil, herkesin hakkı olduğunu hatırlatır.

Özetle bedenler belli düzlemler içerisinde varoluşlarını korurken, hiyerarşik yapılarla karşılaşır; bu yapılar bedensel varoluşlar olarak insanları, iktidar altında tuttuğu gibi onların iradesini de temellendirir. Tüm bunlar tarihsel, toplumsal arka planlar içerisinde koşullanırken aynı zamanda deneyim ile yeniden kurulma imkanları bulur. Bu deneyimler ise, yol açabileceği tüm imkanlarla birlikte, bir hak olarak uluslararası çerçevelerce korunur.

Bu rehber, geliştireceğiniz spor programlarının hak penceresinden örülmesine ve hedef kitlenin yararı için en samimi şekilde kurgulanmasına destek olacaktır.

Sosyal güçlenme için spor programının ilkeleri

Sosyal güçlenme için spor programları oluşturulurken güç ilişkilerini olabildiğince dönüştürebilmek, daha eşit bir ilişki kurabilmek ve sporu daha sivil bir perspektiften ele alabilmek amaçlarıyla belli ilkelerin dikkate alınması gerektiğini düşünüyoruz. Bu ilkeler rehberin çeşitli bölümlerinde farklı şekillerde ele alınacaktır. Söz konusu ilkeler şöyle özetlenebilir:

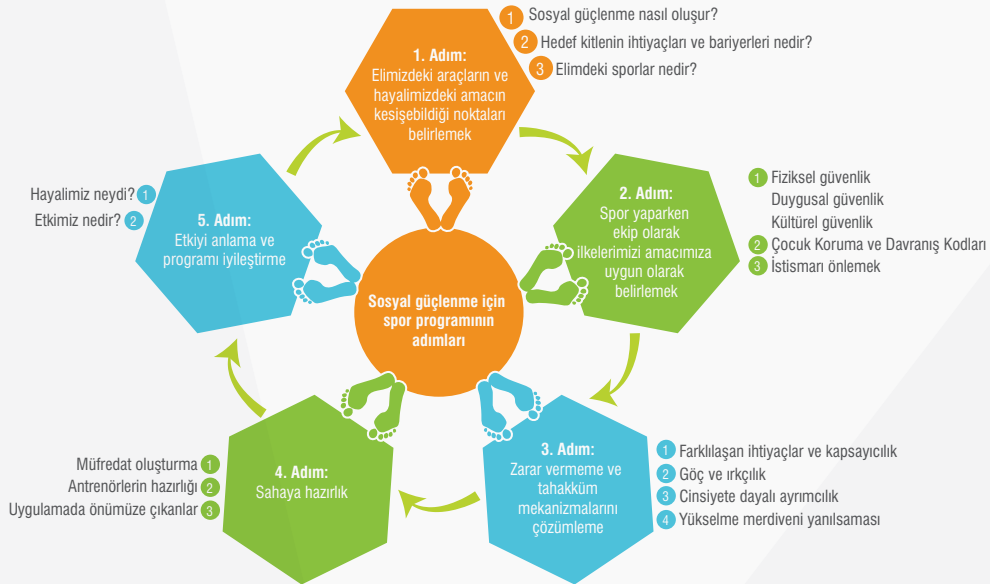
- **Spora eleştirel bakış:** Sosyo-kültürel arka planının farkında olmak,
- **Sporun endüstrisine karşı özerk kalabilme:** Endüstrinin yarattığı sembolik iktidar mekanizmalarını yeniden yaratmamak,

- **Hak temelli yaklaşım:** Sportif performans değil, hedef kitlenin ihtiyaçlarına öncelik vermek,

- **Özgürlük çerçevesinde hareket etmeyi savunmak:** Kuralların ötesine geçmek ve hedef kitlenin kendini ifade edebileceği yere odaklanarak esnek olmak,

- **Deneyime dayalı dönüşüm:** Yaşanan fiziksel deneyime dair düşünmeye ve konuşmaya alan açmak.

Spor programının genel döngüsü ve bu rehberde değinilen tüm odak noktaları görseldeki gibi anlaşılacaktır.



SUNUŞ

Bu rehber kimler için hazırlandı?

Bu rehber amatör ve profesyonel spor kuruluşları, spor kulüpleri, federasyonlar, okullar, eğitim merkezleri, psikososyal destek kurumları, sosyal yardımlaşma kurumları, toplum merkezleri, taban hareketleri, hak temelli kuruluşlar, bağımsız örgütlenmeler, sporcular, antrenörler, dansçılar, sanatçılar, beden eğitimi öğretmenleri, diğer branş öğretmenleri, aktivistler ile hak ve özgürlük mücadelesi veren herkes için tasarlanmıştır.

Kişilerin bedensel haklarına dair beden hareketine erişim için özgün alanlar kurmak ve toplumsal/sivil bir pencereden beden hareketine bakmak mümkündür. Bu rehberin, sporu endüstriyel bir araca dönüştüren kurumsal yapıların dayattığı kurallar içerisinde kalmaya veya spor üzerinden kurulan tamamıyla ekonomik temellere dayanan neoliberal politikalar çerçevesine mecbur olmadan spor için daha sivil ve özgün alanların oluşturulabilmesine ilham ve yol gösterici olmasını dileriz.

Bu rehberde önerilen adımlar, spor ile önceden bir ilişkiniz olmadıysa bile beden hareketini kullanacağınız programınızın güvenli ve etkin olmasına yardımcı olacaktır. Antrenörler, beden eğitimi öğretmenleri, spor kulüpleri gibi sporu nihai hedef olarak kullanan profesyoneller ise ellerindeki kıymetli araçları sosyal güçlenmeye ve sosyal değişime dönüştürmenin yollarını bu rehberde bulabilirler.

Rehberin içeriği

İlk bölümde, sporun nasıl sosyal güçlenmeye yol açtığını; toplumsal bir grubun ya da kişilerin toplumsal hayat içinde, mikro, mezo ve makro seviyelerde güçlenmesini hedefleyen bir spor programının ilkelerinin neler olması gerektiğini ele alıyoruz. Bu bölümü izleyen "Hedef Kitlenin İhtiyaçlarını Anlamak" bölümünde, bir spor programı geliştirmeden ve sahada çalışmaya başlamadan önce, katılımcıları tanımak üzere hangi kaynaklara başvurabileceğimizi, hem ekibin hem de

katılımcıların ihtiyaçlarını tespit etmek ve süreç boyunca gözetmek için neler yapılabileceğini tartışıyoruz. Spor programımızın bu ilk adımından sonra, sahada tehdit hissetmeden, herkesin güven duyarak aktivitelere katılabileceği, kendini ifade edebileceği, kabul göreceği güvenli bir alan kurmak önceliğimiz olmalı. Bir sonraki bölümde "Fiziksel, Duygusal ve Kültürel Güvenlik" ilkelerini ele alıyoruz. Bununla bağlantılı olarak oluşturduğumuz; sahada bizimle çalışan herkesin takip etmekle yükümlü olduğu "BoMoVu Çocuk Koruma Politikası" belgesine de bu rehberde, ilgili bölümde yer verdik.

Sahada daha eşitlikçi ve sosyal güçlenmeyi sağlayabilecek bir spor programının geliştirilmesi ve uygulanması konusunda; eşitsiz güç ilişkilerinin tanınması, tahakküm mekanizmalarının ortaya çıkarılması ve bu güç ilişkilerini dönüştürecek adımların atılması önemlidir. Bu aynı zamanda güvenli bir spor ortamı kurmanın da önkoşuludur. Bu nedenle, rehberin takip eden "Farklılaşan İhtiyaçlar", "Spor-da Cinsiyete Dayalı Ayrımcılık", "İrkçilik, Göç, Aidiyet", "Sporda Çocuk İstismarı ve Koruma" ve "Spordaki Yükselme Merdiveni Yanılsamasını Aşmak" bölümlerinde toplumsal tahakküm mekanizmalarını, bunların spor ortamlarında nasıl vücut

bulduğunu ve nasıl dönüştürülebileceğini tartışıyoruz.

Spor programımızın amacına ulaşması için gerçekleştirilmesi gereken adımlardan biri de "Spor Programı için Müfredat Oluşturmak". Amaçla uyumlu bir müfredatın programın katılımcılarının ihtiyaçlarını gözeterek ve katılımcılarla birlikte oluşturulması konusunda dikkat edilmesi gereken noktaları da bu bölümde ele alıyoruz. Programımızın kimler üzerinde nasıl etkileri olduğunu hem süreç boyunca, hem de programın sonunda ölçmek; sürecin farklı aşamalarında, çok farklı araçlarla alınabilecek geri bildirimlerle programı çeşitli açılardan değerlendirmek, hem program sürerken gerekli değişiklikleri yaparak mevcut koşullara adapte etmemizi, hem de daha sonra geliştireceğimiz programları iyileştirmemizi sağlayacaktır. "Programın Değerlendirilmesi ve Etki" bölümünde çeşitli aşamalarda etki değerlendirmesi için yol haritaları öneriyor ve örnekler paylaşıyoruz.

"Programı Uygularken Karşılaşılabileceğimiz Sorunlarla Başa Çıkmak" bölümü, BoMoVu'nun çeşitli programlarında sahada çalışmış kişilerin (çalışan ya da gönüllü) deneyimlerini paylaştığı odak grup görüşmelerinden ortaya çıkmıştır. Saha-

da karşılaşılabilecek sorunları, beklenmedik durumları, bulunan çözümleri, yine sahadan gelen bilgi ve deneyimle tartışmayı tercih ettik. Buna benzer deneyim paylaşımlarının sahada çalışacak herkes için değerli olduğunu düşünüyoruz.

Son olarak, "Aktivite Örnekleri" bölümünde, "Doğaçlama Etkinlikleri" ve "Sportif Etkinlikler" olmak üzere iki grup altında, sahada uygulanabilecek örnek aktiviteler paylaştık. Bu aktivitelerin doğrudan uygulanmaması, öncelikle rehberin diğer bölümlerinin incelenmesi, güvenli, eşitlikçi, güçlendirici bir spor ortamı oluşturulması için önemlidir. Bu adımlardan sonra, aktiviteler istenirse uzun süreli bir programın farklı aşamalarında, istenirse kısa süreli bir spor çalışmasında uygulanabilir. Bu bölümde, uygulanacak aktiviteleri derlemenin ötesinde, eşitlikçi, kapsayıcı ve farklı ihtiyaçları gözetken bir spor aktivitesinin nasıl kurgulanabileceği ve nasıl çeşitlenip uyarlanabileceğine dair örnekler ortaya koymaya çalıştık.

Rehberin birçok bölümünde – bölüm içeriğine uygun olduğu sürece – kavramsal ve teorik olarak konuyu ortaya koyduktan sonra, "İyi Örnekler", "Uygulamalı Egzersiz" ve "Kontrol Listesi" alt bölümlerine yer verdik. "İyi Örnekler"de bölü-

mün konusuyla ilgili kendi çalışmaları-mızdan, yakın çevremizden ya da dünya üzerinde yapılmış olan spor programları içinden örnekler veriyoruz. Bununla bu tür programlara adım atacak olanların esin kaynaklarını çoğaltmayı ve cesaretlendirici olmayı amaçlıyoruz. "Uygulamalı Egzersiz", spor programını geliştiren ve uygulayacak olan ekibin, sahaya çıkmadan önce, ilgili bölümde tartışılan konuları özümsemek ve sahada bu konuyla nasıl karşılaşılabileceğini tahayyül etmek üzere uygulaması için geliştirilmiştir. "Kontrol Listesi" ise, bölüm boyunca detaylı bir şekilde anlatılmış olan konuyu, sahaya çıkmadan önce ya da sahada pratik bir şekilde fark etmek ve kontrol etmek üzere oluşturulmuş bir listedir.

Bu rehberin, eşitlikçi, kapsayıcı ve katılımcı bir spor anlayışı benimsemiş olan kişilere ve kurumlara, spor programlarını geliştirirken yol göstermesini umuyoruz.

BoMoVu ekibi olarak, bu rehberi aynı zamanda sosyal güçlenme için spor programı geliştirmek isteyen kurum ve kişilerle iletişim kurmanın, birlikte yeni çalışmalara adım atmanın, spor ve beden hareketi alanlarını genişletmenin de zemini olarak görüyoruz.

SPOR İLE SOSYAL GÜÇLENME

Sosyal güçlenme nedir?

Güçlenme (empowerment) kavramı en genel anlamıyla, bir kişinin daha önceden sahip olmadığı ya da mahrum bırakıldığı **seçeneklere erişebilir hale gelmesi ve stratejik seçimler yapma yeteneğini kazanma sürecidir**. Bu süreçte en önemli bileşen, kişinin eyleyciliğini kullanarak yaşam seçimleri yapabilir hale gelmesidir. Bir bireyin stratejik yaşam seçimleri (örneğin; başka bir mahalleye taşınmak, başka bir şehre/ülkeye göç etmek ya da etmemek, çocuk sahibi olmak, evlenmek ya da boşanmak vb.) yapma yeteneği birçok **yapısal ve kültürel faktör** tarafından kısıtlanır. Örneğin, şiddet gören bir kadın, eşinden boşanmak istemesine rağmen hayatta kalabilmek adına bu seçimi yapamayabilir. Bu örnekte dışarıdan bakan birine 'seçeneklerden biri' gibi görünen boşanma, olayın öznesi için hayati risk içeren, dolayısıyla yapısal faktörler ile kısıtlanan bir seçenektir. Ya da, boşanma kararının aile ya da çevre tarafından desteklenmemesi, bu seçeneğin hem kültürel hem yapısal olarak kısıtlanması anlamına gelebilir.

Bireyin eyleyciliğini kullanması için, aralarından tercih yapabileceği, erişilebilir yani gerçek se-

Rehber kavramlar

güçlenme: stratejik yaşam seçimleri yapabilme yetisi kazanma.

güç: seçim yapabilme.

seçim olgusu: alternatiflerin mümkünlüğü.

kaynaklar → maddi, sosyal, fiziksel/bedensel kaynaklar

eyleyebilirlik (agency): kişinin amaçlarını belirlemesi ve bunun için harekete geçmesi.

maddi kaynaklar: sahip olunan maddi varlıklar.

sosyal kaynaklar: sosyal ilişkiler, hayal gücü, yaratıcılık, aidiyet, yetenek, bilgi.

spor ve bedensel hareket: kişinin eyleyebilirliğini sembolik ve fakat pratik (fiziksel) anlamda kullandığı performans alanları.

spor ile eyleyebilirlik: spor ile hem sosyal, hem bedensel kaynaklar geliştirmek.

çeneklere sahip olması gerekir. Burada gerçek seçeneklerden kasıt, teoride seçenek gibi görünen bir eylemin, bireyin gerçekliği içerisinde, yani pratikte de bir seçenek olabilmesi halidir. Güçlenmenin konusu bireyin tercihinin içeriği değil, seçimini kendi istekleri doğrultusunda ve kendi kontrolü altında, erişilebilir ve gerçek seçenekler arasından yapabilir olmasıdır.

Kişinin sahip olduğu **maddi, sosyal ve fiziksel/bedensel kaynaklar**; gerçek seçeneklerin artmasını sağlayarak bireyin eyleyebilirliğini doğrudan etkiler.

Maddi kaynaklar düşünüldüğünde, yoksulluk ile güç, dolayısıyla eyleyebilirlik arasında doğrudan bağlantı vardır. Çünkü yoksulluk bir kişinin temel ihtiyaçlarına erişimini kısıtlar ve tercih yapabilmesi için gerekli olan gerçek seçeneklerin oluşmasını engeller. Örneğin bir ebeveynin çocuğunu okula ya da çalışmaya göndermek arasında yaptığı tercihin gerçek seçenekler arasında olması için, ebeveynin her iki seçeneği de maddi olarak karşılayabiliyor olması gerekir. Ebeveyn çocuğunu okula göndermeyi seçtiğinde, ailenin geçinmesine yetecek maddi kaynağa sahip değilse ve bu tercihi geçimlerini engelliyorsa, pratikte onun için 'çocu-

ğunu okula gönderme' seçeneği gerçek bir seçenek değildir.

Sosyal kaynaklar kişinin sosyal bir birey olarak içinde barındırdığı yetenek, bilgi, hayal gücü gibi özelliklerini ortaya çıkarmasını sağlar. Hiçbir kaynak doğrudan sosyal güçlenmeyi sağlamaz, **sosyal güçlenme kişinin kendi içinde de bir dönüşümü gerektirir**, ve bunun için de, sadece yapısal ve kültürel engellerin aşılması değil, bireylerin zihinlerindeki tahakkümün ortadan kalkması ve kişinin kendi değerinin ve haklarının farkına varması gerekir. Kaynaklar, bireyleri "kendi başlarına eyler" kılmanın destekleyicisi işlevi görür. Bu dönüşüm gerçekleştiği takdirde, bu kaynaklar işlev görmeye başlar. Örneğin, üniversite eğitimi almak, bir sosyal güçlenme süreci değildir. Ancak bir kadının kendi içinde başlattığı sosyal güçlenme süreci, üniversite eğitimiyle desteklenebilir, ya da desteklenmeyebilir. Benzer şekilde, yetenek sahibi olmak, kişinin içinde barındırdığı bir kaynaktır ve bu kaynak, kişinin harekete geçmesi ve eyleyciliğini kullanılmasıyla birlikte kolaylaştırıcı olarak devreye girebilir.

Bireylerin sahip oldukları **kimlikler** (etnik, dini, siyasi, cinsiyet, cinsel yönelim vb.) ve bu kimliklerin onları toplum içerisinde

konumlandığı yerde maruz bıraktığı gerçeklikler, o kişinin **hem maddi hem de sosyal kaynak geliştirme şanslarını doğrudan etkiler**. Örneğin, okulda etnik kimliğinden dolayı ırkçılığa maruz kalan ya da cinsel yöneliminden dolayı zorbalığa uğrayan bir çocuğun istemesine rağmen okula gidememesi, onu eğitim hakkından mahrum bırakır. Dolayısıyla maddi kaynaklar geliştirmesine destek olacak araçlara erişimini engeller ve yoksulluğun yeniden üretilmesine neden olur. Aynı şekilde, eğitim yoluyla edinilebilecek ya da içindeki varlığı keşfedilecek sosyal kaynakların (örneğin sosyal bir çevrenin ya da kişinin sahip olduğu yeteneklerin) görünmezleşmesine de neden olabilir. Yani bireyin maddi ve sosyal kaynaklarının gelişim düzeyi, eşitsizliğin devamlılığını sağlayan yapısal ırkçılık ve ayrımcılık gibi kök sebeplerle doğrudan ilişkilidir. Kaynakların eksikliği, kişinin kendi başına eyler olma şansını azaltır ve güçlenme ihtimalinin dış faktörlere daha bağımlı hale gelmesi anlamına gelir.

Güçlenme farklı alanlarda birbirinden bağımsız gelişebilir, fakat **sonuçları her alanı etkiler**. Örneğin, sosyal güçlenme, ekonomik güçlenme, siyasi güçlenme, bedensel güçlenme farklı güçlenme alanlarıdır. Ancak birinde elde edilen iyileş-

me diğerlerini de etkiler. Örneğin, sosyal güçlenme, özerklik ve özgüven duygusunun geliştiği bir süreç olarak ekonomik güçlenmenin kolaylaştırıcısı olabilir. Ya da tam tersine, ekonomik olarak bağımsız bir birey, yani kendi kaynaklarını (az veya çok) kendi başına yönetme şansı olan kişi, sosyal kaynaklarını da kendi istekleri doğrultusunda arttırma şansına sahip olur ve bu sosyal güçlenmenin kapısını aralar. Burada önemli olan kaynağın azlığı ya da çokluğu değil, bireyin tercihi doğrultusunda kaynağı kullanıp kullanmadığıdır. Bedensel güçlenme ise, bir sonraki bölümde detaylı olarak ele alınacağı üzere, sosyal güçlenmenin temelinde yatar çünkü bireyin sosyal dünyasında kendi başına eyler hale gelmesi ancak bedenini ve onun faaliyetlerini özgürce gerçekleştirmesi ile mümkündür.

Bedensel güçlenme nedir?

Yukarıda bahsedildiği gibi, bireyin sosyal kaynakları yani bilgisi, deneyimi, yetenekleri, arkadaş çevresi, hayal gücü, yaratıcılığı, o kişinin eyleyciliğini kullanmasını sağlamak için önemli araçlardır.

İnsan, nasıl oy kullanırken politik haklarına erişmenin kapısını aralıyorsa, spor yaparken de **bedensel haklarına** ve dolayısıyla kendi içinde barındırdığı bu kay-

nağa erişmenin kapısını aralamış oluyor. Yine, spor yapan her insan, üniversiteye giden her kadın gibi, güçlenmenin yollarına kendiliğinden erişmiş olmuyor. Ancak spor ve daha kökensel bir biçimde **hareket etmek, kişinin eyleyciliğini kullanması için bir kaynak oluşturuyor**. Doğru bağlam kurulduğunda, yani bir rekabet ortamında performans sergilemek üzerine baskı kurulması yerine kişinin kendi fiziksel yapabilirliğinin önünün açılması sağlandığında, kişi **kendi içinde barındırdığı bu kaynağı** fark ediyor. Bedensel anlamda eyleyici gücünün farkına varması, onu geliştirmeye yönelik (bir bedensel faaliyet daha az yorularak, daha kolayca yapabildiği,... gibi) somut adımlar atabildiğini kendi bedeni içinde hissediyor olması **sembolik anlamda hayatının başka alanlarında yapabileceklerinin** kapısını aralamış oluyor. Örneğin, araba kullanması yasaklanan kadınların bisiklete binmesini düşünelim. Bunu yaparak kendi kas güçlerini kullanıp bu fiziksel beceriyi geliştirmiş, kısıtlanan dolaşım (mobilité) alanlarını genişletmiş ve temel ulaşım haklarına erişmenin kapısını aralamış oluyorlar. Aynı şekilde, yürüme engeli olan kişi yardım almadan kendi sandalyesini sürebildiği andan itibaren kendi mahreminde arzuladığı deneyimlerin mümkün olması fırsatını bulabiliyor. Elbette erişebilirliği

temel koşulları (binada asansör, rampalar, kaldırımlar, vs.) olduğu takdirde bunu eyleme geçirebilecektir.

Öz varlığının temelinde yatan bedenselliği, kişinin belki de en vazgeçilmez ve ilk kaynağıdır. Bir inşaat işçisi örneğinde, kişinin taşıdığı yükler sırtında, kollarında, bileklerinde, belinde, boynunda, dizlerinde ödemler oluşturdukça o ödemelerin iyileşmeyeceğine kanaat getiren sinir sistemi bir süre sonra beyne acı çekme mesajını iletmeyi bırakır. Zamanla o organların varlığı, ta ki iflaslarına kadar aşındırılır, yok sayılır. Bu yüzden beden sadece sakatlık veya toplumsal cinsiyet ile ilişkili bir mücadele alanı değil, aynı zamanda bir sınıf meselesidir. Bir işçinin çalışma koşullarının unutturduğu organlarına yeniden kavuşması için yapılan bir çalışma, hiç değilse kendi bedeninin değerli kılınmasına destek olabilir. Buna, bilgisayar başında çalışmaktan ortaya çıkan ağrıları azaltmak üzere pazara sunulan araçlar (bilek desteği, korse, sandalye yogası, vb.) da örnek gösterilebilir. Bir meslek olarak spor alanı da diğer ağır işçilik alanları gibi bedensel zedelenmelere kaçınılmaz bir biçimde sebep olur. Bu konuyu "Spordaki Yükselme Merdiveni Yanılsamasını Aşmak" bölümünde ele alıyor ve herhangi bir spor programının bu

bedensel kaynağı güçlendirdiği gibi, zedeleyebileceğine de dikkat çekiyoruz.

Benzer biçimde ırksallaştırmanın da beden üzerindeki etkileri incelenebilir. Ayrımcılık mekanizmalarının, önüne yapısal engeller yerleştirerek ırksallaştırdığı bedenler üzerindeki tahakküm biçimlerine çareler bulmak daha derin bir analiz gerektirir. Yine de, bedensel varoluşun ortaya konulması, siyasi ve sosyal olarak var olabilmenin de yollarını sunabilir. "İrkçilik, Göç, Aidiyet" bölümünde bu konuyu irdeliyor ve bedensel varlıklar olarak ırksallaştırılan kişilerin güçlenmesine değiniyoruz. Örneğin, göç etmek, ulus ötesi bir kimliğe sahip olmak ve onu bir inşa ve adaptasyon süreci yoluyla müzakere etmek anlamına gelir. Göç süreci, kişinin ana yurdunda nesiller boyu inşa etmiş olduğu birçok sosyal kaynağın aniden yok olmasına ve kimliğin yeniden oluşum sürecine girmesine neden olur. Fiziksel aktivite ve spora erişim, bu süreçte kişinin kimlik kavramını yeniden şekillendirmesine ve bireyin güçlenmesine yardımcı olabilir. Ancak göç etmenin, alışık olunan belli bir "kendi yerinde müktedirlik" konumundan ötekileştirilen topraklara gitmenin travmasından farklı olarak, bir de kendi yerelinde aslında bedensel varlığının kabul görmemesi, **azınlık**

olma durumunun yarattığı ırksallaştırma vardır. Bu da madunluktan kurtuluşu tamamen ortadan kaldırarak mecbur kılar. Köleleştirilen Siyahların cenaze törenlerini özgürlüğe kurtuluş olarak danslar ve müzikler ile kutlanmasından, bir çocuğun annesiyle ana dilinde konuşmasını cezalandırarak o dili unutturma pratiklerine kadar pek çok örnekte merkezde daima bedenler ve onların faaliyetleri vardır. Bu faillik harekete geçirilince beden, daima bir sözün de taşıyıcısı olur. Kendi öz varlığıyla sağaltıcı bir şekilde ilişkiye geçtiğinde, dünyada kendini yeniden konumlandırarak güçlenir. Bu beden, aynı güçten beslenerek, başka ezilen bedenler için de bir mesajın taşıyıcısı olabilir.

Bedensel güçlenmeden sosyal güçlenmeye

Spor ve bedensel hareket etkinlikleri, bireyin sosyal kaynaklarını geliştirmesini sağlar. Daha önce de bahsettiğimiz, pratikte bedensel eylemlerin sembolik düzleme nasıl taşınabildiğini, hayatın diğer alanlarına nasıl ayna tuttuğunu yine örnekler üzerinden anlatmaya çalışacağız. Bunu kolaylaştırmak için mikro, mezo ve makro seviyelerin ne olduğuna ve her birinde spor ile gelen sosyal güçlenmenin nasıl işlediğine bakılabilir.

a) Mikro seviyede;

- **Beden eğitimi dersleri**, her çocuğun hakkı olan genel eğitimin ayrılmaz bir parçasıdır. Bu dersler, ulus-devlet inşa süreçlerinin vatandaş kurgusunun aracı niteliğini birçok yerde hâlâ taşıyor olsa da, günümüzde beden eğitimi daha çok **bedensel okuryazarlığın öğrenimi** olarak karşımıza çıkıyor (çıkmalı). Yani çocuklar, beden eğitimi derslerinde aslında kendi yaşadıkları çevrede, iklim koşullarında ve diğer fiziksel etkenler çerçevesinde hareket etmeyi, varlığını sürdürmeyi, kendini korumayı ve hayatta kalmayı öğrenir. Ağaca tırmanmak, gölde yüzmek, buz üstünde yürümek, çorak yerde bitkilerden beslenmek, fırlayan bir objeyi yakalamak veya ondan kaçmak gibi basit ve hayati eylemleri yapabilmenin öğrenimi, en basit şekliyle dünya üzerinde yürüyebilmek üzerine kuruludur.

- **Göç deneyimi** yaşayan kişinin yeni yaşam mekanı içerisinde yönünü bulması, ürkütücü bilinmezliği eğlenceli bir keşfe dönüştürmesi örneği olarak derneğimizin 2017 yılında yürüttüğü Hareketin Özgür projesinin bir faaliyeti olan mülteci çocuklar ile **şehir ve orman gezileri** düşünülebilir. Tekrarlanan bu deneyimler vasıtasıyla kişi, yaşadığı yeri zihinsel hafızasında tanımlarken bedensel bir

alışkanlık ediniyor, bu mekanda bedenini tanımlayabiliyor. Yeni yaşam mekanının oluşturduğu bu bağlam içerisinde hareket etme imkanı kişinin fiziksel öz tanımını yapmasına, kendi varlığını tanımına sebep oluyor. Bu öz tanım, mezo seviyede kişiye hak araması ve varlığını topluluk içerisinde sürdürmesi için kıymetli araçlar sunacaktır.

- Mikro seviyede bedensel ve sosyal güçlenmeye başka iki örnek ise feminist pratiklerden verilebilir: Derneğimizin sürdürdüğü Kadından Kadına Muay Thai faaliyetleri örneğinde olduğu gibi **feminist öz savunma** ve başka bir pratik olarak **beden olumlama**. Tüm hayatlarını (giyinme, dışarıda olma saatleri, konuşma ve cevap verme biçimi, yürüme şekli, gülmenin tonu, bakışlar,... ve mercek altına alınan birçok hareket daha) sürekli olarak şiddet tehdidi altında kurgulamak zorunda kalan kadınlar, bu tehdidin oluşturduğu baskıları içselleştirmenin yanı sıra korku içinde yaşamaya zorlanırlar. Bu korkunun kaynağında içselleştirilmiş fiziksel aşağıda olma düşüncesi/algısı 'teslim olmaya hazır' bulunmayı koşullarken; öz savunma öğrenen kadınlar **kendi şiddet potansiyellerini idrak ederek** baskılar altında kurgulamaya zorlandıkları hayatı farklı şekillerde kurgulama cesa-

reti bulabiliyorlar. Çünkü bu potansiye-
lin idrak edilmesi şiddet kullanma, aynı
zamanda şiddeti savuşturabilme anla-
mına geliyor. Bunu bulmanın ötesinde
yine mezo seviyeye taşınan eylemleri ile,
kendilerinin kamudaki bedensel varlıkları
başka kadınların da varlığına cesaret ka-
tabiliyor. Aynı baskılar yüzünden sürekli
kendisi için yetersiz, çirkin, aptal, zayıf,
şişman ve birçok sıfat daha bulmak zo-
runda bırakılan kadınların dışarısı yerine
kendilerini merkeze almaları perspektifi
de buraya yerleştirilebilir. Bir kişinin baş-
kalarının beğenisinden önce kendini sev-
mesine ve toplumsal beklentilerin önüne
kendi seçimlerini koyabilmesine yardımcı
olan beden olumlama pratiklerine baki-
labilir.

b) Mezo seviyede;

- **Takım sporları** örneğinde kişi, kendi ey-
leme potansiyelini de besleyen şekilde,
başka kişilerin varlığı ile hareket etmeyi
başarıyor. Kendi yetersizliğinde başka-
sının desteğini görmek, kendi varlığının
anlamını başkalarının varlığı ile ortaya çı-
karmanın bir yoludur. Takım sporlarında
kişi etrafını gözlemler ve etraftakilerin
hareketleriyle bağlantılı olarak kendi ha-
reketlerini şekillendirir. Bu sayede birlikte
bir şey inşa etmeye zorlanan birey öteki-
nin varlığından beslenerek kendi varlığını

kurar. Tam da **dayanışmanın temeli** bu-
rada yatar ve artık bir topluluk olmanın
koşulları tesis edilir. Derneğimizin Hare-
ketin Özgür projesi kapsamındaki faali-
yetlerden biri olan göç deneyimi yaşamış
gençlerle futbol aktiviteleri, buna örnek
olarak ele alınabilir. Futbol gibi takım
sporları, kişilere dışlama pratiğinin yeri-
ne birbirinden beslenmek ve parçalanmış
kimlikleri yeniden bir araya getirmek için
fırsatlar sunabiliyor. Ayrıca takım sporla-
rı birlikte çalışan kişilere de ekip olmayı,
çalışma ortamında suni bir şekilde per-
forme etmeye çalıştıkları şeyi, bedensel
aktiviteyle deneyimleme ve birbirlerini
tanıyıp anlama ortamı yaratabilir.

- Topluluk oluşturarak yapılan diğer spor-
lar ve fiziksel pratikler benzer etkilere sa-
hip oluyor. Örneğin bir çember kurularak,
herkesin şarkı söyleyerek ve müzik yapa-
rak katıldığı Capoeira sporunda iki kişi or-
tada oynarken diğer herkesin katılımı da
söz konusudur. Capoeira'nın tarihsel arka
planı ve kölelikle mücadele kökenlerine
dayanarak ritüelinin her bir parçasının
mezo seviyede sosyal güçlenme yarat-
maya yönelik kurgulanmış olduğunu ra-
hatlıkla söyleyebiliriz. Hukuken insanlıktan
çıkarılmış ve özgürlüğünden mahrum bı-
rakılmış Brezilya'daki Afrikalı köleler farklı
yerlerden farklı diller ve kültürlerden gel-
seler de karşılaştıkları koşullarla mücadele

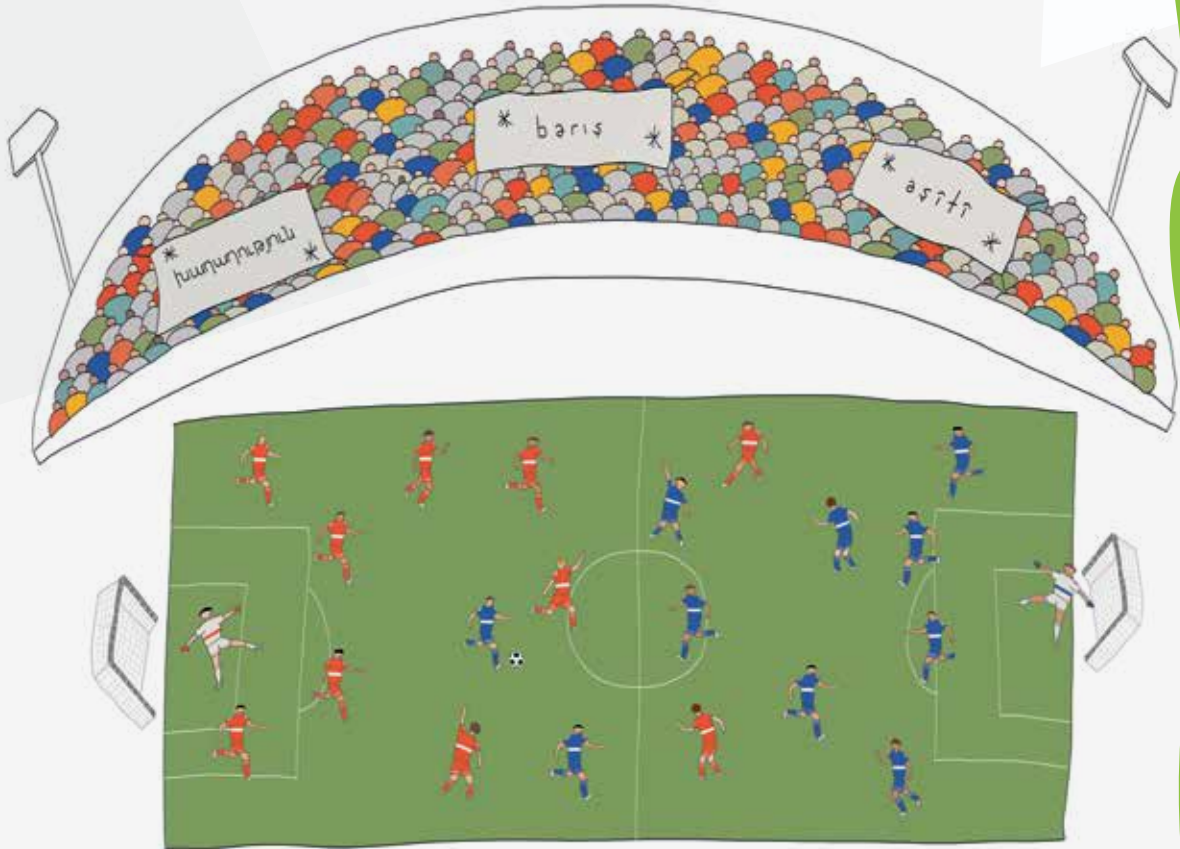
etmek uğruna bir **toplumsallık oluşturmak** zorunda kalmıştır. Bunun bir parçası olan spor, kişilerin kendilerini savunmalarına ve aynı zamanda beraber üretmelerine alan sağlıyor.

- Capoeira ile aynı coğrafyayı paylaşan, dolayısıyla benzer toplumsal koşullardan ve dertlerden ortaya çıkan Ezilenlerin Tiyatrosu pratiği de topluluğun

içinde meydana gelen **bir sorunu topluluk olarak çözme ve birlikte mücadele etmenin** araçlarını bulmaya yönelik Forum Tiyatrosu'nu ortaya çıkarıyor.

c) Makro seviyede;

- Makro seviyede sporun sosyal güçlenme sürecini çalıştırması, başlatması örneğin **azınlık mensubu bir sporcunun**



sembolik hareketlerinin etkisi ile ortaya çıkabilir. Çoğunlukla ilkin cezalandırılarak tepki gösterilen kişi, popülerleşmesi ile bağlantılı olarak toplumsal anlamda ulusal ve hatta uluslararası mesajların taşıyıcısı olabiliyor. 1968 Olimpiyatları'nda Tommie Smith ve John Carlos gibi sporcuların Black Power sembolü olan yumruklarını havaya kaldırması, bir siyah beden olarak Muhammed Ali'nin kendini dünyanın en mükemmeli ilan etmesi, elit ve beyazlara mahsus bir sporda Williams kardeşlerinin teniste üst üste başarı elde etmesi, Caster Semenya'nın testosteron seviyesinin kadın bedeni üzerindeki önyargıları ciddi şekilde zedelemesi ve veri-

lebilecek daha birçok örnek bu temsillerin ne kadar güçlü etkiler yarattığına ışık tutuyor.

- Makro seviyede sosyal güçlenme yaratma potansiyeline sahip olan sporun başka bir örneği "**spor diplomasisi**" veya "**spor ve barış**" denilen alanda da görülebilir. Diplomatik ilişkisi olmayan ve sınırlarını birbirine kapatıp silahlandırmış olan Ermenistan ve Türkiye milli futbol takımlarının arasında bir müsabakanın olması tabuları yıkmaya gücüne sahip olabilir. Çatışma ve çatışma sonrası bağlamlarda gerçekleştirilen spor programlarının "Zarar Vermeme İlkesi" çerçevesinde yapılması elbette önem taşıyacaktır.

Zarar Vermeme İlkesi nedir?

Tıpta Hipokrat yeminin parçası olan *primum non nocere* (zarar vermemenin önceliği) ilkesini, 1999'da araştırmacı Mary Anderson çatışma bölgelerinde yapılan yardım projelerinin etkisini kontrol altında tutmak amacıyla sosyal yardımlaşma alanına taşır. Projelerin etkisi yeterince kontrol edilemediğinde barışın değil aslında çatışmanın körükleyici unsurlarının ve nihai olarak savaşın desteklendiğini ortaya koyar. Bu sorunun önünü almak için Zarar Vermeme İlkesi'ni bu bağlamda kullanmayı ve bunu da 7 adımlık bir yol haritası ile yapmayı önerir.

Adım 1:

Götürülen yardım, **bağlamanın** bir parçası haline gelir. Tarafsız değildir, çatışmanın bir parçası haline gelir.

Adım 2:

Herhangi bir çatışmalı bağlamda iki gerçeklik vardır: **Körükleyiciler ve Bağlayıcılar.**

Körükleyiciler, insanların savaştığı veya gerginliğe neden olan faktörlerdir. Örneğin; eşitsizlikler, kaynaklara erişimde orantısızlıklar, vb.

Bağlayıcılar ise insanları bir araya getiren veya gerginliğin azalmasına neden olan faktörlerdir. Örneğin; müzik, dans, toplumsal hareketlenmeler, vb.

Adım 3:

Götürülen yardımın hem körükleyiciler hem de bağlayıcılar üzerinde bir **yaptırım** vardır. Bu yaptırım, körükleyicileri artırabilir/azaltabilir ya da bağlayıcıları artırabilir/azaltabilir.

Adım 4:

Kaynakların dağıtılması, götürülen yardımın yaptırım yarattığı bir mekanizmadır: yardım kuruluşunun dağıttığı kaynağı (içme suyu, aş, tıbbi malzeme, çadır, süpermarket kartları, vb.) hangi yöntemlerle dağıttığının bir yaptırımı vardır.

Adım 5:

Dolaylı etik mesajlar bir diğer yaptırım mekanizmasıdır: Kuruluşların çalışma usulünden kaynaklı aktardığı etik mesajlar (proje çalışanlarının kullandığı dil, beden dili, kendini konumlandırma biçimi, vb.).

Adım 6:

Yardım programlarının **detayları** önemlidir: Ne, neden, kim, kim tarafından, ne zaman, nerede ve nasıl götürülüyor, dağıtılıyor?

Adım 7:

(Çatışmanın körüklenmesine sebep olan) olumsuz etkileri ortadan kaldırmak veya barışı tesis eden olumlu yaptırımları iyileştirmek adına yardım programlarını değiştirmek için her zaman **seçenekler** mevcuttur.

Bu bilgiler ışığında, sporun çatışma ortamında bağlayıcı unsur olarak önümüze çıkması, bu bağlayıcı unsuru nasıl, hangi mesajlarla, ne tür usullerle kullandığımıza bağlı olarak iyi veya kötü sonuçları olabileceğini tahmin etmek mümkündür.

Kaynakça

- Anderson, M. B. (1999), *Do No Harm: How Aid Can Support Peace - Or War*, Lynne Rienner Publishers, Inc.
- Dorlin, E. (2017), *Se Défendre: Une philosophie de la violence*, ZONES.
- Kabeer, N. (1999), "Resources, agency, achievements: Reflections on the measurement of women's empowerment", *Development and Change*, 30(3), 435-464.
- _____. (2005), "Gender equality and women's empowerment: a critical analysis of the third Millennium Development Goal", *Gender anti Development*, Vol. 13, No. 1.
- Malhotra, A., & Mather, M. (1997), "Do Schooling and Work Empower Women in Developing Countries? Gender and Domestic Decisions in Sri Lanka", *Sociological Forum*, 12(4), 599-630.
- Sen, A. (1985), "Well-being, Agency and Freedom", *The Journal of Philosophy*, LXXXII, 169-221.
- Woodhouse, T. (2018), *SDP and Peace Routledge Handbook of Sport for Development and Peace*. Routledge.

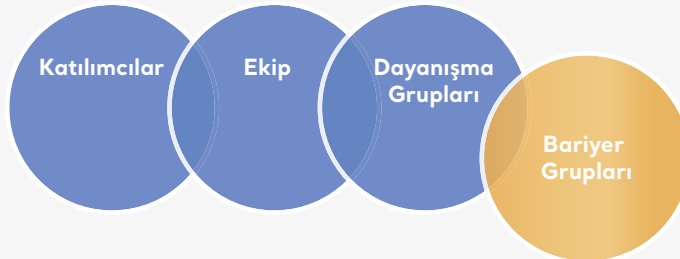
HEDEF KİTLENİN İHTİYAÇLARINI ANLAMAK*

Hedef kitle, ilk bakışta geliştirdiğimiz programda ulaşmaya çalışacağımız kişileri/grupları anlatıyor gibi görünebilir. Ancak bunun ötesinde, programı hayata geçirirken hayalimizi, sonrasında da bu deneyimi paylaşmak üzere davet ettiğimiz herkesi içerir. Yaklaşımımız kendini burada göstermeye başlar: **Paylaşmak, birlikte deneyimlemek ve birlikte yol almak...**

Programda yer alan kişilerin ihtiyaçları ve güçlenme alanları ile ilişkili olarak, spor yoluyla nasıl bir toplumsal dönüşüm yaratmayı planladığımıza dair çerçeve ve yaklaşım, elinizdeki rehberin "Spor ile Sosyal Güçlenme" bölümünde ele alınmaktadır. Bu bölümde ise daha özelden hedef kitle için geniş bir çerçeve çizerek

hedef kitlenin ihtiyaçlarını çeşitliliği ile ele alıyoruz.

Bir programa başlarken karşımıza çıkan ilk sorudan hareket ediyoruz: **Bu programdaki öznelerimiz kimler?** Bütün katılımcıların **değerli, eşit ve biricik** olduğunun da her aşamada farkında olmak önemli. Programı gerçekleştirecek ekip arkadaşımız, program sırasında bize destek olacak profesyoneller, sürece katılım sağlayacak kişiler ve bu kişilerin katılımından etkilenecek herkesi özne olarak kabul ediyoruz. Bu öznelerin ihtiyaçlarını iyi analiz etmenin, programın hedefine ulaşması bakımından önemli olduğunun altını çiziyoruz.



* Deneyimleri ile bu bölüme katkı sunan Burcu Ayan, Dilek Üstünelan, Esra Atalay, Nazlı Durak, Nil Delahaye'ye teşekkürler.

Katılımcılar: Programın hedef kitlesini, birincil paydaşları; yani programdan doğrudan ve olumlu olarak etkilenmesi planlanan kişileri ifade etmektedir. Dolayısıyla, bu kişilerin/grupların ihtiyaçları, yaşadıkları sorunlar, güçlenme alanları ve programın onlar üzerindeki etkisine odaklanmak önemli olacaktır.

Ekip: Program içerisinde yer alan faaliyetleri gerçekleştirecek ekip üyeleri çalışmadaki bir diğer özne gruptur. Uygulayıcıların da ihtiyaçlarını iyi anlamak önemlidir. Uygulayıcıların deneyimleri ve uzmanlıkları farklı olabilir. Bu deneyim ve uzmanlıkların toplamını oluşturan kaynağın iyi yönetilmesi, doğru noktalardan güçlendirilmesi ve birbirini destekleyecek şekilde planlanması bütün deneyimlerin uygulanacak programa bire bir katkılarının toplamından çok daha fazla değer katabilir. Bu noktada uygulayıcıların da ihtiyaçlarının tespit edilmesi ve ihtiyaçlarına yönelik bireysel ve kolektif güçlendirme yapılması gereklidir. Bu, hem uygulayıcıların bireysel güçlenmelerine hem de katılımcıların güçlenmesine katkı sağlayacaktır. Uygulayıcıların güçlenmesini birçok açıdan ele almak gerekir.

Bunlardan biri **uygulayıcının öz gelişimi** ile ilgilidir. Diğer önemli kısım ise, başta **hedef kitleye zarar vermemek**¹ olmak üzere ihtiyaçların doğru analiz edilebilmesi ve diğer uygulayıcılarla ortak yaklaşım/beceri geliştirilebilmesidir. Bu güçlenmenin bir sonucu da örgütün güçlenmesi, örgüt kültürünün oluşması ve sürdürülebilirliği olacaktır.

Dayanışma grupları: Uygulanacak olan programdan doğrudan olmasa da dolaylı olarak ve olumlu yönde etkilenecek kişi/grup/kurumları ve programın hedefine ulaşması için destek olan kişi/grup/kurumları ifade etmektedir. Dolayısıyla bu program kapsamında ilgili kişi/grup/kurumların da ihtiyaçlarının analiz edilmesi, bütüncül olarak güçlendirme açısından önemlidir.

Bariyer grupları: Uygulanacak olan programdan dolaylı olarak etkilenecek ve programa olumsuz yönde etki edilecek kişi/grup/kurumları ifade etmektedir. İlgili kişi/grup/kurumlar, programın gerçekleşmesinin önünde engel(ler) yaratabilir veya programdaki herhangi bir kişiye olumsuz etkileri olabilir. Dolay-

1 Bu rehberin "Spor ile Sosyal Güçlenme" bölümündeki "Zarar Vermeme İlkesi"ne bakılması önerilir.

siyla bu grubun taleplerini ve özelliklerini anlamak, programı kurgularken alınması gereken önlemleri de hazırlayabilmek açısından önemlidir.

Önemli Not: Bahsettiğimiz gruplar, birbirinden tamamen bağımsız ve birbirinden kalın çizgilerle ayrılmış olarak düşünülmemelidir. Dayanışma gruplarında yer alan bir kişi/grup, bir süre sonra bariyer grubunda yer alabilir. Yine aynı şekilde, bariyer grubunda yer alan biri bir süre sonra katılımcı ya da ekipten biri olabilir. Örnek vermek gerekirse, bir mahallede uyguladığımız programda güven ortamı kuruluncaya kadar "bariyer grubunda" yer alan bir grup "ebeveyn" bir süre sonra güven ortamı sağlandığında dayanışma grubunda yer alabilir.

Öznelerin ihtiyaçlarını anlama çabası

Öznelerin ihtiyaçlarının ortaya konmasının önemini fark etmek, neden bu alanda değer ürettiğimizle ilişkilidir. Bazen sivil toplumun sıkışmışlıkları içerisinde sonuç odaklı yaklaşımlar ortaya çıkabiliyor. Böyle zamanlarda özellikle yavaşlamak, etrafımıza bakmak, görünen ihtiyaçları analiz etmek, görünür olmayan ihtiyaçlar üzerine düşünmek ve ihtiyaç analizini sürekli yapmak gerektiğini kendimize ve paydaşlarımıza hatırlatmak daha da

önem kazanıyor. Öznelerin ihtiyaçlarını doğru anlama çabası, programın amacına ulaşmasına doğrudan katkı sağlayacaktır. Uygulanacak programın hedeflerine ulaşmasıyla ortaya çıkacak diğer katkılar şu şekilde sıralanabilir:

- Sivil toplumun herkes için adil ve özgürleştirici bir yaşama katkı sunma çabasından hareketle; bu alanda yaptığımız çalışma ile toplumsal güçlenmeye katkı sağlamak,
- Sivil toplum örgütlerinin odaklandıkları çalışma alanındaki sorunların, ihtiyaçların temel hak ve özgürlüklerle ilişkilerini görünür kılmak; sorunların kalıcı olarak çözülmesi için gerekli politikaların oluşmasına katkı sağlamak,
- Ekibimizin/örgütümüzün vizyon ve misyonundan hareketle; birlikte çalıştığımız hak sahibi bireylerin ve grupların çok yönlü güçlenmelerine destek olmak,
- Sivil toplum alanına iyi uygulama örnekleri sunmak.

İhtiyaç analizinde veri toplama ve veri toplama araçları

Veri toplamak için, veri toplama kaynaklarını iyi analiz etmek gerekir. Analiz sonrasında, en doğru aracı seçmek önemlidir.

Katılımcılarla yapılabilecek çalışmalar:

- Anket çalışmaları,
- Bire bir görüşmeler,
- Aktiviteler ve oyunlar: empati oyunu, resim çizme, drama, vs.

Dayanışma gruplarıyla yapılabilecek çalışmalar niteliksel (derinlemesine görüşmeler, odak grup çalışmaları, katılımcı veya katılımcı olmayan etnografik gözlemler, vaka çalışması, doküman analizi vb.) veya niceliksel veri toplama araçları (anket uygulamaları, istatistiki veri talebi vb.) ile olabilir. Bu tür çalışmaların katkıları:

→ Ortaklık yapılacak STÖ'lerin ve aktivistlerin deneyimlerinden ve görüşlerinden faydalanmak,

→ Programın uygulanacağı bölgedeki diğer kişi/grupların (yerel yönetimler, muhtar, kanaat önderleri, mahalle esnafı, kamu kurumları vd.) deneyimlerinden ve görüşlerinden faydalanmak,

→ Geçmişte çalışma alanımızda faaliyet göstermiş akademisyen, aktivist, sivil toplum örgütü ve diğer kurum/kuruluşların deneyimlerinden ve görüşlerinden faydalanmak.

Deneyimlerden...

Hedef kitlenin ihtiyaçlarına uygun spor/hareket programı geliştirirken, hedef kitlenin seviyesine uygun olarak programın uygulanma düzeyine de karar vermek gerekir. Bunun için de hedef kitlenin fiziksel kapasitesini anlamak önemlidir. Bunu fiziksel okuryazarlık kriterleri sayesinde ölçmek mümkün. Örneğin, bir cisim fırladığı zaman kişinin verdiği tepki, fiziksel okuryazarlığının seviyesini anlamamızı sağlayabilir. Bu sonuçlara göre basketbol ya da hentbol programını uygun seviyeden başlatmak mümkün olur.

Öte yandan program tasarımında kilit noktaları öngörebilmek için, uygulamayı gerçekleştireceğimiz sahayı/alanı mutlaka deneyimlemek gerekir. Bu sayede alanın genişliği, güvenliği, temizliği; ayrıca hedef kitlenin kıyafet ve yemek ihtiyacı gibi bütçeyi ve zaman yönetimini etkileyecek konularda ön çalışma yapabiliriz.

Hedef kitle ile birkaç farklı spor dalı/bedensel faaliyet içeren pilot çalışma yaparak hem ihtiyaçları hem de ilgileri anlayabilir ve dolayısıyla ne tür bir programın daha ilgi çekici olduğunu keşfedebiliriz (çeşitlilik sunabilmek zenginleştirici olacaktır).

*** "İhtiyaç Değerlendirmesinde Kullanılacak Araçlar için Bir Örnek" metin sonunda yer almaktadır.**

Uygulamalı Egzersiz

Empati Haritası

Amaç: Hedef kitleye dair önyargıları, fikirleri ve duyguları adlandırabilmek ve paylaşabilmek.

Araçlar: Kağıt, kalem, post-it.

Süre: Yaklaşık 1 saat.

Uygulama Aşamaları:

1- İlgili görseldeki gibi bir insan figürü şeklinde şema çizilir. Buna empati haritası diyoruz.

2- Haritada dört bölüm bulunuyor:

- Kafa kısmı, kişinin hayatta bildiklerini ifade ediyor. Örneğin; birinin en iyi bildiği şey kardeşlerine bakmak olabilir yada resim çizmek.
- Kalp kısmı, neler hissettiğini, ne gibi hayalleri olduğunu ifade ediyor.
- Kol kısımları, sahip olduğu imkanları ifade ediyor.
- Ayak kısımları ise, önündeki engelleri tahayyül etmemizi sağlıyor.

3- Herkes hedef kitle üzerine düşünerek, bu dört bölüm ile ilgili bilgi ve tahminlerini postitlere not eder ve şema üzerinde ilgili bölümlere ilişirir.

4- Herkesin yanıtları çizime yerleştirildikten sonra yanıtlar üzerine beraber değerlendirme yapılır.

Bu egzersizi yaparak; hedef kitle ile ilgili önyargılarımız, bildiklerimiz ve gerçek koşullara dair bilmediklerimiz üzerine bir ön tartışma yapma şansı bulabiliriz. Hedef kitlenin imkanlarını ve önündeki engelleri bilirsek, bu konuda çözümler üretmemiz kolaylaşır.



Deneyimlerden...

Ben (Nazlı) Women Win'in proje yazım sürecini destekleyen webinarlarından birinde bu uygulamayla karşılaştım. O zaman Empati Haritası'nı ergenlik çağındaki kız çocuklarını düşünerek, kendi deneyimim ve hayalimde bir kız çocuğu yaratarak doldurmuştum. Aynı uygulamayı, Ben de Böyleyim proje ekibi ile faaliyetlere başlamadan önce gönüllü atölyesinde gerçekleştirdik. Çalışacağımız grup, 9-14 yaş arası kız çocuklarıydı, bu gruba dair daha çok bilgiye sahiptik ve ihtiyaç analizleri yapmaya başlamıştık.

Birinci uygulama ile ikinci arasında ciddi farklar vardı. Çünkü ilkinde genel bir grubu düşünürken, ikincisinde daha spesifik ve hakkında daha çok bilgi sahibi olduğum bir grubu düşünmüştüm. Bir grup hakkında bildiğimiz/öğrendiğimiz her yeni şey daha gerçekçi biçimde empati kurmamıza neden oluyor. Bu uygulama bir fotoğraf sunabilir ancak unutmamak gerekir ki, hedef kitlenin ihtiyaçları hem kişi hem de grup olarak hep değişkendir. Bu tür ön çalışmalarındaki farkındalıkların, bizi sabit düşünceye itmemesi önemlidir.

Deneyimlerden...

Bu uygulama, üzerine düşünmemizi sağladığı sorular açısından faydalı olsa da, bu şema üzerinden çalışıldığında zihin-beden ayrımının yeniden üretilmesi konusunda dikkatli olmak gerekir. Çok yaygın bir inanç olarak, düşünmenin kafada/ beyinde gerçekleştiği, bedenin ise düşünsel süreçlerden bağımsız olduğu öne sürülür. Bu inancın sonucu olarak ise zihin-beden ayrımı ve düşünen, rasyonel beyinler ile duygusal, tepkisel, irrasyonel bedenler arasında bir hiyerarşi yaratılmıştır. Oysa uzunca bir süredir düşünme ve karar verme süreçlerinin bedenin tümünde gerçekleştiği bilinmektedir. Bu ayrımı yeniden üretmemek adına, uygulamadaki sorular, doğrudan beden parçaları ile ilişkilendirilmeden de tartışılabilir. Bedenin 4 farklı kısmını işaret etmek yerine, doğrudan 'Bildikleri' 'Hissettikleri' 'İmkanları' ve 'Önündeki Engeller' başlıkları şemanın dört köşesine yazılarak, grupların hedef kitleye dair profiller üzerinden bu başlıklar altında çalışmaları istenebilir. Bununla birlikte, bu gibi sorular üzerine düşünmek için farklı uygulamalardan da yararlanılabilir; Empati Haritası örneklerden sadece biri..."

Soruların kıymeti

Cevaplar kadar değer verdiğimiz bir diğer şey ise sorular! Soruların kıymetini bilmek, birlikte çalıştığımız gruplarda, kendimizde, diğer paydaşlarımızda ve çalışma alanımızda her an ortaya çıkabilecek yeni durumlar için gözümüzün ve kalbimizin açık olmasına katkı sağlıyor.

Dolayısıyla bir program uygulamaya başlarken hem birbirimize hem de karşılaştığımız bütün öznelere sorular soruyoruz. Sorular ile bildiklerimizi yeniden sorgulamayı ve böylece bilgimizde derinleşmeyi; bilmediklerimize de ışık tutmayı hedefliyoruz.

Deneyimlerden...

Soru seti oluşturma

Hareketin Özgür projesi kapsamında, hedef kitle ve sahada karşılaşılabileceğimiz imkan ve sorunlar hakkında düşünmek üzere oluşturduğumuz soru setinden örnekler:

- *Hareketle ne kadar ilişkileri var? Bedenleri hangi tür hareketlere alışkın?*
- *Bedenini yetersiz/ güçsüz/ esnek değil/ şişman, vs. görüp, hareket etmeyi reddeden ya da utanan, saklanan kimler var? Nasıl dahil edilebilir?*
- *İlgilerini nasıl hareket pratikleri çekiyor? Neyin içinde rahat ediyorlar? Neyin içinde zorlanmış/ baskı altında/ saldırıya uğramış hissediyorlar?*
- *Cinsiyet rollerine veya etnik kökene göre ayrılmış yargılar var mı? Bununla ilgili ne yapılabilir, nasıl konuşulabilir?*
- *Aynı dili mi konuşuyoruz? Onların ana dilinde konuşamıyorsak, anlaşılabildiğimizden emin olmak için neler yapabiliriz? (Hareketle iletişim mi, katılımcılardan birinin çeviri yapması mı, yoksa aktiviteyi birkaç dilde birden yapmak mı daha etkili olur?)*
- *Grup içinde çatışmalar var mı? Bu çatışmaların toplumsal bir arka planı var mı? Ayrımcı yargılara ya da tutumlara sebep oluyor mu?*

Saha öncesinde başka hangi bilgi kaynaklarına başvurabiliriz?

- o Yayınlar, raporlar, sunumlar, kitaplar, makaleler, resmî istatistikler, gazete haberleri, uluslararası hakemli dergiler, fanzinler;
- o Resimler, afişler, fotoğraflar, videolar;
- o İkincil veriler (itibar edilebilen yöntemlerle toplanmış açık kaynak veri setleri; tablolar, resmi veriler, vb.)

Program ekibinin ve uygulayıcıların ihtiyaçları konusunda güçlendirilmesi

Başlarken de belirttiğimiz ve Freire'nin de *özne – özne ilişkisi*³ olarak ifade ettiği yaklaşım, çalışmaya katılım gösterecek kişiler/ gruplar gibi çalışmayı gerçekleştirecek ekibin de, ihtiyaçlarına odaklanmanın önemli olduğuna işaret ediyor. Bu ihtiyaçlar, öznel ihtiyaçlar olabileceği gibi çalışmadaki rolümüzü iyi bir şekilde gerçekleştirebilmek için ihtiyaç duyduklarımız da olabilir.

Öznel ihtiyaçlarımız

Gönüllülük veya sivil toplum alanında

farklı rollerde yer almak ile ilgili motivasyonlarımız birbirinden farklıdır. Öznel ihtiyaçlar ile toplumsal ihtiyaçlar⁴ birbirinden bağımsız değildir. Bu nedenle, ekipte yer alan kişilerin ihtiyaçlarının ve çalışmaya katılma motivasyonlarının konuşulması; kişisel motivasyonların, daha iyi bir yaşam için sorumluluk almak ile bağının kurulması kıymetli olacaktır. Ekipte yer alacak kişilerin program öncesinde birbirleriyle yakın olup hazırlık çalışmaları yapmaları hem ekip üyeleri için hem de programın hedefine ulaşması için önemlidir. Bu bağlamda yapılabilecekler şöyle sıralanabilir:

- Ekibin tanışması, programdan beklentilerin ve kişisel hedeflerin paylaşılması,
- Ekibin deneyimlerini, yeteneklerini, ilgi alanlarını paylaşması ve bunların programın olası ihtiyaçları ile eşleştirilmesi,
- Programda yer alacak ekip üyelerinin, hem kendi aralarında hem de hedef grup ile programın ilke ve değerlerini belirlemesi,
- İç iletişim ilke ve değerleri ile birlikte araç ve yöntemlerinin netleştirilmesi, bu yolla ortaya çıkabilecek iletişim kazaları

2 Paulo Freire'nin *Ezilenlerin Pedagojisi*'nde öğrenmenin/ eğitimin yani güçlendirmenin özgürleştirici özelliğini vurguladığı yaklaşımdan hareketle bu kavram kullanılmaktadır. (Ayrıntı Yayınları, 14. baskı 2017).

3 Bu rehberin "Spor ile Sosyal Güçlenme" bölümüne bakılması önerilmektedir.

ve çatışma süreçlerinin önden tanımlanabilmesi,

- Program süresince ekip üyelerinin yalnız kalmaması: "en az 2 kuralı"nın uygulanması,
- Görev dağılımının ve ilişkilerin tanımlanması ve işleyişe dair sorumluluğun koordinasyondan sorumlu kişi tarafından takip edilmesi,
- Düzenli buluşmalar yapılması, bu buluşmalarda her ekip üyesinin duygularını, düşüncelerini ve ihtiyaçlarını paylaşacağı açık ve güvenli iletişim alanının yaratılması,
- Program kapsamında travma mağduru grupların veya travmatik deneyimlerin yaşanma ihtimali olması bağlamında grup terapilerinin gündem edinilmesi, bu ihtiyacı karşılayacak desteğin sağlanması.

Programdaki rolümüzün ihtiyaçları

Programda yer alacak ekip üyeleri, programı hedeflerine uygun gerçekleştirebilmek için hedef kitle ve program ile ilgili "bildiklerini" teyit etmeye ve diğer fikirleri duymaya, "bilinmez" olanları anlamaya, kendi deneyimleri ve becerilerini programa nasıl dahil edebileceklerini bulmaya ve program kapsamındaki temel bilgi, beceri ve yaklaşımları konuşmaya/tartış-

maya ihtiyaç duyarlar. İhtiyaçları detaylandırarak olursak;

- Programa katılacak grubun sosyo-ekonomik, gelişimsel ve sahip oldukları kimliklerden kaynaklı mevcut durumunu bilmeye, üzerine düşünmeye;
- Program ekibinin rolünü, hedeflerini ve bir program ortağı varsa yine aynı şekilde o ortağın rolünü anlamaya;
- Uygulama alanının nasıl bir alan olduğunu, o alanda ekibi bekleyen atmosferi duymaya/anlamaya;
- Gerçekleştirilecek programın yöntem ve araçlarını bilmeye/anlamaya;
- Programın hangi temel ilke ve değerlerle gerçekleştirileceğini anlamaya, programın ilke/değer/yaklaşım/kavramları üzerine konuşmaya;
- Eğer bir ekip üyesi ilk defa programa katılıyorsa, ekibin ilke, değer ve yaklaşımlarını bilmeye;
- Programda yer alacak ekibi tanımaya, onları dinlemeye ve birlikte nasıl çalışılacağını anlamaya;
- Sürecin tanımlanmasına; takvimin, adımların ve ayıracakları zamanın netleştirilmesine ihtiyaç duyabilirler.

Deneyimlerden...

Ekibi ihtiyaç temelli güçlendirmek

Mümkünse birlikte çalışılacak kitleyle önceden bir araya gelmek, bir ya da birkaç hareket atölyesi ile ilgileri, bedensel ihtiyaçları, grup dinamiklerini gözlemlemek, ekibin ihtiyaçları konusunda destekleyici olacaktır. Hareket atölyelerine tanışma oyunları, grup dinamiği oluşturma oyunları, sınırları (örn. güvene, esnekliğe, kondisyona, dair sınırlar ya da hareket formlarının cinsiyetli algılanması ile ilgili sınırlar) ölçebilecek birtakım egzersizler dahil edilebilir. Sonra da sözlü olarak nelere ilgi duydukları, neye ihtiyaçları olduğu, nasıl bir hareket aktivitesi tercih edecekleri hep birlikte konuşulabilir. Bu konuşma öncesinde anket, vb. araçlar da kullanılabilir. Böylece tanışma atölyesinde anket sonuçlarına uygun aktiviteler yapılabilir.

Önceden hedef kitleye dair araştırmalar yapıp ilgili kurumlarla, kitleyle temas eden kişi ve organizasyonlarla görüşüp; yaşanabilecek olası toplumsal zorlanmaları, uğranılan ayrımcılık biçimlerini, vb. tespit etmeye çalışmak gerekir. Farklı bedenler, farklı kültürel altyapılar, farklı ekonomik koşullar, farklı diller, farklı dinler, vb. için birçok çeşit profil çıkarmak - bu profillerle sınırlı olmayacağını bilsek bile, hazırlık yapmak açısından - önemli. Tüm ekip- le (proje ekibi, partner organizasyon ve gönüllüler) birlikte bu profiller üzerinden nelerle karşılaşılabilceğine dair zihinde canlandırmalar yapmak ve bunları tartışmak... Örneğin Hareketin Özgür gönüllü atölyesinde şu kimlik kartları üzerinden çalıştık:

Kimlik kartları

- Bu oğlan çocuğu 10 yaşında, Alevi. Kilolu olmasından dolayı spor yapmaktan çekiniyor çünkü daha hızlı yoruluyor. Tüm kardeşleri onun gibi kilolu. Mahallede basketbol oynamayı seviyor ama diğer çocuklar ter kokusundan dolayı onunla dalga geçiyor. Vakfa bir ay önce gelmeye başlamış.
- Bu kız çocuğu 13 yaşında, Kürt. Ailesi Diyarbakır'ın bir köyünden göç etmiş; kendisi İstanbul'da doğmuş. Türkçeyi rahat konuşuyor. Çok zayıf ve olduğundan daha küçük görünüyor. Arkadaşları ona "erkek fatma" diyor. Babası tekstil fabrikasında çalışıyor.

- Bu kız çocuğu 12 yaşında. Matematik dersleri çok iyi. Evde kendi başına dans etmekten çok keyif alıyor. Başörtüsü takıyor. Annesi ona ve kardeşlerine tek başına bakıyor. Mahallemde kendini çok güvende hissetmiyor. Kolay sosyalleşemiyor ama vakıfta katıldığı etkinliklerin için çok önemli.

- Bu oğlan çocuğu 11 yaşında, Kürt. Çok hareketli ve kolay sinirleniyor. Ailesi ile birlikte İstanbul'a yeni göç etmişler. Çoğu çok dilli çocuk gibi disleksi sorunları yaşadığı için okulda başarılı olamayacağını düşünüyor, iletişim sorunları yaşayabiliyor. Vakıfta katıldığı etkinliklerde de uzun süre odaklanamıyor.



Dayanışma gruplarını iyi anlamak

Dayanışma grupları, uyguladığımız programdan, doğrudan veya dolaylı, olumlu şekilde etkilenecek olan herkesi ifade etmektedir. Katılımcıların aileleri, alanda çalışan sivil toplum örgütleri ve aktivistler, kamu kurumları, medya organları, kanat önderleri, yerel yönetimler, mahalledeki diğer etkili kişiler bu gruba girebilir.

Bu gruplar üzerine düşünmemiz neden önemli? Çünkü bu gruplarla olan etkileşimler programı, öncesi, sürdüğü dönem ve sonrasında doğrudan etkileyecektir. Ayrıca toplumsal güçlenme odaklı bir yaklaşımda bu grupların program içerisindeki ana öznelere dönüşmeleri de gerekebilir. Örneğin; mültecilerin yaşadığı bir mahallede kız çocuklara yönelik bir program planlanırken, ihtiyaçların iyi analiz edilmesiyle kadınlara yönelik bir atölye çalışması ihtiyacı da olabilir. Böyle bir çalışma iki grubu güçlendireceği gibi, kurulacak iletişim aracılığıyla kız çocuklarına yönelik programın sekteye uğramadan gerçekleştirilmesi de sağlanabilir.

Uygulayacağımız bir programda, bizimle benzer konularda çalışan bir sivil toplum örgütü ile iletişimde olmak da önemlidir.

İki kurumun, hedeflerinin örtüşmesi du-

rumunda kaynakların birlikte kullanılması iki kurumun da ihtiyaçlarını karşılayabileceği gibi çalışma alanındaki etkiyi de artırabilir.

Yine bir kamu kurumu ile çalıştığımızı hayal edelim: Bir devlet okulunda, ders saatleri içerisinde çocuklarla fiziksel güçlenme atölyeleri yaptığımızı düşünelim. İlgili okuldaki idareciler, öğretmenler ve velilerle iyi ilişkiler kurmak, onların beklentilerini ve bu programla karşılaşma ihtimali olan ihtiyaçlarını düşünmek önemlidir. Bu tür analizler ve konu üzerine düşünmek, iyi ilişkiler kurmak, uygulanacak programların ve çalışma alanında yarattığımız etkinin sürdürülebilir olması açısından da önemlidir.

Bariyer gruplarını iyi anlamak

Bariyer grupları, programın gerçekleşmesinin önünde engel(ler) yaratabilir veya programdaki herhangi bir kişiye olumsuz etkileri olabilir. Dolayısıyla bu grupların özelliklerini ve yaratacakları riskleri anlamak, programı kurgularken alınması gereken önlemlerin de hazırlıklarının yapılması için önemlidir. Örneğin, uyuşturucu ile mücadelede bir araç olarak sporu kullanacağımız bir program gerçekleştirdiğimizi düşünelim. Programı uyguladığımız bölgede, uyuşturucu sa-

Önemli Not: Bariyer gruplarını analiz ederken, programın uygulanacağı bölgenin ve hedef kitlenin katılımını doğrudan etkileyen grupların kültürel eğilimlerini de iyi analiz etmek gerekir. Bu noktada, kültürel eğilim ve bu kültüre sahip topluluğun, bir hak bütünü olarak kendi iradesini ve taleplerini ortaya koyması ile topluluk içinde güçlü olanların güçlü olmayanların haklarını ihlal eden bir yaklaşım sergilemeleri arasında ince bir çizgi olabilir. Dolayısıyla, grubun haklarını ihlal etmemeye dikkat etmek ve hedef kitle için bariyer oluşturup oluşturmadığından emin olmadan hareket etmemek önemlidir.

(Bkz. "Fiziksel, Duygusal ve Kültürel Güvenlik" bölümü içinde "Kültürel Güvenlik".)

tıcılarının programı engellemeye yönelik davranışları olabilir. Bu tür durumlarda hem kendimizin hem katılımcıların güvenliğini sağlamak için, bariyer gruplarının özelliklerini iyi anlamak ve önlemler almak elzemdir.

Bir diğer örnek olarak, bir mahallede kız çocukları ile futbol odaklı faaliyetlerden oluşan bir program gerçekleştireceğimizi düşünelim. Mahallede bu programa birtakım sebepler öne sürerek karşı çıkan insanlarla karşılaşabiliriz. Bu grubun özelliklerini iyi anlamak ve engelin orta-

dan kalkması için ne tür önlemler alabileceğimizi analiz etmek de yine programın devamlılığı açısından kritik olacaktır.

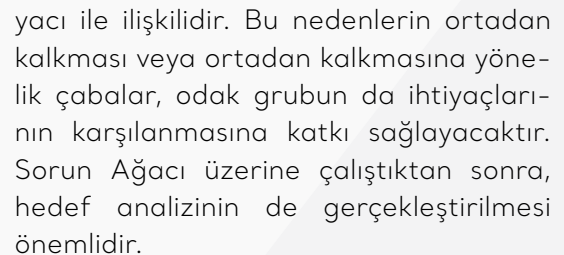
İhtiyaçların sürekliliğini ve değişkenliğini fark etmek

Bir program kurgularken programdan doğrudan veya dolaylı etkilenecek bütün kişilerin program öncesi ve program sırasında ihtiyaçları olacaktır. Bu ihtiyaçlar sürekli olabileceği gibi farklı nedenlerden dolayı değişimler de gösterebilir. Programı gerçekleştiren kişiler olarak, bu değişimleri takip edecek izleme araç ve yöntemleri geliştirmek önemli. Bu rehberin "Programın Değerlendirilmesi ve Etki" bölümünde daha detaylı olarak belirtileceği gibi, programın bütün adımlarının izlenmesi, değerlendirilmesi ve ihtiyaçlara uygun hale getirilmesi önemlidir. Bu yaklaşım, etkinin de artmasına katkı sağlayacaktır.

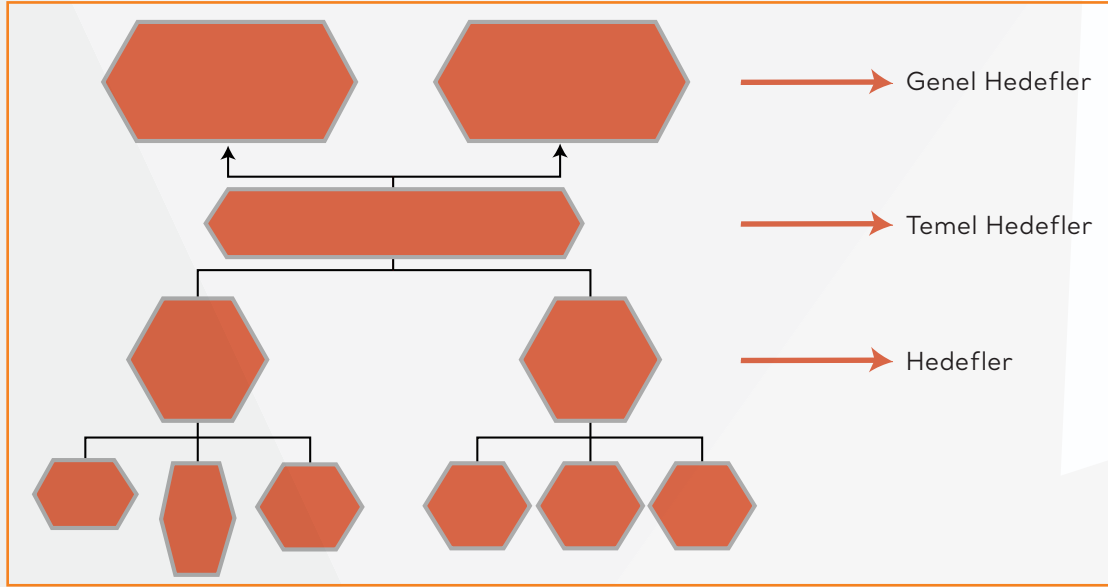
Programın odağı ve hedefleri ile ilgili ihtiyaçları belirlemek

Bir programın ihtiyaç analizi, programın kurgusunun da temelini oluşturur. Çünkü, sivil toplum alanındaki bir çalışma, proje veya program kök sorunlardan en az birinin çözümüne katkıda bulunarak çalışma öznelerini güçlendirmeyi ve ih-

Sorun Ağacı çalışmasını yapmadan önce programı gerçekleştireceğimiz grubun yaşadığı temel sorunlara, bu sorunların nedenlerine ve etkilerine odaklanmak önemli olacaktır. Bu aşamada ortaya konulacak nedenler, temel sorunu ortaya çıkaracaktır. Her bir neden, programı birlikte uygulayacağımız grubun bir ihti-



Sorun Ağacı (Kaynak: Bilgi Üniversitesi, *Proje Hazırlama ve Bütçeleme Teknikleri Kitabı*, 2016.)



Hedef Ağacı (Kaynak: Bilgi Üniversitesi, *Proje Hazırlama ve Bütçeleme Teknikleri Kitabı*, 2016.)

Hedef Ağacı, Sorun Ağacı'nda belirtilen "olumsuz" ifadelerin "olumlu" hale getirilmesiyle oluşturulabilir. Bu analiz tamamlandığında, programın temel hedefi, alt hedefleri ve programın toplumsal güçlenmeye sağlayacağı katkı da (genel hedefler) belirlenmiş olacaktır. Hedef be-

lirlenmesi ile ilgili dikkat edilmesi gereken bir diğer nokta, belirlediğimiz hedeflerin (özellikle ana hedefin) SMART olmasıdır. SMART, İngilizcedeki 5 kelimeden oluşan ve belirlenen özelliklerin taşınması gereken özelliklere vurgu yapan bir kavram-sallaştırmadır:

- S-** (specific) Özgül Belirli-Özel: Amaç özel, belirli veya somut olmalıdır.
- M-** (measurable) Ölçülebilir: Nitelik veya nicelik içermelidir.
- A-** (achievable) Ulaşılabilir-Gerçekleştirilebilir: Kabul edilebilir bir maliyete gerçekleştirilebilmelidir.
- R-** (realistic) Gerçekçi-Uygun: Proje, yöneticilerinin yönetebilecekleri uygunlukta olmalıdır.
- T-** (timely) Süreli: Amaca, sonuca ne zaman ulaşmamız gerektiğini belirtmelidir.

EK: İhtiyaç Değerlendirmesinde Kullanılacak Araçlar için Bir Örnek

BoMoVu ve Sulukule Gönüllüleri Derneği ortaklığında yapılan bir çalışma öncesinde BoMoVu ekibi tarafından hazırlanan örnek ihtiyaç değerlendirme formu.

Çocukların İhtiyaç Değerlendirmesi**Fiziksel Koşullar**

Kıyafet	Spor için giyebileceği başka bir kıyafeti var mı?	
	Spor kıyafeti var mı?	
	Spora uygun ayakkabısı var mı?	
Beslenme	Çok zayıf gözüken var mı?	
	Okulda sağlıklı yemek veriliyor mu? (etli, sebze, meyveli...)	
	Spordan sonra yiyecekleri enerji veren birşey var mı? (meyve suyu, kek...)	
Temizlik	Temaslardan sıkılmasına sebep olacak temizlik durumu var mı?	
	El yıkamak, yüz yıkamak gibi uyarılarda bulunmak lazım mı? Kendileri yapar mı?	
Güç ve esneklik	Yorgunluk/enerji durumu.	
	Hangi hareketleri yapabiliyor, hangilerinde zorlanıyor?	
	Esneklik sınırı nedir (ayrı ayrı eklemler için ya da genel)?	
Engel / sakatlık durumu		

Psiko-sosyal Koşullar

Fiziksel Okuryazarlık	Koordinasyon (bacak-kol)	
	Denge	
	İsabet alma (hız, uzaklık hesaplama)	
	Korunma (hız, uzaklık hesaplama)	
Fiziksel cevap	Hareketlere, temasa cevap verme: Korkma / Dona kalma / Bloke etmeye çalışma var mı?	
	Agresif davranışlar var mı?	

Zihinsel cevap / Motor alışkanlıklar	Odaklanabiliyor mu? / Ne kadar hızlı/hareketli (hiperaktivite olasılığı var mı)?	
	Yönergeleri algılayabiliyor mu; yön duyarlılığı var mı?	
	Stres düzeyi nasıl?	
	Etkin biçimde katılıyor mu (soru sorma, merak)?	
Grup Hakkında	Grup içerisinde etnik çatışma var mı?	
	Dışlanan bireyler var mı? Neden?	
	Grup içinde hiyerarşi kurulmuş mu? Çeşitli görüşler dinleniyor mu?	
	Kız-oğlan dengesi sayı olarak sağlanmış mı?	
	Kızlarla oğlanlar birlikte çalışabiliyor mu?	
	Kızlar hareket etmek için daha çok teşviğe ihtiyaç duyuyor mu?	

Mekan ve Araç Koşulları

Yakında tuvalet var mı? Tuvaletler güvenli ve temiz mi?	
Yerler temizleniyor mu? Hangi sıklıkla?	
Mekan büyüklüğü nedir?	
Zemin nasıl?	
Mekanda spor malzemeleri bulunuyor mu?	
Mekan sıcaklığı nasıl?	

FİZİKSEL, DUYGUSAL VE KÜLTÜREL GÜVENLİK

Fiziksel ve duygusal güvenlik

Herkesin, güvenli ve kapsayıcı bir ortamda, her türlü istismar, şiddet, ihmal ve suistimalden bağımsız olarak spora katılma, spordan yararlanma ve sporla gelişme hakkı vardır. Bu hakkın hayata geçirilebilmesi için spor ortamlarında **fiziksel ve duygusal güvenlik** sağlanmalıdır.

Güvenli alan, katılımcıların ve kolaylaştırıcıların, fiziksel ve duygusal olarak güvende hissettiği bir ortamdır. Cinsel istismar ve önlenabilir spor yaralanmaları dahil, bedensel zararlardan korundukları bir yerdir. Güvenli alanlarda, katılımcılar yargılanma korkusu olmadan veya tehdit hissetmeden, kendilerini tercihlerine göre başkalarına kapalı ya da açık bir ortamda diledikleri gibi ifade etmekte özgürdürler. Güvenli alan, katılımcıların en derin kaygılarını paylaşmak ve hassas sorular sormak konusunda rahat hissettikleri bir yerdir.

Sporda **fiziksel güvenlik**, spor yapılan ortam koşullarının, çevrede bulunan her-

hangi bir nesnenin, başka bir insanın ya da canlının, spor ekipmanının, spor aktivitesinin kendisinin neden olabileceği, yaralanma ya da zarar görme riskinin bulunmaması ya da bu risklerle ilgili gerekli tedbirlerin alınmasıdır. Fiziksel güvenliğin sağlanabilmesi için, çevrenin spor yapmaya uygunluğu incelenmeli ve tehlike oluşturabilecek faktörler tespit edilmelidir. Aktivite planı buna göre yapılmalı; fiziksel güvenliği sağlamaya yönelik yönergeler, politika belgeleri, acil durum ve ilkyardım planları, vb. oluşturularak uygulamaya geçirilmesi sağlanmalıdır. Fiziksel güvenliğin sağlanabilmesi için duygusal güvenliğin de sağlanması gerekir.

Duygusal güvenlik, kabul görme ve bağ kurma hissi, erişilebilirlik, fiziksel ve duygusal sınırların ve beklentilerin net bir şekilde ifade edilmesi ve bunlara saygı duyulması ile ilişkilidir. Kişi, ancak kendini duygusal olarak güvende hissettiğinde rahatça konuşabilir, sorular sorabilir, kendi fikrini ve duygularını ifade edebilir

ve yeni şeyler deneyebilir.¹ Duygusal açıdan güvenli bir alanda, kişi varlığından ya da kendini ifade etmesinden dolayı suçlanmayacağını, reddedilmeyeceğini, dışlanmayacağını ya da değersizleştirilmeyeceğini bilir.²

Güvenli bir spor ortamında, her türlü bedensel farklılık, arasında bir hiyerarşi kurulmadan, yapabilirlikleriyle yer alır; eşit derecede hareket ve ifade alanı bulur. Grubun herhangi bir üyesinin kendine veya gruba güvenini zedeleyecek ayrımcı ve rekabetçi tutumlardan uzak durulur. Çünkü kişi ancak diğerleriyle kıyaslanmadığı, başarısızlık korkusu yaşamadığı bir ortamda bedeninin yapabilirliklerini keşfedebilir, kapasitesini daha da geliştirebilir, spor yoluyla güçlenebilir. Cinsiyet, ırk/etnik aidiyet, dil, din, yaş gibi farklılıklar; sakatlık-sağlamlık, şişmanlık-zayıflık, esneklik-güçlülük, yavaşlık-hızlılık (ya da hiperaktivite) gibi ikilikler, spor ortamlarında bedensel özellikler olarak açığa çıkar. Bu farklılıklarla ilgili nasıl bir tutum alındığı, güvenli alanın kurulması için temel önemdedir. Ayrımlar, bedenlerin kıyaslanmasıyla derinleşir; bazı kişi ve grupları dışarıda bırakır. Buna karşılık eşitlikçi ve demokratik bir tutum, kapsa-

yıcı bir spor ortamı kurulmasını sağlayacaktır.

Güvenli alanlar sorunsuz ya da çatışmasız alanlar olmak zorunda değildir; aksine, zorlu ve çatışmalı durumlarda böyle alanlar daha da gereklidir. Tartışmalar gerçekleşmeli, birbirine zıt düşünceler kendine ifade alanı bulabilmelidir. Çatışmalara rağmen herkesin kabul gördüğü, birbirine fiziksel ya da duygusal şiddet uygulamadan herkesin kendi gibi var olabildiği; birbirini dinlediği, önemsemediği, birbirinin güvenliğine dair sorumluluk aldığı bir alandır. Bu nedenle, güvenli alanın kurulması sürekli ve kolektif bir çaba gerektirir.³ Kolaylaştırıcılar, grubun tümünün güvenli alanın kolektif olarak kurulmasının gerekliliğini anlaması, aktif olarak bu sürece dahil olması için rehberlik etmelidir.

Fiziksel güvenliği sağlamak

Acil durumlar: Ne zaman acil duruma sebep olacak bir olay olacağını önceden bilmek mümkün değildir. Gerekli fiziksel güvenlik önlemleri alındığında dahi kazalar olabilir; acil durumlar meydana gelebilir. Bu nedenle, acil durumda çalışan-

1 Laura Quiros, Lori Kay & Anne Marie Montijo, (2012)

2 Dan Harris, "Emotions in the Workplace: Creating an Emotional Safe Space".

3 A.g.ç.

ların ve gönüllülerin ne yapması, nereye gitmesi, kim(ler)i bilgilendirmesi gerektiğini belirleyen bir acil durum planı önceden hazırlanmış olmalıdır.⁴

İlkyardım: Yaralanma veya ani sağlık sorunu olmasına karşı, ilkyardım müdahalesi için hazırlıklı olmak gereklidir. Eğitmen/kolaylaştırıcı/ çalışan/ gönüllü ekibinden en az bir kişinin ilkyardım eğitimi almış olması ve spor aktiviteleri sırasında orada bulunması, doğru şekilde müdahale edilmesini mümkün kılar.⁵ Katılımcıların sağlık geçmişlerine dair önceden bilgi alınması da ilkyardıma kolaylaştırır.

Ateş yükselmesi ve su kaybı (dehidrasyon): Spor aktivitelerinde, özellikle sıcak havalarda, su kaybına bağlı oluşan rahatsızlıklara – kas krampları, baş ağrısı, halsizlik, baygınlık hissi, ateş yükselmesi, soğuk terleme, titreme, kalp çarpıntısı, vb. – sık rastlanır. Bu rahatsızlıkları önlemek için, spor yapılan ortamda yeterli içme suyu bulundurmak ve katılımcılara su tüketmelerini hatırlatmak önemlidir.⁶

Fiziksel güvenliği sağlamak için;

→ Sporunuzla ilgili fiziksel riskleri değer-

lendirin ve planlamada bunları göz önünde bulundurun.

→ Çalışılan grubun fiziksel ihtiyaçlarını ve koşullarını göz önünde bulundurarak, gerektiğinde gruba danışarak fiziksel koşulları düzenleyin. Bu konuda daha ayrıntılı bir değerlendirme için bu rehberin **"Farklılaşan İhtiyaçlar"** bölümüne bakabilirsiniz.

→ Oyun alanının tehlikesiz olduğundan ve zararlı nesneler içermediğinden emin olun.

→ İlkyardım malzemelerini hazır bulundurun.

→ Uygun ekipman ve koruyucu donanımı sağlayın.

→ Müfredatınızı planlayın ve mümkün olduğunca gün ışığının olduğu saatlerde uygulayın.

→ Oyunun kurallarını belirleyin; adil oyun ve başkalarının haklarına ve alanına saygılı olma politikasını tüm katılımcılara aktarın ve bu konuda rehberlik edin.

→ Çevrenizi, mahalleyi, komşuları tanıyın ve riskleri değerlendirin. Oyun alanına

4 Murray and Matuska, "Safe Space".

5 A.g.ç.

6 A.g.ç.

güvenli şekilde ulaşım imkanlarının sağlandığından emin olun.

→ Katılımcıların spor yapabilmesi için gerekli yiyecekleri ve suyu bulundurun.

→ Katılımcılara anatomi ve güvenli şekilde hareket etme ile ilgili gerekli bilgileri verin; kendi bedenlerinin kapasitesine ilişkin farkındalıklarını geliştirin. Uyguladığınız fiziksel aktivite özelinde sakatlanma riskleri ve sakatlıklardan korunma yolları ile ilgili bilgilendirin.

→ Uyguladığınız fiziksel aktiviteyi, her bedenin kendi kapasitesi dahilinde yapabileceği şekilde uyarlayın; sakatlanmalara yol açacak zorlamalardan kaçının. Her katılımcının kendi bedeni üzerinde söz hakkı olduğunu ve gerektiğinde yavaşlama ya da katılmama hakkı olduğunu hatırlatın.

Duygusal güvenliği sağlamak için;

→ Çeşitliliği ve katılımı teşvik eden ve onurlandıran bir ortam oluşturun.

→ Katılımcıların en rahat hissettiği dilde hassas konular hakkında konuşmalarını teşvik edin. Önemsediğinizi hissettirin.

→ Katılımcılara kendilerini nasıl hissettiklerini, aktivitenin onlar için nasıl gittiğini sorun.

→ Tüm düşünceleri ve duyguları dikkate alın ve hepsine eşit derecede önem verin. Bazı duyguların iyi olmadığına ya da bir kişinin duygusunun gerçek olmadığına dair yargılarda bulunulmasının önüne geçin.

→ Fiziksel ve duygusal sınırları tanıyın ve ifade edilmesini teşvik edin; bu sınırlara saygı gösterilmesini sağlayın.

→ Üçüncü şahısların katılımını ve yorumlarını kontrol altında tutun.

→ Cinsel istismar veya taciz konusunda sıfır tolerans politikasının yanı sıra bu politikanın ihlal edilmesi durumunda tüm personelin sorunu ve nasıl çözüleceğini anlamasının sağlanması için prosedürlerin kabul edilmesini sağlayın. Çalıştığınız alanda bu konu ile ilgili atılması gereken adımları önden görüşün ve katılımcıyı gerektiği yerde bilgilendirin.

→ Zorbalık ve sorunlu grup dinamiklerini fark edin, arabulucu unsurları tespit edin. Katılımcıların ya da kolaylaştırıcıların, birinin varlığını ya da kişiliğini büsbütün yargılayan utandırma ifadeleri kullanmaması için gerekli uyarıları yapın.

→ Katılımcıların aralarındaki çatışmaları barışçıl şekilde çözmelerini sağlamak için

iletişim becerilerini geliştirebilecekleri çalışmalar yapın.

→ Aktivite planını katılımcılarla paylaşın; gerekirse birlikte değiştirin ve son karar verilen halini takip edin. Isınma ve soğuma yapmak gibi rutinleri, mola verme aralıklarını, grup olarak bir araya gelme ve kutlama gibi ritüelleri düzenli olarak gerçekleştirin.

→ Katılımcıları hata yapmaları için teşvik edin. Önemli olanın denemek ve herkesin aktiviteye kendi kapasitesiyle katılması olduğunu; hata yapmanın oyunun bir parçası olduğunu açıklayın. Bu konuda kendiniz de örnek olun; hata yapmaktan, hatanızın görünmesinden çekinmeyin; bilmediğiniz şeyleri öğrenmeye, yeni bir şeyler denemeye açık olun ve hata yapmaya izin verin. Ve hata yapın.

→ Aktivite sırasında, katılımcılara sadece ne yapacaklarını söylemekle yetinmeyin; neyi neden yaptığınızı açıklayın.

→ Herkesin gündelik yaşamında çok farklı gerçekleri vardır. Tüm katılımcıların güvende hissedecekleri bir alanın oluşturulması zaman alacaktır; sürekli ve kolektif bir çaba gerektirir. Sabırlı olun.⁷

Mahremiyet ve mekansal düzenlemeye ilişkin notlar

Fiziksel ve duygusal güvenliği sağlarken bazı aktiviteler esnasında izlenmekle ilgili çekinceler olabileceği göz önünde bulundurulup; dışarıdan kimsenin göremediği kapalı bir mekan tercih edilmeli ya da mekan kullanımı, grubun dışarıdan kimse tarafından görülmeyeceği şekilde düzenlenmelidir. Bunun için partner kurumlarla ya da kullanılan mekanın bileşenleriyle işbirliği yapılması gerekir. Bu konuda bir hassasiyet olup olmadığını grubun katılımcıları belirler; kolaylaştırıcılar ya da program yürütücüleri, her zaman böyle bir hassasiyet olabileceğini gözeterek planlama yapmalıdır. Örneğin cam kapısı olan bir mekanda çalışırken mekana ziyarete gelen ya da orada farklı bölümlerde çalışan kişilerin grubun çalışmalarını görmesi bazen dikkat dağınıcı olabilir, bazen de katılımcının utanması ve aktif katılım göstermemesine sebep olabilir. Bu durum göz önünde bulundurularak kişilerin rahat hareket edebileceği bir alan yaratılması önemlidir. Fakat, antrenör ya da kolaylaştırıcının tüm katılımcılarla kendi başına ilgilenmesi hem antrenörü zorlayacağından; hem de - bilinçli ya da bilinçsiz - istismara açık bir ortama neden

7 A.g.ç.

olma ihtimali taşıdığından, sağlıklı değildir. Mutlaka ekip çalışması yapılmalıdır. Antrenör ya da kolaylaştırıcı, yardımcı antrenör, program koordinatörü, saha çalışanı veya gönüllülerden oluşan bir ekiple desteklenmelidir. İstismara karşı koruma ilkeleri, beden özerkliği ve farklı ihtiyaçlar göz önünde bulundurulmalı; çalışmanın yapılacağı mekanın seçimi ve düzenlenmesi konusunda katılımcılar ve kurumlarla birlikte karar verilerek ilerlenmelidir.

Eğitmen/ kolaylaştırıcı için notlar

Gruplarla çalışırken eğitmenin/ kolaylaştırıcının fiziksel ve duygusal güvenliğinin sağlanması önemlidir. Bunun için;

- Eğitmenin/ kolaylaştırıcının kendi sağlığı, duygusal ve fiziksel durumu, içinde bulunduğu kültür, düşünce ve yargıları hakkında farkındalığı olmalı,
- Ekip içerisinde konuşabileceği, spor aktivitelerini yürütürken zorlandığı konu-



ları paylaşabileceği bir destek mekanizması oluşturulmalıdır.

Eğitmen/ kolaylaştırıcı güvenli alanı kurmak için inisiyatif almakla yükümlüdür ama bu alanı tamamen kendisinin tanımlamaması gerekir. Hem alanın kurulmasında hem de tanımlanmasında katılımcıların, çalışılan kurumun ve eğitmenin güvenliği birlikte düşünülmelidir. Örneğin fiziksel zarar verme riski bulunan bir ortamda çalışılacaksa, kolaylaştırıcı bu konuda önden bilgilendirilmelidir.

Spor antrenörünün, kolaylaştırıcının veya eğitmenin rolü, çalışılan grubun derinde kalmış duyguları açığa çıktığında bunu karşılamak değildir. Bu konuda bir spor terapistinin, dans ve hareket terapistinin, klinik psikolog, kurum psikoloğu veya psikolojik danışmanın desteği istenebilir.⁸

Kolaylaştırıcının kurum ile işbirliği içinde çalışması, yetkisi ve bilgisi dışında oluşabilecek konuların farkında olması ve gerektiğinde ekip, kurum ve profesyonellerden destek alması önemlidir. Mümkün olduğunca dikkati fiziksel olanda, bedende tutması; her duyguyu fizikselleştirmeye, harekete dönüştürmeye rehberlik etmesi; farklılıkların kabul gördüğü fiziksel ve duygusal güvenlik ilkeleri kapsamında, yargılamalardan, etiketlemelerden olabildiğince bağımsız tutarak oyunu devam ettirmesi önerilir.

Birlikte çalışılan ekibin bilgilendirilmesi ve gerektiğinde eğitilmesi, grubun çalışmalarındaki güvenlik unsurunu destekler. Olası zorlayıcı senaryolarda nasıl bir yol izleneceği konusunda da ekiple çalışmalar yapılabilir.

8 Dans/ hareket terapisinin, mültecilerle yapılan çalışmalarda sosyal değişim amaçlı uygulanmasına ilişkin çalışmalar için bkz. Güney SS, Lundmark DS, Eren N. (2019); Güney, S. Seda, Lundmark, D., (2019) "Dance Movement Therapy".

Uygulamalı Egzersiz***Durum Canlandırma**

Amaç: Birlikte çalışacak ekibin olası zorlayıcı durumlara hazırlanması

Araçlar: Senaryo kartları,

Süre: Grup sayısına göre 45 dakika ile 2 saat arası.

Uygulama Aşamaları:

1. 3-4 kişilik gruplar oluşturulur.
2. Her gruba, spor/hareket programlarında fiziksel ve duygusal güvenlik ile ilgili bir senaryo kartı verilir.
3. Her grup, 15 dakika boyunca kendi senaryo kartı üzerinde çalışır. Duruma verilebilecek olası yanıtları, çözüm önerilerini tartışır ve kendi çözümlerini canlandırmak üzere prova eder.
4. Her grup, kendi senaryosunu ve çözüm önerisini diğer gruplar önünde (her biri yaklaşık 3 dakika sürecek şekilde) canlandırır.
5. Tüm katılımcılar, izledikleri canlandırmalar üzerinden, senaryolara nasıl cevap verilebileceğini, geliştirilen çözümün uygun olup olmadığını, başka nasıl çözümler önerilebileceğini hep birlikte tartışır.

Üzerine düşünülebilecek – tartışılabilecek sorular:

- Sizce bu senaryolar birlikte çalıştığınız topluluklarda ortaya çıkabilir mi?
- Böyle senaryolar karşısında kurumunuz nasıl cevaplar veriyor/ oluşmaması için nasıl önlemler alıyor? Bu türden durumları uygun şekilde yönetebilmeleri için çalışanlarınızın ya da gönüllülerinizin neye ihtiyacı var?

Örnek senaryolar (çalıştığınız gruba göre başka senaryolar oluşturulabilir):

Örnek Senaryo 1: Bir çocuk kendi ürettiği bir dans hareketini gösterirken, izleyen bir grup çocuk aralarında fısıldaşıp kikirdemeye başlarlar. Hareketini göstermekte olan çocuk hem utanır hem öfkelenir ve gruptan ayrılır.

Örnek Senaryo 2: Mahallede bulunan parkta futbol antrenmanı sürerken sahanın hemen dışına bir adam gelip durur ve grubu izlemeye başlar. Katılımcılardan birkaçı bundan rahatsız olur ve çalışmaya katılmaktan çekinirler.

Örnek Senaryo 3: Dans atölyesi sırasında katılımcılardan biri, sürekli arkadaşlarına ne yapması gerektiğini söylüyor. Grup çalışmalarında ısrarla lider oluyor, diğer katılımcıları yönetiyor.

Örnek Senaryo 4: Katılımcılar arasında gruplaşmalar var. Sadece kendi yakın arkadaşlarıyla birlikte çalışmak/egzersizleri yapmak istiyorlar; o sırada kendi aralarında fısıldaşıyorlar. Yakın arkadaşıyla gelmeyen katılımcılar ise dışarıda kalıyor.

Örnek Senaryo 5: Çocuklarla basketbol antrenmanının yapılacağı sahaya, tüm grupla birlikte 15 dakika yürüyerek ulaşabiliyorsunuz; yürüyüş güzergahında, trafiğin yoğun olduğu caddelerden de geçmek gerekiyor. Basketbol sahasına vardığınızda zeminin yağmurdan dolayı ıslanmış olduğunu görüyorsunuz. Yağmur devam etmiyor ama yerde su birikintileri de var. Antrenmana başladıktan sonra, sahanın bazı kısımlarında cam kırıkları olduğunu fark ediyorsunuz.

Örnek Senaryo 6: Grup katılımcılarından biri sizinle rahatsızlık duyduğu kişisel bir durumu paylaşıyor. Bu durum çalışmaları yaptığınız grupta ya da kurumda olan bir veya birkaç kişi ile ilgili bir durum.

Ek not: Bu senaryolar üzerinden çalışırken çözüm üretmekte zorlananlar olabilir. Çalışılan grubun hakları, kurumun sorumlulukları, çocuk koruma ve güvenlik ilkeleri dahilinde bilgilendirilmesi gerekir. Her şeyin çözümünün kolaylaştırıcıda olması mümkün değildir. Grubun fiziksel, duygusal ve kültürel güvenliğini sağlamak kolaylaştırıcının sorumluluğu olduğu kadar kurumun ve birlikte çalışan tüm ekibin sorumluluğudur. Gerekli kişilerle irtibat halinde çalışmak, mentorluk ve süpervizyon desteği almak, kolaylaştırıcının ve ekibin güvenliği sağlama adına yardımcı olacaktır.

** Bu egzersiz Woman Win'in çalışmasından uyarlanmıştır.*

Kültürel Güvenlik

*Kültürel güvenlik kavramı bu yazıda, yerli halkların kültürel varoluşlarının korunması bağlamında ele alınacaktır.**

Kültürel güvenlik, Avustralya, Yeni Zelanda ve Kanada'daki yerli halkların sağlık hizmetlerinden faydalanma hakkına kapsayıcı ve insan onuruna yakışır şekilde erişiminin sağlanması adına geliştirilen bir kavramdır, kaynağı erişimde eşitlik idealidir. Robyn Williams'ın 1999'da teorize ettiği bu kavram ile insanın kendi bedenini ilgilendirecek (kendi bedensel varlığı hakkında kararlar vermesi beklenen tıp ortamı gibi) konularda, her vatandaşın hakkı olan sağlık hizmetine eşit biçimde erişimi konu edilir. Bu kavramla kültürel anlamda ana akımdan farklı değerler çerçevesinde hayat kavramına bakan yerli halklara mensup olanların **öz iradelerinin** korunması ve **güçlenmeleri** amaçlanır. Bununla beraber, insanların farklı sağlık inançları olduğunu, **sosyal belirleyicilerin** sağlığın üzerindeki etkilerini ve sistemik sorunların varlığını kabul eden bir anlayış ile hareket etme biçimidir. Sağlık gibi, sporun da kültürel anlam-

da egemen bir anlayışın normları çerçevesinde yaygınlaşan bir sektör olması, onu bazı kişilerce sorunlu bir alan olmaya sürükler. Spor bedenlerin performans alanı ve bire bir fiziksel deneyimlemeye dair olduğu için, spor yaptırılan insanları kendi sağlık ve fiziksel inanç sistemleri içerisinde güvende ve yapabilir hissedecekleri bir programa dahil etmek gerekir. Bir kişinin, kendi **inanç sistemine** göre "yanlış" bir şey yaptırıldığı hissine kapılması ve bunu fiziksel bir deneyime dökmesi kendisinde travma bırakacak kadar istenmeyen etkilere yol açabilir.

Kültürel olarak güvenli bir spor programı, her ilişkide olduğu gibi programı uygulayan (antrenör, program koordinatörü, kurum, vb.) ile program katılımcısı arasında **asimetrik bir güç ilişkisi** kurduğunu tanır, güç ilişkisinin eşit olduğunu ima etmez. Buna karşı kültürel duyarlılık (awareness) veya kültürel yeterlik (competence) gibi pratikler bu çerçevede kolonyal reflekslere bağlı olmakla eleştirilir. Kültürel güvenlik esaslarına göre, hizmeti sunan kişinin "öteki"nin kültürünü anlamaya çabalaması beklenmez, onun yerine **ken-**

* Kültürel güvenlik kavramı, bizim kullandığımız bağlama ek olarak, bir ülkenin kültürel üretimini koruması adına geliştirdiği politikalar ve kültür/sanat özel piyasasında eserlerin ve kültür varlıklarının korunması için de kullanılabilir.

İyi Örnekler

Kanada Kızıl Haç Topluluğu 1946 yılından beri yüzme ve su sporları antrenörlerine eğitimler verir. Araştırma ile, derslerin, faydalanıcılar arasından, kültürel ve etnik azınlıklardan bireyler üzerinde daha az etkili olduğu ortaya çıkmıştı. Bunun üzerine Kızıl Haç, tarihsel ve siyasal bir ayrımcılığı spor programını sunma biçimiyle yeniden üreterek aslında eşitsizlik yarattığını kabul etti. Buna karşı harekete geçmek için kurum, kültürel anlamda güvenli su sporları dersi programı geliştirmeye karar verdi.

di kültürünün nasıl çalıştığını anlaması ve **güç ilişkileri** teorisini kavraması gereklidir.

Kültürel güvenlik, programda çalışan kişilerin bireysel duruşuyla beraber **kurumsal yapının** işleyişiyle de sağlanabilir. Bir kültürü egemen ve üstün kılan sembollerin mekan içindeki varlığı, başka kültürlerin ifade ihtimallerini engelleyen koşullar olarak ortamı kültürel olarak güvensiz kılar.

Bununla beraber hiçbir spor belli bir kültürel gruba "uygun değil" olarak nitelendirilmemeli; sporun içeriği değil, sunuş biçimi kültürel anlamda güvenli olmalıdır.

Bu konuda olumsuz bir örnek açıklayıcı olabilir. Örneğin çocukların hedef grup olarak belirlendiği bir spor programında, bu programı tasarlayanlar mahremiyet normlarının evrensel olduğunu varsayarken katılımcıların normları bu anlayıştan tamamen farklı olabilir. Bir davranışın norm olması itibarıyla farklılaşan pratiklerin akla gelmemesi, refleks olarak uygulanması çok olasıdır. Katılımcıların mahremiyet normlarına göre oğlan ve kız çocuklarının el ele tutuşması uygun değilse, böyle bir pratik dayatılmamalıdır. Bunun yerine çocukların güvende hissedecekleri ve değerlerinin tabulaştırılmadığı bir özgürlük alanı sağlamak gerekir. Aynı şekilde programın tasarımında kapanış etkinliği olarak gösteri planlandığı zaman aileler tarafından veya bireyin kendisi için zorlayıcı konumunu düşünmek gerekir.

Kültürel güvenlik kavramı, geliştirilen tüm spor programlarında kullanabileceğimiz ilkeler sunuyor. Bu ilkelere göre **kültürel güvenliğin sağlandığı ortam**;

- Kendi kültürel kodlarımızın yeniden ürettiği normların farkında olunan, tartışmaya ve esnemeye/değişime açık,
- Tarihi, siyasal, sosyal süreçlerin beden algısı üzerinde etkisi olduğu tanınan,

- Herhangi bir kişinin kimliğine, kim olduğuna ve ihtiyaçlarına yönelik saldırı, meydan okuma veya inkârın olmadığı,
- Öğrenmenin, spor yapmanın beraberinde, haysiyetli bir şekilde ve dinlemeye dayalı icra edildiği,
- Herhangi bir kişinin kökeninden dolayı fiziksel performansına yönelik bir beklentinin yaratılmadığı,
- Her kimlikten kişinin kendini keşfetmesi ve bundan keyif almasına sebep olacak bir ortamdır.

İyi Örnekler

BoMoVu'nun **Hareketin Özgür** projesi kapsamında 2017-18 döneminde, Ad.dar Toplum Merkezi'nde Suriyeli mülteci kadınlar ve kız çocuklarıyla Kontak Doğaçlama dans çalışması yapıldı. Bu dans formu, kendi bedenle tanışmayı, gündeliğin dışındaki hareket olasılıklarını keşfetmeyi ve başka bedenlerle teması içerdiğinden, katılımcıların kendilerinin talep ettiği bir etkinlik olmasına rağmen başlarda çok garipsendi. Bir çeşit yabancılık duygusu, katılımcıların etkinlik sırasında kendi aralarında konuşmalarıyla, hareket ederken kendi hallerini ya da arkadaşlarının hallerini komik bulmaları ve gülüşmeleriyle, başkaları tarafından görülme istememeleriyle, vb. ifade edildi. Bunda kültürel farklılıklar kadar, dans formunun kendisine yabancı olmanın da etkisi vardı.

Etkinlik sırasında üç dil birden kullanılıyordu; kolaylaştırıcı Türkçe ve İngilizce ifade ederken, katılımcılar bu dilleri kısmen anlıyor; anlamayanlar için de katılımcılardan biri Arapçaya çeviri yapıyordu. Katılımcılar da kendilerini hangi dilde daha rahat ifade edebiliyorlarsa o dilde konuşuyorlardı. Her türlü zorlamadan kaçınıldı; her katılımcının nasıl hissettiğini değerlendirmesi ve kendi sınırlarını ifade etmesi teşvik edildi. Hiçbir şeyi yapmak zorunda olmadıkları, akışa birlikte karar verilebileceği hatırlatıldı. Özellikle temas ya da gözler kapalı egzersizler söz konusu olduğunda, aşamalı ve kontrollü yaklaşıldı; "hayır" demenin her zaman mümkün olduğu, herkesin egzersizi kendini rahat hissettiği şekilde değiştirebileceği vurgulandı. Tüm bu dikkat noktaları ve katılımcıların her birinin etkinlik içinde rahatça var olabilmesine ilişkin duyarlılık, bir güven ortamı kurulmasını sağladı. Zamanla alışılmadık pozlar ya da hareketler içine girmek kolaylaştı, temas etmek daha güvenli ve hatta rahatlatıcı hissedilmeye başlandı; diller arası çeviri çabası da azaldı. Katılımcılar, kendileri için hiç tanıdık olmayan, hatta tuhaf gelen bir hareket sistemini deneyimleyebilecekleri güvenli alanın içinde, bu etkinlikte çok rahatladıklarını, çok mutlu olduklarını ve çok yeni şeyler dediklerini ifade ettiler.

BoMoVu'nun İstanbul'da yürütülen **Ben de Böyleyim** projesi, hip hop dansını ve futbolu kullanarak ergenlik çağındaki kızlarla özgüven ve ifade becerisini güçlendirmeyi amaçlıyor. Hip-hop kültürüne ait rap şarkıları çoğunlukla Hip-hop kültürünün Amerika'da doğması sebebiyle İngilizce söylenmekte ve genellikle de erkekler tarafından icra edilmektedir. Projenin yürütüldüğü kuruma gelen genç kızlar çoğunlukla Kürt genç kızlardır. Kendilerini hem bedenleriyle hem de ana dilleriyle özgürce ifade etmeleri için hip-hop kültürünün zenginliklerinden yararlanıp hem kadın rap şarkıcılarının söylediği şarkılarla, hem de İngilizce şarkıların yanı sıra Kürtçe rap şarkılarla dans ederek güvenli bir alan kurulmaya çalışıldı. Programda yer alan rap şarkı yazma metodu Kürtçe rap şarkı yazarak uygulandı.

Ermenistan'da Hrant Dink Vakfı'nın **Sınırları Aşıyoruz** burs programı çerçevesinde yürütülen Capoeira ile kadınların güçlenmesi programı çerçevesinde, Portekizce dilinde geleneksel olarak söylenen şarkıların yanında, kadınların kendi özgürleşme süreçlerini anlatabilecekleri Ermenice şarkılar yazmalarına alan yaratıldı ve hep beraber söylendi. Bu sayede, yabancılaşan ve "dışarıdan" gelen bir güçlenme aracı değil, kendi kelimeleriyle özgürlüğe doğru giden mücadelesini anlatabildiği "içeriden" gelen güçlenme imkanı sağlandı.

Uygulamalı Egzersiz

Piramidin İçinde

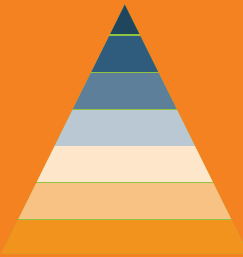
Amaç: Başkısıyla spor yoluyla iletişim kurmak, hedeflenen sosyal etkiye ulaşmanın önündeki engelleri tanımak ve tartışmaya açmak.

Araçlar: Post-it, kalem, yere çizmek için tebeşir

Süre: 2 saat

Uygulama Aşamaları: Tüm ekip oturur ve herkes aklına gelen sporları teker teker birer post-it kağıdına yazar. Herkes en az bir takım sporu, bir bireysel spor, bir geleneksel oyun/dans, bir performans sanatı dalı, hiç deneyimlemediği bir spor, doğada yapılan bir spor, salonda yapılan bir spor olmak üzere, toplam 7 sporu 7 post-it'e yazar. Sporların tekrar etmemesi için yeterince zaman tanınmalı, mümkün olduğunca çok çeşitlilik sağlanmaya çalışılmalıdır. Herkes yazdıklarını birbirine okur, tekrar eden olursa tek bir kağıt muhafaza edilir. Tüm bu sporlar arasında, mutlaka sosyal güçlenme programında kullanılacak spor(lar)un da yer alması gerekir. (15 dakika)

Güç Piramidi



Yere tebeşir ile katmanlar çizilir, bu katmanlar bir piramit şeklindedir ve toplumsal güç ilişkilerini temsil eder. Kişiler kendi kağıtlarındaki sporları okur ve bu piramit içerisinde konumlarını bulup piramitin içine yerleştirirler. Yerdeki piramit içinde yaşanan kültürel bağlam içerisinde, toplumsal ve siyasi bağlamın yarattığı güç konumlarını temsil eder. Kendi deneyimlerinden yola çıkarak katılımcılar post-it kağıtlarında yazan sporları yere yerleştirince bu spora hali hazırda kimin erişimi olduğu ve olmadığını da çözümlemeye çalışırlar. Örneğin futbol sporunu piramitin içinde yerleştirecek olursak

ataerkil toplum düzeni, sosyo-ekonomik sınıf, etnisitenin tarihsel ve siyasal açıdan içinde bulunulan bağlamda nasıl konumlandırıldığı gibi konular grupça tartışılarak piramitin bir yerine yerleştirilir.

Başkaları kağıtlarını yerleştirdikçe yer değiştirmek gerekebilir. Herkesin deneyiminden yola çıkılarak konumlandırılan bu sporların güç piramitindeki pozisyonları müzakere edilmeli. Çeşitli deneyimler varsa ikinci bir post-it ile bu aynı spor başka bir konuma da yerleştirilebilir. (Örneğin "bale" elit bir tabakaya mahsus görülürken, yoksul tabakaların

erişiminin zorluğuna ek olarak, bir de zengin de olsa oğlanların erişiminin zorluğu düşünülebilir. Veya halayın siyasi iktidarın gözünden uğradığı baskıların toplumda ne tür tabulara yol açtığı üzerinden fikir yürütülebilir). (45 dakika)

(1) Aynı piramidin içinde program ile ulaşılmak istenilen grubun yine cinsiyet, yaş, dil, din, etnisite, tarihsel, siyasi ve toplumsal konumu düşünülerek piramidin içine yerleştirilir. (Bunu yaparken, hedef kitlenin ihtiyaçlarının değerlendirilmesi için yapılan çalışma kullanılabilir veya revize edilebilir).

(2) Son olarak da piramidin içinde spor programının uygulanacağı kurum/mekân değerlendirilir. Bu mekânın içinde semboller var mı? Programı uygulayanlar dışında aktörler var mı? Onların piramidin içindeki konumu nedir? (45 dakika)

Şimdi tüm aktörler, araçlar ve bağlam piramidin içinde yerini almış durumda. Bu egzersiz ile amaç sporun veya egemen kültürün normunun belli bir güç hiyerarşisi içerisinde yer aldığını, bu normların inşa edildiğini, kurumların bu normları koruduğunu anlamak oldu. Hedef kitlenin kendi kültürünü tehdit altında veya inkar edilmiş hissetmeyeceği, egemenin normlarının empoze edilmediği bir spor programı geliştirmek için veriler belirginleşti. Kontrol listesi ele alınarak, programın yapısının üzerinden tekrar geçilebilir. (15 dakika)

Kaynakça

Giles, Audrey R., Francine E. Darroch, (July/August 2014). "The need for culturally safe physical activity promotion and programs." *Canadian Journal of Public Health*, Vol. 105, No. 4, pp. 317-319.

Güney SS, Lundmark DS, Eren N, (2019). "Mültecilerle psiko-sosyal destek çalışmaları: Dans/hareket terapi ve müzik terapi", Eren N (ed.), *Ruhsal Bozuklukların Tedavi ve Rehabilitasyonunda Yaratıcı Sanat Psikoterapileri*, 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; s. 72-6.

_____ (2019). "Dance Movement Therapy for Social Change: Working with Syrian and Rohingya asylum seekers" in *Integrated Care for The Traumatized: A Whole-Person Approach*, (Ed.) Serlin, I. A., Krippner, S. and Rockefeller, K.

Quiros L., Lori Kay and Anne Marie Montijo, (February 2012). "Creating emotional safety in the classroom and in the field", *Reflections*, 18:2.

Nursing Council of New Zealand, (2011). *Guidelines for Cultural Safety, the Treaty of Waitangi and Maori Health and Nursing Education and Practice*, Wellington: Nursing Council of New Zealand.

Rich, Kyle and Audrey R. Giles, (May 2015). "Managing Diversity to Provide Culturally Safe Sport Programming: A Case Study of the Canadian Red Cross' Swim Program", *Journal of Sport Management*, 29(3).

Williams, Robyn, (May 1999). "Cultural Safety - What does it mean for our work practice?", *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 23(2).

Dan Harris, "Emotions in the Workplace: Creating an Emotional Safe Space", <https://www.quantumworkplace.com/future-of-work/emotions-in-the-workplace-creating-an-emotional-safe-space>, [20.08.2020].

Sarah Murray and Nicole Matuska, "Safe Space", in *The International Guideline to Designing Sport Programmes for Girls*, <http://guides.womenwin.org/ig> [31.08.2020].



KONTROL LİSTESİ

KONTROL LİSTESİ	EVET	HAYIR	EMİN DEĞİLİM	NOTLAR
FİZİKSEL GÜVENLİK				
→ Güvenli oyun alanı Oyun alanı dış zararlardan arındırılır. Örneğin:	☐	☐	☐	
- Tehlikeli nesneler (cam, taş vb.) kaldırıldı.	☐	☐	☐	
- Dışarıdan gruba zarar verme ihtimali olan kişiler alana giremeyecek.	☐	☐	☐	
- Hayvanlar veya motorlu araçlar sahaya giremeyecek.	☐	☐	☐	
- Farklı bedensel ihtiyaçlar için erişilebilirlik sağlandı.	☐	☐	☐	
- Zemin yapısı grup ihtiyaçlarına göre kontrol edildi.	☐	☐	☐	
- Pandemi, deprem riski vb. ilgili prosedürler dikkate alındı.	☐	☐	☐	
→ Hava koşulları Hava koşulları (şimşek, aşırı sıcaklar, vs.) doğrultusunda aktivitelerin iptali ya da mekan değişikliği öngörülür.	☐	☐	☐	
→ Uygun ekipman Hem yapılan spora hem de hava koşullarına göre uygun ve koruyucu ekipman tüm katılımcılar için mevcuttur.	☐	☐	☐	
→ Su Aktivite boyunca katılımcılar birçok kez içilebilir temiz suya erişebilir.	☐	☐	☐	
→ Yemek Evde yeterince besin alamayan katılımcılara aktivite-lerden önce ve/veya sonra atıştırmalık dağıtılır.	☐	☐	☐	



→ Güvenli ulaşım Program faaliyetlerine ulaşmak için katılımcıların kullandığı yollar tüm katılımcılar için güvenlidir. Örneğin: - Program etkinliklerinin saatinde kız ve oğlan çocuklarının ve kadınların mahallede ya da bölgede dolaşması güvenlidir. - Aktivite sahası ve program etkinliklerine giden rota iyi aydınlatılmıştır. - Çocuklara sorumlu bir kişi eşlik eder.	☐	☐	☐	
→ İlk yardım çantası Tüm program etkinlikleri sırasında hazır bulundurulmuş ve erişilebilir bir ilkyardım çantası mevcuttur.	☐	☐	☐	
→ İlk yardım yapacak kişi Katılımcıların sağlık geçmişine dair önden bilgi alınır. Tüm faaliyetlerde ilkyardım eğitimi almış en az bir kişi (antrenör, gönüllü, koordinatör) bulunur.	☐	☐	☐	
→ Sakatlanma olasılığına karşı yönerge Katılımcıların sakatlanma durumunda sevk edilebilecekleri faaliyet alanlarına yakın klinikler veya hastaneler tespit edildi ve hazırlık aşamasında bunlarla iletişim kuruldu.	☐	☐	☐	
DUYGUSAL GÜVENLİK				
→ Cinsiyete bağlı güvenlik/ kadın gözetimi Kadınların ve kız çocuklarının katılımcı olduğu aktivitelerde, ekip içerisinde mutlaka yetişkin en az bir kadın bulunur.	☐	☐	☐	
→ Çeşitlilik değerli görülür ve çeşitliliğin ifadesi için alan açılır Program tasarımı ve sunumunda, katılımcı çocukların farklılıkları ve özel ihtiyaçları (fiziksel, dini, kültürel, yetenek) dikkate alındı.	☐	☐	☐	
“ Akran zorbalığı ” Akran zorbalığı kabul edilmez.	☐	☐	☐	



- Antrenörler ve kolaylaştırıcılar, zorbalığın tespit edilmesi ve bununla nasıl başa çıkılacağı konusunda eğitim aldı.	☐	☐	☐	
- Zorbalık karşısında herkesin mutabık olduğu açık bir politika mevcuttur.	☐	☐	☐	
→ Güvenli çalışma mekanı Katılımcıların, dışarıdan görünmekle ilgili çekinceleri ve mahremiyet ihtiyaçları dikkate alındı; mekan seçimi ve düzenlemesi ile ilgili kararlar katılımcılarla birlikte alındı.	☐	☐	☐	
→ İzleyici kontrolü Oyun alanına, kızların ve kadınların spora güvenli bir şekilde katılımını engelleyebilecek izleyicilerin erişimi önlenir.	☐	☐	☐	
Örneğin: - İzleyiciler, kendilerini rahatsız veya güvensiz hissettirmek yerine, oyun sırasında (özellikle de çeşitli sebeplerden çekingenlik hisseden) katılımcıları destekler.	☐	☐	☐	
- Meydana gelen herhangi bir taciz bildirilir ve resmî bir işlemle soruşturmaya tabi tutulur.	☐	☐	☐	
- Ailelerin ve kurum çalışanlarının katılımı katılımcılarla görüşülerek belirlenir.	☐	☐	☐	
- Çalışmalara katılmak için asistan vb. desteğe ihtiyaç duyan farklı ihtiyaçları olan katılımcılar, asistanın ne şekilde katılacağı konusunda söz hakkına sahiptir.	☐	☐	☐	
KÜLTÜREL GÜVENLİK				
- Spor programı ekibinin kültürel kimliği hakkında tartışması için uygun ortam ve düzen hazırlandı.	☐	☐	☐	
- Bu tartışmalar katılımcılar ile beraber yapabildi, güvenli buldukları/bulmadıkları şeyler soruldu, anlaşıldı ve ortak yollar bulundu.	☐	☐	☐	
- Kültürel iktidar çatısı altında yaptırılan sporun güç politikalarındaki konumu anlaşıldı.	☐	☐	☐	



- Spor yaptırılacak kitlenin kültürel değerlerinin farklı olabileceği anlaşıldı.	☐	☐	☐	
- Sporu yaptırırken kültürel anlamda erişilebilir kavramlar kullanıldı.	☐	☐	☐	
- Kültürün içinde “spor” olarak nitelendirilmeyen ancak geliştirmek istediğimiz fiziksel aktivite programının ihtiyaçlarını karşılayan bedensel pratikler değerlendirildi.	☐	☐	☐	
- Ötekileştirmemek, yani bir kültürü norm olarak kabul eden ve başkasının kültürünü “farklı” olarak nitelendirmemek konusuna dikkat edildi/edilecek.	☐	☐	☐	
POLİTİKALAR VE İDARİ				
→ Güvenlik ve çocuk koruma politikası	☐	☐	☐	
- Kurumun Çocuk Koruma Politikası mevcuttur ve tüm çalışanları, gönüllüleri ve kolaylaştırıcıları tarafından erişilebilir ve herkes tarafından anlaşılmıştır.	☐	☐	☐	
- Kolaylaştırıcı olası bir durumda, çocukların güvenliği için kurumda görevli olan kişinin kim olduğunu ve bu kişiyle nasıl irtibata geçeceğini bilir.	☐	☐	☐	
→ Davranış kodları	☐	☐	☐	
- Çalışmaya dahil olan tüm antrenörler, çalışanlar, gönüllüler, ziyaretçiler ve dış danışmanlar tarafından imzalanmış olan Davranış Kodları mevcuttur.	☐	☐	☐	
Örneğin:				
- Cinsel içerikli davranış, istismar, uygunsuz ilişkiler, uyuşturucu ve alkol kullanımı gibi uygunsuz davranışları kapsar.	☐	☐	☐	
- Kısa süreli ziyaretçiler, farklı ihtiyaçları olan bireylere destek veren asistanlar, bağışçılar ve/veya gönüllüler daima davranış kurallarını imzalar ve takip eder.	☐	☐	☐	
→ Kayıt ve iletişim bilgileri				
Programa katılan tüm katılımcılar kaydedildi ve özellikle çocukların ebeveynleri/ velileri için acil durum irtibat bilgileri alındı.	☐	☐	☐	

FARKLILAŞAN İHTİYAÇLAR

Farklılıklar ve Toplum

Toplumu onu oluşturan kişilerin belirli özelliklerini tanımlayarak sınıflandırmaya çalışmak oldukça aşına olduğumuz bir yöntemdir. Bunun için daha çok istatistik yoluyla "sıradan" olanın ne olduğunu belirlemeye, "normal" olanın ne olduğunu anlamaya çalışıyoruz. Peki bu tanımın dışında kalanlara ne oluyor? Normal olarak tanımlanan kişiler "öteki" olarak tanımlananlarla nasıl ilişkiliniyor?

"Normal" insanın bilgisini oluşturarak, bu bilginin dışındakileri gündelik hayatın dışına atan pratikler ve inançlara sağlamcılık diyoruz. Pek çoğumuz için sıradan olan, dilimizin içine yerleşmiş **normal** sözcüğü İngilizcede 1840'lara kadar ortalama, sıradan gibi bir anlama gelmiyordu, marangoz gönyesi veya dikey anlamlarına geliyordu. **Ortalama insan** anlamında, standart olana referans vermek için kullanılması 19. yüzyıla denk geliyor. Ortalamanın hayatımıza girmediği neredeyse hiçbir an yok. Her gün ne kadar yiyeceğimizi, ne kadar vitamin alacağımızı, ne

kadar hareket edeceğimizi hesaplamaya çalışırız. Bu bilginin hayatımızın bu denli içine sirayet ettiğini fark etmek önemli çünkü farklı ihtiyaçları olan gruplarla çalışan bir "profesyonel" olsak dahi normal olanın ne olduğunu hesaplamak ve hayatımızda olan biteni buna göre sınıflandırmak gündelik hayatımızın bir parçası olmuştur. Bu farkındalık, beraber atölye yaptığımız, hareket ettiğimiz kişilerle kuracağımız ilişkilerin içinde de birtakım **ayrımcılık pratikleri** olabileceğini görmemizi sağlar. **Ayrımcılık** her zaman kötü niyetle kurulan bir şey değildir, **çok doğal bir şeymiş gibi fark ettirmeden** ortaya çıkabilir.

Bedensel ya da zihinsel bir engel ile tanımlanan kişiler genelde bu tanım altında aynılaştırılır. Oysa hepimizin cinsiyet, dahil olunan toplumsal sınıf gibi farklı özelliklerin kesiştiği özgünlükleri vardır. Toplum ise kamusal alanı "normal" bilgisine göre tasarlar. Engelli insanların varoluşunu tehdit altında bırakan şeyin başkaları

tarafından tanımlanan "eksiklikler" değil, toplumun kendisi olduğunu fark etmek, farklı ihtiyaçlara sahip gruplarla birlikte hareket etmek konusunda elzemdir.

Yukarıda bahsettiğimiz üzere bugün, referansımızın normallik olduğu, çoğunluğa dair bilgiyle ve onun yücelttiği değerlerle devam ettiğimiz sürece var olabildiğimiz bir sistemin içinde yaşıyoruz. Bu referansın dışında kalan herkesin –örneğin engellilerin– iyi işleri, okulları, ilişkileri kendi hakkı sayan, bu alanları kapmak için birbiriyle yarışan çoğunluğun acıma duygularına mazhar olması sık karşılaştığımız bir durum. Empatiyi mümkün, acımayı yeterli saymamızın sebeplerinden biri, engelliliği bir tür kişisel trajedi olarak tanımlamak olabilir mi? Oysa engelli olma halini ya da bunun kendine has dinamiklerinin tamamını sağlam bedenli birinin bilmesi mümkün olmayabilir çünkü bu, **sağlam bedenli birinin deneyimlemediği** bir tecrübedir. Fakat **her engelli bireyin kaliteli bir eğitim alma, kamusal alanda var olma, ihtiyaç duyduğu araçlara ulaşma haklarının olduğunu üzerine basa basa söyleyebilir, bunun için mücadele edebiliriz.** Spor programları tasarlarken kendine has ihtiyaçları ve her adımda (tasarlamadan değerlendirmeye kadar) faydalanıcıların katılımını gözetebiliriz.

Gruptaki katılımcıların zihinsel, fiziksel ve duygusal gelişimleri aynı yaşta olsalar dahi farklılık gösterebilir. Farklı ihtiyaçları olan kişiler, bu farklılıktan dolayı oyun, aktivite ve spor dışında bırakılmamalı, onların ihtiyaçları gözetilecek şekilde zaman, mekan ve içerik düzenlenmelidir. Her birey, bedeni üzerinde hak sahibi olup, oyun oynama, spora erişim ve uygun ortamda sosyalleşme hakkına sahiptir. Fakat her birey bir aktiviteye aynı düzeyde katılım sağlayamayabilir. Bu sebeple, fiziksel aktivite sırasında tüm grubun aktif katılımını sağlamaya yönelik uyarlamalar, değişiklikler yapılmalıdır. Fiziksel ya da zihinsel engeli veya özel gereksinimi olan bireyler aktif katılıma teşvik edilmelidir. Gerektiğinde kendilerine daha çok zaman ayıracak şekilde düzenleme yapılmalı ve kurumdaki prosedürlerle birlikte çalışılarak katılım hakkı desteklenmelidir.

Bedenlerdeki çeşitlilik

Her bireyin farklı bedensel özellikleri vardır. Toplumun genel yargısı ile oluşan, sağlamlık temelli bakış açısında beden algısı; şişmanlık, zayıflık, sakatlık, eksiklik, yetersizlik gibi kavramlara indirgenen farklı bedene sahip bireyler kolayca alay konusu haline gelebilir ve etkinlik dışında



bırakılabilir. Etkinliği düzenleyen kişi ve kurumların sağlamlı bakiş açısını değiş-tirmeleri ve eşitlikçi, adil bir çerçevenden bakmaları gerekir. Bireylerin spordaki performansını, farklı özellikler barındıran bedenleri birbiriyle yarışa sokarak değil, kendi ihtimalleri dahilinde onların daha sağlıklı olmalarını teşvik edecek biçimde ortaya çıkarmak gerekir. Katılımcıların özgüvenlerini artıran, spora ve beden

hareketine erişim hakkı tanıyan böyle bir bakış açısı, kendi potansiyellerini keşfedebilecekleri bir ortamı mümkün kılar. Farklılaşan ihtiyaçları bulunan bireylerin ne yapıp yapamayacağını onlar söz sahibi olmadan belirlemek, egzersizlerde yaşa ve ihtiyaçlara uygun gerekli uyarılma ve değişiklikleri yapmamak, kısıtlayıcı bir ortam yaratır ve bu kişilerin aktif hale gelmesinin önünde engel oluşturur.

Farklılaşan ihtiyaçlarla çalışırken dikkat edilmesi gerekenler

Öğrenmedeki farklı ihtiyaçları kapsayabilmek, algı ve uygulamadaki çeşitliliği artırmak için önce uygun bir öğrenme ortamı gerekir.

Özfarkındalık

- Spor ve beden hareketi etkinliklerini uygulayan kişi olarak beden algınız, ayrıcalıklarınız, avantaj ve dezavantajlarınız, motivasyonunuz, spor ve beden hareketi ile ilişkinizin farkında olmak.
- Sağlamlılık gibi, toplumdaki yerleşik ve sürekli yeniden üretilen tahakküm ilişkilerinin farkında olmak.
- Daha evvel birbirinden çok farklılaşan ihtiyaçlara sahip kişilerle çalışmalar sürdürmüş olsak dahi kendimizi toplumdaki ayrımcılık ilişkilerinden azade saymamak.
- En baştan kimin neyi ne kadar yapabileceği üzerine karar vermek yerine kurullacak ilişki içindeki imkanları araştırmak.
- Grup ihtiyaçlarını belirlerken ve tanımlarken doğrudan tıbbi referansla tanımlamak yerine olası özgünlüklere odaklanmak ve açık fikirli olmak.

Güvenlik

- Fiziksel, duygusal, ve kültürel güvenlik ilkeleri esas alınarak çalışmalar yürütülmelidir. Bu konuda detaylı açıklamalar için bu rehberin "Fiziksel, Duygusal ve Kültürel Güvenlik" bölümünü inceleyebilirsiniz.

- Fiziksel temas gerektiren durumlarda bireyin mahremiyeti, hakları ve temas etme konusundaki tercihi göz önüne alınmalıdır. Bağımsız olarak kendi hareketini gerçekleştirmekte zorlanan bireylerde eğer destek veren bir asistan var ise, onun da bu konularda bilgilendirilmesi ve ilkelere uygun katılım göstermesi gerekmektedir.

- İhtiyaçları belirlemede konuda uzman kaynak ve kişilere de danışılmalıdır.

Mekan

- İşbirliği yapılan ve aktivitenin yürütüleceği mekanın fiziksel koşulları ihtiyaçlara uygun mu?

- Aktiviteye katılan grubun ihtiyaçlarına göre uyarılama yapılabilir mi?

Kullanılan Dil

Daha yavaş ve net ifade etmek, görsel kartlar kullanmak, duygusal araçlar kullanmak (ses, işaret dili vb.), beden hareketini grubun ihtiyacına göre çeşitlendirmek.

Farklılaşan ihtiyaçlarla çalışırken; fiziksel aktivite sırasında her bireyin aktif katılımını sağlamaya yönelik uyarlamalar ve değişiklikler yapılmalıdır. Aşağıda sunduğumuz aktivitelerin içinde uyarlama - çeşitleme önerilerini bulabilirsiniz. Kolaylaştırıcılar da, grubun ihtiyaçlarına göre ve katılımcılarla birlikte karar vererek, başka uyarlamalar geliştirebilirler.

Fiziksel ya da zihinsel engeli veya özel gereksinimi olan bireyler aktif katılıma teşvik edilmelidir. Bunun için kullanılan dilde yukarıda önerilen araç ve yöntemlere başvurulabilir. Bunlardan bazılarını şöyle örneklendirebiliriz:

- İleri yaş grupları veya fiziksel hareket kapasitesi sınırlı gruplarda koşma, zıplama gibi hareketler yerine yürüme ya da yerde/sandalyede yer değiştirme tercih edilebilir.

- Kör katılımcıların olduğu gruplarda ses ya da dokunuş tercih edilebilir; okuma-yazma dahil ediliyorsa kabartmalı harf ve semboller kullanılmalıdır.

- Sağır katılımcıların olduğu gruplarda ses yerine görsel kullanılabilir; yönergeleri açıklamak için işaret dili kullanılması önerilir.

- Karmaşık kuralları olan oyunlarda kuralları sık sık tekrar etmek ya da basitleştirmek gerekir.

- Kurallar sadeleştirilerek zihinsel gelişim farklılığı veya özel gereksinimi olan gruplara adapte edilebilir.

- Küçük yaş grupları ya da zihinsel farklı gelişim durumları için soyut ya da hayal etmeye dayalı oyunlar somutlaştırılabilir, görsellerden destek alınabilir ya da eşli çalışmalar ile desteklenebilir.

Bu maddelerin nasıl uygulandığını somutlaştırmak için burada bir örnek vermekle yetiniyoruz. Ancak daha fazla örnek için "Aktivite Örnekleri" kısmındaki aktivitelerin uyarlama/çeşitleme bölümlerini inceleyebilirsiniz. Bunları çalıştığınız grubun özgün taraflarına göre uyarlamakta kendinizi serbest hissedin.

Kaynakça

BoMoVu, Eğitim Reformu Girişimi, Nike, (2020), *Aktif Okul Öğretmen Kılavuzu*, İstanbul.

Davis, L. J., (2011) "Normalliğin İnşası: Çan Eğrisi, Roman ve On Dokuzuncu Yüzyılda Sakat Bedenin İcadı", *Sakatlık Çalışmaları: Sosyal Bilimlerden Bakmak*, Koç Üniversitesi Yayınları, İstanbul.

Uygulamalı Egzersiz

Aktiviteleri farklı ihtiyaçlara uygun hale getirme

Amaç: Ekibi farklı ihtiyaçlara göre aktivite uyarlamaya hazırlamak

Araçlar: Seçilen aktiviteye göre değişiklik gösterecektir.

Süre: 30-45 dakika

Uygulama Aşamaları: Kolaylaştırıcı ekibi iki gruba ayırılır, aktivite bölümünden seçilen örneğin; Enerji Topu aktivitesinin farklı ihtiyaçları olan gruplarla nasıl uygulanabileceği üzerine çözüm üretir ve uygulamalı olarak diğer gruba oynatır.

Farklı ihtiyaç gruplarını kolaylaştırıcılar belirlerler. Aynı ya da farklı gruplar seçilebilir. İki grup da farklılaşan ihtiyaçları olan grubun ihtiyaçlarını kendi aralarında belirleyerek yönergeleri düzenlerler. Her iki grup da diğer gruba oyunu farklı ihtiyaçlar için düzenleyerek oynatır.

Çalışma sonrasında tüm grupla uygulamalar açık olarak değerlendirilir. Hangi konularda zorlandıkları, nasıl çözümler üretildiği üzerine paylaşım yapılır.

İyi Örnekler

Genç Engelliler Gençlik ve Spor Kulübü; yüzde 86 bedensel engelli, tekerlekli sandalye kullanan Celal Karadoğan ve arkadaşları, Adana'da engelli sporcuları desteklemek amacıyla çalışmalar yürütmektedir. Kulüp, "yardım odaklı" değil, "hak temelli" bir bakış açısıyla, Suriyeli engelli çocuklarla da çalışmaktadır.

Celal anlatıyor: "Engelli bireyin hareket kabiliyetinin gelişmesi demek, kendi öz bakımını daha rahat yapması demek. Spor ayrıca sosyalleştiriyor, insanın özgüvenini yükseltiyor. Ben 36 yaşındayım. Şimdi, şuradan düşsem 'Acaba biri gördü mü?' gibi bir düşünceye kapılabiliyim, insan olduğum için. Ama basketbol sahasında topun peşinde giderken yere düştüğünüzde o an sizi izleyenlerin hiçbir önemi olmuyor. Tek derdiniz, tekrar kalkıp sandalyeye oturup o topu almak. Bu çok güçlü bir his. İşte aslında biraz eşitliği sağlayan bir his. Spor engelli gençlerin bir miktar kendilerini eşit hissetmelerini sağlıyor."



KONTROL LİSTESİ

KONTROL LİSTESİ	EVET	HAYIR	EMİN DEĞİLİM	NOTLAR
Mekanın erişilebilir olmasına dikkat edilir. Bunun için birlikte hareket edilen grubun kendine has ihtiyaçları göz önünde bulundurulur.	☐	☐	☐	
Mekan olarak mümkünse asansör olan bir bina tercih edilir ve mutlaka rampa bulundurulur.	☐	☐	☐	
Fiziksel ve zihinsel farklılıkları olan kişiler için ayrılmış park yeri mümkün olduğunca binaya yakın ve ulaşılabilir.	☐	☐	☐	
Kör kişiler için bazı ses çıkaran objeler (duvar saati, çeşme) yol bulmaya yardımcı olabilir.	☐	☐	☐	
Bina girişlerinde, asansörlerde, lavabolarda, otomobil park alanlarında, binalarda özel servis olanaklarının bulunduğu yerlerde işarete yer verilir. İşaret olmadığında, açık ve net ifadelerle durumu anlatan bilgilendirme yapılır.	☐	☐	☐	
Sağır bir grupla birlikte hareket ederken ilk olarak kişilerin ne tip iletişim (işaret dili, mimikler, yazmak ya da konuşmak) tercih ettiğini öğrenmek gerekir. Bu konuyla ilgili varsayımda bulunmak yerine açıkça kişinin kendisine sorulur.	☐	☐	☐	
Kör kişilerle birlikte hareket ederken, iletişime geçecek kişinin önce kendisini ve eğer grup içindeyse diğer kişileri de tanıtmaması gerekir.	☐	☐	☐	
Kör kişilerle birlikte hareket ederken mekanda Braille alfabesinin bulunmasına dikkat edilir.	☐	☐	☐	



Zihinsel farklılıkları olan bireylerle hareket ederken sade bir dil kullanmak, soyut ifadeleri ve imajinasyona dayalı yönergeleri somutlaştırmak, gerekirse aynı şeyi farklı yollardan anlatmayı denemek gerekir.	☐	☐	☐	
Fiziksel ya da zihinsel farklılıkları olan bir kişiyle refakatçısı aracılığıyla konuşmamak, kişinin kendisi ile konuşmak gerektiği akılda tutulur.	☐	☐	☐	
Yönergeler ve aktivite grubun ihtiyacına uygun biçimde düzenlenir.	☐	☐	☐	
Karma bir grupla çalışılıyorsa herkesin ayrı ayrı ihtiyaçları göz önünde bulundurulur. Uygulamalardan önce grubu ve ihtiyaçlarını tanımak üzere bilgi alınır ve uygun koşullar sağlanır.	☐	☐	☐	
Katılımcı bir program yaratmak hedeflenir.	☐	☐	☐	
Not: Bu öneriler oldukça genel bir biçimde listelenmiştir. Her grupla iletişimin farklı bir dikkat ve deneyim gerektireceği göz önünde bulundurulmalıdır. Uygulayıcının bu önerilere ek yapmak durumunda kalacağı unutulmamalıdır.				
Kaynak: Kayıhan, H ve diğerleri. “Engelleri Birlikte Aşalım”, <i>Farkındalık ve Ulaşılabilirlik Rehberi</i> , H.Ü Engelli Öğrenci Birimi, Ankara, 2013.				

SPORDA CİNSİYETE DAYALI AYRIMCILIK

Biz bu toplumsal yapı içerisinde hiçbir zaman bedenlerimizi, bütün toplumun söylediklerinden özgür bir biçimde kuramadık. Dolayısıyla onun sınırlarını ve yapabileceklerini, bir sosyal eşitlik varmış da biz böyle bir durumda biyolojik eşitliği tartışıyormuşuz gibi konuşmamalıyız. O bir illüzyon... Start çizgisine geldiğinde herkes eşitmiş de sadece çalışma, emek ve genetik birtakım özellikler fark yaratıyormuş gibi konuşuyoruz, ama öyle değil. Elbette yoksul çocuklar da o start çizgisinde olabiliyor ama neyi feda ediyor, hangi koşullarda oraya geliyorlar? Kadınların oradaki varoluşu ne pahasına, neleri aşarak olabiliyor? Tüm bunları düşünmeliyiz. Sürekli durdurulmaya çalışıldığınız bir hayatın içinden geçerek oraya varıyorsunuz. Dolayısıyla orada bedeninin tam performansını konuşabilmek mümkün değil. Bedenin performansını durduran önemli etmenlerden biri cinsiyetliliği. Bu bölümde bu konuyu ele almaya çalışacağız.

Eşit ve özgürleştirici; hiyerarşi, rekabet ve saldırganlıktan azade bir spor alanı

düşünü gerçekleştirebilmek için de alanın **cinsiyetliliğini** iyi analiz etmek, erkeklik ve dışlanma, kaçınma davranışları arasındaki ilişkiyi görebilmek önemlidir.

Sporda toplumsal cinsiyete dayalı ayrımcılık

Tüm insanların spor yapmanın hazzıyla zıpladığı ve çığlık attığı reklam fotoğraflarındaki gibi değil hayat! Çok daha karmaşık... Peki o fotoğraflarda en çok kimleri görürüz? Çocukları... Çocuğun oyunbazlığı ve atfedilen masumiyeti, fotoğrafı bakan için çekici ve inandırıcı kılar. İnandırıcı çünkü tüm toplumlar bize çocukluğun oyun oynamamıza izin verilen, yetişkinliğin kuralları ve normlarının sınırlandırıcılığından uzak, özgürce davranabildiğimiz bir zaman dilimi olduğunu söyler. Çocukların yetişkinlere oranla duygularını ifade etmede daha esnek bir alana sahip oldukları kuşkusuz doğru fakat özgürce sıfatıyla tanımlarken biraz daha dikkatli olmalıyız. Çocukluk attettiğimiz anlamın aksine yetişkinlerin

dünyasındaki karmaşa ve güç ilişkilerinden bağımsız kalamaz. Bu yüzden çocuk oyunları da o kültürdeki değerlerden, değişimlerden ve güç ilişkilerinden etkilenir. Altı yaşındaki kızınız sınıfındaki oğlanlarla futbol oynamak istediğinde öğretmeni sizi "üzülebilir" diye uyarabilir. Ya da futbolda yeterince iyi olmadığını düşünen oğlunuz için her teneffüs bir güç mücadelesine dönüşebilir.

Çocuklar yaşamın kurallarını öğrenirken kültüre dair ilk öğrendiklerinden biri nasıl kız ya da oğlan olacaklarıdır. Toplumsal cinsiyet normları ve davranış kalıplarının öğrenilmesi pek çok kültürde çocukluk döneminde başlar. Erken dönemde oyun yoluyla sosyalleşmedeki ayrışma **cinsiyete göre ayrılmış** bir toplumsal yapının kalıcılığında önemli bir etkiye sahiptir.¹ Toplumsal cinsiyet lensiyle baktığımızda, oyun ve bedensel etkinlikler, cinsiyete göre farklılaşmayı ve bir toplumun çocuklarına hangi değer ve normları aktarmak istediğini çok şeffaf bir biçimde gözlemleyebileceğimiz alanlardır. Ancak aynı zamanda doğallaştırmanın çok yoğun işlemesi nedeniyle derinlemesine bir anlama ve sorgulama için deneyim ve çaba isteyen alanlardır. Çocuğun oyun

yoluyla sosyalleşmesi sırasında cinsiyete göre bir ayrışmanın nasıl yaşandığı, içinde bulunulan kültür ve zamanla yakından ilişkilidir. Bazı kültürlerde çocuklar dini ya da kültürel nedenlerle kesin olarak belirlenmiş bir yaştan sonra ayrıştırılırlar. Bazen de sınır bu kadar keskin değildir ama çocuğun içinde bulunduğu kültür, ayrışmanın nasıl yaşandığını belirler. Çocukların oyun dönemindeki bu ayrışma farklı kültürlerde çalışılmış, sosyalleşmenin insanın yaşamına, eylemine nüfuzunun derinleşmesiyle yani yaşla birlikte ayrışmanın arttığı bulunmuştur.² Diğer yandan ayrışmanın yoğunluğu toplumların toplumsal cinsiyet düzeni açısından hangi durumda olduğuna göre değişmektedir. Örneğin Afrika'da birbirine benzer fakat toplumsal cinsiyet eşitliği bakımından ayrılan iki toplulukta yapılan çalışmada daha eşit cinsiyet rollerine sahip toplulukta çocukların birlikte oynama eğilimlerinin daha fazla olduğu görülmüştür.³ Çocukların oyunlarında toplumsal cinsiyete dayalı ayrışma sadece kültürlere göre değil aynı zamanda tarihsel süreç içinde de değişiklik gösterir.

Bu yapı içinde kızlara ve oğlanlara be-
denlerini nasıl kullanmalarının makbul

1 Jacklin, Maccoby. (1978).

2 Munroe, Munroe. (1997; Harkness, Super (1985).

3 Fouts, Hallam, Purandare, (2013),

olduğu, nasıl davranmaları gerektiği ve hangi aktivitelerde daha becerikli oldukları çok küçük yaşta öğretilir. Bedenlerin yapabileceklerinin sınırları siz doğmadan önce kaderinize yazılmış, neyi becerip neyi beceremeyeceğiniz sizden önce belirlenmiştir. Toplumsal mitler size bunları daha küçükken fısıldar. İki cinsiyetten biriyle tanımlandığınız bu sistem içinde kadın ya da erkek olarak kimlikleriniz, hangi sporları yapacağınızı sizin adınıza söyler. Küçük yaştan itibaren buna yönlendirilen kızlar ve oğlanlar ya baştan bu alana hiç girmez ya da girdiyse de ne yapacağına ve/veya nasıl yapacağına kurallara uygun olarak karar verir.

Bu ikili sistem içinde kadın ya da erkek olmak zorunda olduğunuz gibi kadın ya

da erkek oluşunuzu belli biçimlerde ifa etmeniz gerekir. Heteroseksüel erkeğe ait bu alanda kadınlar ve LGBTİQ+'lar marjinalleştirilir. Kadınlar heteroseksüel olduklarını ispata çağrılır ve ikincil konumlarını kabul ederek kendilerine ayrılan dar yerde var olmaları konusunda ikna edilmeye çalışılırken, LGBTİQ+ sporcuların varlığı tamamen görmezden gelir, kimliğiyle var olmaya çalışıldığında büyük bir basınçla çemberin dışına atılmaya çalışılır. Tabii tüm bu barikatlar kadınların spor alanında yer alma çabalarının uzun tarihini ya da son yıllarda hem alternatif sporlar hem de elit düzeyde yapılan ana akım sporda LGBTİQ+ hareketinin varlığını engelleyemiyor.



Kadınların ve LGBTİQ+'ların sporda güçlenmesi

Danimarkalı feminist yazar Suzanne Brøgger, Pippi Uzunçorap (Pippi Långstrump) romanıyla ilgili bir yazısında; "Biz hepimiz Pippi'nin çorabından çıktık. Dünyanın bütün güçlü kadınları Pippi'nin çorabından çıktılar." der. Belki de en çok sporcu kadınlardır Pippi'nin çorabından çıkanlar... Benzerlikleri sadece güçlü olmalarıyla sınırlı değildir. "Farklı" olmaktan çekinmeyişi ve mücadelelilikleri, varlıklarıyla varolan kabulleri sarsıyor oluşları da Pippi'yle ortaklıklardır. Her şeye rağmen, zayıf, narin ve kırılgan görünmeleri konusundaki toplumsal uzlaşya karşın güçlü olmayı seçmişlerdir. Kadınlığa dair, cinsel kimliklerine dair söylenenlere karşı mücadele etmek anlamına gelen bir alanda koşmaya devam ederler.

Sporun LGBTİQ+ ve kadınlar için nasıl güçlendirici olacağını açıklamaya girişmeden önce şunun altını çizmek gerekiyor. Kadınlar, LGBTQ+'lar ve güçlenme üzerinde yazılan literatür büyük oranda spor yoluyla nasıl bir güçlenme sağlanabileceği üzerinedir. Fakat ısrarla belirtmek gerekir ki; **kadınların ve LGBTİQ+'ların spor alanında yer alması hangi düzeyde olursa olsun sporun kendisini güçlendirecektir.** Çünkü spora herkesin eşit ve özgür

erişmesinin ve onu özgürce yapmasının önündeki engelleri kaldırmak her şeyden önce sporda yer alan tüm aktörlerin bu ortamı kendilerini daha iyi tanıyacak ve özgürleştirecek biçimde deneyimlemelerinin önünü açar. Önyargılı ve ayrımcı bir spor ortamı hangi cinsiyet ve cinsel yönelimden olursa olsun çocuk ve gençlerin tam potansiyellerini gerçekleştirmek için uygun bir ortam sağlamayacaktır. Çünkü sporda idealleştirilen onun insan bedeninin hareketinden haz duyulan ve insan bedeninin biyolojik sınırlarını öğrendiği ve zorladığı bir etkinlik olması yönündedir. Önyargı ve kalıp yargılarla bezenmiş bir spor alanının bunu sunması nasıl mümkün olur?

Heteroseksüel erkeklerin alanı olarak tanımlanan sporda yer almanın bunun dışında kalan gruplar için güçlendiriciliğini tartışırken öncelikle bu kimlik dışındakilerin var olmasının kendisinin dahi sarsıcı bir anlama sahip olduğunu belirtmek gerekir. Kadın sporcular bedensel görünümleriyle de ideal kadın bedeninden farklı bir bedenle var olarak, erkeklere ait bir özellik gibi görülen fiziksel güce sahip olarak erkeğin gücünün temel kaynaklarından birini sarsmaktadırlar. Kadınsı kırılganlığa dair geleneksel imajlara

karşı gururla ayakta durarak⁴ toplumsal cinsiyet rejiminin değişebilirliğine ilham vermektedirler.

Kadınlar için spora katılmanın yukarıda anlatılan çerçevede ne ifade ettiğini ise şu şekilde açıklayabiliriz: **Spor bir insan hakkıdır.** Kendinizi iyi hissetmeniz, hareketin hazzına varmanız, sağlığını korumanız için, pek çok nedenle spor insan sağlığına, psikolojisine, sosyalliğine yararlı ve herkesin hakkı olan bir aktivitedir. Kadınlara konulan bariyerleri de bu hakkın önüne konulan engeller olarak ele almak gerekiyor. Kadınların spor hakkını kullanabilmesinin kadın bedeninin inşasıyla çok yakından ilişkisi var. Kadın bedeni pasif olmak, tâbi olmak üzerinden kurulur, denetlenir ve bir biçime sokulur. Toplumun gözü onun üzerindedir ve o gözün denetleyici bir etkisi vardır. Kadın bedeni de görüldüğünü bilir ve kendini sürekli biçimlendirir, düzenler, disipline eder. Tüm bunlar karşısında kadın bedeni yer kaplamaz, sınırlanır, yani kamusal alanda kendisini ortaya koymak değil, görünmemek, dikkat çekmemek üzerinden kaplanır. Tâbi kılınmış bedenin hareket etmesi, kendi sınırlarını fark etmesi çok sarsıcı bir deneyimdir. Yani kaslarını, gücünü, karşı

çıkabildiğini ve güçlü olduğunu fark etmesi çok güçlendirici, özgürleştirici bir deneyimdir kadınlar açısından...

Heteroseksüel erkekliğin sizin için açtığı yolda hareket etmemek de benzer bir özgürleştirici deneyimin kapısını aralama potansiyeline sahiptir. LGBTQ+ bir sporcu olduğunuzu açıklayarak spor alanında yer almak homofobi/transfobi üzerine kurulmuş bu alanı başlı başına sarsıcı bir anlama sahiptir. Nitekim Rio Olimpiyatları'nda yaşananlar, pek çok sporcunun LGBTQ+ kimliğini açıklaması güçlü bir karşı çıkış yaratmıştır. Ya da LGBTQ+ politik hareketinde spor kullanılan önemli bir araca dönüşebilir. Spor kendi başına bir anlama sahip değildir. Kültürle ve insanla ilişki içinde anlam değiştirebilir. Bu anlamda önemli bir politik araç olabilir ya da sporda LGBTQ+ varlığını her düzeyde ifade etmek güçlüdür.

O yüzden de spor hakkını sadece endüstriyel spor sınırlarında tartışmamamız gerekiyor. Bedenin hareket etmesi, bedenin sporu deneyimlemesi hakkını savunmak gerekiyor. Kadınların ve LGBTQ+'ların spor alanındaki mücadelesini de dolayısıyla sadece "eşit katılım" tartış-

4 Messner, Sabo, (2001).

ması içine sıkıştırmamalıyız, bu aynı zamanda çok temel bir insan hakkı talebi.

Hiçbir insanın toplumsal cinsiyet kimliği nedeniyle hiçbir engel ve sınırlamayla yaşamak zorunda olmadığı bir spor ortamı için uğraşmaya devam etmek ve daha da

önemlisi her yaştan, her sınıftan insanın bedeninin hareketinden, koşmaktan, zıplamaktan ve dans etmekten haz duyduğu, bedeninin gücünün farkına vardığı bir spor anlayışının çağrısını her yerde yapmak gerek.

İyi Örnekler

Youth Speak'in programlama merkezleri, gençleri topluluklarında kendileri için önemli olan sorunlara yönelik kendi çözümlerini geliştirmeye teşvik etmeye odaklanmaktadır. Pek çok genç kadın tarafından kadın haklarını, hareket özgürlüğünü ve kadınlar için zihinsel ve fiziksel sağlığı teşvik etmek için bir mekanizma olarak bisiklete binmeye dair talep geldikten sonra projeyi birlikte oluşturmak için kızlarla bir dizi toplantı yapıldı. Irak'ta uzun süren çatışma ve sürmekte olan yerinden edilme göz önüne alındığında, Youth Speak endişelerini, karşılaştıkları zorlukları ve kendilerine özel ihtiyaçlarını anlamak için ne yapmaları gerektiğine dair fikirlerini paylaşmaları için farklı topluluk üyelerinin bir araya gelmesine ve ayrı ayrı toplantı yapmasına yardımcı oldu. Örneğin, kültürel farklılıklar, Suriyeli mülteci kızların daha muhafazakar ev sahibi topluluğun tacizi konusunda endişeleri olması anlamına geliyordu; ev sahibi topluluk bisiklete binme deneyiminden yoksundu; ve Ninewa'dan (ülke içinde) yerinden edilen kişilerin kızları, çocukluklarından beri bisiklete binmemişlerdi. Güven oluşturmak ve kızların kendilerini güvende hissetmelerini sağlamak için Youth Speak ve ortak kuruluşlar, kızlara topluluklar arasında birbirlerini tanımalarına ve becerilerine güvenmelerine olanak tanıyan bir bisiklet eğitimi verdi. Yalnızca bu ilk faaliyetler gerekli beceri ve güven temelini oluşturduktan sonra, Youth Speak büyük ölçekli halka açık bisiklet etkinlikleri düzenlemeye yardımcı oldu. Bu etkinlikler, kızların kamusal alanlarda cinsiyet eşitliği mesajlarını ileri sürmek için kullanmak istedikleri savunuculuk ve aktivizm aracı olarak hizmet etti ve özellikle çatışmalardan etkilenen topluluklarda kızlar ve kadınlar için sağlıklı bir alternatif sundu. Youth Speak, bisikletlere ücretsiz erişim sağlayarak ve şehir içinde daha küçük bisiklet aktiviteleri düzenlemelerine destek vererek kızların spor yapmalarına yardımcı olmaya devam ediyor.

Ben de Böyleyim projesi, BoMoVu'nun genç dansçı kadın üyesi Nazlı Durak'ın ergen kız çocuklarının hip-hop dansı yoluyla hayat becerilerini geliştirmek amacıyla yazdığı bir projedir. Projenin hedef kitlesi Türkiye Çocuklara Yeniden Özgürlük Vakfı'ndaki 9-14 yaş grubu kız çocuklarıdır. Projede, dışarıda oyun oynama ve bedeniyle kendini ifade etme hakkı, kız çocukları için öncül bir ihtiyaç olarak belirlenmiştir. Özellikle ergen yaş gruplarında, toplum baskısı altında büyüyen ve değişen bedenine bir kimlik bulmak zorunda kalan kızlar için yargılanmayacakları güvenli bir alan kurulması planlanmıştır. Bu alanda dans ve sporun eğlenceli ve dönüştürücü yönleriyle etkileşime geçerek kızların aktif kalması sağlanmış; toplumda, kadınların spor yapmasına dair gelişmiş önyargıların kırılmasına katkıda bulunmak istenmiştir.

Uygulamalı Egzersiz

Amaç: Toplumsal cinsiyet eşitliği üzerine düşünmek, sorunları ve çözümleri konuşmak.

Araçlar: İki video, iki fotoğraf.

Süre: Grup sayısına göre 1- 2 saat arası.

Uygulama Aşamaları:**Hazırlık**

Bu etkinliğin hazırlığı için sporcu kadın ve/veya erkeklerin dahil olduğu iki video ve iki fotoğraf bulunur. Video ve fotoğrafların toplumsal cinsiyet eşitliği konularının örneklendirilmesine uygun video ve fotoğraflar olmasına dikkat edilir. Toplumsal cinsiyet eşitliğine aykırı ya da toplumsal cinsiyet eşitliğine uygun görsel materyaller olabilir. (Not: Sporda cinsiyet rollerine ilişkin kalıp yargıları örneklendirecek fotoğraf ve videolar, haberlerden ya da popüler medya kanallarından seçilebilir.) Eğitim verilen topluluk dörder kişilik gruplara ayrılır.

Uygulama iki bölümden oluşur.

Birinci bölümde, gruplardan her birine bir görsel materyal verilir. Her gruba 20 dakika süre verilir ve grubun bu bölümde anlatılan konular çerçevesinde bu materyali değerlendirmesi istenir. Toplumsal cinsiyet eşitliği açısından daha eşit nasıl olabileceği, eğer eşit olduğu düşünülüyorsa hangi unsurlara bağlı olarak eşit olduğu grup üyeleri tarafından not alınarak ortaya konur. Süre sona erdiğinde her gruptan seçilecek bir sözcü, kendi grup çalışmasını diğer gruplara anlatır. Ve hep birlikte üzerine tartışılır.

İkinci bölümde, grup üyelerinden kendi projelerinin tanıtımında kullanılmak üzere toplumsal cinsiyet eşitliğine uygun bir video için senaryo yazmaları istenir.

**KONTROL LİSTESİ**

KONTROL LİSTESİ	EVET	HAYIR	EMİN DEĞİLİM	NOTLAR
SESİMİ KULLANIYORUM				
Kuruluşumuzda ve sahada kız çocukları ve kadınlar kendi fikirlerini açıklayabilir ve bu fikirleri geliştirme konusunda destek görürler.	☐	☐	☐	
Diğer insanların arasında konuşmak için desteklenirler.	☐	☐	☐	
Farklı iletişim yollarıyla kendilerini ifade etmeleri için atölyelere katılmaları desteklenir.	☐	☐	☐	
KENDİME GÜVENİYORUM				
Kuruluşumuzda ve sahada kız çocukları ve kadınların güçlü yönleri ve başarıları takdir edilir.	☐	☐	☐	
Sorunlar çıktığında mücadele etmeleri için yüreklendirilir ve desteklenirler.	☐	☐	☐	
Hatalarından öğrenmeleri için uygun ortam sağlanır.	☐	☐	☐	
GÖRÜYORUM				
Değişimin mümkün olduğunu görmeleri için tasarlanan projelerde çalışırlar.	☐	☐	☐	
Hedefler koymaları konusunda cesaretlendirilirler.	☐	☐	☐	
Başka kız çocuğu ve kadınlara harekete geçmeleri için motive edip ilham olacakları platformlar sağlanır.	☐	☐	☐	
HAREKETE GEÇİYORUM				
Karar süreçlerinde aktif yer alırlar.	☐	☐	☐	
Problem çözme süreçlerinde bulunurlar.	☐	☐	☐	
Başka kız çocuğu ve kadınların katılımının artması için fırsatlar yaratılır.	☐	☐	☐	

**BEDENİM BİR BÜTÜN VE BENİMDİR**

Kuruluşumuzda ve sahada kız çocuğu ve kadınların bedensel görünimleri yargılanmaz.	☐	☐	☐	
Kuruluşumuzda ve sahada kız çocukları ve kadınların fiziksel hareketliliği teşvik edilir.	☐	☐	☐	

Kaynak: “Empowering Girls Through Sport”, <http://guides.womenwin.org/ig/about/empowering-girls-through-sport> [22.09.2020]

Kaynakça

Fouts, Hillary N., Hallam, Rena A. and Purandare, Swapna (2013), "Gender Segregation in Early-Childhood Social Play among the Bofi Foragers and Bofi Farmers in Central Africa", *American Journal of Play*, 5 (3), pp. 334-356.

Harkness S. ve Super C. M., (1985). "The Cultural Context of Gender Segregation in Children's Peer Groups", *Child Development*, Vol. 56, No. 1 (Feb., 1985), pp. 219-224.

Jacklin, Carol N., and Eleanor E. Maccoby. (1978). "Social Behavior at Thirty-Three Months in Same-Sex and Mixed-Sex Dyads." *Child Development* 49: pp. 557-6.

Messner, M. A. and Sabo, D. F. (ed.), (2001) ; *Sex, Violence and Power in Sports; Rethinking Masculinity*, (First edit. 1994)USA, The Crossing Press.

Munroe, Robert L., and Ruth H. Munroe. (1997). "Logoli Childhood and the Cultural Reproduction of Sex Differentiation." In *African Families and the Crisis of Social Change* edited by Thomas S. Weisner, Candice Bradley, and Philip L. Kilbride, pp. 299-314.

Toplumsal cinsiyet ve sporla ilgili uluslararası belgelerden örnekler:

Brighton Declaration, <https://iwgwomenandsport.org/brighton-declaration/> [25.08.2020];

UN Published Report on Woman and Sport, <https://www.un.org/womenwatch/daw/public/Women%20and%20Sport.pdf>[25.08.2020];

Gender in sport - <https://eige.europa.eu/publications/gender-sport> [25.08.2020].

IRKÇILIK, GÖÇ, AİDİYET

İrkçilik nedir?

Kültürel ırkçılık, Frantz Fanon'un klasik/ biyolojik ırkçılığın (kafatası ölçümü, ten rengi kategorileri, biyolojik sınıflandırmalar vb.) aslında sistemsel olarak aynı kişilere uygulanmaya devam ettiğini, ancak bedensel özellikler yerine kültürel farklılıkları odağına alarak eşitsizlik düzeninin korunduğunu ifade etmek için kullandığı bir terimdir. Kültürel ırkçılık, ötekilerin kültürel olarak yetersiz ve aşağı olduğu kanısı taşımanın yanı sıra, o kültürel grubun mensuplarının baskın kültüre dahil olmak için yeterince çaba göstermemekle suçlandığı bir yapıdır. Bu baskın kültür ise genellikle "kültür" olarak değil, norm olarak algılanır. Bu normun dışındakilere "ırksallaştırılan" denir. Sporda ırksallaştırılan kimi grupların sistematik bir şekilde şiddete uğraması, cezai yaptırımlara tabi tutulması, bazı sporlardan uzak tutulması, bazı sporlara ise özellikle yönlendirilmesi çokça görülür. Aynı zamanda,

ırksallaştırma fiziksel olarak tariflenen öğrenme ve ürpermeye bahane olurken, spor ortamı bu bedenlerin cezalandırılmasına en açık alan olarak önümüze çıkar. Bu sebeple, spor programının hedef kitlesinin hem toplumsal, tarihsel, siyasal hem de kişisel spor geçmişinin farkında olmak ve aynı tahakküm biçimlerini tekrar etmemek önemlidir. Tipik olarak **ırksallaştırılan** grupların, etnik azınlık grupları ile iç ve dış göçmen grupları olduğunun farkında olmak gerekir.

Göçün bedene yaptırımları/etkileri

Zorunlu göç, bir yerinden edilme sürecidir ve kişinin **hem kendi bedeni hem de çevresiyle kurduğu ilişkiyi tümünden değiştirir**. Hem geride kalan ülkede/ toplumda bırakılan bağlar/ hafıza/ yaşantılar hem de yeni yerleşim yerinin dinamikleriyle baş etme süreci, göçün belirleyici hatlarıdır.¹ Bu yerinden edilme hali, **sosyal**

1 Göçün çok farklı boyutlarının ve biçimlerinin olduğu, göçmenlerin çoğu zaman burada bahsedilenden daha farklı zorluklara maruz bırakıldığı ve göç sürecini anlamaya çalışan koca bir külliyat olduğu unutulmamalıdır. Bu külliyatı merak edenler Göç Araştırmaları Derneği'nin okuma listelerinden yararlanabilirler: <https://www.gocarastirmalaridernegi.org/tr/yayinlar/okuma-listeleri>, [02.09.2020]



kaynakların yeniden inşasını gerektirir. İnsanların istedikleri yaşamları yaşama, değerli "var olma ve yapma" yollarına ulaşma potansiyelinin azalması, "tembel-lik, yetersizlik veya bireysel tercihler" gibi meseleler ile meşrulaştırılmaya çalışılsa da karar vericilerin kullandığı güç, **göçmenlerin kendi potansiyelini kullanımı (eyleyebilirliğini) kısıtlar, seçeneklerini azaltır ve onları güçsüzleştirir.** Bu bağlantının farkında olmak göçmenlik deneyimi yaşamış insanlarla birlikte hareket ederken elzemdir.

Göçün kişisel/ bedensel etkileri söz konusu olduğunda çoğunlukla sağlık/ travma söylemi ve bakışıyla karşılaşırız. Böyle bir bakışın sakıncası, göçmenin doğrudan kendisine yönelen ve kaba bir biçimde **"düzeltme"** ile ilişkilendirilen durumda, muhatabın çoğunlukla **uzmanlar** olmasıdır. Sadece göçmenler için değil, ilgili durumlarda hepimiz için uzman desteğinin gerekliliği aşikar olsa da, oldukça **bireysel gözükten durumlarda dahi, aslında toplumun rolünün ne kadar büyük olduğunu** görmek mümkün. Bedenler olarak birbirimizle daima ilişki halinde hareket ederiz. Yerinden edilme deneyimi yaşamış

kişiler bir kamusal alanın içinde hareket ettiğinde, toplumda örgütlenmiş olan **ayrıcılık biçimlerine ve stereotiplere** doğrudan maruz kalırlar.

Bu toplumsal ayrımcılığa, BoMoVu'nun projelerinden biri olan ve örneklerde de ayrıntılı bir biçimde ele alınan Hareketin Özgür'de Suriyeli mülteci çocuklarla yapılan görüşmelerden örnekler verilebilir.² Görüşmelerde çocuklar, Türkiye'de kamusal alanda var olmaya dair çeşitli zorlukları dile getirdiler. Futbol oynamak için genellikle Suriyeli arkadaşlarını tercih ettiklerini çünkü Türkiyeli arkadaşlarıyla iletişime geçmeye çalıştıklarında kötü deneyimler (lakap takılması, Türkçeleriyle dalga geçilmesi gibi) yaşadıklarını belirttiler. Okuldaki ayrımcılıktan dolayı kendilerini "zayıf" hissettiklerini söylediler.

İrkçiliğin yaptırımları

BoMoVu'nun İrkçilik Karşıtı Pedagoji projesi çerçevesinde İstanbul'da öğretmenler arasında yaptığımız görüşmelerin analizinden hareketle sınıflandırdığımız ırksallaştırma pratiklerinin çocuklar üzerindeki etkileri, spor ortamlarında da karşımıza

² Hareketin Özgür Projesi'nin araştırma raporu için: <http://bomovu.org/moving-away-moving-within-study-about-the-benefits-of-physical-and-creative-activities/>, [02.09.2020].

çıkılmaktadır. Spor bağlamında renk körü toplumun idealleri³ doğrultusunda ırksallaştırılmış katılımcılar; **kimliğin silinmesi, kendi dilini ve geçmişini gizleme** gibi aslında kültürel güvenliğinin sağlanmadığı bir ortamda bulunmaktan kaynaklanan tepkiler geliştirebilirler. Kimliğinin kabul edilmemesinden kaynaklı ırksallaştırılmış birey, sorunun kendi kimliği ile alakalı olduğunu zanneder. **Kendini aptal ve çirkin bulması** ile birlikte hayatından memnun olmaması genel bir **hüzün** hali getirecektir; ki spor ortamı bedenin kendisi üzerine çalışılan bir ortam olduğu için güzellik olgusu kolayca ön plana çıkabilir. Bunların yanında ırksallaştırılmış bireyin kendini **minnettar ve mahcup** hissetmesi de olasıdır. Bu mahcubiyet aynı zamanda **mekanın içinde sıkışma, gözden uzak durma, sessizleşme** gibi tepkilere de yol açabilir. Bunun tam tersi durumda, ırksallaştırılmış bireyin yerine getirdiği bir stereotip olarak sporda üstün başarı beklentisi ile beraber **aşırı gösterge** haline gelmesine sebep olabilir. Aynı şekilde kendi etnik kimliğinden başka bireylerle **gruplaşma** hali bir nevi dayanışma şekli olarak grup dinamiğinde kendini gösterebilir. Belirli ırkçı bir düzenin altında ezilen bireyin bu

İyi Örnekler

Kabubu derneği, Fransa'nın başkenti Paris'te faaliyet gösterir. Yasal statüleri ne olursa olsun, göç etmiş kişilerin entegrasyonunu odağına almak yerine, mutluluklarının asgari koşulu olarak sosyal hayatı sürdürebilmeleri için, sporu kullanan sosyalleşme alanları yaratır. Kabubu, Swahili dilinde oyunla gelen dostluk anlamına gelir. Derneğin misyonu arkadaşlık ve dostluk bağlarının kurulmasına zemin hazırlamaktır.

düzeni **sorgulaması ve karşı çıkması gibi yapıcı tepkiler** daha nadiren görülebilir. Aynı zamanda bu düzenin yarattığı çaresizlik duygusu **fiziksel şiddet gibi negatif tepkilere** de yol açabilir. Son olarak da ırksallaştırılmış bireyin spor programını **terk etmesinin** sebepleri yine ırkçılıkta da aranmalıdır.

Spor nasıl bir rol üstlenmiştir?

Diğer tüm gündelik kültürel pratikler gibi spor, **kimliklerin performansı, dönüşümü, inşası ve çeşitli kimlikler arasındaki sınırların çizilmesinin alanıdır**. Tam da bu se-

3 Renk körü toplum ideali, ırk, dil, din ayırt etmeksizin tüm insanların eşitlendiği ideal bir toplum anlayışıdır. Bu ideale yöneltilen eleştiriler, eşitlenmeyi sağlayacak adaletin teslim edilmesi göz ardı edilerek ve yapısal ırkçılığın etkileri hesaba katılmadan sadece davranışsal bir idealin yetersiz kalacağı üzerine temellenir. Bu bölümde tartışılacağı üzere bu davranışın meritokratik (yani layık olunana dayalı) bir düzeni önerdiği ancak bunun aslında mümkün olmadığı açıktır.

bepile, diğer kültürel pratikler gibi, spor pratiğinde olup bitenler sembolik, siyasi ve toplumsal anlamlar taşır. Örneğin Viktoryan değerlerinin centilmenlik ve *fair play* yaklaşımı ile özdeşleşen kriket sporu medenileştirmenin aracı olarak İngiliz kolonilerinde oynatılırken, yerlilerin bu sporda İngiliz beyaz efendilerini yemesinin politik anlamı bir başkaldırı ve isyan olarak görülebilir. Bu örnekten çıkarabileceğimiz bir ders de tarihsel olarak sömürgeleştirmenin bir aracı olarak spo-

ra bakmanın gerekliliğidir. Sömürülenin bedeninin nasıl terbiye edilmesi gerektiği, sömüren tarafından spor aracılığıyla belirlenir. Bu sebeple: (1) ırksallaştırılanın spora **erişimi** tarihsel olarak şekillendirilmiştir, (2) ırksallaştırılan, spor deneyimini bir **sömürülme aracı** olarak yaşamıştır. Aynı şekilde merkezde karar verilip taşrada uygulanan spor politikaları siyasal şiddetin birer aracı olarak değerlendirilir.

Göç ve azınlık politikalarında sporun rolü:

entegrasyon- asimilasyon- uyum- spor

İyi Örnekler

Hareketin Özgür, BoMoVu'nun İstanbul'da yaşayan mültecilere ve yerinden edilmiş diğer kişilere erişen toplum merkezleri için geliştirdiği bir araçtır. Sporcu ve performans sanatçıları ağı sayesinde, çeşitli sebeplerle yerinden edilmiş çocuklara ve yetişkinlere toplum merkezlerinden aldıkları psiko-sosyal desteğe eşlik edecek bedensel aktivite programları sunulmaktadır. Ayrıca, yerinden edilmiş kişilerle çalışan başka toplum merkezlerinin sanat, spor ve fiziksel aktivite çalışmalarına, bu kişileri kapsayıcı bir şekilde dahil etmeleri için bir kılavuz geliştirilmiştir.

Göçmenlerin içinde bulundukları toplumla ilişkileri "uyum" başlığı altında sıklıkla tartışılır. Entegre olması, uyumlanması, bunun için de çoğu zaman kendi varlığından taviz vermesi gereken grup azınlıklar ve göçmenler olarak anılır. Bu grupların içinde bulundukları **yeni mekana ve ege-men topluluğa uyumları** ve bunun hangi politikalarla tesis edileceği, üzerine çok boyutlu tartışmalar olan bir alandır. Banks'a göre **asimilasyon** söz konusu olduğunda göçmenlerden, "ulus devletlerinin etkili vatandaşları olmak için orijinal kültürlerini ve dillerini terk etmeleri" beklenmektedir.⁴ **Çokkültürcü entegrasyon** politikaları temelde "göçmenlerin

kendi kültürlerinden vazgeçmeleri beklenmeden -din ve dil gibi genellikle kilit değerlere uygunluk beklentisi ile birlikte- toplumun tüm alanlarına eşit olarak katılabilmeleri gerektiğini" vurgular.⁵ Azınlık grubu tanımak ve kabul etmek konusunda asimilasyondan daha olumlu bir tablo çizmesine rağmen entegrasyon politikaları da eleştirilmiştir. Bunun sebeplerinden biri eninde sonunda hakim/ ana kültüre uyum sağlamanın öngörülüyor olmasıdır.

Spor sosyal uyum programlarında sıklıkla kullanılır. Devletlerin sosyal politikalarında da kendine çoğu zaman yer bulur. Burada önemli olan odağın kimde olduğudur. **Göçmenleri bedensel ve sosyal olarak güçlendirmeyi hedefleyen çabalar ile ana eksen farklılıkları silmek olan ve entegrasyon/ uyum halini ilk sırada gözetilen programlar arasındaki fark kolayca göze çarpar.** Bir zamanlar başarılı olmuş, sonraları sadece gösteriş yapmak ve sembolik kalmakla eleştirilmiş Fransa Milli Takımı'nın 1998'de Dünya Kupası'nı kazanması örnek gösterilebilir. Fransa toplumunun çeşitliliğin göstergesi olan göçmenlerin özgünlüklerinden zenginleşen bir imaj yaratmasına bağlanan (bayrağın renkleri mavi, beyaz, kırmızı yerine

Black, blanc, Beur [Siyah, beyaz, Arap] sloganları ile kutlamalara sebep veren) büyük zafer, bir kutlama içinde Fransız toplumunu milli sembolleri beraber değiştirmeye davet ediyordu.

Sporda ırkçı stereotipler ve şiddet

Renk körü toplumun idealleri sporun bizzatı değerlerinde bulunabilir. Çünkü herkesin eşitlendiği ve özgün varlığı ile değer gördüğü bir toplum vaadi sporun savunduğu eşit koşullarda yarışma imkanı sunan ortamlarda görülebilir. Ancak tam da tarihselliğinden koparılması mümkün olmayan renk körlüğünün yarattığı meritokrasiye dayanan toplumu Leslie G. Carr "renk körü ırkçı" olarak tanımlıyor. **Eşit koşullara sahip olmak için göstermek zorunda kaldıkları çabaları görmezden gelen sistem bu sefer bireylerin ırksal-tarihsel arka planını önemsizleştirip başarısızlıklarını tamamen kişiliklerine bağlar.** Bu bağlamda spor ortamında bireylerin ne pahasına spor yaptıkları, nasıl bir mirastan geldikleri, **hangi bariyerleri aşarak** burada bulundukları inkâr edilmemelidir.

Bu da bizi dikkatimizi vermemiz gereken bir diğer konuya götürüyor: Irksallaştırılmış kişilerin zihinsel ve bedensel ka-

5 Beyazova, Ayşe (2017).

biliyetleri hakkındaki ideolojik inanışları sorgulama gerekliliği; başka bir deyişle **stereotipten kaçınmak**. İrksallaştırılan bedenler bazı sporlarda daha yetenekli oldukları veya özel fiziksel becerilerinin olduğuna dair mitler taşıyor, damgalanıyorlar. "Siyahlar hızlı koşar", "Romanlar iyi güreşir", "Kürtler halay çeker" gibi stereotipler bu sefer de **bireylerin kişilikleri ve özgün başarılarını** görmezden gelmeye yol açacaktır.

Son olarak, spor mekanlarında yaşanan kişisel veya grup boyutundaki, "vaka" şeklinde anılan **saldırı**lar sporda ırkçılığın ortaya çıkış biçimlerinden bir başkası olarak anılabilir. Kimi profesyonel sporcuların isyan etmesi veya kariyerlerini bırakmasıyla gündem olan ancak ırksallaştırılmış birçok kişinin de bir spor ortamını terk etmesine veya içinde sessizleşmesine sebep olmuş saldırılar; sözlü şiddet, psikolojik baskı, susturma, aşağılama, cezalandırma, uzaklaştırma, fiziksel şiddet gibi biçimlerde görülebilir.



Uygulamalı Egzersiz***İmgede Hapis**

Amaç: Kimliklere yapıştırılan basma kalıpların hangi toplumsal imgelerden beslendiğini tanımak ve tartışmak.

Araçlar: Kağıt, kalem.

Süre: Kişi sayısına göre 1- 2 saat arası.

Uygulama Aşamaları:**I- Hazırlık**

Bu etkinlikte imge tiyatrosu yöntemi kullanılacaktır. İmge tiyatrosu, Ezilenlerin Tiyatrosu'nun kurucusu Brezilyalı Augusto Boal'ın geliştirdiği bir yöntemdir. İmge tiyatrosunda söz ve ses kullanılmaz, bedenler heykel şeklinde formlara girerler ve bu formlar üzerinden konuşulur. Bu etkinlik için küçük kimlik kartları hazırlanır. Bu kağıtlara toplumun basma kalıplarla tanımladığı kimlikler yazılır. Her kağıda birer kimlik verilir, katılımcı sayısının yarısı kadar kimlik kartı oluşturulur. Bu kartlar, etkinliğe katılanların alınlarına yapıştırılabilecek küçük- lükte olmalı.

Örnek olarak: Kürt, Ermeni, Rum, Yahudi, Roman, Suriyeli, Arap, Laz, Bulgar, Senegalli, Alevi, Etiyopyalı, Iraklı, Afgan, Ezidi, Alevi, Ukraynalı, Moldovalı, Özbek, Çerkez, Rus.

Bu kağıtlar katılımcıların yarısının alınına kendisi kağıtta ne yazdığını görmeyecek şekilde yapıştırılır. Kağıtların rastgele seçilmesine özen göstermek bir katılımcıya özellikle belli bir kimliğin "yakıştırıldığı" düşüncesine kapılmasını önler.

*Etkinliğin yapılacağı odada yürüyebilecek kadar açık bir alan sağlanmalı ve hiçbir yerde ayna bulunmamalıdır.

II- İmgelemeler

Katılımcıların yarısına alınlarına rastgele bir kimliğin yapıştırılacağı ve "egemen kimliksiz" olan grubun diğer yarısının da onlara alınlarındaki kimlikleri anlatması gerektiği söylenir. Etkinlik sırasında kimliksizlerin yaptıklarının analiz edilmesi istenir.

Alınlarında ne yazdığını bilmedikleri kimlik kartlarıyla alanda karışık bir şekilde yürürler. Sinyal verildiği zaman oldukları yerde dururlar ve karşılarındaki kişinin kartını sessizce okuyup, bedenleriyle o kimliği anlatan bir imge oluştururlar. Bu imge, heykel gibi hareketsiz ve sessiz olmalı. Sinyal verildiği zaman tekrar yürümeye devam ederler ve yeni sinyal geldiğinde yine karşılarındaki kişinin imgesini yaparlar. 3-4 turdan sonra gruba "karşısında iki kere aynı imgeyi gören oldu mu?" diye sorulur. Olmadıysa alanda yürümeye ve sinyal ile imgeler oluşturmaya devam ederler. İki kere aynı imgeyle karşılaşan olunca kendisine sorulur: "Seni

hangı imge ile tanımladılar?" Katılımcı bedensel imgeyi gösterir. "Sence hangı kimliğin imgesidir?" Bilen oyundan çıkabilir, sırayla herkesin kimliklerini bulmaları beklenir. Sonlara doğru kimliğini bilmeyen varsa kendisine söylenebilir.

III - Analiz

Belli bir imge ile tanımlanan kişinin karşısına o imgeyi yapanlar getirilir, onlardan imgeyi tekrarlamaları istenir. Katılımcılar bu imgeyi neden yaptıklarını aralarında tartışır. İmgenin hangı basma kalıptan ortaya çıktığını konuşurlar. Bu imge o grup hakkında pozitif (dans, coşku, güzellik...) olabileceği gibi negatif (kabalık, çirkinlik...) basma kalıplardan da oluşabilir. Her ikisinin de basma kalıplar olduğunu hatırlayarak, bu basma kalıpları neden ürettiğimiz ve bunun kimlik mensubu kişi ile kurduğumuz ilişkiyi nasıl etkilediği grupça tartışılır.

* BoMoVu'nun Irkçılık Karşıtı Pedagoji kılavuzundan alınmıştır.





KONTROL LİSTESİ

KONTROL LİSTESİ	EVET	HAYIR	EMİN DEĞİLİM	NOTLAR
Sporun sosyal uyumu tesis etmek üzere kullanımına eleştirel yaklaşılır.	☐	☐	☐	
Spor programından faydalananların katılımı sürecin başından (spor seçimi, nerede yapılacağı vb.) sonuna (değerlendirme biçimleri vb.) kadar mümkün hale getirilir.	☐	☐	☐	
Hangi hareketin uygulandığı bilgisi kadar, bu hareketin hangi niyetle, bilinçle ve arka planla yapıldığı bilgisi de katılımcılara aktarılır.	☐	☐	☐	
Bireylerin kişilikleri ve özgün başarıları tanınır.	☐	☐	☐	
Kolayca üretilen ve çeşitli araçlarla (medya, kurumlar vb.) aktarılan kalıp yargıların farkında olunur.	☐	☐	☐	
Göçmenlerin kendi kurdukları dayanışma ağlarına ve kendilerini “evde” hissettikleri mekanlara yer açılır.	☐	☐	☐	
Farklı kültür ve dile sahip kişileri bir araya getirirken olası hiyerarşik konumlar göz önünde bulundurulur ve ortamdaki dinamiklerin eşit olması için çabalanır.	☐	☐	☐	

Kaynakça

Banks, J. A. (2011), *Multicultural education: Dimensions and paradigms. The Routledge international companion to multicultural education*, New York, NY: Routledge, pp. 9-32.

Beyazova, Ayşe, (2017), *Seeking Education Beyond Refuge: An Analysis Of Syrian Parents' Perspectives Of Their Children's Education in Istanbul*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

Carrington, Ben, (September 2012), "The Critical Sociology of Race and Sport: The First Fifty Years", *Annual Review of Sociology*, 39(1).

Diker E.N., Delahaye N., Atalay D.C. (Şubat 2017), *Moving Away Moving Within- Study About the Benefits of Physical and Creative Activities*, BoMoVu Derneği.

Smith, E. and Hattery, A. J. (July 2019=, Race and Sports. Earl Smith and Angela Hattery web sitesinden, <http://www.smithandhattery.com/race-and-sports/> [25 Nisan 2020].

Kılıç, Ferhat, (Aralık 2019), "İrkçılık ve Beden". *İrkçılık Karşıtı Pedagoji - Öğretmenler için Uygulama Kılavuzu*. BoMoVu Derneği.

Delahaye, Nil, (Nisan 2020), "İrksallaştırılmak Nasıl Hissettiriyor? - İstanbul Okullarından Örneklerle Şiddet Eyleyicilikleri ve Semptomlar." BoMoVu Derneği.

SPORDA ÇOCUK İSTİSMARI VE KORUMA

Çocuk ihmal ve istismarı, çocuklara yönelik kötü muameleyi ifade etmek için kullanılmaktadır. Genel olarak Dünya Sağlık Örgütü (WHO) istismarı, "çocukların sağlığını, fiziksel ve psikolojik gelişimini olumsuz etkileyen, bir yetişkin, toplum ya da devlet tarafından bilerek ya da bilmeyerek yapılan hareket ve davranışlar" olarak tanımlamaktadır.¹ Yani çocuk istismarı çocukların bir yetişkin tarafından uğradığı her türlü baskı, şiddet ve ihmali kapsayan, geniş bir alanda görülen olumsuzlukları ifade etmek için kullanılıyor.

Çocuklara yönelik eylemlerin niteliğine ve bu eylemlerin bıraktığı etkiye göre istismar, çeşitli başlıklar altında ele alınır: Fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar ve ihmal. Söz konusu istismar pratikleri hemen her kurumda benzer biçimde ortaya çıkmakta ve kurumun davranış örüntüleri içinde yeniden üretilmektedir. Örneğin bir duygusal istismar biçimi olarak çocuklara yapılan psikolojik

baskı, eğitim ortamı içinde akademik başarı üzerinde gerçekleşmekte iken, aynı durum spor ortamında sportif başarı kaygısı üzerinden şekillenerek çocuklar üzerinde olumsuz sonuçlar doğurabiliyor. Bu bağlamda çocuk istismarı kategorilerinin spor kurumunda da geçerli olduğunu ve burada da fiziksel, duygusal, cinsel istismar ve ihmal davranışlarının belli formlarda geliştiğini söylemek mümkün.

Özellikle artan kitlesel ilginin sporu endüstriyel bir alana dönüştürmesi; hırs, rekabet, mücadele vb. faktörlerin burada baskın hale gelmesine neden oluyor. Doğası gereği bazı branşların fiziksel güç gerektirmesi ve beden ilişkilerinin yoğun yaşanması, uygun önlemler alınmadığı durumlarda, sporu dikkat edilmesi gereken bir kurum haline getirir. Spor alanı içinde **başarıya aşırı vurgu** yapılabilir. Bunun karşısında **yenilginin** büyük üzüntü veya hayal kırıklığı yaşattığı bir ortam yaratılıyor. Bu durum spor içinde birçok

1 WHO, (2012)

şiddet pratiğini besler, ki bu şiddet pratiklerinden biri de çocuk ihmal ve istismarıdır.

Tanımlar

Sporda çocuk istismarı: Çocuklara yönelik her türlü fiziksel, duygusal, cinsel şiddet, saldırı, baskı, ihmal ve zorbalığın spor kurumunda görülmesi ve söz konusu eylemlerin spora özgü bir şekilde yeniden üretilmesidir. Bu alan içinde failler başta antrenör olmak üzere idareci, aile, akran ve sporun içindeki diğer aktörler iken; maruz kalanlar çocuk yaştaki sporculardır.²

Sporda fiziksel istismar: Fiziksel istismar, bir yetişkinin otorite kurmak, disiplini sağlamak cezalandırmak veya başka bir amaç için dayak, yakma, ısırma, sarsma gibi eylemler ile çocuğu kaza dışı yaralaması şeklinde ifade edilmektedir. Birinci derecede fiziksel sağlığı etkiler ve bedende iz bırakarak yaralanmalara neden olur.³

Spor kurumunun niteliklerine bakıldığında ise benzer pratiklerin yanında spora özgü fiziksel istismar pratiklerinin de ortaya çıktığı görülür.⁴ Bunlar:

- Dayak, bir alet ile dövme, bir alet fırlatma,
- Aşırı egzersiz yaptırma,
- Antrenman ve eğitimin amacını aşacak şekilde antrenman yaptırma,
- Fiziksel kapasiteye uygun olmayan programlar hazırlama,
- Performans artırıcı, ergenliği ya da regl dönemlerini geciktirici ilaçlar kullanırma,
- Aşırı rekabet, hırs ile ağır yaralanma ve ölüm riski,
- Bir alt veya üst sıkletler için aşırı kilo alıp verme.

Sporda duygusal istismar: Çocukları duygusal açıdan etkileyen, ruh sağlığını bozan ve başta baskı ve aşağılama olmak üzere reddetme, tehdit etme, suçlama gibi davranışlar ile ortaya çıkabilen istismar biçimidir. Ayrıca yaşına, özelliklerine uygun olmayan beklentiler yaratarak çocukların kaygılanmasına ve strese girmesine neden olmak da duygusal istismarın farklı biçimleridir. Genel olarak doğrudan bir fiziksel hasar yaratmamakla birlikte

2 Brackenridge, (1994): 294.

3 Beyazova ve Şahin, (2006): 9; Polat, 2007: 59-60.

4 Alexander ve ark., (2011); Çetin, (2019):55; Kerr ve ark., (2014): 748-749; UNICEF,(2010): 10.

istismarın etkisine göre bazı aşırı reaksiyonlarda fiziksel bulgular bırakabilmektedir.⁵

Sporadaki atmosferin rekabet, başarı, hırs gibi etkenler etrafında gelişmesi duygusal istismarın diğer kurumlara göre daha fazla ortaya çıkmasına neden olabiliyor.⁶

- Çocuk ve genç sporculara bağırma, küfretme, aşağılama,
- Sporculara rahatsız edici isim, lakap takma,
- Sportif başarıları/başarısızlıkları ile alay etme, performanslarından dolayı küçük düşürme,
- Çocukları sportif organizasyonlara göndermeme/ göndermemekle tehdit etme,
- Fiziksel istismar ile korkutma,
- Ebeveyn ve antrenörlerin hırslarını çocuklara yansıtmaları ve baskı kurmaları,
- Etnisite, inanç, cinsiyet, kültür ve beden temelinde ötekileştirme ve ırksallaştırma.

Sporda cinsel istismar: Cinsel istismar, çocuğun bir erişkin ya da yaşça kendinden büyük bir kişi tarafından cinsel doyum elde etmek amacıyla kullanılmasını ifade etmektedir.⁷ Genel olarak üç başlık altında irdelemek mümkündür: Cinsel ayrımcılık (güvenli ortamın olmaması, taciz ve rahatsızlıkları şikayet edecek kanalların olmaması, mekanların erkeklere göre dizayn edilmesi vb.), cinsel taciz (sözlü ve yazılı taciz ve tehditler, cinsel içerikli yorumlar, şakalar, beden ve elbiseler hakkında iğneleyici yorumlar, performans ile dalga geçme cinsellik esasına dayalı pratik şakalar, sıkıştırmak, öpmeye zorlamak vb.) ve cinsel istismar (ödül ve iltimas karşılığında cinsel ilişki, teşhir etme, cinsel şiddet, penetratif seks, anal, oral cinsel ilişki vb.)⁸

Spor ortamında antrenör-sporcu ekseninde gelişen cinsel istismar pratiklerinde failin erkek, maruz kalanın kadın olduğu bir döngü oluşmaktadır. Sporda oluşan cinsel istismar davranışları:⁹

- Cinsiyetçi şakalar,
- Beden ve görünüşle ilgili cinsel yorumlar,

5 Beyazova ve Şahin, (2006):8; Polat, (2007): 229; Yıldırım Doğru ve ark., (2012): 71-73.

6 Çetin, (2019):64; Gervis ve Dunn, (2004); Kerr ve ark., (2014), 748-749; Stirling ve Kerr, (2008); UNICEF, (2010); 10.

7 Beyazova ve Şahin, (2006): 5; Yıldırım Doğru ve ark., (2012):74; Polat, 2007,:94.

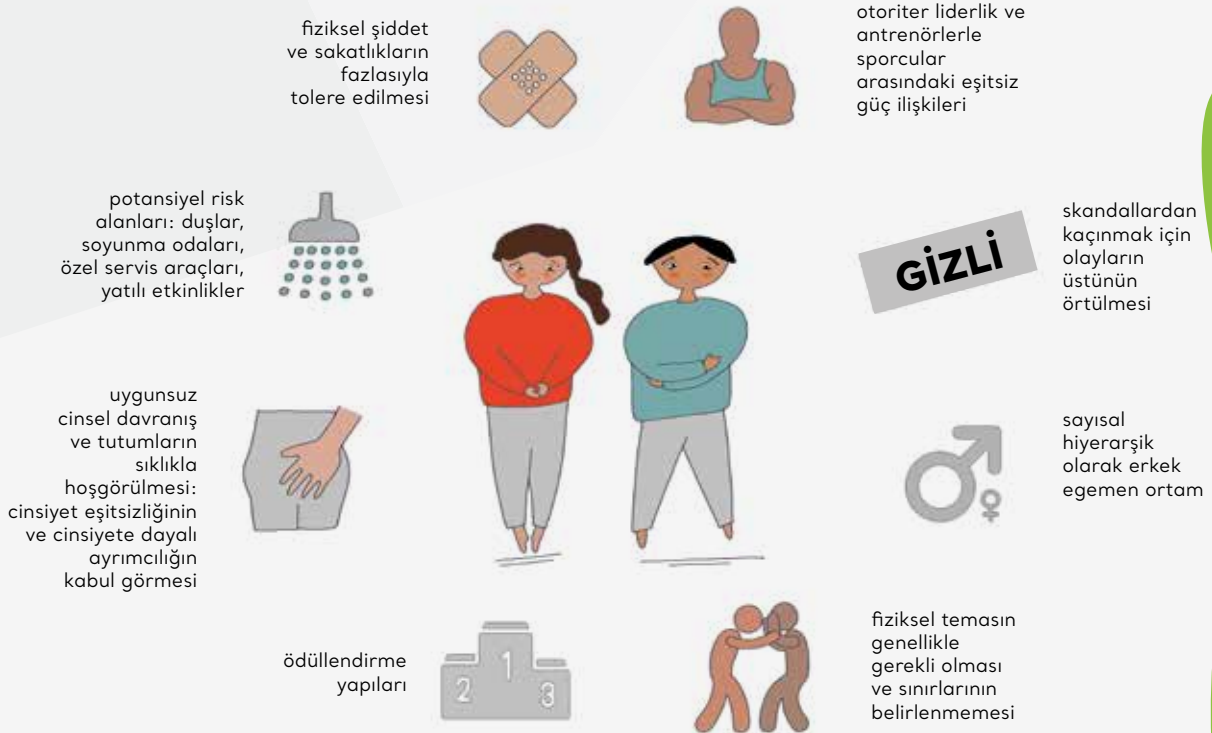
8 Brackenridge, (1997).

9 Alexander ve ark., (2011); Çetin, (2019): 70.

- Görüşme isteği/ cinsel içerikli ifadeler ile davet,
- Rahatsız edici kötü bakış, sokulma ve temas,
- Cinsel ilişkiye zorlanma,
- Penetratif ilişkiye girme.

Sporda ihmal: İhmal yetişkinlerin, ebe-

veynlerin veya bakıcıların bir çocuğun fiziksel ve duygusal gereksinimini, araçlara, bilgiye ve hizmetlere erişim ihtiyacını karşılamaması ve onu tehlikeye karşı korumada başarısız olması olarak tanımlanabilir. Bu anlamda ihmal, yetişkinlerin sorumluluklarını yerine getirmemeleri şeklinde ifade edilebilir, ki bu durum **pasif istismar** olarak literatüre geçmiştir. Ku-



rumsal olarak aile ortamında ebeveyn, okulda öğretmen ve idareci sorumluluğunda değerlendirilir. Spor ortamında ise başta antrenör olmak üzere kulüp yöneticileri ve diğer yetişkin profesyoneller bu sorumlulukları taşımaktadır.

Spor ortamında ortaya çıkan başlıca ihmal davranışları¹⁰:

- Spor ortamındaki olumsuz atmosfer,
- Spor ortamında hijyen problemi,
- Sporda kullanılan malzemelerin yetersizliği,
- Yetersiz beslenme/ beslenme ve sağlık konusunda bilgilendirmeme,
- Sağlığa ve sakatlıklara müdahale eksikliği,
- Okul eğitiminin aksaması.

Sporda çocuk koruma girişimleri

Çocukların çeşitli risklerden korunması, bakımlarının yerine getirilmesi ve bu konuda her türlü tedbirin alınması çocuk koruma programlarının temel hedefidir. Çok farklı kurumlar aracılığıyla yürütülen

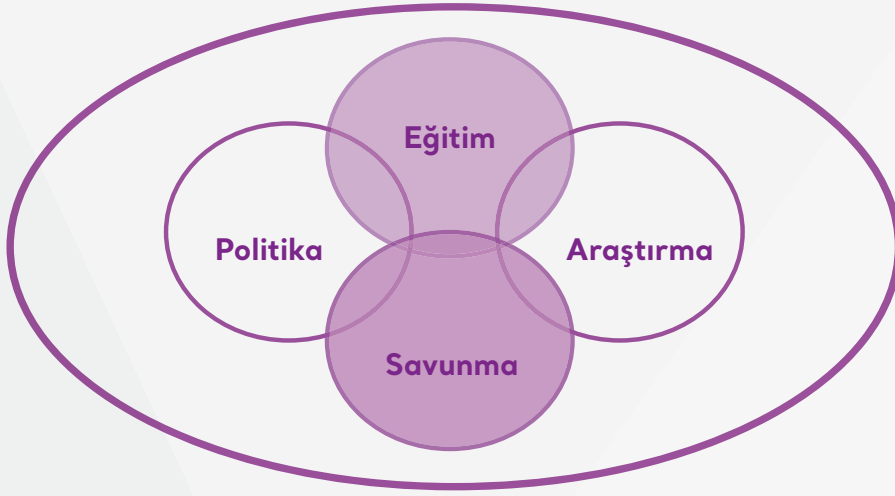
ve çocukların ihmal, istismar ve her türlü riskten korunması amacıyla ortaya çıkan sistematik çalışmalardan sonuç elde etmek, ancak geniş bir paydaş kesimin katkısı ile mümkündür.¹¹

Sporun risklerle dolu olduğu gerçeği üzerinden değerlendirildiğinde, farklı kurumların çocuk koruma programları oluşturması profesyonel spor organizasyonları için bir zorunluluktur. Batı'da pek çok ülke, özellikle 1990'lı yıllarda yaşanan ve medyaya yansıyan cinsel istismar olaylarından sonra 2000'lerin başında sporda çocuk koruma programlarına yönelmiştir. İngiltere, Kanada ve Avustralya bu konuda öncü olmuştur.

Sporda çocuk koruma programlarının en önemli dayanağı sporcu merkezli bir anlayış geliştirilmesidir. Stirling ve Kerr, sporcu merkezli bir anlayışı geliştirmek için dört temel nokta olduğunu söyler: Politika, eğitim, araştırma ve savunma. Onlara göre sporcu merkezli anlayış, çocuğun bir bütün olarak gelişmesini ve refahını ön planda tutar.

10 Çetin, (2019):80; Kerr ve ark.,(2014): 750; UNICEF, (2010): 12.

11 Brackenridge ve ark., (2008); Çetin ve Hacisoğlu, (2018): 87; Kerr ve Stirling, (2008).



Çocuk korumaya dayalı sporcu merkezli yaklaşım.

Pek çok katılımcı, dernek, kuruluş ve uluslararası örgütün yer aldığı Uluslararası Sporda Çocukları Koruma Çalışma Grubu [The International Safeguarding Children in Sport Working Group] çocukların daha güvenilir bir ortamda spor yapmaları için bazı standartlar belirlemiştir.¹²

- Tüm çocuklar her türlü istismar, şiddet, ihmal ve sömürden arınmış, güvenli ve kapsayıcı bir ortamda spora katılma, spor yoluyla eğlenme ve sporunu geliştirme hakkına sahiptir.

- Çocukların kendilerini ifade etme hakları vardır. Spora katılımları ile ilgili bir endişeleri olduğunda kime başvurabileceklerini bilmeleri gerekir.

- Kuruluşlar ve bireylerin, hizmet üretenlerin veya fon desteğinde bulunan herkesin çocuk ve gençlerin bakım ve korunmasından sorumlu olduklarını bilmeleri gerekir.

- Çocuk ve gençlere yönelik spor aktiviteleri yapan kuruluşların söz konusu gruplara bakım görevi vardır.

¹² Child Protection and Safeguarding.

- Bazı çocukları istismara karşı savunmasız bırakan bir takım faktörler vardır. Bu faktörleri ortadan kaldırmak ve sorunları gidermek için adımlar atılmalıdır.
- Koruma politikaların belirlenmesinde ve politikaların uygulanmasında çocukların birer özne olarak yer alma hakkı vardır.
- Organizasyonlarda her zaman çocuğun yüksek yararına göre hareket etmelidir.
- Her birey cinsiyet, ırk, yaş, etnik köken, yetenek, cinsel yönelim, inançlar, dini veya siyasi bağlılığa dayalı ayrımcılığa uğramama ve itibarlı ve saygılı muamele görme hakkına sahiptir.
- Koruma önlemlerinin oluşturulması, geliştirilmesi ve uygulanması için tüm süreç ve faaliyetlerin kapsayıcı olması gerekir.

İyi Örnekler

Bazı Ulusal Politikalar

İngiltere’de 2001 yılında çocuk merkezli bir spor kültürü oluşturmak ve spor organizasyonlarında çocuk korumayı teşvik etmek amacıyla Çocuklara Karşı Kötü Muameleyi Önleme Kurumu (NSPCC) bünyesinde **Sporda Çocuk Koruma Birimi (CPSU)** kurulmuştur. Bu birim, çocuklara yönelik çalışmaları organize eden en üst kuruluştur.

Kanada sporunun tepe kuruluşu Sport Canada, Ulusal Spor Örgütü (National Sport Organization-NSO) aracılığı ile taciz ve istismar konusunda çeşitli politikalar ve sorumlu görevliler belirleyerek sporda çocuk koruma organizasyonları geliştirmiştir.

1990’lı yılların ikinci yarısından itibaren **Avustralya Spor Komisyonu** spordaki istismar, taciz ve ayrımcılığa karşı strateji (Harassmentfree Sport Strategy) geliştirmeye başlamış ve 2001 yılından itibaren söz konusu stratejiye çocuk koruma programını dahil ederek, önleme çalışmalarını artırmıştır.

Almanya Münih deklarasyonu ile Alman Olimpik Sporlar Konfederasyonu (Deutscher Olympischer Sportbund- DOSB) ve Alman Spor Gençliği’nin (Deutsche Sportjugend- DSJ) başlattığı istismarı önleme çalışmaları, 2010 yılından itibaren DSJ bünyesinde düzenli olarak bir araya gelen gruplar ile ulusal düzeye taşınmıştır. DSJ’ye üye her örgütün bir **çocuk koruma sorumlusu görevlendirmesi** ile yapılan toplantılar sonucunda çocuk koruma programları için politikalar geliştirilmektedir.

Bazı Yerel Programlar

Play by the Rules 2001 yılında, Avustralya'da bireylerin ve kulüplerin taciz ve istismarı belirleme, önleme ve yönetmesine yardımcı olmak için tasarlanan ve ücretsiz eğitim sağlayan internet tabanlı program olarak faaliyet göstermiştir. Yıllar geçtikçe pek çok kuruluş ile işbirliği yaparak faaliyet alanını genişletmiştir.

Ten Signs of a Good Youth Sport Programme Amerika'da sporcu çocuklar ve ailelerine önerilerde bulunan ve onlara kaynak sunan web sitesi Moms Team'in çatısı altında uygulanan yerel bir program.

Just Play Kanada'da, 2000 yılında spor görevlileri, antrenörler, oyuncular ve seyirciler gibi spor aktörlerinin davranışları hakkında bilgi alıp analiz edilmesini sağlayan bir proje olarak geliştirilmiştir. Zorbalık, şiddet ve kötü muamele konusunda bilgi havuzu oluşturmaktadır.

Speak Out Kanada'da hokey sporunda yaşanan istismar, zorbalık vb. olaylardan sonra 1997 yılında örgütlenen ve spordaki olumsuzlukların görünür olmasını sağlayan ve kaynak, materyal hazırlayan, çalıştay düzenleyen bir girişimdir. Antrenörler, yöneticiler, güvenlik çalışanları, ebeveynler, oyuncular ve yöneticilere odaklanmış ve birçok etkinlik yapmıştır.

LeisureWatch programı, çocukların spor gibi serbest zaman etkinliklerinden risklere karşı sorumlu olanlara farkındalık kazandırmak amacıyla İngiltere'de, 2002 yılında başlamıştır. Programın özü, cinsel taciz gibi çocuklara yönelik potansiyel riskler konusunda farkındalığı artırmak, sorumlu grupları eğiterek riskleri azaltmak ve sorumlu grupları harekete geçmeleri konusunda güçlendirmektir.

Türkiye Eskrim Federasyonu Çocuk Koruma Programı'nı 2019 yılında başlatmıştır. Bu girişim ile sporda çocuk koruma eğitimleri düzenlemeye başlamış ve bu eğitimi almayan antrenörlerin çocuk yaş gruplarını çalıştıramayacağını bildirmiştir.

Çocuk Hakları Sözleşmesi (ÇHS), çocukların haklarını güvence altına alan uluslararası belgedir. Spor ile ilişki bağlamında ÇHS çocukların oyun hakkını savunduğu gibi çocuklar için güvenilir bir ortam tesis etmek ve onları her türlü riskten ve istismardan korumak için de hâlâ en güçlü sözleşmedir. Söz konusu sözleşme, çocuk olmaktan kaynaklanan hakları ve çocuk

merkezli bir anlayışı yerleştirme sorumluluğunun kurumlara ait olduğunu göstermektedir. Bu durum özellikle sporun paydaşları tarafından dikkate alınmalıdır. Sporda çocukların ve antrenörlerinin güvenilir bir ortamda spor yapmaları için bazı girişimlerin ve çalışmaların yapılması gerekir.



KONTROL LİSTESİ

KONTROL LİSTESİ	EVET	HAYIR	EMİN DEĞİLİM	NOTLAR
Sporun tüm aktörlerine (sporcu, antrenör, idareci, aile vs.) çocuk istismarı konusunda farkındalık kazandırılır.	☐	☐	☐	
Çocuk sporcuların öz savunmalarına ve istismar durumunda hangi birimlere başvurabileceklerine ilişkin bilgilendirme yapılır.	☐	☐	☐	
Spor kurumunda ırksallaştırma sürecinin yarattığı olumsuzluklara karşı özgürlükçü bir pedagoji ve kültürün oluşturulması desteklenir.	☐	☐	☐	
Her spor dalı için doğru temas ve mesafe o spor dalı ile ilgili aktörlerce belirlenir.	☐	☐	☐	
Her spor dalı ile ilgili çocukların fiziksel ve duygusal sağlıkları için riskli hareketler belirlenir ve bunlar yapılmaz.	☐	☐	☐	
Çocuklara rahatsız oldukları hareketleri yapmaları konusunda ısrarcı olunmaz.	☐	☐	☐	
Rekabet ve ödül-ceza ilişkileri yerine işbirliğinin geliştirildiği bir spor kültüründe ısrar edilir.	☐	☐	☐	
Spor yapılan mekanın sağlıklı ve hijyenik olmasına dikkat edilir.	☐	☐	☐	
Sağlık, yaralanma ve sakatlıklar konusunda eğitimler verilir.	☐	☐	☐	
Spor ortamında okul eğitiminin önemi sıklıkla vurgulanır ve okul eğitimini aksatacak uygulamalardan kaçınılır.	☐	☐	☐	
Çocukların uzun süre ailelerinden ayrılmalarına neden olacak kamplardan kaçınılır.	☐	☐	☐	
Çocukların spor kariyerleri için verilecek kararlarda, çocukların görüşleri alınır ve öneriler sonucunda nihai kararın çocuk sporcular tarafından verilmesi sağlanır.	☐	☐	☐	

Kaynakça

- Alexander, K., Stafford, A. & Lewis, R. (2011). *The Experiences of Children Participating in Organised Sport in the UK*. The University of Edinburgh/NSPCC, Child Protection Research Centre, Edinburgh.
- Beyazova, U., & Şahin, F. (2006). *Çocuk İhmali ve İstismarı Terimleri*. Gazi Üniversitesi Çocuk Koruma Merkezi, Ankara.
- Brackenridge, C. (1994). "Fair Play or Fair Game? Child Sexual Abuse in Sport Organisations". *International Review for the Sociology of Sport*, Vol. 29(3), pp. 287-298.
- _____ (1997). "He Owned Me Basically...: Women's Experience of Sexual Abuse in Sport". *International Review for the Sociology of Sport*, 32(2), pp. 115-130.
- _____ (2012). "Leisurewatch: Preventing Sexual Abuse in Leisure Facilities (England)". in Brackenridge C, Kay T, Rhind D. *Sport, Children's Rights and Violence Prevention: A Sourcebook on Global Issues and Local Programmes*, London: Brunel University Press. pp. 199-200.
- Brackenridge, C., Bishopp, D., Moussali, S. & Tapp, J. (2008). "The characteristics of sexual abuse in sport: A multidimensional analysis of events described in media reports". *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, Vol. 6(4), pp. 385-406.
- Boocock S. (2002). "The Child Protection in Sport". *Unit. Journal Of Sexual Aggression*; 8: pp. 99-106.
- Çetin, E. (2019). *Türkiye'de Bireysel Sporlarda Çocuk İstismarı: Elit Sporcular Örneği*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi) Gedik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Çetin, E. Hacısofuoğlu, İ. (2018). "Sporda Çocuk İstismarı Üzerinde Genel Bir Değerlendirme". *Yaşam Bilimleri Dergisi*, Cilt: 8, Sayı: 2/1: 80-90.
- Gervis, M. & Dunn, N. (2004). "The Emotional Abuse of Elite Child Athletes by Their Coaches". *Child Abuse Review*, Vol. 13, pp. 215-223.
- Kerr G, Stirling A. (2008). "Child Protection In Sport: Implications Of An Athlete-Centered Philosophy". *Quest*; 60: pp. 307-323.
- Kerr, G., Stirling, A. & MacPherson, E. (2014). "A Critical Examination of Child Protection Initiatives in Sport Contexts". *Social Sciences*: 3, pp. 742-75.
- Mazzucco, M. (2012). "Using the Convention on the Rights of the Child to Protect Children in Canadian sport" in Brackenridge C, Kay T, Rhind D. *Sport, Children's Rights and Violence Prevention: A Sourcebook on Global Issues and Local Programmes*, London: Brunel University Press. London, pp. 63-71.
- Polat, O. (2007). *Tüm Boyutlarıyla Çocuk İstismarı Tanımları*. Ankara: Seçkin Yayınları.
- Raakman, E. (2012). Justplay: Monitoring the conduct of youth sport participants (Canada). In Brackenridge C, Kay T, Rhind D. *Sport, Children's Rights and Violence Prevention: A Sourcebook on Global Issues and Local Programmes*. London: Brunel University Press, pp. 184-185.
- Rulofs, B. (2015). "Child Protection in German Sport" in Eds: Lang M, Hartill M. *Safeguarding, Child Pro-*

tection and Abuse in Sport, International perspectives in research, policy and practice. London: Routledge, pp. 49-57.

Simms, D. (2012). "The Australian approach to child protection in sport Sport in Brackenridge" C, Kay T, Rhind D. Sport, *Children's Rights and Violence Prevention: A Sourcebook on Global Issues and Local Programmes.* London: Brunel University Press, pp. 77-82.

Stirling, AE. & Kerr, GA. (2008). "Elite Female Swimmers Experiences of Emotional Abuse Across Time". *Journal of Emotional Abuse.* Vol. 7, Issue 4, pp. 89-113.

Stirling, AE. & Kerr, GA. (2012). "Protecting Children in Sport through an Athlete-centred Sport System, in sport. Sport in Brackenridge" C, Kay T, Rhind D. Sport, *Children's Rights and Violence Prevention: A Sourcebook on Global Issues and Local Programmes.* London: Brunel University Press, pp. 48-53.

World Health Organization. (2002). *World Report on Violence and Health,* Geneva.

Yıldırım Doğru, SS., Durmuşoğlu Saltalı, N. & Konuk Er, R. (2012). *Aile Refahı ve Koruma.* Ankara: Eğiten Kitap.

"2019 Yılı Sporda Çocuk Koruma Semineri", <https://www.eskrim.org.tr/2019-yili-sporda-cocuk-koruma-semineri-387.html> [22.08.2020].

EK: Sosyal Güçlendirme için Spor ve Beden Hareketi Derneği'nin Çocuk Koruma Politikası*

Politikanın Amacı: BoMoVu tarafından gerçekleştirilen faaliyetlerde çocukların refahını artırmak, çocuğun yüksek yararı ilkesini gözetmek ve herhangi bir yetişkinin, dernek tarafından yürütülen çalışma bağlamındaki eylemlerinin şeffaf ve güvence altında olmasını sağlamak.

Politika İlkeleri:

1. Bir çocuğun refahı her zaman önceliklidir.
2. Çocukların ve ailelerinin haklarına, isteklerine ve duygularına saygı gösterilir/ dinlenir.
3. Sorumlu pozisyonundaki üyeler ve personel, çocukların menfaatine uygun çalışır, yerel ve uluslararası çocuk koruma yasalarına uygun olarak Çocuk Koruma Politikası ve Davranış Kuralları'nı imzalar ve takibini yapar.
4. Dernek içinde sorumluluk altındaki üyeler ve personel aynı fırsatların herkese açık olmasını sağlar ve bireyler arasındaki tüm farklılıklara saygı gösterir.
5. Çocuk istismarı ve çocuk koruma politikası davranış kodlarının ihlaline karşı, ihlalde bulunan kişinin kim olduğundan ve Dernek'le ilişkisinden bağımsız olarak, gerekli önlemlerin alınması için bir çerçeve ve süreç önerilir. Bu politika, derneğin üst yönetimini ve birlikte çalışılan kişileri, partner organizasyonları kapsar.

1. ÇOCUKLARIN KORUNMA HAKKI

Bir çocuk, derneğin yürüttüğü herhangi bir program veya etkinlik sırasında korunma hakkına sahiptir. Bu korunma, aşağıdakilerden korunmayı içerir:

- Sömürü
- İnsanlık dışı muamele
- İhmal
- Cinsiyet ayrımcılığı
- Dini/ dilsel ayrımcılık
- Fiziksel istismar
- Cinsel istismar
- Sözlü taciz
- Duygusal ve psikolojik taciz

Tanımlar:

Fiziksel İstismar: Çocuğa fiziksel bir şekilde zarar veren, vurmak, sallamak, atmak, yakmak, haşlamak, boğmak, sıkmak veya başka bir eylemi içerir. Bu aynı zamanda bir çocuğun isteği ve yapabilirliğinin aksi biçiminde onu koşturmak, oturmaya zorlamak ya da aşırı egzersiz şeklinde olabilir. Bir kusuru cezalandırmak, birini disipline etmek veya kabul edilemez görülen davranışlardan vazgeçirmek için kasıtlı olarak acı verilmesini içeren fiziksel cezadır.

Duygusal İstismar: Bir çocuğun tekrar eden duygusal kötü muameleye maruz kalmasıdır. Bir çocuğa, onu değersiz, sevilmeyen, yetersiz ya da istenmeyen olduğunu hissettirmeyi içerir. Ayrıca, çocukta sağlıksız miktarda stres yaratacak ve iyi performans gösterememe korkusu doğurabilecek -belirli bir turnuva veya kupa kazanma zorlaması gibi- şekilde dayatılan uygunsuz ve sağlıksız beklentiler biçimini alabilir. Çocukları duygusal olarak kontrol etmek için korkuyu kul-

lanmak ve onları akranlarının önünde küçük düşürmek ve utandırmak bir istismar şeklidir. Cinsiyetlerini ifade etme biçimleri nedeniyle onlarla alay etmek de çocuklara zarar verir ve bir istismar biçimi olarak kabul edilir.

Cinsel İstismar: Bir çocuk aşağıdaki yollardan biriyle istismar edilebilir;

- Cinsel organ, vücudun herhangi bir organı veya başka nesneler ile penetrasyon yoluyla cinsel ilişki
- Çocukları pornografiye maruz bırakmak ve pornografik materyaller üretmek için kullanmak
- Doğrudan veya dolaylı olarak, bir çocuğun vücudunun herhangi bir yerine bir nesneyle dokunmak ya da vücut teması kurmak ve bu teması cinsel tatmin için kullanmak
- Cinsel amaçlı olarak, genital organları veya vücudun diğer kısımlarını göstermek
- İki ya da daha fazla çocuğu cinsel ilişkiye zorlayarak röntgenci zevk almak
- Bir çocuğa yönelik cinsel anlam yüklü sözler söylemek ya da eylemlerde bulunmak veya kaba ve müstehcen bir dil ve tavır ile bir çocuğu taciz etmek

İhmal: Çocuğu temel ihtiyaçlarından mahrum bırakmaktır. Bunlara yiyecek, giysi, sıcaklık ve barınak, duygusal ve fiziksel güvenlik ve koruma, tıbbi bakım, temizlik, eğitim ve yetişkin gözetimi dahildir. Spor ortamını çocukları olumsuz deneyimlerden alıkoyacak bir şekilde düzenlememek; sakatlık, yaralanma, sağlık konusunda çocuk ve genç sporcuları bilgilendirmemek, onların okul eğitimlerini almalarını sağlayacak düzenlemeleri yapmamak, rekabetçi spor ortamlarından işbirlikçi, sevgi ve saygı ortamına dönüşecek bir sistemin kurulmaması, yetersiz beslenme, spor malzemelerinin karşılanmaması spor ortamındaki ihmal pratiklerindendir.

Cinsiyet Ayrımcılığı: Cinsiyet ayrımcılığı, genel anlamda bireylere cinsiyetlerinden dolayı toplumda eşitsiz bir şekilde

davranılmasıdır. Bu anlamda cinsiyet ayrımcılığı bireyin insan haklarından tümüyle yararlanmasını engelleyen sosyal açıdan yapılandırılmış cinsiyet rolleri ve normlarına dayalı olarak herhangi bir ayrıma, dışlanma ya da kısıtlamaya maruz kalmasıdır.

Dini/ Etnik Ayrımcılık: Dini ilişkilere, toplumsal statüye (ekonomik, kentsel/kırsal, dilssel vb.) veya etnisiteye dayanan herhangi bir eşitsiz muamele şeklidir.

2. GÜVENLİĞİ TEMİN ETMEK VE İYİ UYGULAMALAR

Aşağıda, derneğin spor programındaki çocuklar için güvenliği ve sağlıklı gelişimi teşvik eden uygulamaları hakkında bazı kurallar bulunmaktadır. Kaçınılması gereken ve asla yaptırılmaması gereken uygulamalar da vardır.

Duygusal ve Fiziksel Güvenli Bir Alan Yaratmak için Umut Verici Uygulamalar

Davranış

- Katılımcılarla etkileşimde bulunmak için uygun ve uygun olmayan yolların tartışılmasına çocukları dahil edin ve tüm katılımcıların Çocuk Koruma Politikası ve Davranış Kuralları hakkında bilgi sahibi olmalarını ve böylece kendi hakları ihlal edildiğinde anlamalarını sağlayın.
- Çocukların güvende olup olmadıkları ile ilgili ne düşündüklerini dinleyin.
- Tüm antrenörler, kolaylaştırıcılar, personel, ziyaretçiler ve gönüllüler Davranış Kuralları'na uymalıdır.
- Tüm engelli çocuklara eşit, saygılı ve onurlu davranın.
- Her bir çocuğun iyi halini hedefe ulaşmak veya kazanmak- tan önde tutun.
- Oyuncularla güvenli ve uygun bir mesafeyi tutun (örneğin, personelin veya gönüllülerin bir çocukla yakın bir ilişki

içinde olmaları veya sahadaki bir saha gezisi sırasında oda paylaşımları uygun değildir).

- Herhangi bir tür fiziksel destek gerekliyse, açık ve görülebilir şekilde ve dernek tarafından gözetilen kurallara uygun olarak sağlandığından emin olun.
- İyi bir rol modeli olun. (Bu, çocuklarla birlikte/ çocukların önünde sigara içmemeyi veya alkol kullanmamayı içerir.)
- Olumsuz eleştiri yerine, yapıcı geribildirim verin.
- Engelli çocuklar da dahil, çocukların farklı gelişimsel ihtiyaçlarının ve kapasitelerinin farkında olun; aşırı/ zorlayıcı antrenmandan, rekabetten ve istekleri dışında çocukları antrenmana zorlamaktan kaçının.
- Zorbalığın farkında olun. Tüm çocukların birbirlerine saygılı olmasını sağlamaya çalışın.
- Çocukların geri bildirim vermeleri ve konuşma konuları önermeleri için bir kutu hazırlayın.
- Çocukların kendilerini en rahat hissettikleri dilde hassas konular hakkında konuşmasına izin verin. Ancak, çoğunluk dilini konuşamayan çocukların kendilerini marjinalize edilmiş hissedebileceğini unutmayın.
- Çocukların dedikodu yapmalarını ve söylentiler çıkarmalarını önlemeye çalışın.
- Aralarındaki çatışmaları barışçıl bir şekilde çözmelerini sağlamak için çocukların iletişim becerilerini desteklemeye çalışın.

Çevre, ortam

- Antrenörler ve kolaylaştırıcılar oyun alanının fiziksel güvenliğini sağlamalı, olası herhangi bir kazaya yol açabilecek koşulları kontrol altına almalıdır. Oyunla ilgili herhangi bir potansiyel tehlike veya engel bulunması durumunda çocukların bilgilendirilmesi, tehlikenin ortadan kaldırılması veya oturumun iptal edilmesi gerekir.

• Tehlikeli maddeler arasında; delikler, camlar, kıymık tahatları, paslı çiviler ve metaller, iğneler, zehirli atıklar veya oyun sırasında çocuğa zarar verebilecek herhangi bir şey sayılabilir.

• Antrenörler, alanda yabancıların bulunmadığından veya yabancıların programa girişinin engellendiğinden emin olmalıdır.

• Daima açık bir ortamda çalışın, katılımcılarla bire bir ve özel durumlardan kaçının.

• Derneğin programlarını yürüttüğü tüm sahalarda ve mekanlarda ilkyardım seti ve ilkyardım eğitimi almış bir personel bulunmalıdır.

• Çocukların buna ihtiyaç duyulan sporlar için yeterli koruyucu donanıma sahip olduğundan emin olun.

• Etkinlik saatlerini planlarken, çocukların programın yürütüldüğü mekana gelmek veya eve dönmek için, karanlıkta yürümek zorunda kalmayacakları saatleri tercih edin.

• Adil oyunu teşvik edin.

• Program dahilinde şiddetsizlik politikası benimseyin. Bu, katılımcılar, antrenörler ve gönüllüler için geçerli olmalı ve fiziksel ve sözlü saldırıları önleyecek biçimde kurgulanmalıdır.

• Antrenörleri, çocuklar için güvenli alanlar sağlamaları hususunda eğitin.

• Bölgedeki komşularla tanışın.

• Aktivitelerinizi, çocukların kendilerini güvende hissedebilecekleri alanlarda yapın. Var olan sahaları, spor salonlarını, kamusal mekanları daha güvenli hale getirmek üzere düzenlemeler yapabilirsiniz.

Nezaret

- Soyunma odalarında yetişkin gözetimi gerekiyorsa, her zaman ebeveynlerin, öğretmenlerin, koçların veya yetkililerin çiftler halinde çalışmasını sağlayın.

- Karma takımları bir yere götürmeniz durumunda, her zaman bir kadın ve bir erkek personelin onlara eşlik ettiğinden emin olun.
- İçinde kızlar da bulunan bir çocuk grubunda, her zaman bir kadın kolaylaştırıcı bulunmalıdır.
- Turnuvalarda veya konaklamalı etkinliklerde, yetişkinlerin, çocuk odalarına girmemesi veya çocukları odalarına davet etmemesi gerektiğini bildiğinden emin olun.
- Uygulanan herhangi bir tedavinin veya meydana gelen herhangi bir yaralanmanın ayrıntılarıyla birlikte yazılı bir kaydını tutun.
- Dernek personelinin, çocukları kendi arabalarıyla bir yere götürmeleri veya saha dışına çıkarmaları gerektiği durumlarda, yazılı ebeveyn izni talep edin.
- Koçların ve personelin yukarıdaki politikalara uymasını sağlamak için, yönetim ve kontrol pozisyonlarındaki personeller, saha ziyaretleri yapabilir.

Kaçınılması Gereken Uygulamalar

Çocuğun güvenliği ve sağlığının tehlikede olduğu acil durumlar haricinde, aşağıdaki uygulamalardan kaçınılmalıdır.

- Bir çocukla yalnız başına zaman geçirmekten kaçının.
- Antrenörler, bir çocuğun odasına girmemeli veya bir çocuğun odasına davet etmemelidir (çocuğun hayatının veya sağlığının tehlikede olduğu acil bir tıbbi durum veya diğer acil durumlar olmadığı sürece).
- Katılımcılarla bire bir veya bir katılımcıya özel sevgi jestlerinde bulunduğunuz (örneğin sarıldığınız) fotoğraflar çekmekten kaçının.

Asla yapılmaması gereken uygulamalar

Aşağıdaki faaliyetlere hiçbir zaman izin verilmemeli ve personel, gönüllüler ve ziyaretçiler tarafından her ne pahasına

olursa olsun kaçınılmalıdır.

- Kaba, tehlike yaratabilecek sertlikte, fiziksel veya cinsel açıdan kışkırtıcı oyunlara katılmak
- Bir odayı bir çocukla paylaşmak
- Herhangi bir uygunsuz dokunuşa izin vermek
- Çocukların uygunsuz bir dil kullanmalarına izin vermek
- Bir çocuğa, şakadan da olsa, cinsel ima içeren şeyler söylemek
- Çocuğu bir kontrol biçimi olarak tutulmayacak sözler vermek
- Çocuk tarafından yapılmış herhangi bir suçlamanın kayda geçilmemesi ya da bu suçlama doğrultusunda harekete geçilmemesi
- Çocukları, başka bir yetişkin gözetimi olmadan, sizinle birlikte evinizde kalmaya davet etmek veya kalmalarına izin vermek
- Bir katılımcıyla cinsel veya yakın ilişki kurmak

Not: Bazen personelin veya gönüllülerin, özellikle çocuklar küçük veya engelli ise, bakım ihtiyaçları varsa, kişisel nitelikte şeyler yapması gerekebilir. Bu görevler yalnızca dahil olan katılımcıların ve ebeveynlerin tam olarak bilgilendirilmesi ve rızası ile yerine getirilmelidir. Bir kişinin tepkilerine duyarlı olunmalıdır. Eğer bir çocuk tamamen bir personele veya gönüllüye bağımlıysa, o kişi ne yaptığı hakkında çocukla konuşmalı ve mümkün olan yerlerde çocuğa seçim hakkı vermelidir. Bu, özellikle, personel veya gönüllünün, dış giysilerin giydirilmesi ya da çıkarılması ile uğraştığı veya bir çocuğun belirli aktiviteleri gerçekleştirmesi için yardımcı olmak üzere fiziksel temasta bulunduğu durumlarda geçerlidir. Personel ve gönüllüler, uygun şekilde eğitilmedikleri görevlerin sorumluluğunu üstlenmekten kaçınılmalıdır.

3. POLİTİKA İHLALLERİ VE YARALANMA OLAYLARI İÇİN RAPORLAMA İŞLEM VE PROSEDÜRLERİ

1. Çocuğun veya istismara uğradığı iddia edilen kişinin derhal güvenliğini sağlayın.
2. İstismara uğramış olduğu iddia edilen kişinin (eğer durumu uygunsa) yanı sıra istismar vakasını görmüş duymuş ya da istismar olduğundan şüphe eden kişilerin yardımı ile bildirim yapın.
3. İstismara uğramış olduğu iddia edilen çocuğa veya kişiye, gerekirse tıbbi yardım almaları için eşlik edin.
4. Kötüye kullanım veya politika ihlali iddiasıyla ilgili soruşturmaya katılın ve sonuçlanması için destek verin.

Olay gönüllülere veya ziyaretçilere anlatıldıysa, kendisine anlatılan istismarı derhal proje koordinatörüne bildirmeli; proje koordinatörü de olayı derneğin yönetim kuruluna, yönetim kurulu ise olayın vuku bulduğu kuruma (toplum merkezi, okul, vb.) bildirmeli ve rapor etmelidir. Yönetim Kurulu ve olayı duymuş olan kişi, Çocuk Koruma Kanunu'nun 6. maddesinin 1. Fıkrasına göre: *"Adli ve idari merciler, kolluk görevlileri, sağlık ve eğitim kuruluşları, sivil toplum kuruluşları, korunma ihtiyacı olan çocuğu Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumuna bildirmekle yükümlüdür"*.

Suçlanan kişi, proje koordinatörü ise, rapor derneğin yönetim kurulu üyelerinden herhangi birine verilmelidir.

Önemli: Politika ihlali ve istismar vakaları uygun kanallar kullanılarak raporlanmalıdır. Bunun yapılmaması derneğe daha fazla zarar verebilir ve en önemlisi çocuğun kendisi ve olayı bildirmeyen kişiler yasal anlamda zarar görebilir. Katılımcılardan olayı dinleyen kişiler, olayı prosedüre uygun olarak bildirmek zorundadır ve bu nedenle çocuğa bilgileri gizli tutabileceğine dair söz veremez.

Bir çocuk, istismar veya ihmal bildiriminde bulunduğu anda atılması gereken adımlar:

- Çocuğu dikkatlice dinleyin.
- Çocuğa yeterli zaman ayırın ve tüm dikkatinizi, ilginizi çocuğa verin.
- Çocuğun tüm detayları anlatmasına izin verin. Olayları serbestçe anlatırken çocuğun sözünü kesmeyin. (Çocuğa, durumu hatırlamak için, anlattıklarını yazıp yazamayacağını sorun).
- Raporlarken, mümkünse çocuğun kendi sözlerini kullanın.
- Paylaştığı bilgiler hakkında başkalarıyla konuşmamaya söz veremeyeceğinizi açıklayın.
- Çocuğa, durumu size söyleyerek yanlış bir şey yapmadığını anlatın ve bu durumdan memnun olduğunuzu ifade edin.
- Çocuğa daha sonra ne yapacağınızı açıklayın.
- Çocuğu güvende tutmak için yardım almanız gerekeceğini açıklayın.
- Çocuğa, herhangi bir işlem yapmayacak veya olaydan haberdar olması gerekmeyen kişilere olayı tekrar anlatırmayın. Bu, çocuğun daha fazla acı çekmesine, korkmasına veya olayı dramatize etmesine, olayları değiştirmesine neden olabilir.

İstismar belirtilerini bildirme

Bir yetişkin, istismar ya da ihmal sözlü olarak bildirmediği halde; tavır ve tutumlarındaki değişiklik ya da bedensel belirtiler nedeniyle, bir çocuk katılımcının istismar ya da ihmale uğradığından şüphe ederse, herhangi bir işlem yapılmadan önce, yetişkinin çocukla ilgili endişelerini derneğe bildirmesi ve tartışması gerekir. Şüphe edilen kişi, bildirim yapan personelden daha üst düzey bir personel veya yönetici ekibin bir üyesi ise, konuyla ilgili daha fazla araştırma yapılması

için bu şikayet, yönetim kuruluna veya ihmal ve çocuk istismarı vakalarını ele alan bir dış partner kuruma iletilmelidir.

Gizlilik

Tüm ilgili kişiler için, gizliliğin korunmasıyla ilgili her türlü çaba gösterilecektir. Edinilen bilgiler, sadece bilmesi gereken kişilerle ve ihtiyaç halinde paylaşılacaktır. **Bu, aşağıdaki kişileri içerebilir:**

- istismara uğradığı iddia edilen kişinin ebeveynleri
- iddiada bulunan kişi
- Sosyal hizmetler / polis
- Proje koordinatörü ve Dernek Başkanı

Dernek, istismarda bulunduğu iddia edilen kişiyle (ya da bu kişi bir çocuk ise ebeveynleri ile) kimlerin iletişim kurması gerektiği hakkında Sosyal Hizmetler'den tavsiye alır.

Bilgiler, veri koruma yasalarına uygun olarak, yalnızca belirli kişilerin sınırlı erişime sahip olduğu, güvenli bir ortamda saklanacaktır.

Fiziksel yaralanma meydana geldiğinde yapılması gerekenler

Bir program etkinliği sırasında meydana gelen fiziksel yaralanmalar veya olaylar varsa, antrenör veya kolaylaştırıcı durumu derhal değerlendirmeli ve gerekirse tıbbi önlem almalıdır. Yaralanan kişi stabil hale gelip, tehlikenin aciliyeti geçmez yetişkin, olayı programın yöneticisine bildirmelidir.

Antrenör/kolaylaştırıcı yaralanan katılımcıya daha fazla tıbbi müdahalede bulunulması konusunda karar verilmesi gerekiyorsa, program yöneticisi ebeveynlere danıştıktan sonra durumun ciddiyetine bağlı olarak, nasıl hareket edileceğine karar verir.

4. İSTİSMAR SORUŞTURMASI VE MÜTEAKİP ÖNLEMLER

Aşağıda, dernek çalışanı hakkında bir şikayet veya bu politikayı ihlal eden bir olayın rapor edilmesi durumunda gerçekleştirilecek eylemler verilmiştir. Tüm soruşturmalar, Çocuk Koruma Memurunu, bir dış ortak kuruluşu (Sosyal Hizmetler) ve polisi içerecektir.

Soruşturma sırasında

- Soruşturma tamamlanmadan önce suçluluk belirtmeyecek hassas bir şekilde, söz konusu personeli tüm faaliyetlerden uzaklaştırın ve soruşturma süresi boyunca çocuklarla iletişimini kısıtlayın.
- Polisi (gerekirse), dış ortak kuruluşları (sosyal hizmetler) ve istismara uğrayan çocuğun ebeveynlerini veya yasal vasislerini bilgilendirin ve sürece dahil edin.
- İstismara uğradığı iddia edilen çocuğun veya kişinin, tüm soruşturma süreci boyunca hem duygusal hem de fiziksel olarak güvenli olduğundan emin olun.
- Dernek Başkanı medyadan gelecek tüm sorularla ilgilecektir.

Soruşturma sonrası

Durumun ciddiyetine ve kanıtlanmış suçlamalara bağlı olarak (üst yönetim, Yönetim Kurulu veya dış ortak kurum (sosyal hizmetler vb.) tarafından yürütülen soruşturma sonuçlandığında) derneğin izleyeceği birkaç eylem yolu vardır.

İhlal bulunmuyorsa

- Personeli bulunduğu pozisyona geri getirin. Bu, özellikle dedikodu ve yanlış bilgilenme nedeniyle, çok hassas bir konudur. Soruşturma bulgularını ilgili kişilerle paylaşmaya dikkat edin ve görevine geri gelen personeli destekleyin.

- Sosyal hizmetler veya polis soruşturmaları bulgularından bağımsız olarak; dernek, her bir vakayı ayrıca değerlendirecek; bir personelin veya gönüllünün eski konumuna getirilmesinin uygun olup olmadığına ve bunun nasıl hassas bir şekilde gerçekleştirilebileceğine karar verecektir. Özellikle polisin soruşturmayı sürdüreceği yeterli delili olmadığı, ancak yine de güçlü bir şüphe bulunduğu durumlarda buna karar vermek zor olabilir. Bu gibi durumlarda, derneğin mevcut bilgilere dayanarak bir karara varması gerekir. Karar verirken çocuğun refahı her zaman en önde tutulmalıdır.

Bir ihlal bulunursa

- İlgili personele uygunsuz davranışlarıyla ilgili sözlü veya yazılı uyarıda bulunun (personelin dernekle çalışmaya devam etmesine izin verilmesi halinde).
- İlgili personeli uygun bir süre için ücretsiz olarak görevinden uzaklaştırın.
- Durumun ciddiyetinin izin verdiği durumlarda, uygun yasal tavsiye alındıktan sonra gerekli görüldüğü takdirde, ilgili personeli görevden alın.
- Gerekli görülen durumlarda, ilgili personele karşı uygun cezai kovuşturmalara başlayın ve bu işlemleri takip edin.
- Gönüllüler veya ziyaretçileri içeren iddiaların gündeme gelmesi ve doğru bulunması durumunda, dernek bu kişiyi derhal işten çıkarmalıdır. Dernek, durumun ciddiyeti daha

fazla eylem gerektiriyorsa, atılacak adımlar konusunda ortak kuruluşlardan yasal tavsiye alabilir.

Soruşturma Sonrası Destek

Çocuk istismarı veya ihmali veya bu politikanın diğer ihlalleri, çocuklar, ebeveynler ve ilgili diğer personel için travmatik olabilir. Dernek, olaya dahil olan herhangi bir tarafı, zor durumların üstesinden gelmelerine ve iyileşmelerine yardımcı olabilecek harici hizmetlerle ilişkilendirmeye çalışır. Bunlar danışmanlık hizmetleri, destek grupları, açık toplantılar ve güvenilir tartışma oturumlarını içerebilir.

Dernek, çocuk koruma politikaları hakkında, katılımcılarla ve personeliyle açık ve dürüst bir tartışma yürütülmesini sağlar.

5. KATILIMCI FOTOĞRAFI VE VİDEO ÇEKME

Derneğin, katılımcıların ve katılımcılar 18 yaşından küçüklerse, velilerinin izni olmadan fotoğraflarının çekilmesine veya videoya alınmasına izin verilmez. Buna tüm antrenörler, personel, ziyaretçiler, gönüllüler dahildir. Yürütülen çalışmalar, oyunlar veya turnuvalar sırasında gençlerin çekilen fotoğraflarının uygunsuz şekilde kullanılması ihtimaline karşı dernek, dikkatli davranmak ve bu gibi durumların ortaya çıkmasını engellemeye çalışmak konusunda sorumludur. Çocukların fotoğraflarının veya videolarının uygunsuz kullanımına ilişkin endişeler derhal derneğe bildirilmelidir.

* Bu politika, Sosyal Güçlendirme için Spor ve Beden Hareketi Derneği (BoMoVu) Yönetim Kurulu üyeleri tarafından 8 Ocak 2020 tarihinde kabul edilmiştir.

Örnek teşkil etmesi için burada sunulmuştur; iyileştirilebilir, geliştirilebilir, farklı ihtiyaçlar açısından ele alınabilir.

SPORDAKİ YÜKSELME MERDİVENİ YANILSAMASINI AŞMAK

Sporun yükselme merdiveni yanılması dönüşmesi

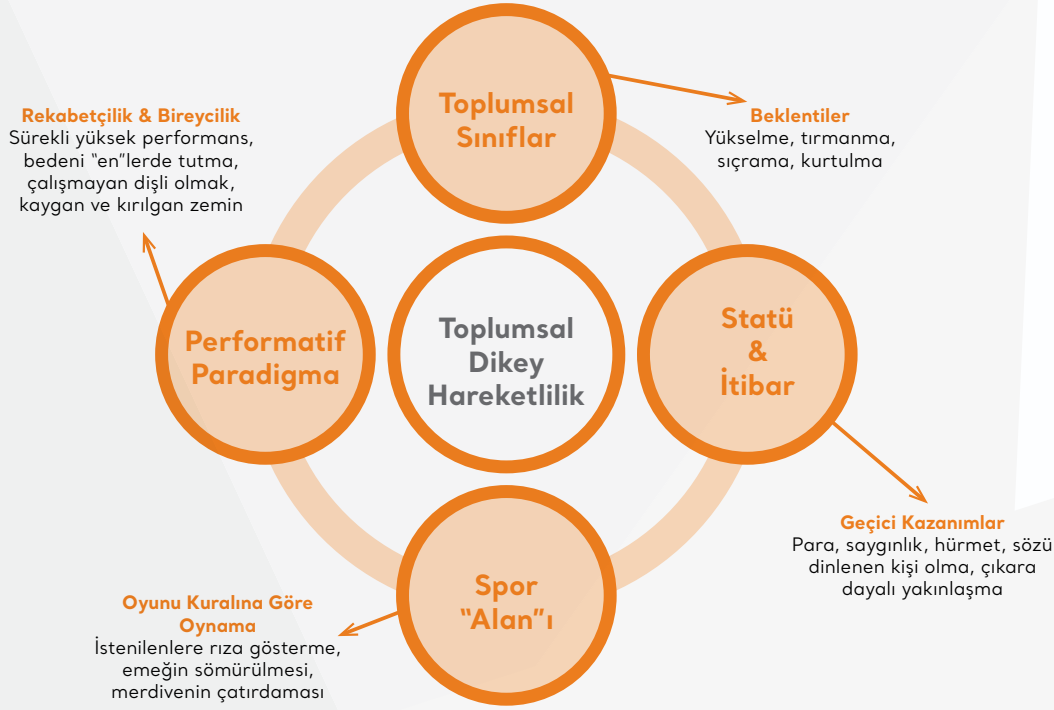
Modern kapitalist toplumlardaki toplumsallaşma süreçlerinde, çocuğun topluma entegrasyonu ve toplumsal sistemin işleyişini öğrenmesi önemli gerekliliklerdendir. Endüstriyelleşmiş spor kültürü, hem entegrasyonu sağlamada hem de sistemin işleyişinde bir aksama olması hususunda oldukça etkili bir güce sahiptir. Özellikle düşük gelirli ailelerin çocukları için medya, reklamlar ve belirli politikalar yoluyla spor, toplumsal başarı alanı olarak sunulup toplumsal yapıda yükselme merdiveni ya da sınıf atlama kaldıracı yanılmasının gerçekmiş gibi görülmesinde önemli rol oynamaktadır. Bunun etkisiyle, yoksullukla mücadele etmeye çalışan aileler çocuklarını spora yönlendirirken yukarı doğru hareketlilik beklentisi içine girerler. Bu "yırtma",

Edson Arantes Do Nascimento PELE:

Çoraptan yapılmış top ile oynayan bir çocuk; profesyonel toplarla ve profesyonel sahalarda, tarih yazan takımlarda oynayarak ilerlemiş. Dünyayı gördüm, harika insanlar mükemmel insanlar tanıdım. Bu kadar yükseğe uçacağımı beklemiyordum.

"sıçrama" ya da "kurtulma" beklentisi ve spor sayesinde elde edilen yüksek ekonomik kazanca dair yerleşmiş olan güçlü inanç, tüm toplumsal kurumlarda kabul görüyor.¹ Bu bölümde, spor ama daha çok futbol özelinde bu yanılmanın nasıl inşa edildiğini anlatabilmek için toplumsal sınıf, toplumsal dikey hareketlilik, statü/ itibar kavramları ve Bourdieu'nün alan kavramının spor ortamında hangi şekillerde ortaya çıktığına odaklanıyoruz.

¹ Agergaard, S., & Sorensen, J. K. (2009): pp. 766- 780.



Toplumsal sınıflar, toplumsal dikey hareketlilik ve spor/futbol ilişkisi

Toplumlar daha çok ayrıcalıklı olanın en üstte, ayrıcalıklı olamayanın da en altta olduğu bir hiyerarşi düzeninden oluşur. Bu düzen, toplumsal yaşamdaki görevlerin, hakların ve imtiyazların güce dayalı eşitsiz dağılımını pekiştirir. Profesyonel spor/futbol ise alt sınıf mensubu bir birey ve ailesi için bu eşitsiz dağılımı aşmanın "**kestirme**" yolu olarak sunulur. Çünkü profesyonel spor/futbol, ekonomik ser-

mayenin artmasını sağlamakla kalmaz aynı zamanda sporcu için toplumsal dikey hareketlilik ortamını ve imkanını yaratır.

Bourdieu (1978), alt toplumsal sınıftan gelen bir birey için sporun sadece beden eğitiminin bir parçası değil, aynı zamanda o bireyin toplumsal ve ekonomik statüsünü belirlemede önemli bir araç olduğunu belirtir. Böylelikle spor bir tür

toplumsal ayrıcalığın alameti olarak öne çıkar; **yetenekli alt ve alt orta sınıf men-subu bireyler için bulunulan sınıftan kaçış** ve yukarı hareketliliği sağlayan bir araç olarak belirir. Nitekim yoksul Afrika'dan ve Latin Amerika'nın favelalarından Avrupa'ya göç eden futbolcular, ABD'nin gettolarından çıkıp göz kamaştıran spor sahnelerinde boy göstermek isteyen basketbolcular, beyzbolcular ya da boksörler oldukça fazladır. Bu sporlara yönelmelerinin altında, profesyonel kariyer ve yukarı hareketliliğin gerçek imkan ve sınırlarının dışında, bir de sporun genç kuşaklar tarafından **yurt dışına çıkarak evlerindeki zorlu yaşam koşullarından kurtulmanın bir aracı** olarak görülmesi yatar.²

Bu aslında neredeyse evrensel bir olgudur. Çünkü **dünyanın herhangi bir yerindeki çocukların ya da gençlerin profesyonel sporculuk ile ilgili hayallerine bakıldığında, normal standartların üstüne çıkmak, aileyi rahatlatmak, eve katkı sağlamak, zenginlik bolluk içinde yaşamak, yük olmaktan kurtulmak, aileyi gururlandırmak gibi vurgular öne çıkar. Bu vurgular, profesyonel sporun bireyleri**

zorlu maddi koşullardan kurtarmaya yönelik bir yol olduğunu gösterir. Afro-Amerikan basketbolcu Pippen, Şilili futbolcu Zamorano, Müslüman Amerikalı boksör Muhammed Ali, Türkiyeli futbolcu Rıza, Ganalı futbolcu adayı Francis³ ve daha niceleri yoksulluğun dipsiz kuyusundan çıkabilmek adına bu hayallere dört elle sarılır.

Bu bağlamda, bireyler **"paçayı kurtarmak"**, sayfada yer almak ve sonrasında sayfadaki yerlerini korumak için sözler verirler. Kazanamayacaklarını bildikleri ama **baş döndürücü** miktarlardaki zenginlik vaatlerinin peşine takılarak denemeye değer gördükleri bir yarışın içine girerler.⁴ Bu süreçler, toplumsal sınıflar ile spor arasındaki anlam ve işlev çeşitliliğini anlamamızı kolaylaştırır.

Statü ve itibar

Popüler kültürün balon gibi şişirip sonrasında iğne ucuyla patlattığı daha nice ikonlar da dahil olmak üzere şarkıcı olmak, yıldız sporcu olmak, film yıldızı olmak ya da toplumun dikkatini çeken ve

2 Poli, R. (2010); 1001-1011.

3 Soccer's Lost Boys belgeselinde futbolculuk hayallerinin peşinden giden bir genç konu edilir. Francis, futbolculuk macerasında futbol simsarları ya da umut tacirlerine inanır ve hiç bilmediği bir geçiş ülkesi olan Fas'ın sokaklarda kalarak hayatını sürdürür. Ailesine verdiği sözü tutabilmek adına geri dönememektedir.

4 Swartz, D. (1997).

değer atfettiği, toplumsal yaşamda elde edilen diğer konumlar, toplumsal algıya dolayısıyla da statüye etki eder. Spordaki başarı teması ve bu temanın en büyük temsilcisi olan futbol, statü konumunun en güçlü hissedildiği alanların başında gelir. Türkiye’de de futbol kültürel olarak belirlenmiş ve yerleşmiş bir itibar konumuna sahiptir. Böylelikle sporcu/futbolcu olduğu zaman, kendi “muhitindeki” hürmet, saygı, yakınlaşma gibi toplumsal çıkar eğilimlerinin temel mantığı, sporcunun/futbolcunun konumuna atfedilen değerdir. **Lüks evler, gıcır arabalar, markalı, şık ve kaliteli giyim-kuşam, lüks restoranlarda yemek, popüler eğlence merkezlerinde eğlenmek ve içmek gibi tüketimlerle sunulan futbolcu/sporcu profili, diğer bireyler için toplumsal olarak ulaşılması ve yaşanması gereken bir hedefe dönüşür.** Okulda, mahallede, apartmanda, evde yani dahil olunan tüm toplumsal kurumlarda; antrenörü, malzemecisi, öğretmeni, müdürü, bakkalı, kasabı, akrabası, komşusu, arkadaşı yani toplumdaki tüm fertler tarafından gösterilen ilgi, alaka, **hal hatır sorma, sırt sıvazlamalar** ve nice iltifatlar da ulaşılacak olan hedefe dönük çıkar sağlama beklentisinin göstergeleri olurlar. **Sporcuların gerçek ve kalıcı olmayan statüleri bu şekilde şişirilmiştir olur.**

Bourdieu’de alan kavramı

İşin aslına baktığımızda ise sporcular bu alana girdiklerinde daha üst konumda bulunan yöneticilerin/idarecilerin belirlediği **kurallara göre “oyuna” dahil** olur ve buradaki çıkar mücadelesinde daha dezavantajlıdır. Bu dezavantajlı durumun futbolcu/sporcu lehine döndüğü anlar çok nadirdir; bunlar yıldızların zirveye çıktığı anlardır. Geride kalanlar ise Marksist bakış açısıyla **sömürü ilişkilerinin** temel unsurlarıdır ve emeği sömürülenler futbolcular/sporcular olur. **Yine de çıkarıcı, rekabetçi ve bireyci bir sporcu kimliğini özümsemiş olanlar, sporun bir anlam taşıdığına, kazanılıp kaybedileceklerin -aslında zirveye doğru yükselirken çatırdama ihtimali oldukça yüksek olan basamaklara adım atmanın- önemli ve peşinde koşulmaya değer olduğuna inanır.** Bu sebeple, sporcular amaçlarına ve çıkarlarına ulaşmak uğruna tüm istenilenlere rıza gösterirler ve spora başlarken ellerindeki en büyük -belki de tek- sermaye olan **bedensel sermayeyi tüketene kadar** kullanırlar. Böylece ezilen konumları daha da pekişir ve sportif alanın mantığına uyum sağlayacak bedensel sermayeden de yoksun kalmaya başladıkça alanın sınırlarının dışına itilmeye mahkûm olurlar.

Performatif paradigma ve geçicilik ilkesi

*Fedakârlık kavramı, birisinin edindiği her şeyin bedelini bedeniyle ödemesi gerektiği bir dünya görüşünü tam bir şekilde örnekler. Fedakârlık dünyevi (seküler) bir bedensel çilecilik biçimine eşdeğerdir; yani Max Weber'in Protestan Ahlakı ve Kapitalizmin Ruhu'ndaki iyi bilinen analizini başka bir şekilde ifade edersek, beden ile birlikte ve onun üzerinde 'duraklamasız, sürekli, sistematik çalışma' ile boksörlüğün mükemmelliğine ulaşma çabası için bireysel dürtülerin ve arzuların yöntemli ve rasyonel bir şekilde baskılanmasıdır.**

* Wacquant, L. (2015).

Wacquant, boksörlere dair yapmış olduğu çalışmada boksörlerin fedakârlıklarının ne anlama geldiğini net bir şekilde ortaya koymaya çalışırken bedensel kısıtlama ritüellerinin, **bedenin tümünden zapt edilmesiyle** beden üzerinde egemenliğin kurulmasının ve dövüşçünün **hayatının tamamının en üst bedensel performansı** garanti etme ihtiyacına göre şekillenmesinin, boksörün sistematik bir şekilde geliş(tiril)mesinin vazgeçilmez koşulları olduğunu dile getirir. Diğer tüm sportif branşların profesyonel yaşantısında da durum buna benzer. **Beden, korunması**

ve geliştirilmesi gereken en vazgeçilmez meyvedir. Adanmışlık, disiplin, her şeyden vazgeçmek, azim, inanç, bağlılık, doğru olanı yapmak, temiz kalmak gibi fedakârlık göstergeleri, sporcunun hayatının tam da merkezine yerleşir; saha içi ve saha dışında yaşam tarzına dönüşür. Sporcunun fedakarlığı sadece bedeninin yüksek performans baskısına uyum sağlamak zorunda olmasıyla sınırlı değildir. Profesyonellik basamağına atılan adımlarla fedakarlıklar devam eder. Sporcu adayı, ileride hayatını sürdürebileceği kalıcı bir mesleği edinmenin en sağlıklı yollarından biri olan eğitim hakkını ve imkanlarını arkasında ve yarıda bırakarak, kısa ömürlü ve geçici olan sporcu/futbolcu olma hayalleri için bir fedakârlık daha yapar.

Öte yandan, sportif alanın yarışmacı, rekabetçi ve performatif özelliği, insan yetiştiren kurum olan eğitim ortamına da sirayet eder. Eğitim kurumlarında (okullar), beden eğitimi ve sporun mantığı, amacı ve misyonu bedensel, ruhsal ve zihinsel gelişme ve iyileşme olmalı iken, **okul takımı sistemi, "yetenek taraması" adı altında sporcu avcılığı yapmaya yeltenir. Beden eğitimi öğretmenleri çocukların pedagojik gelişimine odaklanmaktan ziyade "kim iyiye o gelsin", "kim uzunsu**



o voleybol oynasin", "kızlar futbola girmesin" gibi performatif, dışlayıcı ve ötekileştirici tutum, davranış ve söylemlerle kendilerini endüstriyel sporun antrenörleri gibi konumlandırırlar. Bu durum, çocuk ve ergenlerin bedensel eğitim/etkinlik hakkını, istediği branşı seçme hakkını, eşit sürede aktif kalma hakkını ve temelde oyun oynama hakkını gözetmeyen bir eğitimci profilini ortaya çıkarır. Çünkü Türkiye'de ve dünyada oluşturulan yıldız ve zengin sporcu algısı, sadece sporcuyu değil antrenörü, öğretmeni, ebeveyni yu-

karı doğru sınıfsal hareketliliğin ulaşılabilir bir hedef olduğuna inandırır. Aslında, spor alanındaki antrenörler, **yetenek avcısı öğretmenler**, başkanlar ve idareciler **sporcuların becerilerine yatırım** yaparlar, sınırsız ve süresiz performans beklerler, ortaya konan emeğin karşılığını vermezler, razı gelmeyene "kal" demezler. Bu da her yeni yetenekli çocuğu, kapitalist ve sömüren sisteme entegre eder.⁵ Yerine ikame edilecek sporcu sayısı o kadar çoktur ki, sporcular yerini kaybetmemek adına önerilenlere ve dayatılan perfor-

5 Yazar, (2005).

mans baskısına **yaralanmayı göze alarak boyun eğ**er.

Giulianotti'ye göre burada amaç, kapitalist/ rekabetçi/ yarışmacı anlayışın temel argümanı olan **üretkenliği, verimliliği ve kârlılığı sürekli kılmaktır**.⁶ Performansın sürekli en üst seviyede olmasını zorunlu kılan rekabetçi sistemin baskı kültürü ve fiziksel (sporcunun kendi bedenine), psikolojik (sporcunun kendi maneviyatına), toplumsal (medya, taraftar, aile) baskılar, nihayetinde insan olan sporcular için yaralanmalara, bazen sakatlanmalara ve benzeri ciddi sorunlara yol açar. Bu durum, Türkiye'de ve dünyada sporcu adayları yolun yarısında iken **yolun bittiği anlamını taşır**; talebi karşılayamayan bir bedeni vardır ve **çalışmayan dışlı** olarak görülür, **kenara itilir**, çizginin ya da çemberin dışında bırakılır.

Sonuç olarak; Wacquant sporun, sporcu için piramidin tabanından zirvesine doğru çıkılan, aşamalı ve sürekli bir **"yükselme merdiveni"** **yanılsamasını** ayakta tutmaya katkıda bulunduğunu dile getirir.⁷ Sonrasında merdivenin adımları aşağıya doğru inmeye başlar ve **kaygan zeminli**

spor sahnesini boşaltma vakti kaçınılmaz surette kapıya dayanır. Sporcular hayatlarının geri kalanını idame ettirmeleri gerekliliğiyle yüzleşince ne yapacaklarını bilemez halde kalırlar. Bir yaşa kadar sporun içinde kalanlar, sporu bıraktıktan sonra kendilerini derin bir boşlukta hissederek **Oyun seninle işi bittiğinde emekliye ayrılmanı ister**.⁸

Günümüzde, kimse dünyaya nam salmış belirli sporcuların haricinde geçmişteki sporculara dair iyi bir hafızaya sahip değildir. Bunu şekillendiren en önemli araçlardan biri medyadır; yazılı ve görsel medya, sporcular yüksek performans gösterdiği ve başarılı olduğu dönemlerde sporcuları övüp onlarla ilgili haberleri ön plana çıkarırken, sporcuların performansı düşünce sporcuları yok saymakta ve hiçleştirmektedir. Toplumsal çevredeki diğer kişilerin yaklaşımı da bu şekilde devam eder. **Herkesin gözdesi olmak sürdürülemez**. Çünkü sürekli gelişen, değişen bir oyundan ve oyuncularından bahsediyoruz. Bugün çok iyi dediğimizi yarın biri gelip unutturabiliyor. Bu durum, bir anlamda popüler kültürün belirgin bir özelliği olan kısa ömürlülüğü ve popüler metinlerin ve

6 Giulianotti, (1999).

7 Wacquant, (2012).

8 "Marco van Basten: An Undisputed Legend despite a Premature End".

ikonların **çabuk tüketilip yeniden üretildiği** gerçeğini çok sade ve net bir şekilde ortaya koyuyor.

Bununla birlikte, diğer orta ve üst sınıf mensubu bireylerden farklı olarak, yoksul-alt sınıftan gelen sporcu adayı, Stewart'ın "put all their eggs in one basket" (bütün yumurtaları aynı sepete koymak) ifadesindeki gibi kalıcı bir mesleğe ya da akademik başarıya yönelmekten ziyade, henüz on yedi on sekiz yaşlarında yokuş yukarı çıkılan ama bir türlü en yukarı çıkılamayan yolculukta, bütün varını yoğunu (bu da bedeninden ve yeteneğinden başka bir şey değil) tek bir hedefe ve yola sevk eder. Böylelikle, geleceğini sağlama almak konusunda diğer sınıf mensuplarının aksine alternatif yolları es geçerek daha geride ve aşağıda olduğu "yarışta" daha uzaktaki ve yukarıdaki hedefe giderken daha dezavantajlı bir konumdadır ve aslında hep orada kalır.

Öneriler

Beden hareketi ve spor alanında çocuk ve gençlerin toplumsal çevresinde bulunan paydaşların (ebeveyn, antrenör,

beden eğitimi öğretmeni, sivil toplumcu, eğitmen vb.) genel yaklaşımı, **katılımcılığı, haz almayı, aktif olmayı, bedensel bütünlüğü bozan ya da zorlayan tutum ve davranışlardan uzak durmayı esas alan bir çizgide olmalıdır.** Norveç Spor Federasyonu'nun 2007'de hazırlayıp 2015'te revize ettiği Sporda Çocuk Hakları Deklerasyonu⁹ da çocuk ve ergenlerin spora katıldıkları **her anda olumlu deneyimler edinmesi** gerekliliğini ön plana çıkarmaktadır. Buna göre, **çocuk ve ergenler spor ortamında sosyal ilişkilerini geliştirmeli, eğlenmeli, güvende hissetmeli, yeni şeyler denemeye sevk edilmeli, hata yapmaktan korkmamalı, hangi sportif etkinliği yapacağını seçebilmeli ve tüm aktivite örnekleri tüm çocukların katılımını sağlayabilecek düzeyde olmalıdır.** Bu rehberin temel yaklaşımı da buna benzer kriterlere ve kazanımlara yöneliktir. "Aktivite Örnekleri" bölümünde yer alan oyunlar, yukarıda değinilen ve aşağıda belirtilen önerileri de kapsayan bir yaklaşımla oluşturulduğu için, uygulamaya dair oyun örneklerini belirlerken bu rehberin ilgili bölümünden de faydalanılabilir.



KONTROL LİSTESİ

KONTROL LİSTESİ	EVET	HAYIR	EMİN DEĞİLİM	NOTLAR
“Yetenek taraması” olarak kurgulanan uygulama yaklaşımları yerine herhangi bir özelliğin ayırt edici olmadığı, katılımcılığı ve kapsayıcılığı esas alan demokratik yaklaşımlarla sportif/bedensel etkinlikler oluşturulur.	☐	☐	☐	
Etkinlikler uygulanırken yetenek, beceri, güç, performans gibi kategoriler belirlenmez, tektipleştirici ve hiyerarşik bir düzen oluşturulmaz, daha “az” yetenekli olan çocukların kendilerine güvenleri zedelenmez ve daha “çok” yetenekli olanların empati duygusu aşındırılmaz.	☐	☐	☐	
Beden eğitimi ve fiziksel aktiviteler gibi etkinliklerin uygulanmasında rekabetçiliğin, başarı ve skor odaklılığın ön planda olduğu futbol, voleybol ve basketbol gibi popüler branşlara daha çok yer verilmesinin önüne geçilir.	☐	☐	☐	
Sportif kurumlarda ya da sivil toplumdaki diğer tüm kurumlarda, çocuklar potansiyel “yıldız” gözüyle değerlendirilmez; çocukların rekreatif, eğlenme ve benzeri güdülerle, dilediği gibi egzersiz, aktivite ya da spor yapma hakkına erişmesinin önündeki düşünsel/yapısal bariyerler kaldırılır.	☐	☐	☐	
Rekabete ve performansa dayalı ödül-ceza ilişkileri yerine işbirliğinin geliştirildiği bir spor kültüründe ısrarcı olunur.	☐	☐	☐	
Oyunlar, işbirliği, yardımlaşma, grup uyumu, iletişim kurma gibi sosyal becerilerin kazanılmasına odaklanır.	☐	☐	☐	



Problem çözme, ipucu verme, koordinasyon ve dikkat geliştirme gibi bireysel beceriler oyunların içinde teşvik edilir.	☐	☐	☐	
Fiziksel aktivite ve sportif etkinlikler yoluyla çocuk ve ergenlerin çok yönlü (fiziksel, duygusal, psikolojik, sosyal, sözel vb.) beceriler kazanması şansı yaratılır.	☐	☐	☐	
Televizyonlar, gazeteler ya da sosyal medyada sunulan profesyonel sporcuların hayatlarının kolayca ulaşılabilir olduğu söylemi ve politikasının gerçekçi olmadığına dair farkındalık oluşturarak çocuklar ve gençler yönlendirilir.	☐	☐	☐	
Spor ortamında okul eğitiminin önemi sıklıkla vurgulanır ve okul eğitimini aksatacak uygulamalardan ve yaklaşımlardan kaçınılır.	☐	☐	☐	

İyi Örnekler

Sporda Bazı Uluslararası Hak Platformları Örnekleri

1999 yılında sadece Batı Afrika genelinde kurulan ve faaliyet gösteren Rüya Hakkı Akademisi, bugün üç farklı kıtada faaliyet göstermekte; yetenekli çocuk ve gençlerin futbol, akademik eğitim ve karakter geliştirme yoluyla dönüşümler sağlamalarını, gençlerin gerçeklerini değiştirmelerini, etkili liderler olmalarını ve topluluklarına geri dönmelerini sağlamaktadır.

- Temel Amaç: Bireylerin çift kariyerli bir şekilde hayatlarını sürdürebilmesi.⁴²
- Ortak Değerler Halkası: Fırsat-Dönüşüm-Liderlik-Geri Ver.
- 2013 yılında ise Rüya Kızları Programını kurmuşlardır.

Solidarity Sports oyunun dönüştürücü gücüne inanan yaklaşımla 2007 yılında Batı Londra'da kurulan bir platformdur. Dezavantajlı kökenden gelen veya travma yaşayan yüzlerce çocuğun her biri için bir şeyler sunan geniş ve çeşitli aktiviteler üzerine çalışmalar yapmaktadır. Merkezine sporu alan kuruluş, İngiltere ve yurtdışında sağlıklı beslenme girişimleri, sanat etkinlikleri, eğitim grubu gezileri, rehberlik programları, yemek, müzik ve tatil etkinlikleri gibi programlar ile dezavantajlı birey ve grupların toplumsal dönüşümüne odaklanmaktadır.

Felsefeleri: "Bu programları birbirine bağlayan, birlikte oynayabileceğimiz ve mutlu anıların yapıldığı güvenli, açık fikirli, kapsayıcı ve sevgi dolu bir ortam yaratma taahhüdüdür."

42 Brüksel'de 2012 yılında hazırlanan "Sporcuların Çift Kariyerli Olmasına İlişkin Avrupa Birliği Yönergesi"nde sporcuların hem sporu hem eğitimi bir arada, çift kariyerli (dual-career) sürdürebilmesi için oluşturulmuş rapor bulunmaktadır. Rapora göre ulusal spor kurumları, uluslararası spor organizasyonları ve her AB ülkesinin eğitim kurumu, sporcuların eğitim ve iş hakkını gözetecek hassasiyetle olmak durumundadır. Raporda sporcuların çift kariyerli bir şekilde hayatlarını sürdürebilmelerine ilişkin 36 maddelik bir yönerge bulunmaktadır. Detaylı incelemek için bakınız: EU Guidelines on Dual Careers of Athletes: Recommended Policy Actions in Support of Dual Careers in High-Performance Sport, (Brussels, 16 November 2012).

Sporda Bazı Ulusal (Yerel) Hak Platformları Örnekleri

Vicdan Takımı 2017 senesinde Fındıklı/İçerenköy mahallelerinde kurulmuştur. Takımın temel hedeflerinin başında yetismekte olan nesli, spor ve sanat yoluyla kötü alışkanlıklardan uzak tutmak vardır. Bu takımın kuruluşuna öncülük eden Doğukan Çınar, oturduğu Fındıklı mahallesinde ilgi ve emek gösterdiği engelli bir komşu çocuğunun başarı hikayesinden ilham bulmuş. Çınar, mahallesinde ilgisiz kalan çocukların, doğru bir çevrede ilgi ve sevgi gördükleri takdirde topluma yararlı hale geleceklerini düşünerek, mahallede spora ve sanata ulaşma fırsatı bulamayan çocuk ve gençlere, İçerenköy'deki bir oyun parkında, bir basketbol sahasında boks eğitimi vermeye başlamıştır. Böylece ilk olarak iki mahallenin toplumsal iklimini değiştirecek, sonrasında da birçok insana ilham olacak bir harekete öncülük etmiştir.

İki seneyi aşkın süre boyunca bu parkta çocuklara ve gençlere antrenmanlar yaparak; il, bölge, ulusal ve uluslararası spor müsabakalarına katıldılar. Çalışmanın üçüncü senesinde, mahallelerinde bulunan bir depoyu kiralarak spor salonu haline getiren Vicdan Takımı, Vicdanlı Kalmayı Tercih Edenler Sanat ve Spor Kulübü'nü kurdular. Türkiye'nin ilk ve tek sanat ve spor isminin aynı çatı altında bulunduran bu girişim, şu an Fındıklı mahallesinde, 200'den fazla çocuğa ücretsiz boks, kickboks, MuayThai, atletizm, yabancı dil, işaret dili, dans, müzik ve tiyatro eğitimi veriyor. Kısaca Vicdan SS olan bu spor kulübü, her geçen gün daha da büyüyor.

Mottosu: "Bencil olunmaya zorlanan bir dünyada, Vicdanlı kalmayı tercih edenlerin takımı"

Karaçay Gençlik ve Spor Kulübü Derneği Osmaniye'nin Karaçay mahallesinde Soner Yiğit Karabay ve mahalle gençleri tarafından en başta ve temel amaç olarak madde bağımlılığına karşı 2011 yılında kuruldu. Bireylerin tüketilmesine ve yok sayılmasına karşı seslerini en sevdikleri ve bildikleri enstrümanı kullanarak karşılık verdiler, yani futbol ile... Dernek, bugün 8-18 yaş arası gençlere futbol oynayabilecekleri bir alan sunmakla birlikte, eğitim, drama, tiyatro, kitap okuma, satranç, masa tenisi gibi çeşitli sportif, kültürel ve akademik faaliyetleriyle de zengin bir programa sahip. Bununla birlikte, takımın/derneğin değerler sisteminde, yardımlaşma, dayanışma, işbirliği, grup birlikteliği, dürüstlük, sporseverlik, küfürsüzlük gibi kriterler ve özellikler vazgeçilmez düzeyde bağlayıcıdır.

Sloganı: "Umudun Takımı"

Kaynakça

- Aggergaard, S., & Sorensen, J. K. (2009). "The Dream of Social Mobility: Ethnic Minority Players in Danish Football Clubs". *Soccer & Society*, 10:6; pp. 766-780.
- Bourdieu, P. (1978). Social Class and Sport. *Social Science Information*, 17:6; 819-840.
- Giulianotti, R. (1999). *Football: A Sociology of The Global Game*. Cambridge: Polity Press.
- Poli, R. (2010). "African Migrants in Asian and European Football: *Hopes and Realities*". *Sport in Society: Cultures, Commerce, Media, Politics*, 13:6; 1001-1011.
- Stewart, M. C. (2008). *Constructing Masculine and Athletic Identities: The Case of College Football Players*. Doctoral Dissertation, Florida State University, College of Social Sciences.
- Swartz, D. (1997). *Culture and Power: The Sociology of Pierre Bourdieu*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Wacquant, L. (2012). *Ruh ve Beden: Acemi Bir Boksörün Defterleri*. Çev. Nazlı Ökten. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- _____ (2015). "İşleyen Boksörler: Profesyonel Boksörler arasında Bedensel Sermaye ve Bedensel Emek". Çev. Kaan Evren Başaran. (içinde). Hacısoftaoğlu İ, Akcan F, Bulgu N. (ed.). *Oyunun Ötesinde: Spor Sosyolojisi Çalışmaları*, Ankara: Nota Bene Yayınları.
- Yarar, B. (2005). "Hegemonic Struggle, The State and Popular Culture: The Case of Football in Turkey". *European Journal of Cultural Studies*, 8:2; 197-216.

SPOR PROGRAMI İÇİN MÜFREDAT OLUŞTURMAK

Müfredat nedir? Ne işe yarar?

Çalıştığımız grupta paylaştığımız beceri/bilgimizin teknik terimlerin ve eğitimin yanı sıra, hedef kitlenin ihtiyaçlarını karşılamak, haklarına erişimini desteklemek, takım çalışmasına vurgu yapmak gibi olumlu yaklaşımları kapsayan; zorbalık, ötekileştirme gibi sorunları çözme konusunda yardımcı olan müfredat, katılımcı grubun fiziksel, duygusal ve kültürel güvenliğini sağlayan ve hassas konulara yaklaşarak çalışan kolaylaştırıcılar, antrenörler ve eğitmenler için çok önemlidir. Uygulayıcı ile katılımcı arasında bir **köprü** kuran müfredat, belirlenen hedefler doğrultusunda kullanılan aracın, oyun veya alıştırmaların **teknik kazanımı ile sosyal güçlenmeyi birbirine entegre** eder. Hedef kitlenin ihtiyaçlarını gözetmek, hazırlanan programı **esnek** ve **uyarlanabilir** hale getirmeyi de sağlayacaktır.

Spor programı tasarlarken **hedef kitlenin ihtiyaçlarını karşılamak**, zorluklara göre esneklik göstermek, teknik kabiliyetleri sosyal güçlenmeye dönüştürmek, hedef

kitlenin özerkliğini desteklemek temel ilkelerdir. Bu ilkeleri benimseyerek tasarlayacağımız program için hedefler koymak programımızın etkisini ölçmekte çok yardımcı olacaktır. Hedefleri tek tek analiz ederek hafta hafta program yapmanız müfredatı oluşturacak basamaklardır. Çalışacağınız gruba ayıracağınız verimli vakti bu yolla uygulamadan da (kısmen) görebilme imkanına sahip olursunuz. **Müfredat, her bir bireyin farklılaşan ihtiyaçlarını gözetmeli.** Müfredat, proje ekibine de buna uyumlanarak programın etkisini yükseltme kapasitesini sağlar.

Bir anlamda **yol haritası** olan müfredat, geriye bakarak gelişmeleri takip etme, oluşan sorunları tespit etme, grubun ihtiyacının giderilip giderilmediğini izleme olanağı sunar. Duruma göre programda esneyebilme, hedefleri yeterince programa dahil edilip edilmediğine göre değiştirme, **deneme-yanılma** olanaklarını barındırır.



Spor müfredatı hazırlama ilkeleri

1. Hedef kitlenin ihtiyaçlarını öncelemek

Projeyi birlikte uygulayacağınız grup hedef kitlenizdir. Uygulanacak sporun teknik becerilerinin ne kadarını karşıladığımızdan önce çalıştığımız grubun fiziksel, duygusal ve kültürel güvenliğini sağladığımızdan emin olmalıyız. İhtiyaçlar programdan programa göre farklılıklar gösterebilir. Bu rehberde yer alan "Hedef Kitlenin İhtiyaçlarını Anlamak" bölümünde bu ihtiyaçların tespit edilmesine; "Fiziksel, Duygusal ve Kültürel Güvenlik" bölümünde spor çalışmalarında güvenli bir alan kurulması ve sürdürülmesine ilişkin detaylı bilgi ve öneriler bulabilirsiniz.

2. Duruma göre esneklik göstermek

Karşılaşılabileceğiniz durumları öngörmek zorlayıcı olabilir. Etkinliği iptal etmek yerine çözüm bulmaya odaklanmak, yardım alabileceğiniz mekanizmaları fark etmek önceliğiniz olmalıdır. Durumlara göre esneme kapasiteniz hedeflerinize odaklanmanızı sağlayacak, hedeflerin gerçekleşip gerçekleşmediğini denetlemek için de müfredat bir şablon olacaktır.

- Grup dinamiği
- Hava koşulları
- Mekan koşulları

- Beceri seviyesi farklılıkları
- Yıl sonu gösterisi/etkinlikleri bas-kısı

Sıralanan bu durumlarda beklenmedik olanla karşılaştığınızda alternatif yollar arayarak ilerleyebilirsiniz.

3. Teknik kabiliyetleri sosyal güçlenme aracına dönüştürmek

Bedensel aktivite sırasında edinilen bilgiler zihin ve beden uyumlamasını güçlendirdiği gibi sosyal anlamda görünür olmak, saygı kazanmak gibi olumlu bir sonuç da verecektir. Kas hafızası teknik kabiliyetlerin yanı sıra dayanışmayı, dinlemeyi, karşılık verme potansiyelini geliştiriyor. Hedef kitlenin ihtiyacı olan sosyal güçlenmenin adını koymak ilk adımınız olabilir. Bu adı koyarken hedef kitle ile işbirliği yaparak programda şeffaflık sağlayabilirsiniz. Özellikle, aktivitelerden önce ve sonra **konuşma çemberleri** yapmak, **sohbet etme** alanları yaratmak sosyal güçlenme araçlarını tartışma ve birlikte açığa çıkarma imkanı sunacaktır. Hedeflerle örtüşen, hedefleri dönüştüren ve toplumsal etki yaratan bir müfredat oluşturup teknik becerileri bu müfredata dahil etmelisiniz. Müfredatın katılımcılar üzerindeki etkisini katılımcılarla konuşarak teknik becerilerin fiziksel anlamda

inşasını görünür kılarken sosyal alandaki inşasını da kurmuş olursunuz. Örneğin; akşam spor aktivitesinden çıkmış genç bir kadın karanlık sokakta yürürken sistem tarafından oluşturulmuş baskı ve korkuları daha az hissedebilir. Bunu sağlayan teknik beceri kazanımıyla beraber gelen özgüvendir.

4. Hedef kitlenin özerkliğini destekleme

Kolaylaştırıcı, antrenör ya da eğitmen hedef kitlenin özerkliğini destekleme ilkesini müfredatına dahil ettiğinden emin olmalıdır. Hedef kitlenin özerkliği; hiyerarşiyi kırmak, akran eğitimini teşvik etmek, kendi kendine öğrenmenin araçlarını sunmak, **katılımcı öğrenmeyi** desteklemek, dikkat edilmesi gereken noktalardır.

- Jacques Rancière'in *Cahil Hoca* kitabında "**bir zekanın bir başka zekaya tabi kılındığı yerde aptallaşma vardır**" ifadesiyle işaret ettiği gibi, eğitmen, kolaylaştırıcı ya da antrenör olarak çalıştığımız grup üstünde beceri ve bilgi özelinde egemenlik kurmak, bilgiyi dayatmak hiyerarşiyi yeniden kurar. Temel amaç **paylaşma** olmalı, sosyal güçlenme hedeflerine birlikte karar vermeli, hedef kitlenin kendi yaşadığı güçlenme hakkında düşünebileceği ve ifade edebileceği bir ortam ku-

rulmalıdır. Grup içinde oluşan hiyerarşilere dikkat ederek eşitliği sağlamalısınız.

- Akran eğitimini teşvik etmek için müfredatta aktivite uygularken gruplara bölerek çalışmalara yer verebilirsiniz. Bu sayede birbirine gösterme ve birbirinden öğrenme gerçekleşir. Katılımcının "Ben yapabiliyorum ve sana öğretebilirim" demesini teşvik etmeyi düşünebilirsiniz.

- Bilgiyi tek elde tutmamak gerekir. Müfredat bilgi veya beceri aktarırken tek doğrunun aktarıcı tarafından verilebileceği algısını kırmalıdır. Planı kurgularken mutlaka hedef kitlenin kendi kendine öğrenebileceği ipuçları sağlamalı.

- Katılımcı öğrenme modeline uygun biçimde sorular sorma, doğaçlama yapma gibi egzersizlere müfredatta yer verilirsiniz.

Bir müfredat nasıl geliştirilir?

Hedef kitlenin ihtiyaçlarını ve önündeki bariyerlerini belirleyip spor programımızın genel amacını detaylandırdıktan sonra, bu amaçlara hizmet edecek doğru sporu seçmek ve hedef kitle ile uygulayacak etkinlikleri planlamak gerekir.

Spor programının uygulanma aşamaları da önceki bölümlerde analizini yaptığımız



mekanının güvenliğini kontrol etmek de önemlidir.

Hazırlayacağınız müfredatın belli bir zamana yayılması, belli aralıklarla uygulanması (örneğin haftada bir kere), belli bir zamanda başlayıp bitmesi gerekir. Müfredat **kural değil, yardımcı bir araçtır**, dönüp ortaya yeni çıkan ihtiyaçlara göre dönüştürülmeli ve iyileştirilmelidir. Örneğin, kırsal alanda genç kadınlar ile bir spor programı geliştireceğiz. Bu genç kadınlar hem tarlada çalışıyor hem de

aileleriyle yaşadıkları evde belli sorumluluklara sahipler. Köydeki hayatlarının kalitesini arttırmak için kooperatif gibi ekonomik bir model geliştirmeyi düşünüyorlar; ancak sorumluluk ve beraberinde gelecek riskleri almakta zorlanıyorlar. Kadınlara sorulduğunda, kendi hayatlarıyla ilgili kararlar vermekte ve gelecek ile alakalı stratejik düşünmekte zorlandıklarını aktarıyorlar.

Burada geliştireceğimiz spor programında genel amacımız genç kadınların kendi hayatlarıyla ilgili karar alabilmelerini desteklemek olacak. Bunu yapabilmek için de kendimize hedefler koyacağız: (1) ekip içinde birbirini görmek, dinlemek, kendini duyurabilmek, (2) etrafındaki durumu analiz edebilmek, (3) koordineli ve birbirini tamamlayarak ekipçe hareket edebilmek, (4) özgüven ve risk alma potansiyelini geliştirmek.

Bu dört hedefimize hizmet edecek bir sporu ya da bedensel faaliyeti, örneğin

futbolu seçmeye karar veririz. Toplumsal olarak birçok önyargıyı barındıran futbolun sembolik anlamını ayrıca bir topluluk içinde yaşayan genç kadınlar üzerindeki etkisini düşünürken, antrenörlük yapacak olan kişinin rol model olma potansiyelini, çalışmanın yapılacağı yeri ve saatleri de her zaman planlanmak gerekir.

Hem futbol oynayacağımız hem de paralelinde iş modeli kurma dersleri vereceğimiz genç kadınların genel amacımızı besleyecek hedeflere ulaşmaları için teknik müfredatımızı oluştururken bu belirlenen hedefleri her zaman düşüneceğiz.

İki aya yayılacak programımızın müfredatı programa başlamadan evvel oluşturmalıdır; bu müfredat hedef kitle ile konuşularak revize edilebilir, kooperatifleşme iş modeli ile paralel bir şekilde dönüştürülebilir. Örnek müfredatımızı ekte görebiliriz.

EK: Müfredat Örneği

Hafta	Hafta 1	Hafta 2,3 ve 4	Hafta 5	Hafta 6 ve 7	Hafta 8
Futbol etkinliği	Topu elinde tutma, grup anlaşması	Pas atma	Boş alan yaratma	Şut çekme	Maç günü
İçerik	Tüm katılımcılar elinde futbol topunu tutarak buraya gelmeye neden karar verdiğini, futbol hakkında ne düşündüğünü, kendine ne tür hedefler koyduğunu birbiriyle paylaşır.	Tek takım halinde sonraki haftalar iki takım, üç, dört takım halinde, ilkin sahanın yarısını daha sonrasında tümünü kullanarak önce elle sonra ayakla topu pas atmak.	Tüm sahanın potansiyelini kullanmak için görüş alanını yükseltecek koordinasyon üzerine çalışmalar.	Kalenin karşısında şut çekme, pas kombinasyonundan sonra şut çekme.	Dilenirse seyirci karşısında, veya kendi aralarında dostluk maçı.
İş kurma etkinliği	Köyde neden bir iş modeline ihtiyaç duyulduğunu, kadınların kendi hayatlarında ne tür değişimler görmek istediklerini ve önlerinde ne tür engeller olduğunu birbiriyle paylaşırlar.	Herkes köydeki üretiminin potansiyellerini ortaya koyar, bu üretimi arttırmak için birbirlerini nasıl destekleyebileceklerini konuşurlar ve ekipçe destekleme planı kurarlar.	Civar köylerin üretimini görmek, devlet destekleri ve kredi imkanlarını keşfetmek. İletişim stratejisini geliştirmek.	Başka kadın kooperatifleriyle ve illerde stratejik ilişkileri kurup satış yapılabilecek yerlerle anlaşmak.	Kooperatifin açılışını yapmak.
Hedef	Grup dinamiklerini anlamak, iletişimi tesis etmek.	Kadınlar başkalarına ihtiyaçları olduğunu, nereden destek alabileceklerini, ekibe nasıl destek olabileceklerini öğreniyorlar.	Kadınlar etraflarını gözlemlemeyi, kendi alanlarını kurmayı öğreniyorlar.	Kadınlar kuvvet potansiyellerini özgürce kullanıyorlar, kendi güçlerini keşfedip geliştiriyorlar.	Başarıyı veya başarısızlığı ekipçe karşılamayı deneyimlemek.

Uygulamalı Egzersiz**Detaylı müfredat hazırlama**

Amaç: Senaryo üzerinden müfredat hazırlama aşamalarını tecrübe etmek.

Araçlar: Kağıt, kalem.

Süre: 1 saat

Uygulama Aşamaları:

- 1- Senaryo ve aşağıdaki tablo grupla paylaşılır.
- 2- Grubun senaryo üzerine konuşması için ortam sağlanır.
- 3- Senaryo sonunda belirlenen sorular ve bu bölümdeki öneriler/uyarılar çerçevesinde tablonun doldurulması istenir.
- 4- Örnekler beraber incelenerek, tek bir ortak tabloda birleştirilir.

Senaryo:

Hedef kitle, çatışmalı bir bölgeden göç etmiş. Geldikleri yerin dilini bilmeyen, okul ve iş arasında koştururan kız ve oğlan gençlerden oluşuyor. Büyük şehirde yoksullukla mücadele eden ailelerin bu çocukları, sorumluluklarıyla boğuşurken bireylerin ve sistemin ayrımcı ve ırkçı pratikleriyle de karşı karşıya kalıyorlar.

Bu hedef kitleye yönelik geliştireceğimiz spor programı için:

- Genel amacımız ne olacak?
- Özel hedeflerimiz neler olacak?
- Bunlara ulaşmamız için müfredatımız ne olacak? (tabloyu doldurunuz)

Zaman					
Spor etkinliği					
İçerik					
Sosyal güçlenme etkinliği					
Hedef					

İyi Örnekler

BoMoVu'nun Ben de Böyleyim projesinde partner kurumun gençlik merkezinden sorumlu çalışanı, tüm çocukların ve genç grubun uzun süredir bağ kurduğu sevilen ablası işten apar topar ayrılmak zorunda kalmış ve yerine başka biri işe başlamıştı. Yeni gelen kişi bağ kurmak için özverili ve sabırla yaklaşıp da çocukların ve genç grubunun güveninde sarsılma yaşanmıştı. Ben de Böyleyim projesine dahil olan genç kız grubu, adapte olma sürecinde kendilerini kültürel anlamda rahat ifade edebilecekleri halay ile özdeşlik kuruyor, ders önceleri ya da sonraları ortamda beraber halay çekerek eğlenmeyi çok seviyorlardı. Bu süreci kapsayan haftalardan birinde, müfredatta planlanmış olan hip hop teknik hareketleri yapmak yerine, kız çocukları yöresel bir halaya başlayıp eğitmene halayın adımlarını öğretti ve gönüllülerle beraber halay çekildi. Toplum merkezindeki bu ani değişime uyum sağlama sürecinde, grup ve ekip beraber terlemenin, birbirini anlamanın, alan açmanın farklı dans adımlarını deneyimlediler.

BoMoVu'nun partner olarak dahil olduğu, İstanbul'un iki ilçesinde bulunan devlet okullarında yürütülen Hareket Okulda projesinde iki okulda yapılan basketbol ve dans etkinliklerine en az %50 kız çocuğun ve %20 mülteci çocuğun düzenli katılımı hedeflenmişti. Programın genel amacı, çocukların hareket etme imkanlarını geliştirirken, onların okulda daha mutlu ve özgür hissetmelerini sağlamaktı. Uzun yılların deneyimlerine dayanan antrenörler ilk kez sadece teknik kapasiteyi geliştirmeyi değil, sosyal güçlenmeyi de hedefleyen bir projede yer aldı. Basketbol veya dans eğitimlerinin niteliğinden ödün vermeden tüm çocuklar için kapsayıcı ve çocukların ihtiyaçlarını dinlemeye yönelik bir programı yürütürlerken hem kendileri hem de onlara eşlik eden beden eğitimi öğretmenleri farkındalık kazandı. Müfredatlarında, normalde yapmadıkları halde çocuklarla her antrenmandan önce ve sonra sohbet etme zamanları ayırdılar ve çocukların başarılarını hep birlikte kutlamaya odaklandılar.



KONTROL LİSTESİ

KONTROL LİSTESİ	EVET	HAYIR	EMİN DEĞİLİM	NOTLAR
→ Hedef Kitlenin İhtiyaçlarını Karşılamak	☐	☐	☐	
- Fiziksel mekanın güvenliği kontrol edildi.	☐	☐	☐	
- Beslenme ve su ihtiyacı gözetildi.	☐	☐	☐	
- Giysi ve ekipman yeterliliği sağlandı.	☐	☐	☐	
- İlk yardım uygulanacak malzemeler sağlandı.	☐	☐	☐	
- Katılım, gelişim, erişim desteği oluşturuldu.	☐	☐	☐	
- Kültürel güvenliğin sağlanması için, sporun uygulamasının dönüşüme açık olması sağlandı.	☐	☐	☐	
- Dinlenme imkanı tanındı.	☐	☐	☐	
- Her kişinin sınırlarını aşacağı duygusal ortam sağlandı.	☐	☐	☐	
→ Durumlara Göre Esneklik Göstermek	☐	☐	☐	
- Teknik beceriyi geliştirmeyi ön planda tutmadan, zamanın zorluk yaşayan gruba göre kullandığından emin olunur.	☐	☐	☐	
- Grup içinde oluşan çatışmaya rağmen müfredat uygulanmaya zorlanmaz.	☐	☐	☐	
- Yıl sonu etkinlikleri gibi uzun vadeli planlar yapıldığında, grubun sosyal ve fiziksel güçlenmesi göz ardı edilmez.	☐	☐	☐	
- Değişen koşullarda uyum sağlamakta güçlük ve güven kaybı yaşayan ekibin ve çalışılan grubun güveni, esneme kapasitesiyle sağlanır.	☐	☐	☐	
→ Teknik Kabiliyetleri Sosyal Güçlenme Aracına Dönüştürmek	☐	☐	☐	
- Karşılıklı dinleme, oyun oynama, karşılık verme, görünür olma alanı yaratılır.	☐	☐	☐	



- Sosyal güçlenme hedefine birlikte karar verildiğinden herkesin etrafı analiz etme ve sesini duyurabilme potansiyeline eriştiğinden emin olunur.	☐	☐	☐	
- Sohbet etme alanları yaratılır.	☐	☐	☐	
- Özgüven ve risk alma kapasiteleri genişletilir.	☐	☐	☐	
- İletişim becerileri geliştirilir.	☐	☐	☐	
→ Hedef Kitlenin Özerkliği Desteklemek	☐	☐	☐	
- Hiyerarşiyi kırmaya, bilgi özelinde egemen olmamaya, bilgiyi dayatmamaya dikkat edilir.	☐	☐	☐	
- Grup içindeki hiyerarşiye kör ve sağır olunmaz, eşit bir ortam sağlanır.	☐	☐	☐	
- Hedef kitlenin kendi yaşadığı güçlenme hakkında düşünebileceği ve bunu ifade edebileceği bir ortam kurulur, şeffaf olunur.	☐	☐	☐	
- Akran eğitimi teşvik edilir, grup grup çalışmalar yapılarak birbirinden öğrenme sağlanır.	☐	☐	☐	
- Kendi kendine öğrenmenin araçları sunulur, ipuçları oluşturulur, bilgi tek elde tutulmaz.	☐	☐	☐	
- Katılımcı öğrenme desteklenir.	☐	☐	☐	

PROGRAMIN DEĞERLENDİRİLMESİ VE ETKİ

Derleme - Değerlendirme - Değerleme: Programın kişiler, gruplar ve toplum üzerindeki etkileri neler oldu?

Bir programa başlarken, o programa kılavuzluk edecek hedefler belirlenir. Bu hedefler, programın özel hedefleri olabileceği gibi, çalıştığımız konu özelinde toplumsal değişime katkı sağlayacak hedefler de olabilir. Program başladığı andan itibaren, süreci takip etmek, izlemek ve değerlendirmek hem program süresince hedeflere ulaşmanın önündeki sorunları ortadan kaldırmak, hem de ihtiyaçlara yönelik düzenlemeler yapmak

ve hedeflerimize ulaşabilmek için önemli olacaktır.

Bir program uygularken etkimizi anlayabilmek için ilk olarak programın adımlarını düşünmemiz gerekir: **Hazırlık süreci / uygulama süreci / değerlendirme / öğrenme ve fikir üretimi.**



Programın hazırlık aşamasında, yani kurgularken, programı uygulayarak ortaya koymak istediğimiz etkiyi, paydaşlarla birlikte düşünmek, birlikte çalışmak ve etki çalışmalarını da planlamak önemlidir. Etki çalışmaları dış/bağımsız bir uzman tarafından yapılabileceği gibi her örgüt kendi iç etki analizi sürecini de tasarlayabilir. Etkili ve bütüncül bir etki analizi yapabilmek için her kurumun kendi etkisini nasıl ölçebileceğini kurgulaması önerilmektedir. Örgütsel kapasitenin gelişmesi ve sürdürülebilirlik için bu planlamanın katkısı olacaktır.

Programımızın etki ölçümlemesi ile ilgili üzerine düşünmemiz gereken kavramlardan bazıları şunlar: **hedefler, girdiler, aktiviteler, sonuçlar, çıktılar, süreç yönetimi ve etki**. Bu ana kavramlarla birlikte **gösterge-ler** ve **doğrulama kaynakları** da üzerinde çalışmamız gereken kavramlardır.

Etki analizi ile ilgili birçok farklı yaklaşım bulunuyor. Bu yaklaşımların birbirlerinden farklılaştıkları noktalar ve ortaklaştıkları noktalar vardır. Bir kurumun kendine en uygun yaklaşımın/yönetimin ne olduğuna odaklanması gerekir.

Öncelikle şu soruya cevap vermeliyiz: **Et-kimizi neden ölçmemiz gerekir?**

- Uyguladığımız programın hedeflenen değişime katkısını anlamak,
- Uyguladığımız programın hedef kitle üzerindeki etkisini anlamak,
- Uyguladığımız programın ilgili olduğu çalışma alanında öğrenmeleri analiz etmek,
- Şeffaflık ve hesap verebilirlik süreçlerini güçlendirmek,
- Yeni çalışmalar/projeler/programlar tasarlamak ve hareketi sürdürmek için etki ölçmek gerekir.¹

Etki çalışmaları, programın bütün sürecine odaklanabileceği gibi sadece sonuçlarına da odaklanabilir. Süreçteki etkiye odaklanmak, süreçteki değişkenleri, araçları/yöntemleri ve hatta hedefleri yeniden gözden geçirerek revize etmemize olanak tanır. Programın sonuçlarında ise, çıktıları ve bu çıktıların etkilerini analiz etmemize yarayabilir. Bir etki çalışması kapsamında, hem sürece hem de sonuca odaklanmak da mümkündür. İhtiyaçlarımız doğrultusunda bir etki analizi süreci planlamak gereklidir.

¹ Epstein, Marc J., Yuthas, Kristi. (Aktaran: Koç Üniversitesi Sosyal Etki Forumu, <http://sosyaletkianalizi.com/wp-content/uploads/2017/11/KUSIF-Sosyal-Etki-Olcumlemesi-Kilavuzu.pdf>, syf: 20) Measuring and Improving Social Impacts. A Guide for Nonprofits, Companies, and Impact Investors, 2014, Greenleaf Pub: UK [20.08.2020]

Etki analizinde odaklanılması gereken altı değişken²

Alanla ilişki: Çalışma alanındaki mevcut durum ve ihtiyaç düşünüldüğünde, uyguladığımız program doğru noktaya odaklanıyor mu?

Uygulanan programın etkisinin anlaşılabilmesi için, çalışma alanındaki diğer projelerin/çalışmaların incelenmesi ve uygulanan programın, çalışma alanında yaratacağı etkinin analiz edilmesi önemlidir. Literatür taraması ve alan taramasının yapılması, programın yaratacağı etkinin anlaşılmasını sağlar. Şu sorularla ilerlemek yardımcı olabilir:

- Alanda benzer çalışmalar yapılmış olabilir. Bu çalışmaların, bizim programımızla farkları ve benzerlikleri nelerdir? Yapılan çalışmanın öğrenmeleri, başarıları veya geliştirilmesi gereken noktaları nelerdir?
- Alanda yapılan çalışmalarda ortaya konulan bilgiler, bulgular ve diğer öğrenmeler nelerdir? Uygulayacağımız program, var olan bilgi/bulgu ve öğrenmenin üzerine neler koyabilir?

Etki referansları neler olabilir?

Geçmişte herhangi bir sektörde kişi/grup/kurum/kuruluş tarafından gerçekleştirilerek, etkisi ortaya konmuş bütün çalışmalar ile birlikte, hali hazırda farklı sektörleri bir araya getiren hedefler, çalışma çerçeveleri, temel ilke ve değerler etki referansları olabilir.

- İnsan hakları belgeleri, insan haklarına ilişkin izleme dokümanları,
- Birleşmiş Milletler Sürdürülebilir Kalkınma Hedefleri ve izleme dokümanları,
- Yerel, ulusal, uluslararası kurumlar tarafından gerçekleştirilmiş olan çalışmalar, raporlar, araştırmalar,
- Akademik çalışmalar,
- Bağımsız araştırmalar, raporlar ve bilgi notları.

Programın alanla ilişkisinin analizi, katılımcıların öncelikli ve acil ihtiyaçlarının görülmesi ve programın bu ekosistemde yarattığı/yaratacağı etkinin hangi ihtiyaçlara odaklı olduğunun netleştirilmesi bakımından önemlidir.

2 OECD'nin Değerlendirme İlkelerinden faydalanılmıştır: <https://www.oecd.org/dac/evaluation/revised-evaluation-criteria-dec-2019.pdf> [21.08.2020]

Bağlamlılık: Çalışma alanındaki diğer çalışmaları destekleyebilir nitelikte mi; diğer çalışmalarla tutarlı ve uyumlu mu?

Bağlamlılık, ilgililik değişkeni ile benzerliği olan bir değişken olmakla birlikte, altının çizilmesi açısından ayrı bir değişken olarak sunulmaktadır. Yaptığımız etki analizi, programımızın başka bir çalışmayı tekrar eder nitelikte olduğunu gösteriyorsa, bu durum verimlilik açısından sorunlu görünebilir. Bununla birlikte, alanda yapılmış diğer çalışmalarla tutarlı ve uyumlu olması da takip edilmesi gereken bir diğer durumdur. Çalışma alanımızın ilişkili olduğu temel hak ve özgürlükler ile birlikte, çalışma alanımızdaki mevcut üretimleri/ mücadeleleri göz önünde bulundurmak; uyguladığımız programı temel hak ve özgürlüklere erişim noktasında sağlayacağı katkılar bağlamında da analiz etmek önemli olacaktır.

Etkililik: Program hedeflerine ulaşıyor mu?

Uygulanan programın, nicel ve nitel olarak belirlenen hedeflerine ulaşip ulaşmadığının da analiz edilmesi, etki çalışmalarının temellerinden biridir. Bu noktada hedeflerimizi belirlerken bu hedeflerin birçok özelliğinin yanında **ölçülebilir** olması da önemlidir. Hedeflere ulaşılıp ulaşılmadığını anlamak için birtakım refe-

rans noktaları oluşturulur. Programın/ çalışmanın etkisini anlamak için oluşturulan her bir referans noktasına **gösterge** denir. Göstergeler, etki analizi yapmak için elimizdeki verileri birlikte yorumlayacağımız noktalardır.

Etkililik ile ortaya çıkan değişimi birbirinden ayırmak önemlidir. Etkililik, uzun vadedeki bir sosyal değişimden öte, programın özel hedefleri ile ilgilidir. Kısa vadeli ve sadece çalışmaya katılan faydalanıcılar ve onların çevresinde yaratılan etkiler olarak düşünülebilir.

Ayrıca şunu not etmek önemlidir: Etki çalışması esnasında, programın hedefleri ve etkililiği analizinde "öncelik/önem sırası" belirlenebilir. Böyle bir sıralama olması durumunda, bu sıralamanın hem planlama hem de etki çalışmalarında göz önünde bulundurulması da önemli olacaktır.

Verimlilik: Kullandığımız bütün kaynakları verimli kullandık mı?

Verimlilik bir diğer değişken olarak, program süresince kullanılan bütün kaynakların verimli kullanılıp kullanılmadığına dikkat çeker. Bu kaynaklar zaman, bilgi kaynağı, insan kaynağı, bütçe de dahil olmak üzere bütün kaynakları işaret eder.



Bir diğer ifade ile, çıktıları, sonuçları ve etkiyi girdilerle karşılaştırmak ve analiz etmek demektir.

"Biz bu program için neler yaptık? Program için hangi kaynakları girdi olarak kullandık?

"Programımızın sonuçları, çıktıları ve etkisi ile kaynaklarımızı kullanma şeklimizin ilişkisi nedir?"

Ortaya Çıkan Değişim: Programın yarattığı fark(lar) nelerdir?

Programımız içinde bulunduğumuz çalışma alanında var olan duruma bir etki sağlayacaktır. Bu etki doğrudan/dolaylı ve olumlu/olumsuz olabilir. Programımızın yaratacağı farkların neler olacağını, diğer bütün değişkenleri de göz önünde bulundurarak analiz etmek, etki çalışmalarının temellerinden biridir.

Ortaya çıkan analiz, etkililikten öte programımızın yaratacağı sosyal değişime odaklanır. "Bu program, çalışma alanındaki bütün canlılar için ne tür farklar yaratıyor?" sorusuna cevap arar. Bir diğer ifadeyle, programımızın orta ve uzun vadedeki etkilerini ifade eder.

Sürdürülebilirlik: Program bittiğinde etkileri de tamamen bitiyor mu?

Uygulanan programın etkisinin, sürdürülebilir olup olmadığı da yine üzerinde düşünülmesi gereken konulardan biridir. Hak temelli herhangi bir çalışma, hedef grubu güçlendirmenin yanı sıra sosyal güçlenme de sağlamalıdır. Sosyal güçlenme, hedef grupta doğrudan temas edilmeyenleri ifade edebileceği gibi benzer sorunlar yaşayan diğer sosyal grupları da ifade edebilir. Uyguladığımız programın etkisi ölçülebilir ve sürdürülebilir olursa, daha iyi bir yaşam mücadelesine de kalıcı katkı sağlayacaktır ve bu durum programın değerini de artıracaktır. Orta ve uzun gelecekteki etkiler/katkılar olarak düşünülebilecek olan bu değişken, program fikri üzerine düşünölmeye başlanan ilk andan itibaren önemli bir nokta olarak dikkate alınmalı ve bütün planlamaya dahil edilmelidir. Örneğin, 20 mülteci genç ile yapılan bir çalışmanın orta ve uzun vadede hem 20 mülteci gence,

ve bütün mültecilere, hem de ilişkili diğer çalışma alanlarına sağlayacağı katkı, sürdürülebilirlik değişkeninin odaklandığı noktalardır.

Etki analizinin aşamaları

Planlama/tasarım: Program başlama-
dan önce, yapacağımız etki çalışması-
nın da planlanması gerekir. Planlama
döneminde, gerçekleştireceğimiz etki
çalışmalarının bütün süreçlerinin bütün
paydaşlarla birlikte kurgulanması önemli
olacaktır.

Planlama/tasarım süreci aşağıdaki soru-
lara cevap arar:

- Etki çalışmasını kim(ler) sürdürecekt?
(içeriden/ dışarıdan / ekip/ uzman)
- Etki çalışmasının hedefleri neler?
- Etki çalışmasının hedefleri ile çalışma
hedefleri arasındaki bağlantı nasıl? Tu-
tarlı ve karşılıklı mı?
- Araştırma yöntemleri ne(ler) olacak?
- Etki çalışmasında hangi veriler topla-
nacak? Çalışmanın örnekleme belirlendi
mi? Kimleri içerecek?
- Etki çalışmasında faydalanılacak refe-
rans kaynaklar neler?

- Etki çalışmasının göstergeleri neler?
- Etki çalışmasının doğrulama kaynakları neler?

Veri toplama: Uygulanacak programın etkisine dair analizlerin yapılması için veri toplanması, en kritik aşamalardan biridir. Veriler farklı yöntemlerle toplanabilir ve aynı çalışmada birden çok veri toplama metodu da kullanılabilir.³

Veri toplama yöntemleri şöyledir:

- Görüşmeler,
- Anket,
- Gözlem,
- Kaynak taraması.

Bu yöntemlere ek olarak, çeşitli veri toplama yöntemleri, uzmanlığa ve eğitime bağlı olarak uygulanabilir. Örneğin, programda yer alan, çocuk psikoloji alanında uzmanlığı veya eğitimi olan bir uzman çocuklarla yapılan bir çalışma sonrasında değerlendirmelerini resim çizdirerek alabilir. Resimler üzerinden, programın/çalışmanın sonunda çocukların neler öğrendiği, katılım düzeyleri, memnuniyetleri, kendilerine ne kadar ifade alanı buldukları, nasıl hissettikleri vb. değişkenleri

yorumlayabilir. Ancak böyle bir yöntemi sadece bu konuda uzmanlığı olan kişiler uygulamalı; verileri programın/çalışmanın hedefleri bağlamındaki etkisi ile sınırlı tutmaya ve yorumlamaya özen göstermeli, bu değerlendirme sürecine çocukları da dahil etmelidir.

Saha çalışmaları ile bire bir veri toplama yapılacaksa, bazı noktalara dikkat etmek önemli olacaktır. Bu kritik noktalar şöyle sıralanabilir:

- Veri toplama öncesinde kişilerin bütün süreçle ilgili şeffaf bir şekilde bilgilendirilmeleri,
- Veri toplama sürecinde Kişisel Verilerin Korunmasına Yönelik Kanun çerçevesinde kişilerin onamlarının yazılı ve sözlü bir şekilde alınması, diğer gerekli prosedürlerin gerçekleştirilmesi,
- Kişilerin mahremiyetlerine saygı gösterilmesi, gönüllü katılımın esas olması ve görüşmecilerin diledikleri noktada katılımlarını sonlandırabilme hakları olduğunun altı çizilerek paylaşılması,
- Sadece program kapsamında ilişkili olacak verilerin toplanması, amaca yönelik kullanılması,

3 Bu bölümün sonunda BoMoVu'nun uyguladığı programlarda kullandığı veri toplama araçlarından örnekler bulabilirsiniz.

- Katılımcıların kendilerini güvende hissedebilecekleri kurguların oluşturulması,
- Veri toplama konusunda sorumlu olan kişilerin ve etki çalışmasından sorumlu olan kişilerin, görüşme sonrasında da erişilebilir olmalarına yönelik düzenlemelerin yapılması önemlidir.

Uygulamalı Egzersiz

Adım adım değerlendirme ve süreçte veri toplamak

Bedensel faaliyetler gerçekleştirdiğimiz hedef kitle ile birlikte, her çalışmamızı değerlendirmek ve o verileri toplamak da yine etki ölçümü açısından önemlidir. Dolayısıyla, her bir adımın her bir faaliyetin katılımcılarla ve dolaylı etkilenenlerle değerlendirilmesi önerilmektedir.

Her bir adım değerlendirmeyi, farklı yöntem ve tekniklerle uygulamak da mümkündür. Bu metotları, çalışmanın ruhuna göre planlayabiliriz. Aşağıda iki örnek paylaşıyoruz.

Amaç: Atölye sonrası değerlendirmeyi kolaylaştıracak metotları tecrübe etmek.

Araçlar: Kağıt, kalem. Aktiviteye göre değişebilir.

Süre: 30 dakika

Uygulama Aşamaları:

Bir Hareket Bir Duygu: Her atölyenin sonunda, katılımcılarla çember oluşturarak günün değerlendirmesi yapılabilir. Bu değerlendirme için herkesin bir hareket ve bir duygu düşünmesi istenir. Hareket ve duygu, bugünkü çalışmanın bizim üzerimizdeki etkisini ifade edecek bir hareket ve duygu olmalıdır. Biraz düşünme süresi verildikten sonra, herkesin sırayla hareketini yapması ve sonrasında duygusunu paylaşması istenir. Süreci kolaylaştırmak için, gönüllü olandan başlanabilir veya kolaylaştırıcı ilk olarak başlayabilir. Bu paylaşımlar, bir diğer kolaylaştırıcı tarafından not alınarak etki analizine dahil edilebilir.

Uçak Yapma: Her katılımcıya bir kağıt verilir ve kağıttan uçak yapmaları istenir. Bilmeyenler olabileceği için kolaylaştırıcı nasıl yapılacağını anlatır. Uçak yapıldıktan sonra, herkesin bugünkü atölyeyi düşünmesi ve uçağın bir tarafına 1 ile 10 arası bir sayı yazması, diğer tarafına ise, neden bu sayıyı verdiğine dair en az bir cümle yazması istenir. Katılımcıların isimlerini yazmalarına gerek olmadığı, en başında vurgulanmalıdır. Herkes bitirdikten sonra, uçaklar uçuşur ve herkes kendine en yakın uçağı alarak büyük ekiple yazılanı paylaşır. Bu paylaşımlar, not alınarak etki analizine dahil edilebilir.

Analiz: Elde edilen veriler, etki çalışmasını gerçekleştiren ekip tarafından analiz edilir, ihtiyaç durumunda kategorize edilir ve yorumlanmaya hazır hale getirilir. Her bir veri, tek başına önemli olduğu gibi verilerin birlikte okunması/yorumlanması da önemlidir. Analizler yapılırken dikkat edilmesi gerekenler:

- Toplanan veri anlamlı ve tutarlı mı? Analiz yapmak için yeterli mi?
- Elde edilen veriler güvenli ve geçerli mi?
- Nicel veriler mi, nitel veriler mi topladık? İkisini birlikte nasıl analiz edebiliriz?
- Verilerin hangilerini tek başına analiz etmek önemli olacak ve etki analizimiz için doğrudan önemli?
- Birlikte analiz edilmesi edilmesi gereken veriler hangileri? Bu analiz için herhangi bir araca ihtiyacım var mı? (Örneğin, SPSS gibi)
- Analizleri hangi sırayla paylaşacağım?

Değerlendirme ve Raporlama: Analizler yapıldıktan sonra, programın hedef göstergeleri ve analizler bir arada tartışılır ve yorumlanır. Bu veriler ile programın hedef kitle üzerindeki etkileri ile birlikte sosyal dönüşüme etkileri ortaya konulmaya çalışılır. Yukarıda belirtilen altı de-

ğişkenin tamamının değerlendirme sürecine dahil edilmesi ve raporlamada açık bir şekilde belirtilmesi önemlidir. Ortaya çıkan raporun yaygınlaştırılması, üretilen bilginin etkisinin artması ve sürdürülebilir hale gelmesi açısından önemli olacaktır. Değerlendirme ve Raporlama ilgili diğer öneriler:

- Okunabilir raporlar hazırlanması önemlidir. Her raporun, özetinin de hazırlanması uygun olacaktır.
- Okunabilirlik, sadece özet ile ilgili değil görselleştirme/grafik tasarımıyla da ilişkilidir.
- Erişebilirlik konularına dikkat edilmelidir. Farklı dillere çeviri ve görme engelliler için online mecralarda sesli betimlemelere yer verilmesi önerilir.
- Raporun sosyal medyada yaygınlaştırılması dışında, konu ile ilgili çalışan STÖ'lere, kurum ve kuruluşlara gönderilmesi de önerilir.
- Raporun yaygınlaştırılma stratejisinin de etki çalışmalarının planlanması sürecinde planlanması önemli olacaktır.

Deneyimlerden...

Sosyal Değişim Teorisi

Değişim Teorisi, her örgütün yarattığı değişimi nasıl değerlendirdiğini anlatabildiği bir araçtır. Yaratılan sosyal değişimin kimin için, en ufak noktasına kadar, nasıl bir etki yarattığını kavrayıp bunun geneldeki büyük değişimi nasıl etkilediğini anlamaya yardımcı olur. Aynı zamanda, adından anlayacağımız gibi, değişimi önkoşullar. Yani yapılan faaliyetlerin bu analiz çerçevesinde genel değişimi baltaladığını görüyorsak bir noktada değişim teorisine bakıp "dur" diyebiliriz. Programımızı, çalışma biçimimizi veya bakış açımızı değiştirebilir, önceliklerimizi güncelleyebiliriz. Bu da "tek doğru bir çözüm" ülküsüyle değil adapte olabilen, gelişebilen, yeni hassasiyetler geliştirebilen bir yapıya sahip olmamıza yardımcı olur.

İyi Örnekler

Etki Çalışmalarını Düşünürken: Destekleyici Olabilecek Örnekler

Kalkınma için Spor - Bir Etki Çalışması Raporu; International Development Through Sport (ids), 2007 yılında UK Sport and Comic Relief tarafından desteklenen ve "sporun dezavantajlı çocukların ve gençlerin kişisel gelişimine ve refahına katkıda bulunduğu" hipotezini araştırmak üzere başladığı dört yıllık bir etki analizi çalışması yaptı. Program, sporun çocukların ve gençlerin gelişiminde etkili bir araç olup olmadığını ortaya koymayı ve iyi uygulamalar geliştirmeyi de hedeflemekteydi.

İlgili rapora Women Win internet sitesinden erişilebilir: <https://www.womenwin.org/files/pdfs/Sports%20for%20Development-An%20Impact%20Study.pdf> [22.08.2020]

BoMoVu - Hareketin Özgür Projesi Araştırması: Moving Away Moving Within - Study About the Benefits of Physical and Creative Activities; Hareketin Özgür projesi kapsamında, Şubat-Mayıs 2018 tarihleri arasında projenin son üç ayında katılımcıların fiziksel/bedensel gelişmelerine dair algıları üzerinden bunun yaşamlarını nasıl etkilediğini değerlendirmek için derinlemesine görüşmeler ve gözlemler aracılığıyla bir araştırma yapılmıştır.

İlgili rapora BoMoVu internet sitesinden ulaşılabilir: <http://bomovu.org/moving-away-moving-within-study-about-the-benefits-of-physical-and-creative-activities/> [22.08.2020]

Örnek 1: BoMoVu'nun Değişim Teorisi



Örnek 2: Barışa Oyna Projesi'nin Değişim Teorisi



BoMoVu Faaliyetlerinden ve Programlarından Veri Toplama Araçları ve Örnekler

Programın yapısı ve içeriği ile uyumlu olarak, partner kurumlara, katılımcılara atölye uygulayıcılarına ya da sahada program faaliyetlerine katılan gönüllülere yönelik veri toplama anketleri hazırlanmış; bu anketler değerlendirme sürecinin önemli girdileri olmuştur. Aşağıda bu anketlerden örnekler (anket formunun bütünü ya da içinden seçilmiş sorular halinde) paylaşılabacaktır.

Örnek-1:

Fiziksel aktivitelerin her seansının sonunda ya da çalışma arasında katılımcılara (yazılı ya da sözlü olarak) aşağıdaki ve benzeri sorular yöneltiler ve birbirini takip eden çalışmalarda bu sorularla toplanan veriler, program sonunda bir araya getirilerek analiz edilebilir:

- Kendinizi aktiviteyi uygularken nasıl hissettiniz?
- Aktivite yönergeleri anlaşılır mıydı, rahat takip edebildiniz mi?
- Bu aktivitede öğrendiklerinizin gündelik yaşamınıza etkileri oluyor mu?
- En çok neyi sevdiniz?
- Kendinizi rahatsız hissettiğiniz bir an oldu mu?
- Sizce kendinizi ifade edebileceğiniz bir alan var mıydı?

Örnek-2:

Ekim 2017’de Hatay Kırkhan Toplum Merkezi’nde Suriyeli mülteci kadınlarla yapılan Kontak Doğaçlama faaliyeti sonrası katılımcılara verilmiş olan değerlendirme formunun alt başlıkları:

A- Etkinlik değerlendirme

- Etkinliğin süresi nasıldı?
- Etkinlik sırasında nasıl hissettiniz?
- Etkinlik anlaşılır ve anlamlı mıydı?

B- Kişisel değerlendirme (bu alt başlıktaki sorular tümüyle verilmiştir)

Bedeninizle nasıl hissettiniz?

- Bedenimde farkında olmadığım yerlerle tanıştım
- Rahatladım, stresimi attım
- Bazı egzersizlerde gergin hissettim
- Başkalarıyla temas halinde olunca hissettim.
- İyi
- Gergin
- Korku

- Utanç
- Sıcak
- Şefkat
- Diğer: _____

Ağırlık paylaşımında nasıl hissettiniz?

- Başkasına ağırlığımı verince, destek aldığımı hissettim
- Başkasına ağırlığımı vermekte zorlandım / bırakmak istemedim
- Başkasının ağırlığını almakta zorlandım / yetersiz kaldığımı hissettim
- Başkasının ağırlığını alırken rahat hissettim / keyif aldım
- Partnerli egzersizlerde ortak dansı / dengeyi bulurken
- çok zorlandım
- bulana kadar zaman aldı
- düştük ve kalktık
- hiç bir zaman bulamadık
- Bulamadığım zamanlarda kendimi sorumlu tuttum
- Bulamadığım zamanlarda partnerimi sorumlu tuttum
- Grup halinde hareket ederken...
- Grubun desteğini hissettim

- İçinde kaybolduğumu hissettim
- Grup ile dans ederken eğlendim
- İnisiyatif alabildim
- Sadece takip ettim
- Kendimi grubun hareketine bırakabildim
- Liderlik ettim
- Liderlik etmek hoşuma gitti
- Liderlik etmekten rahatsız oldum

C- Gündelik hayatta:

1. Mekan ile ilişkilene (mekan ile kurulan aidiyet ve güven ilişkisine dair sorular)
2. İnsanlarla ilişkilene (yakın ya da daha uzak çevredeki insanlarla kurulan ilişkilere dair sorular)
3. Toplumsal cinsiyet bakış açısı (kadınlık-erkeklik rollerine dair görüşleri ifade etmeyi sağlayacak sorular)
4. Sosyal güçlenme - Hareket Özgürlüğü (özgürce hareket edebilme ile ilgili algı ve görüşlerin, faaliyet ile ilişkilendirildiği sorular)

Örnek-3:

Hareketin Özgür programının 3. döneminde (Ocak-Mart 2020), yürütülen her bir fiziksel aktivitenin haftalık olarak değerlendirilmesi için kullanılan, atölye yürütücülerine ve atölye yardımcılarına yönelik değerlendirme formları aşağıda paylaşılmıştır. Bu formlar ile toplanan veriler, hem haftalık değerlendirmelerle prog-

ramın ya da aktivite planının revize edilmesi; ihtiyaçlar doğrultusunda güncellenmesi, ekip içi işbirliğinin güçlendirilmesi için; hem de program sonunda yapılacak etki değerlendirmesi için kullanılabilir.

Hareketin Özgür - Atölye Yürütücüleri için Değerlendirme Formu

Genel bilgiler

Atölye Yürütücüsünün ve Yardımcısının Adı

- Atölye Tarihi
- Aktivite (Dans/Basketol/Sirk Sanatları/Yoga)

Müfredat

- Müfredatında bugün neler yazılıydı?
- Müfredatına eklediklerin / uygulamadıkların / değiştirdiklerin

İhtiyaçlar

- BoMoVu Ekibinden / Kurumdan destek ihtiyacı var mı?

Atölyenin hedeflere göre değerlendirilmesi

Bu kısım geliştirilmesi gerekeni, eksik olanları, işleyeni değerlendirme kısmıdır. Hedeflere ulaşmak için bu doğrultuda aktiviteyi değerlendiriniz.

Hedeflerimiz: Özgüven&özsaygı / kendini ifade etme becerisi / iletişim becerisi / keyif & eğlence & oyun / beden otonomisi / yaratıcılık / işbirliği & kolektif bilinç / branş bazında temel teknik bilgilerin aktarımı / esnek dayanıklılık / güven ve sevgi alanı oluşturmak / kazanılan becerileri farklı alanlara ve sosyal hayata transfer etme

- Planlanan müfredata bağlı olarak İYİ İŞLEYEN / GELİŞTİRİLEBİLİR / EKSİK kalan yönler
- Eğitmenin ders sırasındaki haline / birikimine bağlı olarak İYİ İŞLEYEN / GELİŞTİRİLEBİLİR / EKSİK kalan yönler
- Kurumdan / katılımcılardan kaynaklı olarak İYİ İŞLEYEN / GELİŞTİRİLEBİLİR / EKSİK kalan yönler
- Dış etkenlerden kaynaklanan İYİ İŞLEYEN / GELİŞTİRİLEBİLİR / EKSİK kalan yönler

Atölye yürütücüsünün kendisine dair değerlendirmesi

- Bu atölyelerin etkisiyle; atölye sırasında ya da sonrasında kendinizde gözlemlediğiniz değişimler var mı? Programın sizin açınızdan öğretici / geliştirici yönleri var mı?

Hareketin Özgür - Atölye Yardımcıları için Değerlendirme Formu

Genel bilgiler

- Atölye Yürütücüsünün ve Yardımcısının Adı
- Atölye Tarihi
- Aktivite (Dans/Basketol/Sirk Sanatları/Yoga)

Katılımcı sayısı

- Kız çocuk sayısı
- Oğlan çocuk sayısı

Katılımcı listesi

Aktiviteye dair genel gözlemler

Günün değerlendirilmesi (konu ile ilişkiliyse, grubun

geneli, kız ve oğlan çocukları için ayrı ayrı; 1-5 ölçeğinde değerlendirme):

- Bugün grubun ve çocukların motivasyon düzeyine kaç puan verirsiniz?
- Bugün çocuklar kendilerini grup içerisinde sizce ne kadar rahat hissetti?
- Bugün çocuklar kendilerini jest, mimiklerle ve sözel olarak sizce ne kadar ifade edebildi?
- Bugün aktivite becerisi ve güçleri zayıf olan öğrencilerin katılım düzeyini nasıl değerlendirirsiniz?
- Türkçesi zayıf olan öğrencilerin yönergeleri anlamadığı için dahil olamadığı durumlar ne sıklıkta yaşandı?
- Bugün öğrenciler arasındaki akran ilişkilerini nasıl değerlendirirsiniz?
- Bugünkü aktivitelerin ne kadarı sonu kazanma/kaybetme olmayan etkinliklerden oluşuyordu?
- Bugünkü aktivitelerde öğrencilerin fiziksel güvenliği için düzenlemeler sizce ne kadar yeterliydi?

Örnek-4:

Eleştirel Beden programı içerisinde, BoMoVu mekânında haftalık olarak yapılan “Kadından Kadına Muay Thai” paylaşımlarına katılan kadınların, toplumsal cinsiyet ve güçlenme algılarını anlamaya yönelik yapılan nitel araştırmaya katılan kadınların ifadelerine şu örnekleri sunabiliriz:

“Genelde karşıdaki kişinin beni incitmeyi korktuğu için hafif vurduğunu düşünüyorum, o yüzden daha hızlı vurabileceğini benim için sorun olmadığını sürekli söylüyorum. Darbe almanın direncimi arttıracığı hissiyatındayım. belki de çok saçma bilemiyorum. Kendi dayanıklılığını ölçer gibi yani. Bir de ‘çıtkınlıdım kız’ imajına savaş açmış gibi hissediyorum o yüzden de iyi geliyor.”

“Partner ile uyumlu olmak önemli, bir şey söylemeye/sormaya gerek kalmıyor.”

“Müsabaka amaçlı antrenmanlarda güç ve kötü niyete dayalı bir rekabet kuruluyor.”

“Hırs ve ödül olunca şiddet dozu daha fazla olabilir.”

* Araştırmanın sonuçlarını BoMoVu’nun websitesinden inceleyebilirsiniz:

<http://bomovu.org/cinsiyetci-olmayan-boks-dersleri-donem-degerlendirmesi/>

<http://bomovu.org/kadından-kadına-muay-thai-katilimcilarinin-darbe-algisi/>

PROGRAMI UYGULARKEN KARŞILAŞABİLECEĞİMİZ SORUNLARLA BAŞA ÇIKMAK

Sahada dikkat edilmesi gerekenler

Sivil toplum kurumlarının saha ile yakın ilişkisi, bu konudaki deneyimi değerli kıyor. Her STK'nın deneyimi değerlidir. BoMoVu için sahada yaşanan deneyimleri yazılı hale getirmek ve paylaşım açmak alanda çalışan diğer kurumlarla birlikte yolumuzu aydınlatma çabasının bir parçası oldu. Bu yüzden aşağıda spor programları sırasında sahada dikkat edilmesi gereken noktaları farklı başlıklar altında aktarmaya çalışıyoruz. Bu saha notları, farklı spor programlarımızdan deneyimlerimizi paylaştığımız odak grup çalışmaları sonucunda ortaya çıkmıştır.¹

Hassas gruplarla çalıştığınız bir projede sahaya çıktığınızda katılımcılarla ilişkinizi düzenlerken nelere dikkat edersiniz?

→ Eğitimlerde ve sahada katılımcılarla

çalışırken, programın/projenin amaçları, etkinlikler ve sahada olunacak süre kişilerin anlayacağı şekilde ayrıntılı bir biçimde aktarılmalıdır.

→ Proje boyunca elde edilen bilgi ve deneyimlerin proje çerçevesinde nasıl kullanılacağı konusunda tüm katılımcılar etkinlik öncesinde bilgilendirilmelidir.

→ Kişiler eğitim ve etkinliklere katılımlarının ya da ne şekilde katılacaklarının, proje ilkeleri çerçevesinde, kendileri tarafından belirlenebileceğine dair bilgilendirilmelidir.

→ Sahada proje boyunca katılımcıların ihtiyaçları sorulmalı, yanıtlar dinlenmeli ve taleplere nasıl karşılık verileceğine yine proje ilkeleri çerçevesinde birlikte karar verilmeli, şeffaflık sağlanmalıdır.

¹ Deneyimleri ile bu bölüme katkı sunan Ayşe Şevval Ay, Burcu Ayan, Canan Abeş, Cansu Kılınçarslan, Dilan Akbayır, Dilek Üstünelan, Eleni Nadin Diker, Ezgi Türker, Hüseyin Korkma, İlkur Hacisofoğlu, Medya Güler, Menekşe Canatan, Nazlı Durak, Nil Delahaye, Onur Gazi Aslan, Selçuk Açıkgöz, Serap Aksoy ve Sultan Bozbıyık'a teşekkürler.

→ Yukarıda söylenenler çerçevesinde sahada esnek olunmalı, her projede sahanın kendi ihtiyaçları dikkate alınarak, etik ilkeler çerçevesinde kalmak kaydıyla, koşullar değiştirilebilmelidir.

→ Sahada karşınıza çıkacak durumların ve deneyimlerin sahaya yönelik ya da saha dışında aldığınız eğitimde kurgulandan farklı olmasına hazırlıklı olmanız gerekmektedir.

→ Tüm farklılıklara rağmen ortaklıkları bulmaya çalışmalı ve onları su yüzüne çıkarmak için katılımcılarla birlikte çaba göstermeliyiz.

→ Proje boyunca unutmamamız gereken noktalardan biri lider konumunda olduğumuzu, yine konumumuz gereği umut bağışlıyor olabileceğimizi bilmek ve bunun sorumluluğuyla davranmaktır.

→ Bu sorumlulukla davranırken yaklaşımımızın temeline yardımseverlik kisvesini oturtmadan, dayanışmayı merkeze alarak sahada var olmalıyız. Çünkü Eduardo Galeano'nun söylediği gibi: "Yardımseverlik aşağılayıcıdır çünkü tepeden aşağıya doğru, yukarıda başlayan bir hareketle uygulanır; dayanışma ise yataydır ve karşılıklı saygıyı gerektirir" (La caridad es humillante porque se ejerce vertical-

mente y desde arriba; la solidaridad es horizontal e implica respeto mutuo).

Sahada kendi dönüşümüne hazır olmak

→ Sadece katılımcılarda değil kendimizde de dönüşüme hazır olmalıyız. Yeni bilgiler ve deneyimlerle şekillenen özdüşünümsel sürecimizi sahaya da yansıtmalıyız.

→ Katılımcıların yönelttiği eleştirilere açık olmalıyız ve açık olduğumuzu anlatmalıyız.

→ Her saha deneyiminden sonra kendimize deneyimi düşünmek ve anlamak için zaman tanımalı, ve bunu düzenli olarak yapmalı, bir sonraki deneyimimize yansıtmalıyız.

→ Önyargı - kalıp yargılarımız sahayı anlamamıza engel olabilir. Bu yüzden sahadaki deneyim ve kişileri kafamızdaki şablona uydurmaktan kaçınmalı, yaşananları anlamaya odaklanmalıyız.

→ Saygı duyarak dinlemeli - önyargılarımızın sahayı etkilemesini en aza indirmek için - kişiye kendini ifade etmek için alan sağlamalıyız

→ Lider konumunun kendinde yarattığı güçlenme ve iyi hissetmeyi anlamaya hazır olmalıyız.

Tuzaklar

- Önyargılarımızın olduğunun farkında olmalıyız. Kendi önyargılarımızın tuzak olabileceğini bilmeli, kendimizi yakalamaya dönük öz-gözlemimizi canlı tutmalıyız.
- Hiyerarşik bir yapı olduğunun ve bu hiyerarşide üstte olduğumuzun farkında olup, bunun sorumluluğuyla hareket etmeliyiz.
- Sahadan bağımsız sorunlarımızın bizi etkileyebileceğini bilmeli, farkında olmalı ve onun etkisini aza indirmek için o günün gündemini dahi değiştirmeye hazır olmalıyız.
- Kendi kırgınlıklarımızın, hassasiyetlerimizin olabileceğini kabul etmeli ve bunu gösterme ve konuşma cesaretine sahip olmalıyız. Böylesi bir ilişki karşılıklı güçlenme için de önemlidir.
- Lider konumunda olduğumuz için ulaşılamaz bir yerde durmamaya dikkat etmeli ve "farklı konumdan geldiğimiz için bunları başardığımız, ama onların başarmasının çok zor olduğu" izlenimi vermeye gayret etmeliyiz.
- Karşıdaki kişiyi fazla hassas ve incinebilir tanımlayarak güçsüz hissetmesine neden olmamalıyız.

→ Kendimizi iyiliksever konumunda sunarak hiyerarşiyi yeniden üretmemeli, karşıımızdaki kişinin güçsüzleşmesine neden olmamalıyız.

Karşıımıza çıkabilecek sorunlar ile baş etmek için tavsiyeler

Burada sahadan gelen deneyimlerden beslenerek spor programını planlarken, yürütürken pratik anlamda karşıımıza neler çıkabileceği ve son dakika değişiklikleri hakkında öneriler sunuyoruz. Her deneyim kendi özgünlüğü ile değerlidir ve sonraki deneyimleri besler, özellikle açık havada yapılacak etkinliklerde, çok katılımcının olduğu etkinliklerde veya çeşitli çatışmaların yaşanma ihtimali olan bölgelerde yapılacak etkinliklerde beklenmedik olaylara karşı hazırlıklı olmakta fayda var.

Örnek sorunlar ve çözüm önerileri

→ Açık havada yapılan etkinliklerde **hava koşullarından** dolayı çalışma sahası katılımcılar için tehlike arz ediyorsa, son dakika ayarlanabilecek başka sahaların (mesela üstü kapalı sahalar) iletişim bilgilerinin el altında olması ve oraya ulaşımı hızlıca planlayabilmek gerekir. Alternatif saha bulunamaz ise yine de etkinliği iptal etmek yerine kapalı mekanda buluşup küçük fi-

ziksel etkinlikler düzenlenebilir (örneğin futbol için topsuz - hayali top ile - ikili çalışmalar yapılabilir veya top ile denge çalışmaları yapılabilir - topu ayağın üzerinde veya kafanın üzerinde tutmak gibi). Ayrıca, fiziksel aktivitelerin mümkün olmadığı koşullarda, programın hedeflediği güçlenme ortamını sağlamak için sohbet edilebilecek önemli bir fırsat yakalamak mümkün. Katılımcıların bu spor hakkında neler düşündüğünü, çekincelerini, onları mutlu eden şeyleri sorup tartışmaya açmak faydalı olacaktır. Bunun için de sohbet için gerekli hazırlıklar önceden yapılabilir ve katılımcıların fikirlerini almak için sohbeti açacak sorular önceden hazırlanabilir.

→ Gönüllülük esasıyla yapılan çalışmalarda projede yer alan kişilerin seçimi, hedef kitle ile olan iletişimleri, spora ve fiziksel harekete olan ilgileri belirleyici olacaktır. Gönüllüler projeyi büyük bir sorumluluk hissiyatıyla da gerçekleştirebilir veya projede emek vermeyi bir lütf olarak da algılayabilir. Bu algı projenin yürütülmesinde öngörülemeyen sorunlar ortaya çıkarabilir. Örneğin projenin yürütüleceği zamanlarda haber vermeden gelmeyebilirler. Bunun olabileceğini düşünerek, yedek yardımcı kişileri hazır tutmak gerekir. Ancak hedef kitlenin önemsendiğini hissetmesi ve güven kurabilmesi için aynı kişilerin istikrarlı bir şekilde gelmesi önemli olacaktır.

→ Sahada çalışırken el altında katılımcı bilgileri, acil durumlarda aranması gereken kişilerin listesi ve sahada güvenliğinin sağlanması için oluşturulan kontrol listelerinin bulundurulması gereklidir. Bu dokümanlar, olası bir kaza anında hızlıca bakılabilecek bir yerde tutulmalı.

→ Sahada iken ortaya çıkabilecek olası sorunların senaryolarını saha öncesi oluşturmak ve bunlara çözümler geliştirmek için alternatif planlar hazırlamak, o durumlarda soğukkanlı davranabilmeyi sağlayabilir. Bu ön hazırlıklara rağmen hesaplanmamış sorunların çıkabileceği de unutulmamalı.

→ Sahada kız/kadınlar ve oğlan/erkekler için ayrı ayrı giyinme odaları ve lavabolar yoksa dönüşümlü kullanırken kendi yaptığınız afişi kapıya yapıştırmak gibi basit ama elzem çözümler bulunabilir.

→ Çatışmaların olabileceği bir bölgede çalışma yapıldığında tehlike arz eden bir durum meydana geldiği zaman, örneğin bir bomba uzaklarda patlıyor ise, bu çatışmayı heyecan verici bir hale getirecek hareketlerde bulunulmamalı. Sakin ve soğukkanlı bir şekilde hedef kitlenin güvenini sağlayıp mümkünse etkinliğe konsantre olmaya devam edilmeli.



Bütçe oluştururken nelere dikkat etmek gerekir?

→ "İyilik yapmak" sadece refah seviyesi yüksek olan kişilere mahsus bir ayrıcalık değil, o anlamda projenizde gönüllülük yapmasını istediğiniz kişiler arasında bu zamanı karşılığında az da olsa bir gelire

ihtiyaç duyacak insanlara alan açmalı. Gönüllülerin mümkün olduğu kadar **har-cirahı** geniş tutulmalı, yemek ve yol ihtiyaçları mutlaka göz önünde bulundurulmalı.

→ **Ekipman-** Yapılacak etkinliklerde kullanılacak bütün ekipman teker teker tespit edilmeli, ve bütçeye eklenmelidir. Örneğin normal spor ayakkabısı ile futbol etkinliği yapıldığı takdirde ayakkabılar yırtılabilir. Veya hedef kitlenin terlemeye ve kirlenmeye müsait yedek kıyafeti olmayabilir. O kıyafetler ayarlanarak her etkinlik sonrası toplanıp yıkanabilir ve sonraki etkinlikte tekrar getirilebilir.

→ **İnsan kaynağı** - Etkinlikleri düzenleyen tam zamanlı ya da yarı zamanlı çalışan ücretleri, koordinator ücretleri bütçeye insan kaynağı olarak, proje yönetimi ya da insan kaynakları bölümü altında yansıtılmalıdır. Tasarım veya tercüme gibi ihtiyaçlarını karşılamak üzere destek

alınan kişilere yapılacak ödemeler proje uygulaması bölümünde, işin içeriği bütçe kalemi olacak şekilde yansıtılmalıdır. (Bkz. Örnek bütçe içinde 2.1. numaralı bütçe kalemi)

→ İletişim için çalışılan grubun hassasiyetleri göz önüne alınarak yaratıcı çözümler bulunmalı. Örneğin, faaliyetlerin tanıtımında kullanılacak görsellerde hedef kitlenin mahremiyetini korumak için bir çizer/illüstratör ile çalışılabilir ve buna bütçe ayırmak gerekebilir.

→ Spor yaptırılacak hedef kitleye spor programından önce ve sonra mutlaka meyve ve su verilmeli, bütçe buna göre ayarlanmalı.

Bütçe Örneği

14 hafta boyunca 2 farklı spor faaliyetinin 12'şer kişi ile yapılması için bütçe örneğidir.

Bütçe kalemi	Birim	Birim fiyatı (TL)	Birim adeti	Toplam tutar	Açıklama
1. Projenin hazırlığı					
1.1. Faaliyet için ekipman	Bir defalık	600	2	1200	2 farklı spor faaliyetin genel ekipman giderleri - ilkyardım seti, müzik, top vs.
1.2. Katılımcılar için ekipman	Kişi başına	200	24	4800	12 katılımcının 2 farklı spor faaliyeti için kişisel ekipmanlar
1.3. Proje ekibinin iç eğitimleri	Bir defalık	400	3	1200	Toplantı giderleri, kaynak çoğaltma, yemek, vs.
Alt toplam				7200	
2. Proje uygulama					
2.1. İletişim araçlarının tasarlanması	Bir defalık	1500	1	1500	Basılı ve çevrimiçi iletişim materyalin tasarlanması için tasarımcıya ödenecek ücret
2.2. El ilanı ve poster basımı	Bir defalık	2000	1	2000	500 el ilanı ve 6 poster basım ücreti
2.3. Mekan/alan kirası	Hafta başına	170	14	2380	14 hafta boyunca kullanılacak sahanın kira ücreti
2.4. Matara	Kişi başına	40	12	480	Tekrar kullanılabilir mataralar (plastik kullanımını önlemek için)
2.5. Meyve suyu ve atıştırma masrafları	Hafta başına	360	14	5040	Atıştırmalıklar, meyve suyu masrafları
Sub-total				11820	
3. Özel etkinlikler					
3.1. Tanıtım etkinliği	Faaliyet başına	500	2	1000	2 spor faaliyetin aileler ve topluma tanıtılması için küçük gösteri ve sözlü anlatım için toplantı giderleri (ikram, vs.)
3.2. Proje sonu maç ve gösteri	Faaliyet başına	500	2	1000	2 spor faaliyetinin aileler ve topluma açık musaba maçı ve gösterisi için madalya, çiçek, 30 kişi için kuru pasta ikramı, vs.
Alt toplam				2000	
4. Proje yönetimi					
4.1. Gönüllüler için yemek ve yol	Faaliyet başına	100	28	2800	14 hafta x 2 faaliyet x etkinlik başına 1 gönüllü
4.2. Antrenörler için ücret	Faaliyet başına	300	28	8400	
4.3. Yarı zamanlı proje koordinatörü		4000	8	32000	Yarım zamanlı
Alt toplam				43200	
GENEL TOPLAM				63800	

AKTİVİTE ÖRNEKLERİ

Bu bölümde sunulan aktiviteler, rehberde ele alınan tüm bölümlerle ilişki içerisinde; bu rehberin temel aldığı ilkelerin uygulamaya konmasını örneklendirmek amacıyla hazırlanmıştır. Bu bölümden, aşağıda yer alan aktiviteleri, önerilen ilkeler doğrultusunda (doğrudan ya da uyarlayarak) uygulamak üzere yararlanabileceğiniz gibi; bir fiziksel aktivite içerisinde bu ilkelerin nasıl hayat bulabileceğine bakmak üzere de faydalanabilirsiniz. Bu uygulama örneklerini, kendi uzmanlığınız olan spor alanlarında yaygınlaştırabilirsiniz.

Rehberin her bir bölümü, bir fiziksel aktivite programı geliştirmeden önce ve programı yürütürken göz önünde bulundurulması gereken önemli konuları ele almaktadır. Bu nedenle, bu bölümde yer alan aktiviteleri uygulamadan önce, güvenli bir spor ortamını hazırlamak, katılımcıların, kolaylaştırıcıların ve tüm ekip üyelerinin sağlıklı bir çalışma yürütmelerini sağlamak adına, tüm bölümleri incelemenizi; kurumunuzu ve tasarladığınız aktiviteleri bölümlerdeki

konular çerçevesinde yeniden değerlendirmenizi öneriyoruz.

Bir fiziksel aktivite programına başlamadan önce, birlikte çalışacağınız grubun ihtiyaçlarını analiz ederek (bkz. **Hedef Kitlenin İhtiyaçlarını Anlamak**) uygun bir müfredat hazırlayın (bkz. **Spor Programı için Müfredat Oluşturmak**). Katılımcıların uygun ve güvende hissedecekleri bir ortamda fiziksel aktivitelere katılımını sağlamak üzere yapılması gereken düzenlemeler için detaylı açıklamaları **Fiziksel, Duygusal ve Kültürel Güvenlik** bölümünde bulabilirsiniz. Aşağıdaki listede bunların yalnızca bir kısmı bulunmaktadır:

- Oyun alanının tehlikesiz olduğundan ve zararlı nesneler içermediğinden emin olun.
- Çalışılan grubun fiziksel ihtiyaç ve koşullarını göz önünde bulundurarak, gerektiğinde gruba danışarak fiziksel koşulları düzenleyin.

- Katılımcıların spor yapabilmesi için gerekli yiyecek ve su bulundurun.
- Uyguladığınız fiziksel aktiviteyi, her beden kendi kapasitesi dahilinde yapabileceği şekilde uyarlayın; sakatlanmalara/ yaralanmalara yol açacak zorlamalardan kaçının. Her katılımcının kendi bedeni üzerinde söz hakkı olduğunu ve gerektiğinde yavaşlama ya da katılmama hakkı olduğunu hatırlatın.
- Çeşitliliği ve katılımı teşvik eden ve onurlandıran bir ortam oluşturun.
- Spor programı ekibinin kültürel kimliği hakkında tartışmasına ortam ve düzen hazırlayın.
- Aktivite planını katılımcılarla paylaşın; gerekirse birlikte değiştirin ve son karar verilen halini takip edin. Her çalışmanın başında ısınma ve sonunda soğuma yapılması, fiziksel aktiviteler için temel önemdedir.
- Katılımcıların, dışarıdan görünmekle ilgili çekinceleri ve mahremiyet ihtiyaçlarını dikkate alın; mekan seçimi ve düzenlemesi ile ilgili kararları katılımcılarla birlikte alın.

Aktiviteler farklılaşan ihtiyaçları olan gruplarla uygulanırken, kolaylaştırıcının grubun ihtiyacına duyarlı olması ve grupla birlikte çeşitlemeye ve uyarlama-

ya açık olması gerekmektedir. Gruptaki katılımcıların zihinsel, fiziksel ve duygusal gelişimleri aynı yaşta olsalar dahi farklılık gösterebilir. Farklı ihtiyaçları olan kişiler, bu farklılıktan dolayı oyun, aktivite ve spor dışında bırakılmamalı, onların ihtiyaçları gözetilecek şekilde zaman, mekan ve içerik düzenlenmelidir. Bu konuda daha ayrıntılı bir değerlendirme için **Farklılaşan İhtiyaçlar** bölümüne bakmanızı öneririz.

Fiziksel ya da zihinsel engeli veya özel gereksinimi olan bireyler aktif katılıma teşvik edilmelidir. Bunun için daha yavaş ve net ifade etmek, görsel kartlar kullanmak, duyuşal araçlar kullanmak (ses, işaret dili vb), beden hareketini grubun ihtiyacına göre çeşitlendirmek gibi araç ve yöntemlere başvurulabilir. Bunlardan bazıları aşağıda örneklendirilmiştir:

- İleri yaş grupları veya fiziksel hareket kapasitesi sınırlı gruplarda koşma, zıplama gibi hareketler yerine yürüme ya da yerde/sandalyede yer değiştirme tercih edilebilir.
- Kör katılımcıların olduğu gruplarda ses ya da dokunuş tercih edilebilir; okuma-yazma dahil ediliyorsa kabartmalı harf ve semboller kullanılmalıdır.
- Sağır katılımcıların olduğu gruplarda

ses yerine görsel kullanılabilir; yönergeleri açıklamak için işaret dili kullanılması önerilir.

- Komplike kuralları olan oyunlarda kuralları sık sık tekrar etmek ya da basitleştirmek gerekir.
- Kurallar sadeleştirilerek zihinsel gelişim farklılığı veya özel gereksinimi olan gruplara adapte edilebilir.
- Küçük yaş grupları ya da zihinsel farklı gelişim durumları için, soyut ya da imajasyona dayalı oyunlar somutlaştırılabilir, görsellerden destek alınabilir ya da eşli çalışmalar ile desteklenebilir.

Bu bölümdeki aktiviteler aşağıdaki şablon içerisinde yazılmıştır. Bu şablon uygulayıcıya bir yol haritası çizer. Bu rehberin diğer bölümlerinden bağımsız düşünülemez. Kolaylaştırıcının grubun ihtiyaçları ve imkanlarına göre uyarlaması önemlidir. Bazı aktiviteler basitleştirilebilir ya da zorlaştırılabilir, kısaltılabilir ya da uzatılabilir. Bazıları yeni tanışan gruplara uygun olmakla beraber, bazıları için uygun grup dinamiği sağlanmış olması gerekir.

Bölüm içerisindeki aktiviteler, **Doğaçlama Etkinlikleri** ve **Sportif Etkinlikler** olmak üzere iki grup halinde sunulmuş ve renklerle gruplandırılmıştır.

Yeşil - Tanışma ve Isınma Aktiviteleri

Fiziksel ısınma, grup üyelerinin birbirlerini ve birlikte çalışmaya ısınması, mekana ısınması gibi farklı ısınma katmanları söz konusudur. "Sportif Etkinlikler" grubundaki aktiviteler için, yeşil renk, yönergelerin açık ve basit olduğu anlamına gelir. Bu gruptaki aktiviteler, her çalışmanın başlangıcında, ısınma aktivitesi olarak ya da grupta tanışma evrelerinde uygulanabilir.

Sarı - Grup Dinamikleri Aktiviteleri

Grup tanıştıktan sonra grup dinamiklerini geliştiren aktiviteler bu gruba dahildir. "Sportif Etkinlikler" grubundaki aktiviteler için, sarı renk, yönergelerin anlaşılmasının ya da uygulanmasının orta zorlukta olduğu anlamına gelir. Bu aktivitelerin öncesinde tanışma ya da ısınma aktivitelerinden birinin uygulanması önerilir.

Turuncu - Kompleks Aktiviteler

Fiziksel farkındalık ve grup içinde birlikte çalışma pratiği gerektiren aktiviteler bu gruba dahildir. "Sportif Etkinlikler" grubundaki aktiviteler için, turuncu renk, yönergelerin kompleks olduğu anlamına gelir. Bu aktivitelerin öncesinde tanışma ya da ısınma aktivitelerinden birinin uygulanması önerilir.

BoMoVu AKTİVİTE ÖRNEKLERİ NASIL UYGULANIR?

DOĞAÇLAMA ETKİNLİKLERİ - SPORİF ETKİNLİKLER

Kişi Sayısı: En az veya en fazla kaç kişilik gruplarla uygulanabileceğini belirtir. Tüm gruba ya da grup içi eşleşmelerle oynanabilir.

Süre:

Doğaçlama etkinlikleri için; Aktivitenin tahmini süresini belirtir. Kolaylaştırıcı ihtiyaca göre süreyi uzatıp kısaltabilir.

Sportif etkinlikler için;

- Etkinliklerin toplam süresi 30 dakikadır. Belirli etkinlikler set şeklinde organize edilebilir (örneğin bir set 3 dakika vb) ve birden çok defa tekrar edilerek 30 dakika sürdürülebilir.

30 dakikanın (genel) kullanımı:

- İlk 5 dakika oyunun içeriğinin ve önemli noktalarının anlatımı,
- Toplam 20 dakika oyun evresi (setlerle tamamlanabilir oyunlar bulunmakta),
- Oyunların setleri arasında 1-2 dakikalık mola verilebilir ve bu sırada mini geri bildirimler alınabilir
- Son 5 dakika oyunun uygulanmasına yönelik genel geribildirim alma

Mekan ve Fiziksel Hazırlık: Aktivite için uygun olabilecek mekanın (iç veya dış mekan) fiziksel koşullarını, kullanılan malzemeleri ve gereken hazırlıkları belirtir. Mekanın "Fiziksel, Duygusal ve Kültürel Güvenlik" ve "Farklılaşan İhtiyaçlar" bölümlerinde ele alınan ilkelere uygun olarak hazırlanmış olması gerekmektedir.

Sportif Etkinlikler kurum olanaklarına göre ve etkinlik içeriğine göre farklı alanlarda uygulanabilir. Bu alanlar, spor salonu, okul bahçesi ve futbol halı sahası ya da herhangi boş bir alan/arazi olarak değerlendirilmektedir.

Amaç: Bu aktivitenin grup için nasıl bir amacı olduğunu belirtir.

- Bireysel olarak zihinsel gelişim, fiziksel sağlık/iyileşme, duygusal sağlık/gelişim, biyomotor ve loko-

motor gelişim, kendini ifade becerisi, özgüven, yaratıcılık gibi.

- Grup/sosyal olarak aidiyet/kimlik gelişimi, yardımlaşma, işbirliği, birbirini tamamlama, grup uyumu, grup birlikteliği, aktif ve eşit katılımı gözetme gibi.

Fiziksel Hazırlık:

- Fiziksel güvenliğe uygun bir mekan seçilmesini kapsar.
- Etkinliğin öğrenme ortamına uygun olarak hazırlanmasını içerir.
- Önerilen materyaller dışında geri dönüşümden sağlanabilecek eldeki malzemeler de değerlendirilebilir.

Etkinlik Açıklaması:

- Etkinliğin aşamalarını ve nasıl uygulanabileceğini açıklar.
- Etkinlikleri uygularken fiziksel ve duygusal güvenlik sağlamak için dikkat edilmesi gereken noktaları açıklar.
- Sportif etkinliklerin her biri için başlangıç evresi, esas evre ve sonlandırma evresi oluşturulur.

Uyarılama/Çeşitleme: Farklılaşan ihtiyaçlara göre uyarlamaları içerir. Kolaylaştırıcının çalıştığı grubu tanıması ve grubun ihtiyaçlarına uygun aktiviteleri seçmesi ya da çeşitlendirmesi önemlidir.

Oyunun ardından üzerine düşünülebilecek / sohbet edilebilecek sorular: Aktivitenin değiştiği sosyal güçlenme araçları üzerinden konuşulabilecek konular ve soruları içerir. Bu sorular üzerine aktivite sonunda tartışılacağı gibi; aktivite bir kez uygulandıktan sonra tartışma yürütülüp, sonra bir kez daha uygulanabilir. Bu "oyun-tartışma-oyun" yapısı, tartışma yoluyla başlayan öğrenmenin, bedende de öğrenilmesini teşvik edecektir. Düzenli aralıklarla yürütülen fiziksel aktivite programlarında bir aktivite ve sonunda yürütülen tartışma, ardından gelen çalışma gününde tekrar edilebilir.

AYNALAMA

Kişi Sayısı: 2-20 (çift sayıda olmalı)

Süre: 15-20 dakika

Amaç: Dinleme, gözlemlleme, birlikte hareket etme, iletişim.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Mekan kısıtlaması yoktur.



Etkinlik Açıklaması:

- Tüm oyuncular ikişerli eşleşip karşısındakinin hareketini aynalar.
- İlk başta roller A ve B olarak belirlenebilir. A'lar içinden geldiği gibi hareket eder, B'ler eşlerini aynalar; sonra rol değişir. B'ler içinden geldiği gibi hareket eder, A'lar eşlerini aynalar.

- Kolaylaştırıcı rol değişme yönergesini başta daha geniş aralıklarla, sonra daha sık verebilir.
- Oyunun sonuna doğru roller tamamen ortadan kalkar; oyuncuların liderlik olmadan birbirlerini aynalamaya devam etmeleri söylenir.

Uyarlama/ Çeşitleme:

* Grubun içinde kör bir katılımcı varsa, hareket aynalama yerine ses yankılama oyunu da oynanabilir. Eşlerden biri serbestçe hareket ederken, aynı zamanda çeşitli sesler çıkarır (konuşma olmayan, anlamsız sesler). Eşi de onun hemen ardından çıkardığı sesin aynısını çıkarmaya çalışır. Roller değişerek devam eder. Uygunsa dokunma da eklenebilir. Eşlerden biri hareketi yönlendirir, diğeri takip eder. Ellerle temas kurularak eşlerden biri hareketi yönlendirir, diğeri aynalar.

**Oyunun Ardından Üzerine****Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:**

Partnerinizi dinlerken zorlandınız mı?

Kendi sıranızı beklemek nasıl bir histi?

Sıranın kalktığı zaman liderlik etme konusunda ısrarcı mı oldunuz yoksa daha pasif mi kaldınız?

Konuşmadan iletişim kurabilmek nasıl hissettirdi?



EKLEMLERİ YAĞLAMA

Kişi Sayısı: Fark etmez

Süre: 20-30 dakika

Amaç: Fiziksel ısınma, beden parçalarını tanımak, bedenin hareket kapasitesini tanımak, doğaçlamaya hazırlık, duyumsamaları açmak.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Zemini çok sert olmayan (tatami, dans zemini ya da ahşap olabilir) kapalı ve yeterli genişlikte bir salonda yapılabilir.

Mekanın tamamen boşaltıldığından; zeminde çıkıntı ya da etrafta çarpıldığında zarar verecek bir nesne olmadığından emin olunmalı.



Etkinlik Açıklaması:

- Katılımcılar mekanda rahat hissettikleri bir yer seçerek, çevrelerinde rahatça hareket edebilecekleri kadar boşluk bırakarak dağınık bir şekilde yerleşir.
- Ayakta, rahat ettikleri bir pozisyonda dururken dengelerini fark ederler. İki ayağa eşit mi dağılıyor?

- İsterlerse arada gözlerini kapatıp önce etraftaki seslere, sonra kendi bedenlerindeki seslere ve kendi bedenlerindeki harekete odaklanırlar. Gözü kapalı rahat etmeyenler gözlerini açık tutup, hareket etmeye devam edebilir. Gözlerini kapatanlar da istedikleri an gözlerini tekrar açabilirler.

- Bedenlerinin ağırlığını biraz öne doğru taşıyıp, ayaklarını hareket ettirmeden nereye kadar gidebileceklerini denerler. Tekrar dengede oldukları pozisyona merkeze dönüp aynı şeyi geriye, sağa ve sola doğru da denerler.

- Gözlerini açıp, ağırlığını farklı yönlere doğru taşıma oyununu, gittikçe büyüterek denemeye devam ederler. Dengele-
rinin bozulması, yeniden, düşmeden dengeyi bulma, adım atarak dengeyi bulma gibi farklılıkları keşfederler.

- Eklemleri hareket ettirmeye ve yağlama-
ya ayak bilekleri ve dizlerden başlarlar.

- Her bir eklemin hangi yönlere hareket edebileceğini araştırmaya başlarlar. Ayaklar yerden ayrılabilir. İpucu vermek için eklemler tek tek sayılır: Ayak bilekleri, dizler, kalça, omurga, omuzlar, dirsekler, el bilekleri, el parmakları, boyun, gibi.

- Sayılan her eklem için 2-3 dakika süre verilebilir. Tüm beden ve eklemlerin yağlanması tamamlandığında, sayılan tüm eklemlerin hareket ettirilebileceği serbest bir dansla egzersiz tamamlanır. Artık yağlanmış eklemler rahatça ve kolaylıkla hareket edebilir.

Uyarlama / Çeşitleme:

* Farklı zihinsel yeteneklere sahip / otizmlili bireyler için gerekli durumlarda (yönergeyi anlamakta zorluk yaşandığı düşünülürse, ya da ebeveynleri tarafından desteklenmesi gerektiği bilgisi alınırsa), çalışmayı model alabileceği eş ile yapması sağlanabilir.

Oyunun Ardından Üzerine

Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Bedeninizin rahatladığını hissettiniz mi?

Eklemleriniz rahat hareket ediyor muydu, hareket kapasitesi değişti mi?

Hareketin kendiliğinden oluştuğunu hissettiniz mi?

Düşünerek/ planlayarak hareket etmeye göre nasıl farklar vardı?



ENERJİ TOPU

Kişi Sayısı: 5-10

Süre: 15-25 dakika

Amaç: Bedeni hareketlendirmek, ısınma ve doğaçlamaya hazırlık, iletişim becerisi.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Aralıklı durulan bir çember kurmaya yetecek genişlikte kapalı bir alan.



Etkinlik Açıklaması:

- Tüm katılımcılar, birbirlerine eşit ve rahatça hareket etmek için yeterli mesafede bir çember oluşturur.
- Bir kişi, hayal ettiği bir enerji topunu bedeninde bir yerden başka bir yere göndererek bir süre dolaştırdıktan sonra, başka bir katılımcıya gönderir. Başta kolaylaştırmak için, enerji topunun dolaşacağı beden bölgeleri söylenebilir. Örneğin: dirsekten sırtta, sırttan başa, baştan ayağa ve başka bir katılımcıya. Enerji topu, bedende geçtiği yeri hareketlendirir.

- Enerji topunun her gelişinde, katılımcı bedeninin başka bir parçasını kullanmalıdır.
- Enerji topunu gönderen kişi, göndereceği kişi ile göz teması kurmalı ve topun gittiği yön konusunda net olmalıdır. Enerji topunu alan kişi de yine bedeninde topu dolaştırarak başkasına paslar.
- Herkes ısınıp rahatladıktan sonra artık topun dolaşacağı beden bölümleri önceden belirlenmez, serbestçe dolaşmasına izin verilir.

Uyarlama / Çeşitleme:

* Tanışma oyunu olarak oynanmak istenirse, topu atarken isimler de söylenebilir.

* Topla oynanan takım oyunları için ısınma oyunu olarak oynanacaksa, oyunun bir kısmında (voleybol/basketbol/hentbol) topları ile oynanabilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Bedeninizde topu dolaştırırken enerjisini hissettiniz mi?

Topu gönderdiğiniz kişiye, göndereceğinizi nasıl belli ettiniz, nasıl iletişim kurdunuz?

Bedeninizin hangi kısımlarını hareket ettirmek daha kolaydı?

Zorlandığınız bir beden parçası oldu mu?

Hiç hareket ettirmediğiniz bir beden parçası oldu mu?



MEKANI DİNLE

Kişi Sayısı: 5 ve üzeri olabilir.

Süre: Kişi sayısına ve dikkat düzeyine göre 5-15 dk arası.

Amaç: Birbirini dinleme, işbirliği, uyumlanma, mekana alışmak, dikkati toplamak, ısınma oyunu olabilir.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Katılımcıların yürüyebileceği kadar geniş ve boş bir mekan. Çevrede çarpılacak bir şey olmadığından, rahat yürünülebileceğinden emin olunmalıdır.



Etkinlik Açıklaması:

Herkes mekanda yürümeye başlar. Bir kişi durmaya karar verir ve gruptaki diğer herkes onu duyumsamaya çalışarak durur. Bir başka kişi yürümeye karar ver-

diğinde diğer herkes yürümeye devam eder. Bu aktivitede bir lider yoktur. Herkes eşit derecede karar alabilir.

Uyarlama / Çeşitleme:

- * Göz kapalı denenebilir.
- * Yürüyüşün hızıyla oynanabilir (grup-
tan biri hızını değiştirdiğinde diğerleri
de hızını ona göre ayarlamaya çalışır).
- * Duruşlarda, duran kişi yere çömelir
ve herkes yere çömelir. Hareketi başla-
tan bir başka kişi ayağa kalkarak yürür.

**Oyunun Ardından Üzerine
Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek
Sorular:**

Mekanı paylaştığınız diğerlerinin beden-
sel varlığını algılayabildiniz mi?

Karar vermede hevesli ve aceleci mi
davrandınız yoksa hep dinleyen kişi mi
olduğunuzu düşündünüz?

İnisiyatif aldınız mı?

İnisiyatif almak nasıldı?

Bir yönlendirici olmaması ve birlikte ka-
rar almak nasıl hissettirdi?



HAREKET HAFIZASI

Kişi Sayısı: 5 ve üzeri

Süre: Tek tur

Amaç: Tanıma, Yaratıcılık, kendini sözsüz olarak ifade edebilme, hafıza. Tanışma ve ısınma oyunu olarak kullanılabilir.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Çember olunabilecek genişlikte, izleyicilerin olmadığı bir mekan. Mekan, fiziksel olarak güvenli hale getirilmeli ve oyuna konsantrasyon sağlanmalı.



Etkinlik Açıklaması:

- Katılımcı herkes geniş bir daire olur.
- Herkes kendine özel bir hareket bulmalıdır. (Kollarıyla kuş gibi dans edebilir vs.)
- Başlamak için bir gönüllü seçilir.
- Başlayan kişi hareketini bir adım öne çıkarak yapar. Sıra sağdakinden devam

eder. Sırası gelen kişi ilkin kendinden önceki kişilerin hareketini yapar ardından kendi hareketini gösterir.

- Bu, dairenin başından itibaren herkesin özel hareketini hatırlaması gereken son kişiye kadar devam eder. Eğer takılan olursa diğerleri ona yardımcı olabilir.

Uyarlama / Çeşitleme:

* Küçük yaş grupları ve hareketlendirmekte güçlük çeken gruplar sadece kendinden bir öncekinin hareketini yapabilir.

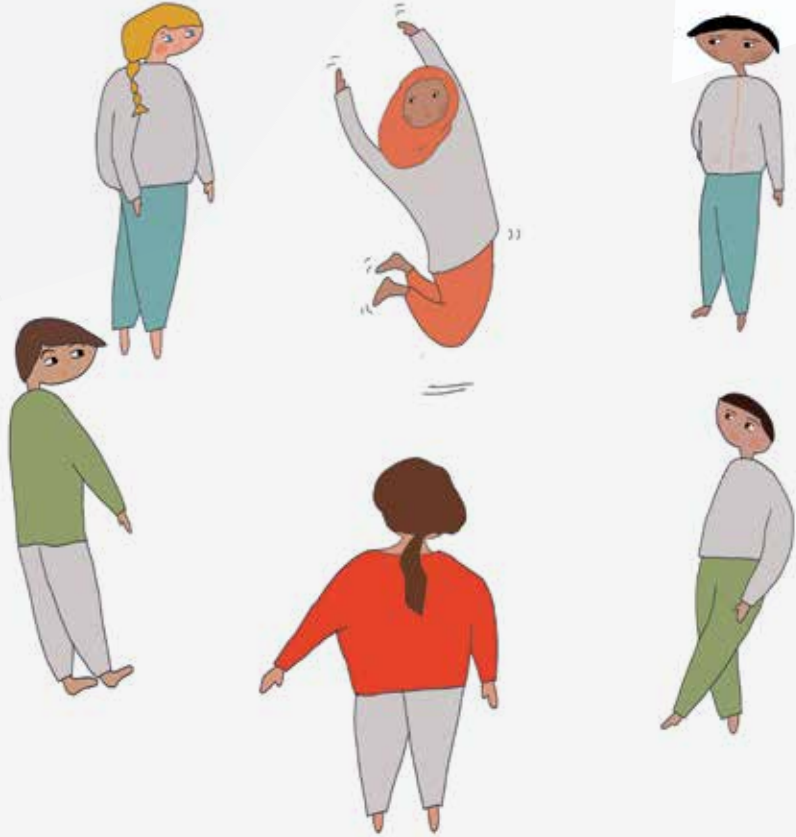
* Grup içerisinde kör katılımcılar varsa ses, alkış, beden perküsyonu kullanılarak yapılabilir.

* Tanışma versiyonu için: Gruptaki herkesten ismini anlatan bir hareket yapması istenir. İsmiyle beraber hareketini yapacak ve yine herkes kendi ismi ve hareketinden öncekilerin isimlerini söyleyerek hareketlerini yapacaktır. İsim öğrenme için yardımcı olacaktır.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Kendi yapacağınız hareketi düşünürken başkalarına odaklanmada zorluk yaşadınız mı?

Kendinizi sözsüz ifade ederken nasıl hissettiniz?



DÜĞÜMÜ ÇÖZ

Kişi Sayısı: 6-9 kişilik gruplarla oynanır (grup büyüklüğü, toplam oyuncu sayısına göre belirlenebilir, birden fazla grup aynı anda oynayabilir).

Süre: 20 - 30 dakika

Amaç: İşbirliği, problem çözme becerisi. Grup dinamiğine dair bir konuşmadan önce, grubun alışması ve birlikte çalışması için kullanılabilir.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

İç veya dış mekanda oynanabilir.

Ek malzeme olarak 0,5 - 1 m uzunluğunda, yumuşak, keskin olmayan kumaş ya da ip kullanılabilir.



Etkinlik Açıklaması:

- Grup, bir çember şeklinde dizilir.
- Birinci turda, çemberin merkezine bakarak el ele tutuşurlar. Ellerini bırakmadan, yerlerini değiştirerek, ortada bir düğüm oluşturmaya çalışırlar: Ellerin üstünden atlayarak ya da altından geçerek yerlerini değiştirebilirler.
- Düğüm olduktan sonra, ellerini hiç bırakmadan, düğümü çözerek yine çember formuna gelmeye çalışırlar.

- İkinci turda, bu kez omuz omuza dizilerek, daha küçük bir çember oluştururlar. Gözlerini kapatırlar ve ellerini çemberin ortasına doğru uzatırlar. Her iki elleriyle, iki farklı kişinin elini tutarlar. Burada, kolaylaştırıcı, oyuncuların hemen yanlarındaki kişinin elini tutmaması ve iki eliyle farklı kişilerin elinin tutması için kontrol etmeli; gerekirse yeniden eşleştirmelidir.
- El tutuşmalar tamamlandığında oyun-

cular gözlerini açarlar ve ellerini hiç bırakmadan düğümü çözüp el ele tutuştukları bir çember haline gelmeye çalışırlar.

Uyarlama / Çeşitleme:

* El ele tutuşmaya ya da yakınlaşmaya dair çekince varsa, el ele tutuşmak yerine arada ek malzeme kullanılabilir (kumaş / ip gibi).

* Uzun eksikliği ya da uzuvda hareket kısıtı durumlarında da bu ek malzemeler (kumaş / ip), oyunun oynanmasını kolaylaştırıyorsa kullanılabilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Grup üyeleri, süreçte nasıl hissetti; dahil olduğunu hissetti mi, inisiyatif alabildi mi? Düğümü çözerken liderliği üstlenen kişiler var mıydı?

Liderliğin oyuncular arasında eşit dağılması için ne yapılabilir?

Çözümü kolaylaştıran stratejiler nelerdir?

- Bu oyunda oyuncular, işbirliği içinde hareket etmenin yolunu bulmalıdır. Hiç konuşma olmadan oynanması tercih edilir.

* Grup içinde kör birey(ler) varsa, ikinci turda ortada düğüm oluştuğunda, elle ve iplere dokunarak düğümün şeklini zihninde görmesi için birkaç dakika süre verilebilir. Bu süre zarfında, tüm katılımcılar yanlarındaki bir katılımcı ile eşleşerek, düğümün şekli ve nasıl çözülebileceği ile ilgili akıl yürütür.



SÜRÜNÜN DANSI

Kişi Sayısı: Her grup 6-8 kişi; 3-4 gruba kadar bir arada olabilir.

Süre: 15-20 dakika

Amaç: İşbirliği, birlikte hareket etmek, inisiyatif almak.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Mekan yeterli genişlikte olmalı. Yerler kaygan olmamalı. Ortamda çarpıp düşürülecek / zarar verecek eşyalar olmamalı.



Etkinlik Açıklaması:

- 6-8 kişilik gruplar yapılır. Her grup birer göçmen kuş sürüsü olur.
- Her gruba bir "alfa" kuşu gideceği yön konusunda liderlik eder; diğer kuşlar alfa kuşunu takip ederek hep birlikte mekanda yer değiştirir. Sürüdeki kuşlar, hareket ederken birbirlerine yakın kalmalıdır.
- Alfa kuşu grubun birlikteliğini kollamalıdır; grubun dağılması için hızını

gruba göre ayarlar. Grubun zorlanmadan takip edebileceği bir rota ve hareket seçer. Grubun zorlandığını ya da dağıldığını fark ettiğinde yavaşlar ve gerekirse hareketi basitleştirir. Diğer kuşlar da hep kendi sürüsüyle birlikte hareket eder.

- Alfa kuşu durduğunda, rol değişir ve bir başkası alfa olur.
- Olabildiğince çok oyuncunun liderlik ro-

lünü alması teşvik edilmelidir. Bir oyuncu liderliği aldığında bırakmıyorsa bırakması ve başkasına vermesi için yönerge verilebilir.

* Kolaylaştırıcı, alfa kuşunun hem kendi güvenliğinden hem de gruptaki arkadaş-

larının güvenliğinden sorumlu olduğunu hatırlatmalıdır. Zemin yeterince düz ve yumuşaksa, yere inilen hareketler de yapılabilir. Zemin sertse yere inmeyecek hareketler seçilir ve daha yavaş hareket edilir.

Uyarılama / Çeşitleme:

* Küçük yaşlarda, grubun tamamı el ele tutuşarak tren ya da yılan olabilir; aynı kurallarla, el ele hareket ederek oyun oynanır.

* 3,4,5 ve 6 yaş grubu için oyun hikayeleştirilebilir. Şimdi bir ormandayız. Ormanda bir sürü hayvan var. Kolaylaştırıcı sırayla hayvan taklitlerini söyler ve grup yapar. "Yürüme, geri geri yürüme, yan yan yürüme, zürafa ol, ayı ol, tavşan ol, ayağı

yaralanmış bir köpek ol vs." şeklinde...

Hayvanların hareket hızlarıyla ilgili çeşitlemeler yapılabilir: Çok yavaş hareket eden bir hayvan (salyangoz, kaplumbağa), biraz daha hızlı hareket eden bir hayvan(tavuk, keçi), çok hızlı hareket eden bir hayvan (köpek, at) ve çok çok hızlı hareket eden bir hayvan (çita, tazi, tavşan) seçilip, hızıyla ilgili ipucu verilerek onlar gibi hareket edilebilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Gruba hem liderlik etmek hem de onları kollamak nasıl bir duygu?

Sizi zorlayan kısmı hangisiydi?

Alfayı takip etmenize yardımcı olan şey neydi?

Gruptaki herkes inisiyatif alıp alfa kuşu oldu mu?

(Oyun arasında da sorulabilir)



MEKANDA YERLEŞME

Kişi Sayısı: 6'dan fazla

Süre: 30-40 dakika

Amaç: Mekan algısı, birlikte hareket etme, anlık karar verme becerisi.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Sınırları belirli iç veya dış mekan



Etkinlik Açıklaması:

- Katılımcılar, mekanda serbestçe yürümeye başlarlar. Bu sırada, nerede olduklarına, hangi yollardan geçerek yer değiştirdiklerine; düz çizgiler üzerinde mi yoksa eğriler çizerek mi yürüdüklerine, vb. odaklanmaları söylenir. Aynı yolları izliyorlarsa, bu yolları değiştirmeleri ve çeşitlendirmeleri önerilir.

- Mekanda hareket eden diğer kişilerin nerede olduğuna dikkat etmeye, başkalarının arasındaki boşluklardan geçerek yürümeye davet edilir. Bu sırada, önceden akıllarından geçmiş yollar varsa, bunların değişmesi konusunda esnek olmaları önerilir.

- Bu sırada, kolaylaştırıcı "yürü, koş, yön değiştir, geri geri yürü, düz bir hareket et, dur, zıpla, çok" gibi yönergeleri rastgele bir zamanlamayla verir.

- Katılımcılar ısındıktan sonra, rastgele bir şekilde ve bedenlerini istedikleri şekilde hareket ettirerek mekanda dolaşmaya devam eder.

- Her bir katılımcı, mekanda bulunan başka bir katılımcıyı seçer; ama kim olduğunu söylemez. Bu katılımcının mekanın neresinde bulunduğunu sürekli olarak - izlediğini çok belli etmeden - izler.

- Kolaylaştırıcı, "seçtiğiniz kişiye en uzak noktada olun" yönergesini verdiğinde, herkes sürekli seçtiği kişinin en uzağına doğru hareket eder; o yer değiştirdikçe kendi yerini de değiştirir.

- Kolaylaştırıcı, "seçtiğiniz kişiye en yakın noktada olun" yönergesini verdiğinde, herkes sürekli seçtiği kişinin en yakınına doğru hareket eder; o yer değiştirdikçe kendi yerini de değiştirir.

- Herkes mekanda aynı bölgeye yoğunlaştığında oyun tamamlanır.

Uyarılama / Çeşitleme:

* Mekanda yer değiştirme sırasında verilen hareket yönergeleri, gruba göre değiştirilebilir.

* Seçilen kişinin bilmemesi yerine, ikili eşleşerek de oynanabilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Yönergeleri izlemek zorlayıcı oldu mu?

Hangilerini?

Kendi hareketinizin ve mekanda nerelerde olabileceğinizin başkalarına bağlı olması nasıl hissettirdi?

Kolayca izleyip cevap verebildiniz mi?

Gitmekte olduğunuz yunuza devam edemediğiniz, ani bir şekilde yol/yön değiştirmek zorunda kaldığınız oldu mu?

Nasıl tepki verdiniz?



KUKLACI

Kişi Sayısı: 4-12 (çift sayıda olmalı)

Süre: 30-40 dakika

Amaç: Dinleme, yönergeleri takip etme, bedeni tanıma, birlikte hareket etme, güven.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Zemini çok sert olmayan (tatami, dans zemini ya da ahşap olabilir) kapalı ve yeterli genişlikte bir salon. Mekanın tamamen boşaltıldığından, zeminde çıkıntılar ya da etrafta çarpıldığında zarar verecek bir nesne olmadığından emin olunmalı.

Etkinlik Açıklaması:

- Katılımcılar, mekanda serbestçe yürümeye başlarlar. Bu yürüyüş sırasında, mekanın her bir noktasını ziyaret etmeleri önerilir.
- Katılımcıların bedenlerinin bir kukla olduğunu; başlarından, dirseklerinden, el bileklerinden, dizlerinden ve ayaklarından uzanan iplerle, hayali bir kuklacı tarafından hareket ettirildiklerini hayal

etmeleri istenir.

- Kolaylaştırıcı, rastgele zaman aralıklarıyla; kukla iplerinin bağlı olduğu beden parçalarını (baş, sağ dirsek, sol dirsek, sağ el, sol el, sağ diz, sol diz, sağ ayak, sol ayak) sesli olarak söyler.

- Kolaylaştırıcı bir beden parçasının adını söylediğinde, katılımcılar kuklacı o bölgedeki ipi farklı yönlere çekiyormuş gibi ha-



reket ederler. Örneğin kolaylaştırıcı "sol dirsek" dediğinde, sol dirseklerindeki ipi kuklacı oynatıyormuş gibi mekanda farklı yönlerle (öne, geriye, dönerek, yukarı, aşağı, vb.) çekilirler.

Uyarlama / Çeşitleme:

- * Gruba göre hareket ettirmek üzere seçilen beden parçası farklılaştırılabilir / yere oturarak da yapılabilir.
- * Grup için uygunsa eşli çalışılabilir: İkilerden bir kuklacı, diğeri kukla olur. Birbirlerine bakarak dururlar. Kuklacı, bir seferde tek bir kukla ipini yukarıdan tutuyormuş gibi yapar ve yaklaşık 20 cm herhangi bir yöne doğru hareket ettirir. Kukla, kuklacının hareketini izlemeli ve hayali ipin bağlı olduğu bölgeyi, kuklacının ipi çektiği yönde, ipi çekme hızının aynı hızında hareket ettirmelidir. Hayali ipi canlandırmak zor oluyorsa ve dokunma ile ilgili çekinceler yoksa, kıyafetten tutup hafifçe yukarı çekerek de hareket ettirilebilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Bedeninizi başkasının hareket ettirdiği fikri nasıl hissettirdi?

Bu fikir hareket etmenizi kolaylaştırdı mı? Hangi eklemlerinizden hareket et(tiril)mek daha kolaydı?

Hangileri tuhaf hissettirdi?

- Kolaylaştırıcı yeni bir beden parçasını söylediğinde, katılımcılar öncekini bırakıp; kuklacı son söyleden bölgedeki ipi çekiyor gibi hareket ederler.



SÜPER GÜCÜMÜ BİL

Kişi Sayısı: 5 ile daha üstü olabilir.

Süre: Katılımcı sayısına göre 2 tur ve daha fazla oynanabilir.

Amaç: Güç kavramını konuşabilmek, hayal gücünü tetiklemek, bedensel farkındalık, kendi güçlerini ve becerilerini keşfetmek.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Rahat hareket edilebilecek geniş iç veya dış mekan.

Etkinlik Açıklaması:

Bedenimizde her parçamızın da bir gücü var. Ellerimizle neler yapabileceğimiz sorulur. Birlikte biraz hareket edilir. Birkaç farklı hareket yapılır. Ayaklarımızı da hareket ettirelim. Baş, boyun, dizler de eklenebilir.

- Grup daire olur.
- Güç üzerine kısa bir sohbet açılır. Herkesin farklı güçleri olduğu üzerine konuşulur ve kolaylaştırıcı birkaç örnek verebilir. Bazen farkında olmadığımız güçlerimiz de olabilir. Her katılımcıya süper bir güce sahip olabilseydi nasıl bir



güce/beceriye sahip olacağını düşünmesi için süre verilir.

-Katılımcıya bu gücü kelimelerle anlatamayacağı, bedenini kullanarak göstermesi/oynaması söylenir. Mekandaki nesneleri de kullanılabileceği söylenir.

-Başlaması için bir gönüllü seçilir.
-Oynayan/gösteren kimse diğer katılımcılar hangi gücü/beceriye gerçekleştirdiğini tahmin edecektir.

Uyarılama / Çeşitleme:

* Soyut algılamada zorlanan gruplarda somut örneklerle çalışılabilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Bu güç/beceri fazla olsa nasıl etkileri olabilir?

Her zaman aynı yoğunlukta mı kullanılır?

Hayatta neleri mümkün kılabilir, değiştirebiliriz bu güçle?



PARMAĞIN İZİNDE

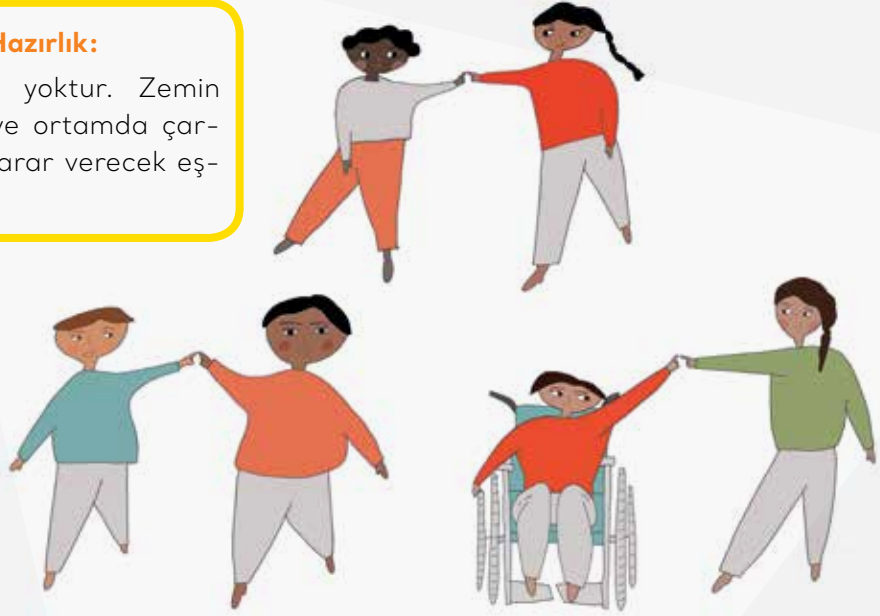
Kişi Sayısı: 4'ten fazla (çift sayıda olmalı)

Süre: 10 dakika

Amaç: Grup üyelerinin birbirine karşı güven ve sorumluluk duygusu geliştirmesi, birlikte hareket etmek.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Mekan kısıtlaması yoktur. Zemin kaygan olmamalı ve ortamda çarpıp düşürülecek/ zarar verecek eşyalar olmamalıdır.



Etkinlik Açıklaması:

- Katılımcılar ikiye bölünür. İşaret parmaklarından birbirlerine dokunurlar.
- Eşlerden biri yönlendiren, biri takip eden olacak şekilde roller belirlenir.
- Parmakların teması hiç kesilmeyecek şekilde, iki kişinin de gözleri açık, mekan-

da dolaşırlar. Etkinlik boyunca, aralarında hiç konuşmadan, yalnızca işaret parmaklarının teması ile, yönlerini bulmaya çalışırlar. Mekanda parmakların teması hiç kesilmeyecek şekilde ve konuşmadan dolaşırlar.

- Bu sırada yönlendiren kişi, mekandaki diğer katılımcılarla çarpışmadan, dikkat-

Uyarlama / Çeşitleme:

- * Mekanda dolaşırken yürüyüş çeşitlendirmeleri yapılabilir (ileriye doğru, geriye doğru, yanlara doğru, zıplayarak, etrafında dönerek...)
- * Mekan ve grup dinamikleri uygunsa eşlerden yönlendiren rolündekinin gözleri açıkken, takip eden gözlerini kapayabilir.

lice arkadaşını dolaştırmaya devam eder. Yaklaşık 5 dakika bu şekilde dolaşırlar.

Oyunun Ardından Üzerine

Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Eşinizin yönlendirmesiyle mekanda dolaşırken nasıl hissettiniz?

Yönü anlamanız kolay oldu mu?

Arkadaşlarınıza güvenebildiniz mi?

Siz yönlendirdiğinizde, arkadaşınızın sorumluluğunu aldığınızda nasıl hissettiniz?



BEDEN PERKÜSYONU (BUM-ŞAK)

Kişi Sayısı: 4'ten fazla

Süre: 10-15 dakika

Amaç: Ritim duygusu ile grubun bir aradalık hissinin ve uyumunun sağlanması, dinleme, dikkati yoğunlaştırma, koordinasyon

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Çember olabilecek genişlikte iç veya dış mekan. Herkesin birbirini rahatça duyabileceği kadar sessizlik sağlanmalıdır.

Etkinlik Açıklaması:

Tüm katılımcılar birbirlerini görebilecek şekilde bir çember oluşturur.

- bum:

Kolaylaştırıcı sol ayağını yere vurarak "bum" sesini çıkarır. Katılımcılar da aynısını yapar.

Herkes eşlik edebilene kadar tekrarlanır.

- şak:

Sonra elleri ile alkış yaparak "şak" sesini çıkarır. Katılımcılar da aynısını yapar.



Herkes eşlik edebilene kadar tekrarlanır.

- bum bum:

Kolaylaştırıcı sağ ve sol ayağını yere vurarak "bum bum" sesini çıkarır. Katılımcılar da aynısını yapar.

Herkes eşlik edebilene kadar tekrarlanır.

- şak şak:

Sonra elleri ile iki kez alkış yaparak "şak şak" sesini çıkarır. Katılımcılar da aynısını yapar.

Herkes eşlik edebilene kadar tekrarlanır.

- bum şak, bum bum şak şak:

Kolaylaştırıcının yardımıyla, katılımcılar tüm ritmi birleştirerek bir seferde yapmayı pratik eder.

Kolaylaştırıcı sol ayağını yere vurarak "bum" sesini çıkarır.

Sonra elleri ile alkış yaparak "şak" sesini çıkarır. Kolaylaştırıcı sağ ve sol ayağını yere vurarak "bum bum" sesini çıkarır. Sonra elleri ile iki kez alkış yaparak "şak şak" sesini çıkarır.

Uyarlama / Çeşitleme:

- * Yavaşlatılarak ya da hızlandırılarak zorluk derecesi gruba göre ayarlanabilir.
- * Bir kere ritim öğrenildikten sonra, katılımcılardan gönüllü olanlar sırayla birer kez gruba liderlik edebilir.
- * Katılımcılar sırayla başka ritimler türetip, tüm gruba o ritimleri öğretebilirler (örneğin; bum şak şak, bum şak).

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

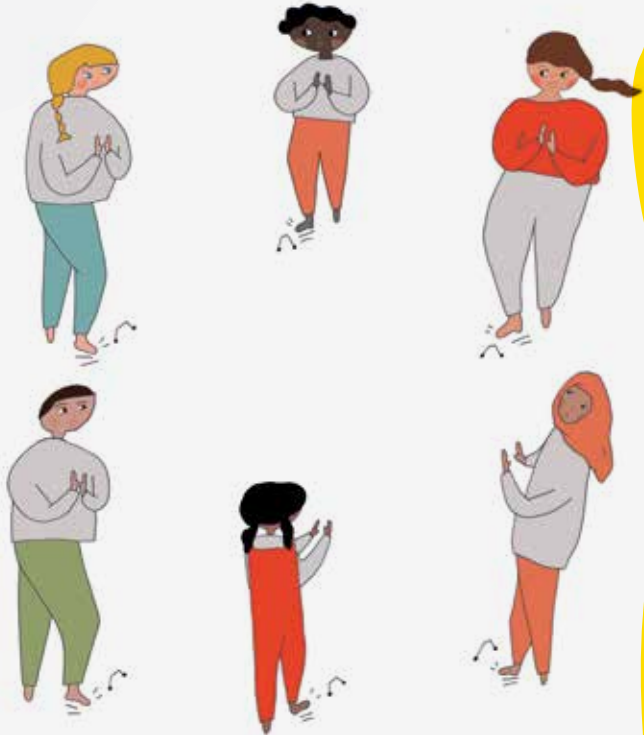
Bedeninizle ses çıkarmak, ritim tutmak nasıldı?

Ritme uyum sağlamanızı ne kolaylaştırdı?

Hep birlikte bir ritmi tutuyor olmak nasıl hissettirdi?

Katılımcılar da aynısını yapar: bum şak, bum bum şak şak (sol ayak, alkış - sağ ayak sol ayak alkış alkış)

Bu denemelerden sonra, herkesin eşlik edebileceği hızda bir ritim tutturularak "bum şak, bum bum şak şak" sesleri art arda hep birlikte tekrarlanır. Birlikte başlamak için, kolaylaştırıcı 4'e kadar sayar ve ardından herkes birlikte 4 kez aynı ritmi tekrarlar, durur.



RÜZGAR

Kişi Sayısı: 4'ten fazla

Süre: Katılımcı sayısına göre iki aşamalı olarak birkaç tur oynanabilir

Amaç: Ortaklıkları ve farklılıkları fark etmek, grubu kaynaştırmak, kabul etmek ve saygı göstermek.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Katılımcı sayısı kadar sandalye ile bir çember oluşturulur ve oyun başlar. Grubun ihtiyacı ve durumuna göre sandalyesiz, ayakta dairede yer değiştirerek de oynanabilir.



Etkinlik Açıklaması:

- Birinci aşamada herkes çemberde otururken kolaylaştırıcı ortak bir nokta içeren bir yönerge verir; örneğin "rüzgar bugün siyah giyenlerden esiyor." Siyah giyenler çemberde yer değiştirir. Birkaç tur kolaylaştırıcının verdiği gruba uygun ortaklık örnekleriyle oynanır.
- İkinci aşamada, katılımcı sayısının bir

eksiği kadar sandalye ile bir daire oluşturulur. Kolaylaştırıcı çemberin ortasına gelerek kendi ile ilgili grupla paylaşmak isteyeceği bir paylaşımda bulunur. Örneğin; "rüzgar bugün evinde birden fazla dil konuşulnlardan esiyor" dediğinde katılımcılardan bu konuda ortak deneyimi olanlar da çemberin ortasında soru-

yu soran kişi ile rüzgar oluşturur, soruyu soran kişinin hareketlerini takip ederek birlikte hareket ederler. Hareket ettikten sonra sandalyelere oturlurlar. Hareket ve yer değiştirme sonrasında ayakta kalan kişi gruba sormak istediği bir sonraki ko-

nuyu seçer. Kendisinin de dahil olduğu sorular bulması teşvik edilir. Örneğin; "rüzgar birden fazla kardeşi olanlardan esiyor" dediğinde birden fazla kardeşi olanlar ortaya gelir ve oyun aynı şekilde birkaç tur devam eder.

Uyarlama / Çeşitleme:

- * Grupta ortaklıklar ya da farklılıklar çıkmazsa bulmak için kolaylaştırıcı gerektiğinde grubu yönlendirebilir.
- * Grubun oyuna katılımına göre, örnekler daha detaylı olarak ve derinleştirilerek

ele alınabilir. Eğer belirli bir konuda daha detaylı bir şekilde konuşulacaksa daha önceden sorular kağıtlara yazılıp ayakta kalan kişilere verilebilir, ve bu önceden hazırlanmış sorulardan biri sorulabilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Farklılıklarımız mı ortaklıklarımız mı dikkatinizi çekti?

Rüzgar sadece sizin için estiğinde nasıl hissettiniz?

Birlikte rüzgar oluşturmak nasıldı?

Rüzgarın dışında olmak nasıldı?



SATRANÇ

Kişi Sayısı: 8-16 (çift sayıda olmalı)

Süre: 15-20 dakika

Amaç: Dinleme ve gözlemlleme becerisi, işbirliği.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Karşılıklı iki sıra halinde dizilecek ve bu iki sıra arasında 2-3 metre olacak genişlikte iç veya dış mekan

Etkinlik Açıklaması:

Oyuna başlamadan önce oyunun kuralları detaylı şekilde anlatılmalı; gerekirse fiziksel olarak gösterilip örneklenmelidir.

- Katılımcılar iki eşit gruba ayrılıp karşılıklı iki sıra halinde dizilir.
- Her turda sırası gelen gruptan yalnızca bir kişinin, tek bir hamle hakkı vardır. Hamle sırası gelen gruptan bir kişi öne, yana ya da çaprazla zıplayabilir (geriye



doğru zıplama hakkı yoktur). İki ayakla birden zıplamalı ve aynı anda bir alkış yapmalıdır.

- Aynı anda birden fazla kişi zıplarsa bu kişiler olduğu yere oturur.
- Aynı kişi arka arkaya iki kez hamle sırasını alamaz.
- Konuşan/ses çıkaran olduğu yere oturur.

- Dengesi kaçan/düşen ya da adım alarak/ tek ayakla zıplayan olduğu yere oturur.
- Zıplayarak hamle yapan oyuncu karşı takımdaki bir veya birden fazla oyuncuya dokunursa, dokunduğu kişiler olduğu yere oturur (fakat hamle yapan da sonradan yerinden oynarsa, adım atarsa, konuşursa ya da dengesi kaçarsa kendisi de oturur).
- Bir takımdaki oyuncuların tümü oturunca oyun biter.

Kolaylaştırıcı, takımlar arası rekabet oluşmasını engellemek ve tüm grubun birbiriyle iletişim ve işbirliği kurmasını teşvik etmek amacıyla, ikinci turda takımları kararak yeni takımlar oluşturabilir.



Uyarılama / Çeşitleme:

- * Grupta zıplamakla ilgili zorluk yaşıyan bedenler varsa zıplamak yerine başka hareketler konabilir. Örneğin; tekerlekli sandalye için: tekerleği tek tur çevirme ve alkış, ileri yaş grupları ya da zıplayamayan kişiler için: Alkış + adım.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilir / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Sence sana sıra geldi mi, yoksa başkaları mı senden önce davrandı?

Hamle yapacağınız zaman, takım ar-

kadaşlarınızla iletişim kurdu-
nuz mu, başka
hamle yapmak
isteyen olup ol-
madığını kont-
rol ettiniz mi?

Oturanlar nasıl
oturdu, hangi
sebeplerle?

Takım olarak
birlikte hareket
etmek için ne-
ler yapılabilir?

KISITLAMANIN İÇİNDE HAREKETİ BULMAK

Kişi Sayısı: 4-12

Süre: 50-60 dakika

Amaç: Bedenin hareket kapasitesini tanımak, yaratıcılık, kompozisyon, katılımcılar arasında saygı ilişkisi kurulması.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Zemini çok sert olmayan (tatami, dans zemini ya da ahşap olabilir) kapalı ve yeterli genişlikte (her katılımcı için 2-3 m2 alan) bir alan. Mekanın tamamen boşaltıldığından, zeminde çıkıntılar ya da etrafta çarpıldığında zarar verecek bir nesne olmadığından emin olunmalı.

Etkinlik Açıklaması:

- Bu doğaçlama egzersizinde, katılımcıların bedenlerinin bir bölgesini yerde sabit tutması ve bu kısıtlamayla birlikte, bedenlerinin geri kalanının hareket alanını araştırması istenir.
- Katılımcılar mekanda rahat hissettikleri bir yer seçerek, çevrelerinde rahatça hareket edebilecekleri kadar boşluk bırakarak dağınık bir şekilde yerleşir.
- Bir ayaklarının yere sabitlenmiş olduğunu düşünmeleri söylenir. Bu ayaklarını hareket ettirmeden, nerelere uzanabilecekleri, hareketlerinin nasıl çeşitlenebileceğini araştırmaları istenir. Bu sırada,

ayakta/orta seviyelerde/çömelmiş/yerde olabilecekleri; bu seviyeler arasında dolaşabilecekleri hatırlatılır. Hareketlerini kolaylaştırmak üzere, sabit olmayan beden parçaları sesli söylenebilir: "Kolumuz nereye uzanıyor? Başınız nasıl hareket ediyor?" gibi.

- Aynı araştırma, diğer ayağı sabitleyerek de yapılır; böylece bedenin hem sağ hem sol tarafı için egzersiz gerçekleştirilir.

- Ayaklar serbest kalır. Bu kez, bir el yere sabitlenir. Sabitlenmiş olan el, olduğu yerde dönebilir, yere temas ettiği yüzeyi (içi/dışı/yanları) değiştirebilir; ama yerden



ayrılmaz. Burada da beden hareketinin olanakları ve sınırları araştırılır. Yine farklı beden parçalarının isimleri söylenerek hareketi çeşitlendirmek üzere ipuçları verilebilir.

- Sabitlenen el değiştirilerek bir tur daha hareket araştırması yapılır.
- Her katılımcının, bu araştırdıkları hareketler arasından, kısa kısa 3 hareketi seçip art arda koyması istenir. Hareketleri-

ni seçmeleri ve üzerinde çalışmaları için 5 dakika verilir.

- Sırasıyla tüm katılımcılar ortaya gelip kendi oluşturduğu hareketi gösterir. Bir kez izledikten sonra, ikinci kez yaparken diğer katılımcılar da harekete eşlik eder, gördükleri hareketin kendilerine göre uyarladıkları versiyonunu hep birlikte yaparlar.

Uyarlama / Çeşitleme:

* Gruba göre sabitlenen bölge farklılaştırılabilir / yere oturarak da yapılabilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Kısıtlamalar nasıl hissettirdi?

Hareket alanınızı genişletmek için neler yaptınız?

Bedeninizin hangi kısımlarını daha hareketli / hareketsiz hissettiniz?

Bedensel sınırlarınızla ilgili bir farklılaşma oldu mu?

Kompozisyon oluştururken nasıl seçim yaptınız?

Grubun tümüne kendi hareketinizi göstermek, izlenmek nasıl hissettirdi?

Eşlik edilmesi nasıl hissettirdi?

Başkalarının hareketini izledikten sonra eşlik ederken, hareketin aynısını yapabildiniz mi?



ELE İSABET

Kişi Sayısı: 4-20 (çift sayıda olmalıdır)

Süre: 30 dakika

Amaç: Anlık karar verme ve cevap verme becerisi, iletişim, güven, ince ayarlamalar ve isabet alma, yaratıcılık.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Düşme ihtimali olduğundan zeminin çok sert olmadığı bir mekan olmalıdır. Yalın ayak oynanır.

Etkinlik Açıklaması:

- Oyuncuların ikili eşleşmeleri istenir.
- Her ikiliden biri, sadece ellerini kullanır. Her iki elini de sık sık yerini değiştirerek (havada) konumlandırır. Diğer oyuncu, eşinin ellerine farklı beden parçalarıyla temas eder.
- Önce elleriyle başlar; eşinin ellerine isabet alıp dokunmaya çalışır (avuncunun içine bir nokta koyar gibi).
- Ellerle bir süre (3-5 dakika) denedikten sonra, kolaylaştırıcı bedeninin farklı bölgelerini saymaya başlar (sırasıyla dirsek, ayak, baş, diz denenebilir).
- Söylenen bölgeyle eşinin elini isabet alıp



dokunmaya çalışır. Her biri için 3 dakika süre verir.

- Burada önemli olan, ellerin değişen konumunu izlemek, hızlıca cevap vermek, isabetli olmak, dokunuşun hızını ve sertliğini (birbirini incitmeyecek ve kazaya neden olmayacak şekilde) ayarlamaktır.
- Oyun ilerledikçe, kolaylaştırıcı, oyuncuların hareket içinde bir akış ve kompozisyon oluşturmaya çalışmasını söyler.
- Tüm olası beden parçalarının ismi söylenip denemeler yapıldıktan sonra, eşler rol değişerek bir tur daha oynar.

Uyarlama / Çeşitleme:

* Kör katılımcılar olduğunda, eşlerden biri ellerini sabit tutabilir ve eşini sesi ile yönlendirebilir. Gruba göre kullanılan beden parçaları azaltılarak, yerde veya oturarak oynanabilir..

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Oyun heyecanı içinde dokunuşun sertliğini ayarlamak zor oldu mu?

Nasıl bir çözüm buldunuz?

Nereye isabet alacağınızı takip etmekte zorlandınız mı?

Bu konuda size ne yardımcı oldu?

Eşinizin cinsiyeti, yaşı ya da fiziksel özellikleri hareketinizin hızını ya da niteliğini etkiledi mi, nasıl?



DUYGUSAL BEDEN PARÇALARI

Kişi Sayısı: 5 ve üzeri

Süre: Yönlendirici ile 10-15 dakika oynadıktan sonra katılımcıların örneklendirmesi için bir 5-10 dk daha verilebilir.

Amaç: Duyguları tanımak, ifade etme becerisi, yargılamama, yaratıcılık.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Herkesin rahat hareket edebileceği genişlikte bir mekan. Etrafta çarpılacak, kırılacak bir şeyler olmadığından emin olunmalı.



Etkinlik Açıklaması:

- Katılımcılar mekanda rahat hareket edebilecek ve birbirlerine değmeyecek şekilde konumlanır.
- Kolaylaştırıcı grupla beraber duygular üzerine kısa bir konuşma yapar. Duyguları tanımlamak bedenle ifade etmek üzerine ufak bir ısınma olarak yapılır. Beden ve duygular oyuna hazırlanır.

- Kolaylaştırıcı vücudun belirli bölgelerine belirli duygular atfeder. Mesela neşeli ayaklar, gergin omuzlar, meraklı dizler gibi.
- Her katılımcı duyduğunu bedenıyla ifade etmeyi deneyimler. Bu aktivitede tek bir doğru yoktur. Her beden her duyguyu farklı alımlayabilir.

Uyarlama / Çeşitleme:

* Hangi uzvun söyleneceği gruptaki her bir kişinin hareket kapasitesine göre ayarlanabilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Bedeninizin bir bölgesi ile birlikte bir duygu söylendiğinde, o bölgenin, söylenen duygu ile hareket etmediği oldu mu?

Duygularınızı tanıma ve açığa çıkarma konusunda zorlandınız mı?

İfade ederken rahat hissettiğiniz veya tersi hissetmediğiniz duygular oldu mu, nelerdi?



ARKADAŞIM BALON

Kişi Sayısı: 10 kişi ve üzeri partnerli

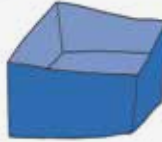
Süre: 30 dakika

Amaç: İşbirliği, birbirine güvenmek, karar almak, yaratıcılık ve beceri.

Mekan ve Fiziksel Hazırlık:

Dış mekan veya iç mekan ise her grup için kendi rotası olacak büyüklükte.

Karton geniş bir kutu (her gruba ayrı), kişi sayısına göre şişirilmiş balon ve ip. Göz kapama bandı. (tercihen)



Etkinlik Açıklaması:

- Tüm katılımcılar toplam sayıya göre mümkün olduğunca eşit şekilde gruplara ayrılır.
- 20-25 adım sayılarak ileriye her grup için bir kutu yerleştirilir.
- Balonlar şişirilir (çok büyük şişirmemeye dikkat edin) ve uçlarına ipler bağlanır.
- Grup bir süre balonla serbestçe hareket eder. Sonra grup için belirlenmiş çizgiye arka arkaya dizilir.

- Başlangıç çizgisinden her gruptan aynı anda iki kişi çıkacaktır balonu taşıyanın gözü kapalıdır (Tercih edilirse göz bandı kullanılmadan gözleri açık da oynanabilir).
- Şişirilmiş balonu, partnerinin yardımıyla kutuya taşımaya çalışır.

Tek kural: balonu eliyle tutamaz. Bedenlerini kullanmaları gerekir. Her seferinde yeni bir yol bulunmalıdır. Aynı şeyi bir sonraki turda yapamayacaklarını söyleyin

- Partneriyle yaratıcı yollar aramalıdır. Balonun kutunun içine tam girdiğinden emin olunmalıdır.
- Her grupta ilk çıkan kişiler tamamlayınca diğer iki kişi çıkar. Sıra başa dönene kadar devam edilir. Tur sayısını arttırabilirsiniz.

Uyarlama / Çeşitleme:

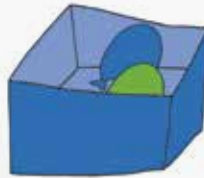
* Grubun ihtiyacına göre basitleştirilebilir. Balon korku yaratıyorsa ya da grup henüz kaynaşmamışsa yerine top kullanılarak oynanabilir. Göz kapatmaya dair çekinceler varsa gözler açık oynanabilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Partnerinizi balonu yerleştirme hırsıyla baskı altına soktunuz veya zorladınız mı?

Karar alırken partnerinizi dinlemeye ve ihtiyaçlarını görmeye çalıştınız mı?

Yeni yollar arayarak öğrenmeye mi devam ettiniz aynı yolla kazanmak mı istediniz?



RENKLERE ZIPLA

Kişi Sayısı: 36 (maksimum)

Süre: 30 dakika

Amaç: Oyunlarda işbirliğinin önemini kavrama,
Takım çalışmalarında hızlı hareket edebilme becerisi kazanma,
Tek ayak ve çift ayak ile kontrollü ve dengeli bir şekilde atlayabilme,
Hedefe gitmede en kısa yolu kavrama,
Başlangıç ve bitiş noktalarının yerini öğrenme.

Mekan: Spor salonu, bahçe ya da 15x10 metre uzunluğunda herhangi boş bir alan/
arazi

Fiziksel Hazırlık: Kırmızı, mavi ve sarı renkte işaret tabakları, çemberler.

Etkinlik Açıklaması:**Başlangıç/Kurulum**

6'şar katılımcıdan 3 grup oluşturulur. 2 parkurda toplamda 36 kişi ile oynanabilir.

- * Her gruba 7'şer çember verilir.
- * Gruptaki her katılımcı bir çemberin içerisinde yer alır, grubun başındaki kişide fazladan çember vardır.

Oyun Evresi

Grubun başındaki elindeki çemberi önüne koyar ve önüne koyduğu çemberin

içerisine geçer, arkadaki takım arkadaşları da aynı şekilde önünde boşalan çembere geçer.

En sondaki kişi boşta kalan çemberi elden ele öne ulaştırmaya çalışır.

Grup bu şekilde 10 metre ileride farklı noktalarda bulunan "sarı, kırmızı, mavi" tabaklı alana gider.

Bu alanda takımına ait olan renkli 3 tabağı toplayıp alanın 4 metre ilerisindeki bitiş noktasına gitmeye çalışır.

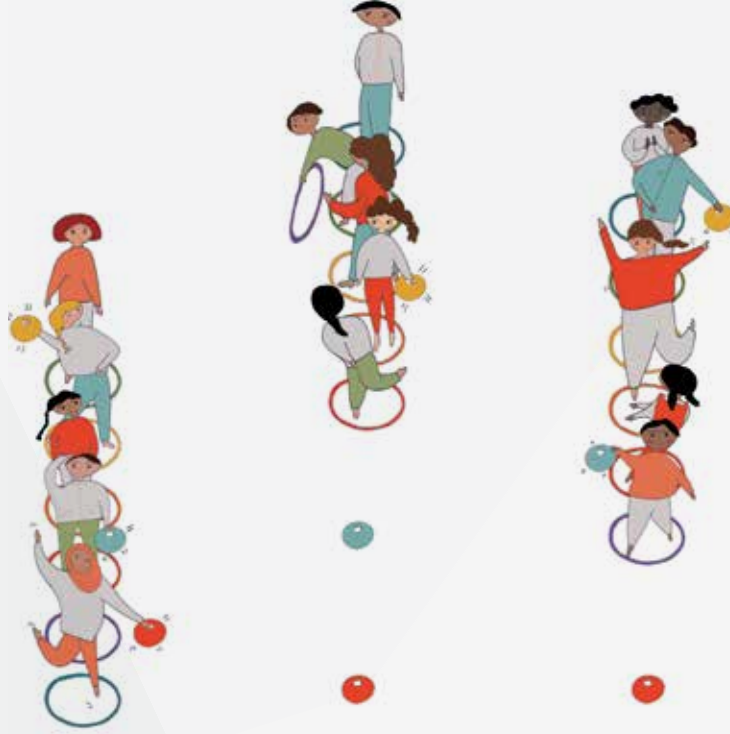
Sonlandırma

Bitiş noktasına gelen ilk takım 3 puan, ikinci takım 2 puan, üçüncü takım 1 puan alır.

Kritik Noktalar

Düz ve engelsiz bir zeminde oynanmalıdır. Çember yoksa karton kullanılabilir.



**Uyarlama / Çeşitleme:**

- * Oyun alanı küçültülebilir/büyültülebilir.
- * Grup sayısı azaltılabilir/arttırılabilir.
- * İleri yaştaki bireylerde sıçrama yerine öne doğru adımlama yapılabilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Dengenizi sağlayabilmek için ne gibi teknikler kullandınız?

Zorlandığınız anlar oldu mu?

Nelerdi ve neden zorlandınız?

Hedefe ulaşabilmek için takım halinde nasıl bir strateji izlediniz?

Sizce takım halinde işbirliğiniz nasıldı?

HAYALİ TOP

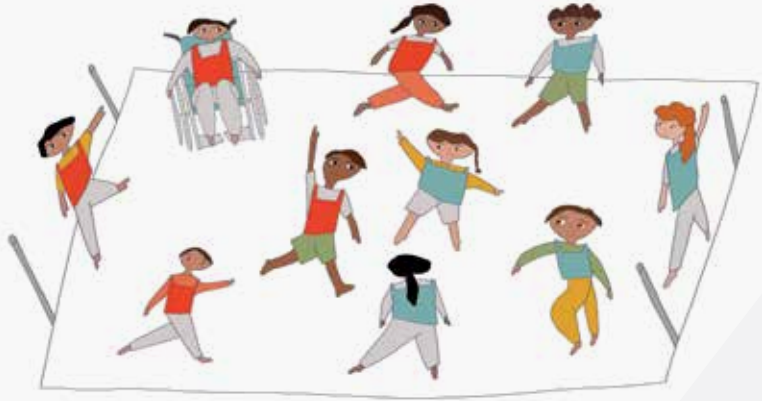
Kişi Sayısı: 24

Süre: 30 dakika (2 set * 10 dakika oyun)

Amaç: İletişim becerilerini geliştirme,
Grup çalışması becerisi kazanma,
Vücut ve alan farkındalığını gösterme,
Yer değiştirme hareketlerini yapabilme,
Başkalarının haklarına saygı göstermesi gerektiğini fark edebilme.

Mekan: Spor salonu, futbol sahası, bahçe ya da 20x20 metrelik herhangi boş bir alan/arazi.

Fiziksel Hazırlık: Farklı renkte işaret tabakları, antrenman yeleği, çubuklar.



Etkinlik Açıklaması:

Başlangıç/Kurulum

- 6'şar katılımcıdan 2 grup oluşturulur. 2 parkurda toplamda 24 kişi ile oynanabilir. Takımdakilerin 5'i oyuncu 1 tanesi kalecidir.
- İki takımın da çubuklardan/tabaklardan oluşturulmuş kalesi vardır.

Oyun Evresi

- Oyunda hayali bir top vardır. Haya- li topa sahip olan takımın amacı çubuk- lardan oluşturulmuş kalenin içinden geç- mektir. Topu kazanmaya çalışan takım topu kazandıktan sonra aynı şekilde diğer takımın çubuklarından geçmeye çalışır.

-Hayali topa sahip olan kişinin bir kolu yukarıdadır. Arkadaşına pas vermek istediğinde arkadaşının ismini söyler ve elini indirir.

- Bunları yapmaz ise top diğer takıma geçer. İlerlemeler bu şekilde devam eder.

Uyarlama / Çeşitleme:

- * Oyun alanını genişletilebilir/daraltılabilir.
- * Oyunu zorlaştırmak için eli yukarıda olan katılımcıya 3 adım kuralı koyulabilir.
- * Fiziki imkanlara, malzeme sayısına ve yaş seviyelerine göre takımların sayıları değişiklik gösterebilir.
- * Tüm yaş grupları için uygundur.
- * Tekerlekli sandalyeli bireyler için uyarlanabilir bir oyundur.



Sonlandırma

- Diğer takımın çubuklarından geçen takım bir puan alır.

- 10 dakika oyun oynanır ve oyundan sonra katılımcıların düşünceleri alınır.

Oyunun Ardından Üzerine

Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Oyun alanını ve bedeninizi kullanırken neler ile karşılaştınız?

Hedef çizgisine gidebilmek için bireysel ve takım halinde ne gibi stratejiler geliştirdiniz?

Zorlandığınız anlar oldu mu?

Nelerdi ve neden zorlandınız?



CANLI LANGIRT

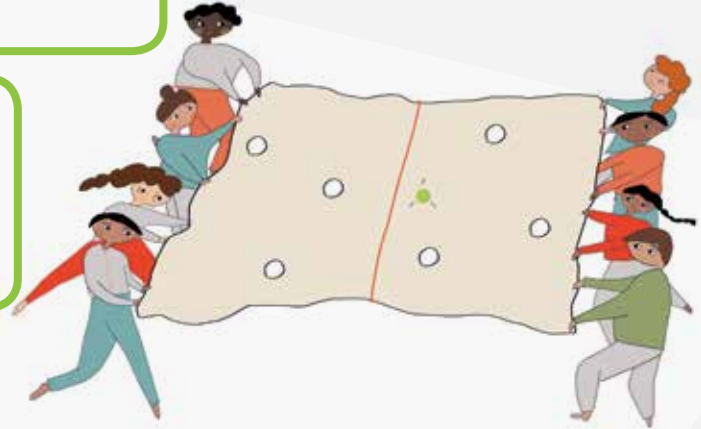
Kişi Sayısı: 24

Süre: 30 dakika (3 set * 7 dakika oyun)

Kazanımlar: İşbirliğine dayalı yardımlaşma,
Takımca başarma,
İletişimi güçlendirme,
Grup uyumu ve koordinasyonu.

Mekan: Spor salonu, futbol sahası ya da bahçe (ya da herhangi boş bir alan/arazi)

Fiziksel Hazırlık: 3 adet çarşaf, 3 adet tenis topu.



Etkinlik Açıklaması:

Başlangıç/Kurulum

- 4'er kişiden 6 takım oluşturulur.
- Oyun mekanında iki takım karşı karşıya gelecek şekilde yerleşilir.
- 2*1.5 metre boyutlarında 3 kumaşın/çarşafın üzerine oyun sahası çizilir. Sahalara iki takım olarak yerleşilir.
- Her takımın kendi sahasında çarşafa tenis topu büyüklüğünde 3 delik açılarak hedefler belirlenir.

Oyun Evresi

- Katılımcılar çarşafın yanlarından gergin bir şekilde tutarlar.
- Oyun, ortaya top konularak başlatılır.
- Tenis topu gergin tutulan çarşafta karşı takımın sahasında bulunan deliklere sokulmaya çalışılır.
- Her takım kendi deliklerine topun sokulmasını engellemeye çalışırken aynı zamanda karşı takımın deliğine topu sokmaya çalışır.

Sonlandırma

- Yedi dakika süren oyunun süresi dolduğunda takımlar deliklerden geçirdikleri her top için bir puan alırlar.
- Sonraki setlerde takımlar değiştirilerek oyunlara devam edilir.

Kritik Noktalar

- Topun kontrolünü kolaylaştırmak için çarşaf yukarı aşağı hareket ettirilmelidir.
- Çarşafta topu hedefe yuvarlamak için takım arkadaşları ile uyumlu hareket edilmelidir.
- Topları deliklerden geçirmek için yavaş hareket edilmelidir.
- Çok iyi bir takım çalışması, koordinasyon ve takip gerektiğinden her bireyin katılımı önemlidir.

Uyarlama / Çeşitleme:

- * Birden fazla topla oynanabilir.
- * Küçük boyutlu çarşaf kullanılabilir.
- * Hedef/delik sayısını arttırılabilir.
- * Tüm yaş grupları ve tekerlekli sandalyeli bireyler için uygundur.
- * İleri yaş grupları ya da fiziksel rahatsızlığı bulunan katılımcılar 7 dakika boyunca ayakta durmada sıkıntı çekebilirler, bu sebeple oyun oturarak da oynanabilir.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Topu delikten geçirebilmek için neler yaptınız?

Bireysel ve takım halinde zorlandığınız / güçlü hissettiğiniz noktalar oldu mu?

Ayakta ve oturarak oynarken neler hissettiniz?



TUT ÇARŞAFI YOLLA TOPU

Kişi Sayısı: 24

Süre: 30 dakika

Amaç: Grup çalışması becerisi kazanma
İşbirliğine dayalı yardımlaşma ve dayanışma
İşbirliğine dayalı yardımlaşma ve dayanışma
İletişim becerilerini geliştirme
Aynı anda aktif olma ve eşit bir şekilde görev alma

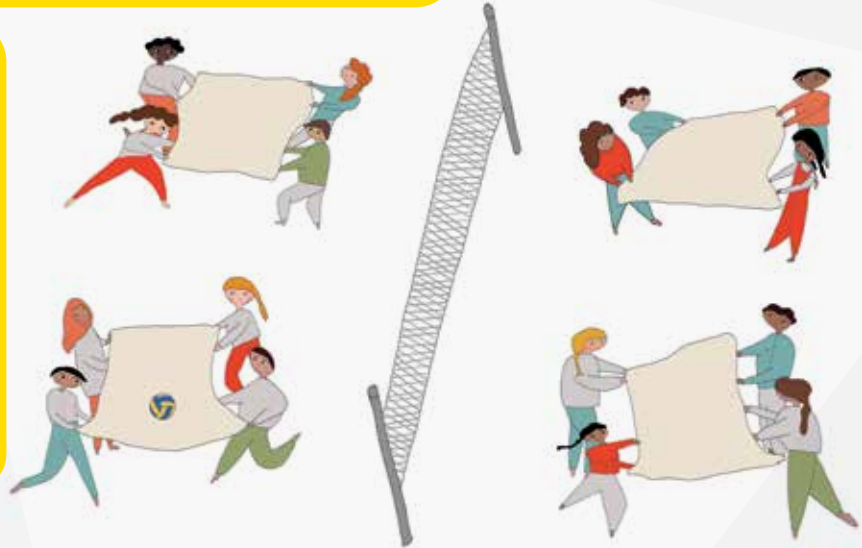
Mekan: Spor salonu, bahçe, voleybol sahası (ya da herhangi boş bir alan/ arazi)

Fiziksel Hazırlık: 4 adet 1.5*1.5 metre ölçülerinde çarşaf/pike/battaniye, 2 adet voleybol topu.

Etkinlik Açıklaması:

Başlangıç/Kurulum

- 6'şar katılımcıdan iki grup oluşturulur. 2 parkurda toplam 24 kişi ile oynanabilir.
- Voleybol sahasının bir yarı sahasında bir takım, diğer yarı sahasında bir takım vardır.



- Bir takım kendi yarı sahasında ikiye bölünür, diğer takım da aynı şekilde kendi yarı sahasında ikiye ayrılır. 6 kişilik grupta 1 adet 1.5*1.5 ölçülerinde bir çarşaf olur, diğer gruplarda da aynı şekilde çarşaf vardır.

Oyun Evresi

- Oyun bir voleybol topuyla oynanır ve top bir takımdan başlar.
- Çarşafın üzerindeki top filenin üzerinden diğer yarı sahaya doğru atılır. Diğer takım çarşafları ile top yere düşmeden topu yakalamalıdır.

Uyarlama / Çeşitleme:

- * Sayı sınırı olmadan paslaşmak/İki gruba değme zorunluluğu getirilebilir.
- * Oyun alanını genişletilebilir/daraltılabilir.
- * Grup sayılarını azaltılabilir/arttırılabilir.
- * İleri yaştakiler için uyarlanabilir düzeyde bir oyun (Oyundaki engel ve yükselti olarak kullanılan file belli bir seviyeye indirilebilir ya da tamamen ortadan kaldırılabilir ve iki alan arasında bir çizgi çizilerek oynanabilir.)

- Topu yakaladıktan sonra kendi içerisinde 2 pas yapar 3. atışları ile topu diğer yarı sahaya gönderir.

Sonlandırma

- Diğer yarı saha çizgileri içerisinde topu yere düşüren takım 1 puan almış olur.

Oyunun Ardından Üzerine

Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Topa sahip olabilmek için bireysel ve takım halinde neler yaptınız?

Grup halinde hareket ederken neler hissettiniz?

Oyunda arkadaşlarınızla eşit bir şekilde yer almak nasıl bir duyguydu?



ÇEMBERİ DÜŞÜRME DEN TAŞI

Kişi Sayısı: 24 (maksimum)

Süre: 30 dakika

Amaç: Grup çalışması becerisi kazanma, İşbirliğine dayal yardımlaşma ve dayanışmayı sağlama, Aynı anda aktif, eşit bir şekilde görev alma, Oyun oynarken denge korunma becerisini kazanma, Uygun tutuş şekillerini seçme.

Mekan: Spor salonu, futbol sahası ya da bahçe (ya da herhangi boş bir alan/arazi)

Fiziksel Hazırlık: 8 adet büyük çember

Etkinlik Açıklaması:

Başlangıç/Kurulum

- 6'şar katılımcıdan 4 grup oluşturulur.
- Her grubun başlangıç noktasında 2 adet çemberi vardır.

Oyun Evresi

- 6 kişilik takımlar, kendi arasında el ele tutuşur ve arka arkaya sıra yapar.
- Kolaylaştırıcının başlangıç komutu ile oyun başlar.
- Grupların ilk sırasındaki bireyler yerden çemberi alır ve amaçları ekipten hiç kim- senin elini bırakmadan çemberi en son sıradaki kişiye taşımaktır.

- Son birey çemberi yere bırakır ve hızlı bir şekilde grup başına geçer ve oyun bu şekilde devam eder.

Sonlandırma

- 2 çemberi taşımayı ilk bitiren takım 2 puan alır. Oyun 10 dakika boyunca de- vam eder.

Kritik Noktalar:

Çember el bırakılarak arkadaki takım ar- kadaşına ulaştırılmış ise, çember başlan- gıç noktasına geri getirilir ve grup oyuna baştan başlar.

Çember önden geriye doğru götürüldük- ten sonra en arkadaki kişi çemberi yere

bırakmaz ve öne geçmez. Çemberi bulunduğu en arka noktadan en önde bulunan takım arkadaşına doğru iletir ve oyun bu şekilde sonlandırılabilir.



Uyarlama / Çeşitleme:

- * Grup sayısı azaltılabilir/arttırılabilir.
- * Oyunu zorlaştırmak için çember yere değdiği zaman grup tekrar başlangıç noktasına döner.
- * Seviyeye ve yaş grubuna göre kolaylaştırıcının yönlendirmesiyle grupların en az bir kere çemberi yere değdirme hakkı olabilir.
- * İleri yaştakiler için el ele tutuşma gerekliliği tolere edilebilir. Kişiler arka ar-

kaya sıralanır. İlk sıradaki birey çemberi yukarıdan arkasındaki arkadaşına verir. O kişi ise bacaklarını açıp bacaklarının arasından çemberi geçirerek arkasındaki arkadaşına teslim eder ve oyun böyle sürer (yan kas grubunu aktif hale getirmek için çemberler bir sağ bir sol yana 90 derece dönerek arkadaki takım arkadaşına teslim edilebilir).

**Oyunun Ardından Üzerine
Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek
Sorular:**

Çemberi tutarken nelere dikkat ettiniz?
Sizi zorlayan anlar var mıydı?

Çemberi hedefe taşıyabilmek için neler yapmanız gerektiği?



SAYILARIN DANSI

Kişi Sayısı: Katılımcı sayısında sınır yoktur.

Süre: 30 dakika

Amaç: Matematik becerisinin geliştirme
Müzik ile uyum sağlayabilme ve ritimli dans edebilme
Koordinasyon becerilerin geliştirme

Mekan: Spor salonu, futbol sahası ya da bahçe (ya da herhangi boş bir alan/arazi)

Fiziksel Hazırlık: Oyun alanı müzik sistemi kullanılabilecek bir alan olmalıdır.

Etkinlik Açıklaması:

Başlangıç/Kurulum

Katılımcılar alanının tamamına yayılarak bire bir şekilde eşleşirler.

Oyun Evresi

-Müzik çalmaya başlayınca eşler karşılıklı kol kola girerek ya da serbest bir şekilde dans etmeye başlar.

20 saniyenin sonunda müzik durur.

Müzik durduğunda, eşlerin ikisi de aynı anda 0'dan 10'a kadar (sıfırdan ona kadar) herhangi bir sayıyı elleriyle birbirle-

rine gösterirler.

İki kişinin elleri ile birbirlerine gösterdikleri sayıları çarpma işlemi yapmak için kullanırlar (örn: A kişisi 7; B kişisi 9 rakamlarını gösterir ve 7 ile 9'un çarpımı 63 sonucunu bulma).

Çarpma işlemini önce bilen kişi bir puan



öne geçer. Sonra müzikle birlikte dans yeniden başlar ve müzik her durduğunda katılımcılar birbirlerine farklı sayılar gösterirler.

Uyarlama / Çeşitleme:

- * Dans yerine karşılıklı statik/dinamik koordinasyon hareketleri yapılabilir.
- * Step-aerobik tahtası benzeri bir malzeme kullanılarak eşli hareketler yapılabilir.
- * 10 yaş ve üzeri tüm gruplar için uygundur.
- * Çarpma işlemi yerine toplama işlemi yapılır (sayılar 0'dan 50'ye kadar seçilebilir).



Sonlandırma

Üçüncü defa çarpma işlemi daha çabuk yapan kişi oyunu kazanır.

Sonrasında eşler değiştirilerek oyun yeniden oynanır.

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Çarpma işlemi yaparken zorlandığınız anlar oldu mu?

Çarpma işlemi yerine başka ne oynatabilirdi sizce?

Dans ederken neler düşünüyordunuz? (dansa mı sayılara mı her ikisine de mi?)



HAREKETLİ SÜNGER SOSİS

Kişi Sayısı: 24

Süre: 30 dakika

Amaç: İşbirliği ve grup birlikteliği oluşturma, ekip uyumu ve koordinasyonu sağlama,

Dikkat odağını geliştirme,

Arka bacak adale grubunun gerilimi ile esneklik gelişimini sağlama,

Denge gelişimini sağlayabilme.

Mekan: Spor salonu, futbol sahası ya da bahçe (ya da herhangi boş bir alan/arazi)

Fiziksel Hazırlık: Grup başına 1 olmak üzere grup sayısı kadar (4 grup) 70 santimetre ile 1 metre aralığında bir uzunlukta sünger sosis.

Etkinlik Açıklaması:

Başlangıç/Kurulum

- 6'şar kişiden 4 grup oluşturulur ve gruplar oyun alanının tamamına 2'şer metre ara ile yan yana hizalanırlar.
- Gruplardaki tüm katılımcılar sahanın boylamasına sırt üstü yere uzanırlar ve her katılımcının başı, arkasından uzanan arkadaşının iki ayağının arasına denk getirilir.
- Başlangıç noktasındaki katılımcıların iki ayağının arasında sıkıştırılarak duran sünger sosis bulunur.

Oyun Evresi

- Kolaylaştırıcının "BAŞLA" sesi ile gruplardaki ilk bireyler, düz bir şekilde uzandıkları yerden ayaklarını havaya kaldırıp geriye doğru götürerek arkalarında bulunan takım arkadaşlarına ayaklarının arasında sıkıştırdıkları sünger sosisi yere düşürmeden teslim ederler.
- Arka sıradaki bireyler ayaklarını belli bir aralıkta açarak önlerindeki arkadaşlarından dikkatlice sünger sosisi alıp ayaklarının arasında sıkıştırarak ilk katı-

İlimcının yaptığı gibi bir taşıma işlemi gerçekleştirirler ve arkalarındaki takım arkadaşlarına süngeri taşıyıp teslim etmiş olurlar.

- Süngeri bir arkasındaki arkadaşına sorunsuz şekilde teslim eden her katılımcı sıranın en sonuna geçer ve ayaklarını önündeki arkadaşının başının iki yanına koyup aynı şekilde yere uzanarak yeniden sünger taşıma işlemini gerçekleştirir.

Sonlandırma

- Süngerlerin arka sıradaki takım arka-

daşına taşındığı ve sürekli olarak sıranın sonuna yeniden geçildiği oyunda sahanın diğer tarafındaki saha sonu çizgisine ulaşıldığında oyun sonlanır ve çizgiye ilk ulaşan grup oyunda öne geçer.

Kritik Noktalar

- Sünger ayak arasında sıkıştırılırken ve geriye doğru taşınırken aşırı gerilim (esneme) söz konusu olabilir ve kas krampları (kramplar) oluşabilir. Bu yüzden katılımcılar zorlandıkları takdirde dizleri bükerek taşıma işlemini yapabilirler.





Uyarılama / Çeşitleme:

- * Sünger sosis yerine ağır olmayan başka materyaller kullanılabilir (frizbi vb.).
- * Geri dönüşümden sağlanabilecek 1,5 litre 5 litre ya da 10 litrelik pet su şişeleri sünger sosisler olarak ayaklar arasına konarak taşıma gerçekleştirilebilir.
- * İleri yaştaki bireyler yan yana sandalyelerde otururlar ve bacaklarının ara-

sındaki sosisleri yanında bulunan takım arkadaşlarına teslim ederler. Grubun son sırasında bulunan takım arkadaşına ilk önce sosisi ulaştıran takım öne geçer.

- * Ayakların ve bacakların kullanımının zorlandığı durumlarda eller ve kollar ve gövde kullanılarak oyun oynanabilir (Yüz üstü, sırt üstü, yan pozisyon vs.)

Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Oyunu oynarken daha çok hangi kas grubunuzun çalıştığını hissettiniz?

Ekip uyumu ve koordinasyonu sağlarken zorlandığınız ve güçlü hissettiğiniz anlar oldu mu? Neler?

HEPİMİZ BİRİMİZ, BİRİMİZ HEPİMİZ

Kişi Sayısı: 28

Süre: 30 dakika

Amaç: Kurallara uyma ve yönergeleri takip etme,
Dostça oynama ve yardımlaşarak hareket edebilme duygusunun gelişimi,
İşbirliğinin önemini kavrama,
Odaklanabilme,
Oyundaki ortak malzemeleri amacına uygun kullanabilme.

Mekan: Bahçe, spor salonu, 10x10 metrelik alanlarda (ya da herhangi boş bir alan/ arazi)

Fiziksel Hazırlık: Kırmızı ve mavi işaret tabakları, jimnastik minderi, harflerin konulacağı kutu, A5 boyutunda harfler.

Etkinlik Açıklaması:

Başlangıç/Kurulum

- 7'şer katılımcıdan 2 grup oluşturulur. 2 grupta toplamda 28 kişi ile oynanabilir. Grupların karşılına, 8 metre ilerisine harflerin konulacağı bir kutu konur.
- A grubunun oluşturacağı kelimeler "Hepimiz Birimiz", B grubunun oluşturacağı kelimeler "Birimiz Hepimiz" olur.
- A ve B grubunun harf kutusunda kendi kelimelerini oluşturacak harflerin dışında

başka harfler de bulunur. Eğitimci oyun öncesi oluşturacakları kelimeleri gruplarla paylaşır.

- Grubun önünde jimnastik minderi, minderlerin 8 metre ilerisinde harf kutusu ve harf kutusunun 1 metre ilerisinde öğretmen tarafından A (kırmızı tabak) ve B (mavi tabak) grubu için oluşturulmuş tabaklar yerleştirilmiştir.

Oyun Evresi

- Kolaylaştırıcı, katılımcıların önlerinde bulunan cimnastik minderinde yapmaları için hareketler belirler (hayvan taklitleri, öne takla, geri takla, vb. hareketler). Kolaylaştırıcının, başlangıç işaretiyle gruplar başlar. Her gruptan sırası gelen kişi, cimnastik minderinde kendi seçtiği hareketi yaparak harf kutularına doğru ilerler.
- Kendi harf kutularından bir harf alınarak önceden oluşturulmuş tabakların önüne harfin sırasına göre harf yerleştirilir.

- Bir metre uzaklıkta tamamlanacak kelimelerin harf sayısı kadar tabak bulunur. İlk kelimeye denk gelenler üstte ikinci kelimeye denk gelenler altta sıralanır.
- İki grup da hızlı bir şekilde "Birimiz Hepimiz" ve "Hepimiz Birimiz" cümlelerini oluşturmaya çalışır.

Sonlandırma

- İki grup da aynı amaç için hareket eder ve kelimeler oluşturulup "Birimiz Hepimiz Hepimiz Birimiz" cümlesi birleştirildiğinde oyun biter.



Uyarlama / Çeşitleme:

- * Grupları katılımcılar belirleyebilir ve sloganda istedikleri düzenlemeleri yapabilirler (başka kelimeler türetebilirler, farklı dillerde kelimeler belirleyebilirler).
- * Harf kutularında sadece kendilerine ait harfler olabilir.
- * Kör katılımcıların da dahil olabilmesi için, kabartmalı harfler kullanılması önerilir.
- * Yeterli sayıda cimnastik minderi mevcut değilse başka materyal (karton koli vb.) kullanılabilir.
- * 7 yaş ve üzeri tüm gruplar için uygundur.

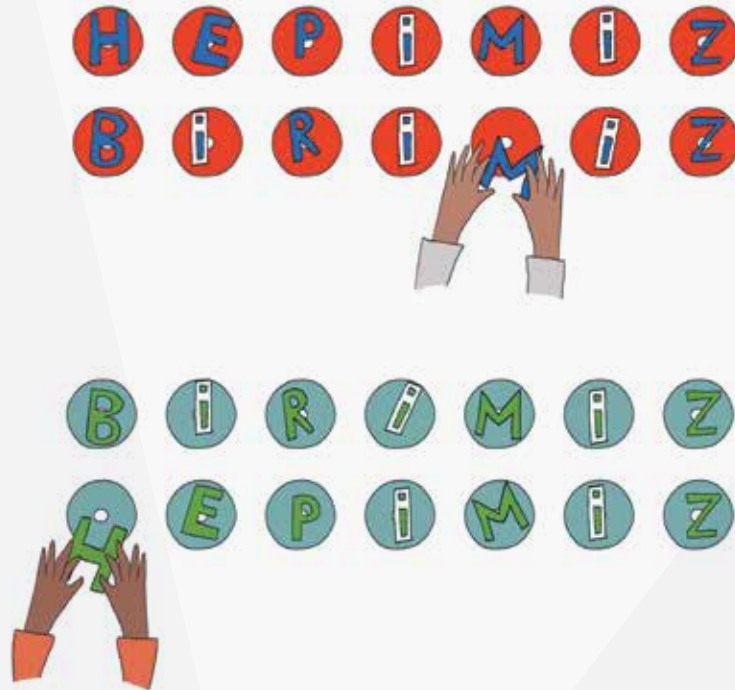
**Oyunun Ardından Üzerine
Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek
Sorular:**

Takımların kurulması ve sloganların seçilmesi süresinde aktif olarak rol almak size neler hissettirdi?

Oyuna odaklanabilmeniz kolay oldu mu?

Oyunda zorlandığınızı hissettiğiniz anlar oldu mu?

Nelerdi ve neden zorlandınız?



YÖNLENDİR**Kişi Sayısı:** 25**Süre:** 30 dakika

Amaç: Grup çalışma becerisi kazanma, işbirliğine dayalı yardımlaşma ve dayanışmayı sağlama, iletişim becerilerini geliştirme, Aynı anda aktif, eşit bir şekilde görev alma.

Mekan: Spor salonu, futbol sahası, bahçe (ya da herhangi boş bir alan/arazi)

Fiziksel Hazırlık: Beş adet çember/kova ile hedefe taşımak için herhangi bir materyal (her takıma 3 tane)

Etkinlik Açıklaması:**Başlangıç/Kurulum**

- 5'er katılımcıdan 5 grup oluşturulur (kişi sayısına göre dağılıma uygundur).
- Oyun sahasının farklı noktalarında kovalar vardır (her takım için bir kova, toplamda 5 kova)

Oyun Evresi

Beşer kişilik takımlar arka arkaya sıra yapmıştır. En arkadaki kişinin gözleri açık, diğerlerinin gözleri kapalı, kollar öndeki arkadaşının omzundadır.

Takımın amacı konuşmadan ellerini ve

ayaklarını kullanarak en öndeki arkadaşını hedefe götürmektir. Hedefe götürülen kişi elindeki materyali kovaya koyduktan sonra sıranın en arkasına geçer ve oyun bu şekilde devam eder.

Yönlendirmeler:

- Sirtına dokunmak: Düz ilerle
- Sol omzuna dokunmak: Sola doğru yönelmek
- Sağ omzuna dokunmak: Sağa doğru yönelmek

- Sol ayağa dokunmak: Sola doğru eğil, hedef sol tarafında
- Sağ ayağa dokunmak: Sağa doğru eğil, hedef sağ tarafta
- İki elle geriye doğru çekmek: Dur

Sonlandırma

Kovasına materyali taşıyabilen takım bir puan alır.



Uyarılama / Çeşitleme:

- * Kovaya daha az materyal taşınabilir.
- * Oyun alanı dar/geniş olabilir.
- * Yönlendirmeleri hatırlamakta güçlük çekecek gruplar için kova yükseğe konup yönergeler azaltılabilir.
- * Süre sınırı koyarak oynanabilir.
- * Gözleri açık olan kişinin 1 kez ses çıkarmasına izin verilebilir.
- * 10 yaş ve üzeri tüm gruplar için uygundur.



sağ omzuna dokunmak:
- sağa doğru yönelmek -



sol omzuna dokunmak:
- sola doğru yönelmek -



sırtına dokunmak:
- düz ilerle -



sol ayağa dokunmak:
- sola doğru eğil
hedef sol tarafında -



sol ayağa dokunmak:
- sağa doğru eğil
hedef sağ tarafında -



iki elle geriye doğru çekmek:
- dur -

Oyunun Ardından Üzerine**Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek****Sorular:**

Oyunu oynarken gözleriniz kapalı olduğunda neler hissettiniz?

Konuşmadan bedeninizi kullanarak iletişim kurmak nasıl bir duyguydu?

Zorlandığınız anlar oldu mu?

Nelerdi ve neden zorlandınız?

BİZ BİRİZ BİR GOL HEPİMİZ

Kişi Sayısı: 26

Süre: 30 dakika

Amaç: Karmaşık alanda problem çözebilme, Konsantrasyon sağlama ve işbirliği geliştirme, Takım birlikteliği ve koordinasyonu sağlama, Geniş dikkat gelişimi ve çevre kontrolü yapabilme, Çarpma becerisini pekiştirme.

Mekan: Spor salonu, hentbol oyun alanı (ya da herhangi boş bir alan/arazi)

Fiziksel Hazırlık: 6 mavi, 6 sarı, 6 kırmızı, 6 beyaz antrenman yeleği / 2 adet hentbol topu.

Etkinlik Açıklaması:

Başlangıç/Kurulum

- Her biri 6 kişiden oluşan 4 takım oluşturulur.
- Oyunda 2'si kaleci minimum 26 katılımcı bulunur.
- Takımlar ikili olarak eşleştirilir. Mavi takım sarı takım ile kırmızı takım beyaz takım ile karşılaşır.

Oyun Evresi

- Mavi takım ile Kırmızı takım aynı kaleye gol atmaya çalışır ve aynı kaleye golü engellemeye çalışır. Sarı ve Beyaz takım

benzer şekilde aynı kaleye gol atmaya çalışır ve aynı kaleye gol atılmasını engeller.

- Takımlar eşleşmiş olduğu takım dışındaki takımlara müdahale etmez.
- Takımlar diğer takımın kalesine gol atmak için en az 6 pas yapar. İlk pası atan 10 diye seslenir. Sonraki 5 pasta, pası atan söylenen sayının iki katını söyler. Böylece 6 pasta 5-10-20-40-80-160 sayıları sırayla söylenir.
- Her sayıyı başka bir katılımcının söyle-

mesi gerekir. Bu yüzden aynı kişiye 160 tamamlanmadan ikinci defa top gelirse o kişi herhangi bir sayı seslendirmez. İlk defa pas alacak kişiler ellerini kaldırarak kendini gösterir.

- Takım hem en az 6 pası yapmış olur hem herkes oyuna dahil olur hem de matematik işlemi tamamlanmış olur.

Sonlandırma

Üç dakika boyunca oyun sürer. Süre sonunda takımlar attıkları gol sayısı kadar puan alırlar.

Kritik Noktalar ve Oyun Kuralları

- Top yere değdirilemez ve topla 3 adımdan fazla adım atılamaz.
- Topu elinde tutan kişiye müdahale edilemez sadece perdeleme ve pas arası top kapılabilir.
- Aynı kişi 2 gol üst üste atamaz.
- Gol atan takımdaki bütün katılımcılar rakip alanda olur.





Uyarlama / Çeşitleme:

- * Her sette takımlar farklı renklerle eşleştirilir (karmaşıklığa ve ani değişikliğe uyum sağlamak amaçlanır).
- * Oyunu kolaylaştırmak için sayıların iki katı yerine başlanan sayıya 5 ya da 10 eklenerek oynanabilir.
- * Herhangi bir katılımcı için topa temas sayısı arttırılabilir ya da azaltılabilir.
- * 10 yaş üzeri tüm gruplar ve tekerlekli sandalyeli bireyler için uygundur.



Oyunun Ardından Üzerine Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:

Karmaşık bir oyun alanında neler yaparak oyuna dahil oldunuz?

Oyunu oynarken aynı zamanda matematiksel işlemleri yapmaya çalışmak size ne hissettirdi?

Arka arkaya iki gol at(a)mamanız hakkında ne düşünüyorsunuz?

AĞAÇ SÜSLEME

Kişi Sayısı: Tüm katılımcılar

Süre: 30 dakika (5 set x 3 dakikalık bir oyun)

Amaç: İpucu verme (özel geri bildirim),
Strateji geliştirme ve problem çözme,
İşbirliğine dayalı iletişim ve koordinasyonu güçlendirme.

Mekan: Spor salonu, okul bahçesi ya da bahçe (ya da herhangi boş bir alan/arazi)

Fiziksel Hazırlık: Grup sayısı x 5 adet işaret tabağı / Grup sayısı x 5 adet çember ve grup sayısı x 2 adet huni / Grup sayısı x 5 adet çubuk / Grup sayısı x 2 adet top.

Etkinlik Açıklaması:

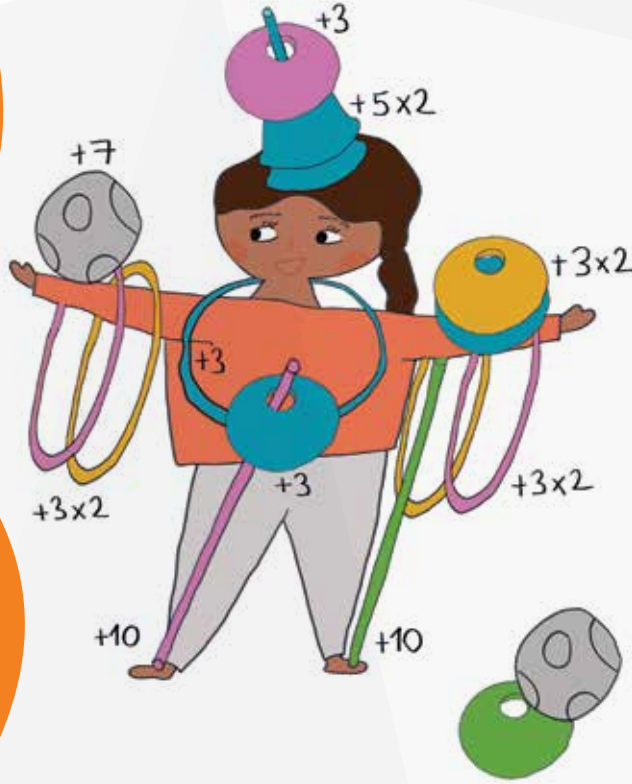
Başlangıç/Kurulum

- Gruplar 6'şar katılımcıdan oluşturulur ve her grubun bir üyesi AĞAÇ olarak belirlenir; kollar ağacın dalları olur; omuz hizasında yanlara doğru açılır ve avuç içleri yukarı doğru bakar.
- Bacaklar ağacın gövdesi olur ve ayaklar omuz hizasında açılır dışa doğru çevrilir.
- Takımlardaki diğer bireyler AĞAÇ'tan 10 metre uzaklıkta arka arkaya sıralanırlar.
- Katılımcıların hemen yanında 5 adet işaret tabağı (3 puan), 5 adet çember (3 puan), 2 adet huni (5 puan), 2 adet top

(7 puan) ve 2 adet çubuk (10 puan) süsleme malzemeleri olarak bulunur.

Oyun Evresi

- Kolaylaştırıcının "BAŞLA" sesi ile sıra başlarındaki katılımcılar hemen yanlarındaki malzemelerden istediği birini alır. 10 metrelik mesafenin içinde bulunan önündeki (kurulabilecek herhangi bir) istasyonu tamamlayarak geçer.
- 10 metre mesafenin sonunda karşılığında bulunan takım AĞACINA koşarak elindeki malzemeyi yerle temas ettirme-



yecek şekilde ağaca yerleştirir. Arka sıradakiler de sıraları gelince herhangi bir süs malzemesini alarak aynı işlemi yapar.

- Ağaca süsleri yerleştirme sırasında malzeme düşerse bir daha yerine konmaz ve olduğu yerde bırakılır.

- Sırası biten geri döndüğünde arkadaşlarının hangi bölgeye doğru süsü (malzeme) koyabilecekleri konusunda ipucu vererek katkı sunar.

Sonlandırma

- Kolaylaştırıcı zamanı kontrol eder, 3 dakikanın sonunda oyun bitmiş sayılır.

- AĞACA yerleştirilen süslerin (malzemelerin) puanları toplanır. Hangi takım daha fazla puan toplamış ise oyunda öne geçer. Daha fazla süs (malzeme) yerleştirmek daha fazla puan anlamına gelmeyebilir. Bu hususa dikkat edilmelidir.

Kritik Noktalar

- Topların ve hunilerin konacağı yerler sınırlıdır ve devrilme ihtimalleri yüksektir. Bu yüzden ağaç süslenirken olabildiğince dikkatli olunmalıdır.

- Çubukların yerleştirileceği bölümle ilgili ipucu bir süre sonra verilebilir: (Ayaklar ile kollar arasına yerleştirilir; sonrasında düşmemesi için kollarla sıkıştırılır).

Tüm yaş grupları için uygundur (ihtiyaca göre istasyon kolaylaştırılabilir).

Uyarlama / Çeşitleme:

- * Takımlar her setin sonunda AĞAÇ pozisyonundaki çocuğu değiştirirler.
- * Lokomotor beceri gelişimi için ağaçlara doğru giderken (10 metrelik bir mesafe) koordinatif parkurlar eklenebilir.
- * Malzeme türleri ve puanları değiştirilebilir.
- * Tüm yaş grupları için uygundur (ileri yaştaki bireylerin istasyonları basitleştirilir).

Oyunun Ardından Üzerine**Düşünülebilecek / Sohbet Edilebilecek Sorular:**

Oyun sırasında arkadaşlarınızla iletişim kurma ihtiyacı duydunuz mu? (ipucu vs.)

Sizin için farklı çeşitlerle süslemek mi önemliydi yoksa en yüksek puanlı çeşitleri ağaca koymak mı önemliydi?

Oyun sırasında zorlandığınız anlar oldu mu?

Nelerdi ve neden zorlandınız?



BoMoVu.org

