



## Sen Yeter Ki Yola Çık!

Davranışın açıklanmasıyla ilgili birçok kuram bireylerin sosyal dünyaya kendilerinin gördüğü biçimiyle tepkide bulduklarını kabul eder. Bu kapsamda dünyayı algılayış biçimimiz davranışlarımızı belirleyerek bizi biz yapan unsurların başında gelir. Ülke sınırlarının dışına çıkmak, dünyanın farklı köşelerinde yaşam deneyimleri kazanmak,

çeşitli kültürlerle ve coğrafyalarla tanışmak gibi deneyimlerin yeni bakış açıları kazandırıp, dünyayı algılayış biçimlerinde farklılıklar yaratarak bireylerin kişisel gelişimlerine katkıda bulunduğu ise yadsınamaz bir gerçektir. Bu macerayı deneyimlemeye hazırlanan kişileri ise genellikle stresli ve yorucu bir süreç bekler. Bu süreçte kişilerde oluşan kaygının ve içsel gerilimin kaynağı bilinmezliktir. Bilinmezlik yalnızca uzun prosedürleri olan ve kısa süreliğine bile olsa alışkın olmadığımız bir coğrafyada hayatta kalmayı gerektiren yurt dışı seyahatlerinde değil hayatımızın başka farklı birçok noktasında vardır ve kaygının temel kaynaklarından biridir. Bireyler bu kaygı kaynağı ile baş edebilmek için devamlı bir bilgi edinme eğilimi içerisindeyler. İngiltere'nin Leicester şehrinde bulunan University of Leicester'da, psikoloji ve sosyal hizmet alanlarına yönelik gerçekleştirdiğim staj deneyimim üzerine yazdığım bu yazı da umarım bilinmezlerle dolu yurt dışı seyahatini planlayan ve kaygılarıyla baş etmek için bir bilgi kaynağı arayışında olan herkese ulaşır ve onlar için faydalı olur.

Evet, üzerinde güneş batmayan ülkede iki ay staj yapabilmek için bilgisayar başında güneşi doğurduğum günler ya da güneş doğmadan yollara düştüğüm günler oldu. Fakat sonunda başarıyı getiren bu çabalar da hayalini kurduğum herhangi bir şey için çabalamaya olan bakış açımı iyileştirdi

diyebilirim. Öncelikle belirtmeliyim ki Erasmus staj deneyimi normal Erasmus öğrenim hareketliliği deneyiminden ve İngiltere vize işlemleri herhangi bir Avrupa ülkesinin vize işlemlerinden daha zorlu olduğu için benim için süreç biraz daha yorucuydu. Bilgi sahibi olmanızın faydalı olacağını düşündüğüm gibi bu durumun gözünüzü korkutmasını hiç istemem. Nitekim şu an o günleri özlemle ve suratımda küçük bir tebessümle anıyorum.



Erasmus programıyla herhangi bir Avrupa ülkesinde staj yapmak istiyorsanız izlemeniz gereken adımları sırasıyla paylaşacağım. Süreçle ilgili farklı bir sorunuz olursa bana mail adresim üzerinden ulaşabilirsiniz, bu yazının sonunda paylaşıyor olacağım. Erasmus programı kapsamında staj yapabilmek için staj yapacağınız kurumu kendiniz bulmanız gerekiyor. Staj yapacağım



kurumu buldum diyebilmeniz için de o kurumdan kabul mektubu almalısınız. Kabul mektubu almanın yolu ise iyi bir CV'den ve motivasyon mektubundan geçiyor, bunlarla ilgili taslakları internette edinebilirsiniz. CV'nizi ve motivasyon mektubunuzu hazırladıktan sonra staj yapmak istediğiniz kurumların ve üniversitelerin mail adreslerine ulaşmanız gerekiyor. Üniversitelerin Erasmus ofislerine ve ilgili bölüm hocalarına mail gönderebilirsiniz. Çoğu



üniversite bu mail adreslerine internet sitesinde yer veriyor. Bu aşamada ne kadar çok kişiye ve kuruma ulaşırsanız kabul mektubu alma olasılığınız o kadar artacaktır. Farklı ülkelerdeki kendiniz için uygun kurumları ve üniversiteleri sabırla taramanızı ve taramaya başlayabildiğiniz kadar erken başlamanızı tavsiye ederim. Aksi halde üniversitenizin staj ilanını kaçırdığınız olur.

Kabul mektubunuzu aldıysanız varsayalım. Bundan sonraki aşamalar üniversitenizin staj ilanına başvurmak, kalacağınız yeri ayarlamak ve vizenizi almak olacaktır. Ben kendi staj deneyimimde konaklama tercihim öğrenci yurdundan yana kullandım. Bunun dışında bazı ev sahipleri evlerindeki kullanmadığı odaları belli bir miktar kira karşılığında paylaşabiliyor. Bu odalarda kalmayı da tercih edebilirsiniz. Arama motorlarında "room to rent in ..." şeklinde arama yaptığımızda kiralık oda paylaşımları yapan birçok internet sitesi olduğunu göreceksiniz.

Vize konusuna gelirse; ben yalnızca Birleşik Krallık için vize alma sürecini deneyimlediğim için bu vize türünden bahsedeceğim. Öncelikle bir Erasmus programı stajyeri olarak almanız gereken



vize tipi Tier 5 olarak adlandırılıyor. Bu vize tipi için doğrudan başvuru yapamıyorsunuz. Vize başvurusu yapabilmek için bir sponsorluk numarasına sahip olmanız gerekiyor. Sponsorluk numarası almanız için gerekli başvuruyu ise üniversiteniz sizin adınıza British Council'e yapıyor. Sponsorluk numaranızı size bildiren mailde vize başvurusu için bir kılavuz da gönderiliyor. Bu kılavuzdaki adımlara teker teker uyararak vize başvurunuzu kolaylıkla yapabilirsiniz. Bu noktada online olarak vize başvurusu yapmanız maalesef yeterli olmuyor. Gerekli birtakım evrakları Ankara ve İstanbul'da bulunan çeşitli vize başvuru merkezlerinden birine elden de teslim etmelisiniz.

Şimdi gelelim son ana kadar yakın arkadaşıyla planladığı ilk yurtdışı deneyimini talihsiz bazı aksilikler nedeniyle tek başına geçiren bu kızın hayal gibi geçen iki ayına! En başta da ifade ettiğim gibi; belirsizlikler insanı korku ve kaygıya sürükleyebiliyor. Aslında belirsizlik durumlardan değil bizim algılamamızdan kaynaklanmaktadır.

Nitekim; tüm kaygılarınız ve sorularınız şehri tanıyıp sevmeye ve arkadaşlar edinmeye başladıkça, staj deneyimi içerisinde mesleğinizle ilgili farklı detayları öğrendikçe, bir de benim gibi şanslıysanız sıcakkanlı süpervizörlerle vakit geçirdikçe teker teker yok oluyorlar.



University of Leicester Department of Neuroscience, Psychology and Behaviour' da çocuk mental sağlığı alanında yaptığım stajımı teori ağırlıklı ilk ay ve uygulama ağırlıklı ikinci olmak üzere iki bölüme ayırabilirim. İlk ay travmaya maruz kalmış, mülteci çocukların sosyal uyumuna ilişkin konu başlıklarına yönelik yabancı literatür ışığında derleme yazılar hazırlayıp, bu konu başlıklarını danışman hocamla tartışırken; ikinci ay bu çalışmaya devam etmekle birlikte, departmandaki diğer hocalarımın da yönlendirmesiyle mülteci ve göçmenlerle çalışan bir dernekte gönüllü çalışma yürütmeye başladım. Bu çalışmam boyunca Leicester gibi yıllar boyunca dünyanın farklı köşelerinden yoğun şekilde göç almış bir şehirde sivil toplum çalışmalarının nasıl ilerlediğini, farklı kültürlerden insanların sosyal entegrasyonuna yönelik hangi faaliyetlerin yürütüldüğünü ve göç öncesinde, göç sırasında ve göçten sonra oluşan problemlere ne gibi çözümler üretildiğini gözlemleme fırsatı buldum.

Bunun yanında yalnızca mesleki ve politik uygulamaların değil; şehirdeki toplumsal yaşamın dokusunun da farklı kültürlerden insanların bir arada yaşamasına nasıl katkıda bulunduğunu şehirdeki sosyal yaşamın içerisinde yer alan bir birey olarak deneyimleyebildim. Doğal güzelliklerinin yanında şehrin tarihi dokusu da stajımı renklendirdi. Bölümlerinden biri olan sosyal hizmet bölümünden yeni mezun olmuş, diğer bölümü psikoloji bölümünde son sınıfa geçmiş bir çift ana dal öğrencisi olarak



oldukça geniş yelpazede bir bilgi ve tecrübe birikimi elde ettim.



Peki her şey böyle, sorunsuz bir şekilde olup bitti mi? Tabii ki ilk kez yurt dışı deneyimi yaşıyor olmanın, yola tek başına çıkmanın ve dil bariyerinin doğurduğu talihsizlikler ve sorunlarla birçok kez karşı karşıya geldim. Kaybolup arkadaşımın beni bulduğum yerden almasını beklediğim zamanlar da oldu, konuşurken birden karşımdaki insandan bir dakika isteyip telefonumdan bilmediğim bir kelimenin İngilizce karşılığına baktığım zamanlar da. Ancak bugün bu yazıyı yazarken çalışma arkadaşlarım, hocalarım ve Leicester'de biriktirdiğim diğer tatlı insanlar acaba şu an ne yapıyorlardır diye düşünüyorum. Unutma! Belirsizlik durumda değil yalnızca bizim algılamamızdadır. Sen yeter ki yola çık!