



Co-funded by
the European Union

1/26

YUMUŞAK beceriler

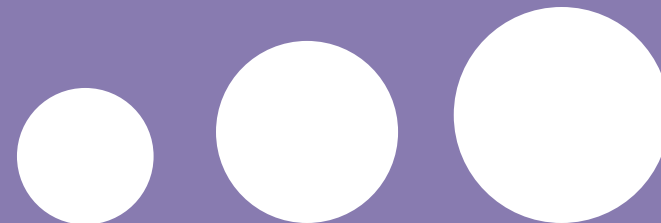
Genç İstihdamı için
Yumuşak Beceriler

Proaktiflik



**SOFT SKILLS
FOR YOUTH
EMPLOYMENT**

2022-1-TR01-KA220-YOU-000087078





Co-funded by
the European Union

2/26

Proaktiflik



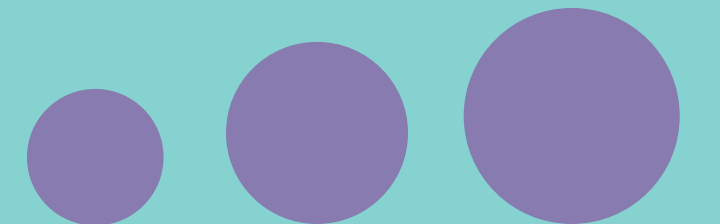
1,5 saat



25-30 katılımcı

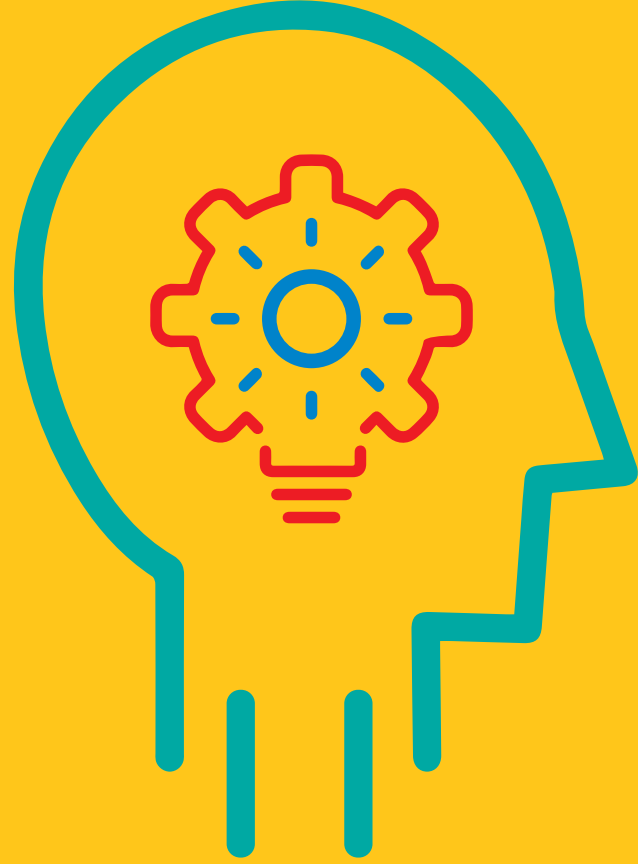


- Yapışkan notlar
- İşaretleyiciler
- Grup sunumları için flipchart kağıtları





Eğitimin Amacı



- Proaktivite kavramını ve bunun kişisel ve profesyonel gelişimdeki önemini anlamak.
- Hayatın farklı alanlarında proaktif olmanın faydalarını keşfedin.
- Proaktifliğin önündeki engelleri belirlemek ve bunların üstesinden gelmek için stratejiler geliştirmek.
- Proaktifliği geliştirmek için pratik teknikler ve araçlar öğrenin.

ADIM 1 - ISINMA aktivitesi - (10 dakika)



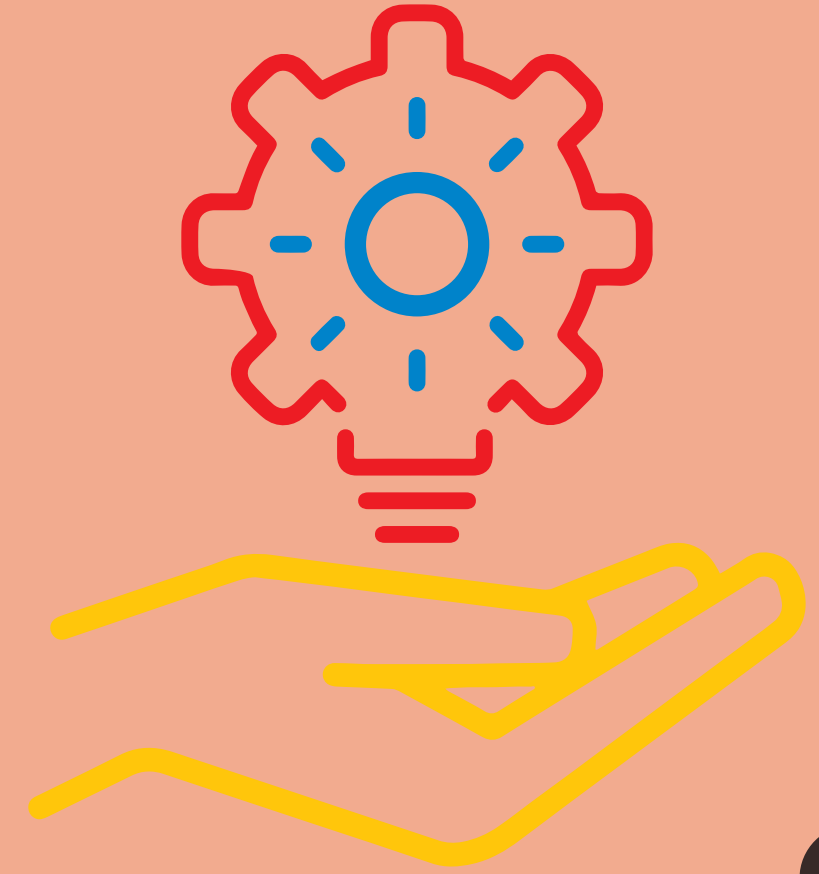
Co-funded by
the European Union

4/26

Giriş

Hoş geldiniz ve atölye çalışmasına giriş.

Buz kırıcı aktivite: Katılımcıları çiftlere veya küçük gruplara ayırın, pasif, aktif ve proaktif insanlar arasındaki farkları tartışmalarını isteyin ve hayatlarında proaktif hissettikleri zamanlardan örnekler paylaşmalarını isteyin. Her grup daha sonra bir veya iki örneği tüm grupla paylaşabilir. Çalıştay hedeflerine ve gündemine genel bakış.



ADIM 2 - Proaktifliği anlamak (15 dakika)



Co-funded by
the European Union

5/26

Proaktiflik kavramı

Eğitimde proaktiflik kavramı, bireylerin eğitim bağlamında benimsedikleri proaktif duruş ve zihniyete atıfta bulunur. Eğitimde proaktif olmak, inisiyatif almayı, zorlukları öngörmeyi ve kişisel ve akademik gelişim için aktif olarak fırsat aramayı içerir. Proaktif bir öğrencinin eğitime yaklaşımı, pasif bilgi alımının ötesine geçer ve kişinin kendi öğrenme sürecine aktif olarak katılmasını içerir.



ADIM 2 - Proaktifliği anlamak (15 dakika)

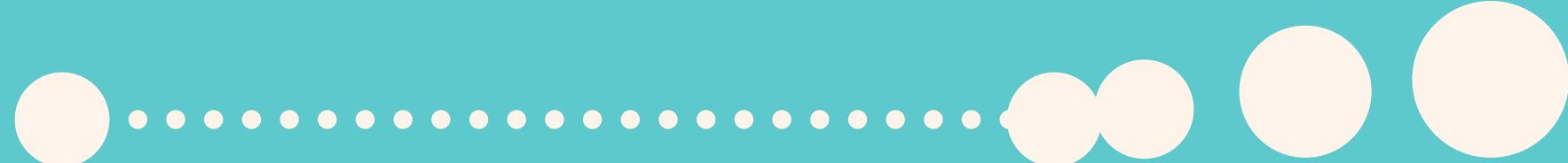


Co-funded by
the European Union

6/26

Proaktiflik kavramı

Proaktif bir öğrenci veya eğitimci kendi eğitiminin sorumluluğunu alır, sorunlara çözüm arar ve gelecekteki ihtiyaçları öngörür. Proaktif bir yaklaşım, yalnızca koşullara tepki vermek veya talimatları beklemek yerine, ileri görüşlü olmayı ve kişinin eğitim deneyimini olumlu yönde şekillendirmek için kasıtlı eylemlerde bulunmayı içerir.





proaktivite çeşitli şekillerde ortaya çıkabilir:

İnisiyatif: Eğitimde proaktif bireyler, müfredatın ötesindeki konuları keşfetmek, ek kaynaklar aramak ve tartışmalara aktif olarak katılmak için inisiyatif alırlar.

Problem Çözme: Proaktif öğrenciler, çözümlerin sunulmasını beklemek yerine zorlukları ele alarak problem çözme sürecine aktif olarak katılırlar. Açıklık ararlar, sorular sorarlar ve çözüm bulmaya aktif olarak katkıda bulunurlar.

Hedef Belirleme: Proaktif öğrenciler ve eğitimciler eğitim yolculukları için net hedefler belirler. Akademik yollarını planlar, kilometre taşları belirler ve hedeflere ulaşmak için çalışırlar.

Zaman Yönetimi: Proaktif bireyler, öğrenme ve öğretme fırsatlarını optimize etmek için zamanlarını etkin bir şekilde yönetir, görevlere öncelik verir ve programlarını düzenler.

Uyarlanabilirlik: Proaktif öğrenciler uyarlanabilir ve değişime açıktır. Yeni zorlukları benimserler ve stratejilerini geri bildirimlere ve gelişen koşullara göre ayarlamaya isteklidirler.

Liderlik: Eğitimde proaktiflik, bireylerin akranlarına mentorluk yapmak veya öğrenci organizasyonlarında liderlik pozisyonları almak gibi öğrenme ortamının olumlu gelişimine katkıda bulunan roller üstlendiği liderlik niteliklerini de içerebilir.

Proaktif olmanın faydaları



Co-funded by
the European Union

8/26

- Kişisel Gelişim

Proaktif bireyler aktif olarak kişisel gelişim fırsatları arar, bu da sürekli kişisel gelişime ve öz farkındalığın artmasına yol açar.

- Zaman Yönetimi

Zaman yönetiminde proaktiflik, verimliliğin artmasını sağlayarak bireylerin görevlerini etkili bir şekilde önceliklendirmesine ve daha iyi bir iş-yaşam dengesi kurmasına olanak tanır.

- Sağlık ve Zindelik

Düzenli egzersiz ve dengeli beslenme gibi proaktif sağlık alışkanlıkları genel sağlığa katkıda bulunur ve sağlık sorunları riskini azaltır.



Proaktif olmanın faydaları



Co-funded by
the European Union

9/26

- Kariyer Gelişimi

Proaktif profesyoneller kariyerlerinde inisiyatif alır, beceri geliştirme, ağ kurma ve ilerleme fırsatları ararlar.

- Finansal Planlama

Proaktif finansal planlama, bütçeleme, tasarruf ve akıllıca yatırım yapmayı içerir ve finansal istikrar ve güvenliğe yol açar.

- Eğitim

Proaktif öğrenciler eğitimlerine aktif olarak katılırlar, bu da daha iyi akademik performans, daha fazla bilgi tutma ve daha zengin bir öğrenme deneyimi sağlar.

- İlişkiler

İlişkilerdeki proaktif bireyler potansiyel sorunları öngörür ve ele alır, açık iletişimi, güveni ve karşılıklı anlayışı teşvik eder.



Proaktif olmanın faydaları



Co-funded by
the European Union

10/26

- Proje Yönetimi

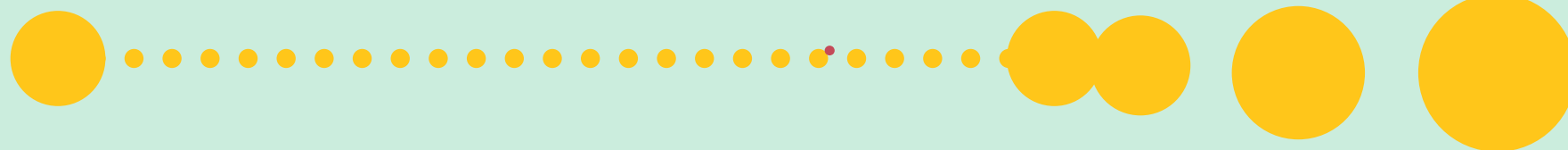
Proaktif proje yönetimi, zorlukları öngörmeyi, beklenmedik durumlar için planlama yapmayı ve projelerin zamanında ve bütçe dahilinde tamamlanmasını sağlamayı içerir.

- Stres Yönetimi

Proaktif stres yönetimi, stres faktörlerini tanımlamayı, başa çıkma stratejileri geliştirmeyi ve zihinsel ve duygusal refahı sürdürmeyi içerir.

- Toplum Katılımı

Proaktif toplum katılımı, bireylerin gönüllülük, toplum etkinliklerine katılım ve yerel sorunları ele alma konusunda inisiyatif almasıyla olumlu sosyal değişime katkıda bulunur.



Proaktifliğin önündeki engellerin tanımlanması



Co-funded by
the European Union

11/26

Başarısızlık Korkusu:

Hata yapma veya başarısız olma korkusu bireyleri felç edebilir ve başarısızlığın algılanan sonuçları nedeniyle proaktif adımlar atmalarını engelleyebilir.

Güven Eksikliği:

Özgüveni düşük olan bireyler inisiyatif almaktan veya kendilerini ortaya koymaktan çekinerek hayatın çeşitli yönlerinde proaktif olma becerilerini engelleyebilirler.

Konfor Bölgesi Zihniyeti:

Bireyler yeni zorlukları üstlenmeye veya alışılmadık yaklaşımları denemeye direnebileceğinden, kişinin konfor alanının dışına çıkma konusundaki isteksizliği proaktifliği engelleyebilir.



Proaktifliğin önündeki engellerin tanımlanması



Vizyon veya Hedef Eksikliği:

Net hedefler veya geleceğe yönelik bir vizyon olmadan, bireyler fırsatları takip etme veya zorlukları ele alma konusunda proaktif olma motivasyonundan veya yönünden yoksun olabilirler.

Erteleme:

Görevleri erteleme alışkanlığı olan erteleme, bireylerin önemli konularda zamanında harekete geçmesini engelleyerek proaktifliği engelleyebilir.

Bunalma ve Stres:

Görevler karşısında bunalmış hissetmek veya birden fazla sorumluluk karşısında stres yaşamak, bireylerin önceliklerini belirlemekte ve proaktif **çabalar** başlatmakta zorlanmalarına neden olarak eylemsizliğe yol açabilir.



Proaktifliğin önündeki engellerin tanımlanması



Dış Faktörlere Bağımlılık:

Talimatları beklemek veya başkalarının liderlik etmesini beklemek gibi dış faktörlere çok fazla güvenmek proaktifliği sınırlayabilir.

Kaynak Eksikliği:

Zaman, bilgi veya destek gibi kaynakların yetersizliği proaktifliği engelleyerek bireylerin çabaları başlatmasını ve sürdürmesini zorlaştırabilir.

Negatif Zihniyet:

Karamsarlık veya çözümlerden ziyade engellere odaklanma ile karakterize edilen olumsuz bir zihniyet, motivasyonu ve inisiyatifi azaltarak proaktifliği engelleyebilir.

Hesap Verebilirlik Eksikliği:

Kişisel hesap verebilirlik veya sorumluluk duygusunun yokluğu, pasif bir yaklaşıma yol açarak bireylerin zorlukları ele almak veya fırsatları takip etmek için proaktif adımlar atmasını engelleyebilir.



Öz Farkındalık Oluşturun:

Proaktifliği engelleyen kişisel korkuları, güvensizlikleri veya sınırlayıcı inançları belirlemek ve anlamak için öz farkındalık geliştirin. Bu engellerin farkına varmak, bunların üstesinden gelmek için atılacak ilk adımdır.

Net Hedefler Belirleyin:

Spesifik, ölçülebilir, ulaşılabilir, ilgili ve zamana bağlı (SMART) hedefler tanımlayın. Neyi başarmak istediğinize dair net bir vizyona sahip olmak motivasyon ve yönlendirme sağlayarak erteleme ve vizyon eksikliği gibi engellerin üstesinden gelmeyi kolaylaştırır.



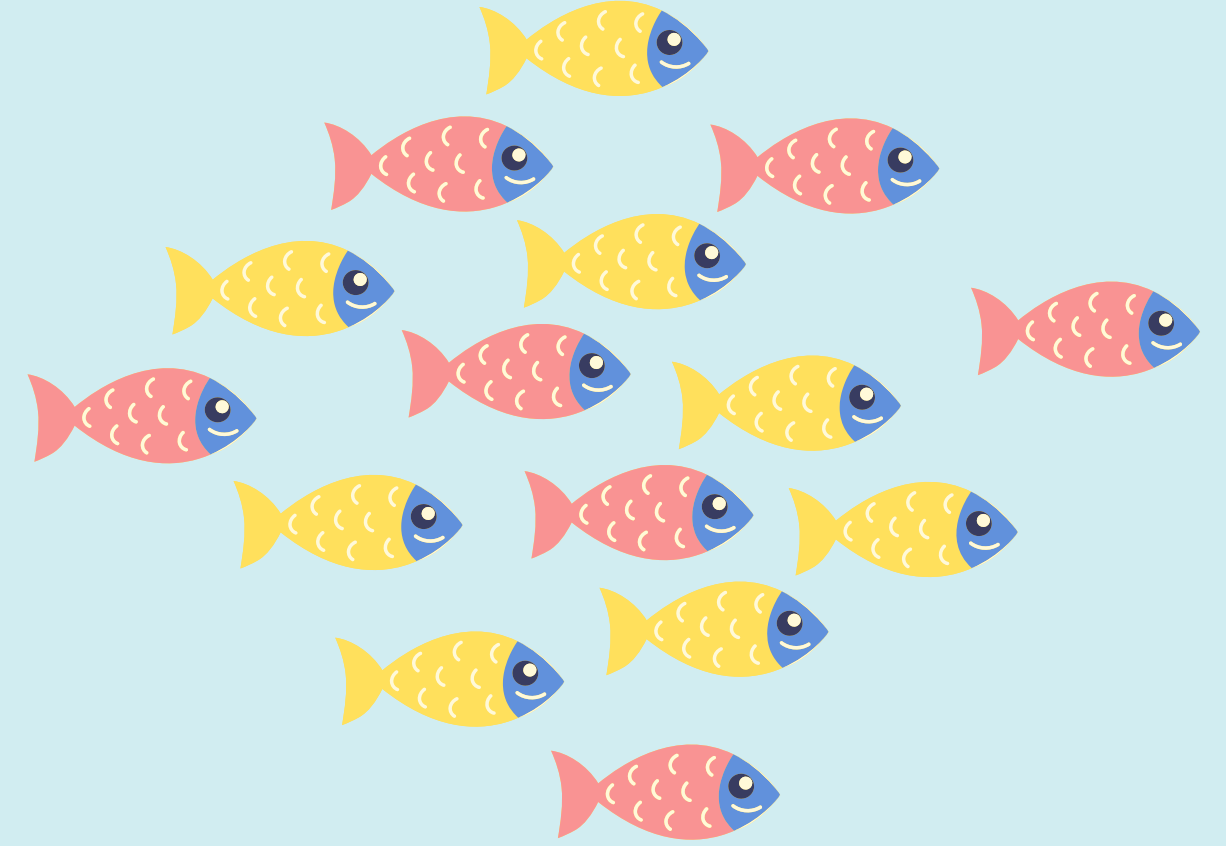


Görevleri Daha Küçük Adımlara Bölün:

Büyük görevleri daha küçük, daha yönetilebilir adımlara bölerek bunalmanın ve başarısızlık korkusunun üstesinden gelin. Bu yaklaşım, süreci daha az ürkütücü hale getirir ve aşamalı ilerlemeye olanak tanıyarak stres ve korku gibi engellerin etkisini azaltır.

Büyüme Zihniyetini Geliştirin:

Zorlukları kucaklayarak, başarısızlıkları öğrenme fırsatları olarak görerek ve kişisel gelişim kapasitesine inanarak bir büyüme zihniyeti geliştirin. Zihniyetteki bu değişim, başarısızlık korkusu ve özgüven eksikliği ile ilgili engelleri ortadan kaldırabilir.





Hesap Verebilirlik Sistemleri Kurun:

Kişisel taahhüt, ortaklıklar veya hedeflerin kamuya açıklanması yoluyla hesap verebilirlik mekanizmaları oluşturun. Hesap verebilirlik duygusuna sahip olmak, bireyleri dış faktörlere bağımlılık ve hesap verebilirlik eksikliği gibi engellerin üstesinden gelmeye teşvik eder.

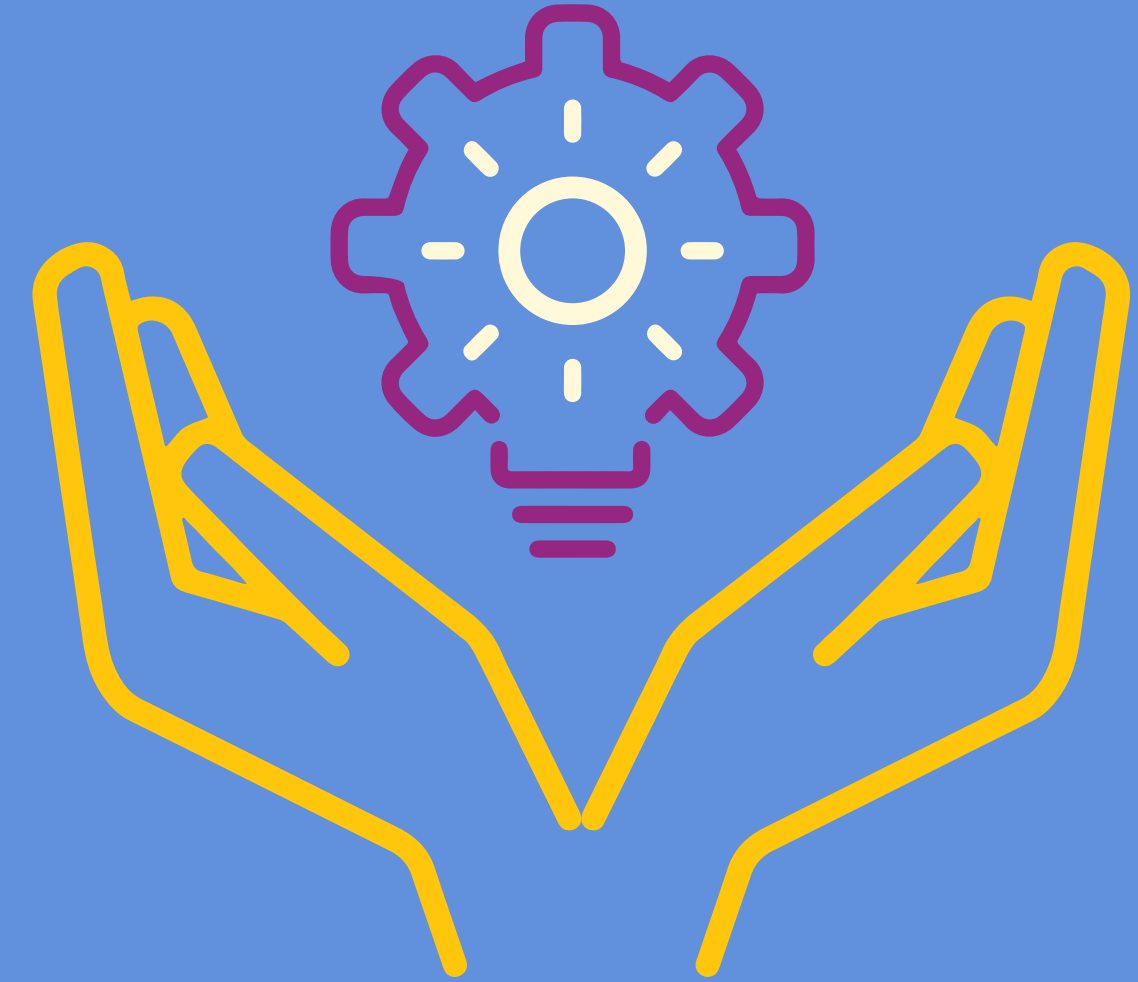
endset, başarısızlık korkusu ve özgüven eksikliğiyle ilgili engelleri ortadan kaldırılabılır.



Proaktifliği Geliştirmek için Araçlar ve Teknikler (50 dakika)



- Kendiniz, başkaları ve etrafınızdaki dünya hakkındaki mevcut tutum ve inançlarınız nelerdir?
- Tutum ve inançlarınız günlük yaşamınızı ve başkalarıyla etkileşimlerinizi nasıl etkiliyor?
- Atölye çalışmasında tartışılan strateji veya tekniklerden en çok hangileri sizi etkiledi?
- Olumlu bir tutum geliştirmek için minnettarlığı günlük rutininize nasıl dahil edebilirsiniz?
- Daha olumlu bir bakış açısı geliştirmek için olumsuz durumları veya düşünceleri nasıl yeniden ereveleyebilirsiniz?





VAKA ÇALIŞMALARI (20 DAKİKA)



VAKA ÇALIŞMASI 1

Elon
Musk

VAKA ÇALIŞMASI 2

Oprah
Winfrey

VAKA ÇALIŞMASI NO 1

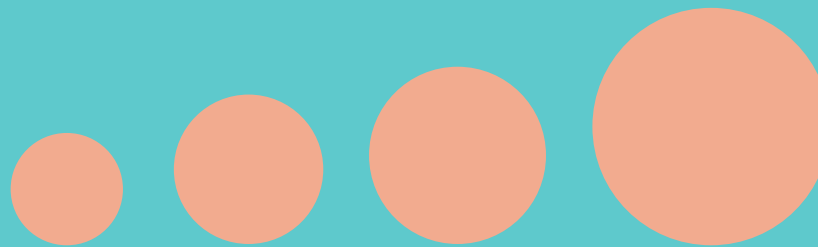


Elon Musk, proaktif davranışlarıyla kayda değer bir başarı elde etmiş bir birey olarak ilgi çekici bir örnek teşkil etmektedir. Girişimci girişimleri ve yenilikçi katkılarıyla tanınan Musk, kariyerinin çeşitli yönlerinde proaktif bir zihniyet örneği sergilemektedir.



SpaceX'in kurucusu olarak Musk, proaktif bir şekilde uzay yolculuğunu daha erişilebilir ve uygun maliyetli hale getirerek devrim yaratmayı amaçladı. Hükümet girişimlerini beklemek yerine, uzay taşımacılığı maliyetlerini düşürmek ve Mars'ın kolonileştirilmesini sağlamak gibi açık bir hedefle 2002 yılında SpaceX'i kurmak için cesur adımlar attı.

Musk, elektrikli araç endüstrisinde Tesla Motors'un kurucu ortağı olarak proaktifliğini gösterdi. Geleneksel araçların yarattığı çevresel zorlukları anlayarak Tesla'nın yüksek performanslı elektrikli otomobiller geliştirmesine öncülük etti ve otomotiv endüstrisinin statükosuna meydan okudu.



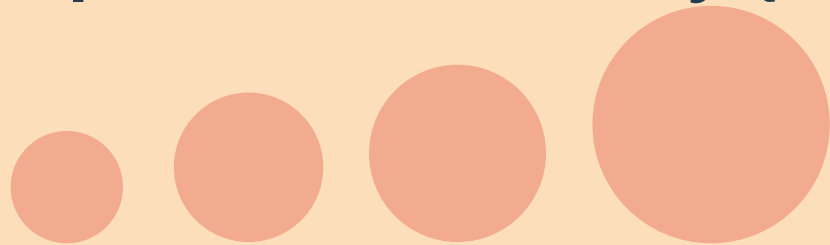


Musk'ın proaktif davranışı yenilenebilir enerjiye de uzanıyor. SolarCity'nin kurucusu olarak, güneş enerjisini haneler ve işletmeler için daha erişilebilir hale getirerek dünyanın sürdürülebilir enerjiye geçişini hızlandırmayı amaçladı.

Bu proaktif yaklaşım, risk alma, geleneksel normlara meydan okuma ve iddialı hedeflerin peşinden aktif bir şekilde gitme isteğini içerir. Elon Musk'ın başarısı yalnızca vizyonunu ve teknik becerisini değil, aynı zamanda dünyanın en önemli sorunlarından bazılarını proaktif bir şekilde ele alma konusundaki sarsılmaz kararlılığını da yansıtmaktadır.

Daha fazlasını öğrenin:

<https://www.brainyquote.com/authors/elon-musk-quotes>





VAKA ÇALIŞMASI

NO 2

"Oprah Winfrey, proaktif davranışlarıyla muazzam başarılarla imza atmış bir birey olarak öne çıkan bir örnektir. Sorunlu bir çocukluktan medya patronu, hayırsever ve etkili bir figür olmaya uzanan yolculuğu, kişisel ve profesyonel gelişime proaktif bir yaklaşım sergilediğini göstermektedir.

Oprah kariyerinin başlarında hikâye anlatmanın ve insanlarla bağlantı kurmanın gücünü fark etti. Geleneksel talk show formatlarına uymak yerine, proaktif bir şekilde talk show programı "The Oprah Winfrey Show "u, farklı izleyici kitlelerinde yankı uyandıran anlamlı konuşmalar için bir platforma dönüştürdü.

Oprah, talk show'unun ötesinde, kendi medya şirketi Harpo Productions'ı kurmak için proaktif adımlar atarak projelerinin yaratıcı kontrolüne ve sahipliğine sahip olmasını sağladı. Bu hamle sadece iş zekasını sergilemekle kalmadı, aynı zamanda anlatıları şekillendirmek ve genellikle duyulmayan sesleri yükseltmek için ona güç verdi.





Co-funded by
the European Union

VAKA ÇALIŞMASI

22/26

NO 2

"Oprah'nın proaktifliği edebiyat dünyasına da uzanıyor. Milyonlarca okuru çok çeşitli kitaplarla tanıştıran, yayıncılık sektörünü olumlu yönde etkileyen ve okuma kültürünü teşvik eden bir platform olan Oprah's Book Club'ın kurulmasına öncülük etti.

Hayırseverlik alanında Oprah aktif olarak hayır işleriyle uğraşmaktadır. Proaktif çabaları arasında Güney Afrika'da, zorluklarla karşılaşan genç kızlara eğitim fırsatları sunan Oprah Winfrey Kızlar için Liderlik Akademisi'ni kurması da yer alıyor.

Oprah Winfrey'in başarısı, proaktif yaklaşımının bir kanıtıdır - inisiyatif almak, özgünlüğü benimsemek ve medya ortamında ve ötesinde olumlu bir değişim yaratmak için nüfuzundan yararlanmak.

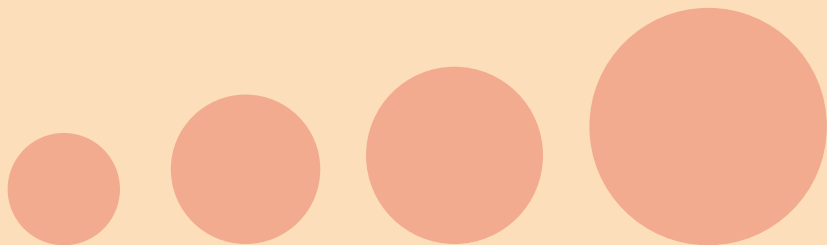
DAHA FAZLA BİLGİ EDİNİN:

<https://www.inc.com/peter-economy/oprah-winfrey-19-inspiring-power-quotes-for-success.html>



BAŞARI ÖYKÜLERİ

- Uzay araştırmalarından medya ve girişimciliğe kadar incelediğimiz farklı alanlardaki proaktif davranışlar başarı öykülerine nasıl katkıda bulundu?
- Uzay araştırmaları, elektrikli araçlar ve çığır açan medya yaklaşımlarındaki girişimleri birbirine bağlayan ve başarı için proaktif stratejiler sergileyen ortak inovasyon ipliği nedir?
- Riskleri kucaklama konusundaki ortak isteklilik, çeşitli sektörleri ve zorlukları kapsayan, tartıştığımız dikkate değer başarı hikayelerine nasıl katkıda bulundu?
- İncelediğimiz girişimler, teknolojinin geliştirilmesinden hayırseverliğe kadar bireylerin kendi alanlarında olumlu bir etki yaratma potansiyelini ne şekilde ortaya koydu?
- Tartıştığımız liderlik tarzları ve hayırseverlik çabaları, geri vermenin ve başarıyı farklı alanlarda olumlu değişime ilham vermek için kullanmanın önemini nasıl vurguladı?



SONUÇ VE TOPARLAMA (10 DAKİKA)



Çalıştaydaki temel kavramları ve çıkarımları özetleyin.

Öğrendiğiniz bir şeyi veya çalıştaydan sonra atmayı taahhüt ettiğiniz bir eylem adımını paylaşın.



TEORİYİ NEREDE BULABİLİRİM?

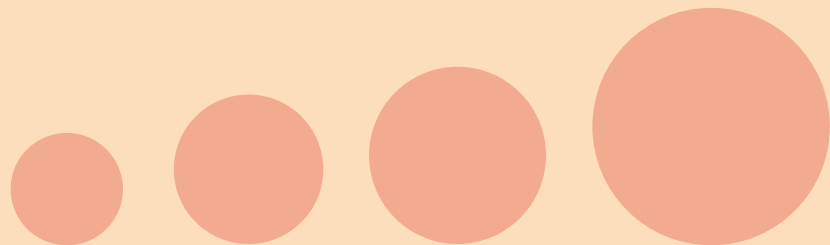
Faydalı bağlantılar

Pratik araçlar ve teknikler

- <https://www.simplilearn.com/tutorials/productivity-tutorial/best-productivity-tools-to-maximize-your-time>

Proaktifliği artırın

- <https://hackspirit.com/ways-to-be-more-proactive-life/>



Referanslar



Co-funded by
the European Union

26/26

- 1 "Olumlu Düşünmenin Gücü" Norman Vincent Peale 1952 Prentice Hall Press
- 2 "Zihniyet: Başarının Yeni Psikolojisi" Carol S. Dweck 2006 Random House
- 3 "Yüksek Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı" Stephen R. Covey 1989 Free Press
- 4 "Hayatınızı İyileştirebilirsiniz" Louise Hay 1984 Hay House
- 5 "Atomik Alışkanlıklar: İyi Alışkanlıklar Oluşturmanın ve Kötü Alışkanlıkları Kırmanın Kolay ve Kanıtlanmış Yolu" James Clear 2018 Penguin Random House
- 6 "Dört Anlaşma: Kişisel Özgürlük İçin Pratik Bir Rehber" Don Miguel Ruiz 1997 Amber-Allen Yayıncılık
- 7 "Mutluluk Avantajı: Pozitif Bir Beyin İş ve Yaşamda Başarıyı Nasıl Artırır?" Shawn Achor 2010 Crown Business
- 8 "Pozitif Zeka: Neden Ekiplerin ve Bireylerin Sadece %20'si Gerçek Potansiyellerine Ulaşıyor?" Shirzad Chamine 2012 Greenleaf Book Group Press
- 9 "Mutluluk Sanatı" Dalai Lama ve Howard Cutler 1998 Riverhead Books
- 10 "Cesaret: Tutku ve Azmin Gücü" Angela Duckworth 2016 Scribner





SOFT SKILLS FOR YOUTH EMPLOYMENT

2022-1-TR01-KA220-YOU-000087078

Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir. Ancak ifade edilen görüş ve düşünceler sadece yazar(lar)a aittir ve Avrupa Birliği veya Avrupa Eğitim ve Kültür Yürütme Ajansı'nın (EACEA) görüşlerini yansıtmak zorunda değildir. Ne Avrupa Birliği ne de EACEA bunlardan sorumlu tutulamaz.



Co-funded by
the European Union