



KOZA Mentorluk Programı

Sosyal Etki Analizi

İNCİ DÖNÜŐÜM DERNEĞİ İŐBİRLİĐİYLE

Nedir?

Online Mentorluk Programı genç kızların kendilerini tanımaları ve güçlenmelerini hedefleyen yenilikçi ve etkili bir programdır.

6 haftalık yapılandırılmış program boyunca katılımcı genç kızlar kendilerini tanır, güçlü yönlerini keşfeder, cinsiyet eşitliği konusunda bilinçlenir, becerileri doğrultusunda seçeceği kariyer alternatifleri ile ilgili bilgi sahibi olur.



KOZA Mentorluk Programı 6 haftalık yapılandırılmış bir programdır ve her hafta farklı bir tema üzerine görüşmeler gerçekleşir. Her hafta farklı aktivite içerikleri mentor ve mentilerle paylaşılır.



1.hafta
Kendini keşfet
Ben kimim?



2. hafta
Hepimiz eşitiz
Toplumsal cinsiyet algısı ve
cinsiyet eşitliği farkındalığı



3. hafta
Otantik sesim
Beni ben yapan
özelliklerim neler? Nasıl
iletişim kuruyorum?



4. hafta
Sesimi duy
Benim ve çevrem
benim yaşadığım



5. hafta
İlk büyük adım
Gelecekte beni neler
bekliyor, ben nerede
olacağım?



6. hafta
Büyük hayaller
Hayallerim
hedeflerim

Programı hedefleri

Koza mentorluk programı genç kızların,

- Toplumsal cinsiyet eşitliği algısında olumlu yönde değişimin,
- Kendi güçlü yanlarının ve değerlerinin farkına vararak kendilerini daha iyi tanımalarını,
- Özgüven ve özsaygısının artışı,
- Beceri ve tercihlerine uygun mesleklerle ilgili bilgi edinmesini,
- Hedef Belirlemesini,
- İletişim becerisinin gelişmesini,
- Topluluğa ait olma duygusunun artışı

hedefler.



1 TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTLİĞİNE YÖNELİK TUTUM VE ALGI

N

Toplumsal Cinsiyet Algısı

Toplumun içindeki kadınsı ve erkeksi roller, doğuştan gelen biyolojik cinsiyetimizle ilgilidir, değişmesi mümkün değildir.

Kadınlar kendi başlarına gece sokağa çıkmamalıdır.

Kadının rolü evi ve ailesiyle ilgilenmektir.

Mühendislik ve teknoloji içeren mesleklerde erkekler daha başarılıdır.

Kadınlar iş kariyerine sahip olmak yerine iyi bir eş ve anne olmayı daha fazla istemeli

Erkeksi kabul edilen işleri(tamirat, para kazanma vb.) kadınların yapabileceğine inanıyorum.

■ Kesinlikle katılıyorum ■ Katılıyorum ■ Katılmıyorum ■ Kesinlikle katılmıyorum.

'Hepimiz Eşitiz' başlığında yürüttüğümüz 2.hafta görüşmesi sonucunda mentilerin %96'si yaptığı görüşme ve izlediği videoların cinsiyet eşitliği konusunda düşüncelerini geliştirdiğini belirtti.

1 TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTLİĞİNE YÖNELİK TUTUM VE ALGI

6 haftalık mentorluk program sonunda,

- Mentilerin %91'i 'Toplumun içindeki kadınsı ve erkeksi roller, doğuştan gelen biyolojik cinsiyetimizle ilgilidir, değişmesi mümkün değildir' yargısına katılmamaktadır, yani toplumsal cinsiyet kavramını öğrenmiştir.
- Mentilerin %94'ü 'Kadınlar kendi başlarına gece sokağa çıkmamalıdır.' yargısına katılmamaktadır.
- Mentilerin %94'ü 'Kadının rolü evi ve ailesiyle ilgilenmektir.' I yargısına katılmamaktadır.
- Mentilerin %87'si 'Mühendislik ve teknoloji içeren mesleklerde erkekler daha başarılıdır.' yargısına katılmamaktadır.
- Mentilerin %94 'ü 'Kadınlar iş kariyerine sahip olmak yerine iyi bir eş ve anne olmayı daha fazla istemeli' yargısına katılmamaktadır.
- Mentileri %94'ü 'Erkeksi kabul edilen işleri (tamirat, para kazanma vb.) kadınların yapabileceğine inanıyorum.' yargısına katılmaktadır.



Cinsiyet eşitliğini daha iyi anladım.

- Erkeklerin yapabildiği işlerin kadınlarında yapabileceğine yönelik fikirlerim değişti.
- Günlük hayatta cinsiyetçiliğe ısrarla karşı çıkan ben bile meğersem bazı konularda cinsiyetçilik yapıyordum. Bunun farkına vardığımda öncelikle davranışlarımı gözden geçirdim ve artık daha dikkatli olmaya ve yeni bir bakış açısı kazanmaya karar verdim.
- Cinsiyet eşitliğinin ne kadar önemli olduğunu tekrardan güzel bir şekilde öğrendim:)
- Toplumsal cinsiyet eşitsizliği hakkında konuşmak bu konuyla ilgili görüşlerimi paylaşmak çok güzel bir deneyimdi.
- Toplumsal cinsiyetin programa dahil edilmesi ve bu konuda kadınların güçlendirilmek istenmesi beni çok mutlu etti ve cesaretlendirdi.
- Toplumsal önyargı ve kalıpların hayatımızı nasıl etkilediği hakkında fikir edindim
- Cinsiyet ayrımcılığı yapan reklamları doğal karşıladığımı farkettim.
- Zaten düşüncelerimde yer edinmiş olan cinsiyet eşitliği programla birlikte daha net bir hal aldı.



2

KENDİNİ KEŞFEDEN GENÇ KIZLAR

Koza mentorluk programı süresince, yeteneklerimin, kapasitemin ve gelişmem gereken noktaların farkına vardım.



Koza Mentorluk programı, genç kızların kendi güçlü yanlarının ve değerlerinin farkına varmasını, kendilerini daha iyi tanımalarına yardımcı olmayı hedefler.

- Bugüne kadar programa katılan mentilerin %97'si mentorluk program süresince yeteneklerinin, kapasitesinin ve gelişmesi gereken noktaların farkında olduklarını söylemişlerdir.
- 'Ben Kimim?' başlığında yürüttüğümüz 1.hafta görüşmesi sonucunda mentilerin %92'si yaptığı egzersiz ve mentor görüşmesinin kendini daha iyi tanımasına yardımcı olduğunu belirtti.
- 'Otantik Sesim' başlığında yürüttüğümüz 3.hafta görüşmesi sonucunda mentilerin %84'ü daha önce düşünmediği özellikleri ve duyguları üzerine düşündüğünü belirttiler.



İçimdeki otantik sesin farkına vardım.

- Bu haftaki konumuz sayesinde kendimi aslında ne kadar az tanıdığımı fark ettim.
- Mentorumle beraber yaptığımız egzersizler sayesinde kendimi, hissettiklerimi ve şu ana kadar hiç düşünmediğim şeyleri düşünme fırsatı elde ettim. Çok güzeldi.
- Programın içeriği ve gidişatından memnunum, eksik hissettiğim yönlerimi görme tanıma ve tamamlama fırsatı sunuyor.
- İçimdeki otantik sesin farkına vardım. Aslında kendimi yeterince iyi tanıımıyordum. Bu süreçte kendime saygı duymayı, hırpalamamayı ve ara ara kendime teşekkür edebilmeyi öğrendim.
- Koza'da geçirdiğim 6 hafta bana aslında neleri sevdiğimi, amaçlarımı ve hayattan neler istediğimi fosforlu bir kalemle çizmiş oldu.
- Yeteneklerimin, ilgi alanlarımın, kapasitemin farkına vardım.
- Kendi sesime daha çok odaklanma gerektiğini fark ettim.
- Kendime daha fazla inandım ve fark etmediğim, su zamana kadar keşfetmediğim yönlerimin farkına vardım.
- Kendimin ve yapabileceklerimin farkına vardım.





Benim kendime ulaşacağım yollar açıldı Koza'dan sonra...

- Bu site (Koza) bana güçlerimi geri kazandırdı. Artık kaybolmuş hissetmiyorum. Nerede olduğumu ve nereye gitmek istediğimi kendi pusulam ile çok rahat bulabileceğime inanıyorum.
- Önceden kendimi az da olsa tanıyordum şimdi daha fazla tanıyorum çünkü benim kendime ulaşacağım yollar açıldı kozadan sonra...
- Becerilerimin, düşüncelerimin farkına vardım.
- Daha fazla empati kurabilmek ve sakin kalıp olayları düşünmeyi kendime kattığını düşünüyorum.
- Daha affedici bir insan oldum. Hırslımla sevgimi birleştirmeye başladım ve bu bana çok huzur getirmeye başladı. Huzurlu oldukça başarılı hissetmeye başladım, güzel bir zincir kuruldu yani.
- Kendimin farkına vardım ve hayal ettiğim gelecek için daha çok çabalamaya karar verdim. Koza mentorluk programı hayatımda bir dönüm noktası oldu diyebilirim.
- Başladığım işlere devam edemiyordum sebebinün motivasyonu dışarda aramam olduğunu farkettim ve artı kendimi motive etmeyi deniyorum



3

ÖZGÜVEN VE ÖZSAYGI



Özsaygı



Program sonunda yapılan ankete göre, Mentilerin %97'si kendilerinden memnun olduğunu ve kendilerini bir şeyler yapmak konusunda pek çok insan kadar yeterli bulduklarını belirtmişlerdir.



Özelliklerimi ve yeteneklerimi küçük görüyormuşum. Ben düşündüğümünden daha fazlasıyım.

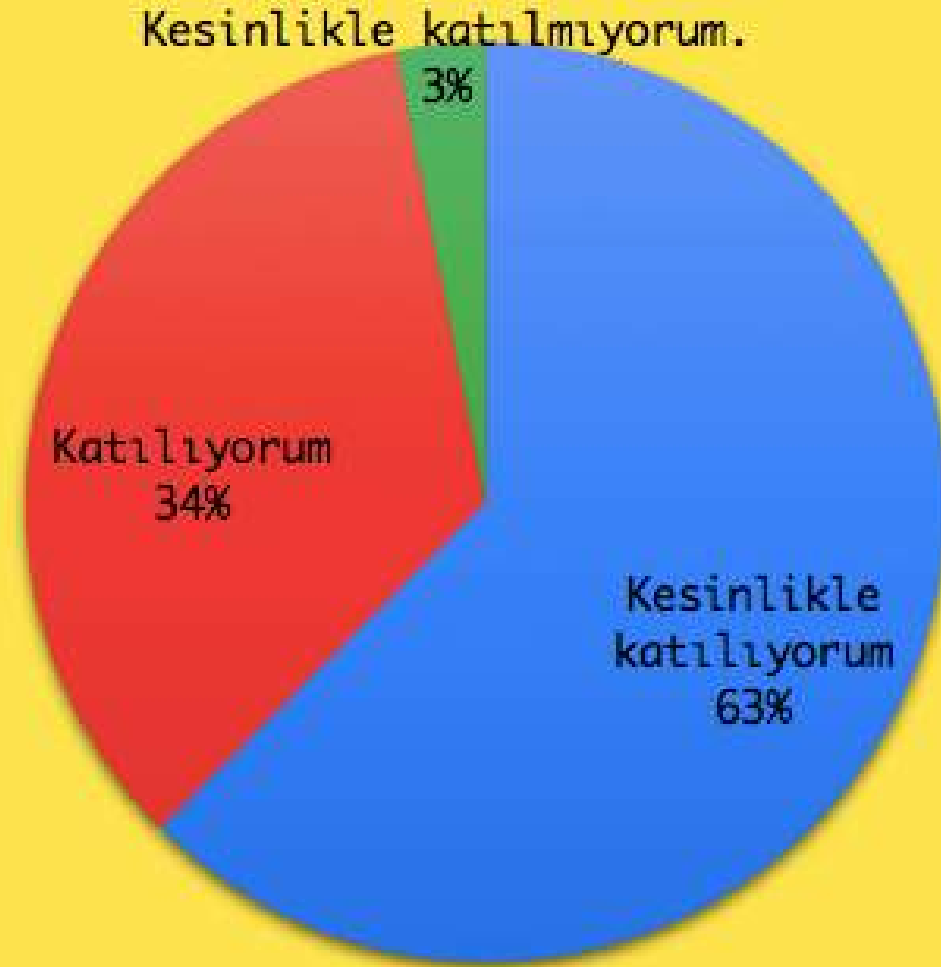
- Kendime olan güvenim arttı.
- Kendimi daha çok sevmemi sağladı.
- Kendimden yeterlilik ve dış görünüş açısından yeterinde emin değildim. Bu yüzden geri atıyordum bazı şeylerden hatta bu programdan bile vazgeçmeyi düşünmüştüm ama iyi ki devam etmişim ve bundan sonra da koza sayesinde kendimden emin olduğum her işe adım atacağım ve kendime daha fazla güveneceğim teşekkür ederim.
- Kendime inancım ve güvenim arttı
- Herkes yapabiliyorsa ben de yaparım
- Eskiden kendimi yetersiz ve güvensiz hissederken programla birlikte kendime haksızlık ettiğimi fark ederek buna son verdim .
- Kendime daha fazla saygı duymayı öğrendim ve kendi deki iyi özelliklerin farkına varıp kafamda net olmayan şeyleri netleştirdim.
- Kendimi sosyal anlamda geliştirdiğimi ve kendine daha çok değer veren biri olduğumu hissediyorum.
- Kendime daha çok değer vermem gerektiğini ve daha geniş düşünmem gerektiğini öğrendim
- Aslında her şeyden önce kendime değer vermenin önemini hissettim.
- Daha özgüvenli, kendini daha iyi tanıyan biri haline geldiğimi düşünüyorum.



4

MESLEKLERLE İLGİLİ BİLGİ EDİNME

Koza programı ile kendi beceri ve tercihlerime uygun meslekler hakkında bilgim arttı.



Programa katılan mentilerin %97'si kendi beceri ve tercihlerine uygun meslekler hakkında bilgisinin arttığını belirtmiştir.

“

Koza programı sayesinde düşünmediğim mesleklere ilgim olduğunu keşfettim.

- Benim meslek hakkındaki kararım bile değişti kendimizi tanımak ve ne istediğimizi belirleyebileceğimiz bir etkinlik olmuştur. Keske bu okullarda da yapılsa hatta!
- İsteklerim daha belirginleşti ve meslekler hakkında fikrim arttığı için bakış açım da genişledi.
- Özellikle 15 özellik seçip o özelliklere uygun gösterilen meslek testini çok sevdim.
- Mesela artık birçok meslek hakkında birçok bilgiye ve düşünceye sahibim.
- Koza programı sayesinde düşünmediğim mesleklere ilgim olduğunu keşfettim.
- Tam olarak bilmediğim meslekler hakkında bilgi aldım
- Net olarak ne okumak stediğime karar verdim ve kendimi ifade edebilmek konusunda geliştirdim
- Kendimi psikolojik olarak çok iyi hissediyorum. Geleceğim için kendime yeni bilgiler buldum.

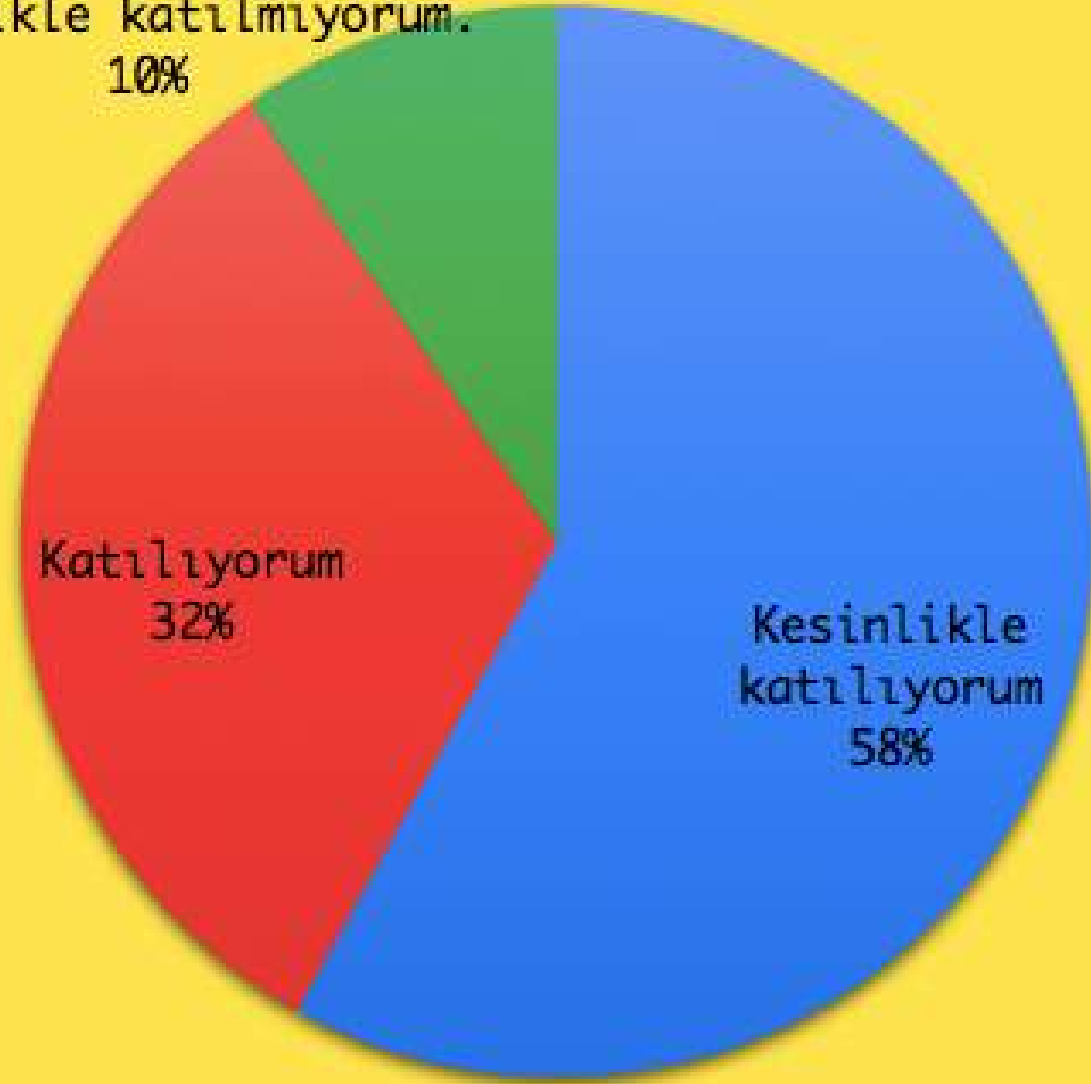


5

HEDEF BELİRLEME

Koza programı ile geleceğime dair somut bir hedef belirledim.

Kesinlikle katılmıyorum.
10%



Katılıyorum
32%

Kesinlikle
katılıyorum
58%

Programa katılan mentilerin %90'ı geleceğine dair somut bir hedef belirlediklerini söylediler.



Mentorumla kendi başıma belirlediğim hedeflerden daha somut ve daha planlı hedefler belirledik

- Daha sağlıklı düşünebildiğimi hissediyorum.Hedeflerime adım adım ilerliyorum.
- Önceden hedefim net değildi programdan sonra netleşti ve kendime biraz daha güvendim.
- Mentorum sayesinde geleceğimle alakalı hedefler buldum.
- Olması gereken hayallerim için bana ait olmayan yollardan geçmem gerekiyor diye düşünüyordum ama aslında kendime adım adım yol çizebilirim bunu farkettim.
- Mentorumla kendi başıma belirlediğim hedeflerden daha somut ve daha planlı hedefler belirledik, kendisi iyi ki var ve iyi ki bu yolculukta yanımdaydı!
- Başarısız geçeceğine inandığım üniversite sınavında başarılı olabileceğimi başarısız olsam dahi başarının bununla sınırlı olmadığını başka bir çok hedefle daha mutlu sonuçlar da elde edebileceğimi KOZA ile anladım.
- Yanımda hedeflerimi belirlediğim tablomu götürüyorum. ☺
- Hayallerime giden yolda güzel bir basamak oldu.Hedeflerime daha çok inanmama yardımcı oldu.



6

İLETİŞİM BECERİSİ

Koza programı ile kendimi daha iyi ifade ettiğimi düşünüyorum.



Programa katılan mentilerin %97'si program ile kendilerini daha iyi ifade ettiklerini düşündüklerini söylediler.



Becerilerim arttı, kendimi daha iyi ifade etmeyi öğrendim.

- Mentorluk öncesinde kendimi sosyal ilişkilerde kötü görüyordum. Şimdi ise kendimin ve nasıl biri olduğumun farkına daha iyi vardım ve insan ilişkilerinde daha rahatım.
- Düşüncelerimi söylemek konusunda ilk defa tereddütsüz söyleme fırsatım oldu.
- Becerilerim arttı, kendimi daha iyi ifade etmeyi öğrendim.
- Özellikle sunum yaptığım hafta kendimi karşımdakine iyi şekilde ifade edebildiğimi fark ettim ve bu beni çok mutlu etti.
- Kendime daha çok kulak verdiğimden dolayı karşı tarafa kendimi daha temiz bir şekilde ifade edebilmeye başladım.
- Kendi düşüncelerimi daha rahat ve yargılanma korkusu olmadan anlatmakta geliştiğimi düşünüyorum.
- Herkese hak vermeyi ve fikirlerimi açıkça söylemeyi öğrendim.
- Bu program sayesinde ileride kendimi çok daha iyi ifade edebileceğimi düşünüyorum.

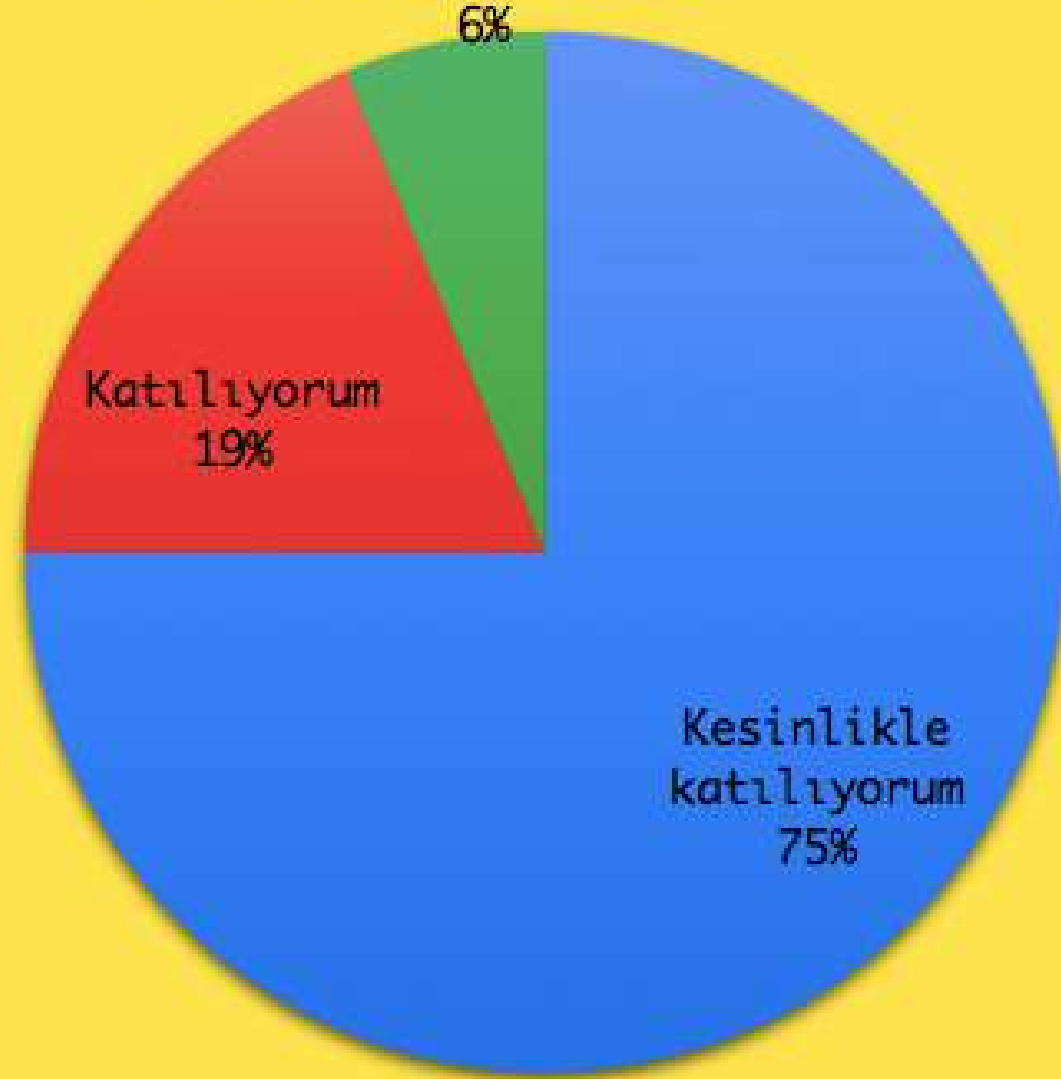


7

TOPLULUĞA AİT OLMA DUYGUSU

Koza programı ile bir topluluğa
ait olduğumu hissediyorum.

Kesinlikle katılmıyorum.



Programa katılan
mentilerin %94'ü
program ile bir
topluluğa ait
olduklarını
hissettiklerini
söylediler.



Koza bir aile gibi hissediyorum ve ben de bu ailenin parçası olmaktan çok mutluyum

- Koza o kadar sıcak bir ortam ki ilk kez görünce bile yadırgamadan, sanki hep bunun içindeymişiz gibi rahat olabiliyoruz. Ayrıca mentorumla yaptığım konuşmalar o kadar keyifli ki 2 saatdeğil 5 saat konuşsam sıkılmam. Ruhum dinlenmiş gibi hissediyorum. 😊
- Ben kadının toplumda olması gereken rolü bilen bir bireydim zaten koza da benim yalnız olmadığımı kadınların el ele vererek tabuları alışılmış fikirleri aşmak benim için motivasyon kaynağı oldu. Kozadan sonra ise neyin benim doğruym neyin ise toplumun doğrusu olduğunu daha kolay ayırabiliyorum.
- Koza bir aile gibi hissediyorum ve ben de bu ailenin parçası olmaktan çok mutluyum
- Koza genç kızların yeni fikirlerini anlatabildiği, akranları ve mentorleri tarafından desteklenebildiği bir yer bence.
- Bana en çok kattığınız şey destek duygusu oldu. Zor zamanlarda birbirini önemseyen ve destekleyen kadınların olmasını, düşüncelerimde ve isteklerimde tek başıma değil çok kalabalık bir topluluk olduğumuzu fark etmem benim için en güzel duygulardan biri olmuş olabilir.
- Duygusal güçlülük, farklı bakış açıları, bir çok konuyla ilgili farkındalık ve kocaman bir aileyi bu aileye olan sevgimi ve sonsuz hayranlığımı yanımda götürüyorum





Bir mentimizin 30 yaşındaki kendine mektubu...

Sevgili ben,
Umarım hayallerimizden bile güzel bir hayatı yaşıyor, mutluluktan dudakların birleşmiyor bir şekilde günlerini geçiriyorsundur :) Bu gün mentorluk programının son günüydü şans eseri keşfettiğim bu sitede bir cesaretle katıldığım bir programdan böylesine büyümüş, gelişmiş, umut dolu mutlu bir buruklukla ayrılacağıma asla inanmazdım. P. ablamla her hafta konuşamayacak olmak beni üzse de onunla geçirdiğim zamanlar ve öğrendiğim şeylerde beni bir o kadar mutlu ediyor. Onun ve KOZA'nın hayatımıza dahil olması en büyük şanslarımızdan birisi bence umarım mutlu ve tanımladığımız şekilde başarılı olabildiğimiz hayatımızın yanında 30 yaşında genç kızların hayatına dokunabilen bir mentor olmuştur. Çünkü buradaki her kadına duyduğum muhteşem hayranlığı ve minneti kendim içinde duymayı çok istiyorum. Dünya böyle karşılık beklemeyen müthiş kadınlarla her şeye rağmen çok güzel.

