ISSN: 2459 – 072X

psiko hayat

SONBAHAR 2019
YIL 10 • SAYI:20 • ÜCRETSİZDİR

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ İSTANBUL 2011

BİR ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ YAYINIDIR

www.psikohayat.com

"BİLİMDEN SAĞLIĞA" UZANAN BİR BAŞARI HİKAYESİ:

Prof. Dr. Nevzat TARHAN

NP Sağlık Grubu'nda 20 YIL Gururu

1998

Anne-bebek ruh sağlığı artık bizim de gündemimizde

Tüm yönleriyle OKUL DOSYASI

TÜRKİYE'DE ORTOPEDİ VE TRAVMATOLOJİDE YAPILAN NADİR AMELİYATLAR

Avrupa'nın 2. Beyin Hastanesi

Beyin, Sinir ve Omurilik Cerrahisi

Tam Teşekküllü Genel Hastane

1A Ameliyathaneler

Tam Donanımlı **Yoğun Bakım**

Çocuk Psikiyatri, Nöroloji, Nöroşirurji

Nöromodülasyon Merkezi

Psikoloji, Psikiyatri, Nöroloji

Özel 7/24 Acil Psikiyatri

NPAMATEM Bağımlılık Merkezi

Kişiye Özel Tedavi **Farmakogenetik**

Üsküdar Üniversitesi **Bilim Ortağı**

Mükemmele ulaşmak için beyinden ilham aldık

20 YIL 1998

NP İSTANBUL Beyin Hastanesi

Nöropsikiyatri | Bağımlılık | Beyin Cerrahisi

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ *Bilim Ortağı*

npistanbul NPİSTANBULBeyinHastanesi

Saray Mah. Ahmet Tevfik İleri Cad. No:18, 34768 Ümraniye / İstanbul

T: 0 216 633 06 33 F: 0 216 634 12 50

Joint Commission International Quality Approval

Organization Accredited by Joint Commission International

Editörden

Bahariye'den G20 Zirvesi'ne uzanan bir başarı hikâyesi…

Merhaba,

"En uzun yolculuklar bile tek bir adımla başlar" der Çinli Filozof Lao Tzu. Türkiye'nin önde gelen psikiyatri uzmanlarından Prof. Dr. Nevzat Tarhan da yıllar önce Kadıköy Bahariye'deki 70 metrekarelik muayenehanesinde ilk adımlarını attığı sağlık ve bilim yolculuğunda bugün yol arkadaşlarıyla birlikte büyük başarılara imza atmanın mutluluğunu yaşıyor.
Prof. Dr. Tarhan'ın 90'lı yıllarda psikiyatri alanında yaşanan devrim niteliğindeki gelişmeleri ülkemize kazandırmasıyla temelleri atılan NP Sağlık Grubu, bugüne kadar on binlerce insanımızın şifa bulduğu hastane ve sağlık merkezleri ile tüm Türkiye'nin gurur kaynağı haline geldi. Avrupa'nın ikinci, ülkemizin ise ilk beyin hastanesi unvanıyla öncü bir rol üstlenen NPİSTANBUL Beyin Hastanesi, NP Sağlık Grubu'nun başarılarla dolu 20. yılının en önemli halkasını oluşturuyor. Kurucu Rektörlüğünü Prof. Dr. Tarhan'ın üstlendiği, aynı zamanda NPİSTANBUL'un bilim ve uygulama ortağı Üsküdar Üniversitesi de 21 bini aşkın öğrencisi, güçlü akademik kadrosu ve eşsiz altyapısı ile "Türkiye'nin Beyin Üssü" olarak itici güç olmaya devam ediyor.
Prof. Dr. Tarhan, hepsi alanlarında uzman ekibiyle çıktığı sağlık ve bilim yolculuğunda hep zor olana talip oldu ve birçok meslektaşının eleştiri ve muhalefetine rağmen hayallerinden hiç vazgeçmedi. Bugün gelinen noktada da gelecek öngörülerinin yanı sıra bilimin ışığında doğru bildiği yoldan asla taviz vermemesinin büyük rol oynadığını söyleyebiliriz.
PsikoHayat olarak bizler de 20. sayımızda, NP Sağlık Grubu'nun Bahariye'deki küçük bir muayenehaneden yola çıkıp ABD eski Başkanı Obama'nın başlattığı Beyin İnsiyatifi'nde yer alarak G20 Zirvelerinde ülkemizin temsil edilmesine uzanan başarı hikâyesinin ayrıntılarını sayfalarımıza taşıdık. Prof. Dr. Tarhan ile gerçekleştirdiğimiz özel röportajın yanı sıra O'nunla birlikte bu yolda emeği geçenlerle konuştuk, yaşanan zorlukları, güzel anları, sevinçleri, hüzünleri ilk ağızlardan dinledik. Eminim ki sizler de bu keyifli ve bir o kadar meşakkatli yolculuğun hikâyesini ilgiyle okuyacaksınız.
Dergimizin son sayısının dosya konusunu ise okul çağının ilk dönemlerinde yaşanan sorunlara ayırdık. NPİSTANBUL Beyin Hastanesi uzmanları, okul fobisinden dengesiz beslenmenin yarattığı öğrenme güçlüklerine, son yıllarda çocuklarda sıkça görülen "Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu"ndan (DEHB) okul başarısını etkileyen işitme kayıplarına kadar pek çok farklı konuyu araştırdık, uzmanların gözünden masaya yatırdık.
Sağlık sektöründe yaşanan pek çok gelişme, mevcut yöntemlere ek olarak yepyeni tedavi çözümleri sunabiliyor. Zihinsel, duygusal, sosyal ve çevresel etkiler gibi birçok nedenle davranış problemleri yaşayan bireylerin özel tedavi ihtiyacına çözüm olarak Ergoterapi ve Duyu Bütünleme Tedavisi giderek yaygınlaşmaya başladı. Fonskiyonel MR'ın nörolojik rahatsızlıkların tedavilerinde sağladığı kolaylıklar da yine az önce bahsettiğim yeni tedavi yöntemlerinden birinin sonucu olarak karşımıza çıkıyor. Tüm bu ve benzer gelişmelere de yine uzman görüşleriyle sayfalarımızda yer verdik.
Yeni sayımızda okuyucularımıza sunduğumuz bir diğer önemli gelişme de Üsküdar Üniversitesi'nin 81 ildeki 24 bin 494 kişiyle gerçekleştirdiği TURBAHAR çalışması. Üniversitenin Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü Doç. Dr. Gökben Hızlı Sayar ve Psikoloji Bölümü Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin Ünübol öncülüğünde yürütülen bilimsel çalışma, "Türkiye'nin öfke haritası"nı çıkarırken, çok çarpıcı veriler içeriyor. Ülkemizin bağımlılık risk profili ile ruh sağlığı açısından çok değerli bulduğumuz çalışmanın ulusal basında da geniş yankı uyandırdığını belirtelim.
Yine birbirinden çarpıcı konulara yönelik dosya haber, röportaj ve izlenimlerin yanı sıra NP Sağlık Grubu'nun 20. yılına özel hazırladığımız 20. sayımızı keyifle okumanızı umuyor, "'Nevzat Hoca'nın açtığı yolda, daha nice başarılara!" diyoruz.

Sevgiyle kalın
Tahsin AKSU

psiko hayat

İçindekiler

6 Psikiyatri Kliniğinden Beyin Hastanesine Uzanan "20 Yıllık" Sağlık Yolculuğu
14 Alanımızda tarih yazdık
-Öğr. Gör. Yıldız Burkovik "'Önce insan' diyerek yola devam ediyoruz!"
-Uzm. Klinik Psikolog Çiğdem Demirsoy "Başladığımda kızım ilkokul 2'nci sınıftaydı, şimdi iş hayatına atıldı…"
-Dr. Öğretim Üyesi Oğuz Tan "Müthiş bir başarı hikâyesi!"
-Dr. Öğretim Üyesi Semra Baripoğlu "Verdiğimiz hizmet psikiyatride altın standart"
-Naringül Aksu "Nevzat Hoca ile 20 yıl"
-Uğur Canbolat "O hayale inanmamış olsalardı…"
26 Rakamlarla NPİSTANBUL
28 Dengesiz Beslenen Çocuklar, Öğrenme Güçlüğü Çekiyor!
31 "Sanattan Tedaviye Ergoterapi" Kitabı Yayınlandı
34 Okul Değişikliği Çocuğu Nasıl Etkiliyor?
36 Çocuğunuz Okuma-Yazmayı Öğrenemiyorsa, Dikkat!

6
Psikiyatri Kliniğinden Beyin Hastanesine Uzanan "20 Yıllık" Sağlık Yolculuğu

Yayıncı
Üsküdar Üniversitesi

Sahibi
Üsküdar Üniversitesi adına
A. Furkan Tarhan

Genel Yayın Yönetmeni
Tahsin Aksu

Genel Koordinatör
Uğur Canbolat

Yazı İşleri Müdürü
Şaban Özdemir

Editör
Fatma Özten

Bilgi İşlem
Hakan Özdemir

Fotoğraf Editörü
Mehmet Yaman

Sağlık Haberleri
Simge Yıldırım Yurğa
Neslihan Korkmaz

Dış Haberler
Zeynep Güçlücan

Danışma Kurulu
Nevzat Tarhan, Oğuz Tanrıdağ, Mehmet Zelka, Sevil Atasoy, Hüsnü Erkmen, Nazife Güngör, Nesrin Dilbaz, M. Emin Ceylan, Besti Üstün, Tayfun Uzbay, Oğuz Karamustafalıoğlu, Selma Doğan, Boray Erdinç, Semra Baripoğlu, Yıldız Burkovik

Katkıda Bulunanlar
Nevzat Tarhan
Oğuz Tanrıdağ
Sevil Atasoy
Deniz Ülke Arıboğan
Murat Topak
Mustafa Bozbuğa
Hüsnü Erkmen
Ahmet Fatih Parmaksızoğlu
Defne Kaya
Gökben Hızlı Sayar
Alein Gregoire
Barış Metin
Yıldız Burkovik
Oğuz Tan
Semra Baripoğlu
Başak Ayık
Aydın Ender Süzer
Hüseyin Ünübol
Çiğdem Demirsoy
Özden Örkcü
Leyla Arslan Özcanlı
Esma Uygun
Uğur Canbolat
Naringül Aksu
Muammer Aydoğdu
Ayşe Kazancı
Üsküdar Haber Ajansı (ÜHA)

Kapak Tasarımı
MADWORKS
Esentepe Mah. Kore Şehitleri Cad. No:45 Daire:9
Şişli / İstanbul
Tel: 0543 MADWORK
0543 623 96 75
www.madworksistanbul.com

Basım Yeri
ArmoniNuans Görsel Sant. ve İltş. Hiz. San. ve Tic. A.Ş.
Tavukçuyolu Cad. Palas Sok. No:3
Y. Dudullu – Ümraniye – İstanbul
Tel: 0216 540 36 11
www.armoninuans.com

Yayın Türü
Süreli yayın. 3 ayda bir yayınlanır, ücretsiz dağıtılır.

Yönetim Yeri
Altunizade Mah. Haluk Türksoy Sk. No: 14 PK: 34662
Üsküdar / İstanbul / Türkiye

Bilgi Hattı
0216 418 15 00
0216 633 06 33
0212 270 12 92
0212 400 22 22

Web
www.epsikiyatri.com
www.npistanbul.com
www.ider.org
www.noropsikiyatri.com
www.psikohayat.com
www.uskudar.edu.tr

e-posta: yayin@uskudar.edu.tr

64
Ortopedi ve Travmatoloji Alanındaki "Nadir" Ameliyatlar

42
Annelere Yönelik Ruh Sağlığı Hizmeti Geleceğe Yatırım

38 DEHB, Okul Döneminde Belirginleşiyor, Erkek Çocuklarında Daha Fazla Görülüyor
40 İşitme Kaybı, Okul Başarısını Etkiliyor
42 Röportaj / Dr. Alan Gregoire - Annelere Yönelik Ruh Sağlığı Hizmeti Geleceğe Yatırım
46 Fonksiyonel MR'ın Sağladığı Kolaylıklar
48 Ergoterapi ve Duyu Bütünleme Tedavisi
52 Karpal Tünel Sendromu Teşhis ve Tedavisi
54 Semerkant Özbekistan
58 Yaramaz Çocuk İleride CEO Olabilir
59 Sosyal Medya Çocukları Daha Fevri Davranmaya İtiyor
60 Zekâ ile İlgili Önemli Buluş
61 Anaokuluna Giden Çocuklar Daha Başarılı
62 Çocuk Zekâsı Genlere Bağlı
64 Ortopedi ve Travmatoloji Alanındaki "Nadir" Ameliyatlar
68 İstanbul'un İlk FTR Merkezi; Geniş Bir Yelpazede Sağlık Hizmeti Sunuyor
72 2019 Golden Axon Liderlik Ödülü Prof. Dr. Nevzat Tarhan'a
74 Üsküdar Üniversitesinin Mezuniyet Coşkusu
78 Üsküdar Üniversitesi Türkiye'nin "Öfke" Haritasını Açıkladı
83 Prof. Lord John Alderdice'a Üsküdar Üniversitesinden Fahrî Doktora
92 Üsküdar Üniversitesinde "Vizyon" Konuşuldu
94 Duygusal Farkındalık Birçok Şeyi Hallediyor
96 Yeniden Ölü Ozanlar Derneği

Psikiyatri kliniğinden beyin hastanesine uzanan "20 yıllık" sağlık yolculuğu

Bahariye caddesinde 70 metrekarelik bir muayenehane ile başlayan, meslektaşlarının eleştirilerine rağmen yılmadan büyük bir özveri ve azim ile çalışarak NPİSTANBUL Beyin Hastanesine ve Üsküdar Üniversitesinin kuruluşuna uzanan bir başarı hikâyesi… NP Sağlık Grubunun 20. hizmet yılında Üsküdar Üniversitesi Kurucu Rektörü ve NPİSTANBUL Beyin Hastanesi Yönetim Kurulu Başkanı Prof. Dr. Nevzat Tarhan ile kısa zamanda çok işler başarmanın sırlarını, kuruluş hikâyesini konuştuk.

NP Sağlık Grubu 20. hizmet yılı içinde bulunuyor. Kuruluşundan günümüze kadar uzanan hikâyenizden biraz bahseder misiniz?

> ***"Zaman ayrılamayan hastalara zaman ayırdım"***

GATA'daki görevim esnasında, GATA, sivil hastalara kapalıydı, Bahariye Caddesi'nde 70 metrekarelik bir muayenehanem vardı. Burada, Çorlu'dan ve Erzincan'dan gelen hastalara, sivil hekimlik yapıyordum. İstanbul'da bizim hocalarımız olan kıdemli hekimler vardı. Şimdi bir kısmı rahmetli oldu. Onların zaman ayıramadığı hastalar vardı. Bu hastalarla o zamanki yöntemlerle en iyi, en ideal tedaviyi yapmak için çalışır, zaman ayırarak onlarla uzun uzun ilgilenirdim, birçok hastanın tedavi olması zordu. Fakat başarılı sonuçlar elde ediyorduk. Buradaki hastalardan aldığım iyi sonuçlar Amerika'ya o zaman The State University of New York'ta biyoloji ve psikiyatri bölümünün hocası olan Profesör Turan İtil'e kadar ulaştı. Turan Hoca Türkiye'den Amerika'ya gidip ona muayene olan bazı hastaları, benden memnun olduğu için bana göndermeye başladı. 1996 yılında, GATA'dan emekli oldum. O zamanki şartlar içerisinde profesördüm. Profesörlük durumum da GATA'da mümkün olmadı ve bu şekilde emekli oldum. Profesör olduktan sonra Bahariye Caddesi'ndeki muayenehaneyi Caddebostan'a taşıdım. Epey geniş bir yerdi

ÖZEL
NP
İSTANBUL
Beyin Hastanesi

Nöropsikiyatride bir model geliştirme hikayesi

orası. Randevular dolu geçiyordu.

1990'larda psikiyatrik devrim yaşanıyordu…

Hastanın tedavisi için de dünyada başlayan yeni bir yaklaşım vardı. 1990'lı yıllarda psikiyatrik bir devrim yaşanıyordu. Psikiyatride beyin fonksiyonlarını ölçerek tedavi ön plana çıkmıştı. Ben de beyin fonksiyonlarını ölçme yöntemiyle ilgileniyordum. Halen birlikte çalıştığımız Nörolog arkadaşım Oğuz Tanrıdağ'la birlikte Caddebostan'daki yerimizde bir nöroloji profesörü, bir psikiyatri profesörü olarak çalışmaya başladık. Psikolog olarak da Yıldız Burkovik vardı. Bu 3 kişilik uzman ekiple çalışmalara devam ettik.

1997'de ABD'den teklif aldık…

Buradaki çalışmalarımızda elde ettiğimiz olumlu sonuçlar, Amerika'daki Memory Centers of America'nın dikkatini çekmiş. Oradan takip ettiğimiz ortak hastalarımız oluştu. 1997'de, onlardan bize teklif geldi. 1998 yılının Nisan ayında Memory Centers of America'yla bir protokol imzaladık. Beyin haritalama yöntemleriyle ilgili cihazların kurulması ile birlikte franchising anlaşması yaptık.

Talebimiz PTT'yi şaşırtmıştı…

Kurulan sistem birçok bilişim altyapısını gerektiriyordu. O dönemde (1996 - 1997) Amerika'da kullanılan, kişinin beyin görüntülemesini başka yerden alıp, bilgisayara ulaştıran teknik sistemi Türkiye'de kurmak istedik. PTT'ye başvurduğumuzda oradaki mühendisler şaşırmışlardı. Çünkü kendileri yeni çalışmaya başlamışlar "Siz nereden öğrendiniz böyle bir sistemi…" diye. Kendi içimizde bir network kurduk. Çekimler yapılıyor, bilgisayarlara düşüyordu, oradan ilk hasta takiplerini oluşturduk. Memory Centers of America'yla 1999 yılında yaptığımız anlaşma sonunda, beyin fonksiyonu ölçerek uygulanan tedaviyi getirdik. Dünyada yeni ve geleceği olan bir tedavi olduğunu söyledik.

Cumhurbaşkanı Süleyman Demirel'i davet ettik, geldi…

Sayın Süleyman Demirel o dönemde Cumhurbaşkanıydı. Kendisine mektup yazdım. Gerçekten çok ileri görüşlü bir insandı. 1 ay sonra bizim davetimize "evet" dedi. Amerika'daki ilgili kişileri de davet ettik, 25 Mayıs 1999'da resmî açılışımızı yaptık. Sayın Demirel "Sizin bu çalışmanız çok ilgi görecek" dedi ve haklı da çıktı. Hatta Sayın Demirel ile birlikte rahmetli Cevat Babuçoğlu da açılışa gelmişti. Biz beyin haritalarını anlatırken sorduğu "Immortalite konusunda bir buluş, bir gidiş var mı?" sorusu o anda bizi çok şaşırtmıştı.

Güçlü hafıza ödülü verdik…

Merhum Demirel, ileri görüşlüydü ve yeniliği teşvik eden birisiydi. Hafızası ve vizyonerliği çok güçlüydü. Daha sonra kendisine "Güçlü Hafıza Ödülü" verdik. O zamanki basında Türkiye'nin geleceği için girişimcinin teşvik edildiğini orada yaşadım ben. Bizim için çok büyük motivasyon olmuştu.

Daha şevkli, daha arzulu çalıştık. Bir sene sonra Çocuk Psikiyatrisi bölümünü açtık. Hiperaktivite, otizm olan çocuklarda beyin fonksiyonunu ölçen çalışmalar yaptık.

Böylece o dönemde 2. adımımızı da atmış olduk. Alzheimer, direnç tedavileri, psikiyatrik hastalıklarla ilgili çalışmalarımız giderek arttı.

Hep kendi kaynaklarımızla yola devam ettik…

Talepler de artmaya başlayınca 2001 yılında, Feneryolu'na Çocuk Psikiyatrisinin de içinde olduğu daha geniş bir alana geçtik. 2001 yılındaki kriz, psikiyatri tarafındaki talepleri daha da arttırdı. 2003 yılında oradaki alanımızı da büyüttük. 2005 yılına geldiğimizde hekim kadrosu açısından da büyümüştük. Hastaların memnuniyeti artıyordu, insanlardan olumlu dönüşler alıyorduk. Bu süreçte hep kendi kaynaklarımızla yola devam ettik. 2005 yılında, daha yatılı bir ortama ihtiyacımız vardı. Avrupa Yakası'ndaki psikiyatri hastanelerinde yatırdığımız hastaları istediğimiz kalitede tedavi edemiyorduk. Ben bu durumdan çok rahatsız oluyordum. Takip edemiyorduk. Buradaki vakalar da zor vakalardı. Bir hastayı tedavi ederken meselâ devlet hastanesi polikliniklerinden gelen bir hasta minimum incelemede tedavi edilir. Ona göre tahlil-tetkik yapılır, öyle tedavi edilir ama hasta dirençliyse optimumdan tedavi edilir ama çok dirençliyse üniversite hastanelerinde, maksimumda tedavi edilir. Yani hastanın böbreğinden, karaciğerinden iç hastalıklarına kadar, beynindeki her şey taranır. Sonra tedavi plânı yapılır.

4 yıllık borca girdik ve hastaneyi kurduk, hastaneye de sığmaz olduk…

Benim tedavi ilkem gereği hastalarımı, maksimumda tedavi etmem lazım, yaptığım işi iyi yapmalıyım. Bu ilke gereği baktık, yataklı yere ihtiyaç var; bunun üzerine yine kendi imkânlarımızla, kendi kaynaklarımızla Ümraniye'deki hastane binasını devreye aldık. 4 yıllık borca girdik. İlk sene kendi kendimizi döndürmekte zorlandık. Hatta çeşitli dış (yemek) hizmetlerini bile borçlanarak döndürüyorduk ama sonra olumlu sonuçlar almaya başladık. 3- 4 sene sonra hastaneye sığmamaya başladık. Hastaneye gelip görenler, buradaki alt yapının, üniversite alt yapısı gibi olduğunu söylüyordu.

Meslektaşlarımın hayal edemeyeceklerini yaptım…

MR kurduk, beyin görüntülemeler, en son psikiyatrik hastalarda genetik incelemeler yapmaya başladık. Fakat bir taraftan da meslektaşlarımızdan ciddi bir tepki oluştu. Bunlar etik olmayan, bilime aykırı şeyler yapıyor diye eleştiriler aldık. Bu kadar hızlı büyümek birdenbire yatılı bir hastane açıyor pozisyonunda bulunmak, birçok meslektaşın hayal edemeyeceği şeyi gerçekleştiriyorduk. Diğer meslektaşlar iyi niyetli olsalar da anlayamıyorlardı. Çünkü hayal edemiyorlardı. Sağlık Bakanlığı'ndan yetkili kişiler bir hafta hastanede kaldı. Feneryolu'ndaki yerimizde incelemeler yaptılar. Gördükleri şeyler doğrultusunda yazdıkları raporda herhangi bir hastanın etik ihlâli olmadığı ortaya çıktı. Sağlık Bakanlığı açısından olduğu gibi diğer taraftan üniversitelerden de görüş alındı. İstanbul Üniversitesi Çapa Tıp Fakültesi bir rapor hazırladı, hem manyetik uyarım tedavisi hem de beyin görüntüleme, haritalama hakkında. Çapa'nın yaptığı incelemede, "Yapılan bu tedaviler bilimseldir, fakat etik standartları belirlenmelidir" diyordu. Zaten biz belirlemiştik. Yaptığımız işin bilime aykırı olmadığı, herhangi bir hasta üzerinde deney yapmadığımız, hastalarımızın dirençli hastalar olduğunu ve bununla ilgili bir aykırılık olmadığı anlaşıldı. Daha sonra Hacettepe Üniversitesi de yapılan işin bilimsel olduğuna dair bir rapor hazırladı. Ancak Bakırköy'ün raporunda; "Bunlar bilimseldir, yapılabilir ama özel hastanelerde değil, üniversite, devlet hastanelerinde yapılabilir. Zaten burası bir üniversite hastanesi olmalı" diye bir bölüm vardır. Bu benim için çok önemli bir motivasyon oldu.

Ceketim hariç her şeyimi bağışladım…

2008 yılında üniversite kurmayla ilgili çalışmaya başladık. O dönemde zaten vakfımız vardı. Vakfımızın tüzüğünde üniversite kurulabilir diye

revizyonlar yapmak gerekiyordu ve yaptık. Ben bütün mal varlığımı, tabir-i caizse ceketim hariç denir ya, hastaneyi, diğer birikimleri de vakfa bağışladım. Ve üniversite kurmayla ilgili çalışmaları başlatmış olduk. Altunizade'deki üniversite binasını bu şekilde aldık. 2011 yılında resmî olarak üniversite kurulmuş oldu. Üniversite kurulduktan sonra ilk sene 500 civarında öğrencimiz vardı. Şu anda 21 bini aşkın öğrencimiz var.

Kararlarınızı alırken, tıkandığınız noktalar oldu mu? Engelleri nasıl aştınız?

Cihaz alabilmek için evimi sattım…

Her zaman dünyayı, gelişmeleri, yeni teknolojileri takip ettik. Yeniliklere hızlı adapte olduk. 2003 yılında, manyetik uyarım cihazı dünyada yeni çıkmış, çeşitli şekillerde üretiliyordu. Beyin fonksiyonlarını, beyin dalgalarını biliyordum. Hem hekim hem de bilim adamı kimliğim var. Bilim adamı kimliğim diyor ki; bunun rutine girmesi, başarılı olması için daha zamana ihtiyacı var. Fakat hekimsel kimliğimle de bakıyorum. Manyetik uyarım cihazı, dirençli hastalarda, bize yeni bir seçenek olacak gibi gözüküyor. Çünkü bütün kullanılan EKG cihazlarının tedavisi ağır, zor bir tedavi. 2002 yılında, bu cihazı alabileceğimiz malî gücümüz yoktu. Çünkü oraya daha yeni taşınmıştık, yeni bir yatırıma girmiştik. Bunun üzerine Beylikdüzü'nde bir kooperatif binası vardı. Orayı satarak üzerine de biraz para koyarak manyetik cihazı almaya çalıştık.

Psikiyatri, nöroloji ve psikoloji birlikteliğini 1998'de başlattık…

20 sene önce, şu anda söylenenler, o zaman hayal olarak görülen şeylerdi. Beyin fonksiyonlarını ölçerek tedavi etmek ancak çocuksu bir hayal olarak görülebilirdi ya da bilimsel bir araştırma alanı olarak görülebilirdi. "Bunun kliniğe, psikiyatriye yansıması beklenemez" deniliyordu ama şu anda bütün dünyada psikiyatri kliniklerinde ideal olan nörolojiyle psikiyatrinin birlikte çalışması disiplinidir. Bunu, 1998 yılında ilk defa Nörolog Oğuz Tanrıdağ, ben ve Psikolog Yıldız Hanım'la birlikte nöroloji, psikiyatri, psikoloji birlikteliği olarak başlattık. Hatta o zaman telenöropsikiyatri diye bir broşür bastırmıştık.

Birçok meslektaşım gülüyordu, şimdi uyguluyor…

Birçok meslektaş gülüyordu buna. "Tele nedir?" diye. Artık değişen bir dünya var. Beyinden beyine aktarım durumu söz konusu. Psikiyatrinin şu anda tanı koyma yöntemlerinde de beynin şununla şu arasındaki kondüksiyon bozukluğu diye tanılar koyulmaya başlandı. Her hastalığın beyindeki karşılıkları araştırılarak tedavi öncesinde ve sonrasında takipler yapılıyor. Beynin ürettiği dalgaların ölçülmesiyle ilgili şu anda bilgisayar mühendisleriyle nörobilimciler ve nöropsikiyatristler birlikte çalışıyor. Beyin fonksiyonel network ('beynin çalışan network'ünü) oluşturuyor. Yani beyin dalgalanmalarının anlamlı dalgalar olduğu konusu anlaşıldı. Bunun üzerine psikiyatride şu anda, "Beynin varlığı düşünülmeden bir hastaya psikiyatri tedavisi yaparsanız çağ dışı kalmış olursunuz" deniyor. Zaten ilaç veriliyor ve bu ilaçlar beyne bağlanmış oluyor. Bu sistemleri, ABD Los Angeles'taki California Üniversitesi kullanıyor. Hollanda'da,

İsrail'de var. Bu yöntemler, psikiyatride rutine girmeye başladı. Manyetik uyarım tedavisi, beyin fonksiyonlarını ölçme gibi yöntemler, manyetik uyarım tedavisinin çeşitleri, doğru akım tedavisi, mikroakım tedavisi, elektrik stimülasyonu, düşük voltajlı elektrik stimülasyonu, dalga fonksiyonu yöntemleri… Bunların hepsi FDA'dan onay almış, dünyada artık rutine girmiş nöromodülasyon oldu. Biz de hastanede, nöromodülasyon merkezi kurduk. Şu anda psikiyatride tedaviler bu yönde ilerliyor. Bizim başladığımız yolu, zaman doğruladı.

20 yıl önce bu yola çıkarken neleri hedeflemiştiniz? Bundan sonraki hedefleriniz nelerdir?

Multidisipliner bilimsel eğitim toplantılarına 20 yıldır kesintisiz devam ediyoruz…

20 yıllık zaman zarfında değişen ve gelişen tıp teknolojisini hep yakından takip ettik, hasta ve hekimlerimizin kullanımına sunmak üzere yatırımlarımızı artırdık. Hastalarımızın tedavilerinde daima mevcut son teknolojiden yararlanabilmeleri için gerekli adımları attık. Hastanemizde uzmanlarımızın eğitim ve gelişimlerine katkıda bulunmak üzere her türlü çalışma ve bilgi alışverişinin önemli olduğunu düşünüyoruz. NP Feneryolu Tıp Merkezinde yıllar önce "Çarşamba Toplantıları" adı altında multidisipliner toplantı yapmaya başladık. Nöroloji, psikiyatri, psikolog gibi farklı alanlardan uzmanlar bir araya toplanıyor. Bu toplantıları neredeyse 20 senedir devam ettiriyoruz. Bilgi alışverişi ve tecrübe paylaşımı, literatüre yeni bir şeyler katabilmek için bu toplantıları aynı heyecan ile devam ettiriyoruz. Bundan sonraki dönemde de sağlık alanındaki tüm gelişmeleri takip ederek teşhis ve tedavide en etkili ve kaliteli sağlık hizmeti sunmayı hedefliyoruz.

Tıp fakültemizi de kurduk, ilk öğrencilerimizi aldık…

Şimdi Tıp Fakültemiz de kuruldu. Bu yıl ilk öğrencilerimizi aldık. Bunun çalışmalarımıza çok büyük katkı sağlayacağını düşünüyorum. Bundan sonra iyi hekim yetiştirme gibi bir görevimiz de bulunuyor. Bu sorumluluk bilinci ile kendimize yeni hedefler oluşturduk. NPİSTANBUL Beyin Hastanesi olarak sağlık ve tıp alanında dünyadaki gelişmeleri takip etmeyi, beyin başta olmak üzere nöroloji, psikiyatri ve psikoloji alanlarında uzmanlarımızın kendilerini geliştirmelerine imkân sağlamak için her türlü imkânı değerlendiriyoruz. Beyin haritalama ve tedavileri alanında dünya çapında çalışmaları yakından takip ediyoruz. Bilim üretmenin çok önemli olduğunu biliyoruz. Özellikle beyin, nöroloji, psikiyatri ve psikoloji alanındaki çalışmalarımızla ülkemizin gelişmesine katkıda

bulunmayı hedefliyoruz. Uzmanlarımızla beraber bu kongrelere katılarak yaptığımız bilimsel çalışmaları ve önerilerimizi sunuyoruz.

Üsküdar Üniversitesi Türkiye'yi temsil ediyor…

NPİSTANBUL Beyin Hastanesi'nin bilim ortağı olan Üsküdar Üniversitesi, ABD Başkanı Barack Obama'nın 2013 yılında başlattığı Brain İnitiative (Beyin İnisiyatifi) Projesi'nde Türkiye'yi temsil ediyor. Her yıl G20 Liderler Zirvesi öncesinde gerçekleştirilen Nörobilim Zirvesi'ne katılıyoruz. Bu yıl Japonya'nın Osaka şehrinde G20 Liderler Zirvesi kapsamında 6.'sı gerçekleştirilen Neuroscience 20 Zirvesi'nde beyin ve omurga sağlığı girişimleri değerlendirildi. Burada "Türk Beyin Projesi: Psikiyatride Duyarlı Tıp" başlıklı bir sunum gerçekleştirdik. Üsküdar Üniversitesi ve NPİSTANBUL Beyin Hastanesi olarak Amerikan Psikiyatri Derneği tarafından her yıl düzenlenen APA (American Psychiatric Association) kongresine katılıyoruz. Bu yıl Mayıs ayında gerçekleştirilen, tanı ve tedavideki son gelişmelerin ele alındığı kongrede "Terapötik ilaç takibi ve farmakogenetik profilleme yardımı ile doğru ilaç tedavisi, doğru dozaj ve doğru uygulama şekli hakkında nasıl karar verilir?" başlıklı bir sunum yaptık.

Kalite anlayışınızdan da biraz bahseder misiniz?

Ölçemediğiniz şeyi yönetemezsiniz… Kaliteyi önemsiyoruz…

Hasta memnuniyeti kalite standartları açısından önemli. Hastane olarak biz kuruluşumuzdan beri hasta hakları sorumlusu ve kalite sorumlusu görevlendirdik. Hasta hakları sorumlusu ne yapıyor? Hasta katta yatarken hastanın memnuniyetini belirlemek ve geri bildirimle ilgili birebir dönüşler almak için çalışıyor. Hastanemizin işletme sisteminde bununla ilgili bir kutu açtık. Bu dönüşlerle ilgili bilgiler bu alana kaydediliyor. Hasta misafir olarak kaldığı her gün ziyaret ediliyor, sorular soruluyor, check-listler yapılıyor. Buna göre hasta memnuniyeti ölçülerek eksikliklere anında müdahale ediliyor ve daha tedavi sırasında bu eksikler gideriliyor. Taburcu olurken hem kış görüşmesi hem de 15 gün sonra bir başka görüşme var. Bunları yaparak hastaneden ve tedaviden memnun olup olmadığı araştırılıyor ve tespit edilmeye çalışılıyor. Kalite uzmanları hastayı arayıp tedaviyle ilgili

düşüncelerini öğreniyor.

Hasta memnuniyeti şu açıdan da önemlidir; ölçemediğin şeyi yönetemezsin. Hastayı hem tedavi öncesinde hem tedavi sonrasında ölçeceksiniz ki doğru bir hizmet sunabilesiniz. Onun için hastanede kalite felsefesi olarak benimsediğim görüşü, hasta odaklı sistemini kurduk. Öte yandan hastaya karşı hekimin bilgilendirme sorumluluğu var. Elimizde bir bilgi kiti var. Bu bilgi kitini bizden yardım isteyen kişiye anlatmak etik bir sorumluluktur. Bu mesleki bir sorumluluktur. O bilgiyi o gün 10 kere anlatmış olabilirsin ama o hasta için o ilktir. Mesela telefonla ulaşılabilir olmak çok önemlidir. Hekim evine gider, çoluğu çocuğuyla ilgilenir ama beyninin bir köşesinde o dosya açıktır. Ulaşılabilir olmak doktor için çok önemli. Ben her zaman ulaşılabilir olmayı önemsedim.

Türkiye'de pek çok ilkin öncüsü oldunuz? Bize biraz bu konudan bahseder misiniz?

Ülkemizde de dünyada da ilklerin öncüsü olduk…

Tedavi alanları ile ilgili attığımız adımlar pek çok alanda örnek oldu. Mesela; 2003'te kurduğumuz manyetik uyarım tedavisini, derin beyin uyarım tedavisini getirdik Türkiye'ye. Yani beynin daha derin bölgelerine uyarım veriliyor. Sanal gerçekliği de tedavilerde kullanmak da ilklerimiz arasında… Yakın zamana baktığımızda ise; 2017 yılında NPİSTANBUL Beyin Hastanesi ile Türkiye'de ilk, Avrupa'da 2. beyin hastanesi formatını ülkemize taşıdık. Ameliyathanelerde BT (bilgisayarlı tomografi) çekecek bir sistem kurduk. Ameliyathanelerin bir özelliği de sıfır partiküllü A1 sistemli oluşu. Bu sistemde, ameliyathanede hiç mikrop olmuyor. Sadece hastane değil üniversite tarafında da ilklere imza attık. Adli bilimlerde Prof. Dr. Sevil Atasoy'la Türkiye'de ilk lisans eğitimini hayata geçirdik. Yüksek lisans programına da başladık. Adlî laboratuvarlar kurduk. Bütün numune analizleri yapılabiliyor. Nörogenetik laboratuvarı kurduk. Tasavvuf Enstitüsünü de yine Türkiye'de ilk kez kurduk. Üniversite kurulurken zorunlu olmadığı hâlde Deney Hayvan Laboratuvarını kurduk. Prof. Dr. Tayfun Uzbay bu konuda, Türkiye'de bilinen önemli isimlerden birisi. O dönemde onunla birlikte laboratuvar kurduk. ABD'den önce Harvard ve Yale Üniversitelerinden çok daha önce 'Pozitif Psikoloji' dersini öğrencilerimize sunduk. Bu, ülkemizde ilk olması adına sevindirici. Bu konuyla ilgili yazılar yayınladık. Girişimci ruhu harekete geçirmek açısından önemli. Yüksek İnsanî Değerler Ödülleri veriyoruz. Onlar da ilk. Toplumdaki kaybedilen değerleri yeniden inşa etmek için bir ödül sistemimiz var.

Eğitimde ve sağlıkta hele ki teknoloji çağındayken hayal gücünüzün sınırlarını istediğiniz kadar zorlayabilirsiniz. Kararlı ve emin adımlarla mesleğinizi ileri taşıdığınız zaman örnek olabiliyorsunuz. Elbette eleştiriler olacaktır ve bu eleştirileri yok sayamazsınız, dikkate almanız kendi öz eleştirinizi de yapmanız gerekir. Biz her zaman insan sağlığı için mevcut kullanılabilecek tüm imkânların olması gerektiği misyonu ile hareket ettik. Bu da bize bugün elde ettiğimiz başarıları sağladı.

Bu süreçte ailenizden de destek aldınız mı?

Hastanenin kuruluşunda tencereler dolusu yemek getirdi…

Kız kardeşim Vuslat Hanım mimar. Hastane binasının çizim sürecinde Vuslat Hanımın büyük, çok önemli katkıları oldu. Halen hem üniversite hem de hastane mimarisi ile çalışmaları kız kardeşim yürütüyor. Estetik değerlendirmelerini, büyük ölçüde rahmetli eşim Nermin Hanım yaptı. Çok emeği vardır, öyle ki kuruluş sırasında tencereler dolusu yemek yapar getirirdi. Bu işte ailemin katkıları büyüktür. Hastanenin kurulduğu ilk zamanlarda görüntüleme, haritalama yapılırken büyük oğlum Furkan Bey, o dönemde Bilgi Üniversitesinde öğrenciydi, dersin dışında biz gel demeden kendiliğinden hastaneye geliyordu hatta cihazın kullanımını öğrenmişti. Yani kendiliğinden gelip orada işi öğrendi. Benim tuttuğum notlar vardı ama Furkan Bey de biliyordu. Kendisi şu anda hastane yönetiminden sorumlu, Üniversite Mütevelli Heyet Başkanı. Küçük oğlum Fırat Bey de okulundan mezun olunca aramıza katıldı.

"NPİSTANBUL Beyin Hastanesi, Türkiye'de ilk, Avrupa'da 2. beyin hastanesi olma özelliğine sahip. Teknolojiyi yakından takip ettik. Pek çok yeni cihaz üzerine yatırımlarda bulunduk."

"Alanımızda tarih yazdık"

Prof. Dr. Oğuz Tanrıdağ

NPİSTANBUL Beyin Hastanesi, 20. hizmet yılı içinde bulunuyor. Kuruluşundan günümüze kadar uzanan hikâyenizden biraz bahseder misiniz?

NPİSTANBUL Beyin Hastanesi bizim 1998 yılında Nevzat Tarhan Hoca'yla birlikte bir muayenehane dairesinde başlattığımız çalışmanın sonunda geldiği noktayı ifade eden güzel bir örnektir. Bu hastane aynı zamanda Üsküdar Üniversitesi Tıp Fakültesinin eğitim hastanesi olarak gelecek çalışmalarımız için sağlam bir altyapı oluşturuyor.

Nevzat Tarhan Hoca'yla 50 yıldır tanışırız. Tanıştığımız yıl 1968 ve mekân İstanbul Askeri Tıbbiyesinin Kumkapı'daki öğrenci yurdu. O yurtta birlikte 6 yıl geçirdikten sonra mezun olarak doktor olduk. Ardından Ankara GATA'daki uzmanlık süreçlerimizde birlikteydik. O psikiyatri kliniğinde ben nöroloji kliniğinde. Bu arada o nöroloji ben de psikiyatri rotasyon eğitimleri için karşılıklı birbirimizin kliniklerinde çalıştık.

1994 yılında İstanbul GATA-Haydarpaşa Hastanesine geldiğimde Nevzat Psikiyatri Servis Şefi'ydi. Sonra uğradığı bir haksızlık nedeniyle benden erken ayrılarak İstanbul'da serbest çalışmaya başladı. 1998 sonbaharıydı sanıyorum, bir gün bana haber göndermiş, muayenehanesine davet etmiş. Gittim, Suadiye'de bir apartmanın giriş katında dar bir muayenehaneyle karşılaştım. Sanırım Nevzat, Yıldız bir de EEG teknisyeni arkadaş vardı. Nevzat benimle birlikte çalışmak ve beraberliğimizin uzun süreli olmasını istediğini söyledi. Gelecekten bahsetti. Tek başına psikiyatriyi eksik bulduğunu ve önemli olanın nöropsikiyatri olduğunu söyledi. Ben de uzun zamandır davranışların beyinle ilişkisini inceliyordum ve bu konuda ben de tek başına nörolojiyi eksik görüyordum. Böylelikle mesleki ideallerimizi birleştirerek ortak bir proje haline getirdik. Geçen 20 yılın ardından ulaşılan nokta bu projenin ne kadar doğru bir proje olduğunu gösterdi. Bu birliktelik kararıyla bir anlamda tarih yazdığımızı düşünüyorum. Bence bu hikâye, dünya ve gelecekle ilgili umudu örselenmiş ve kendisine hedef arayan genç arkadaşlar için örnek bir hikâyedir.

Öğr. Gör. Yıldız Burkovik

"'Önce insan' diyerek yola devam ediyoruz!"

1998 Ekim ayında, 6 odalı bir dairede başlayan MCA (Memory Centers Of Amerika), 1999 yılında açılışıyla birlikte giderek büyüdü ve NPİSTANBUL Beyin Hastanesine dönüştü. Yanındakilerle birlikte Etiler, Feneryolu ile de aslında azmin zaferi ortaya çıktı.

"Önce insan" diye başlayan küçük bir ekip, yine "önce insan" diyor ama çok daha kuvvetli bir ses oldu çünkü sayıları arttı ve el ele tutuşarak büyük ekibi yanına aldı, bütünleşti.

Nevzat Hocamız ile birlikte gece gündüz demedik, her an haberleşerek en iyiyi vermek için çabaladık. Uykudan uyanıp, birbirimizin maillerine cevap vererek eksiklerimizi hep tamamladık. Hocamız bize örnek oldu; çalışma istikrarı ve azmiyle.

Çalıştığımız kat işyerimiz değildi, sanki evimizdi. Biz oraya aittik, orası ise bize. Hiç kimse "Benim işim değil" demezdi, her şeyi yapardı. Mutfağında zaman zaman çay bardaklarını yıkadığımı bilirim, tozları aldığımızı, yeri geldiğinde ortalığı süpürdüğümüzü. Hepimiz her şeye el atmıştık.

Oradan karşımızda çocuk ergene ait bir daire

tutmuşken hep birlikte Feneryolu'na geçtik. Hiç yorulmadan sevgiyle çalışıldı her zaman istisnasız. Öyle ki şimdilerde Mütevelli Heyet Başkanımız olan Hocamızın büyük oğlu Furkan Tarhan, lağım patlamışken elleriyle düzeltti. Pismiş, kirli imiş hiçbir şey umurumuzda değildi, herkes her şeyi yapıyordu. Yere bir şeyler mi düşmüş "Bana ne! Düşüren toparlasın" demeden her birimiz el atardık hemen.

Gece vakti TV programları başladığında kimimiz TV'de iken diğerlerimiz iş yerimizde oturur telefon başında beklerdik. Gelen soruları cevaplayalım diye. Hiçbir zaman neden bu saate kalıyoruz düşüncesi ya da oflamalar ağzımızdan da gönlümüzden de çıkmadı. O anları heyecanla yaşadık uzun zamanlar boyunca.

İlerleyişin en önemli nedeninin Nevzat Hocamızın vizyonu olduğunu düşünüyorum. Haftada bir mutlaka hep birlikte oturur, 'neler eksik ne yapılmalı ne yapılmamalı'yı istişare ederdik. Daima fikrimizi alırdı. Her birimize çok önem verirdi. Önerilere her zaman açıktı. Tüm fikirler tartışılır ve en iyisini yapmak için çabalardık.
Sadece kendisini ilerletmeyen hepimizin de ilerlemesini isteyen Nevzat Hocamız sayesinde kitaplar yazdık. Radyolarda konuşmalar, televizyon programları itiraz etmeden yaptığımız işler arasındaydı. Halka bilgi vermek ve koruyucu hekimlik yapmak en önemlisiydi. Asla yapamayacağımı düşündüğüm TV'de canlı yayın, tamamen Hocamızın isteğiydi. "Yaparsın" dedi ve 5 yıl boyunca Sky Türk TV'de hafta sonu hariç her akşam "Psikoyorum" programını sundum ve her birimiz tüm çalışanlar ile dışarıdan gelen uzmanların konuk olmasıyla, halk ile birlikte olduğumuz bir programdı.

Ve zamanla kendimizi NPİSTANBUL Hastanesinde bulduk. Toplantılar hep devam etti; eksikliklerimizi tamamlamak, daha iyiyi verebilmek için kendimizi eleştirebilmek en önemlisiydi. Hiç kimse, ben senden üstünüm, demeden çalıştı. Elde olan tüm bilgiler paylaşıldı ve zamanla çok daha büyümeye başladık.

"En son mu?" bilemem belki yine büyümeye devam edecek ama NPİSTANBUL Beyin Hastanesi heybetli bir şekilde duruyor. Ve yine toplantılar ve yine aidiyet duygusu. Başta ne isek şimdi de oyuz. "Önce insan" diyerek yola devam ediyoruz…

Uzm. Klinik Psikolog
Çiğdem Demirsoy

"Başladığımda kızım ilkokul 2. sınıftaydı, şimdi iş hayatına atıldı…"

Ben bu göreve başladığım 2001 yılında bir apartman dairesinde bir terapi merkezi idik. Yıldız Burkovik ile sınıf arkadaşıyız. Ben onun vasıtayla başladım. Bu süreci nasıl anlatayım; ben burada başlarken kızım ilkokul birden ikiye geçmişti. Kızım şimdi iş hayatına atıldı. Üniversite ve yüksek lisansı bitirdi. Böyle bir zaman dilimi. Burada çocuklarımız birlikte büyüdü, aile gibiydik, küçük bir ekiptik. Televizyon programı olurdu. Ekibin yarısı televizyon programına giderdi, diğer yarısı gelen bilgi telefonlarına cevap verirdi. Bir aile havasında eşlerimiz ve çocuklarımızın hep bir arada olduğu günler geçirdik. Küçük ekip olmanın güzelliklerini yaşadık.

Sonra ekibimiz giderek büyüdü. O zaman sadece çocuk bölümü bir apartman dairesinde; yetişkin bölümü bir apartman dairesinde bulunuyordu. Ondan sonra Kadıköy Feneryolu'ndaki köşke taşındık. Evimizi taşır gibi, yine hep birlikte hareket ettik. Sonra sırasıyla NP Etiler Tıp Merkezi, ardından NPİSTANBUL Beyin Hastanesi açıldı.

Hastane ile ilgili unutamadığım bir anı; hastanenin binası daha kaba inşaat halindeyken yine böyle ailece bir Pazar günü eşlerimiz ve çocuklarımızla

hep birlikte gelmiştik. Hatta o günün hatırası olarak bir de fotoğraf çektirdik. Hatta geçenlerde elime geçti ve o günleri andım.

İşte oralardan bugünlere geldik. Hastanemiz büyüdü, giderek daha da büyüdü. Prof. Dr. Nevzat Tarhan ile çalışmak çok keyifli benim için. Mesleki açıdan çok keyifli zamanlar geçirdik.

> *"Meslekten en çok haz aldığım dönemler bu dönemler oldu…"*

İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalında çeşitli birimlerde klinik psikolog olarak görev yaptım. 12-13 yıl bir üniversite hastanesinde çalışıyor olmak, psikologların çalışmak isteyeceği iyi pozisyonlardandı. Ondan sonra 3 yıl belediyede, 1 yıl da okul psikoloğu olarak çalışmıştım ama Nevzat Tarhan Hoca'nın yanında çalıştığım zamanlar meslekten en çok haz aldığım dönemler diyebilirim çünkü psikolojiye ve psikoterapiye gerçekten önem veriyor.

Yaptığımız işin önemli olduğunu bize hissettiriyor, işe yaradığımızı hissettiriyor. Pek çok yerde psikologlar sadece test yapar, terapi uygulamalarında pek yer almaz. İnsan böyle durumlarda tedavi ekibinin bir parçası olarak hissedemiyor.

Mesleğinizi doya doya yaşayacağınız yer en kıymetli yerdir…

Dışarıda olsun, bizim öğrencilerimizle olan konuşmalarımızda olsun, hep söylediğim bir şey vardır: Mesleğinizi doya doya yaşayacağınız bir yer en kıymetli yerdir. Bir vesileyle tanıdığım biri; kızı üniversite sınavında oldukça da yüksek bir puan almış. Bana danıştı. Üsküdar Üniversitesinin yeni kurulduğu seneydi.

Nevzat Hoca'yı tanıyıp seven, değer veren bir hanımdı. Bana "Ben Nevzat Hoca'ya çok değer veriyorum. Kızım Üsküdar Üniversitesi psikoloji bölümünü seçsin mi? Ama yeni bir üniversite.

Kızımın geleceği ne olur? İyi de puan yaptı, bu puanla başka bir yere de girebilir. Ne yapsak?" diye sorduğunda ben hastanenin hikâyesinden bahsetmiş, çalışmaya başladığım yıllardan bugünlere uzanan dönemde geçirdiği süreci anlatmıştım. "Elbette bu sizin vereceğiniz bir karar ama Nevzat Hoca'nın yaptıkları, yapacaklarının teminatıdır. Bunu söyleyebilirim size" demiştim. Sözü geçen genç kadın, şu anda bizim bünyemizde psikolog olarak çalışıyor.

Multidisipliner yaklaşımı uyguluyoruz…

Mesleğimizle ilgili birçok uygulamayı Türkiye'ye kazandırdı. Bizim dışımızda hiçbir ekipte multidisipliner yaklaşımın uygulandığını göremiyorum. Varsa da lafta oluyor çoğunlukla. Bizde psikolog, ergoterapist, sosyal hizmet uzmanı çok farklı disiplinler kendi alanlarındaki uzmanlıklarını kişinin yararına kullanacak şekilde bir araya geliyorlar. Bu da Nevzat Hoca'nın vizyonuyla alakalı.

Dr. Öğr. Üyesi Oğuz Tan

"Müthiş bir başarı hikayesi!"

Üsküdar Üniversitesinin büyükannesi; Feneryolu tren istasyonuna komşu, iki buçuk katlı bir ahşap köşktü. 2002 yılında orada çalışmaya başladım. Kurucu Rektörümüz Nevzat Tarhan dâhil üç psikiyatri uzmanıydık. Ayrıca bir nörolog, dört psikolog, bir de yarı zamanlı çocuk psikiyatristi vardı. O ahşap köşkten, birkaç yıl sonra büyük bir beyin hastanesi, hastaneden az zaman sonra da bir üniversite doğdu.

Bu elbette müthiş bir başarı hikâyesi. Bu hikâyenin neredeyse bütün aşamalarını bizzat yaşadım. Genç bir hekim olarak başlayıp orta yaşlı bir adama dönüştüğüm yürüyüşten epeyce hisseler çıkardım. Meşhur "başarıya giden yol" öğütlerine birkaç mütevazı katkıda bulunabileceğimi sanıyorum:

1. Emeksiz başarı olmaz. Kısa yoldan zafere ulaşma hülyalarına dalanlar mutlaka hayal kırıklığına uğrayacaklardır. Dilimizde ne güzel tabirler var: alın teri, göz nuru, el emeği… Hepsi ciddiye alınarak yapılan işi yücelten ifadeler.

2. İşine saygı duyacaksın. Çiftçiysen toprağı, saat tamir ediyorsan saatleri, garsonluk yapıyorsan acıkmış insanları seveceksin. Bakkalsan medar-ı maişetin, mühendissen sanayinin, bankacıysan ekonominin merkezinde bulunduğunu anlayacaksın. Hekimsen hastana iyi bakmayı şeref meselesi yapacaksın.

3. Yeniliğe açık olacaksın. Evet, bizi biz yapan geçmişimizdir; ailemizi, dilimizi, dostluklarımızı, mesleğimizi, kimliğimizi geçmişimize borçluyuz; geçmişimizle daima dost kalmak zorundayız. Ama gözü gelecekte olmayan çürür.

4. Eleştiriye açık olacaksın. Güzelim Ziya Paşa'yı anmasam olmaz: "En ummadığın keşfeder esr'ar-ı derûnun." Akıl akıldan üstündür. Kendine güvenen insan, başkalarının fikrine değer verir.

İşte benim küçük bir nöropsikiyatri polikliniğinde başlayıp beyin hastanesinden geçerek üniversiteye varan maceramdan anladıklarım bunlar. Emek, mesleğe saygı, farklı düşünceye saygı, yenilikçilik. Psikoloji ve psikiyatrinin babalarından Freud'un mutluluk formülü bu bağlamda doğrulanıyor: *lieben und arbeiten*. Sevmek ve çalışmak.

Dr. Öğr. Üyesi
Semra Baripoğlu

"Verdiğimiz hizmet psikiyatride altın standart"

Prof. Dr. Nevzat Tarhan Hoca ile ilk çalışmaya başladığımda Caddebostan'da küçük bir muayenehane idi ama benim dikkatimi hep çekerdi oradan geçip giderken; Memory Centers of America. Birtakım yeni teknolojileri kullanmaya başladığını basından da duymuştum. Hoca'nın bu yönü, kliniğin bu yönü dikkatimi çekmişti zaten.

Çalışmaya başladıktan sonra da bu teknolojik yenilikler hem de ekip çalışmasının güzelliği diyeyim; beni kliniğe çok bağladı. Yani bu klinikte çalışmaya, bunca yıldır devam etmemdeki ana etkenler diyebilirim; hekim - psikolog iş birliği. Tabii şimdi büyüyüp geliştik. Hastanemiz var, hekim – psikolog ve diğer branşlar, sosyal hizmet uzmanlarının da eklenmesi, başından beri bu iş birliğinin olması ve ekip çalışması içinde hizmet veriyor olmamız, verdiğimiz hizmetin kalitesinin her zaman yüksek olmasını sağladı.

Bu da bize ülkenin dört bir yanından hatta yurt dışından da gelen çok renkli, çok değişik hasta popülasyonu sağladı. Meslekî doyum anlamında da bu çeşitlilik, yine benim bu kurumda devam etmemde önemli bir etmendir, diyebilirim. Hocanın ilerici vizyonu, gelişmeleri her daim adım adım takip etmesi ve ülkeye ilk kez getirmesi, gerek tetkik gerek tedavi ayağındaki teknolojinin tıbba sunduğu hizmetler, olanakları, ülkemize getirmekteki öncü kişiliği, yine bizim her zaman hekimlerin de psikologların da (Burada psikiyatri hizmeti verenler için söylüyorum) nörologların da mutlaka yararlandığını biliyorum.

Her zaman meslekî doyumumuzun, verdiğimiz hizmetimizin kalitesinden hoşnut olma düzeyimizin yüksek olmasını sağladı. Bunlar önemli faktörler. Tabii ki iş yükü nedeniyle yorucu, yıpratıcı günler, dönemler olmuştur. İşimiz zaten yorucu ama bu teknolojik imkânların bize sağladığı konfor, kendi adıma benim burada devam etmemi sağlamıştır. O ilk muayenehaneden sonra, - Ben başladığımda çocuk kliniği de vardı. Yine o da tek katlı bir muayenehane üzerineydi - Kadıköy Feneryolu'ndaki köşke geldik. Orası için tabii ayrı bir heyecanlandık. Köşkün önündeki binaya geçtik. İşler çok çok çok arttı, artık yetişemiyorduk. Haftanın 6 günü, akşam 9 buçuğa kadar çalışıyorduk. Artık yetmiyorduk hastalarımıza. Yatması gereken hastaları, gönül rahatlığıyla yatırabileceğimiz bir hastanemiz yoktu. O dönem hakikaten çok sıkışmış hissediyorduk.

Tam o anda hastane açıldı. Yine polikliniğimizde verdiğimiz kaliteyi sürdürebildiğimiz yataklı tedavi hizmeti sunmaya başladık. Bu da bizi çok rahatlattı. İşte oradan bugünlere geldik. Yani tabii o hastanede bir noktadan sonra kalitenin daha da artması, uluslararası standartları oluşturabilmemiz için kalite çalışmaları, akreditasyonlar. O çalışmaların yapılması da tabii bir süre çok zihin açıcıydı, sağlık hizmeti sunanlar için de. Bir şeyler yapıyoruz ama bunun doğru yolda olduğumuzu ve kendimizi daha da geliştirmemizi aslında bize gösteren, bizi eğiten akreditasyonlardı. Bir, iki derken üçüncüyü de aldık. Şimdilik aklıma gelenler bunlar.

Tabii ki. Onun için diyorum; burada olmasam nerede olabilirdim? Başka bir resmî kurumda, bir üniversite hastanesinin kliniğinde olabilirdim ama ben bu kliniğe adım attığım andan itibaren bizim kurumumuzun çatısında, üniversite tabelası olan yapılardan (bu benim şahsî görüşüm) daha ileri düzeyde olduğunu hissetmiştim, düşünmüştüm, hâlâ da öyle düşünüyorum.

Pek çok yenilik, ülkeye katkı sağladı. Ben tabii ki geliştim ve bir süre sonra öyle ki, buradan başka bir yerde psikiyatrik hizmet vermeyi düşünemiyorum şu anda. Hani zaman zaman oluyor işte bu kurumdan ayrılmak, belki daha az yorucu bir platforma çekilmek fikri beliriyor. İnsanın eşi, dostu, ailesi söylüyor çünkü. “Çok çalışıyorsun. Ayrıl, aç muayenehaneni; daha rahat çalışırsın. Belki daha çok kazanırsın” gibi. Ama bir an durup düşündüğümde kendimi öyle bir yerde göremiyorum, bırakamıyorum yani bu kurumun sağladıklarını.

Bu kalitede hizmeti, başka hiçbir yerde veremeyeceğimi düşünüyorum. Ben de tabii ki geliştim hem o teknolojik tetkikleri değerlendirme noktasında hem tedavi olanaklarını kullanırken.

Dünyada var olan olanakların burada, elimizin altında olması hem konfor hem de hekim olarak bizi de geliştiren bir şey. Şimdi yıllar evvel ben burada çalışıyorum diye küçümseyen insanlar, bugün bana açıp ketamin infüzyon tedavisini, TMU’yu soruyorlar. Üniversitede çalışanlar, bizim tedavilerimizi soruyorlar ve buraya yakınlarını gönderiyorlar. Bence burada verilen hizmet ülke psikiyatrisinde altın standart diye düşünüyorum.

Naringül Aksu
Prof. Dr. Nevzat Tarhan'ın Özel Kalem Müdürü

"Nevzat Hoca ile 20 yıl"

Nevzat Hoca ile 20 yıl önce tanıştık. 1999'da.
Benim ikiz kız arkadaşlarım vardı. Kadıköy'deki işyerlerinde onları ziyarete gittiğimde ikizlerden birisi "Bir arkadaşımın çalıştığı muayenehaneye sekreter arıyorlar görüşmeye gitmek ister misin?" diye sordu, ben de "Olur, giderim" dedim. Benim de iş arayışım vardı o dönemde. Görüşmeye gittim. Psikolog Neşe Hanım vardı o zaman, ilk görüşmeyi onunla yaptım. Sonra da Nevzat Hoca ile tanıştırıldım. Ve ardından biz sizi ararız dediler ve o gün iş yerinden ayrıldım. Bir hafta hiç ses çıkmayınca, olmamıştır, diye düşünmeye başladım. Sonra bir gün telefon geldi ve işe başlamam için çağrıldım.

08:30-19:30 saatleri arasında 20 yılda sadece bir gün çalıştım…
İlk işe başladığımda, mesai saatlerimin sabah 08.30 akşam 19.30 olduğu, söylendi. Sadece söylenen saatlerde bir gün çıkabilmiştim. Sonrasında her geçen gün çıkışlarım daha da geç olmaya başladı. Ben çalışmayı çok seven biriyim. Bu yüzden geç saatlere kadar çalışmak beni aslında çok da rahatsız etmemeye başladı. Fakat sosyal hayat diye bir şey kalmadı tabii…

Ne çok sert ne de çok yumuşak olmamak gerekiyordu…
Çok zorlu bir sürece girmiştim… Psikiyatri hastalarına hizmet veren bir klinikte çalışıyordum. Onlarla anlaşmak, onları anlamak gerçekten çok önemliydi. Ne çok sert ne de çok yumuşak olmamak gerektiğini öğrendim zamanla. Daha sonra çocuk ergen birimi açıldı ve hiperaktivite çocuklar gelmeye başladı. Çok hareketliydiler. Bizim de yoğunluğumuz kat kat artmaya başladı. Öyle zamanlar oluyordu ki çocuklar çalışma alanımı işgal ediyordu… Bunlar tabi tatlı işgaliyelerdi… Ne sandalyeme oturabiliyordum ne de masamda bir şeyler yazabiliyordum. Çalışma ortamımız, çocuk şenlik alanı gibi olmuştu.

Nevzat Hoca'yla 20 yıl çalışacağım hiç aklıma gelmemişti…
Nevzat Hoca ile tanıştığımda açıkçası 20 yıl birlikte çalışacağımızı hiç düşünmemiştim... Ama işimi çok severek yapıyordum. Benim de biraz fazla obsesif yanlarım var. Düzeni çok seven bir kişiyim. İşe başlamadan sabahları notlarıma bakardım. Sonra Hoca'nın göreceği hastaların dosyalarını çıkartırdım. Saat sıralamasına göre düzenler, Hoca'nın masasına bu dosyaları yerleştirirdim. Güzeldi, keyifliydi ama hiçbir zaman 20 yıl boyunca Hoca'yla beraber çalışacağımı aklıma getirmemiştim. İş yoğunluğumuzla birlikte personel sayımız da her geçen

gün arttı. Artık çok kalabalıklaştık. Kalabalık ortamla, o ilk başladığım ortamın arasında farklılıklar da zamanla arttı. Açık söylemek gerekirse o günleri ve ortamı çok özlüyorum. Çok güzel ve sıcak bir ortamımız vardı… İnsan özlüyor…

Bir gün vaz geçmek istedim ama…

Çok zorlandığım dönemler de oldu. Bir gün vazgeçmek istedim. Bir hastamız beklediği için çok tepki göstermişti. Çok sıkıntılı bir hastaydı, şuan bile yüzünü hatırlıyorum. Ne kadar açıklama yapmaya çalışsam da beni hiç anlamadı. Çok tepki gösterdi. Bu durumdan çok rahatsız oldum. Ağlamaya başladım ve hastanın annesi de oğlunu sakinleştirmeye çalıştı. Bana da, kusura bakmayın, gibi sözler söyledi. Önemli değil dedim ama… Ben o zaman bilgisayar kullanmıyordum planlanan tüm randevuları deftere tek tek not alıyordum. Bir yandan ağlıyorum, bir yandan da randevu vermeye çalışıyorum… O olayın psikolojisiyle birlikte, akşama kadar bütün günün yoğunluğunun yorgunluğu da ilave oldu. Yemek yemeye dahi fırsatım olmuyordu o kadar yoğunduk, düşünün… O dönemler 50 kiloydum. Muayenehane içerisindeki para trafiği vs. her şeyle ben ilgileniyordum. Hoca'nın yanına elime aldığım kasa defteriyle gittim. Gün sonu raporunu Hoca'ya iletirken duygusallığımı fark etti. "Ben artık devam edemeyeceğim, yapamıyorum" diye söyledim Hoca'mıza. "Hastaların bana karşı tepkilerinden artık kendimi taşıyamıyorum. Yoğun çalışıyorum ve psikolojik olarak bana çok baskı yapıyorlar, bu baskılarından çok rahatsızım" dedim. Hoca da "Sakın ha! Olur mu öyle şey! Biliyorum çok zor ama çok güzel idare ediyorsun, ben izin vermiyorum yarın geleceksin tamam mı?" dedi. Gitmeme izin vermedi. O gün bugündür devam ediyorum.

İnsan ister istemez geçmişi özlüyor…

Çok kalabalık değildik ama çok güzel günlerimiz oldu. Sahip çıkılıyordu, insana değer veriliyordu, açıkçası mutluyduk. Çayımızı kendimiz yapardık. Ortam güzeldi. Balkonumuz vardı, hastalar kapının önündeki bahçeye çıkardı, bahçeden hasta çağırırdık. Güzel şeyler yaşadık. İnsan ister istemez geçmişi özlüyor. Şöyle bir düşünüyorsun… "20 yıl geçti mi?" diyorsun, bakıyorsun gerçekten 20 yılın geçtiğine inanamıyor insan… "Nevzat Hoca'yla kaç yıldır çalışıyorsunuz?" dediklerinde "20 yıl" dediğim zaman kendim bile inanamıyorum, 20 yıl ne kadar çabuk geçti diyorum.

Hafıza ödülünü Nevzat Hoca almalıydı…

Nevzat Hoca'nın çok güzel bir kişiliği var, çok zeki hiçbir şeyi unutmayan bir hafızaya sahip. Memory Center Kliniğimiz varken o dönemde Demirel'e hafıza ödülü vermiştik ama bence o ödülü Nevzat Hoca'nın alması gerektiğini düşünüyorum. Gerçekten inanılmaz bir hafızaya sahip. Hiçbir şeyi unutmuyor. Beni bu yönü gerçekten çok etkiliyor ve hala öyle.

Çocuklarına hem anne hem baba oldu…

Ailem de Nevzat Hoca gibi iyi bir insana rastladığım için çok memnunlar. En az benim kadar değer veriyorlar. Çok değerli bir insan olduğunu biliyorlar. Nevzat Hoca'yla çalıştığım için şanslı olduğumu düşünüyorum. Ben de bunun kıymetini bilmeye çalışıyorum açıkçası… Çünkü çok seviyor ve saygı duyuyorum kendisine. Ben yeni çalışmaya başladığımda küçük oğlu Fırat Bey 6 yaşındaydı. 20 yıl geçti aradan, şimdi hastane yönetiminde görevli. Furkan Bey üniversitede okuyordu o yıllarda. Okul çıkışlarında kliniğe gelir hastalara EEG çekiminde destek olurdu. Kliniğin işleyişiyle ilgilenirdi, şimdi Hastane ve Üniversite yönetiminde görev yapıyor. 20 yılın nasıl geçtiğine bakınca daha iyi anlıyor insan. Rahmetli Nermin Hanım da çok iyi bir insandı. Nevzat Hoca'nın en büyük destekçisiydi. Her konuda yanındaydı. Nevzat Hoca eşini kaybettikten sonra çocuklarına hem anne hem baba oldu. Nevzat Hoca'yı ve ailesini iyi ki tanımışım…

Üniversitede öğrencilerine, hastanede hastalarına çok önem verir…

Nevzat Hoca, çok fazla konuşulmasını sevmez, gereksiz detay sevmez, hızlıca sonuca gelinmesini sever. Çok iş odaklıdır, inanılmaz işine âşık bir insandır. Üniversitede öğrencilerine, hastanede hastalarına çok önem verir. Hastalarını çok önem vererek ve dikkatlice dinler. Çocukları bile kapıda ayakta karşılar aynı şekilde kapıya kadar eşlik ederek uğurlar. Böyle de güzel bir huyu var. Bence gerçekten hayranlık uyandıracak bir davranış. Küçük bir çocuğu kapıda karşılıyor, elini sıkıyor ve o oturana kadar ayakta bekliyor, o oturduğunda kendisi de oturuyor. Hastalarına karşı çok güzel saygınlığı var. En ufak konunun bile sonucunun ne olduğunu merak eder. Yerine getirildi mi, diye takip eder. Daha çok insanı anlama ile başlıyor herhalde. Nevzat Hoca, 20 yılda çok büyük şeyler başardı. Önce hastane açmayı düşünürken üniversite hiç ortada yoktu. Birden üniversite ortaya çıktı. Çok güzel başarılara imza attı.. Allah yolunu açık etsin ve sağlıklı uzun ömürler versin.

Uğur Canbolat
NP Etiler Tıp Merkezi
İdari Direktör V.

"O hayale inanmamış olsalardı…"

"İnsanı anlamaya bir adım daha" sloganı ve 'Hayat Tercihtir' mottosu ile ses veren bir üniversite Üsküdar Üniversitesi… Kurucu Rektör Prof. Dr. Nevzat Tarhan'ın liderliğinde tematik bir üniversitenin Türkiye'de ilk ve henüz tek olması da diğer bir çarpıcı yanı… Evet, Türkiye'nin davranış bilimleri ve sağlık alanının ilk tematik üniversitesi…

Giderek her alanda uzmanlaşan bir dünyada üniversitelerin de bundan artık uzak kalamayacağı âşikar idi. İşte bunu ilk gören ve uygulamaya sokan isim Prof. Dr. Nevzat Tarhan ve ekibi oldu. Hatırlanacak olursa Türkiye'ye **'Düşünce Teknolojisi'**ni ilk getiren ve bunu psikiyatri alanında uygulayan bir anlayıştan bahsediyoruz. Psikiyatrik tedavilerin sadece öykü almakla yetinilmeyen ve ölçülebilirlik prensibiyle **'Kanıta dayalı tıp'** anlayışını benimseyerek çıkılan zorlu yolculuğun sonraki durağı **'Tematik bir üniversite'** oldu. İyi de oldu.

Mesleğinin ileri alanlarında var olmak ve bu alanın gelecekteki öncülerini yetiştirmeyi hayal etmek, ardından bunu adım adım gerçekleştirmek olarak tanımlayabileceğimiz bir başarı öyküsünden bahsediyoruz.
Ülke olarak bu başarı hikâyelerine ihtiyacımız var.
Çok hem de!..
Kendimize gelmenin, silkelenmenin, gözümüzü yeniden yıkamanın, doğrulmanın ve bir daha tüm enerjimizi toplayarak ufka bakmanın diğer adıdır başarı hikâyeleri!
İşte bu nedenle önemlidir! Önden koşan atlılardır onlar. Yorulduktan sonra bir adım daha atabilmenin enerjisini ve heyecanını içinde barındırabilenlerin işidir bu! Yılgınların, yıkılmışların, bezginlerin, kendinden geçmişlerin, sadece kendisinin ve ailesinin geleceğini düşünenlerin değil! Sancısı olanların, topluma dair ıstırapları bulunanların başarabileceği işlerdir bunlar. Dünyası küçük olanların işi değil! Hayalsizlerin, rüyasızların işi değil! Hırsı dünya ile sınırlı olanların hiç değil! Bu işler büyük düşünebilenlerin işi! Başkalarının evlatlarını da hesaba katabilenlerin, onların gelecek sancılarını şimdiden kendi dimağında duyabilenlerin işidir. Küçük hesapları olanların değil, büyük rüyası olanların işidir.

Üsküdar Üniversitesini bu açıdan değerlendiriyorum. Bir hayale inanmışların ortaya koydukları bir ufku anlatmaya çalışıyoruz hocası ve öğrencileriyle. O hayale inanmamış olsalardı ilk seneden henüz kampüsü tamamlanmamış bir üniversiteye nasıl kayıt yaptırırdı öğrenciler?

Hocalar yıllardır çalıştıkları kurumları bırakarak nasıl gelebilirlerdi? Tüm bunlar Prof. Nevzat Tarhan'ın gerçekçi rüyaları nedeniyledir. İnandığına inandırabilme başarısı sebebiyledir. Hayalini gerçeğe dönüştürebilme becerisi ve enerjisine sahip olabilmesiyledir. Kısacası bu ortak ideale sağlıklı bir çağırı yapabilmesi nedeniyledir.

Nevzat Tarhan'ın bu hayaline ilk günden beri inanan ve mesleki becerisini, tecrübesini, Türkiye'ye dair ideallerini, geleceğe dair umutlarını birleştiren muhteşem bir kadroya sahip Üsküdar Üniversitesi…

Davranış bilimleri ve sağlık alanında özgünleşip, dünya standartları üzerinde bilgi üreterek akademik dünyaya katkıda bulunmak, bu doğrultuda projeler geliştirmek, tüm bu üretim süreci için kaynak oluşturmak, işbirlikleri geliştirmek ve nitelikli insan yetiştirmeyi kuruluş amacı olarak ortaya koyuyor. Eleştirilebilirlik, özgürlükçülük, çoğulculuk ve katılımcılık gibi temel ilkeleri benimseyerek Pozitif Psikoloji biliminin Türkiye'deki öncüsü konumunda olan Üsküdar Üniversitesi Nevzat Tarhan liderliğinde yoluna yeni başarılar ekleyerek devam ediyor.

RAKAMLARLA **NPİSTANBUL**

Ruh sağlığımıza ışık tutan veriler

Beyin, nöroloji, psikiyatri, psikoloji alanlarında multidisipliner bir yaklaşımla hizmet veren Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi, uzun yıllara dayanan tecrübesi ile sağlık alanında hizmet yolculuğuna devam ediyor. Hastanenin 25-40 yaş arasındaki danışanlarına ait bilgilerden oluşan 9 yıllık veri tabanı, ruh sağlığı konusunda önemli bilgilere ışık tutuyor.

• 9 yıllık dönemde toplam

208 bin 406 kişi muayene edildi.

25-40 yaş arası en yoğun yaş grubu.

Erkek **45 bin 540**;

kadın **45 bin 879** olmak üzere toplamda

93 bin 787 tekil kişi.

(Tekil kişi: Bir hasta birden fazla tedavi hizmeti aldıysa biz o kişiyi tek sayıyoruz.)

• Nöromodülasyon Merkezinde

156 bin 942 seans hizmeti sunuldu.

9 bin 183 kişi yatarak hizmet aldı.

202 bin gün yatış süresi oldu.

• **6 bin 476** erkek bağımlı hasta,

743 kadın bağımlı hasta oldu.

• Toplamda **174 bin 883** kişiye psikoterapi (poliklinik) hizmeti sunuldu.

Erkek: **93 bin 56**, Kadın: **81 bin 777**

• Laboratuvarda toplamda

942 bin 363 tetkik çalışıldı.

Erkek: **473 bin 63**,

Kadın: **294 bin 467**

En çok konulan tanılar

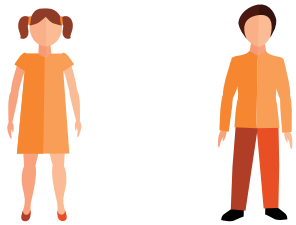
Duygu Durum Bozukluğu

5 bin 693 | **4 bin 695**

Toplam 10 bin 388 kişi

25-40 yaş arasını kapsamaktadır.

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB)



2 bin 329 | **6 bin 227**

Toplam 8 bin 556 kişi

0-18 yaş arasını kapsamaktadır.

Bipolar Bozukluk

10 bin 439 | **96 bin 20**

Toplam 20 bin 59 kişi

ISTANBUL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

Üsküdar Üniversitesi
7. Bilim ve Fikir Festivali

T.C. ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

#MucitlerAranıyor

BU İCAT ÇOK TUTAR!

Üsküdar Üniversitesi ve İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü iş birliği ile Bilim ve Fikir Festivali

DERECEYE GİREN PROJELERE PATENT DESTEĞİ

Tüm Kategorilerde
Toplam 100.000 TL Ödül

Festival Tarihi: **16-17 Nisan 2020** Son Başvuru Tarihi: **29 Şubat 2020**

bilimvefikirfestivali.com bilimvefikirfestivali bilimvefikir bilimvefikirfestivali **bilgi@bilimvefikirfestivali.com**

Dengesiz beslenen çocuklar, öğrenme güçlüğü çekiyor!

Özden Örkcü
Beslenme ve Diyet Uzmanı

Yaz tatilinin ardından çocuklarda yeme düzenleri ile beraber biyolojik saatler de değişti. Düzenli uyku saati beraberinde düzenli beslenmeyi de getirirken, geç saatte yapılan bir kahvaltı, devamında öğün atlamalarına sebep oluyor. Ailelerin ilk olarak çocukların uyku saatlerini düzene koymasını öneren uzmanlar, yetersiz ve dengesiz beslenen çocukların dikkat sürelerinin kısalarak, öğrenmede güçlük çektiklerinin altını çizdi.

Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi Beslenme ve Diyet Uzmanı Özden Örkcü, çocukların doğru beslenmesine dair önemli bilgiler verdi.

Çocuğunuzun uyku saatini düzenleyin

"Düzenli uyku saati, beraberinde düzenli beslenmeyi de getirir. Bu yüzden ilk olarak çocukların uyku saatlerini düzene koymayla başlanabilir" diyen Özden Örkcü, "Geç saatte yapılan bir kahvaltı, devamında öğün atlamalarını getirecektir. Öğle yemeğinde yapılan kahvaltı öğle öğününün atlanmasına ve temel besin öğelerinin (süt grubu, et grubu, tahıl grubu, yağ grubu, sebze ve meyveler) kısıtlı ve dengesiz alınmasına neden olacaktır" dedi.

Yanlış beslenme, çocuklarda dikkat süresini kısaltıyor

Düzensiz beslenmenin çocukların gelişimini olumsuz etkilediğini belirten Örkcü, yetersiz beslenen çocukların büyüme ve gelişmelerinin aksadığını, dikkat sürelerinin kısaldığını, algılamalarının azaldığını ve öğrenmede güçlük çektiklerini vurguladı. Örkcü, sağlık açısından

önemli yere sahip olan besinleri ise şöyle ifade etti:

Lifli gıdalar: Çocukluk döneminde özellikle düzenli barsak alışkanlığı geliştirmek açısından önemlidir. Ayrıca lifin; kan, kolesterol ve glikoz düzeylerini düşürerek yaşamın ileri döneminde ortaya çıkan kardiyovasküler hastalıklar, Tip 2 diyabet ve bazı kanser türlerinin görülme risklerini azalttığı bilinmektedir.

Yoğurt: Yağ, beyin sağlığı için çok önemli bir besin kaynağıdır. Özellikle tam yağlı yoğurt, beynin aktivitesini artırarak hücre zarı gelişimine destek olur. Yoğurda ekleyebileceğiniz birkaç parça bitter çikolata ile beyin kan akımını artırarak çocuğunuzun zihnini daha aktif tutmasını sağlayabilirsiniz

Yeşillik: Folat ve vitamin dolu, ıspanak, lahana gibi yeşillikler çocuğunuzun ileri yaşlarda demans olma riskini düşüren sağlıklı bir diyetin parçalarıdır. Özellikle yumurtalı ıspanak ve lahana cipsi yeni beyin hücrelerinin büyümesine yardımcı olur.

Balık: Doğal yağlı balık, iyi bir D vitamini kaynağıdır. Çocuğunuzun bilişsel gerileme ve hafıza kaybına karşı beynini korumak için Somon, ton balığı, sardalye gibi Omega-3 içeren balıkları yedirin.

Doğal et: Yapay madde, boya, aroma, koruyucu ve tatlandırıcı içermeyen etleri tercih edin. Salam, sosis, sucuk gibi işlenmiş gıdalardan uzak durun.

Kuruyemiş ve tohumlar: Protein, esansiyel yağ asitleri, vitamin ve mineraller ile dolu, fındık ve tohumlar çocuğunuzun sinir sistemini mutlu eden besinlerdir.

Yulaf ezmesi: Protein ve lif bakımından zengin yulaf ezmesi, kalp ve beyin damarları sağlığını korur. Yapılan bir çalışma, şekerli yulaf ezmesi yiyen çocukların şekerli tahıllar yiyen çocuklara göre bellekle ilgili akademik görevleri daha iyi yaptığını ortaya koymuştur. Besinleri tatlandırmak için şeker yerine tarçından yararlanın. Baharat bileşikleri beyin hücrelerini koruma konusunda destek görev yaparlar."

Bu programı dikkate alın!
Beslenme ve diyet uzmanı Özden Örkcü, çocuklar için bir günlük beslenme programını anlattı:

Kahvaltı: 1 su bardağı süt + 1 haşlanmış yumurta veya peynirli omlet + 2 dilim tam buğday ekmeği + 1 tatlı kaşığı reçel ya da bal pekmez + 3-4 adet zeytin veya 2 adet ceviz
Ara öğün: 1 su bardağı taze sıkılmış meyve suyu
Öğle yemeği: Izgara et, tavuk, balık + 4-5 yemek kaşığı pilav ya da makarna
Ara öğün: 2 yemek kaşığı yoğurt + bal veya pekmez ilaveli + 2 yemek kaşığı yulaf
Akşam yemeği: Sebze yemeği + 2 yemek kaşığı yoğurt ya da 1 su bardağı ayran + 2-3 yemek kaşığı pilav ya da makarna ya da 1-2 dilim tam buğday ekmeği
Ara öğün: 1 su bardağı meyveli süt (ev yapımı + 10 adet badem veya 2 adet ceviz)

Öğün atlamadan beslenmeli
"Çocuklar düzenli ve öğün atlamadan beslenmelidir" diyen Beslenme ve Diyet Uzmanı Özden Örkcü, sözlerini şöyle tamamladı: "İyi bir beslenme alışkanlığı için çocuğa her besin grubundan yedirilmelidir. Sevmediği besinler konusunda ısrar etmeyip aynı gruptaki benzer besinlerden verilmelidir. Ara öğünlerde şeker, bisküvi, çay, gazoz, kolalı içecekler verilmemelidir."

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

“Sanattan Tedaviye Ergoterapi” kitabı yayınlandı

Üsküdar Üniversitesi Yayınları’nın 11’inci kitabı “Sanattan Tedaviye Ergoterapi” yayınlandı. Önsözünü Üsküdar Üniversitesi Kurucu Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan’ın yazdığı kitapta tedavi öncesi, tedavi sonrası danışanların duygu ve düşüncelerini ebru, resim ve seramik aracılığıyla yansıttıkları çalışmalar yer alıyor.

Sanattan Tedaviye Ergoterapi kitabı, Üsküdar Üniversitesi Ergoterapi Bölümü Öğretim Üyelerinden Prof. Dr. Sevda Asqarova ve Öğr. Gör. Shahram Mohseni ile NPİSTANBUL Beyin Hastanesi’nin Ebru Bölümünden Psk. Ayda Aktay, Resim Bölümünden Berivan Bülüm ve Seramik Bölümünden Gizem Gürsel’in katkıları ile oluşturuldu.

Prof. Dr. Tarhan: “Ergoterapi çeşitli hekimlik dalları içinde kaybolup gidiyor”

Tarhan “Sanatla bilimin nikâhı veya Ergoterapi” başlıklı önsözünde kişinin aktif yaşama uyum sağlaması için uğraşan sağlık disiplinlerini belirterek Ergoterapinin önemini vurguladı.

Tarhan, “Kişinin aktif yaşama katılabilmesi ve uyum sağlaması için uğraşan sağlık disiplinleri; Fizyoterapi, Dil ve Konuşma Tedavisi, Özel Eğitim ve Ergoterapi gibi sağlık meslek tanımı yapılmış alanlardır. Ergoterapi bunlar içinde Türkiye’de fazla bilinmiyor, aynı zamanda çeşitli hekimlik dallarının içinde kaybolup gidiyordu. Üsküdar Üniversitesi olarak bu disiplinin doğru tanımlanmasında öncülük yaptık. Sevinçle söylemeliyiz ki üniversitemizin kurucu hastanesi olan NPİSTANBUL Beyin Hastanesi 2006 yılında faaliyete başladığından beri müzik ve sanatı tedavide canlı tutmak için canlı müzikle tedavi, resim atölyesi ve ebru atölyesi 12 yıldır sürüyor” şeklinde konuştu.

“Hastalarımızın özgüvenlerinin yeniden inşasında katkıda bulunmayı amaçlıyoruz”

Aktay, sanatla tedavi yönteminin amaçları ve hedefleri ile ilgili bilgi verdi. Aktay, “Ergoterapideki sanatsal aktivitelerle hastalarımızın, an’daki duygu ve düşüncelerini ses, ritim, hareket, renk, form, desen ve benzeri araçlar kullanarak ifade etmelerine yardımcı olmak hedeflenmektedir. Tüm bu sanatsal araçlar, hastalarımıza sözel olarak ifade edemedikleri duygularını ifade edebilmeleri için farklı bir dil, bambaşka bir yöntem sunmaktadır. Hastalarımızın yaptıkları işe odaklanarak rahatlamalarını sağlayıp, yeteneklerini ve becerilerini keşfetmelerine, geliştirmelerine yardımcı olmayı, özgüvenlerinin yeniden inşasında katkıda bulunmayı amaçlamaktayız” dedi.

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

Öncesi / Before

İsim: A.D Cinsiyeti: K / Yaş: 14
Tanısı: Majör Depresif Bozukluk

Ebru çalışması için geldiğinde başı önde göz teması olmayan danışan, tüm renkleri kullandı. Yavaş ve dalgın bir şekilde ebru yaptı. Yardım istemeye çekinen, diğer katılımcılarla sosyal etkileşimden kaçınan danışan, tüm teşviklere rağmen 2. kez ebru yapmadı.

The patient who made an eye contact in the initial marbling therapy, used all the colors during the process. She did the marbling slowly and absently. She was resistant to ask for help and interact with other patients. She did not conduct the second marbling work despite all the encouragement.

Name: A.D. Gender: F / Age: 14
Diagnosis: Major Depressive Disorder

Önceki çalışmalarından memnun olmayan danışan tedavi süreci ilerledikçe yardım isteyebilecek, diğer katılımcılarla iletişime girebilecek düzeye geldi. Hemen hemen tüm renkleri kullanarak renkler kaybolmadan desen yapma aşamasına gelen danışan "Ruh halim suya yansıyor" diyerek terapiden bir çıkarım yaptı.

The patient was not pleased with the previous marbling workwork. She started to ask for help and interact with other patients as the treatment advanced. She reached the level of designing through using most of the colors, stated as "My psychological state is reflected on the water".

Okul değişikliği çocuğu nasıl etkiliyor?

Zorunlu olmadıkça okul değişikliği yapılmamalı!

Uzm. Klinik Psikolog
Esma Uygun

Okulların açıldığı bu günlerde bazı çocuklar için okul değişikliği de gündemde. Okul değişikliğinin çocuklar için zorlayıcı olabileceğini belirten uzmanlara göre, çocukların yeni bir sosyal ortama adapte olması için zaman gerekiyor.

Üsküdar Üniversitesi NP Feneryolu Tıp Merkezi'nden Uzman Klinik Psikolog Esma Uygun, okul değişikliğinin çocuklar üzerinde zorlayıcı etkileri olabileceğini söyledi. Okulun çocuk ve ergenlerin sosyal becerilerini geliştirebileceği önemli bir sosyal deney alanı olduğunu belirten Uygun, çocuk için sosyal ilişkilerini oluşturduğu okuldan ayrılıp başka bir okulda yeni bir sosyal alan oluşturmasının zorlayıcı olabileceğini, bu süreçte ebeveyn ve öğretmenlerin desteğinin önemli olduğunu belirtti.

Alışma sürecinde destek önemli

Çocuğun bu dönemde yaşayacağı zorluklara da değinen Uzman Klinik Psikolog Esma Uygun, yaşanabilecek olası sorunları şöyle sıraladı:

"Sınıfa yeni katılan bir öğrenci kendisini tanıtmak, kabul ettirmek ve gruplara dâhil olmak için aktif çaba göstermek durumunda kalacaktır. Ebeveynlerin ve öğretmenlerin bu süreçte destekleyici olması önemlidir. Yeni bir sosyal ortam her zaman olumsuz değil sosyal becerileri geliştiren olumlu bir etkiye de neden olabilmektedir. Sosyal becerileri gelişmiş bir çocuk için bu durum zorlayıcı olmayacak, sadece biraz zaman alacaktır. Sosyal beceri eksikliği olan çocuklar için ise okul değişimi olumsuz bir etki oluşturabilmektedir. Bu nedenle zorunlu olmadıkça okul değişikliği yapmamak gerekir."

Çocuklarınızla iletişim kurun

Yeni öğretim yılı başladığında öğretmenlerin, çocukların birbiri ile iletişim kurmasını ve kaynaşmasını sağlamak için yaş gruplarına uygun olarak çeşitli etkinlikler düzenlediğini hatırlatan Esma Uygun, "Bu süreçte ebeveynler, çocukları ile ilk haftalarda yaşadığı sosyal deneyimler üzerine konuşabilirler. Çocuğun sıkıntılarını dinlemek, birlikte çözüm üretmeye çalışmak ve sosyal ilişkilerin oluşmasına biraz zaman vermek konusunda konuşmak yararlı olacaktır" tavsiyesinde bulundu.

Sıklıkla yaşanan sorunlarda uzmana başvurun

Uzman Klinik Psikolog Esma Uygun, zorunlu olarak okul değişikliği yapan ailelere önerilerini şu şekilde sıraladı:

"Okul değişikliğini zorunlu olarak yapmışsanız, çocuğunuzun sınıftaki diğer kişilerle yaşadığı deneyimleri sizinle paylaşması konusunda desteklemelisiniz. Yeni bir sosyal ortama adapte olmak için zaman gerekir. Sosyal ilişkiler, iletişim becerileri ve sosyal gelişim çocukların kişilik gelişimi üzerinde önemli bir etkiye neden olmaktadır. Eğer çocuğunuz okulda sosyal ilişkiler kurmak konusunda sıklıkla sorun yaşadığından bahsediyorsa bir uzmandan destek almalısınız."

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

Çocuğunuz okuma-yazmayı öğrenemiyorsa, dikkat!

Uzm. Psikolog
Leyla Arslan

Bireylerde öğrenme güçlüğü olarak görülen ve nöropsikiyatrik bir bozukluk olan disleksi, aileler tarafından çoğu zaman fark edilmiyor. Bireyin okuma, yazma ve sayısal işlemleri öğrenememesinin disleksi belirtisi olduğunu ifade eden uzmanlar, anne-babaları dikkatli olmaları konusunda uyarıyor.

Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi'nden Uzm. Psikolog Leyla Arslan Özcanlı, bireylerde öğrenme güçlüğüne dair önemli değerlendirmelerde bulundu.

Çocuk okuma, yazma ve sayısal işlemlerde zorlanıyor

"Disleksi, nöropsikiyatrik bir bozukluktur. Bir birey eğer kendisinden beklenen düzeyde okuma – yazma yapamıyorsa ya da matematik yapamıyorsa öğrenme güçlüğünden şüphe ederiz" diyen Uzm. Psikolog Leyla Arslan Özcanlı, "Fakat bu bireylerin aynı zamanda zihinsel bir sorunları yoktur. Tanısı koyulurken özgül öğrenme güçlüğünün, zekâ testi mutlaka yapılır. Zeki olmasına rağmen okumayı anlamakta, okumakta ve okuduğunu yazmakta, ayrıca sayısal işlemlerde normal çocuklara göre çok zorlanırlar. Aslında 3 alt boyutta alabiliriz bunu. Okumayı öğrenememek, yazmayı öğrenememek, sayısal işleri öğrenememek gibi…" dedi.

Okuma-yazmada harfler karıştırılıyor

Arslan, "Okuma hataları deyince genelde "b" – "d" harfleri çok karışır, harfler atlanır "ve", "ev"

gibi okunabilir, “m”ler “n” gibi okunabilir, “e”-“a” sesleri karışır. Aynen böyle okuduğu için yazıyı da böyle yazabilir. Bu çocuklar okula başladıkları zaman böyle bir sorunla yüzleşirler” diyerek, sözlerini şöyle sürdürdü: “Aslında bu durumun okul öncesi çağda da yani 3 yaşından sonra da bizim tarafımızdan tespit edilmesi kolaydır; ama çoğu kez aileler bunun çok farkına varmaz. Doğrusu okulun da ikinci devresinde netleşir durum. Okuma bu şekilde olunca, yazmada da aynı hatalar olur. Matematikte de aslında çarpım tablosunu öğrenemez bu çocuklar. Bunun daha önceki gelişim evrelerinde anaokulunda ise bu çocukların sağ – sol yönünü karıştırdıkları, sağı ve solu öğrenemedikleri bazı kavramları, bazı ince motor hareketleri yapamadıklarını görürüz.

Dengede yürüyemiyor, çatal-kaşık kullanmada geç kalıyorlar

“Örneğin; bu çocuklar çatal – kaşık kullanmada da çok geç kalırlar. Dengede yürüyemezler, sek sek oynayamazlar, düğüm atamazlar. Bunlar 3 yaşına kadar yapılması gereken işlerdir. Bunları yapamazlar yani uğraşsalar bile bu alanda güçlükleri vardır. Fark edilmezse eğer ve bu öğretilmezse bu güçlük okuma-yazmaya kalem tutmaya kadar uzayabilir. Burada klinik pratik diye takip ettiğimiz 3. ve 4. sınıfa kadar gelmiş ve okuma-yazmadan nefret eden; ama zekâsı yerinde olan çocuklarla çok karşılaşıyoruz.”

Problemi fark edilmeyen çocuklar, okulu bırakmak zorunda kalıyor

“Bunlara baktığımız zaman, ortalama şunları görüyoruz: çocuklarda aslında uzay algısı da bozuluyor. Uzay algısı deyince; mesela ters algıları oluyor” diyen Arslan, “Bir test yaptığımız zaman; diyelim ki bir şekil verdik. Bunu ‘Yazın-çizin’ dediğimiz zaman ters olarak döndürüyor şekli. Yazıları da aynı görüntüsü gibi ters yazabiliyor. Verdiğimiz şekilleri de yukarıdan aşağıya doğru döndürüyor. Herkeste böyle bir durum yok ama özgül öğrenme güçlüğünü zor kılan durum aslında bu. Çocuğun bu durumunu anne – baba eğer fark etmezse, çocuk ders çalışmıyor, neden yapmıyor diye detaylı olarak düşünmek zorunda. Gerçekten çocuğun bu sorunu o kadar büyük ki ve bu anlaşılmadığı zaman o kadar farklı sorunlara neden oluyor ki çocuklar okulu bırakmak zorunda kalıyorlar ve okulu sevmiyorlar aslında başarılı olabilecekleri halde. Gerek dünyada gerek Türkiye’de yapılan araştırmalarda böyle çocukların üçte biri okulu sevmediği için bırakıyor. Üçte biri tamamen tedavi ediliyor, doğru kişi ve tekniği buluyor; diğerleri de yapabildiği halde lise düzeyinde bırakıyor ve üniversiteye devam etmiyor” dedi.

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

DEHB, okul döneminde belirginleşiyor, erkek çocuklarında daha fazla görülüyor.

Dr. Öğr. Üyesi Başak Ayık

Dikkatsizlik, aşırı hareketlilik ve dürtüsellikle karakterize nörogelişimsel bir bozukluk olan Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB), en çok okul hayatında belirgin hale geliyor. Erkek çocuklarında kızlara göre daha sık görülen bozukluğun tedavisi mümkün. Uzmanlar erken teşhisin önemine işaret ediyor.

Üsküdar Üniversitesi NP Feneryolu Tıp Merkezi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Dr. Öğretim Üyesi, okul döneminde anlaşılan Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu'nun tedavi edilebildiğini söyledi.

Okula uyum haftası çok önemli

İlk hafta ilkokul 1. sınıf öğrencileri için okula uyum haftası olduğunu belirten Dr. Öğr. Üyesi Başak Ayık, şunları söyledi:

"Okula daha rahat alışabilmeleri için Milli Eğitim Bakanlığı'nın normal eğitim takviminden 1 hafta erken okula gitmeye başlamaları; okulda normalden daha kısa süre kalmaları; öğretmenleri, arkadaşları ve okul ortamını tanımaya fırsatlarının olması ve ebeveynlerin onlara daha rahat eşlik etmesi sağlanıyor. Bu süreç çocukların okul ile ilgili kaygı ve korkularını azaltarak birçoğunun okula daha rahat uyum sağlamasını ve sorunsuz bir başlangıç yapmalarını sağlaması açısından çok önemli. Okula uygun zihinsel, davranışsal ve duygusal gelişim düzeyine gelen çocukların ilköğretime başlayabildiğini ancak okula başlayan her çocuğun bu gelişim alanlarında yeteri kadar

beceri kazanmış olmayabildiğini ifade eden Dr. Öğr. Üyesi Başak Ayık, "Okula başlama için zihinsel gelişim düzeyi ne kadar önemliyse sosyal uyum becerileri ve davranışları kontrol becerisi de o kadar önemli bir yer tutuyor."

Öğrenmeyle ilgili sorunlar gün yüzüne çıkabilir

İlkokul ile birlikte akademik öğrenme ve sosyal uyum davranışlarının önemli hale geldiğini ifade eden Dr. Öğr. Üyesi Başak Ayık, "Çocuklarda okul öncesi dönemde var olan ancak bir şekilde idare edilen bazı sorunlar bu dönemde gün yüzüne çıkabiliyor. Bunlardan birincisi öğrenmeyle ilişkili problemler; özellikle dikkat, derse adaptasyon, konsantrasyon ve öğrenme ile ilgili sorunlar çocukların akademik başarısını olumsuz yönde etkileyebilir. Sınıf içerisinde oturmakta, sınıf kurallarına uyumda sorun yaşama ile kendini gösteren hiperaktivite ve dürtüsel davranışlar ise davranış bozukluğu ile kendini gösterebilir. Bu tarz davranış ve sorunlar sadece çocuğun akademik yönden olumsuz etkilenmesine yol açmaz, bunun yanında arkadaşları tarafından dışlanmasına ve sınıfın "günah keçisi" ilan edilmelerine ve bu etki yoluyla özgüven sorunları ve depresyona sebep olabilir" uyarısında bulundu.

Okul hayatında belirginleşiyor

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu'nun (DEHB); dikkatsizlik, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik ile karakterize nörogelişimsel bir bozukluk olduğunu ifade eden Dr. Öğr. Üyesi Başak Ayık, "DEHB, çocuklarda en sık görülen psikiyatrik durumlardan biridir. Erkek çocuklarında kızlara göre daha sık görülür. Belirtileri erken çocukluk döneminde başlasa da en çok okul hayatında belirgin hale gelmeye başlar" uyarısında bulundu.

Bu belirtilere dikkat

Dr. Öğr. Üyesi Başak Ayık, DEHB'nin belirtileri ile ilgili şu bilgileri verdi: "Bu çocuklarda görülen belirtiler; dikkat eksikliği, derse odaklanma ve dikkatin sürdürülmesinde problem, unutkanlık, eşya kaybetme, dış uyaranlarla (gürültü, kalabalık gibi) dikkatin çabuk dağılması, kendisiyle konuşulurken dinlemiyormuş gibi görünme, dikkatsiz hatalar yapma, ders sırasında konuşma, sınıfta oturmakta güçlük çekme, sürekli yerinden kalkma isteği, sonucunu düşünmeden yapılan hareketler, sabırsızlık ve lafa dalma olarak sıralanabilir." DEHB tanısı alan bir çocukta bu belirtilerin hepsinin aynı zamanda bulunmayabileceğini belirten Dr. Öğr. Üyesi Başak Ayık, "Bu hastalık için alt tipler tanımlanmıştır. Birinci grupta 'sadece dikkat eksikliği' görülmektedir. Bu çocuklar sessiz ve sakin oldukları için genellikle okuldan hiç şikâyet gelmez. Ancak dalgın olduklarından okuldan akademik bir kazanç sağlayamazlar ve genellikle hiperaktif olan gruba göre daha geç tanı alırlar. İkinci grup 'hiperaktivitesi olan ancak dikkatte bozulma görülmeyen grup'tur. Üçüncüsü ise 'hem dikkat eksikliği hem de hiperaktivitenin bir arada görüldüğü çocuklar'dır" diye konuştu.

Tedavisi mümkündür

DEHB'nin nedeni ve tedavisi hakkında yapılan birçok bilimsel çalışma olduğunu belirten Dr. Öğr. Üyesi Başak Ayık, "Tedavisi mümkün ve oldukça yüz güldürücüdür. Öncelikle bir çocuk ve ergen psikiyatrisi uzmanı tarafından çocuğun DEHB olup olmadığı belirlenmelidir. Tedavi çocuğu hayati risk taşıyabilecek kazalardan koruyabilmek, gerçek akademik performansını ortaya koyma şansını sunmak, aşırı hareketlilik ve dürtüselliğinin kontrol altına alınması, tedavi edilmediğinde oluşabilecek riskli durumlardan korumak için gereklidir" tavsiyesinde bulundu.

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

İşitme kaybı, okul başarısını etkiliyor

Prof. Dr.
Murat Topak

İşitme kayıplarının okul başarısını olumsuz etkilediğini belirten uzmanlar, yeni ders yılı başlamadan genel bir sağlık kontrolü yapılmasını öneriyor. Uzmanlar, sessiz seyreden kulak nezlesinin işitme kaybına yol açabileceğine dikkat çekti.

Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi Kulak Burun Boğaz Uzmanı Prof. Dr. Murat Topak, kulak sağlığının önemine dikkat çekti.

Kulak nezlesine dikkat

İşitme kaybının okul başarısını olumsuz etkilediğine dikkat çeken Prof. Dr. Murat Topak, alınacak bazı önlemlerle işitme kaybına neden olabilecek hastalıkların tespit edilebileceğini ifade etti. Çocuklarda orta kulak iltihaplarının yanı sıra en sık görülen rahatsızlıklardan birinin de sessiz seyreden kulak nezlesi olduğunu ifade eden Prof. Dr. Murat Topak, kulak nezlesinin işitme kaybına yol açtığını belirtti.

Geniz eti, sebep olabilir

"Kulak nezlesi" olarak tanımlanan Efüzyonlu Otitis Media'nın (EOM) aktif enfeksiyon bulgularının eşlik etmediği, orta kulakta enflamatuar karakterde bir sıvı birikimi tablosu olduğunu ifade eden Prof. Dr. Murat Topak, "Hastalığın gelişiminde etkili olan en sık rastlanan faktörler arasında östaki tüpünün fonksiyon bozukluğu, adenoid dokusu (geniz eti), üst solunum yolları enfeksiyonları, alerjik rinit sayılabilir. Hastalarda işitmede azalma, kulakta dolgunluk hissi ve nadiren de basınç değişikliklerine bağlı hafif ağrı olabilir" uyarısında bulundu.

İşitme kaybı, öğrenme güçlüğüne yol açıyor
İşitme kaybının çocuklarda birçok olumsuzluğa yol açabileceğini ifade eden Prof. Dr. Topak, bu sorunları da şöyle sıraladı:
"**Dil gelişiminde sorunlar:** Dil ve konuşmanın gelişmesinde sorunlar ve artikülasyon kusurları,
Öğrenme güçlüğü: Kavram geliştirmede zorluk, okul başarısı sorunları, müzik ve ritm algılarında bozukluk
Davranış sorunları: Sosyal uyum zorluğu, içe kapanıklık sayılabilir."

Kulak nezlesinin genellikle çocukluk çağında ve daha çok kış aylarında görülen bir hastalık olduğunu ifade eden Prof. Dr. Murat Topak, "Çocukların 10 yaşına kadar % 90'ının en az bir kez EOM yaşayacağı belirtilmektedir. Ancak çoğu defa sessiz seyrettiği için birçoğu gizli kalmakta birçoğunun da başlangıç ve bitişi kesin olarak bilinememektedir" dedi.

Bu önerilere kulak verin!
Kulak nezlesine neden olan faktörlerin ve risk faktörlerinin göz önünde bulundurulması ve erken tanı için dikkatli olunması gerektiğini ifade eden Prof. Dr. Murat Topak, "Örneğin bir üst solunum yolu enfeksiyonundan sonra işitme ile ilgili bir sorun olup olmadığı konusunda şüphe durumunda bir sağlık merkezine başvurulmalıdır" uyarısında bulundu.

Biberonla beslerken bebeği yatırmayın
Prof. Dr. Murat Topak, diğer önerilerini şöyle sıraladı:
"Yapılan araştırmalarda sık ve kuralsız antibiyotik kullanımının, prematüre doğumun, anne sütü ile beslenmenin erken bırakılmasının, biberonla beslenmenin, yarık damak ve dudak anomalilerinin EOM gelişiminde risk faktörleri olduğu tespit edilmiştir.

Beslenme pozisyonu önemlidir, anne sütü ile veya biberonla besleme sırasında çocuğun yatar durumda olmaması gerekir. Ayrıca çocuklarda sık rastlanan adenoid vegetasyon (geniz eti) ve neden olabildiği sinüs enfeksiyonları tedavi edilmelidir.

Olumsuzluğa yol açan çevresel faktörlere de dikkat edilmelidir. Örneğin; kalabalık aile ortamı, kötü hijyen koşulları, evde sigara içilmesi, kalabalık kreş ortamı, hava kirliliği bunlar arasındadır."

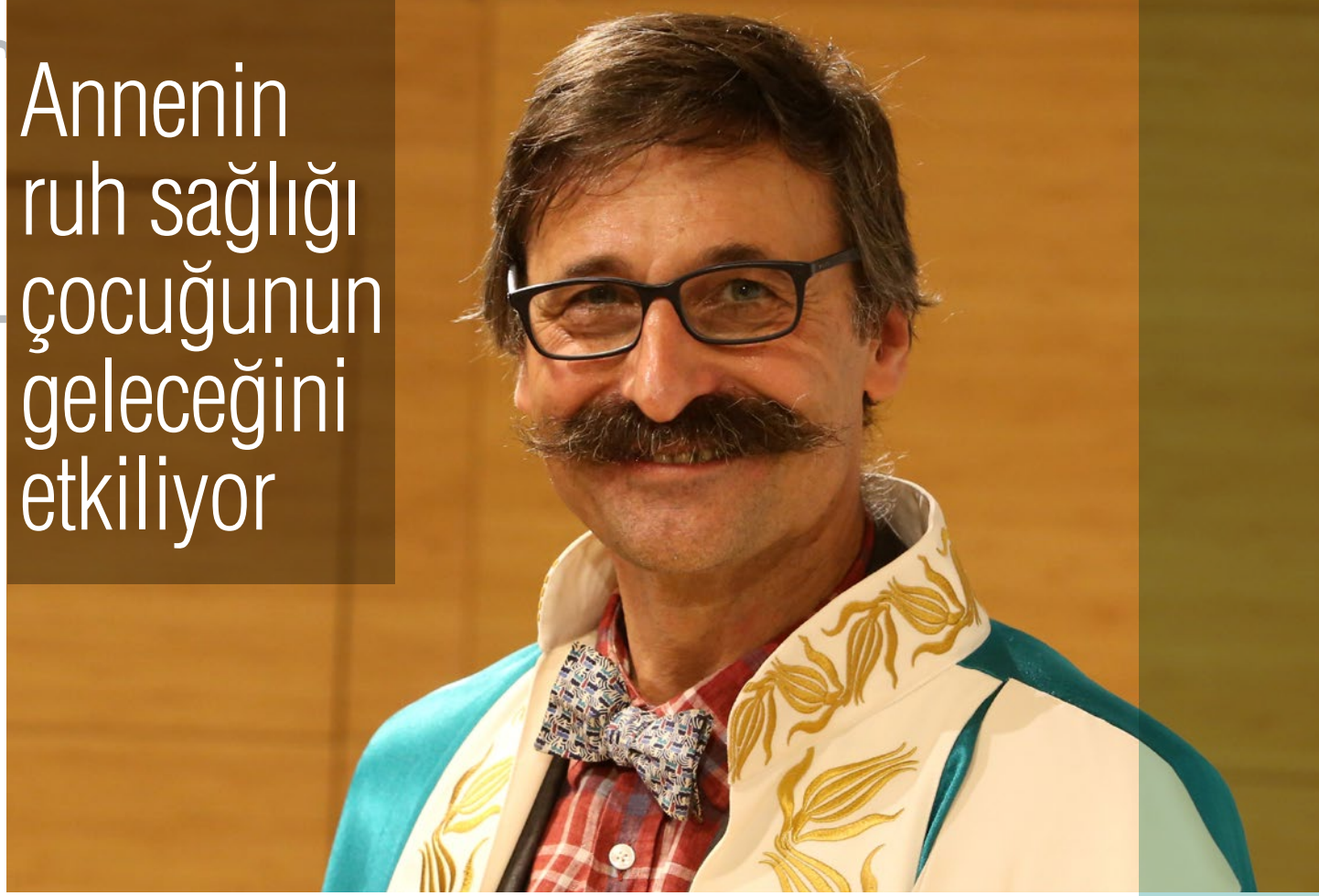
3 ayda iyileşmezse cerrahi tedavi uygulanıyor
Kulak nezlesinde öncelikle medikal tedavi uygulandığını, daha sonra cerrahi tedavinin gündeme geldiğini ifade eden Prof. Dr. Murat Topak , "Medikal tedavide ilk adım antibiyotik tedavisidir. Hasta daha sonra takip edilir. Hastalık 3 ay içinde düzelmezse cerrahi tedavi uygulanır. Cerrahi tedavide en sık uygulanan yöntem ventilasyon tüpü takılmasıdır. Bu ameliyatta varsa adenoidektomi (geniz eti temizlenmesi) de yapılır. Cerrahi girişimden sonra da hasta takip edilir" diye konuştu.

İşitme kaybından şüpheleniyorsanız uzmana danışın
Okulların açılmasına az bir zaman kaldığını belirten Prof. Dr. Murat Topak, ailelerin çocuklarında işitme kaybı olduğundan şüpheleri varsa mutlaka bir uzmana danışmaları gerektiğini belirterek "Okullar yakında açılacak. Anne-babaların çocuklarında işitme kaybı olduğundan şüpheleri varsa mutlaka muayene ettirmeleri gerekir. İşitme kayıpları çocuklarda okul başarısını olumsuz yönde etkileyen bir faktördür" uyarısında bulundu.

Orta kulak iltihapları sık görülüyor
Prof. Dr. Murat Topak, çocuklarda kış aylarında en çok orta kulak iltihapları, akut orta kulak iltihabı ve kulak nezleleri, üst solunum yolları enfeksiyonlarının görüldüğünü belirterek ilkbahar, yaz ve sonbaharda alerjik nezleler, yaz aylarında ise suyla sık karşılaşma sonucu dış kulak yolu enfeksiyonlarının ve viral üst solunum yolları enfeksiyonlarının sık görüldüğüne dikkat çekti.

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

Annenin ruh sağlığı çocuğunun geleceğini etkiliyor



Annelere yönelik ruh sağlığı hizmeti geleceğe yatırım

Anne ve bebek ruh sağlığı alanında gerçekleştirdiği küresel çaptaki faaliyetleri ile tanınan Dr. Alain Gregoire, anne ruh sağlığının çocuğun geleceği üzerinde çok önemli etkileri olduğunu söyledi. Annelerin ve ailelerinin psikiyatrik sorunlarından kaynaklanan yükün, acı ve işlevsel bozulma açısından çok önemli olduğunu belirten Dr. Alain Gregoire, "Annede tedavi edilmeyen sorunların da uzun vadede çocuklar üzerinde olumsuz etkileri vardır" uyarısında bulundu. Dr. Alain Gregoire'a göre hamilelik döneminden başlayarak annelere yönelik ruh sağlığı hizmeti verilmesi gerekiyor.

Dr. Alain Gregoire'a Üsküdar Üniversitesi Senatosu tarafından "Fahrî Doktora" unvanı takdimi yapılırken, Üsküdar Üniversitesi 2019 – 2020 akademik yılı açılışına katılarak bir konferans da verdi. Dr. Alain Gregoire, merak ettiğimiz soruları PsikoHayat Dergisi için yanıtladı.

Hamilelik ve doğum sonrası dönemde kadınlar ne gibi psikiyatrik sorunları ile karşılaşmaktadır? Bu dönemdeki kadınlar arasında en çok görülen sorunlar nelerdir?

Tüm psikiyatrik sorunları, doğum öncesi ve doğum sonrası dönemlerde, tıpkı diğer normal zamanlarda olduğu gibi yaygındır. Hatta bazıları çok daha yaygındır. Örneğin, doğum sonrası ilk haftalar, bipolar ataklar için en yüksek risk dönemidir. Anneler için en ciddi ve yaygın sağlık sorunlarından biri de depresyondur.

Anne ruh sağlığı neden bu kadar önemli? Bu konuda dünyada yapılan bir araştırma, hazırlanan bir rapor var mı?

Annelerin ve ailelerinin psikiyatrik sorunlarından kaynaklanan yük, acı ve işlevsel bozulma açısından çok önemlidir. Annede tedavi edilmeyen sorunların da uzun vadede çocuklar üzerinde olumsuz etkileri vardır. Dünya çapında da bu durum görülmektedir.

Anneler ve bebekler için ruhsal – zihinsel sağlık hizmetlerini iyileştirmek için nelere ihtiyaç bulunuyor?

Halk sağlığı genelinde iyi bilgilendirilmiş ve koordine edilmiş hizmet yelpazesi gereklidir. Uzman perinatal zihinsel sağlık hizmetleri de dahil olmak üzere birinci basamak, doğum ve zihinsel sağlık hizmetleri gereklidir. Tüm bu hizmetlerin etkinliğinin kanıtı birçok ülkede gösterilmiştir ve bunların çoğu ihtiyaca göre özen gösterecek yolların tasarlanmasına yönelik planlı bir yaklaşım benimsendiğinde nispeten ucuz ve pratik olarak konuşlandırılabilir sistemler içerir.

Hamilelikte ortaya çıkan kaygı gibi olumsuz duygular ileride nelere sebep olabilir? Ne gibi önlemler almak gerekir?

Zayıf maternal doğum öncesi ve doğum sonrası zihinsel sağlığın (çoğu zaman potansiyel olarak önlenebilir olduğunu bildiğimiz) uzun vadeli olumsuz sonuçları, çocuklarda çeşitli fiziksel ve zihinsel sağlık çıktılarında tutarlı bir şekilde gösterilmiştir.

Kadınların hamilelik ve sonrası dönemi rahat geçirmesi için bu psikolojik destek çalışmalarına aile üyelerini de dahil etmek gerekir mi?

Fiziksel ve duygusal olarak destekleyici bir ortamın; örneğin ilişkiler, barınma, gelir, değerli hissetme ve kontrol sahibi olma, hepimizde ve perinatal dönem için zayıf zihinsel sağlık riskini modüle etmede etkili olduğu bilinmektedir. Bu faktörlerin tümü, potansiyel olarak ebeveynler ve gelecek nesil için sonuçları iyileştirmeye kararlı siyasetçiler ve stratejistler, hizmet sağlayıcılar ve bireysel profesyoneller tarafından değiştirilebilir.

Siz tıp eğitimini kadın hastalıkları ve doğum alanında yaptınız ancak sonra psikiyatri alanına yöneldiniz. Sizin bu kararı almanızdaki neden nedir? Niçin bu alanı seçtiniz?

Lisansüstü eğitimime kadın hastalıkları ve jinekoloji alanında başladım ve sonra değiştirdim, çünkü baktığım en hasta kadınların ve en kötü bakımı alan kadınların fiziksel hastalıklar yerine zihinsel hastalıkları olduğunu ve kadın hastalıkları eğitimimin bana bunları düzeltecek hiçbir şey vermeyeceğini öğrendim. Psikiyatri eğitimime başladığımda perinatal psikiyatri uzmanlık alanı olarak mevcut değildi. Şimdi, en azından tüm dünyada gayrı resmi olarak tanınıyor.

Pek çok kuruluşta görev alıyorsunuz, danışmanlık yapıyorsunuz. Yaptığınız çalışmalardan bize biraz bahseder misiniz?

Son birkaç yıldaki çalışmalarım perinatal psikiyatri alanındaki tutum, bilgi, politika ve pratikte değişiklik yapmaya odaklanmıştır ve bunun hatalar ve başarılarla nasıl kotarılacağı hakkında çok şey öğrendim.

Bu dersleri: www.maternalmentalhealthalliance.org adresinde bulabilirsiniz.

Kadınların psikiyatrik sorunları için sizce ne gibi önlemler almaları gerekiyor? Bu konuda olumlu örnekler var mı, dünyada bu konuda yapılan önemli çalışmalar var mı, bize bahseder misiniz?

Eşiniz, arkadaşlarınız ve aileniz aracılığıyla bol miktarda destek kaynağına sahip olmak ve hamile kalmadan önce profesyonellerden yardım almak ve bu desteklerin hamilelik boyunca ve sonrasında ona nasıl yardımcı olacağına dair planları olması gerçekten değerlidir. Risk altındaki kadınlar için, örneğin geçmişte depresyon öyküsü olanlarda, ortaya çıkan herhangi bir belirtinin ilk işaretinde erken müdahalenin klinik (ve ekonomik olarak) etkili olduğunu biliyoruz.

Olumsuz örnekler neler? Sizce hangi ülkelerde önemli sorunlar bulunuyor?

Dünya Sağlık Örgütü, nüfusun ihtiyaçlarına göre, dünyadaki ülkelerin çoğunun genel olarak son derece yetersiz psikiyatrik bakımı ve yatırımı olduğunu ve aynı veya daha kötü durumların perinatal psikiyatrik bakımı için de geçerli olduğunu göstermiştir. İskandinav ülkelerinin bazıları genel akıl sağlığı bakımı için yeterli yatırım seviyesine sahiptir, ancak onlar bile kabul edilebilir düzeyde perinatal bakım sağlamıyorlar. İngiltere son yıllarda bu alandaki en hızlı ilerlemeleri kaydetti, ancak yine de kendi kılavuzlarının önerdiklerine çok erişemiyor.

Hamilelik döneminde ruhsal – zihinsel profesyonel destek almak neden bu kadar önemli? Tüm anne adayları hamilelikte böyle bir psikolojik destek de almalı mı?

Tüm ebeveynler toplumdan, çevrelerinden, arkadaşlarından ve ailesinden destek almalıdır, ancak geçmiş veya mevcut psikiyatrik sorunları olan kadınlar profesyonel yardım da almalıdır. Bunları belirlemek için, tüm kadınlara, fiziksel sağlıkları kadar geçmiş ve mevcut psikiyatrik durumları hakkında da sorulması gerekir.

Bu konuda hükümetlerin alması gereken önlemler var mı? Devlet yöneticilerinin neler yapması gerekiyor? Sizce bu alanda çalışma yapan yeterli sayıda uzman var mı?

Mevcut ve gelecekteki vatandaşlarının esenliğinden sorumlu olan politikacılar ve hükümetler, bu ve gelecek kuşaktaki en hassas dönem olan hamilelik ve doğumdan sonraki ilk 2 yılda risk faktörlerini azaltmada toplumsal ve sağlık müdahalelerini hedeflememize olanak tanımalı ve bunun önemini anlamalıdır. Hükümetler daha sonra bu anlayışı her düzeyde, ulusal, yerel ve bireysel, her sektörde, uygulama ve bakım hizmetleri için eyleme dönüştürmelidir. Bu inanılmayacak kadar geniş kapsamlıdır, ancak nüfusunun gelecekteki refahı ve işleyişine gerçekten etkili bir şekilde yatırım yapmak isteyen her hükümet için gerekli bir yolculuktur.

Sizce bu alanda çalışma yapan yeterli sayıda uzman var mı?

Son üç yılda İngiltere'de psikiyatri, zihinsel sağlık hemşireliği ve psikoloji alanlarında uzmanlık gerektiren 270'ten fazla yeni perinatal görevler oluşturuldu. Toplamda yılda 750 bin doğum için doğumda ve halk sağlığı hemşireliğinde de benzer artışlar gerekecek ve bu rakam önümüzdeki beş yıl içinde en az iki katına çıkacak. Türkiye'de ise doğumlar bunun iki katı.

Türkiye'deki çalışmalar hakkında bilginiz var mı? Ülkemizi bu alanda nasıl buluyorsunuz?

Türkiye, Dünya Anneler Ruh Sağlığı Günü'nü Türkiye'de koordine eden ve çok az destek veya kaynakla, kadınlara, bebeklere, ailelerine bilgi sağlamaya ve bakım yapmaya çalışan Nazan Aydın gibi çok az sayıda uzmana sahip. Her seviyede gerçek destek verildiğinde, Türkiye sağlık hizmetlerinin en kritik noktasında, çocuklarının gelecekteki gelişimi için bölgeye –ve tüm Asya'ya- liderlik edebilir.

Röportaj:
Ayşegül Erben

Fotoğraflar:
Mehmet Yaman

www.uskudar.edu.tr/yks

Yükseköğretim Kurumları Sınavı (YKS) ile ilgili tüm merak edilenler, Üsküdar Üniversitesi'nin deneyimli eğitim uzmanlarının yorumlarıyla bu portalda!

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ İSTANBUL 2011

YKS'Yİ ÜSKÜDAR'A SOR!

Fonksiyonel MR'ın sağladığı kolaylıklar

Prof. Dr. Mustafa Bozbuğa

Manyetik Rezonans Görüntülüme nedir?

Tıbbi görüntüleme teknolojisindeki gelişmeler sonucunda Beyin ve Sinir Cerrahisi için son derece önemli olan beynin ayrıntılı olarak görüntülenmesi mümkün hale gelmiştir. Bunun için Manyetik Rezonans Görüntüleme (= MRG) ilk sırada yer alan incelemedir. MRG'nin de çok farklı teknikleri vardır ve araştırılan hastalığa göre hekim tarafından her hasta için bir inceleme planı yapılır; bu tekniklerden biri de fonksiyonel MRG'dir (= fMRG). fMRG beyindeki özellikle kritik işlevlerden sorumlu olan bölgelerin ayırt edilip tam olarak yerinin anlaşılmasında beyin cerrahına kolaylıklar sağlar. Konuşma, hareket, duyu gibi fonksiyonların ameliyat edilecek hastanın beynindeki yerinin tam olarak anlaşılması, cerrahın ameliyat planını yapmasında belirleyicidir.

fMRG neden önemli?

Biz, hastalarımızda kritik fonksiyonları daha da güvence altına almak ve ameliyata bağlı herhangi bir nörolojik kayıp oluşmaması için fMRG'yi rutin olarak kullanmaktayız. Çünkü beyin anatomisi ve fonksiyonları son derece karmaşıktır ve kişiye bağlı farklılıklar da yaygın olarak görülür. Örneğin, yakın zamanda ameliyat ettiğimiz bir hastanın tümörü sağ beyin yarımküresinde yer almaktaydı; ancak, hasta sol elini kullanmaktaydı - solaktı ve aslında sağ elini kullananların hemen hepsinde ve sol elini kullananların da büyük bir oranında sol yarımkürede olan konuşma merkezi bu hastamızda farklı olarak sağ yarımkürede bulunmaktaydı ve biz bunu ameliyat öncesinde fMRG ile saptayabildik ve ameliyata bu anatomik bilgiye sahip olarak girdik. Hastanın tümörü sağ beyin yarımküresinde konuşma merkezi içinde olmasına rağmen, konuşması hiç etkilenmeden tümörünü çıkartabilmek mümkün oldu. Bu tip hastalarla sıkça karşılaşmaktayız ve elbette pek çok diğer inceleme ile birlikte fMRG de bize ameliyat planlaması yaparken önemli veriler sağlamaktadır.

Fonksiyonel MR cihazının diğer MR

Doç. Dr. Barış Metin

cihazlarından farkı nedir?

Fonksiyonel MR testi normal MR cihazıyla yapılan bir tetkiktir. Rutin yapısal MR beynin anatomik yapısı ile ilgili bilgi verirken fonksiyonel MR beyin fonksiyonlarının beynin hangi bölgeleri tarafından yürütüldüğü hakkında bilgi verir. Yapısal MR'da kişi MR cihazı içinde hareketsiz yatarken fonksiyonel MR'da hangi fonksiyon haritalanacaksa o fonksiyon yerine getirilir. Örnek vermek gerekirse hastadan bir şey ezberlemesi, okuması, kolunu bacağını hareket ettirmesi istenebilir.

Tanı için neden önemlidir?

Örnek vermek gerekirse beynimizin yerine getirdiği konuşma, bellek, hareket gibi birçok fonksiyon vardır. Bu fonksiyonlar da beynin farklı bölgeleri tarafından yerine getirilir. Bazı durumlarda bu fonksiyonların nerede olduğunu bilmek hayati önem taşır. Bunun en sık karşılaştığımız örneği beyin ameliyatlarıdır. Ameliyat olacak hastalarda önceden konuşma, hareket ve bellek fonksiyonlarının beynin neresinde olduğunu bilmek ameliyat sırasında cerraha yol gösterici olabilir. Örneğin konuşma bölgesini önceden bilen cerrah bu bölgeyi ameliyat ederken daha yüksek dikkat harcayabilir.

Nasıl çalışır?

Çalışma prensibi beynin oksijen kullanan bölgelerinin tespitine dayanır. Beynimiz belli bir fonksiyon yerine getirirken oksijen harcar. MR cihazı da anlık olarak oksijen kullanımındaki değişimleri tespit eder. Belli bir işlev sırasında oksijen kullanan bölge aynı zamanda o fonksiyonu yerine getiren bölgedir.

Özellikleri nedir?

Fonksiyonel MR'da kişi MR makinesinde normal MR çekimi gibi yatar. Başının üzerindeki bir ayna yardımıyla MR cihazının arkasında bulunan dijital ekrana bakar. Bu dijital ekrandan verilen komutları yerine getirmesi (örneğin elini hareket ettirme) veya bu ekranda görülen yazıları okuması istenebilir. Çekim sırasında normal MR'da olduğu gibi hareket edilmemesi gereklidir. Hasta belli bir fonksiyonu yerine getirirken beyin oksijenlenmesini ölçen MR görüntüleri alınır. Bu görüntüler daha sonra birçok işleme tabi tutularak ilgilenilen fonksiyonun hastanın beynindeki haritalaması yapılır.

Hangi hastalıkların görüntülenmesinde önemlidir?

Özellikle beyin cerrahisi geçirecek hastalarda el ve bacak alanlarının, beynin konuşma ve bellekten sorumlu alanlarının belirlenmesinde önemlidir. Bunun yanında birçok nörolojik ve psikiyatrik hastalığın nedenlerinin aydınlatılmasında araştırma amacıyla kullanılabilir. Örnek vermek gerekirse depresyona hangi beyin bölgesinin aktivite değişimleri yol açıyor sorusunu yanıtlamak için birçok fonksiyonel MR araştırması yapılmış ve halen yapılmaya devam etmektedir.

Ergoterapi ve duyu bütünleme tedavisi

Muammer Aydoğdu
Ergoterapist

Ergoterapi, özel tedaviye ihtiyacı olan, zihinsel, fiziksel, duyusal, görsel, sosyal, çevresel, duygusal, konuşma ve dil gelişimi güçlüğü veya davranış problemleri olan bireylerin kendine bakım ve bağımsız yaşam becerilerini geliştirerek toplum ile uyum sağlamalarını amaçlayan bir yöntemdir. Ergoterapinin temel amacı kişilerin günlük yaşam aktivitelerine katılımını sağlamaktır. Ergoterpistler dezavantajlı kişilerin günlük yaşamlarına uyumunu kolaylaştırırken, bu bireylerin yaşam kalitesini de artırmak üzere çalışmalar yürütmektedir. Çocuklara yönelik ise oyun yöntemleri kullanılarak tedavi yöntemleri uygulanmaktadır. Ergoterapi'de yapılan çalışmaları özetlersek;

• Fiziksel, psikolojik ya da patolojik oluşumlu rahatsızlıkların tedavisinde uygulanan Ergoterapi ile rahatsızlığa yönelik kişiye özgü terapi planlanmaktadır.

• Ergoterapi'de aktivite uğraş önemli yer tutmaktadır. Bireylerin günlük yaşam aktivitelerinde bağımsız birey olarak hareket yeteneği kazanmaları ergoterapistlerin desteği ile gerçekleşmektedir.

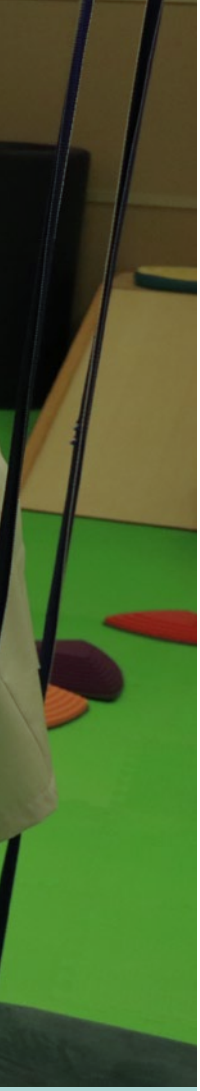
• Ergoterapi'de çeşitli aktivitelerle terapiler uygulayarak bireyin bağımsız bir birey olması, böylece topluma kazanımı ve hayat kalitesinin yükseltilmesi hedeflenir.

• Çocuk hastalarda ergoterapist oyun ve sanat aracı ile tedavi planı oluşturmaktadır.

• Oyun çocuklarda deneyim, araştırma, analiz etme, davranışa dönüştürme gibi birçok alanda gelişme sağlayan bir aktivitedir. Bu yüzden çocuğun gelişiminde oyun en iyi ilaçtır. Zamanında, yeterince, süresinde ve amaca yönelik kullanımda en iyi etkiyi oluşturmaktadır.

• Ergoterapi aktivitelerinde sanatın yeri önemlidir, birçok sanatsal çalışma beyin fonksiyonlarının gelişimini ve sinaptik dağılımını arttırmaktadır. Beynin birçok alanını etkileyen sanat ve müzik, özellikle çocuklarda beyin gelişimine önemli katkılar sağlamaktadır.

• Özellikle çocuk hastalarda tedavinin etkinliği açısından ailelere de bilgi ve eğitim verilerek hasta



yakınları Ergoterapi sürecine dahil edilmektedir.
• Otizm gibi bir durumda ailenin terapi sonrasında neler yapacağı, karşılaşılan durumlarda çocuğa nasıl yaklaşacağı konusunda bilgi sahibi olması önemlidir.
• Ergoterapi 7'den 70'e bütün yaş grupları için geçerlidir.

Gelişimsel geriliği ve özel ihtiyaçları olan 0-14 yaş arası çocuk ve genç hastaların günlük yaşam kalitesini artırmak amacıyla çalışmalar yürüten Üsküdar Üniversitesi NP Etiler Tıp Merkezi Çocuk Ergoterapi Merkezi ve NPİSTANBUL Beyin Hastanesi'nde terapi ve eğitim seansları ile birey ve çocukların duyusal, psikolojik ve fiziksel ihtiyaçlarını tek başına karşılaması ve kişisel bakım becerilerini en yüksek potansiyele çıkarmaları üzerine çalışmalar yürütülmektedir. Uygulanan terapi yöntemlerini kısaca şöyle özetleyebiliriz;

- Duyu Bütünleme ve Davranış Geliştirme: Çocuğun vücudunda görme, dokunma, hissetme gibi duyuların harekete geçirilerek bu duyuların uyumlu olarak çalışması ve bir dengeye getirilmesi sağlanmaktadır. Böylece beyin gelişimi için bir ön hazırlık yapılarak öğrenme yeteneklerinin artırılması hedeflenmektedir. Örneğin dokunma duyusu hassas olan bir çocuk halıya bastığında aşırı tepki gösterebilir. Buradaki tedavi ile dokunma, hissetme ve tanıma gibi beyinsel koordinasyon tedavisi uygulanmaktadır. Çocuklar için oyuncaklar ve özel hazırlanan uygulama cihazlarından yararlanılmaktadır.

- Dikkat Bozukluğu: Burada çocukların fiziksel gelişimi ile zihin dengesinin oluşması sağlanmaktadır. Oyuncaklar ve özel oyunlarla terapi gerçekleştirilirken, ödül sistemi ile çocuklar küçük oyunlar eşliğinde eğitilmektedir.

- Kaba Hareketler, İnce, Kaba Motor Geliştirme:
Bu bölümde fiziksel olarak dengeli hareketler yapılması üzerine bir çalışma yapılmaktadır. Örneğin merdiven çıkma, dengeli yürüme, dirsek ve el kullanma, sarılma gibi el ve ayak hareketlerini geliştiren çalışmalar... Vücudun refleks vermesi, hareket kontrolü öğretilmektedir.

Sosyal Beceri Geliştirme ve Temel Dil Becerileri:
Çocukların oyun oynaması, öğrenmesi, arkadaşlarıyla sosyalleşmesi ve kişisel bakım becerilerini bir bütünlük içinde yapması için çalışmalar yürütülmektedir. Terapi ve eğitim seansları oyunla yapılırken, çocukların yaşam becerilerini en yüksek potansiyele çıkarmalarına, çocukluktan yetişkinliğe geçişte bağımsız olmalarına destek sağlanmaktadır. Konuşma terapileri de uygulanmaktadır.

Duyusal sistemler beyin ve vücudun bilgi kapılarıdır. Duyularımız çevremizdeki dünyayı öğrenmeyi mümkün kılmaktadır. Beyin; olaylara cevap vermek, dikkat etmek, öğrenmek, öğretmek, planlamak ve organize etmek için vücuttan ve çevreye ait çeşitli duyu bilgisini anlamalıdır. Bu işleme "duyusal entegrasyon" denir. Duyusal entegrasyon pek çok kişi için normal çocukluk faaliyetleri yoluyla doğal olarak gelişir. Bazı insanlar için ise duyusal entegrasyon, bir çocuğun çevreye ve çevrelerindeki diğer insanlara nasıl karşılık verdiğini ve etkileşimde bulunduğunu iddia ederek, gerektiği kadar verimli bir şekilde gelişmez.

Pediatri alanında çalışan ergoterapistler, bir çocuğun yeni becerilerini daha kolay öğrenmelerine yardımcı olan altta yatan duyu ve motor temele hitap etmek için tedavi sırasında duyusal entegrasyon bilgilerini kullanmaktadırlar. Her çocuğa ve ailenin işlevsel ihtiyaçlarına göre, günlük yaşamdaki faaliyetleri kapsamında bireyselleştirilmiş terapiler uygulanması önemlidir. Ergoterapistler bireysel planları grup terapileri içinde de kullanmaktadır ve bu şekilde çocukların sosyal becerileri desteklenerek geliştirilmektedir.

Ebeveynlerin ve terapistlerin birlikte çalışması süreçteki başarıyı önemli ölçüde etkilemektedir. Birlikte çalışma bu terapiye ihtiyacı olan çocuk veya yetişkinlerde daha etkili müdahale ve günlük hayata adaptasyon sürecinin hızlanması açısından önemli bir rol oynamaktadır.

Ergoterapi, tedavi planlarının disiplinler arası yapılmasını önemsemektedir. Bütünleyici tedavi bakış açısında bireyle çalışırken ergoterapi ve diğer disiplinler arasındaki çalışmalar bireye fayda sağlamakta ve daha hızlı etki göstermektedir.

Ergoterapi ve Duyu Bütünleme; Duyu bütünleme bozukluğu, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB), Otizm, serebral palsi, down sendromu, gelişimsel gecikmeler, ince ve kaba motor fonksiyon bozukluğu, zihinsel engeller, psiko sosyal bozukluklar gibi durumlarda uygulanmaktadır.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
Yüksek Lisans ve Doktora Programlarıyla
DAHA "YÜKSEK" BİR GELECEĞE

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMLARI
- Aile Danışmanlığı (Tezli)
- Görsel İletişim Tasarımı (Tezli-Tezsiz)
- Klinik Psikoloji (Tezli-Tezsiz)
- Medya ve Kültürel Çalışmalar (Tezli-Tezsiz)
- Nöropazarlama (Tezli-Tezsiz)
- Sosyoloji (Tezli)
- Uluslararası İlişkiler (Tezli-Tezsiz)
- Uygulamalı Psikoloji (Tezli-Tezsiz)
- Yeni Medya ve Gazetecilik (Tezli-Tezsiz)

DOKTORA PROGRAMI
- Psikoloji

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMLARI
- Bağımlılık Danışmanlığı ve Rehabilitasyon (Tezli-Tezsiz)
- Çocuk Gelişimi (Tezli-Tezsiz)
- Dil ve Konuşma Terapisi (Tezli)
- Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (Tezli)
- Hemşirelik Anabilim Dalı
  - -Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği (Tezli-Tezsiz)
  - -İç Hastalıkları Hemşireliği (Tezli-Tezsiz)
  - -Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği (Tezli-Tezsiz)
  - -Psikiyatri Hemşireliği (Tezli-Tezsiz)
  - -Toplum Ruh Sağlığı Hemşireliği (Tezsiz)
- İş Sağlığı ve Güvenliği (Tezli-Tezsiz)
- Nörobilim (Tezli-Tezsiz)
- Sağlık Bilişimi (Tezli-Tezsiz)
- Sağlık Yönetimi (Tezli-Tezsiz)
- Sosyal Hizmet (Tezli-Tezsiz)

DOKTORA PROGRAMLARI
- Dil ve Konuşma Bozuklukları Terapisi
- Hemşirelik Anabilim Dalı
- İş Sağlığı ve Güvenliği Anabilim Dalı
- Moleküler Nörobilim
- Nörobilim
- Sağlık Yönetimi

FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMLARI
- Bilgisayar Mühendisliği (Tezli-Tezsiz) (İngilizce)
- Biyomühendislik Anabilim Dalı (Tezli-Tezsiz)
- Biyoteknoloji Anabilim Dalı (Tezli-Tezsiz)
- Elektrik-Elektronik Mühendisliği Anabilim Dalı (Tezli-Tezsiz) (İngilizce)
- Moleküler Biyoloji Anabilim Dalı (Tezli-Tezsiz)
- Siber Güvenlik Anabilim Dalı (Tezli-Tezsiz) (Türkçe-İngilizce)

TASAVVUF ARAŞTIRMALARI ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
- Tasavvuf Kültürü ve Edebiyatı (Tezli-Tezsiz)

DOKTORA PROGRAMI
- İslam Medeniyeti, Düşüncesi, Tarihi ve Edebiyatı

BAĞIMLILIK VE ADLİ BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMLARI
- Adli Bilimler Anabilim Dalı
  - -Adli Bilişim Suçları (Tezli-Tezsiz)
  - -Adli Biyoloji (Tezli-Tezsiz)
  - -Adli Farmakoloji ve Toksikoloji (Tezli-Tezsiz)
  - -Adli Genetik (Tezli-Tezsiz)
  - -Adli Hemşirelik/Ebelik (Tezli-Tezsiz)
  - -Adli Kimya (Tezli-Tezsiz)
  - -Adli Psikoloji (Tezli-Tezsiz)
  - -Olay Yeri İnceleme ve Kriminalistik (Tezli-Tezsiz)
  - -Suç Önleme ve Analizi (Tezli-Tezsiz)
- Ceza Adaleti Anabilim Dalı (Tezli-Tezsiz)

DOKTORA PROGRAMI
- Adli Bilimler Anabilim Dalı

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

Türkiye'nin Beyin Üssü

On-line başvurular devam ediyor.

0216 400 22 22 0216 400 22 22

uskudar.edu.tr

Karpal Tünel sendromu teşhis ve tedavisi

Dr. Aydın Ender Süzer
Fizik Tedavi Uzmanı

Periferik sinirlerin vücutta gidiş yolları boyunca bası altında kalmaları sonucu oluşan hastalık grubuna tuzak nöropati denir. Periferik sinirin mekanik iritasyonu sonucunda o periferik sinire özgü; sinirin duysal dağılımı boyunca his değişiklikleri; yanma, iğnelenme, kaşıntı duygusu, sinirin gittiği kaslarda ağrı; hareketle ilişkisiz, istirahatle ve geceleri artan şikâyetler, sıkışma bölgesine vurmakla sinirin duysal dağılımı boyunca ağrı, his değişikliği; ileri derecede ve kalıcı bası sonucunda motor bozukluklar görülebilir.

Median sinir el bileği içinde tendon ve eklem zarları sıkıca paketlenmiş olarak Karpal Tünel denilen yapıdan geçer, sinirin bu bölgede sıkışmasıyla Karpal Tünel sendromu dediğimiz hastalık ortaya çıkar. En sık görülen sinir sıkışma hastalığı karpal tünel sendromudur.

Median sinirin sıkışması ani gelişebileceği gibi sürekli bası da olabilir. Hastalık bu tünel içinde tendonların, bağ dokusu yapılarının; sinirin duyu ve/veya motor liflerin sıkıştırması sonucu oluşan belirtilerdir. Bu sendroma; oluşan ödem, yumuşak doku artışı, romatizmal hastalıklar, amiloid gibi maddelerin birikimi veya kırık gibi nedenler nedeniyle gelişebilir.

Hastalık elini sıklıkla kullanan, sürekli küçük travmalara maruz kalan kişilerde daha sık görülür. Hastalık her yaşta görülse de genellikle orta yaşlı kadınlarda daha sıktır. Hasta geceleri artan uyuşma/karıncalanma ile uykusundan uyanabilir.

Karpal Tünel Sendromuna neden olan durumlar; tekrarlayan mesleki travmalar, bölgede yer alan oluşumlar, bağ dokusu hastalıkları, kristal depo hastalıkları, metabolik ve endokrin hastalıklar,

enfeksiyonlar, gebelik amiloidoz, diyaliz kırık gibi hastalıklar olabileceği gibi her zaman sebep bulunamayabilir.

Etkilenen elde his kaybı, karıncalanma, ağrılar, kaslarda güçsüzlük, kuvvet kaybı, ince beceri yoksunluğu hastalığın belirtilerindendir. Hastalar genellikle elini silkeleyerek veya soğuk suyun altına tutarak geçtiğini ifade eder. Ağrı el bileğinden omuza kadar yayılabilir. Motor dalların tutulumuna bağlı olarak ellerde kuvvet kaybı ve atrofi gelişebilir.

Ellerinde uyuşma yakınmasıyla hekime başvuran hastaya yapılan fizik muayenede ilk üç parmakta ve bazı olgularda dördüncü parmakta his bozukluğu saptanabilir; sıkışan bölge üstüne hafifçe vurulduğunda hasta uyuşukluk tanımlayabilir.

Klinik muayeneden sonra en önemli tanı koydurucu test EMG'dir; bu testlerin yetersiz kaldığı durumlarda MR görüntüleme yapılabilir.

Karpal Tünel Sendromu meslek hastalıkları açısından önemlidir. Büroda saatler boyu bilgisayar kullanmak; tornavida matkap gibi gereçlerin sürekli kullanılması; aynı zamanda ev kadınlarının temizlik ve mutfakta yaptığı sürekli aynı hareket tekrarı gerektiren işler bu hastalığa yatkınlığı arttırır. İş koşullarının gözden geçirilmesi; özellikle tekrarlayan hareketlerden kaçınmak ve iş çevresinde yapılabilecek düzenlemelerle hastalığın oluşumunun önüne geçilebilir.

Biraz da hastalığın tedavisinden söz edersek; öncelikle hastalığın oluşumunu önlemek ve mümkün olduğu kadar erken dönemde tedavi etmek önemlidir. Hastalığın şiddetine göre tedavi yöntemi seçilir. Akut dönemde el bileği eklem istirahati, atel uygulaması, ödem giderici ilaçlar, lokal enjeksiyon, fizik tedavi uygulamaları (yüzeyel ısıtıcı, derin ısıtıcı, analjezik akımlar ve bunlarla birlikte terapötik egzersizler); gerekirse sinire uygulanabilecek cerrahi yaklaşım, tedaviler arasındadır.

Hastalıktan korunmak elimizdedir. Bunun için hastalık oluşmadan el kaslarını kuvvetlendirmek değerlidir. Hastalık aynı pozisyonda aynı hareketleri tekrarlayarak aralıksız yapmaktan oluşacağı için bundan kaçınmamız gerekir. İşyerlerinde hastalık önleyici ergonomik değişiklikler yapmak bize faydalı olabilir. Bunlara örnek olarak ergonomik klavye ve mouse kullanmak; mouse'un el bileği altında yumuşak yastıkçıklarla desteklenmesi faydalı olabilir. El bileğinin matkap gibi tekrarlayan travmalarından kaçınmak değerlidir. Varsa romatizmal hastalıkların erken tedavisi bu hastalığın gelişmesini önleyebilir. Özellikle masa başında çalışan kişilerin ellerinde uyuşukluk olduğunu hissettiğinde doktora başvurmaları Karpal Tünel Sendromu tanısı erken konmasını sağlar; erken tedavi tedavinin başarısı yönünden önemlidir.

ÖZBEKİSTAN

Semerkant

Bu yıl Haziran ayında Bişkek'den başlayarak Çimkent'e kadar süren bir Orta Asya gezisi yaptım. Çok güzel doğal manzaralar, harika şehirler ve tarihi önemi olan yerler gördük.

Hepsi ayrı ayrı güzel ve etkileyici olan bu yerlerden hem güzelliği hem de tarihi önemi dolayısıyla Semerkant'ı anlatmak istiyorum.

Özbekistan'ın şimdi de önemli bir şehri. Geçmişte ise İpek yolunun üstünde olması ve Emir Timur'a başkentlik yapması ile ünlü.

Şehir çok güzel ve düzenli, özellikle yeni kısımlarda düzen çok güzel belli oluyor.

Ama şehrin önemli olan kısmı eski bölümü, burada olağan üstü güzellikte türbe ve camiler var. Bizim ülkemizdeki türbe ve camiler dışardan bu kadar süslü olmuyor, orada ise hem dışı hem de içi çinilerle kaplı. Türbelerin içi de ayrıca çok daha büyük..

En görkemli olanı Emir Timur türbesi, Timur asil bir aileden gelmediği için han veya sultan unvanı alamamış, Emir olarak anılıyor.

Türbe çok güzel düzenlenmiş bir meydanda, meydana belli bir kapıdan girip, sırayla hem türbeleri hem de camileri ziyaret edebiliyorsunuz. Torunu Uluğ Beyin türbesi de orada. Daha sonra Türk Müslümanlığında önemli bir izi olan İmam Maturidi'yi de ziyaret ettik. Onun türbesi başka bir mezarlıkta ve oldukça mütevazı bir yapı.

Beni en çok şaşırtan hiç duymadığım bir yer ise Şah-ı Zinda mezarlığı, burası bir türbeler sokağı diye düşünebiliriz. Çok sayıda türbe, evler gibi iki yanda sıralanmış, çoğunda kimin yattığı biliniyor. Ama en güzel olan türbede kimin yattığı bilinmiyordu.

Şehirde çok fazla turist var doğal olarak, bunun sonucu da her keseye uygun otel ve restoranların bulunması, yöre yemekleri büyük ölçüde et ve hamur işi; damak zevki bizimkine çok yakın, dolayısıyla bu konularda sorun yaşanması mümkün değil.

Çarşıda satın alınacak şeyler çok fazla, özellikle pamuklu elbiseleri çok güzel, sonuç olarak bu ülke bir pamuk ülkesi.

Bunun dışında el işlemesi ürünler çok güzel, ev tekstili olabilecek örtüler ve yastıklar var. Deriden yapılmış eşyalar da var.

Orada fırsat bulup mahalli pazara da gittik. Bu güzel şeylerin yanı sıra her türlü meyve sebzenin de tadına bakma fırsatımız oldu.

Eğer imkânınız varsa bu güzel ülkeyi ve şehri gezmenizi tavsiye ederim.

Prof. Dr. Hüsnü Erkmen

Yaramaz çocuk ileride CEO olabilir

Çocuğunuz yaramaz ise bu onun ileride iş hayatında başarılı olacağı anlamına gelebilir.

Ancak uzmanlar, yaramazlık yapan çocuklara taviz verilmemesi konusunda da uyarıyor.

ABD'de Kansas Eyalet Üniversitesinden psikologların yaptığı bir araştırmaya göre çocukken kötü davranışlar sergileyenler ileriki yaşlarda iş hayatında yüksek mevkilere geliyor.

13 bin kişinin üzerinde yapılan testlerde DAT1 genine sahip çocukların okuldan kaytarmak gibi şiddet içermeyen davranışlar sergilerken, hayatlarının daha sonraki yıllarında şirketlerin başına ya da işyerlerinde önemli pozisyonlara geldiği tespit edildi.
Psikologlar, bu gene sahip olanların sınırları zorlamayı erken yaşlarda öğrendiğini kaydetti. Araştırmada bunun ev ve aile içinde olumsuz davranışlar sergileyen çocuklar için geçerli olabileceği, dışarıda arkadaşlarıyla sorun yaşayanların iş hayatına atıldığında başarılı olmasının zor olduğu belirtildi.

Agence France-Presse (AFP)

Sosyal medya çocukları daha fevri davranmaya itiyor

İngiliz Daily Telegraph gazetesi, Kanada'da yapılan bir araştırmanın sosyal medyanın çocukları daha fevri davranmaya ittiğini ortaya çıkardığını yazdı.

Araştırmaya göre, sosyal medyanın aşırı kullanımı çocuklarda yeme bozuklukları, hatta uyuşturucu kullanmayı deneme ihtimalini artırıyor.

Daily Telegraph'daki haberde, bilim insanlarının sosyal medyanın gereğinden fazla kullanılmasının, çocukların sık sık daha kötü kararlar vermelerine yol açtığı, bunun da hayatlarının geri kalanında onları etkileyeceği uyarısında bulundukları belirtiliyor.

Bilim insanları çocukların Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube, Instagram ve SnapChat'i dozunda kullanmaları gerektiğini vurguluyor. Zamanlarının önemli bölümünü ekrana bakarak geçiren çocukların uyku sorunu çekeceklerinin de altını çiziyorlar.

Ottawa Üniversitesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Doktor Michelle Guerrero başkanlığında bir ekip araştırma kapsamında 8-11 yaş arası 4500'den fazla çocuğu analiz etmiş.

Araştırmada, akıllı telefonlarını günde 2 saatten fazla kullanan ve 9 saatten az uyuyan çocukların daha fevri davrandıkları belirlenmiş.

BBC

Zekâ ile ilgili önemli buluş

IQ'nun, ergenlik döneminde değişebildiği ortaya çıktı. Zekâ ile ilgili bu önemli buluş çığır açacak.

İngiliz bilim adamlarının, sonuçları Nature dergisinde yayımlanan araştırmasına göre, varsayılanın aksine çocukların IQ'su zaman içerisinde değişim gösterebiliyor. Bilim adamları, yaşları 12 ile 16 arasındaki gençler üzerinde yaptıkları araştırmada, dört yıl arayla çocukların IQ'sunu ölçtü ve manyetik rezonans görüntüleme tekniğini kullanarak beyinlerini inceledi.

Araştırmada yer alan İngiliz bilim adamı Prof. Cathy Price, çocukları oldukça erken yaşta değerlendirme ve eğitim hayatını belirleme eğilimine dikkati çekerek, sonuçların ise çocukların yeteneklerinin ilerleyen yaşla da geliştiğini ve IQ'larının önemli ölçüde artabileceğini gösterdiğini söyledi. Price, başarılı çocukların ise IQ'larının düşebileceğini belirtti. İnsanlarda yeteneğin yıllarca aynı kaldığı düşünülüyordu.

Anadolu Ajansı (A.A.) - Londra

Anaokuluna giden çocuklar daha başarılı

İngiltere'de yapılan bir araştırma, yuva ve anaokuluna giden çocukların eğitim hayatında daha başarılı olduklarını ortaya koydu.

Araştırmaya göre okul öncesi eğitim, özellikle ailelerinden aldığı gelişim desteği kısıtlı olan çocuklarda büyük fark yaratıyor. Oxford Üniversitesinin araştırmasına göre anaokulunda kazanılan deneyim sadece ilkokulu değil, ortaöğretimi de etkiliyor.

Üniversiteye girişin ilk adımı olarak görülen lise bitirme sınavlarına katılım oranını en az ikiye katlıyor.

Araştırmanın yazarlarından Profesör Kathy Sylva bu sonucu "Kaliteli erken eğitim gören çocuk, okul hayatı boyunca daha iyi ve etkin şekilde öğrenen bir öğrenci oluyor" sözleriyle açıklıyor.

Oxford Üniversitesinde eğitim psikolojisi uzmanı olan Prof. Sylva'ya göre şarkı söylemek, tekerlemeler ezberlemek, rakam ve harflerle oynamak, büyüklerle birlikte kitap okumak ve kütüphaneye gitmek çocukları öğrenime açık hale getiriyor.

DÖRT KAT DAHA BAŞARILI

Araştırmacılar, İngiltere genelinde 141 yuva ve anaokulundan bir grup çocuğu 1997 yılında incelemeye aldı. Bu grup, erken eğitim deneyimi olmayan veya çok az olan çocuklarla kıyaslandı.

Eğitim Bakanlığı tarafından yayınlanan araştırmaya göre "çok etkili" seviyesindeki yuvaların desteği ve bazı kavramların erken yaşta öğretilmesi, çocuklarda başarıyı dört kat arttırdı. Araştırmayı yürüten Profesör Pamela Sammons, araştırmanın 5 yaş altı çocukların evlerinde gördükleri eğitimin de okul başarılarında etkili olduğunu ortaya koyduğunu söyledi. Sammons "Maalesef tüm çocuklar ebeveynlerinden destek göremiyor. Anaokulu özellikle bu çocuklar için çok önemli" dedi. İngiltere'de çocuklar dört yaşına bastıkları yılın Eylül ayından itibaren ilkokula alınıyor. Dolayısıyla da erken eğitim ile kastedilen çağ, Türkiye'dekinden daha küçük yaşlara karşılık geliyor.

Agence France-Presse (AFP)

Ebeveyn eğitimi etkili değil!

Çocuk zekâsı genlere bağlı

Ebeveynlerin verdiği eğitim çocuğun zekâsını artırmıyor. Genler zekâda eğitimden daha fazla rol oynuyor.

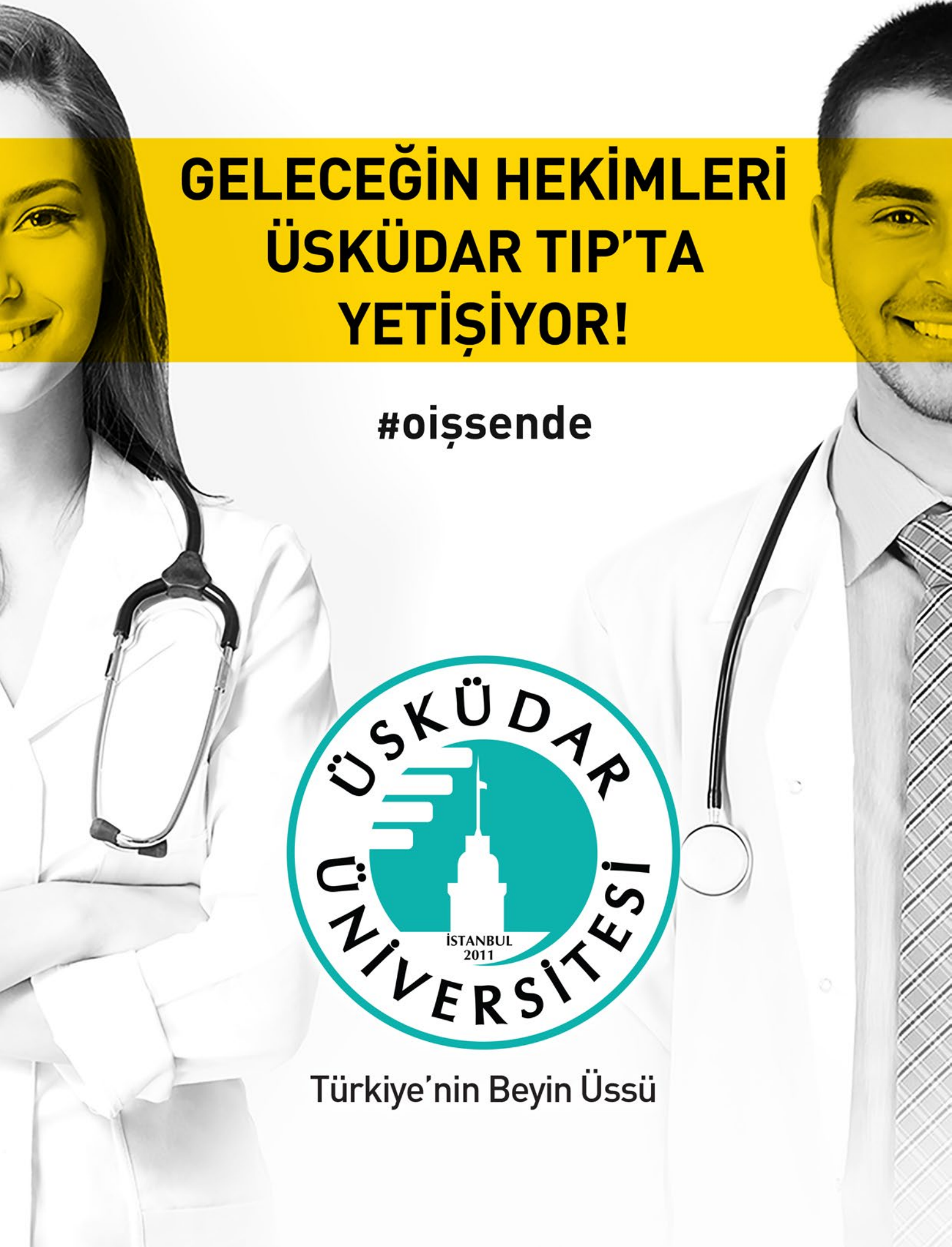
ABD'de yapılan araştırma, sanılanın aksine ebeveynlerin iyi eğitim vermesinin çocuğun zekâsını çok geliştirmediğini, asıl rolü genlerin oynadığını gösterdi.

Florida Üniversitesinden Kevin Beaver, daha önceki araştırmaların çocuğun zekâsının, akşam kitap okumak gibi ebeveynlerin bazı davranışlarıyla artabileceğini gösterdiğini ancak yaptıkları çalışmanın bunun doğru olmadığını ortaya koyduğunu vurguladı.

Ebeveynlerin eğitimi ve çocuğun zekâsı arasındaki ilişkiyi araştıran bilim adamları, çalışmaya genetik etkenlerin önemini incelemek üzere evlat edinilmiş gençleri de dahil etti. Ebeveynlerin davranışlarını değerlendiren, gençleri 18 ve 26 yaşında IQ testine tabi tutan bilim adamları, eğitimin zekâ üzerine etkisinin genler kadar olmadığı sonucuna vardı.

Ancak bilim adamları, bu sonuçların çocuklara eğitim verilmesinin bırakılması anlamına gelmediğine, ebeveynlerin eğitiminin dil, kelime hazinesi ve yazma becerisine büyük katkıda bulunduğuna dikkati çekti. Araştırmanın sonuçları "Intelligence" dergisinde yayımlandı.

REUTERS


GELECEĞİN HEKİMLERİ
ÜSKÜDAR TIP'TA
YETİŞİYOR!
#oişsende
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
İSTANBUL
2011
Türkiye'nin Beyin Üssü

Ortopedi ve Travmatoloji alanındaki "nadir" ameliyatlar

Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Fatih Parmaksızoğlu, ortopedi ve travmatoloji alanında gerçekleştirilen "nadir ameliyatlar" konusunda bilgi verdi.

• Ortopedide nadir yapılan ameliyatlar derken aslında biz neyi kastediyoruz? Yani yapılması zor operasyonlar mı, yoksa vaka olarak mı zor operasyonlar?

Aslında her iki tanımı da kapsıyor. Nadir derken; tabii ki ortopedinin bir günde yüzlerce defa yapılan ameliyatları vardır, bir de daha az sıklıkta karşılaşıldığı için, doktorlar tarafından bu ameliyatlarla karşılaşılması az olduğu için bu konuda yeterli bir birikim ve tecrübe gerekebiliyor.

Böyle vakalar bazen birkaç temel bilgiye sahip hekimlerin yapabileceği vakalardır. Özellikle mikro cerrahi bilen bir hekim, ortopedik çok sorunlu bir vakayı, mikro cerrahinin de katkısıyla yani doku nakilleri yaparak daha rahat çözebiliyor. O yüzden hem ortopediye hem mikro cerrahiye hakim bir hekim, ona farklı bir yaklaşımla normalde üretilemeyen çözümleri üretebiliyor. O bakımdan bu ameliyatlar nadir yapılıyor olabilir.

• Operasyonlar içerisinde, kendi klinik tecrübenize dayanarak verebileceğiniz örnekler var mı?

Evet. Çeşitli sinir yaralanmalarından sonra bu siniri tamir etmektense; çünkü randıman vermeyebilir, seneler geçmiş olabilir. Bu siniri tamir etmektense bu sinirin yapamadığı, sinir yaralanması sebebiyle hastanın yapamadığı hareketleri tendon transferleriyle hemen hemen normale yakın yaptırabiliyoruz.

Yine doğuştan gelen, doğum sırasında kola geçen sinirlerin yaralanması sebebiyle hastanın kolunu tam kullanamadığı, kısıtlı bir yaşantıya mahkûm olduğu durumlarda yine tendon transferleriyle çok ciddi sonuçlar alınabiliyor. Doğuştan gelen birtakım özellikle el ve bacak anomalileri ki bacakta çok daha iyi sonuçlar alıyoruz. Çünkü bacakta sınırlı bir

fonksiyon gerekiyor. O sınırlı fonksiyonu sağlamak kolay. Elde biraz daha zorlanırız. Çünkü insanların, elden çok fazla beklentisi vardır ergonomik olarak. O yüzden bacak anomalilerinde uzatma teknikleriyle aktarma, gereğinde eklemlerin uygun pozisyona getirilecek şekilde hazırlanmasıyla gayet fonksiyonel sonuçlar alınıyor ve aileler de bu işten çok mutlu oluyor.

• Bu ameliyat öncesinde hazırlık süresi ve sonrasındaki süreç nasıl devam ediyor? Size böyle bir vaka geldiğinde bu vakayla ilgili nasıl bir çözüm üretiyorsunuz?

Standart vakalar, hemen hemen herkesin bildiği ve bunun artık kabul edildiği bir noktadadır ama komplike bir vakada, nasıl bir yol izleneceğine ilişkin bir stratejinin belirlenmesi gerekiyor; Nasıl bir yol izlenecek? Sonuçta ne alınabilir? Elinizdeki malzemeden ne üretebilirsiniz? Bunun hastaya faydası ne kadar olur?

Hasta yakınlarıyla bu konular paylaşılır. Mesela ampütasyon da bir tedavidir, çözümdür. Protez takabilirsiniz ama "Ben bu ayakla şunu şunu yaparsam, şöyle bir sonuç alırım. Bu da hastanın hayatını şu derecede kolaylaştırır" diyebilirsiniz. Bir planlama yaparsınız; bizdeki hastanın sahip olduğu malzemeyle (böyle demem gerekiyor) o malzemeyi, çeşitli ameliyatlarla uzatarak, aktararak, bazı eklemleri dondurarak hastanın kullanabileceği bir hale getirirsiniz.

Bu yaptığınız iş sonunda hastaya protez uygulamasına göre daha iyi sonuç vermesi gerekir. O zaman bunu yapmanız lazım. Hem kendi malzemesi olduğu için onun eskimesi/aşınması olmaz. Organ kaybı olmadığı için psikolojik sorunları çok daha az olur. Hem de en az protez kadar hastanın kullanabileceği organ yapmanız lazım.

Prof. Dr. Ahmet Fatih Parmaksızoğlu

• Operasyon sonrasındaki süreç genellikle nasıl ilerliyor?

Bu süreç çok farklılık gösterir. Bazen çok hafif bir fizyoterapi rehabilitasyon programı yeterli olur, bazen de uzun rehabilitasyon programları gelişebilir.

• Birden fazla operasyon gerektiren durumlar oluyor mu?

Tabii. Dediğim gibi önce strateji belirlenir; "Önce şunu yapacağım, bunu elde ettikten sonra buna geçeceğim" gibi birkaç aşama baştan planlanır ve hepsini aynı anda yapamazsınız. Etap etap bu ameliyatları yaptıktan sonra, takriben hedeflediğiniz plana yakın bir şey elde edebilirsiniz.

• Sizin klinik tecrübenizle karşılaştığınız 1-2 tane vaka örneği sormak istiyorum. Sizin için gerçekten ya zorlayıcı olan ya da ender bulunmasıyla sizin hafızanızda iz bırakan vakalar var mı?

En çok yeni doğan çocuklarda bazen alt ekstra ünitede (üst ekstra ünitede de sık oluyor ama…) dizden aşağıdaki kısımda, kemiklerden biri kısmen gelişiyor, biri hiç gelişmiyor. O zaman ayağın gelişimi sıkıntılı oluyor. Çocuk büyüdükçe kullanabilecek bir ayak olmuyor. Bunlara ampütasyon önerilmesi söz konusu.

Bu da gayet tabii yapılabilir ama mevcut diğer elemanlar, yani ayak ve kemik malzemeniz kısmen varsa bunu, aktarmalarla hastanın kullanabileceği bir ayak haline getirebiliyorsunuz. Böyle çok sayıda vakamız oldu. Bunların da başlangıcı, bir bakanın, bir yayın kuruluşunda yayınlanmasından sonra bu sorundaki hastalar bize gelmeye başladı.

• Bu tarz operasyonları yapabilmek için ameliyathanelerde olmazsa olmaz teknolojiler var mıdır?

Tabii. Mesela bazı cihazlardan olmazsa olmazı, biz zaten ameliyat mikroskobunu çok kullanıyoruz. Elimizin altında olmasını istiyoruz ki, herhangi bir sıkıntılı anda, yaralanma ya da bir damar lezyonu bugüne kadar olmadı ama elimizin altında olması lazım. Onun yanında, diğerleri hemen her ortopedi hastanesinde olan vakalar, o aletler.

İstanbul'un ilk FTR Merkezi, geniş bir yelpazede sağlık hizmeti sunuyor

Fizyoterapi ve rehabilitasyonda yenilikler bu merkezde

Gelişen teknolojiyle beraber fizyoterapi ve rehabilitasyon alanındaki uygulamalar, tedavilerin etkinliğini artırmaya yardımcı oluyor. Üsküdar Üniversitesi NP Feneryolu Tıp Merkezi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (FTR) Merkezi, sahip olduğu ileri ve yenilikçi yöntemler ve uygulamalarla omurga sağlığından nörolojik rehabilitasyona, sporcu sağlığından el rehabilitasyonu ünitesine kadar çok geniş yelpazede sağlık hizmeti sunuyor. Merkezde bulunan izokinetik sistemle kişinin kaslarının kuvvet ve dayanıklılığı 3-4 haftada geliştiriliyor. Merkezde hasta, engelli ve sağlıklı bireylere doğru egzersiz reçeteleri de planlanıyor.

Üsküdar Üniversitesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölüm Başkanı Prof. Dr. Defne Kaya, fizyoterapi rehabilitasyon uygulamalarının çok geniş bir alanı kapsadığını söyledi.

Türkiye'de üçüncü, vakıf üniversitelerinde bir ilk

NP Feneryolu Tıp Merkezi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (FTR) Merkezi'nin bu alandaki önemli bir eksikliği giderdiğini belirten Prof. Dr. Defne Kaya, "Dünyada ve ülkemizde tıp hızla ilerlerken bir yandan dallara ayrılıyor. Uzmanlaştığımız ve kendimizi geliştirdiğimiz bu dallar fizyoterapi rehabilitasyon bilimi için de geçerli. Dünyada çok iyi üniversitelerin bünyesinde bulunan ve ülkemizde de Hacettepe ve Gazi Üniversitelerinin bünyesinde bulunan branşlaşmış FTR Kliniği İstanbul'da ne yazık ki yoktu. Ülkemizde üçüncü, vakıf üniversitelerinin içinde de bir ilki gerçekleştirdik. Akademisyen fizyoterapi rehabilitasyon hocalarının, etik doğrular ışığında, edindikleri akademik ve klinik deneyimleri evrensel doğrularla harmanlayarak, hastaların hizmetine sunmalarına imkan sağlıyoruz" dedi.

Prof. Dr. Defne Kaya, Fizyoterapi ve

Rehabilitasyon (FTR) Polikliniği'nde ortopedik ve sporcu rehabilitasyonu, nöroloji ve nöroşiruriji rehabilitasyonu, bel ve boyun problemlerinde rehabilitasyon, KOAH başta olmak üzere tüm akciğer ve kalp hastalıklarına yönelik kardiyopulmoner rehabilitasyon, serebral paralizi, el cerrahi ve yaralanmalarından sonra el rehabilitasyonu, lenf ödem rehabilitasyonu, oral-motor rehabilitasyon, kas hastalıkları ve rehabilitasyonu, romatizmal hastalıklara özgü rehabilitasyon gibi alanlarda da fizyoterapi rehabilitasyon uygulamaları yapıldığını kaydetti.

Güncel yöntemler uygulanıyor

FTR Polikliniği'ne başvuran hastaların, alanında özelleşmiş, akademisyen fizyoterapistler tarafından detaylı olarak değerlendirildiğini, değerlendirme sonucunda gerekli fizyoterapi rehabilitasyon yaklaşımlarının yine alanında uzman akademisyen fizyoterapistler tarafından yapıldığını ifade eden Prof. Dr. Defne Kaya, "Merkezimizde yeni, güncel, bilimsel, evrensel ve etik ilkelere göre geliştirilen fizyoterapi rehabilitasyon yöntemleri uygulanmaktadır. Bütüncül yaklaşıma olan inancımızla, ihtiyacı doğrultusunda, tedavisi boyunca hastalarımız, merkezimizin diğer üniteleri ile de desteklenir" dedi.

Prof. Dr. Defne Kaya, dünya genelinde kabul gören tedavi programına ek olarak ve ihtiyaca göre, kardiyopulmoner rehabilitasyon, oral-motor rehabilitasyon, el rehabilitasyonu, ortopedik rehabilitasyon, omurga sağlığı, nörolojik rehabilitasyon, lenf ödem masajı ve egzersiz tedavileri ile de iyileşmeyi geliştirecek gerekli tüm yaklaşımlardan destek sağlamanın amaçlandığını ifade etti.

Kas kuvvet dayanıklılığı 3-4 haftada geliştiriliyor

Merkezde bulunan izokinetik cihazlar, kardiyopulmoner egzersiz test cihazı gibi teknolojik cihazlar ve egzersiz donanımları ile hastaların desteklendiğini belirten Prof. Dr. Defne Kaya, klinikteki izokinetik sistemin ülkemizde ve İstanbul'da sayılı merkezde bulunduğunu belirterek "Kaslarınızın kuvvet ve dayanıklığını, ekleminizin duyusal hissini hem değerlendirir hem de tedavi programı ile kas kuvvet ve dayanıklığınızı 12 hafta yerine 3-4 haftada geliştirmenizi sağlar, eklem duyusal hissinizi hızlıca geliştirir" dedi.

Prof. Dr. Defne Kaya

iyileşmenin en iyi, en kısa ve çok yönlü olarak sağlandığını ifade eden Prof. Dr. Defne Kaya, "Rehabilitasyon ekibi tarafından 15 günde bir düzenli olarak yapılan toplantılarda, merkezimize başvuran hastalarımızın tedavi süreçleri değerlendirilerek, farklı bakış açıları ile tedavi planı düzenli olarak güncellenmekte ve aktif tutulmaktadır. Bu sayede hastalarımız için en uygun tedavi, rehabilitasyon ekibini oluşturan akademisyenler tarafından ortak karar ile planlanarak, çok yönlü bakış açısıyla doğru tedavi tasarlanmaktadır" diye konuştu.

Koruyucu sağlık yaklaşımı uygulanıyor

Poliklinik olarak sadece hastalıkların tedavisini gerçekleştirmek için değil, sağlığı koruyucu ve geliştirici yaklaşımların da uygulandığını kaydeden Prof. Dr. Defne Kaya, "Fiziksel uygunluk ve egzersiz, aerobik, yoga, pilates, vücut tanıma ve gevşeme eğitimleri de programlarımız arasındadır. Hem hastalarımızın iyileşme sürecini takiben hem de diğer danışanlarımızın sağlıklarını korumak hatta geliştirmek için 'bireye özgü, uygun ve etkin' koruyucu yaklaşımları ve egzersiz programları oluşturmaktayız" diye konuştu.

Egzersiz seviyesini belirleyebilmek mümkün

Kardiyopulmoner egzersiz test cihazının (KPET) ülkemizde ve İstanbul'da sayılı merkezde bulunduğunu belirten Prof. Dr. Defne Kaya, "Egzersizle gelişen solunum ve kalpte meydana gelen her türlü değişimleri inceleyebildiğimiz bu cihazla aerobik ve anaerobik egzersiz seviyesini belirleyebiliyoruz. Hangi kalp hızında hangi aktiviteyi yaparak yağ yakabileceğimizi, kalbimizi hangi kalp hızında eğitebileceğimizi tespit edebiliyoruz. KPET, metabolizma hızımızı, hareketle aldığımız oksijen ve verdiğimiz karbondioksit miktarını belirleyebildiğimiz, sadece belirlemek yani değerlendirmekle kalmayıp tüm solunum ve kalp hastalarını eğitebildiğimiz yani tedaviye aldığımız harika bir sistemdir" diye konuştu.

Hastaların tedavi planları güncel tutuluyor

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (FTR) Polikliniği'nde

Tercih Edilen
Üniversite

2019 Tercih ve Tanıtım Günleri boyunca
40 bine yakın aday ile birebir iletişim sağlayan
Üsküdar Üniversitesi, kontenjanı
2 bin 500'ün üzerinde olan
vakıf üniversiteleri arasında

%94 ile

en yüksek doluluk oranını
yakaladı.

Tercih ve Tanıtım Günleri boyunca aday öğrencilere
Üsküdar Üniversitesinin farklılıkları,
güçlü altyapısı ve olanakları anlatılarak,
alanında uzman isimler tarafından tercih desteği verildi.
Açıklanan 2019 YKS sonuçlarına göre
5 bin 300 aday öğrenci,
"Aklın Yolu Üsküdar" diyerek
eğitim hayatlarına Türkiye'nin Beyin Üssü olan
Üsküdar Üniversitesinde devam etmeyi tercih etti ve üniversitemize yerleşti.

Tıpta
%100 doluluk...

Bu yıl ilk öğrencilerini alan Tıp Fakültesi de
%100'lük doluluk oranıyla geleceğin hekimlerini yetiştiriyor.
Üsküdar Üniversitesi güçlü akademik ve idari kadrosu ile
yeni öğrencileriyle başarısını daha da ileriye taşıyacak.

2019 Golden Axon Liderlik Ödülü Prof. Dr. Nevzat Tarhan'a

Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan, Beyin Haritalama Vakfı tarafından 2019 Golden Axon Liderlik Ödülü'ne layık görüldü. Liderlik ödülü sahiplerinin arasındaki tek Türk olan Prof. Dr. Nevzat Tarhan'a ödülü, Los Angeles'ta düzenlenen törende takdim edildi. Aynı ödüle 2018'de Nobel Ödüllü Amerikalı Nöropsikiyatrist Eric Kandel layık görülmüştü.

ABD merkezli Beyin Haritalama Vakfı (Brain Mapping Foundation) tarafından düzenlenen Yıllık Dünya Beyin Haritalama Kongresi'nde dünyanın önde gelen 800'den fazla bilim insanı buluştu.

Los Angeles Kongre Merkezi'nde düzenlenen 2019 Dünya Beyin Haritalama Kongresi kapsamında; İnsani Yardım Ödülü, Tıpta Öncü Ödülü, Teknoloji Gelişiminde Öncü Ödülü ve Golden Axon Liderlik Ödülü sunuldu.

Prof. Dr. Nevzat Tarhan Liderlik Ödülü'ne layık görüldü

2019 Golden Axon Liderlik Ödülleri; stratejik programlar, küresel iş birlikleri ve ortaklıklar yoluyla vakıf ve vakıf misyonu hakkında farkındalık yaratmadaki rolleri ile Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan, Dr. Jeff Wang, Harry Kloor, Oyuncu, Yönetmen ve Yapımcı Sean Stone'a takdim edildi.

2019 İnsani Yardım Ödülü, küresel insani ve hayırsever çalışmaları dolayısıyla Dr. Deepak Chopra; Tıpta Öncü Ödülü, Avrupa İnsan Beyin Projesi'nin bilimsel direktörü olarak rol aldığı çalışmaları ve insan beyninin 3B atlasını geliştirmesi nedeniyle Dr. Katrin Amunts ve Teknoloji Gelişiminde Öncü Ödülü ise Musküler Distrofisi olan binlerce hastanın hayatını kurtaran

ve hayat kurtarıcı ilaçların tanıtılmasındaki çabaları için Fransız Musküler Distrofisi (AFM) Telethon'una verildi.

Öncü olan ve liderlik gösteren kişilere sunuluyor

Prof. Dr. Nevzat Tarhan, liderlik ödülü takdim edilen isimler arasında tek Türk oldu. Aynı ödüle 2018'de Nobel Ödüllü Amerikalı Nöropsikiyatrist Eric Kandel layık görüldü.

Beyin Haritalama Vakfı (Brain Mapping Foundation), yıllık toplantıları birçok farklı disiplinden bilim adamlarını, doktorları ve mühendisleri bir araya getiriyor.

Bunun yanı sıra nörolojik bozukluğu olan siviller ve yaralı askerlerin bakım ve tedavisi her zaman ön planda yer alıyor. Bu kapsamda hayat kurtaran multidisipliner klinik denemeler de gerçekleştiriyor.

Bu organizasyon, her yıl hayırseverlerin yanı sıra bu alanda öncü olan ve liderlik gösteren kişilere ödül veriyor.

Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan 2019 Golden Axon Liderlik Ödülü töreninde Türkiye'nin Los Angeles Başkonsolosluğu Muavin Konsolosu Aylin Şenyüz Eleveld ile de bir süre görüştü.

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

Üsküdar Üniversitesinin Mezuniyet Coşkusu

Üsküdar Üniversitesi'nin 2018-2019 Akademik Yılı Mezuniyet Töreni'nde ön lisans, lisans ve yüksek lisans programlarından mezun olan 5 bin 943 öğrenci görkemli bir törenle diplomalarını aldı. Genç mezunlara tavsiyelerde bulunan Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Öğrencilerimizin hem başarılı hem mutlu bireyler olmalarının yanı sıra yaşadığı toplum için ve insanlık için hayalleri olan gençler olmalarını istiyoruz" dedi. Çocuk Gelişimi mezunları, "çocuk gelinler" sorununa dikkat çekerken; bilgisayar mühendisliği bölümünden mezun olan Gazzeli Hasan Wasfi Salman Dader, törene katılamayan ailesi ve yakınlarının Gazze'den gelen video mesajı ile duygulu anlar yaşadı.

İstanbul Ataşehir'deki Ülker Spor ve Etkinlik Salonu'nda gerçekleştirilen törende Üsküdar Üniversitesi'nin ön lisans, lisans ve yüksek lisans programlarından mezun olan 5 bin 943 öğrenci törenle diplomalarını aldı.

Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan, mezuniyet konuşmasında ilk mezunlarını 2014 yılında verdiklerini ve o zaman 230 olan mezunların her yıl katlanarak arttığını, bu yıl 5 bin 943 öğrenciyi mezun etmenin gururunu yaşadıklarını söyledi.

Prof. Dr. Nevzat Tarhan: "Öğrenci odaklı üniversiteyiz"

Öğrencilerinin sadece başarılı olmaları için değil, iyi insan olmaları için de çalıştıklarını belirten Tarhan, kaliteyi yüksek tutmaya ve öğrenci odaklı olmaya çalıştıklarını belirterek "Öğrenci odaklı olmak gibi bir kalite standardımız var. Bunu önemsiyoruz çünkü kalitenin olmadığı yerde verimli üretim olmuyor. Üniversite olarak kalite çıtasını daha da yükseltmeyi hedefliyoruz" dedi.

Prof. Dr. Nevzat Tarhan: "Kendinizi değiştirmeden dünyayı değiştiremezsiniz"

"Üniversiteye gelirken kıvılcımdınız, şimdi alev

oldunuz" diyen Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Alev ne yapar? Etrafını aydınlatmaya ve ısıtmaya başlar ama aydınlatmadan önce kendisinin yanması lazım. Kendinizi değiştirmeden dünyayı değiştiremezsiniz. Eğer bir şeyler yapacaksanız ilk başarınızı, zaferinizi kendinize karşı kazanmanız önemli. Dünyayı düzeltmeye kendinizden başlamanız önemli genç arkadaşlarım" dedi.

Prof. Dr. Nevzat Tarhan: "Yardımlaşma esastır, mücadele istisnadır"

"Hayat mücadeledir" sözünün günümüzde yanlış anlaşılan bir söz haline geldiğini belirten Tarhan, "Hayat mücadeledir sözünde rekabet var. Oysa hayatta yardımlaşma esastır, mücadele istisnadır. İnsan ilişkilerinde de güven esastır, kuşku istisnadır. Kuşkuyu güvensizliği teşvik eden sözler nedeniyle ilişki sermayesini kaybetmeyin" dedi. Tarhan, gelecek kaygısının en büyük sebebinin mutsuzluk, yalnızlık ve amaçsızlık olduğunu söyledi.

Prof. Dr. Nevzat Tarhan'dan tavsiyeler

21. yüzyılın becerilerinin yenilikçilik, girişimcilik ve en önemlisi de takım çalışması olduğunu belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, öğrencilerine ego ideallerinin olmasını, gelecekle ilgili plan yapmalarını, bir yabancı dil öğrenmelerini, teknoloji bağımlısı değil ama teknolojiye hâkim olmalarını tavsiye etti. Prof. Dr. Tarhan, "İnsanı iyi niyetli olmak hatadan korumaz, vatansever olmak korumaz, dindar olmak korumaz, insanı koruyan şey hesap verebilirliktir. Muhakkak hesap verme duygunuzu kaybetmemeniz gerekiyor" dedi. Tarhan, "Öğrencilerimizin hem başarılı hem mutlu bireyler olmalarının yanı sıra yaşadığı toplum için ve insanlık için hayalleri olan gençler olmalarını istiyoruz" dedi.

Dereceye girenlere ödül verdi

İşaret dili eğitmeni Ahmet Kerem Erkan da işaret dili ile Prof. Dr. Nevzat Tarhan'a eşlik etti. Törende ilk üç dereceye giren öğrencilere ödülleri takdim edildi. Dereceye giren öğrencilerin yanı sıra törende Uluslararası Öğrenci Temsilcisi Firomsa David Osman ve Mezunlar Derneği Başkanı Tayfun Gözler birer konuşma yaptı. Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan, Üsküdar Üniversitesi Mütevelli Heyet Başkanı Furkan Tarhan ve İDER Vakfı Mütevelli Heyet Üyesi Fırat Tarhan, aralarında birincilerin de bulunduğu mezun öğrencilere diplomalarını verdi. Rektör Yardımcıları, Fakülte Dekanları, SHMYO Müdürü ile diğer akademik kadro da mezunlara diplomalarını takdim etti.

Törende üniversiteler arası spor müsabakalarında Üsküdar Üniversitesini başarıya taşıyan futbol, futsal ve basketbol sporcuları da ödüllendirildi.

Gazze'den gelen mesajla gözleri doldu

Kızlarına diplomalarını takdim ettiler

Üsküdar Üniversitesi Rektör Danışmanı ve Ak Parti 22, 23 ve 24. Dönem İstanbul Milletvekili Halide İncekara, psikoloji bölümünden mezun olan kızı Ülkü İncekara'ya; Üsküdar Üniversitesi Dr. Öğr. Üyesi Hasan Çiçek de İngilizce Psikoloji bölümünden mezun olan kızına diplomasını takdim etti. Törende Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Muhammet Güzel Kurtoğlu, Moleküler Biyoloji ve Genetik İngilizce bölümünden mezun olan kızı Fatma Hacer Kurtoğlu'na diplomasını verdi.

Anne-kız birlikte mezun oldu

Heyecanlı, coşkulu ve zaman zaman da duygulu anların yaşandığı törende Psikoloji bölümünden mezun olan anne-kız birlikte diploma almanın sevincini yaşadı. Filiz Yılmaz ve kızı Zeynep Yılmaz, törende ilgi odağı oldu.

Gazze'den gelen mesajla gözleri doldu

Törende bilgisayar mühendisliği bölümünden mezun olan Gazzeli Hasan Wasfi Salman Dader, törene katılamayan ailesi ve yakınlarının Gazze'den gelen video mesajı ile duygulu anlar yaşadı. Dader, kendisiyle gurur duyduğunu belirten ailesinin sözleri nedeniyle hüzünlendi.

"Çocuk gelinlere" dikkat çekildi

Birbirinden renkli pankartların açıldığı törenin en ilginç ve dikkat çeken mesajını Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi mezunları verdi. "Dünyada her 7 dakikada bir çocuk 'gelin' oluyor/Dünyada her 7 dakikada bir çocuk umutlarına küsüyor/Dünyada her 7 dakikada bir yarının ışıklarından biri daha sönüyor" yazılı pankart dakikalarca alkışlandı.

Keplerini attılar

Mezuniyet töreni flama teslim töreni ve mezuniyet andının okunması ile sona erdi. Oldukça coşkulu geçen tören, yeni mezunların kep atmaları ile son buldu. Mezuniyet töreni ÜÜ TV'den ve Üsküdar Üniversitesi Facebook hesabından canlı olarak yayınlandı.

Rektör Danışmanımız Halide İncekara da bu yıl Psikoloji bölümünü başarı ile tamamlayan kızı Ülkü İncekara'ya diplomasını vermenin sevincini yaşadı.

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

Üsküdar Üniversitesi Türkiye'nin "öfke" haritasını açıkladı

Türkiye'yi ayağa kaldıran Emine Bulut cinayeti ile bir kez daha gündeme gelen şiddet ve şiddete neden olan etmenler, akademik bir çalışmanın konusu oldu. Davranışı ifade eden ve "Öfke-Düşmanlık-Saldırganlık" şeklinde açıklanan hostiliteye ilişkin analizin çarpıcı sonuçları dikkat çekti. Türkiye genelinde 81 ilde 24 bin 494 kişiyle gerçekleştirilen ve kendi alanında ülkemizdeki "en geniş çalışma" olan araştırmaya göre, hostilite puanı en yüksek yaş grubu 18-23 yaş oldu. Bu yaş grubunda erkeklerin hostilite puanı 9.08; kadınların puanı ise 8.94 oldu. Alkol ve madde kullanımında da puanlar yükseliyor.

Türkiye'nin ruh sağlığı haritasına bakıldığında hostilite ortalaması 14.4 puan. Hostilitesi en yüksek bölge Güneydoğu Anadolu bölgesi olurken; en düşük bölge ise Trakya ve Orta Karadeniz bölgesi oldu. Aile ve şiddet suçunun önlenmesi için üniversite olarak bugüne kadar birçok çalışma yürüttüklerini belirten Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Kadınlar Ölmesin Anneler Ağlamasın" sosyal sorumluluk projesi kapsamında İstanbul Emniyet Müdürlüğü ile konuyla ilgili iş birliği protokolü imzaladıklarını, şiddet vakalarıyla ilgili veri tabanı oluşturacaklarını söyledi.

Kuruluşundan bugüne şiddet olaylarının önlenmesine yönelik önemli faaliyetler yürüten Üsküdar Üniversitesi, lisansüstü öğrencileri tarafından gerçekleştirilen çalışmayla 2018 yılında 25 bin kişinin katılımıyla Türkiye Bağımlılık Risk Profili ve Ruh Sağlığı Haritasını çıkardı.

Sosyal Bilimler Enstitü Müdürü Doç. Dr. Gökben Hızlı Sayar ve Psikoloji Bölümü Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin Ünübol'un öncülüğünde yürütülen çalışma kapsamında Hostilite (Öfke-Düşmanlık- Saldırganlık) Analizi, çarpıcı veriler içeriyor.

Üsküdar Üniversitesinde düzenlenen basın toplantısında Hostilite Analizi'nin detayları basın mensuplarıyla paylaşıldı. Toplantının açılışında konuşan Üsküdar Üniversitesi Rektörü Psikiyatrist Prof. Dr. Nevzat Tarhan ve Üsküdar Üniversitesi Rektör Yardımcısı, Şiddet ve Suçla Mücadele Uygulama ve Araştırma Merkezi (ŞİDAM) Müdürü Prof. Dr. Sevil Atasoy şiddet konusunda değerlendirmelerde bulundu.

Doç. Dr. Gökben Hızlı Sayar

İstanbul Emniyeti ile iş birliği protokolü

Prof. Dr. Tarhan aile ve şiddet suçunun önlenmesine yönelik bugüne kadar pek çok önemli çalışma yürüttüklerini belirterek, "Bu konudaki tecrübelerimiz ve bilgi birikimimiz ile kamu kurumlarına desteğe hazırız" dedi. Prof. Dr. Tarhan, bu bağlamda İstanbul Emniyet Müdürlüğü ile 'Sosyal ve Bilimsel İşbirliği Protokolü' imzaladıklarını, protokolün Emniyet Müdürlüğü ile eğitim, bilimsel araştırma ve geliştirme alanlarında iş birliğini kapsadığını söyledi.

Prof. Dr. Nevzat Tarhan: "Şiddet vakalarıyla ilgili veri tabanı oluşturacağız"

Her şeyi devletten beklemenin yeterli olmadığını belirterek üniversite olarak STK'ların da içinde olacağı bir dizi çalışma yapılacağını ifade eden Prof. Dr. Nevzat Tarhan bir veri tabanı oluşturulması için hareket geçtiklerini kaydetti. Tarhan şu ifadeleri kullandı: "Pazartesi günü Sayın Mustafa Çalışkan ile temas kurduk. Hemen protokol imzaladık. İstanbul Emniyet Müdürlüğü ile protokolümüz bugün imzadan çıkmak üzere, Valilik de onay verdi. İstanbul Emniyeti'ne başvuran şiddet vakaları, şiddet kurbanları ya da şiddeti uygulayanlar yani şiddetle ilgili sanık durumunda olacak kişiler üzerinde ciddi bir veri tabanı oluşturacağız."

"Emniyetle iş birliği yapan psikologlar yetiştirmeyi hedefliyoruz"

İstanbul İl Emniyet Müdürlüğü'nün bütün ilçelere aile içi şiddet ile ilgili bürolar açtığını dile getiren Tarhan "Başlarına birer görevlendirilmiş polis memurları var ama tabii bu yeterli değil. Onlar sadece mevcut durumun istatistiklerini yapıyorlar, yönlendiriyorlar ama bu insanların çoğunun tedavi olması gerekiyor. Bunun için biz onlara hızlı müdahale etme ve tıbbi tedavi gerekiyorsa tıbbi tedaviye alınması gibi konularda klinik çalışma da planlıyoruz ve bunun hazırlıklarını yapıyoruz. Bunu daha da genele yayıp, emniyetle iş birliği yapan psikologlar yetiştirmeyi hedefliyoruz."

Şiddetle mücadelede toplumun bilgilendirilmesinin önemine işaret eden Prof. Dr. Nevzat Tarhan, bilimsel bilginin topluma aktarılmasının üniversitelerin önemli bir görevi

olduğunu belirterek bu konuda medyaya da önemli sorumluluk düştüğünün de altını çizdi.

"Aman kızım idare et yaklaşımı terk edilmeli"

Aile içi şiddetin birçoğunda gizli depresyon olduğunu belirten Tarhan annelere uyarıda bulundu. Annelerin kız çocuklarını kurban olarak yetiştirmemesi, 'Aman kızım idare et' yaklaşımını terk etmesi gerektiğini belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, bunun annelik pratiğine yansıtılmasının önemini vurguladı.

Konuşmasında İstanbul Sözleşmesine de değinen Tarhan sözleşmenin yeterince tartışılmadan hayata geçirildiğini, uygulamaya ilişkin bazı eksik yanlarının olduğunu belirtti. Ailede arabuluculuk kavramından da uzaklaşılmaması gerektiğini hatırlatan Tarhan, "Yeterince tartışılmadan çıktığı için bizim kültürümüze uymayan yönleri var. Orada arabuluculuk sistemi ile ilgili şöyle bir madde var; Toplumsal uzlaşı ve adaleti sağlamaya yönelik önemli eylemlerden biri olan arabuluculuk sistemi uzlaştırma girişimlerinin hepsinin ortadan kaldırılması ve yasaklanması şeklinde bir madde var. Aile içi problemlerde bizim kültürümüzde komşular, akrabalar, anne babalar birer hakem gibi çalışır. Birçok problemi çözüyor. Bunlar bizim artılarımız. Ailedeki arabuluculuk sistemi kaldırılırsa bu durum aile içi şiddet olaylarını daha da artırıcı etki yapar. Bu da revizyon gereken bir durum olarak gözüküyor" dedi.

Tarhan: "Pozitif psikoloji eğitimi verilmeli"

Prof. Dr. Nevzat Tarhan, şiddetin önlenmesinde özellikle ergenlik dönemindeki gençlere stres yönetimi, sorunla başa çıkma, öfke kontrolü gibi kavramları içeren pozitif psikoloji eğitiminin verilmesi gerektiğini vurguladı.

Ölen 4 kadından 3'ünü kocası öldürüyor!

Üsküdar Üniversitesi Rektör Yardımcısı, ŞİDAM Müdürü Prof. Dr. Sevil Atasoy ise kadın cinayetlerinin hayata karşı suçlar içinde farklı bir yeri olduğunu belirterek "Çünkü kadınlar genellikle tanıdığı biri, aile ferdi, eşi ya da boşandığı eşi tarafından öldürülüyor. Kendisini en güvende hissettiği mekânda, evinde şiddet görüyor, can veriyor. Erkekler 2019'un ilk 7 ayında en az 184

kadın öldürdü. Kadınları öldüren her 4 erkekten 3'ü kocasıydı. Kadınların %58'i ev içinde öldürüldü. Erkekler kadınları ayrılmak istediği ya da barışmak istemediği, çocuğuyla görüşmek istediği, aldığı ayakkabıyı beğenmediği hatta takı yüzünden çıkan tartışma nedeniyle kıskançlık yüzünden ve kendisine kötü davrandığı bahanesiyle öldürdü" dedi.

Prof. Dr. Sevil Atasoy: "Uygulamada sorunlar var"

Türkiye'nin kadına yönelik her türlü şiddetin önlenmesi konusunda 90'ların başından bu yana yol aldığını, reform niteliğinde yasal düzenlemeler yapıldığını belirten Prof. Dr. Sevil Atasoy, "2012'de yürürlüğe giren 6284 sayılı Ailenin Korunması ve Kadına Karşı Şiddetin Önlenmesine dair kanun bunların en önemlisidir ancak uygulamada ciddi sorunlar var. Çünkü toplumda kadın hakları kadın-erkek eşitliğine karşı çıkan bir zihniyet hala mevcut. Şiddet önleme merkezlerinin sayısı yetmiyor. Uygulamalar standart değil. Verilen hizmet ilden ile farklılaşıyor. Kadınlar bilgilendirilmiyor ve eve dönmeye ya da şiddet uygulayan kocalarıyla barışmaya zorlanıyor. Barolar tarafından atanan avukatlar kadınların yararlanacağı hakları konusunda yeterli bilgiye sahip değil" dedi. Prof. Dr. Sevil Atasoy, toplumsal duyarsızlık olduğu sürece bu tür şiddet olaylarının engellenemeyeceğini belirterek toplumsal duyarlılığı da artırmak gerektiğini vurguladı.

Körler filleri sınıflandırıyor

Atasoy, kadın cinayetleri de dahil olmak üzere suçla ilgili her konuda körlerin filleri sınıflandırdığını belirterek "Kimimiz bacağını ölçüyoruz, kimimiz kulağını ölçüyoruz. Hiçbir zaman büyük problemi ve problemin gerçek boyutlarını göremiyoruz. İşte bu nedenle Üsküdar Üniversitesi'nin İstanbul Emniyeti ile başlatmış olduğu ve bir pilot uygulama olarak gördüğüm bu adımın çok büyük önemi olduğuna inanıyorum" dedi. Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi, Sosyal Bilimler Enstitü Müdürü Doç. Dr. Gökben Hızlı Sayar, hostiliteyi "Kaynağı kontrol edilemeyen öfke patlamaları, kızgınlık ve saldırganlık duygularından alan zorlanma" olarak açıkladı.

Hostilite, davranışı ifade ediyor

Doç. Dr. Sayar, "Hostilite, önem verdiğimiz birisinin beklentimiz doğrultusunda davranmaması ya da hakkımız olanı alamadığımızı düşündüğümüz durumlarda ortaya çıkan duygudur. Hostilite ve öfke arasında keskin bir ayrım yapmak oldukça güçtür. Öfkenin duyguyu, hostilitenin ise daha çok bir davranışı ifade ettiği söylenebilir" dedi. Hostilite puanı en yüksek yaş aralığı; 18-23 Türkiye genelinde 81 ilde 12 bin 191 kadın ve 12 bin 303 erkek olmak üzere toplam 24 bin 494 kişiyle gerçekleştirilen araştırma, ülkemizde hostilite konusunda gerçekleştirilen en geniş çalışma olarak dikkat çekti. Yapılan çalışmada yaş ve cinsiyete göre yapılan analizlerde hostilite puanı en yüksek yaş grubu 18-23 yaş oldu. Bu yaş grubunda erkeklerin hostilite puanı 9.08; kadınların puanı ise 8.94 oldu.

Eğitim düzeyine bakıldığında hostiliteyi oranlarında eğitim düzeyi düştükçe hostilite puanlarının arttığı görüldü. Buna göre ortaokul mezunu erkeklerin hostilite oranı 7.98 iken; kadınlarda en yüksek hostilite puanı 7.70 ile lise mezunu kadınlarda ölçüldü.

Bekâr erkeklerde puan yükseliyor

Hostilite puanında medeni durumun etkisi de ölçüldü. Araştırma bekâr erkeklerin hostilite oranının 8.29, bekâr kadınlarda ise bu puanın 8.15 olduğu görüldü.

Alkol ve madde kullanımı da etkiliyor!

Alkol ve madde kullanımının hostiliteyi etkilediğinin anlaşıldığı araştırmaya göre, alkol kullanmayı bırakan erkeklerde hostilite puanı 8.38; kadınlarda ise bu oran 8.43 olarak belirlendi. Alkol kullanan erkeklerde de hostilite oranının 8.23, kadınlarda ise bu puanın 7.98 olduğu anlaşıldı.

Trakya ve Orta Karadeniz'in puanı en düşük

Türkiye'nin ruh sağlığı haritasına bakıldığında hostilite puanları ortalamasının 14.4 puan olduğu anlaşıldı. Hostilitesi en yüksek <15 puan ile Güneydoğu Anadolu bölgesi olurken; en düşük bölge, >14 puan ile Trakya ve Orta Karadeniz bölgesi oldu.

Tanımlanamayan duygularımız öfkeye dönüşüyor

Hostilitenin, değerlendirilen tüm davranışsal bağımlılıklar (kumar, alışveriş, sosyal medya, dijital oyun, yeme, cinsellik – pornografi) ile güçlü bir bağıntı içinde bulunduğunu belirten Doç. Dr. Gökben Hızlı Sayar, "Hostilitenin erkeklerde ve kadınlarda duygularını tanıma güçlüğü ile bağlantılı olduğunu söyleyebiliriz. Duygularını ifade etme güçlüğü olanlarda oldukça yüksek ve ciddi bir korelasyon göstermektedir. Tanımlanamayan duygularımızın öfkeye dönüştüğünü söyleyebiliriz" dedi.

Hostilite şiddete nasıl dönüşür?

Doç. Dr. Gökben Hızlı Sayar, hostilitenin şiddete nasıl dönüştüğünü de şöyle açıkladı: Hostilite dışa vuruma yönelik bir duygu ve bir kişinin öfkesini yapıcı veya kendisini düzeltici bir güce dönüştüremiyorsa, bu öfke davranışlara yansıyor. Bu bazen davranışsal bir bağımlılığa, bazen sigara gibi kimyasal bağımlılığa dönüşürken, bazen şiddet içerikli davranışlara dönüşebiliyor. Bağımlılıklar gibi öfke ve düşmanlığın kaynağına yönelik olmayan ama kısa süreliğine kişiyi rahatlatan davranışlar, bir süre sonra yeniden kişinin öfkeyi hissetmesine ve bu sefer daha güçlü şekilde hissetmesine neden olur. Bu sebeple de kişi kontrolsüz bir öfkeyle, adeta saatli bir bomba gibi dolaşmaya başlar.

Prof. Dr. Sevil Atasoy

Doç. Dr. Sayar, hostiliteye etki eden faktörlerin genç yaş, duyguları tanıma güçlüğü, duygu ifade güçlüğü, negatif duyguların çokluğu, kişisel iyi oluş düşüklüğü, sigara kullanımı, alkol kullanımı ve madde kullanımı olduğuna dikkat çekti.

Neler yapılabilir?

Araştırma sonucunda çıkan sonuçlara göre öneriler şöyle sıralandı: Öfke kişinin kendisine, sorunun kaynağına, ya da herhangi yapıcı bir davranışa yönelmediği takdirde saatli bir bomba gibi kişiden çıkmaya çalışacaktır. Öfkenin fark edilmesi ve kişinin duygusunu tanıyabilmesi önemlidir. Öfkenin çözülmesi kişinin bireysel olarak yapabileceği bir şey gibi gözükse de, toplumsal olaylar, bireylerin kontrol edemeyeceği sorunlar, toplumda başa çıkılmada zorlanılacak öfkenin artmasına neden olabilir.

Bu nedenle bireysel sorunların yanında, toplum içerisindeki negatif olayların, en yapıcı şekilde çözülmeye çalışılması, toplumun öfkesini azaltabilecektir. Öfke koruyucu ruh sağlığı açısından ilk ele alınması gereken duygulardan birisidir. Genç yaştan itibaren uygun duygu ifade biçimi eğitimlerinin verilmesi. Toplumun bilinçlendirilmesi. Toplum liderlerinde kutuplaştırmadan ve öfkeden uzak bir dilin hâkim olması gerekmektedir.

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

Prof. Lord John Alderdice'a Üsküdar Üniversitesinden fahrî doktora

Üsküdar Üniversitesi Politik Psikoloji Uygulama ve Araştırma Merkezi tarafından Oxford Üniversitesi iş birliğiyle düzenlenen 1. Politik Psikoloji Sempozyumu, her iki üniversiteden akademisyenleri buluşturdu. Teması "Hakikat-Sonrası Dünyada Kaos, Karmaşa ve İş Birliğinin Psikolojisi" olarak belirlenen sempozyum kapsamında düzenlenen törenle Oxford Üniversitesi Öğretim Üyesi Prof. Lord John Alderdice'a Üsküdar Üniversitesi Senatosu tarafından fahrî doktora unvanı takdim edildi. Prof. Lord John Alderdice, hem politik psikoloji ve psikiyatri alanında gerçekleştirdiği bilimsel çalışmalar hem de uluslararası ilişkiler alanında geliştirdiği projeler ve dünya barışına sunduğu eşsiz katkılardan dolayı Üsküdar Üniversitesi Senatosunun aldığı kararla fahri doktora unvanına layık görüldü.

Üsküdar Üniversitesi Merkez Yerleşkesi Nermin Tarhan Konferans Salonu'nda "Hakikat-Sonrası Dünyada Kaos, Karmaşa ve İş Birliğinin Psikolojisi" temasıyla düzenlenen 1. Politik Psikoloji Sempozyumu'nda iki üniversiteden akademisyenler ve konuk konuşmacılar bir araya geldi.

Prof. Dr. Nevzat Tarhan: Lord Alderdice, politik psikolojiye büyük emek verdi

Üsküdar Üniversitesi Politik Psikoloji Uygulama ve Araştırma Merkezi tarafından Oxford Üniversitesi iş birliğiyle düzenlenen sempozyumun açılış konuşmasını yapan Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan, bugün hem 1. Politik Psikoloji Sempozyumu'nun başlaması hem de Prof. Lord John Alderdice'a fahri doktora unvanı vermek üzere iki önemli etkinliği planladıklarını söyledi. Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Uzun yolculuklar küçük adımla, büyük yangınlar bir kıvılcımla başlar diye bir söz vardır. Biz de üniversite olarak politik psikoloji alanına sahip çıkarak bu konudaki otorite kişilerle bilimsel alanda çalışmalar yapmaya başlıyoruz. Bunun dünya için çok önemli olduğunu düşünüyorum ve bu konuda çok emek vermiş olan Sayın Lord Alderdice'a de burada Fahri Doktora takdim edeceğiz. Kendilerine teşrifleri için teşekkür ediyorum" dedi.

Prof. Dr. Nevzat Tarhan: Dünyanın daha iyi olması için adım atılmalı

Politik psikolojinin çok önemli bir alan olduğunu ifade eden Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Dünyada iyilerle kötülerin mücadelesi vardır. Çizgi filmlerde görürsünüz kimi zaman iyiler kazanır, kimi zaman kötüler kazanır. Bu aslında insanlığın varoluşundan beri var olan bir mücadele.

Hatta son yıllarda iyilerle kötüler arasındaki bu mücadeleye sosyal entropi deniyor. Entropi, biliyorsunuz termodinamiğin ikinci yasası. Bu yasaya göre entropi yükselmesi olarak tanımlanan şu, evren düzenden düzensizliğe doğru gidiyor. Davranışsal entropide evrende eğer dışarıdan bir müdahale olmazsa düzenden düzensizliğe doğru gidiyor ama dış müdahale varsa düzene geçiyor. Evimizin bahçesini ekip biçmezsek bahçe ayrıkotları ile kaplanıyor. Eğer burayı aydınlatmazsak kendiliğinden karanlık hale geliyor. Burayı ısıtmazsak kendiliğinden soğuyor. Evrende de entropi psikoloji alanında da var. Evrende iyi ve güzel şeyleri artırmazsak kötü kendiliğinden artıyor. O halde iyilik iddiasında olan kişilerin

hiçbir şey yapmaması, kötülük olarak geri geliyor. Anadolu'da güzel bir söz vardır; karanlıkla mücadele etmenin en güzel yolu mum yakmaktır. Bu nedenle biz politik psikolojide dünyada iyi ve güzeli artırma yönünde çaba içinde olmazsak dünya kötüye gider. Dünyanın daha iyi ve yaşanılabilir olması için adımlar atmak gerekir" dedi.

Prof. Dr. Nevzat Tarhan: "Bir hayalim var. Dünya parlamentosu kurulmalı"

Türk düşünür, sosyolog Cemil Meriç'in sözünü hatırlatan Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Cemil Meriç, 'En büyük düşmanımız önyargı, en büyük ihtiyacımız diyalog' demiş. Toplumdaki ve ailedeki kavgaları düşünün. Pareto İlkesi vardır, 80-20 kuralı. Yani problemlerin %20'sini çözersen kalan %80'i de çözülür. Bu politika alanında da böyle. Politikacılar psikolojiye karşı mesafeli duruyorlar. Ama bizler üzerimize düşeni yapalım. Dünyada böyle bir ihtiyaç var. Bir hayalim var, dünyada medeniyetler mücadelesine baktığımız zaman dünyada küresel barış olması için, dünya adaleti için dünya parlamentosunun kurulması gerektiğini düşünüyorum. Her ülke eşit olarak bu dünya parlamentosunda temsil edilse ve orada her şey konuşulabilse emin olun dünyadaki sorunlar çözülecektir. Terörle mücadelenin, etnik ve dini radikalizmle mücadele etmenin en iyi yöntemi diyalog sahası açmaktır. İnsanlar konuşabildiği zaman problemlerin çoğunun çözülebildiğini görüyorlar" dedi.

"Hayalimi Politik Psikoloji Merkezi gerçekleştirecek"

Üsküdar Üniversitesi olarak Politik Psikoloji Uygulama ve Araştırma Merkezini açtıklarını ifade eden Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Biz Üsküdar Üniversitesi olarak geçmişle gelecek arasında köprü olma, doğu ile batı arasında köprü olma ve bu konuda çorbada tuzu olma iddiasındayız. Politik Psikoloji Uygulama ve Araştırma Merkezi inşallah benim bu hayalimi gerçekleştirecek" diye konuştu.

Prof. Dr. Deniz Ülke Arıboğan: Uluslararası İlişkiler alanı politik psikoloji perspektifi ile zenginleşmeye başladı.

Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Dekanı, Politik Psikoloji Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü Prof. Dr. Deniz Ülke Arıboğan da açılış konuşmasında amaçlarının politik psikoloji alanına yeni bir açıklama boyutu ve bakış açısı

getirebilmek olduğunu belirterek "Psikoloji alanı, son birkaç yıldır popüler çünkü insanı anlamak, toplumu anlamak onun davranışlarına yön veren psikoloji faktörlerini değerlendirmeye almak çok önemli. Buna rağmen uluslararası ilişkiler disiplini çok ilgisiz kaldı. Çok standart olarak dünyadaki ilişkileri bir devletler arası ilişkiler boyutunda değerlendirmeye çalıştılar, diplomasi üzerinden anlamaya çalıştılar. Şimdi artık uluslararası ilişkiler alanı da bu yeni perspektifle zenginleşmeye başladı. Toplumların psikolojileri, kamuoyu algıları, liderlerin kişilik yapıları, toplumların tarihsel travmaları, ulusal hikayelerin üzerine bina eden anlatıların her biri çok önemli hale gelmeye başladı" dedi.

Politik Psikoloji Uygulama ve Araştırma Merkezi ile Oxford Crick Merkezi iş birliği hedefleniyor

Prof. Dr. Arıboğan, "Ülkelerin içerisindeki siyasi yapı, demokratik anlayışları, liderliğin seçim süreçleri, lidere bakış açılarını önemli ölçüde belirler hale geldi psikolojik ortamlar ve tarihsel hikâyeler. Bu nedenle artık yeni teknolojileri de kullanarak bir yandan

hikâyelerimizle bir yandan teknolojik aygıtlarımızla insan beynini okumaya, insanı anlamaya çalışıyoruz. Hep birlikte bu alanı geliştireceğiz. Üniversitemizin sloganı insanı anla dünyayı değiştir. Değiştirebilmek için neyle uğraştığımızı anlamamız farklı perspektiflerle zenginleştirmemiz gerekiyor bu anlatılanları. O bakımdan Politik Psikoloji Uygulama ve Araştırma Merkezimizin hayırlı olmasını diliyorum. Bugün burada çok değerli konuşmacılarımız bulunuyor. Lord Alderdice'a fahrî doktora törenimiz var. İnşallah bundan sonra Oxford Crick Merkezimizle birlikte Üsküdar Üniversitesi Politik Psikoloji Uygulama ve Araştırma Merkezimizle beraber daha çok etkinliklerde bir araya geleceğiz" dedi.

Türkiye Duygu Haritasını anlattılar

Açılış konuşmalarının ardından Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü Doç. Dr. Gökben Hızlı Sayar ve Müdür Yardımcısı Dr. Öğretim Üyesi Hüseyin Ünübol, "Türkiye Duygu Haritası: İyi Oluş ve Düşmanlık" başlıklı sunumunu gerçekleştirdi. Karar verme süreçlerinde duyguların etkisinin önemli olduğunu belirten Doç. Dr. Gökben Hızlı Sayar ve Dr. Öğretim Üyesi Hüseyin Ünübol, Temmuz-Ekim 2018 döneminde 125 klinik psikoloji yüksek lisans öğrencisi tarafından gerçekleştirilen 81 ilde 24 bin 494 kişiyle gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına değindi.

Prof. Lord John Alderdice, Kuzey İrlanda'daki barış sürecini anlattı

Fahri Doktora Töreninin ardından "Chaos, Complexıty, and Cooperatıon – Kaos, Karmaşa-İş Birliği" başlıklı konuşmasını yapan Prof. Lord John Alderdice, Üsküdar Üniversitesi, Prof. Dr. Nevzat Tarhan ve Prof. Dr. Deniz Ülke Arıboğan'a içten teşekkürlerini iletti. Konuşmasında Kuzey İrlanda'daki barış sürecinden, o dönemde içerisinde yer aldığı çalışmalardan bahseden Prof. Lord John Alderdice, şunları söyledi: "Camiaların neden kendilerine zarar verecek davranışlar gösterdiğini anlamaya çalıştım. Bu durumu nasıl daha iyi idrak edebilirim. Tıbba, psikoanaliz alanlarına yöneldim. Tabi etki yaratmak

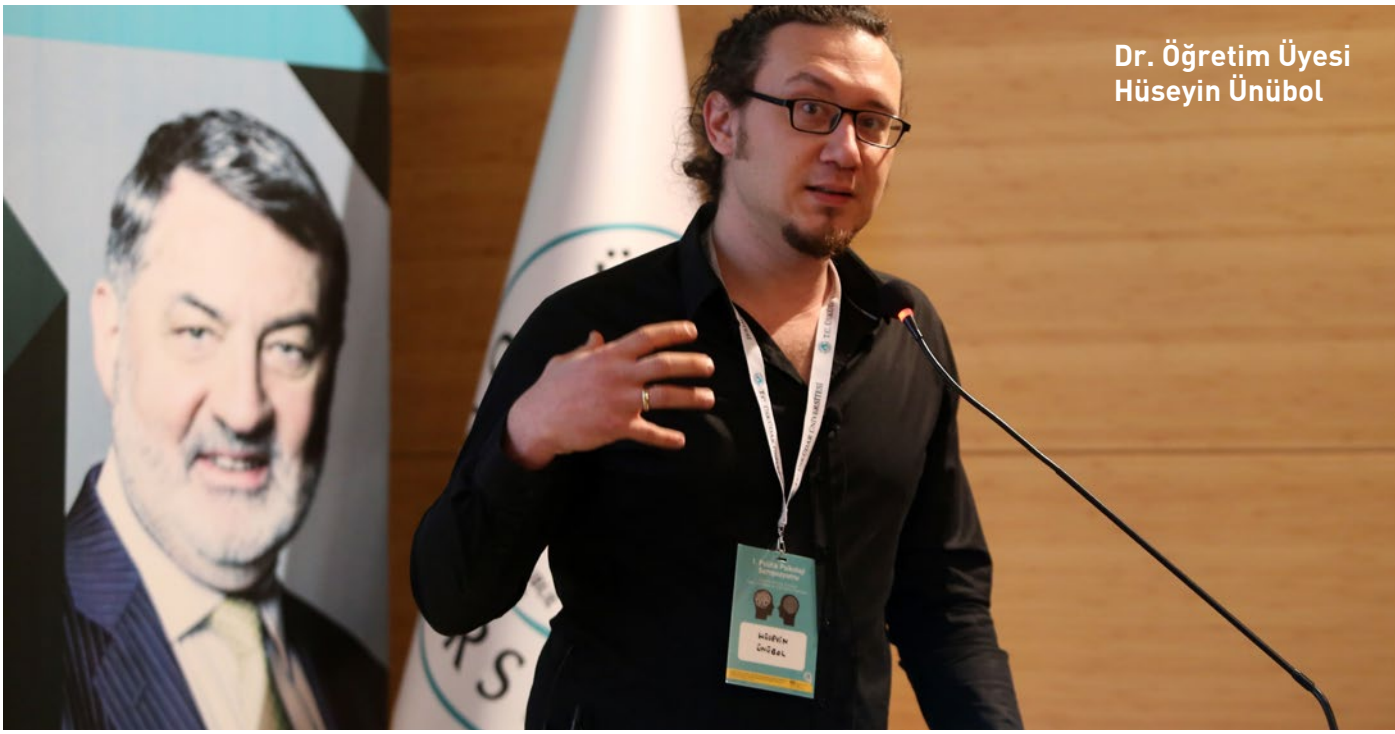
istiyorsanız, nüfuz yaratmak istiyorsanız belli bir siyasi partinin başına geçmeniz lazım. Camianın bir tarafında iki parti vardı. Biri Protestan diğeri birleştirici partiydi. Bir tanesi de ılımlı diğeri daha aşırı uçtu. Ama merkezde bir parti vardı. İnsanları bir araya getirmeye çalışan, benim için de orta yol bu diye düşündüm. Terapotik bir pozisyondu aslında. Burada ilk yaptığımız şey neydi aslında? İki taraftan da ılımlı insanları bir araya getirmek istedik. Acaba bir uzlaşı yolu bulabilirler mi?

Böylelikle aşırıcıları uzaklaştırabilirler mi? İyi bir fikir gibi geldi, biz de bunu birkaç kez denedik ama işe yaramadı çünkü daha uçtaki aşırı insanlar her zaman bu gayretleri ortadan kaldıracak bir şeyler yaptılar. Alternatif yollar arayışlarına girdik ve nihayi olarak yeni bir tahlil ve analiz gelişti. Sorun sadece siyasi bir sorun değil dedi bu yaklaşım. Sorun dini ya da ekonomik bir sorun da değil. Sadece adalet sorunu da değil. Sorun tarihi olarak farklı camiaların arasındaki bozuk ilişkilerle ilgili denildi.

Demokratik siyasete nasıl yönelebiliriz?

Peki bu bozulan ilişkiler ve camialar nedir? Biz bir barış süreci için üç farklı alana odaklandık. Birincisi Katolik Protestan ulusalcılar. Bir de İRA'nın güneydeki camiaları vardı. Biri Londra'da ve biri İrlanda'da Dublin'de. Bu üç ilişkinin temsilcilerini alarak barış sürecinin üç alanına odaklandık.

Prof. Dr.
Deniz Ülke Arıboğan



Dr. Öğretim Üyesi
Hüseyin Ünübol

Genellikle insanlar belli bir gruba yönelir, burada bir uzlaşma yaratmaya çalışır. Biz burada harici olan ve dış çeperde kalan ilişkilere odaklandık, daha birleştirici olması için. Demokratik siyasete nasıl yönelebiliriz diye düşündük. Belli başlı alanlar öne çıktı. En önce şunu keşfettik; Şiddete dahil olan insanları da bu oyuna dahil etmemiz lazım çünkü onlara alternatif bir yol sunmazsak, bir değişim yolu şiddetten uzaklaşmazlar. Ama eğer demokratik siyasete atılırsanız, burada diğer insanları ikna edecek bir argüman sunarsanız o zaman da demokratik katılımınızı sağlamış olursunuz dedik. Böylelikle zaten ortada uzlaşı bulabileceğimiz değişimi yaratabiliriz. Tabii ki herkes hem fikir olmadı. Demokrasi herkesin uzlaşıya vardığı bir alan değildir. İnsanların birbirini öldürmeden fikir ayrılıklarını benimsedikleri bir ortamdan bahsediyoruz demokrasi dediğimizde" diye konuştu.

Duygular ve düşüncelere bir arada odaklanmak lazım

Hem kişisel hem de toplumsal evrimde iş birliği

içinde yaşanması gerektiğini ifade eden Prof. Lord John Alderdice, toplumdaki sorunların çözülmesi için meselenin ne olduğunun iyi anlaşılması gerektiğine dikkat çekti. Toplumların daha çok adalet üzerinde bir odak bulması gerektiğini de kaydeden Prof. Lord John Alderdice, "İnsanlar olarak eşit olmadığımız alanlar var ama adalet iş birliği ve topluluk bilinci olmalı. Duyguları göz ardı edip sadece düşünmeye odaklanamayız. Mutlaka ikisini bir arada düşünmeliyiz. Gerçek ve realite nedir bunu anlamak için inancı da ele almalıyız. Ve bilimi ilerlettiğimiz gibi inancı da geliştirip ileriye taşımalıyız.

Elitlerin görüşü kadar sıradan insanların görüşlerini de almalıyız. Ve zor kısmı hepimiz değişime hazır olmalıyız, doğru olan değişmektir. Her büyük bir değişim olduğunda bir kaos da olur" dedi.Sempozyum öğle arasında Prof. Dr. Lord John Alderdice ve beraberindekiler Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesini gezdi. Hastanenin çalışmalarını yerinde inceleyen Alderdice ilgililerden bilgi de aldı. Aldirdice, 2019-2020 akademik yılda öğrenci alacak Üsküdar Üniversitesi Tıp Fakültesini de gezdi.
Sempozyum, Üsküdar Üniversitesi Politik Psikoloji Merkezi Müdür Yardımcısı Psk. Ayça Ferda Kansu'nun "Disiplinerarası Bir Alan Olarak Politik Psikoloji"; Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Sosyal Şizofreniden Toplumsal Empatiye" başlıklı sunumları ile devam etti.

Sempozyumda Üsküdar Üniversitesi Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. Sinan Canan da "Biyolojiden Siyasete; İnsan Neden Böyle?" ve Ankara Üniversitesi Emekli Öğretim Üyesi Prof. Dr. Abdülkadir Çevik de "Bireysel Bütünlük ve Barışıklıktan Toplumsal Bütünlük ve Barışa Giden Süreç" başlıklı sunumunu gerçekleştirdi. ÜÜ TV'den canlı olarak da yayınlanan ve iki gün süren sempozyum sonunda katılımcılara iki üniversite adına ortak bir katılım belgesi de verildi.

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

Üsküdar Üniversitesinde "Vizyon" konuşuldu

Üsküdar Üniversitesi, geleceğe odaklanmayı temel alan vizyon toplantılarının ilkini gerçekleştirdi. Toplantıya Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan, Mütevelli Heyet Başkanı Furkan Tarhan, İDER Vakfı Yönetim Kurulu Üyesi Fırat Tarhan, Genel Sekreter Selçuk Uysaler, aralarında Prof. Dr. Mehmet Zelka, Prof. Dr. Muhsin Konuk, Prof. Dr. Sevil Atasoy, Prof. Dr. Deniz Ülke Arıboğan'ın da bulunduğu senato üyeleri ile üst düzey yöneticiler katıldı.

1. Vizyon Toplantısı Hilton Otel'de gerçekleştirildi. Arama toplantısının moderatörlüğünü ise Megawatt Ajans Hizmetleri A.Ş.'nin kurucusu ve Yönetim Kurulu Başkanı aynı zamanda Yücel İletişim ve Yönetim Danışmanlığı bünyesinde markalara danışmanlık veren Tolga Yücel yaptı.

Prof. Dr. Tarhan: "Vizyon toplantıları yeni bir yapılanma aşıcından çok önemli"

Açılış konuşmasını gerçekleştiren Üsküdar Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Nevzat Tarhan, vizyon toplantısının önemine değindi. Tarhan, "Vizyon toplantıları insanların mevcut durumu yeniden değerlendirdiği toplantılardır özellikle insanın yaptığı iş hakkında düşünmesi hataları düzeltmesi açısından ve yeni bir yapılanma aşıcından çok

önemli" şeklinde konuştu.

Üsküdar Üniversitesi vizyonu değerlendirildi
Dünya, Türkiye ve sektör başlıklarının konuşulduğu ve tam gün süren toplantıda Üsküdar Üniversitesinin mevcut durumu değerlendirildi. Arzulanan marka algısı ve stratejiler belirlenerek konumlandırma stratejileri ve stratejik yol haritaları çizildi.

Toplantı sonrası aile fotoğrafı çekildi. Akşam yemeğinin ardından toplantı sona erdi.

ÜHA (Üsküdar Haber Ajansı)

Duygusal Farkındalık Birçok Şeyi Hallediyor

Ruh sağlığı profesyonelleri şunu çok iyi gözlemler ki; duygusal okuryazarlık yoksunluğu ve duygusal sağırlık iletişimin en büyük düşmanıdır. İletişimin de hemen hemen %80'ini oluşturur. Konuşurken ses tonu, söyleyiş biçimi, eşik altı vurgular, mimik ve jestler o kadar önemlidir ki bunları bilirsek çoğu defa konuşmadan anlaşabiliriz. İşinizi kolaylaştırmak için pozitif, negatif ve yakınlık duygularının bir ölçeğini size sunmak istiyorum. Bunu uygulayarak duygu ifadenizi geliştirebilirsiniz veya başkasının duygu ifadesini anlayabilirsiniz. Y. Kuzucu'nun 2011'de Türkçeye kazandırdığı ölçek şöyle:

Duyguları İfade Ölçeği

(*Emotional Expression Questionnare)*

Pozitif Duygu İfadesi Ölçen Maddeler

3. Sohbet esnasında genellikle arkadaşlarıma dokunurum.
4. Çok gülerim.
9. Televizyon seyretmek veya kitap okumak beni güldürebilir.
11. Sık sık, gözlerim yaşarıncaya kadar ya da yanaklarım ağrıyıncaya kadar gülerim.
13. İşler istediğim gibi gitmediğinde memnuniyetsizliğimi her zaman ifade ederim.
15. Birini sevdiğimi ona sarılarak ya da dokunarak gösteririm.

Yakınlık Duygu İfadesini Ölçen Maddeler

1. İnsanlara sık sık onları sevdiğimi söylerim.
6. İnsanlar benim için iyi şeyler yaptığında, utandığımı hissederim ve minnettarlığımı ifade etmekte zorlanırım.
7. Birilerinden gerçekten hoşlandığımda bunu bilirler.
8. Yanlış bir şey yaptığımda özür dilerim.
12. Yalnızken geçmişten bir şeyler hatırlayarak kendi kendime gülebilirim.

Negatif Duygu İfadesini Ölçen Maddeler

2. Öfkeli olduğum zaman genellikle insanlar bunu anlar.
5. İnsanlar yüz ifadelerime bakarak ne hissettiğimi söyleyebilirler.
10. Halka açık bir yerde birisine öfkelendiğimde, öfkelendiğimi diğerleri anlar.
14. Gülüşüm yumuşak ve kontrollüdür.

Puanlanması ve kesme puanı:

Ölçek 1 ile 7 arasında puanlanıyor, yani:

1: Kesinlikle katılmıyorum
2: Katılmıyorum

3: Pek katılmıyorum
4: Kararsızım
5: Biraz katılıyorum
6: Katılıyorum
7: Kesinlikle katılıyorum

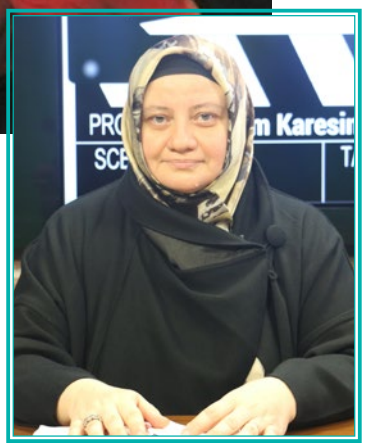
***

Kişinin işaretleme yaptığı maddeler toplanır. Alabileceği en yüksek puan 105'tir. Ne kadar yüksek puan alırsa duygu ifadesinin o kadar iyi olduğu anlaşılır.

***

Duygusal farkındalığı yüksek kişiler aile içinde daha nitelikli ilişki kurmakta en büyük psikolojik ve sosyal sermayeye sahip kişilerdir. Böyle olmak aslında hiç de zor değil.

Kaynak: Nevzat Tarhan, Bilinçli Aile Olmak, TİMAŞ Yayınları, İstanbul, 2018.



YENİDEN ÖLÜ OZANLAR DERNEĞİ

Ayşe Kazancı

Ölü Ozanlar Derneği filmi (Dead Poets Society) 1989 yılında yapılmış olup (ABD) 1959 yıllarının Welton Akademisi ile birlikte tüm zamanlardaki eğitim sistemlerine sözü olan bir film olmuştu. En İyi Özgün Senaryo Akademi Ödülü'nü alan filmi, yeni bakış açısıyla bu zamanda bir kez daha izlediğimizde birçok şeyi yeniden düşünmüş oluruz. Filmin yaptığı eğitim eleştirisinin, hala üzerimize alınacak durumda olduğumuzu anlayabiliriz.

Robin Williams, Robert Sean, Leonard Ethan Hawke gibi ünlü oyuncuların gençlik yıllarını ve oyunculuklarını tekrar hatırlamak için filmi izlemek önemli bir sebeptir ama daha da önemlisi bizlerin değişmeyen çelişkisini yeniden düşünmek için bu filmi izlemek daha iyi bir fırsattır. Kendi kendimize belirlediğimiz, önceliklerimizle kurduğumuz sistemler arasına sıkışıp kalmış insan olmaya çalışan gençlik artık "Hayatın anlamını arayan sorular" soramamakta. Kendi doğrularına sıkı sıkı sarılıp inanmış kalıplarına, sadece teorik bilgilerine sıkışıp kalmışlık "inançsızların sonsuz sırası" ifadesiyle çok iyi yüzleştiriyor.

Filmdeki okula yeni gelen öğretmen Bay Keating'in (Robin Williams) dilinden dökülen şiirin dizelerinin devamında "Aptallarla dolu şehirler" dizesi bizi acı gerçekle yüzleştiriyor. Okuldaki tarzıyla farklılık ortaya koyan Bay Keating'in söylediği dizelerin sonuncusu "Bunların arasında yaşamanın anlamı nedir ki hayat; Cevap ver bana hayat, cevap ver!" serzenişi ise şimdilerde çok azımızın kalbinden sökülüp gelebilecek ve ancak fırsat bulduğu dudaklardan fısıltı ile duyabileceğimiz türden cümleler.

Akademinin geleneksel disiplini ve pozitif bilime odaklanmış yapısı, öğrencilerin maddi geleceklerini garanti altına almak, velilerinin ise tüm endişelerini gidermek için kurulmuş bir sisteme yönelikti. Bay Keating, bu sistemin içinde yetişmiş ama sistemden kendini kurtarabilmiş edebiyat öğretmeniydi. Okuldaki en iyi öğrencilere kendilerini düşünmeyi öğretmeye başladığında çok fazla dikkati çekmişti. Genç yürekler kelimelerin ve dilin lezzetine şiirle ulaştığında hayat onlar için daha da anlamlı hale gelmişti. Sonunda içlerinde gizli kalmış ölü ozanları dışarıya çıkarmaya başlamış olan en suskunları bile masaların üzerinden hayata farklı bir bakış açısı yakalamışlardı.

Dünyayı kelimelerin ve fikirlerin değiştireceğini anlatan Bay Keating, genç kalplilerin sert sisteme rağmen değiştiğini görebiliyordu. Etraflarında "Güçlüler mizanseni devam ederken" onlar dizelerin, şiirlerin, hayatın tadına varmışlardı bile ama güçlüler ve sistem koruyucuları bu durumdan çoktan rahatsız olmaya başlamıştı.

Zaman zaman akademi öğretmenleri, edebiyat öğretmenine iğneleyici eleştirilerini dile getirse de Bay Keating için "Carpe Diem" daha önemliydi. Anı yakalamak, hissetmek, düşünmek, hayatın farkını endişesizce varabilip istediği seçimi yapabilmek; gençlerin içinde kendilerini kaybettikleri bir hale dönüşmeye başlamıştı.

Öğrencilerinin içinden editörlük yapan başarılı Nill, babasına karşı çıkarak kendi hayatının çizgisini değiştirmeye başlaması ile hayat kâbusa dönüşmüştü. Genç öğretmenini çok iyi anlayan ama içindeki kontrolü kaybedip kendi hayatını değiştirmek istediğini babasına cesaretle söyleyemeyen Nill, büyük bir hata yapmıştı ve Edebiyat Öğretmenine de yalan söyleyerek kendi gitmek istediği yola saptı. Kendisine ciddi bir engel olan babası; hayatı için kırılma noktası olabilecek bir duruma sebebiyet verince üzücü bir sonla karşılaştı. Bu durum özgürlüğün, ruhun, şiirin, aşkın tadına vardırmak için yol gösteren öğretmenleri Bay Keating için de büyük bir yıkım olmuştu.
Özgürlük fikrini, hayatın tadını kendisi olma yolculuğunu gösterirken başlarda haklı olduğumuz endişelerimizle karşılaşırız. Kontrollü bir şekilde çocuklarımızı serbest bırakmazsak, filmdeki gibi onları nasıl da diri diri gömebileceğimizi gösteriyordu. Birçoğu bedenen hayatta kalabilseler bile ruhlarını, hayat enerjilerini, hayallerini, kabiliyetlerini onların içlerine gömdüğümüzü bu film bize çok net anlatmıştı.

Geçmişin endişeleri, geleceğin korkuları ile kaçırdığımız şu anların güzelliğini, tadını ve anlamını bulmak herkesin kendine ve bu hayata olan bir borcudur. Daha sonrasında da endişeli ebeveynlere dönen bizler, sistem kurucu konumuna geçip öğretmenlerimizi de endişe ve korkulara boğarak bu günahımıza

ortak etmiştik. İşin doğrusu nedir? Hüzünlü çaresiz sonlardan nasıl kurtuluruz, derseniz yine filme dönüp şu cümleleri hatırlayabiliriz: "Vakit varken tomurcukları topla, zaman hala uçup gidiyor ve bugün gülümseyen bu çiçek yarın ölüyor olabilir."

Kendi fırtınalarımıza, zorluklarımıza, rüzgârlarımıza bakarak hazırladığımız büyük sistem gemilerini tabii ki yapmalıyız fakat bir Hz. Nuh hassasiyetiyle içinin malzemelerini donatmalıyız; ama şunu unutmadan söylemeliyim ki aynı Hz. Nuh gibi sadece davet ederek beklemeliyiz sonra kendi tercih ettikleri kapıdan girdikleri bu gemilere kendi fırtınaları ve rüzgârları ile baş edebilecek hale geldiklerine inandığımızda, korkusuzca çamurlu toprağa yani kendileri olma gerçeğine teslim etmeliyiz. Ta ki kendi fırtınaları ile insaniyetlerini kaybetmeden baş edebilsinler. Böylece endişeli ebeveynler olarak her güçlükte ayakta kalabildiklerini görme, şahit olabilme lezzetine ulaşabiliriz. İşte o zaman bu genç kalpler bizim ümidimiz, geleceğimiz, ebediyetimiz olmaya namzet olur ve iyilik defterimize hep yazılır ve çok yazılır.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ İSTANBUL 2011

NP Tıp Merkezi
FENERYOLU - ETİLER

TERCİHİN SAĞLIK OLSUN

NP FENERYOLU TIP MERKEZİ

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Merkezi
Erişkin Psikiyatri Polikliniği
Çocuk ve Ergen Psikiyatri Polikliniği
Dil, Konuşma Terapisi Polikliniği
Ortopedi ve Travmatoloji Polikliniği

NP ETİLER TIP MERKEZİ

Ergoterapi ve Duyu Bütünleme Kliniği
Çocuk ve Ergen Psikiyatri Polikliniği
Erişkin Psikiyatri Polikliniği

20 YIL NP İSTANBUL Beyin Hastanesi
Nöropsikiyatri | Bağımlılık | Beyin Cerrahisi

İNSANI DEĞERLER VE RUH SAĞLIĞI VAKFI
www.ider.org

Management System ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFIED

www.nptipmerkezi.com

nptipmerkezi NPİSTANBULBeyinHastanesi

Feneryolu Tıp Merkezi Tel: 0216 418 15 00 Etiler Tıp Merkezi Tel: 0212 270 12 92

Akıllıca bir tercih
yapman gerekiyorsa
AKLIN YOLU
ÜSKÜDAR!
#oişsende
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
İSTANBUL
2011
Türkiye'nin Beyin Üssü
0216 400 22 22
0216 400 22 22