NİSAN-MAYIS-HAZİRAN 2018 SAYI:75

VITAE

sf. 54 Psk. Ece Şarakman

BİLGİ'li Psikologlar / Prof. Dr. Pınar Uyan-Semerci / Bitcoin
BİLGİ Doğaya Açıldı / Prof. Dr. Ayhan Kaya / Highlife

İstanbul Bilgi Üniversitesi
LAUREATE INTERNATIONAL UNIVERSITIES
MEZUNLAR DERNEĞİ DERGİSİ

Biz Araslarız! sizin için

Biz 10.000 Araslı, 3.000 araçlık filomuzla Türkiye'nin dört bir yanındaki 900'e yakın şubemizden her ay 12 milyon noktaya gidiyoruz.

4442552
www.araskargo.com.tr

Var gücümüzle çalışırız

Her gün en iyi bildiğimiz işi daha iyi yapmak için çalışıyoruz.
Tek amacımız var: Her kargoyu doğru yere, tam zamanında ulaştırmak.

aras®
önem taşır...

İÇİNDEKİLER
NİSAN-MAYIS-HAZİRAN 2018

06 **HABERLER**
BİLGİ'den ve BİLGİ mezunlarından taze haberler...

20 **KRİPTO PARA PİYASASININ YATIRIM ALAN ÜRÜNÜ: BİTCOIN**

22 **BİLGİ DOĞAYA AÇILDI!**

26 **TÜRKİYE'DE KUTUPLAŞMANIN BOYUTLARI ARAŞTIRILDI**

32 **ENDÜSTRİ ÜRÜNLERİ TASARIMI BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNDEN YARATICI ÇALIŞMA**

38 **PROF. DR. AYHAN KAYA**

40 **BİLGİ'Lİ PSİKOLOGLAR**
Kariyer hikayeleriyle BİLGİ'li Psikologlar Dosyası...

66 **İŞ İLANLARI**

68 **YAYINEVİNDEN**

70 **HIGHLIFE**
Teknolojiden sergiye, seyahatten modaya hayatın tüm tatları.

VITAE

İstanbul Bilgi Üniversitesi
Mezunlar Derneği 3 Aylık Dergisi
Sayı: 75 | Nisan-Mayıs-Haziran 2018
www.vitae.gen.tr

YAYIN TÜRÜ
Süreli Yerel
ISSN 1309-6281

GENEL YAYIN YÖNETMENİ
Özgür Sağmal
ozgur.sagmal@open.gen.tr

YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ
Büşra Özgüç
busra.ozguc@open.gen.tr

EDİTÖR
Pelin Demirel
pelin.demirel@open.gen.tr

GÖRSEL YÖNETMEN
Ceyhun Akgün
ceyhun.akgun@open.gen.tr

FOTOĞRAFLAR
Emre Topdemir

REKLAM
Betül Bozkurt
betul.bozkurt@open.gen.tr

İMTİYAZ SAHİBİ VE YÖNETİM ADRESİ

İstanbul Bilgi Üniversitesi
LAUREATE INTERNATIONAL UNIVERSITIES

İstanbul Bilgi Üniversitesi
İnönü Cad. No: 6 Kuştepe 34387 Şişli İstanbul
T: 0212 311 6139 / F: 0212 212 2131

YAPIM

Openmedia
clever messages for open minds

NB Medya Pazarlama Ltd. Şti.adına
Kübra Güllaç
kubra.gullac@open.gen.tr

Bağdat Cad. Rüştiye Sok. No:13/2
Kızıltoprak İstanbul
T: 0216 700 1480 / F: 0216 700 1479
E: *info@open.gen.tr*

BASKI
İmak Ofset Basım Yayın Tic. ve San. Ltd. Sti.
Merkez Mh. Atatürk Cad. Göl Sk. No:1
34197 Yenibosna / stanbul
T: 444 62 18
www.imakofset.com.tr

DAĞITIM
Etkin Dağıtım
Eski Büyükdere Cad. Yamaç Sok. No:1/1
4.Levent İstanbul
Tel: 0 212 282 40 04-411
www.etkindagitim.com

Yeni Yönetim,

İstanbul Bilgi Üniversitesi Mezunlar Derneği yapılan seçim sonrası 2018 yılında yeni yönetim tarafından yönetilecektir. Bugüne kadar emeği geçen herkese teşekkürler. Bugünden sonra en ufak bir katkı sağlamak isteyen tüm mezunlarımıza ve hatta mezun adaylarımıza kapımız sonuna kadar açık olacaktır.

İstanbul Bilgi Üniversitesi Mezunlar Derneği'nin yapısal değişim geçirmesi gerekmektedir. 30.000'e yakın mezun sayısı, bu yıl 6000'i geçebilecek mezun adayı ile çok büyük bir gücüz fakat sadece sayılara dayandırılmış bir güç…

"Biz ve Güçlü" olabilmek adına ilk etapta ;

1. **Sosyal Medya ve İletişim;** ortak bir sosyal platformda günlük yaşantımızın dahilinde olan tüm sosyal medya hesapları ile entegre çalışan bir internet sitesi ve uygulama yapacağız. Bu platformun yazılımının oluşumunu üniversitemizin öğrencilerinin geliştirmesini istiyoruz. Sürecin uzama ihtimaline karşın bu konu ile ilgili iş bitirmesi olan mezunlarımız ile toplantılar yapmak niyetindeyiz.
2. **Etkinlikler;** oluşturduğumuz etkinlik komitesi tüm yıl boyunca bizleri ortak paydalarda toplamak üzere etkinlikler planlayacaktır. Bu yıl etkinlik yapabilme becerimizi kurumsal kimlik ile entegre ederek yıllar boyu gelenekselleşecek etkinliklerin temelini atmak istiyoruz.
3. **Sempozyum :** alanında uzman BİLGİ'lilerin ve ülke genelinde üniversitemizi ziyaret etmesinden mutluluk duyacağımız başarılı insanları bir araya toplayacağımız etkinlikler planlamaktayız.
4. **Sosyal Sorumluluk;** belki de listenin en başına geçmesi gereken görevlerimizin başında gelen sosyal sorumluluktur. Mezunlarımızdan alacağımız güç ile içinde yaşadığımız toplumun yardıma muhtaçlarına el uzatacağız. Planlı ve programlı olarak yardımların çeşitlendirilebilmesi için fon oluşturulmasını sağlayacağız. Kurmayı planladığımız internet sitesinde ki hesaplarınıza entegre bağış sistemi ile yardımlarınızı yapabileceksiniz. Toplumun sorunlarından değinilmesini istediklerinizi de bizlere talep olarak iletebileceğiniz alanı sağlayacağız.
5. **Spor Etkinlikleri;** bu konuda aldığımız bayrağı taşıma görevini devam ettirmek ve katıldığımız branşlarda adımızdan söz ettirmek istiyoruz. Bu yıl Eylül ayında düzenlenecek Master Games adlı turnuvaya katılım sağlayacak saygı değer üniversiteler ile toplantı sürecini başlattık.
6. **İş Birlikleri;** mezunlarımızın işletmeleri ile Derneğimiz arasında yapılacak antlaşmalar ile karşılıklı kazanım sağlanacak süreçler oluşturacağız. Bu iş birliktelikleri bizlerin bir güç olarak kurumsal şirketler ile ortak payda da buluşmamızı kolaylaştıracaktır.

Saygıdeğer BİLGİ Mezunları,

Yeni göreve başlamanın verdiği şevk ile her geçen gün yeni şeyler öğrenerek yolumuza devam ediyoruz. Her mezunumuza ulaşmak istiyoruz. Yakın zamanda planlama sürecinden faaliyet sürecine geçişi birlikte yaşayacağız.

TOLGA BAYOĞLU
İstanbul Bilgi Üniversitesi
Mezunlar Derneği Başkanı

tolga.bayoglu@bilgim.org.tr

Dün,

bugün,

yarın,

BİLGİ.

BİLGİ ilk günden beri, kendine ve hayata güvenle bakabilmen, geleceğine ve dünyaya yön vermen için var.

Burada, hayallerini gerçeğe dönüştürecek ve seni hedeflerine ulaştıracak kişiyi; kendini bulacaksın.

Çünkü yapabileceklerini keşfetmen için 22 yıldır, BİLGİ var.

444 0 428 | www.bilgi.edu.tr

İstanbul Bilgi Üniversitesi

LAUREATE INTERNATIONAL UNIVERSITIES

BİLGİ "Kültür Politikası ve Kültürel Diplomasi UNESCO Kürsüsü" kuruldu

İstanbul Bilgi Üniversitesi'nin "Kültür Politikası ve Kültürel Diplomasi UNESCO Kürsüsü" kurmak üzere yaptığı başvuru, 2017 Aralık ayında UNESCO Paris tarafından kabul edildi. Kürsü BİLGİ'nin ilk, Türkiye'nin on birinci UNESCO Kürsüsü olma özelliğini taşıyor.

BİLGİ Kültür Politikaları ve Yönetimi (KPY) Araştırma Merkezi bünyesinde faaliyet gösterecek olan UNESCO Kürsüsü ile birlikte, UNESCO çatısı altında uluslararası alanda yeni iş birlikleri kurularak çok ortaklı kültür projeleri gerçekleştirilecek. Türkiye'de kültür politikalarıyla alakalı çalışma yapan akademisyenler ve öğrenciler için de yeni bir uluslararası platform oluşturulmuş olacak. Ayrıca, kültürel diplomasi alanında ilgili kurumlarla iş birliği içinde yeni atılımlar gündeme gelecek.

Projenin hazırlanmasına önayak olan BİLGİ İletişim Fakültesi Öğretim Üyesi, Kültür Politikaları ve Yönetimi Araştırma Merkezi Müdürü Doç. Dr. Serhan Ada, kurulan UNESCO Kürsüsü'nün BİLGİ'nin uluslararası akademik ortamdaki başarılarına bir yenisini eklediğini belirtti. Doç. Dr. Ada, "Kültür politikaları alanında yaptığımız çalışmaları ulusal ve uluslararası ölçekte geliştirerek sürdürmek ve ülkemiz için yeni sayılabilecek kültürel diplomasi alanında akademik çalışmalara katkıda bulunmak üzere bu yeni unvanın eşsiz imkânlar sunacağı kanısındayız" dedi.

UNESCO Kürsüsü unvanı için başvuru süreci, Türkiye'den T.C. Dışişleri Bakanlığı, Yayıncılar Birliği (YAY-BİR), Müzik Yapımcıları Meslek Birliği (MÜYAP), İzmir Akdeniz Akademisi ile yurtdışından da Almanya Hildesheim Üniversitesi, Belgrad Sanatlar Üniversitesi gibi akademik kurumların katkılarıyla tamamlandı. Süreçte, merkezi Beyrut'ta bulunan Mawred Al Thaqafi ile Kazablanka'daki Racines gibi çeşitli kültür STK'larının destekleri ve UNESCO Türkiye Milli Komisyonu'nun olumlu görüşleri de alındı.

Pro Bono Ücretsiz Hukuki Destek Ağı Ödül Töreni Gerçekleşti

İstanbul Bilgi Üniversitesi Hukuk Fakültesi ile İnsan Hakları Hukuku Uygulama ve Araştırma Merkezi kararıyla, Pro Bono Ücretsiz Hukuki Destek Ağı'nda, 2018'den itibaren her yıl en iyi Pro Bono projesini gerçekleştiren hukuk bürosu, avukat ve/veya sivil toplum kuruluşuna bir "Pro Bono Ödülü" veriliyor.

Adalete erişimde yeni bir yol olan pro bono hizmet sağlamaya gönüllü hukukçular ve desteğe ihtiyaç duyan sivil toplum kuruluşlarını bir araya getiren Pro Bono Ağı, on iki yıllık deneyimi geride bıraktı.

Finans Cafe Seminerleri: Kripto Paralar ve Bitcoin Piyasası

Finans Cafe Seminerleri, İstanbul Bilgi Üniversitesi Finansal Uygulama ve Araştırma Merkezi tarafından düzenlenen Finans Cafe Seminerleri, 28 Aralık tarihinde **santral**istanbul Kampüsü'nde gerçekleşti. Seminerin konuşmacısı İş Yatırım Uluslararası Piyasalar Müdürü Şant Manukyan idi.

7. Istanbul Willem C. Vis "Pre-Moot" Yarışması

Willem C. Vis Uluslararası Farazi Ticari Tahkim Yarışması, uluslararası ticaret hukuku eğitimini ve uluslararası ticari uyuşmazlıkların tahkim yoluyla çözümünü teşvik etmek amacıyla bu sene 25. kez Viyana'da gerçekleşti.

Dünyanın her yerinden üç yüzün üzerinde hukuk fakültesinin katıldığı ve alanının en kapsamlı ve prestijli farazi dava yarışmalarından biri olan Vis Uluslararası Farazi Ticari Tahkim Yarışması öncesinde, hukuk fakülteleri ve hukuk büroları tarafından öğrencilerin yarışmaya hazırlanmaları amacıyla ulusal ve uluslararası ön çalışmalar ("pre-moot") düzenleniyor.

İstanbul Bilgi Üniversitesi Hukuk Fakültesi de Türkiye'den yarışmaya katılan takımların yer aldığı ulusal Pre-Moot'u 2012 yılından beri düzenlemeyi sürdürüyor.

Yarışma, bu yıl da 12 üniversitenin (Altınbaş, Ankara, Ankara Yıldırım Beyazıt, Bahçeşehir, Bilkent, Galatasaray, İstanbul, BİLGİ, İstanbul Şehir, Kadir Has, Koç, MEF Üniversiteleri) katılımıyla, 17-18 Şubat tarihlerinde BİLGİ Hukuk Fakültesi'nin ev sahipliğinde İstanbul Tahkim Merkezi'nin de destekleriyle gerçekleşti.

BİLGİ Endüstri Ürünleri Tasarımı Bölümü Köln Tasarım Fuarı'nda

Tasarımcılar ve üreticiler için bir forum olarak kurulan ve düzenlenen fuar, son 28 yıldır önemli bir tasarım etkinliği olarak kabul görüyor.

IMM Köln Mobilya Fuarı kapsamında düzenlenmekte olan PASSAGEN, tasarım ürünlerinin yanı sıra tartışma forumu sağlayan açılışlar ve özel etkinlikler ile kentte uluslararası bir tasarım etkinliği olarak şekillendirilmektedir. ID202-Kapalıçarşı Stüdyosu'nun da yer alacağı Designers Fair, 2009'dan beri Passagen Köln'ün bir parçası olarak, genç tasarımcıların ve genç yeteneklerin ürünlerini sergilemek üzere düzenlenmektedir.
Etkinliğe, Türkiye'den tek tasarım okulu ve bölümü olarak katılan ID 202-Kapalıçarşı Stüdyosu tasarım öğrencilerinin ve zanaatkarların birlikte çalışacağı ortak bir alan yaratarak, zanaat kültürünü akademiye entegre eder ve zanaat mahallelerinin sürdürülebilirliğine katkı sağlar. Böylece zanaat-tasarım eğitimi iş birliği olanaklarını keşfederek İstanbul'un yerel zanaat mahalleleri ve akademi arasındaki ilişkisini güçlendirmeye çalışır. Stüdyo kapsamında usta-çırak geleneğinin eğitim yaklaşımı tasarım eğitimine entegre edilmektedir. Bu bağlamda, "çırak" konumunda olan öğrenciler atölyeler ve üretim ağının günlük çalışma ortamının parçası olmaktadırlar. Tasarım stüdyosunun sınırları üniversite yerleşkesinden şehre taşınarak genişletilmektedir. Bu dönem, Kapalıçarşı'ya yakın tarihi bir üretim kümesi olan Büyük Yeni Han, tasarım stüdyosu olarak yeniden kurgulandı ve Gümüş Eşya El Sanatkarları Derneği (GESAD) ile iş birliği yapıldı. Sergide stüdyo kapsamında gerçekleştirilen "Zanaatı Deşifre Etmek: Takı ve Vücut" ile "Zanaate Eşlik Etmek: Sofra Topoğrafyaları" projelerine ait işlerden seçkiler yer almaktadır.

Stüdyo yürütücüleri: Aslı Kıyak İngin, Ayşenaz Toker, Berilsu Tarcan

Öğrenciler: Adem Sınağ, Adil Batuhan Kaşut, Alara Altınören, Ali Rıza Atakan Gür, Deniz Yıldırım, Dila Arık, Ece Kökçak, Elifnaz Pamukçu, Gizem Erbilgin, Gözde Çubukcu, Irem Altunsu, Kunt Konuk, Lara Divriş, Polen Kenziman, Selin Öztürk, Sezin Çelebi

Atölyeler: Ares Gümüş, Balyan El Sanatları, Halil&Ali Gümüşçülük, Halit Kandemir, Eyüp Gümüş, Ming Gümüş, Orgu Silver, Rose Silver, Vilyan Toparlak

santralistanbul | Kozyatağı | e-MBA (Online)

Türkiye'nin lider MBA programı **bilgi**MBA, kariyer hedefleri olan profesyonelleri bir araya getiriyor, güçlü iş bağlantıları kurmanıza olanak sağlıyor.

Siz de iş dünyasının liderlerinden eğitim alıp onlarla iletişim kurma şansını yakalamak, farklı sektörlerden yöneticilerle ve yönetici adaylarıyla bir arada olmak için hemen başvurun.

bilgiMBA'e gelen güçlü bağlantılar kurar.

444 0 428 | mba.bilgi.edu.tr | mba@bilgi.edu.tr

İstanbul Bilgi Üniversitesi

LAUREATE INTERNATIONAL UNIVERSITIES

Nike üretti, BİLGİ'li Öğrenciler Tasarladı

BİLGİ'li öğrenciler hayal ettikleri tasarımları Nike için üretti

İstanbul Bilgi Üniversitesi Endüstri Ürünleri Tasarımı Bölümü öğrencileri, "Nike Epic React Flyknit" koşu ayakkabısının özelliklerini, kendi tasarladıkları ürünlerle anlattı. "Ayakkabı ne hissettiriyor?" sorusunun yanıtı olan tasarımlar Enerji Müzesi'nde gerçekleştirilen lansmanda sergilendi. Tasarımlar, Nike mağazalarında da görülebilecek.

İstanbul Bilgi Üniversitesi Endüstri Ürünleri Tasarım Bölümü öğrencileri, Nike'ın yeni koşu ayakkabısı Epic React Flyknit'in özelliklerini yaratıcı tasarımlarla anlattı. Hafiflik, yumuşaklık, esneklik ve dayanıklılık özelliklerini, üretimini yaptıkları tasarımlarla ortaya koyan öğrenciler, "ayakkabı ne hissettiriyor?" sorusundan yola çıktı.

BİLGİ'li öğrenciler, deneyimledikleri ürünün hissettirdiği çarpıcı duyguları yorumlayarak, kullandıkları kumaş, pleksi cam, yumurta kabı, izomalt gibi malzemelerle, farklı senaryolarda tasarımlar ortaya koydular. Farklı malzemeler, teknikler ve etkileşimler üzerinde çalışan öğrenciler tasarımlarında, ayakkabıyı henüz deneyimlemeyenler için ürünün nasıl hissettirdiğini ifade ettiler.

BİLGİ'li Özge Adanır, Pelin Şimşek, Mert Onur, Kuntay Seferoğlu, Tufan İşcan ve Atakan Gür'ün ayakkabıya dair deneyimlerini ve hissettiklerini yansıttıkları tasarımlar, **santral**istanbul Kampüsü Enerji Müzesi'nde gerçekleşen lansmanda görücüye çıktı. Öğrencilerin profesyonel brief alarak, doğrudan üretime geçme şansı kazandığı projede, tasarımlar belirli Nike mağazalarında spor tutkunlarının beğenisine sunulacak. Yapılacak oylama sonrasında birinci seçilen tasarım ödüllendirilecek.

BİLGİ bu yıl da TÜBİTAK Girişimci ve Yenilikçi Üniversite Endeksi'nde

Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu (TÜBİTAK) "Girişimci ve Yenilikçi Üniversite Endeksi 2017" sonuçları açıklandı.
157 üniversitenin hesaplamaya dahil edildiği endekste, İstanbul Bilgi Üniversitesi 2016 yılı genel sıralamada 44.iken, bu yıl 38.liğe yükseldi; vakıf üniversiteleri içinde de 2016'da 13. iken 2017'de 11.sırada yer aldı.
Endeks hazırlanırken bilimsel ve teknolojik araştırma yetkinliği, fikri mülkiyet havuzu, iş birliği ve etkileşim, girişimcilik ve yenilikçilik kültürü ile ekonomik katkı ve ticarileşme boyutları altında 23 göstergenin dikkate alındığı; bu kapsamda 50'nin üzerinde öğretim üyesi olan üniversitelerin hesaplamaya dahil edildiği belirtildi.

Türkiye Yazarlar Birliği'nin Kamu Yayıncılığı Ödülü'nü İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları aldı

Türkiye Yazarlar Birliği (TYB)'nin "Yılın Yazar, Fikir Adamı ve Sanatçıları" ödülleri sahiplerini buldu. 1 Ocak 2018 tarihinde TYB Genel Merkezi'nde yapılan ve ülkemizde yaşanan kültür, sanat ve fikir hayatındaki gelişmelerin değerlendirildiği basın toplantısında 2017 ödüllerinin sahipleri açıklandı. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları Kamu Yayıncılığı Ödülü'ne layık görüldü.

Marka Okulu Semineri: İşsiz Kalmanın Garanti Yolları

Marka Okulu Semineri: İşsiz Kalmanın Garanti Yolları, 15 Şubat tarihinde **santral**istanbul Kampüsü'nde gerçekleşti. Yönetim Danışmanı ve Eğitmen Hakan Turgut'un konuşmacı olarak katıldığı seminer İstanbul Bilgi Üniversitesi Pazarlama İletişimi Yüksek Lisans Programı (Marka Okulu) ve Mediacat iş birliğiyle düzenlendi.
"Parasal Zeka" ve "Eğitim Oyunları" kitaplarının yazarı, yönetim danışmanı ve eğitmen; BİLGİ Pazarlama İletişimi / Marka Okulu Liderlik dersi öğretim görevlilerinden Hakan Turgut, iş görüşmelerinde öne geçmenin ip uçlarını ironik bir dille anlattı. Kariyer Planlama ve Yönetimi, Etkili Özgeçmiş Yazmanın İpuçları, Etkili İş Görüşmesi ve Mülakat Teknikleri'nin yanı sıra İnsan Kaynakları Yönetiminde Yeni Yaklaşımlar'ın konuşulduğu söyleşi büyük ilgi gördü.

BİLGİ İletişim öğrencilerine Aydın Doğan Vakfı 29. Genç İletişimciler Yarışması'ndan ödüller

Üniversitemizin İletişim Fakültesi öğrencileri, Aydın Doğan Vakfı 29. Genç İletişimciler Yarışması'nda 3 ödül kazandı.
İnternet Yayıncılığı, İnternet Medya Sitesi dalında "PR Outlet Plus" projesiyle Halkla İlişkiler Lisans Programı öğrencileri Cemre Sena Baykara, İpek Yılmaz, Gizem Cevizli, Simge Avcıoğlu birinci oldular. Aynı dalda yarışan "Dijital Medya ve Çocuk" projesiyle Medya ve İletişim Sistemleri Lisans Programı öğrencileri Begüm Kaptan, Tuğsem Soner, Derya Özbalcı, Birgül Salakoslu ikincilik ödülü aldı. Reklam Filmi Senaryosu dalında "Sen de Gör" projesiyle Halkla İlişkiler Lisans Programı öğrencileri Derin Doğru, Tarık Eren ve Yaşam Koçer ise üçüncü oldular. Başarıda imzası olan tüm öğrencilerimizi kutluyoruz.

BİLGİ Kariyer Günleri 2018

BİLGİ Kariyer Günleri 15-16 Mart tarihinde **santral**istanbul Kampüsü'nde gerçekleşti. İstanbul Bilgi Üniversitesi Kariyer Merkezi tarafından düzenlenen Kariyer Günleri'nde bu yıl da her programdan öğrencinin mesleki becerilerini geliştirmek, kendi alanı ile ilgili kurumlarla tanışmak ve ilham almak için fırsat bulabileceği bir program hazırlandı.

Yrd. Doç. Dr. Pınar Artıran İngiliz Parlamentosu Avam Kamarası'nda bilirkişi ve sözlü tanık olarak görev yaptı

Üniversitemiz Hukuk Fakültesi öğretim üyesi, D.T.Ö. Kürsüsü Başkanı ve Uluslararası Ticaret ve Tahkim Hukuku Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü Yrd. Doç. Dr. Pınar Artıran, 21 Şubat 2018 tarihinde İngiliz Parlamentosu Avam Kamarası AB Komitesi toplantısına katıldı. "İngiltere'nin AB'den Çekilme Görüşmeleri Hakkında Gelişmeler" konulu toplantıda, Pınar Artıran "Brexit ve AB-Türkiye Dış Ticaret İlişkileri" konusunda bilirkişi olarak görev yaptı. Yrd. Doç. Dr. Artıran geçen yıl da Parlamento'nun Lordlar Kamarası için yazılı tanıklık yapmıştı.

09:15
Başarıyı avucunuzda hissettiğiniz an
Toplantılarınızın başarılı geçmesi için bir mekanın sağlayabileceği her şeyi düşündük. Dünyanın en dinamik şehirlerinden birinin tam kalbinde yer alan Fairmont Quasar İstanbul, toplam alanı iki bin metrekareyi aşan, yüksek teknolojiye sahip, zarif tasarımlı toplantı alanlarıyla, en iyisini hedefleyen profesyonellerin tüm beklentilerini karşılıyor. Canlı yemek pişirme istasyonları ve tematik kahve molaları gibi yenilikçi yeme içme seçenekleriyle etkinliğinizi unutulmaz kılıyor.
İstanbul'da keşfedeceklerinize açılan kapı.
fairmont.com/istanbul
Fairmont
QUASAR ISTANBUL

Down Sendromu Farkındalık Günü'nde Meraklı Aşçılara Gastronomi Atölyesi

21 Mart Dünya Down Sendromu Farkındalık Günü için İstanbul Bilgi Üniversitesi, Eyüpsultan Belediyesi ile anlamlı bir projeye imza attı. Eyüpsultan Belediyesi Engelliler Sürekli Eğitim ve Rehberlik Merkezi (ESER)'den 13 down sendromlu öğrenci, BİLGİ Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü'nün düzenlediği kurabiye ve kahve yapım atölyelerine katıldı. BİLGİ öğrencileriyle birlikte diledikleri şekilde kurabiye yapan ESER öğrencileri atölyelerde keyifli anlar yaşadı.

Hazırlanan kurabiye ve kahveler Eyüpsultan Belediye Başkanı Remzi Aydın ve İstanbul Bilgi Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Ege Yazgan'ın da katılımlarıyla sadece Down Sendromlular ve diğer engelli bireylerin çalıştığı Zahir Kafe'de misafirlere ikram edildi.

Etkinlikte konuşan Eyüpsultan Belediye Başkanı Remzi Aydın "Eyüp Sultan Belediyesi olarak engelliler, dezavantajlılar, sokak hayvanları bizim önceliklerimiz arasında. Zahir Kafe de bu önceliklerimizin projelendirilmiş haline bir örnek. Bir yıl evvel kurulan bu kafede, down sendromlu arkadaşlarımız çalışıyor. İstanbul Bilgi Üniversitesi'ne böylesi bir projeye imza attıkları için teşekkür ederim. Bu iş birliğinin diğer paydaşlarımıza da örnek teşkil etmesini umarım" dedi.

İstanbul Bilgi Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Ege Yazgan ise "İstanbul Bilgi Üniversitesi olarak Eyüpsultan Belediyesi'nin bu anlamlı projesine, down sendromlu arkadaşlarımıza gastronomi atölyeleri düzenleyerek katkıda bulunmak istedik. Ana merkezi (kampüsü) Eyüpsultan Belediyesi'nde yer alan tek üniversite olarak, belediyeye ve burada yaşayanlara karşı bir sorumluluğumuz olduğunu düşünüyoruz. Bu projeyle bir başlangıç yaptık, Belediye ile beraber daha birçok faydalı projeye imza atmak arzusundayız" diyerek duygularını dile getirdi.

Gastronomi atölyelerine katılıp sertifika almaya hak kazanan öğrencilerden biri olan Ali Uçar ise atölyeler sayesinde yeni bilgiler edindiğini belirtirken Zahir Kafe için ise "Burası benim ailem gibi, burada hazırladığımız her şeye sevgimizi katıyoruz" dedi.

BİLGİ Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölüm Başkanı Yrd. Doç. Dilistan Shipman "Kurabiye yaparken bizler de en az onlar kadar eğlendik. Bütün dünya, birbirinden farklı yaşayan insanlardan oluşuyor. Down sendromlular, sadece yaşamı daha değişik boyutlarda yaşayan bireyler. Onlar bizden farklı değil, biz onlardan farklıyız. Genele bakarak neyin normal olduğunu saptamak doğru değil. Bu konuda herkesin yapabileceği bir şey olduğuna inanıyorum" dedi.

MÖVENPICK
HOTEL ISTANBUL
GOLDEN HORN

Discover Istanbul &
enjoy

Istanbul Golden Horn and a Swiss welcome

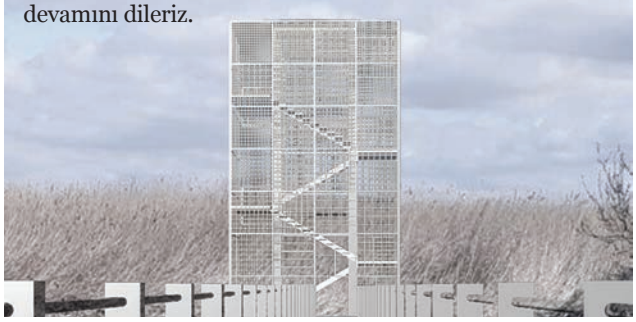
Located on the beautiful natural estuary, where the Bosphorus meets the Marmara Sea, Mövenpick Hotel Istanbul Golden Horn features spacious rooms with panoramic waterfront views, a gourmet restaurant, state-of-the-art meeting rooms and a rejuvenating spa. The city's major shopping districts and historic highlights in the Old City are all easily accessible from the hotel.

Mövenpick Hotel Istanbul Golden Horn
Silahtarağa Caddesi, No. 87 | 34050, Eyüp | Istanbul | Turkey
Phone +90 212 600 16 00 | Fax +90 212 600 16 16
hotel.istanbul.goldenhorn@movenpick.com | movenpick.com/istanbul-goldenhorn

movenpick.com

BİLGİ Mimarlık öğrencileri "Pape Bird Observation Tower" Yarışması'nda ödül kazandı

Üniversitemiz Mimarlık Bölümü 3. sınıf öğrencilerinden Alicem Öztürk ve Konuralp Şenol, 'Halat' isimli projeleriyle 'Pape Bird Observation Tower' isimli uluslararası mimari proje yarışmasında, Öğrenci Kategorisi Ödülü'ne layık görüldü. Bee Breeders isimli uluslararası yarışma organizasyon şirketi ve Pasaules Dabas Litvanya Doğa Koruma Fonu işbirliğiyle açılan; profesyonel veya öğrenciliği süren mimarların ve tasarımcıların katıldığı yarışmaya dünyanın her yerinden birçok proje gönderildi. Sonuçlar ise 17 Kasım 2017 Cuma günü duyuruldu. Öğrencilerimizi kutlar, başarılarının devamını dileriz.



BİLGİ İlk ve Acil Yardım Programı öğrencileri 4. Üniralli genel klasmanda birinci oldu

Paramedik Derneği tarafından 16 Mart 2018 tarihinde gerçekleştirilen 4. Üniralli (paramedik öğrenimi gören üniversite öğrencilerinin katıldığı, hayat kurtarma üzerine yapılan yarışma) etaplarına 22 üniversite katıldı. İstanbul Bilgi Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu İlk ve Acil Yardım Programı öğrencileri (Cansel Korkmaz, Dilara Kolburan, Esranur Yılmaz, Sefa Yılmaz) 6 farklı etapta profesyonel makyaj ve materyallerle hazırlanmış hastalar ile karşılaşıp yarıştılar. 4. Üniralli genel klasmanında öğrencilerimiz birinci oldu; İngiltere'de yapılacak Uluslararası Paramedik Öğrencileri Rallisi (SPİRES2018)'nde ülkemizi temsil edecekler. Öğrencilerimizi, öğretim elemanlarımızı ve emeği geçen tüm BİLGİ'lileri yürekten kutluyor, başarılar diliyoruz.

Prof. Dr. İlter Turan Uluslararası Siyaset Bilimi Derneği (IPSA) başkanı seçildi

İstanbul Bilgi Üniversitesi Öğretim Üyesi Emeritus Prof. Dr. İlter Turan, dünyanın en saygın ve köklü kuruluşlarından Uluslararası Siyaset Bilimi Derneği (International Political Science Association -IPSA-)'nin başkanlığına seçildi. Turan, IPSA'nın başkanlık görevine seçilen Türkiye'deki ilk bilim insanı oldu. İstanbul Bilgi Üniversitesi'nin Eski Rektörü, Emeritus Profesörü ve Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi Uluslararası İlişkiler Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. A. İlter Turan, Uluslararası Siyasal Bilimler Derneği'nin (IPSA) Poznan, Polonya'da yapılan XXIV. Dünya Kongresi'nde oy birliği ile 2016-2018 dönemi için derneğin genel başkanı seçildi. Emeritus Prof. Dr. daha önce IPSA'da yönetim kurulu üyeliği, başkan yardımcılığı ve dünya kongresi başkanlığı yaptı. UNESCO'nun himayesi altında 1949 yılında Paris'te kurulan ve 53 ülkeden üç bine yakın üyeye sahip olan IPSA, siyasal bilgiler alanında dünyanın en yaygın ve saygın mesleki kuruluşlarından biri olarak biliniyor. Emeritus Prof. Dr. İlter Turan,, yeni görevine ilişkin olarak: "Akademik bir disiplin olarak siyasal bilimler alanında dünyanın en tanınan ve etkin mesleki kuruluşlarından Uluslararası Siyaset Bilimi Derneği'nin 2016-2018 dönem başkanı olarak seçilmekten büyük mutluluk ve gurur duyuyorum. Dernek yönetim kurulunun önerisi ve genel kurulunun ortak kararıyla bana verilmiş olan bu görevi sadece şahsıma ve BİLGİ'ye değil, aynı zamanda Türkiye'ye bir teveccüh olarak görüyorum" dedi.

KUSURSUZ CİLT GÖRÜNÜMÜ SAĞLAYAN MİNERAL GÜNEŞ KORUYUCU

SIVIDAN PUDRAYA DÖNÜŞÜM TEKNOLOJİSİYLE
KARMA VE YAĞLI CİLTLER İÇİN PARLAMA KARŞITI ETKİ

Photoderm
Nude Touch SPF 50+

E SADECE ECZANELERDE SATILIR.

www.bioderma.com.tr
www.biopuan.com

/biodermatr /biodermaturkiye /biodermaturkiye

BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

BİLGİ'Yİ KİM SENDEN DAHA İYİ ANLATABİLİR Kİ?

Yaz Tanıtım Günleri'nde Çalışmak İsteyen Öğrencilere Duyuru

Üniversitemizin 2018 Yaz Tanıtım Günleri süresince Tanıtım Ofisi, Çağrı Merkezi ve bölge temsilciliklerinde "Tam Zamanlı Belirli Süreli" statüde çalışacak öğrenciler aranmaktadır. Görev almak isteyen öğrencilerin başvuruları en geç 11 Mayıs 2017 saat 16.00'ya kadar alınacaktır.

Programda yer almak isteyen öğrencilerin başvuru formunu doldurup, profillerini ve bir adet fotoğraflarını ekleyerek Tanıtım ve Kurumsal İlişkiler Birimi'nden Ezgi Dalak'a (**santral**istanbul Kampüsü, ÇSM-210) bizzat teslim etmeleri gerekmektedir. Görevle ilgili ayrıntıları ve iş tanımlarını içeren açıklama metni'nin dikkatle okunması rica olunur.

BİLGİ Eskrim Takımı başarısı

14-16 Mart 2018 tarihleri arasında Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi'nde düzenlenen "Üniversitelerarası Türkiye Eskrim Şampiyonası"nda "Erkek KIlıç" takımımız Türkiye 2.si ve sporcularımızdan Umut Ulusaloğlu ferdi 3.lük kazanmışlardır. Sporcularımızı kutlar, başarılarının devamını dileriz.

BİLGİ Eskrim Takımı:
Umut Ulusaloğlu
Mirhan Bayka
Erant Abdullahoğlu

BİLGİ Got Talent Show

BİLGİ International Club tarafından düzenlenen ve katılımcıların müzik, dans, stand up, vb. alanlardaki yeteneklerinin sergilendiği BİLGİ Got Talent Show etkinliği 6 Mart 2018 tarihinde 250 seyircinin katılımıyla gerçekleşti. Toplam 12 yarışmacının performansının jüri tarafından değerlendirildiği yarışmada, yedi yarışmacı 13 Mart 2018 tarihinde yapılacak finale katılmaya hak kazandı. Organizasyonun başarıyla gerçekleştirilmesinde katkısı olan tüm öğrencilere ve çalışanlara teşekkür ederiz.

BİLGİ Snowboard Takımı başarısı

1-4 Mart 2018 tarihleri arasında Erzurum' da yapılan "Türkiye Üniversiteler Kayak ve Snowboard Müsabakaları"nda BİLGİ "Snowboard Erkek Takımı" İstanbul üçüncüsü; sporcumuz Mehmet Ali İnal da ferdi klasmanda ikinci oldu. Sporcularımızı kutlar, başarılarının devamını dileriz.

Snowboard Takımı:
Murat Ferhat Kayar
Mehmet Ali İnal
Refik Çapanoğlu
Umut Öğücü

VITAE

dMags uygulaması ile akıllı telefon ve tabletlerinizde!

Openmedia
clever messages for open minds

KRİPTO PARA PİYASASININ YATIRIM ALAN ÜRÜNÜ: BİTCOIN

Bitcoin... Belirli bir ülkeye bağlı olmadığı gibi, kontrol ve vergi sistemlerinden de muaf, Blockchain teknolojisini kullanarak kişilerin ödemelerini gerçekleştirebildiği bir sistem olarak tanımlanabilir.

Bitcoin'in, bankacılık sektörü için bir risk olup olmadığı tartışma konusu. İstanbul Bilgi Üniversitesi Bankacılık ve Finans Yüksek Lisans Direktörü Genco Fas ile bitcoin üzerine konuştuk.

Son zamanlarda oldukça tartışılan ve merak eden gündem maddelerinden biri olan 'bitcoin' ile başlayalım. Kısa ve yalın olarak sormak gerekirse 'bitcoin' nedir?
Bitcoin (BTC) ve genel olarak sanal paralar herhangi bir merkez bankası, resmi kuruluş ve hükümet ile ilişiği olmayan elektronik para birimleridir.

Bitcoin ile normal para piyasaları dışında sanal bir para piyasası oluşturulmaya başlandı. Peki bu sanal para piyasasının dinamiklerini belirleyen faktörler nelerdir?
Elbette bu sanal para piyasasını sadece BTC ile değerlendirmek ve bu piyasanın dinamiklerini BTC özelinde konuşmak bizi eksik bir analize götürebilir. Çünkü 2009'da BTC'nin ortaya çıkışını takiben yaklaşık 1500 kripto para piyasa çıktı ve bunlardan 600 kadarı bugün de aktif olarak trade ediliyor. Dolayısıyla kripto paralara ve oluşturdukları pazara bir bütün olarak bakarsak aslında hepsinin aynı Blockchain teknolojisini ve ödül mekanizmasını paylaştığını fakat izole bir finansal işlemler network'ünde yaşadıklarını görüyoruz. Burada bu terimleri de kısaca açarsak konuşmanın daha aydınlatıcı olacağını düşünüyorum; Blockchain'i kısaca

şifrelenmiş işlem takibi sağlayan bir veri tabanı olarak tanımlayabiliriz. Adından da anlaşılacağı gibi zincirleme bir modelle inşa edilen, takip edilebilen ama kırılamayan Blockchain teknolojisi, bir merkeze bağlı olmaksızın işlem yapmaya izin veriyor. Böylece işlemler doğrudan alıcı ile satıcı arasında ve güvenli bir şekilde gerçekleştirilebiliyor. Tıpkı bir zamanlar Napster üzerinden bireyler arası müzik paylaşımının yapılması gibi. Aracıları ortadan kaldırdığı için mevcut bankacılık sistemine muhalif olduğu doğru. Ancak günümüzde, Dünya'da ve Türkiye'de, bankaların da dahil olduğu farklı oyuncular e-ticaret, dosya paylaşımı ve haberleşme gibi işlemler için Blockchain'i keşfetmeye ve kullanmaya başladılar. Örneğin Swift işlemlerinde Blockchain kullanımının masrafları kuruş seviyesine indirmesi mümkün. Bugün itibarıyla en yaygın kullanıma sahip ve bir nevi lider diyebileceğimiz BTC'nin market cap'i ise $140 milyar civarlarında. Tüm sanal paraların toplamı ise $200 milyar gibi bir market cap'e sahip. BTC'nin bügünkü lider konumunu koruması ise alışageldiğimiz para birimlerinin birbirlerine göre konumlarını belirleyen makro ekonomik ve siyasi gelişmelerden farklı olarak teknolojik gelişmelere ve diğer kripto paraların yapacağı teknolojik iyileşmelere bağlı.

Bu yeni oluşumun bankacılık sektörüne getireceği eksi ve artılar nelerdir?

Kripto paraların çıkışını tıpkı 90'larda internetin ortaya çıkışına ve klasik haberleşmenin yanında ama tabii çok daha güçlü bir oyun kurucu olarak kendine yer bulmasına benzetiyorum. O zaman da internete kurallardan yoksun benzetmesi yapıyor ve finansal işlemler için kuşkuyla bakıyorduk. Yukarıda da değindiğim gibi kripto paralar tabi ki alışageldiğimiz finansal sistemin dışında ama alışabileceğimiz bir şey. Evet, finansal teknoloji girişimleri klasik sistemin gelirlerini tehdit ediyor. Ama bu tehdidi yok sayarak veya karşısında durmaya çalışarak aşmak yerine şu değindiğimiz basit swift örneğinde olduğu gibi bu teknolojilerden faydalanma yoluna girmiş durumdayız.
Ayrıca aracının ortadan kalkması servet sahiplerinin ve iş dünyasının gerçekten çok olumlu karşılayabileceği bir durum. Zaten bankacılık sektörü kendi istemese de gelen talep doğrultusunda hizmet ve ürün üretmeye başlayacaktır. Tıpkı 90'ların sonunda internet şubesi olmayan bankaların karlılığının etkilenmesi gibi veya dijital haberciliğe önem vermeyen bir yayın şirketinin kalmaması gibi...

Bitcoin sizce bize eski paraları unutturacak ve sektör içerisinde devamlılığı sağlanabilecek bir olgu mudur?

Orta uzun vadede BTC ve benzeri sanal para birimlerinin sadece alıştığımız para birimleri yanında yerlerini alacaklarını ve evet devamlılıklarını sağlayacaklarını düşünüyorum. Fakat diğer yandan kanımca para piyasasını yönlendiren büyük devletler, uluslararası şirketler ve aileler bu teknolojinin ve asıl önemlisi bu sistemin benimsenmesini, adeta her eve girecek bir hale gelmesini bekleyeceklerdir. Ancak o zaman bana göre kripto paraların günümüz para birimlerini unutturup unutturamayacağı sorusu sorulabilir.

Dijitalleşme anlamında, Türk bankalarının ciddi bir yol kat ettiğini düşünüyor musunuz ya da sizce bankalar ve dijitalleşme arasındaki bağlam ileride daha da güçlenecek mi?

Özellikle 2000'li yılların başından itibaren Türk bankaları dijital platformlarda büyük başarılar elde ettiler. Seyahat eden okuyucularınız bilirler, bugün toplumun geneline hitap eden bankalarımızın internet şubelerden yapılabilecek işlemlerin çeşitliliğine ve kullanılan arayüzlerin ne kadar user-friendly olduğuna bakarsanız Avrupa ve Dünya bankalarının fersah fersah önüne geçtiğimizi görebilirsiniz. Bununla beraber Türkiye'de özel bankacılık olarak adlandırılan segment için ise dijital platformlarda yetersiz olduğumuzu ve kat etmemiz gereken yollar olduğunu düşünüyorum.

KRİPTO PARALARIN ÇIKIŞINI TIPKI 90'LARDA İNTERNETİN ORTAYA ÇIKIŞINA VE KLASİK HABERLEŞMENİN YANINDA AMA TABİ ÇOK DAHA GÜÇLÜ BİR OYUN KURUCU OLARAK KENDİNE YER BULMASINA BENZETİYORUM.

Son olarak eklemek istedikleriniz.

BTC ve benzer kripto paraların kullanımı ve yaygınlığı gün geçtikçe artacak kanaatindeyim. Farkında olmadan, spekülasyon için değil ama günlük işler için bunlarla işlem yapmaya başlayacağız. Bu tıpkı internet veya cep telefonunun çıkışı gibi yeni bir mecra olduğu için bize şu anda fırsatlarla dolu bir ortam sunuyor. Fakat aynı zamanda da büyük iflaslara, çöküşlere gebe. Dolayısıyla bu alandaki her türlü bilgilendirme bizler için gerekli. Umarım bu yeni mecrayı Ülkemiz'in refahı için kullanabilir ve sunduğu yeni fırsatlardan yararlanabiliriz. Vitae Dergisi'ne bu konu için teşekkür ediyorum.

BİLGİ DOĞAYA AÇILDI!

Geçtiğimiz sezon Güzelköy'de gerçekleşen BİLGİ Doğa'da, öğrencilerin kendi alışkanlıklarının dışına çıkıp bambaşka deneyimler edinmelerini sağlayan bir proje olmasıyla adından söz ettiriyor.

Üç dersi kapsayan BİLGİ Doğada, ezici çoğunluğunu kent sakinlerinin oluşturması sebebiyle kırsal ve doğal yaşam konusunda oldukça az bilgiye sahip olan İstanbul Bilgi Üniversitesi öğrencilerine, kendi alışkanlıklarının dışındaki bir çevreyi ve toplumsal yaşamı deneyimleme fırsatı veriyor. Peki yeni sezonda ne gibi değişimler, yenilikler yer alacak? İstanbul Bilgi Üniversitesi Öğretim Görevlisi Amed Gökçen ile BİLGİ Doğada üzerine keyifli bir röportaj gerçekleştirdik.

2016-2017 ders yılı içerisine yaz okulu bünyesinde Güzelköy'de gerçekleşen BİLGİ Doğada, öğrencilerin kendi alışkanlıklarının dışındaki bir çevreyi deneyimlemesi için oldukça ses getiren çalışmaydı. BİLGİ Doğada fikri nasıl gelişti?

BİLGİ Doğada Yaz Okulu fikri, uzun bir süredir hem hocalarımızla hem de farklı bölümlerde okuyan Bilgi öğrencilerinden oluşan BİLGİ Doğada ekibiyle birlikte düşündüğümüz ve hayalini kurduğumuz bir "dert" idi. "Dert" diyorum çünkü gerçekten de böylesi bir işi hayata geçirme isteği içimizde dert olmuştu. O dönemki SBBF dekanı Prof. Dr. Aydın Uğur'la yaptığımız muhabbetler böylesi bir çalışmaya girişmemiz açısından bize fazlasıyla güç verdi. Çünkü hocamız BİLGİ'nin bu tarihe kadar ne tür hayallere alan açtığının en önemli şahitlerinden biriydi ve açıkçası bu tür bir eğitim biçiminin gerçekleşebileceği yegâne okulun BİLGİ olduğu konusunda da bizi oldukça cesaretlendirdi. Açıkçası okul yönetimi de bu çalışmayı sanki olması gereken buymuş gibi sahiplenerek bize destek verdi. Tüm yasal prosedürleri oluşturmamız açısından bize yardımcı oldular ve bize de bu hayali hayata geçirmek için çaba harcamak kaldı.

BİLGİ Doğada'nın öğrencilere en büyük katkısı nedir?

Elbette ki bu sorunun en iyi cevabını katılımcı öğrenciler verecektir. Fakat şunu söylemek mümkün, derslerin kampüs dışında bir ortamda, Kaz Dağları eteklerinde gerçekleşmesi başlı başına özel bir durum. Derslerin işlendiği Güzelköy İlköğretim okulunun bulunduğu bölge özel ve doğal bir güzelliğe sahiptir. Öğrencilerimiz ders dışındaki zamanlarını isterlerse köy halkıyla etkileşime geçerek, doğa yürüyüşü yaparak, atölyelere katılarak veya okulun sağladığı servislerle denize giderek geçirebiliyorlar. Ayrıca öğrenciler ve hocalar neredeyse tüm gün birlikte zaman geçirdiklerinden esasında derslere dair konuşmalar neredeyse kahvaltı masasından itibaren başlamakta. Farklı bölümlerde ve kampüslerde okuyan BİLGİ öğrencilerinin bu dönemde deneyimlerini birbirleriyle paylaşma imkânı yakaladığını da söylemek gerekir. Sanırım "en büyük" katkı diye tek bir şey seçmekte zorlanıyorum. Bütün işleyişi kapsayan ve bize böylesi bir eğitim öğretim hayatının mümkün olabildiğini gösteren bu büyük oluşumun varlığı ve sorunsuz işleyişi BİLGİ Doğada'nın hepimize en büyük katkısıdır diye düşünüyorum.

BİLGİ DOĞADA, MEKÂNSAL DEĞİŞİMİN EĞİTİM ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİ GÖRMEK, BURADAN DOĞACAK OLAN DENEYİMİ BİLGİ İÇERİSİNDE YAYMAK VE GENİŞLETMEK AMACININ BİR ÜRÜNÜ.

BİLGİ Doğada'nın genel hatlarından bahsedecek olursak. Daha önce Güzelköy İlkokulu'nda 14 gün süresince gerçekleştirilip, 6 kredili derslerine devam edebilmişti öğrenciler. BİLGİ Doğada nasıl bir sistem ve matematik ile ilerliyor?

2018 Yaz Okulu kapsamında BİLGİ Doğada iki farklı dönemde açılıyor. Her dönem altı kredili üç dersten oluşuyor ve öğrenciler bir dönem içerisinde en fazla iki ders seçebiliyor. 14 gün süren derslerin içeriği ve uygulanan prosedür göz önüne alındığında İstanbul Bilgi Üniversitesi kampüslerindeki derslerden herhangi bir farklılık taşımıyor. Yani derse katılım, ödev, sınav, quiz veya final sınavları BİLGİ Doğada dersleri için de geçerlidir. Öğrencilerimiz 14 günün sonunda, dersin yükümlülüklerini yerine getirdikleri taktirde 6 kredili derslerini tamamlamış oluyor. Ayrıca 2018 senesine ait ders takvimi de şu şekildedir:

Birinci Dönem (8-23 Temmuz 2018)

- Toplum ve Ekoloji / Society and Ecology – Prof. Dr. Aydın Uğur
- Toplumsal Gruplar ve Ayrımcılık / Social Groups and Discrimination – Prof. Dr. Kenan Çayır
- Sözlü ve Yazılı Kültür / Culture of Orality and Literacy – Amed Gökçen

İkinci Dönem (29 Temmuz-13 Ağustos 2018)

- Çevre Çalışmaları / Environmental Studies - Prof. Dr. Aydın Uğur / Yrd.

Doç. Dr. Ömer Albayrak / Kaan Atalay
- Kültür, Mekân ve İnanç / Culture, Space and Beliefs - Amed Gökçen
- Doğa ve Temsilleri / Representations of Nature - Rahmi G. Öğdül

Bu projeyi hayata geçirirken en büyük hedefiniz neydi? En başından günümüze gelecek olursak ne gibi olumlu şeyler gerçekleşti?
Tabi ki en büyük hedefimiz hiçbir sorun yaşamadan ilk dönemimizi tamamlamaktı, öyle de oldu. Öğrenciler katılım sağlasın, huzurlu bir eğitim öğretim süreci geçirip derslerin işlendiği bölgenin az da olsa güzelliklerinden faydalanalım istedik. BİLGİ Doğada, mekânsal değişimin eğitim üzerindeki etkilerini görmek, buradan doğacak olan deneyimi Bilgi içerisinde yaymak ve genişletmek amacının bir ürünü. Öğrencilerimiz denize de girsin ama derslerine ve sınavlarına da aynı heyecanla hazırlansın istiyoruz.

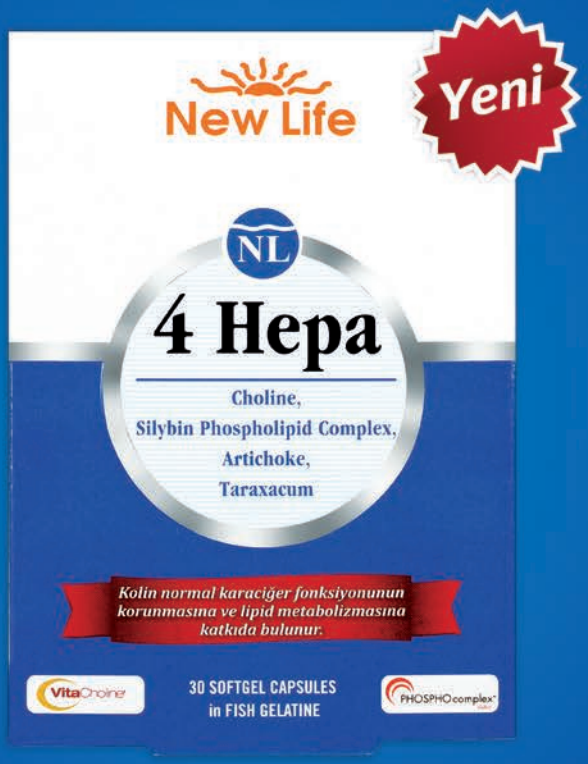
BİLGİ Doğada'da yer almak için, öğrencilerin ne yapması gerekiyor; bu derslere katılım nasıl sağlanıyor?
BİLGİ Doğada Yaz Okulu dersleri, üniversitemizin bütün öğrencilerine açık seçmeli derslerden oluşuyor. Nisan ayı itibariyle kayıtları almaya başlıyoruz. Kayıt döneminin başladığını da hem bilgidogada.bilgi.edu.tr adlı web sitemizden hem de kampüslere astığımız afişlerden öğrenebilirler. Ayrıca afiş ve sitemizde yer alan telefonlarla da bizimle iletişime geçebilirler. Öğrenciler kayıtlarını gerçekleştirdikten sonra da Yaz Okulu ders seçimlerinin başlamasıyla derslerini seçiyor. Bu konuda önemli bir duyuru yapmakta fayda var, her dönem üç ders için sadece 40 öğrenci kayıt yaptırabiliyor.

Yeni dönemde öğrencileri bekleyen yenilikler nelerdir?
Bu dönem bizi çok heyecanlandıran yeni bir uğraşımız var. Güzelköy'de olduğumuz süre boyunca kahvaltı ve yemeklerde kullanacağımız malzemelerin neredeyse tamamını Güzelköy'den karşılamaya gayret edeceğiz. Köyde yetişmeyen ürünleri ise Ayvacık'ta kurulan pazardan, yani yine çevre köylerde ikamet eden küçük üreticiden sağlayacağız. Market alışverişini neredeyse sıfıra indiriyoruz denebilir. Bu bağlamda öğrencilere ekmek yapma atölyesi, yoğurt yapma atölyesi, kompost atölyesi, zeytin atölyesi gibi atölyeler hazırlıyoruz. İstiyoruz ki orada, ders içeriğinin dışında ama aslında dinledikleri derslerle de çok bağlantılı olan birçok meseleyi hem pratik ettirelim hem de öğrenmelerine imkân sağlayalım.

Son olarak eklemek istedikleriniz...
İlgi gösterdiğiniz için çok teşekkür ederim. Sizi de BİLGİ Doğada yaz okuluna bekleriz.

ÜÇ DERSİ KAPSAYAN BİLGİ DOĞADA, EZİCİ ÇOĞUNLUĞUNU KENT SAKİNLERİNİN OLUŞTURMASI SEBEBİYLE KIRSAL VE DOĞAL YAŞAM KONUSUNDA OLDUKÇA AZ BİLGİYE SAHİP OLAN İSTANBUL BİLGİ ÜNİVERSİTESİ ÖĞRENCİLERİNE, KENDİ ALIŞKANLIKLARININ DIŞINDAKI BİR ÇEVREYİ VE TOPLUMSAL YAŞAMI DENEYİMLEME FIRSATI VERİYOR.

Karaciğer Fonksiyonlarının Korunmasında



4 farklı içerik bir arada

1. **Silibin Fosfolipid Kompleksi**
   Fosfotidilkolin ve deve dikeni ekstresinden elde edilen silibin
2. **Kolin**
3. **Enginar Yaprağı Ekstresi**
4. **Karahindiba Kökü Ekstresi**

E Eczanelerde

www.sifar.com.tr
www.newlife.com.tr

facebook.com/newlife
twitter.com/newlifeturkiye
instagram.com/newlifeturkiye

New Life
Innovative Food Supplements

SİFAR
İlaçları Ticaret ve Sanayi A.Ş.
0212 273 03 98
New Life ürünleri ilaç değildir, besin takviyeleridir.
Ürünlerimizin satış noktası sadece eczanelerdir.

Prof. Dr. Pınar Uyan-Semerci

TÜRKİYE'DE KUTUPLAŞMANIN BOYUTLARI ARAŞTIRILDI

Türkiye'de Kutuplaşmanın Boyutları - 2017 Araştırması, 2015 yılında yapılmış bir araştırmanın devamı niteliğinde...

2015 yılında, Alman Marshall Fonu'nun bir girişimi olan Karadeniz İş Birliği Fonu'ndan alınan kaynaklarla çok tartışılan bir konu olan kutuplaşmanın ne anlama geldiğini ve ortaya çıkardığı sonuçları Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi Dekan Vekili Prof. Dr. Pınar Uyan-Semerci ile konuştuk.

Oldukça ses getiren "Türkiye'de Kutuplaşmanın Boyutları Araştırması", 18 + yaş nüfusunu temsil eden 2004 kişiyle 16 ilin kentsel ve kırsal bölgelerinde yüz yüze görüşmelerle gerçekleştirildi. Öncelikle araştırmanın yöntem ve künyesi ile başlayacak olursak; nereden yola çıkıldı, araştırmanın temel esası neye dayanıyordu? Kısaca araştırmanın temel yapısı / ana çatısı ile başlayalım...

Türkiye'de Kutuplaşmanın Boyutları -2017 Araştırması, 2015 yılında yapılmış bir araştırmanın devamı... 2015'te, Alman Marshall Fonu'nun bir girişimi olan Karadeniz İş Birliği Fonu'ndan alınan kaynaklarla çok tartışılan bir konu olan kutuplaşmanın ne anlama geldiğini Projemizin Koordinatörlüğünü de yapan Emre Erdoğan hocamız yürütmüştü. 2015 Kasım ayında yaptığı bu araştırmayı Şubat 2016'da açıklamıştı, sonuçları çok ilgi çekmişti. 2015'ten bu yana yaşadıklarımızı düşünerek, terör saldırıları, darbe girişimi, referandum ve benzeri gelişmelerin bu kutuplaşma dediğimiz olguda ne gibi etkiler yarattığını anlamak amacıyla yine aynı kuruluştan sağladığımız kaynaklarla araştırmayı İstanbul Bilgi Üniversitesi Göç Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi çatısı altında yineledik. Söylediğiniz gibi 2004 kişi katıldı, Türkiye seçmen nüfusunu temsil eden bir örneklem kullanıldı. Ek olarak Aralık ayında İstanbul'da

farklı parti taraftarlarının katılımıyla dört odak grup çalışması yaptık, o da sayılardan öğrendiklerimizi, katılımcıların kelimeleri ile açmamızı ve bulguların bir tür sağlamasını yapmamıza yaradı.

Araştırmanın dikkat çeken noktalarından biri kutuplaşmanın, siyasal hoşgörüsüzlük ile daha bir somut hal alması. Örneğin uzak hissettikleri partilerin taraftar yürüyüşlerine olumsuz yaklaşıyor, toplantı ya da basın açıklamalarını onaylamıyor... Bu durum ileride ne gibi sorunları doğurabilir, bu konu hakkında genel hatlarıyla düşünceleriniz nelerdir?
Kutuplaşma kavramının farklı tanımları var, bazıları sadece elit düzeyinde olduğunu, halkın o kadar kutuplaşmadığını iddia ediyor. Bazıları sadece sağ-sol ya da liberal-muhafazakar ayrımında mesafelerin arttığını söylüyorlar. Bizim yaklaşımımız biraz daha psikolojik, mikro düzeydeki faktörlere, mekanizmalara odaklanıyor. Bir parti destekleyebilirsiniz, başka birisi de başka bir partiyi destekleyebilir; bu düşman olmanızı gerektirmez. Bildiğimiz liberal demokrasi deneyimi parti taraftarlığının, takım tutar gibi bir bağlanma, bir aidiyeti olmadığını, daha ziyade siyasal alandaki konular çerçevesinde farklı partilerin desteklenebileceğini söylüyor...

Ama kutuplaşma dediğimiz şey öyle bir olgu ki, parti tercihleri kimliklere dönüşüyor, siz kendinizi sizinle aynı partiyi tercih edenlerle bir grup halinde görmeye başlıyorsunuz, o da gruplar arası ilişkilerin psikolojisini devreye sokuyor; bir deyişle siyasi parti tercihleri sosyal ya da siyasal psikolojinin ilgi alanına giriyor.

Olgunun psikolojik boyutunu da ele alan bizim yaklaşımımız, kutuplaşmayı üç ana boyutta somutlaşan bir şey olarak görüyor. Bunlardan birincisi, ileride yeniden değiniriz belki, diğer parti taraftarlarıyla olan sosyal mesafenin azalması, ikincisi diğer parti taraftarlarına karşı hissedilen ahlaki üstünlük hissi ve sonuncusu da sizin bahsetmiş olduğunuz siyasal hoşgörüsüzlük. Siyasal hoşgörüsüzlük, herhangi bir diğer grubunun doğal olarak sahip olduğu siyasal hakların verilmesi, geri alınması ve geri alınmasının onaylanması anlamına geliyor. Oysa bu tür siyasal haklar, insanların geri alınamaz hakları arasında yer alır. Hele ki bahsettiğimiz grubun bir siyasal parti taraftarları olduğunu hatırlarsak, onların siyasal haklarının geri alınması ya da kısıtlanmasını onaylamak, demokrasinin temel prensipleri ile çelişiyor. Araştırma çalışmamız bu tutumun yaygınlığını açıkça gösterdi.

Biz kutuplaşmanın bahsettiğimiz üç boyutunun iç içe geçtiğini düşünüyoruz, sosyal mesafe, ahlaki üstünlük ve siyasal hoşgörüsüzlük el ele yürüyen üç boyut.

Sizce sosyal medyanın gücü, kutuplaşmanın önüne geçebilir mi? Ya da kutuplaşmayı önleyebilecek bir yol var mıdır, varsa nedir?
Bizim araştırma çalışmamızın gösterdiği önemli şeylerden biri insanların yankı odalarında yaşadıklarıydı. Yankı odası, Amerikalı sosyal bilimci Cass Sunstein tarafından önerilen bir kavram. Diyor ki, sadece kendinize benzeyenlerle iletişim kuruyoruz, sadece kendinize benzeyenlerin düşüncelerini duyuyor, sadece kendi görüşünüzü destekleyen gazete ve televizyon kanallarını izliyorsunuz. Öyle bir hale geliyorsunuz ki, sadece kendi sesinizin yankılandığı bir odada izole edilmiş oluyorsunuz, diğer sesler ve başka görüşlerle karşılaşmıyorsunuz.

KUTUPLAŞMA KAVRAMININ FARKLI TANIMLARI VAR, BAZILARI SADECE ELİT DÜZEYİNDE OLDUĞUNU, HALKIN O KADAR KUTUPLAŞMADIĞINI İDDİA EDİYOR.

İşte geleneksel medya bu yankı odalarının inşa edilmesine hizmet ederken, sosyal medya dediğimiz, çoğunlukla da Facebook ve Twitter'dan bahsettiğimiz araçlar ne yapıyor, bu soruna çare oluyorlar mı? Hayır...

Sosyal medya ilk doğduğunda bazı iyimserler vardı, bu araçların normalde karşılaşmadığımız insanlar ve fikirlerle rastsal karşılaşmalar sağlayacağını, dolayısıyla farklı görüşlere daha fazla "maruz" kalacağımızı öne sürüyorlardı. Öyle olmadı. Facebook'un zaten sizi sadece sevdiğini insanlar ve fikirlerle baş başa kalmanızı sağlayan bir algoritması var, buna filtre balonu deniyor, filtreler yüzünden sevmediğiniz insanları görmez oluyorsunuz. Twitter'ın böyle doğrudan bir müdahalesi yok ama onu da biz yapıyoruz, farklı fikirde olduğumuz insanları

takip etmiyoruz, alışageldikten farklı bir şey söylediğiniz zaman da onlar da sizi takip etmiyor. Google aramalarının, Youtube videolarının ve diğerlerinin hepsinin böyle işlevleri var. Dolayısıyla sosyal medya bu yankı odasına farklı sesleri sokmuyor, bilakis onları daha da duyulmaz hale getiriyor.

Araştırmaya göre tüm farklılıkların yanı sıra parti tabanlarının ortak görüşte olduğu konular dış politika ve Suriyelilere karşı olan tutum gibi görünüyor. Bu konu hakkında ne düşünüyorsunuz?

Araştırma çalışmasını sunarken, biraz da kinayeli olarak bu konuları "Ortaklıklarımız" başlığı adı altında sunduk. O konuya gelene kadar, toplum siyasal partiler bazında o kadar bölünmüş gözüküyordu ki, insanlar ister istemez "yok mu hiç ortak yanımız?" diye soruyorlardı. Evet, var, bir takım olumsuz konular büyük bir ortak payda oluşturuyor. Bunlardan birincisi dış politika konuları... Bu alanın uzmanı olmayan insanların dış politika hakkında çok fikir sahip olamayacağı, kanaatlerinin kolaylıkla değişken olduğu ilgili yazında da söylenir. Bu bakış açısıyla sıradan vatandaşlar dış politika konularında liderlerini/partilerini takip ederler. Bu büyük ölçüde doğru. Ancak, insanların dış politika konusunda kanaatleri var ve bu kanaatler lider söylemlerinin ötesinde bazı değerlere, siyasal ya da sosyal olaylara dayanıyor. Örneğin Avrupa Birliği'ne karşı tutumlarımız. Çok uzun zamandır Türkiye toplumunun büyük çoğunluğu Avrupa Birliği'ne girilmesinin iyi bir şey olduğu kanısında, maddiyat yüzünden olabilir, özgürlükler ya da serbest dolaşım hakkı yüzünden olabilir. Öte yandan, yine oldukça kalabalık bir kısmı, Avrupa ülkelerinin Türkiye'yi bölmeye çalıştığı kanısında, buna biz Sevr Sendromu diyoruz. Proje Koordinatörü Emre Hocamız çok uzun yıllardır tekrarladığı tüm araştırmalarda, 2003'ten bu yana bu oranı yüzde 60'lar civarında buluyordu.

KUTUPLAŞMA DEDİĞİMİZ ŞEY ÖYLE BİR OLGU Kİ, PARTİ TERCİHLERİ KİMLİKLERE DÖNÜŞÜYOR, SİZ KENDİNİZİ SİZİNLE AYNI PARTİYİ TERCİH EDENLERLE BİR GRUP HALİNDE GÖRMEYE BAŞLIYORSUNUZ, O DA GRUPLAR ARASI İLİŞKİLERİN PSİKOLOJİSİNİ DEVREYE SOKUYOR; BİR DEYİŞLE SİYASİ PARTİ TERCİHLERİ SOSYAL YA DA SİYASAL PSİKOLOJİNİN İLGİ ALANINA GİRİYOR.

Bu araştırmada ise yüzde 80'e kadar yükselmiş bir oran görebiliyoruz. Bu kadar yükselmesi şaşırtıcı olsa da, anlaşılabilir; son iki yılın gelişmeleri böyle bir etki yaratmış demek ki. Burada şaşırtıcı olan, siyasi parti taraftarları arasında bu konuda anlamlı bir fark olmaması; diğer bütün konularda tamamen zıt kutuplarda yerleşmiş olan partililer, söz konusu Sevr Sendromu olduğunda birleşiyorlar, hangi partiyle kendini özdeşleştirdiklerinin önemi kalmıyor. İşte bu üzerinde düşünmemiz gereken bir konu...

İkincisi de Suriyelilere karşı olan tutumlar. Aslında araştırma çalışmamız Suriyeliler hakkında çok daha fazla soru içeriyor, o sonuçları 12 Mart'ta Ankara'da tartıştık. İlgilenenler için Göç Merkezi'nin web sayfasından sunumlara ulaşılabilir. Kutuplaşmanın Boyutları Araştırması sunumunda ise bu konuya detaylı girmeyip, tek bir soruya yer verdik, kabaca Suriyeliler savaş bittikten sonra ülkelerine geri gitsinler mi diye sormuştuk. Tabii ki siyasal parti tabanları arasında farklılıklar var, ancak o kadar yüksek oranda "geri gitsinler" yanıtı aldık ki; aradaki farklar nüans gibi gözükür oldu. İşte bu da düşünmemiz gereken başka bir konu...

Her iki konunun da ortak nedenleri var, çok uzun süredir siyasal kültürümüzün, siyasal tarih anlatımızın temellerinde yer alan nedenler. Bu nedenler, bütün ayrılıkların ötesinde bir ortak zemin

arnica™
TESLA
PREMIUM
Toz Torbasız Elektrikli Süpürge
Sessiz çekim gücü, geniş hazne kapasitesi sayesinde zahmetsiz ve hızlı temizlik
70 dB(A)
Ultra Sessiz
Annelerin sözü ömür boyu dinlenir
A SINIFI Verimli Enerji Tüketimi
KOLDAN KUMANDA
H13 HEPA 13
CYCLONE MAX
3 in 1 EMNİYET KİLİDİ
TURBO FIRÇA

oluşturuyor; özellikle 'korku' ve 'endişe' hali önyargıları pekiştirip, farklılıklara olan mesafeyi arttırıyor...

Bu siyasal kutuplaşma sadece partiler arası değil gazete ve televizyon tercihlerinde de görülüyor. Her parti tabanının kendisine yakın mecralardan haber almayı tercih ettiğini gösteriyor sonuçlar. Bu konu hakkında görüşleriniz nedir?
İnsanların sadece kendi görüşlerini destekleyen, o görüşlerle uyumlu mecraları takip etmesi şaşırtıcı değil. Kendi görüşlerimize aykırı görüşlerle karşılaşmak yorucu bir iş, o farklı görüşleri dinlemek, anlamak ve belki de hak vermek çok ciddi zihinsel çaba gerektiriyor. Gündelik yaşam koşuşturması, iş güç filan derken, o çabayı harcayacak mecalimiz ne kadar kalıyor? Buna bir de içinde olduğumuz dünyanın tüm sorunlarını ekleyin, ekonomik zorluklar, savaşlar, terör saldırıları, tüm yaşananlar... Bir de iletişim çağının bir sonucu olarak gelen mesaj sayısındaki katlanmayı da hesaba katın... Bu şartlar altında, farklı bir görüşü seslendiren bir televizyon kanalına ya da köşe yazarına katlanmak mümkün değil, hemen kanal değiştiriyoruz, ya da klikleyip köşeden kapatıyoruz. Zaten odaklarda da bu çok ilginç bir şekilde ifade edildi. Önce hemen hemen bütün parti taraftarları tüm kanallara bakıyoruz, farklı kanalları takip ediyoruz dedikten sonra detayları aktarmaya başlayınca, 'zaten dayanamıyorum, hemen kanal değiştiriyorum' şeklinde aktardılar.

Zamanın ruhu diyelim, bize farklı seslere kulak açma fırsatı sunmuyor, bu da siyasal kutuplaşmanın artmasına da yol açıyor.

Son olarak eklemek istediğiniz sorular, değinmek istediğiniz konular...
Tasvir ettiğimiz manzaranın çok iç açıcı olduğunu söylemek mümkün değil, zaten bu yönde eleştiriler var, "kutuplaşma var diyerek kutuplaştırıyorsunuz" diye. Ancak bu bir tasvir, eksiklikleri ve fazlalıkları olabilir, ama bu durum tespiti. Şu ana kadar eldeki veriler durumu böyle gösteriyor, zaten günlük yaşamda her birimiz de bunu deneyimliyoruz.

Zaten çok uzağa gitmemize gerek yok, kendi gündelik yaşamımıza dair gözlemler de bu araştırmanın bulgularını doğruluyor.

Aralık ortasında yine Göç Merkezi olarak yürüttüğümüz ötekileştirmeye dair TÜBİTAK araştırmasının sonuçlarını da paylaşmıştık. Oradaki bulgular da aslında bu temassızlık halinin ne kadar önemli olduğu, farklılıklarla beraber yaşayabilmenin, gerçek bir temas kurmanın algıları, özellikle önyargıları nasıl kırdığını bize göstermişti.

Ne derece farklı görüşten insanlarla bir aradayız, yaşamımızı ne kadar açıyoruz ne kadar etkileşime giriyoruz? Facebook arkadaşlarımız bizden ne kadar farklı, kaç tane farklı Twitter kullanıcısını takip ediyoruz? Farklı televizyon kanallarına tahammülümüz ne kadar, kaçımız karşı görüşün gazetesini okuyoruz? Araştırma, gerçek yaşamımızdan daha karamsar bir resim sunmuyor. Bir de bu araştırmayı aktarırken aslında dillendirmeye başladığımız bu ayrışmanın mekansal olarak da gözlenebilir hale gelmesi, bu konunun da çok önemli olduğunu ve üzerinde çalışmamız gerektiğini düşünüyoruz.

Buradan bir çıkış var mı, resim değişir mi? Tabii ki çok farklı düzeylerde çok farklı çözümler düşünmek gerekiyor. Ancak ekip olarak altını çizmek istediğimiz ilk nokta bu çabayı her birimizin göstermeye çalışması. Yaşamın bizden esirgediği renkliliği bizim kendimizin sağlaması yönünde bir çaba göstermemiz, korku ve endişenin bizi 'korunaklı' 'biz'liklere hapsetmemesi ve kendimize atfettiğimiz ahlaki üstünlüklerle yüzleşip, başkalarının mağduriyet öykülerinin de bizlerinki kadar can yakabileceğini anlamaya çalışmamız, empati geliştirebilmemiz...

İmunol

Aile boyu bağışıklık sisteminden emin ol!

ORZAX
İmunol
Kapsül
GÜÇLÜ FORMÜL
Beta Glukan 1,3/1,6
C Vitamini
Gluten İçermez
40 Kapsül
Takviye Edici Gıda

İmunol
Şurup
1,3/1,6 Beta Glukan
Ekinezya
Propolis
C Vitamini
Çinko
150 ml
BALLI - ÇİLEK AROMALI
Takviye Edici Gıda

Beta Glukan
Güçlü Formül
C Vitamini

TÜKETİCİ DANIŞMA HATTI:
0553 6 ORZAKS • 0212 447 47 37
www.orzax.com
/OrzaksTurkiye

Glukoz şurubu içermez

iiQi 2016 Üstün lezzet ÖDÜLÜ

ORZAX

ENDÜSTRİ ÜRÜNLERİ TASARIMI BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNDEN YARATICI ÇALIŞMA

İstanbul Bilgi Üniversitesi Mimarlık Fakültesi Endüstri Ürünleri Tasarımı Bölümü öğrencileri, Nike'ın yeni koşu ayakkabısı Epic React Flyknit'in özelliklerini yaratıcı tasarımlarla anlattı.

Hafiflik, yumuşaklık, esneklik ve dayanıklılık özelliklerini, üretimini yaptıkları tasarımlarla ortaya koyan öğrenciler, "Ayakkabı ne hissettiriyor?" sorusundan yola çıktı. BİLGİ'li öğrenciler, deneyimledikleri ürünün hissettirdiği çarpıcı duyguları yorumlayarak, kullandıkları kumaş, pleksi cam, yumurta kabı, izomalt gibi malzemelerle, farklı senaryolarda tasarımlar ortaya koydular. Farklı malzemeler, teknikler ve etkileşimler üzerinde çalışan öğrenciler tasarımlarında, ayakkabıyı henüz deneyimlemeyenler için ürünün nasıl hissettirdiğini ifade ettiler.
BİLGİ'li Özge Adanır, Pelin Şimşek, Mert Onur, Kuntay Seferoğlu, Tufan İşcan ve Atakan Gür, ayakkabıya dair deneyimlerini ve hissettiklerini Vitae okuyucuları ile paylaştı.

ALİ RIZA ATAKAN GÜR

Seni biraz tanıyabilir miyiz, okuldaki kaçıncı senen?
Ben Atakan Gür. Mimarlık Fakültesi Endüstri Ürünleri Tasarımı Bölümü 3. sınıf öğrencisiyim.

Projede yer alan öğrencilerdensin. Projeye katılmaya nasıl karar verdin?
Proje mailini ilk okuduğumda halihazırda tasarlanıp üretilmiş bir ayakkabının bize hissettirdikleri üzerinden bir ilham nesnesi oluşturma fikri çok hoşuma gitti. Tasarım sürecinin bir final ürünü olarak sergilenmesi ve dolayısıyla kullanıcının sadece final ürün ile değil süreç ve konsept ile de etkileşime geçme ihtimali beni heyecanlandırmıştı.

Tasarımı planlarken nasıl bir süreç izledin?
Nike React'ın benim için en önemli özelliği bilimsel inovasyonların ötesinde doğrudan insan hayatıyla etkileşimi odak noktası alması. Bunu yansıtabilmek için gündelik hayatta kendiliğinden etkileşimli olduğunu düşündüğüm malzemeleri toplamakla sürece başladım. Bunlar patlatması, germesi, basması eğlenceli olan baloncuklu naylon, bisiklet lastiği ve top iplik gibi malzemelerdi. Devamında ayakkabının düşeydeki katmanlılığına referans veren bir sistemle makro formu oluşturdum.

3. Sınıf öğrencisi olarak, senin için BİLGİ ne anlam ifade ediyor?
BİLGİ'li olmak bence bir üniversitede cevaplar aramanın yanı sıra anlamlı sorular üretilebilen bir tartışma ortamına sahip olmak demek.

TUFAN İŞCAN

Seni tanıyalım... Kaçıncı sınıftasın?
Merhaba, ben Mimarlık Fakültesi Endüstri Ürünleri Tasarımı son sınıf öğrencisi Tufan İşcan. Zamanımın çoğunu Kazan'da proje yaparak ve sporla değerlendiriyorum. Geleceğimi bu iki uğraş ile şekillendirirken Nike'da ayakkabı tasarımcısı olmayı hedefliyorum.

Projeye katılımın nasıl oldu?
Projeye davet edildiğimde de ayrıca düşünmeme gerek yoktu o yüzden, aklımda olana yakınlaştıran kaçırılamaz bir fırsattı benim için.

Tasarıma başlarken ilk çıkış noktan neydi?
Koşu sırasında ve brief almak için gittiğimiz toplantıda sunumu dinleyip, ürünün malzemelerini inceledikten sonra hissettiğim duyguları, ayakkabıyla ilk kez karşılaşacak ziyaretçilere nasıl aktarabileceğimi sorguladım başta. Bunun için farklı malzemeler ve teknikler ile 3-4 etkileşim tasarladım. Sonunda da görenlerin dokunmaktan kendilerini alamadıkları eğlenceli ve enerjik, şekerden bir proje ortaya çıkardım.

BİLGİ ile yapalım finali. Sence BİLGİ'li olmak sana ne kazandırıyor?
BİLGİ'li olmak öğrenmenin yaşam için olduğunu bilmek. 4 yıl boyunca aldığım tasarım eğitimi yanında Kazan'da 7/24, 1:1 ölçekte çalışma fırsatının bana kazandırdığı en önemli farkındalık bu olsa gerek. Sürece güvenmeyi öğrenmem de bu projenin bana en büyük katkısı diyebilirim.

ÖZGE ADANIR

Seni biraz tanıyabilir miyiz?
İstanbul Bilgi Üniversitesi Endüstri Ürünleri Tasarımı 3. Sınıf öğrencisiyim. 1 yıldır Mimarlık Fakülte Temsilciliği ve Endüstri Ürünleri Tasarımı Bölüm Temsilciliği görevlerimi sürdürmekteyim. Okul dışında hem çalışıyorum hem de olabildiğince kendime vakit ayırmaya gayret gösteriyorum. Seramik şu sıralar ilgilendiğim bir alan, bir yıldır uğraşıyorum diyebilirim. Bunun dışında suluboya ve eskiz yapmak ara ara uğraştığım işler.

Projeyi duyduğun zaman ilk dikkatini çeken ne oldu, nasıl katılım sağladın?
Projeyi duyduğumda farklı bir alanı ve markayı tanıma fırsatı ilgimi çekti. Daha sonrasında Nike ekibi ile iletişime geçtiğimizde projenin benim için yeni bir deneyim olabileceğini düşündüm. Bu noktada önemli olan "ayakkabının ne hissettirdiğini" yansıtmaktı. Benim tasarıma yaklaşımımla bu temanın örtüştüğünü düşünüyorum. Bence tasarım sürecinde ön planda olması gereken unsurlardan birisi "hissetmek" ve "hissettirmek". Bu yüzden proje ilgimi çekti diyebilirim.

Tasarımı canlandırırken nelere dikkat ettin, odak noktaların neydi?
Nike Epic React esnek, yumuşak, hafif ve dayanıklı bir ayakkabı. Bu dört anahtar kelime önemliydi benim için. Aynı zamanda izleyiciye ayakkabının bu özelliklerini hissettirmek de en çok odaklandığım nokta oldu. Bu nedende izleyiciyle etkileşime geçebilecek bir sergi ürünü tasarladım. Kumaş hafifliği ve esnekliği, zıplayan toplar ise yumuşak ve sert dokuyu bir arada taşıyordu. Bu şekilde izleyici kaidenin kenarlarından çıkan ipleri çeliştirip ayakkabının hafif oluşunu dokunarak hissedebilir diye düşündüm.

Peki sana BİLGİ'li olmak ne demek desek?
Bu durumda en net kendi bölümüm hakkında konuşabilirim. Tasarım eğitimi sadece okulda olup bitmiyor, burada öğrendiklerimizi hayatın her alanında kullanır hale geliyoruz. Bence BİLGİ'li olmak, burada tasarım öğrenmek bakış açısı kazanmak demek. Öğrendiklerimizi uygulamak da en önemli etkenlerden birisi. Nike projesi de bu açıdan çok faydalıydı diye düşünüyorum. Farklı alanlardan insanlarla tanışmak, birebir üretim/kurulum sürecinde bulunmak ve en sonunda yaptıklarımızın sergilenmesi gerçekten mutluluk vericiydi.

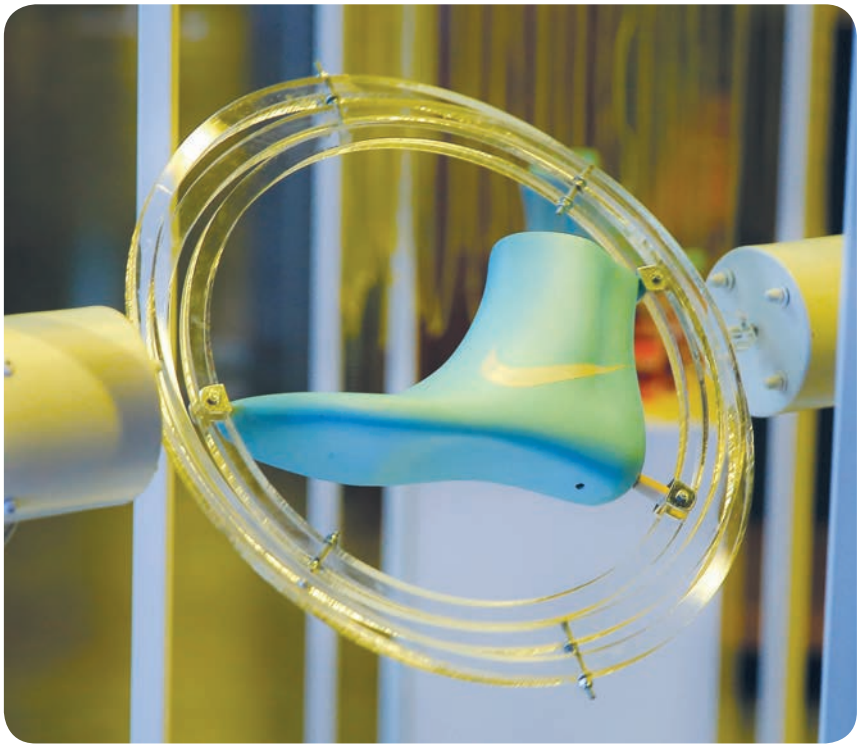
MERT ONUR

Bize biraz kendinden bahseder misin?
Merhaba, ben Mert Onur, üçüncü sınıf Endüstri Ürünleri Tasarımı öğrencisiyim. Okulda Mimarlık Fakültesi Üretim Laboratuvarı'nda görevli öğrenci olarak çalışıyorum. Ahşap işçiliği ve seramik ile uğraşmayı seviyorum. Yaptığım tasarımların öncelikle kendimi tatmin etmesi gerekiyor. Benim için bir proje üstünde ne kadar uğraşılırsa sonuçta çıkanlar o kadar ilginç ve özel oluyor. Bu yüzden çoğu zamanımı okuldaki atölyede tasarımlarım üzerinde çalışarak geçiriyorum.

Nike gibi büyük bir firma ile çalışmak nasıl bir tecrübeydi, projeye katılma fikri nasıl gelişti?
Projeyi öğrendiğimde bunun önemli bir şey olduğunu sezmiştim, arkadaşlarımla beraber çok heyecanlandık. Hiç böyle bir sergi ürünü yapmamıştım ve bu proje özgürce bir başlangıç yapmak için çok uygundu. Verilen brief bizi hiç kısıtlamayacak şekildeydi sadece anahtar kelimeler üzerinden yeni ayakkabılarını deneyimlenecek bir tasarım olması gerektiğini ve istediğimiz şeyi yapabileceğimizi söylediler. Nike gibi büyük bir firmayla çalışmak inanılmaz bir tecrübe oldu.

Tasarımı planlarken sana ilham veren noktalar neydi?
Ayakkabının özelliklerinden hafifliğini ve kullanıcıya deneyimlediği özgürlük, uçma hissini tasarımımda yansıtmayı düşündüm. Ayrıca mekanizmalara ve hareketli strüktürlere ilgim olduğu için bunu da kullanmak istedim. Nike'ın kullanmamızı istediği mavi bir ayak kalıbını bir serbest jiroskopun içine yerleştirirsem konumu kolay anlaşılabilir bir şekilde anlatabilirim diye düşündüm. Motorla çalışacağı için motorun monte edilmesi, gizlenmesi, jiroskopun düzgün çalışması için bir sürü detay çözümü ve prototip yaptım. Üretimin bittiği ve ilk kez fişe taktığım an çok duygusaldı, çokça vakit harcasanız da bazen projenizi başarılı olarak bitirmek mümkün olmuyor, özelliklede bir sürü parçanın uyum içinde çalışması gerekiyorsa. Bana yardım eden bütün arkadaşlarımın ve parçalarımı üreten ustaların da bu işte payı oldukça büyük. Özellikle üretim laboratuvarında çalışan Rahman Usta'ya sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum, kendisinin yeri benim için çok ayrıdır.

Senin için BİLGİ'li olmak nedir ve bu projenin sana en büyük katkısı ne oldu?
BİLGİ'li olmak gerçekten çok büyük bir ayrıcalık, özellikle benim fakültemdeki arkadaşlarım okulun sağladığı fırsatları her gün kullanabiliyorlar. Okuldaki atölye her geçen sene daha da gelişiyor, gelen yeni aletler daha farklı tasarımlar çıkarmamıza olanak veriyor. Ve fakülte binamızın 7/24 açık olması harika bir şey çünkü çalışma hiçbir zaman durmuyor, durması gerekmiyor, okul bu konuda bize çok destek veriyor. Bu projeden her projeden olduğu gibi çok şey öğrendim, aslında her yaptığım şeyde kişisel olarak biraz daha gelişiyorum diyebilirim kendimi tanımak adına. Projelerimizin önce okulda sonra İstinye Park'ta sergilenmesi, ayrıca en sonunda ödülü benim projemin kazanması da bu sürecin sonunda bal kaymak gibi oldu. Kesinlikle bu tür öğrenci-şirket projelerinin daha fazla yapılması gerek...



PELİN ŞİMŞEK

Öncelikle seni tanıyalım...
İsmim Pelin, İstanbul Bilgi Üniversitesi Endüstri Ürünleri Tasarımı bölümü 3.sınıf öğrencisiyim. Bölüme çok isteyerek girdim severekte devam ediyorum.

Projeye katılma fikri nasıl gelişti?
Projeye katılma fikri sürpriz oldu aslında. Sınırlı sayıda öğrenciye böyle bir imkan tanındı, ben de o şanslı öğrencilerden biriyim. İlk öğrendiğimizde ne yapacağımızı bilmiyorduk, gizliydi o yüzden brief almak üzere ilk toplantıyı bekledik. Nike ile çalışmak çok güçlü duyuluyordu; ama kesin devam etmek için toplantıyı bekledim. Brief'i öğrenince rahatladım ama kolay olduğunu düşündüğüm için değil, tasarım değerlerinin önemsendiği bir projenin içindeydim. Herkes için farklı olabilir bu durum ama tasarım duruşuma yakın hissettiğim projelerde yer almak oldukça rahatlatıcı ve güvende hissettiriyor beni. Nike da bu güveni ve tasarıma verdikleri değeri bize ilk toplantıda hissettirdi.

Tasarımı planlarken nasıl bir süreç izledin, nelere dikkat ettin, sana ilham veren noktalar neydi?
Ayakkabının baskın olan özellikleri var bunları göz ardı etmek mümkün değildi. Bu özellikler benim tasarımımda önemli parametreleri ve kararları oluşturdu. Kör bir insana renkleri nasıl anlatırsın sorusu gibi, Nike Epic React Flyknit'i hiç deneyimlememiş birine nasıl hissettirebilirdim? Ayakkabının duygularını giyenlere neler hissettirdiğini düşündüm. Nike canlı ve samimi hissettiriyor, React dinamik duygular taşıyor aynı zamanda çok yumuşak ve hafif. Dokunamadığım kurcalayamadığım bir şey sanki onların doğasına uymazdı. O yüzden en çok insanlarla interaktif bir tasarım olmasına kafa patlattım sanırım.

Sence BİLGİ'li olmak ne demek ve bu projenin sana en büyük katkısı ne oldu?
Öğrenmek çok önemli; ama deneyimlemekte bir o kadar önemli bence. Uygulamadıktan sonra öğrenmekte uçucu, denemek kalıcılaştırıyor. BİLGİ'li olmak farkında olmak bence, farkındalığımızın arttığını düşünüyorum çünkü okul içinde sınırlı kalmayıp asıl içinde olacağımız gerçek hayatın içine de dahil olmamızı sağlıyor. Bu projenin en büyük katkısı, ayakkabıyı sadece giyilen bir nesne olmaktan çıkarıp, insanların farklı deneyimler paylaşmasını sağlayabilecek bir şekilde ele almak ve yeniden sorgulamak oldu.

KUNTAY SEFEROĞLU

Seni tanıyalım mı?
İstanbul Bilgi Üniversitesi Endüstri Ürunleri Tasarımı 3. Sınıf öğrencisiyim. Müzik bölümü ile yan dal yapıyorum. Okulun dışında müzikle uğraşıyorum; enstrüman tasarlayıp, üretiyorum.

Projeye katılmanı sağlayan, seni en çok çeken şey neydi?
Proje sürecinin eğlenceli ve deneysel geçeceği belliydi, beni de en çok çeken şey bu oldu.

Tasarımını oluştururken nasıl bir yol izledin?
Tasarlarken bize brief'te verilen 4 tema çerçevesinde bol sketch'li ve materyal deneyli bir sürecim oldu. Ayakkabıdaki dokusal detaylar ve renkler, benim için başlangıç noktasıydı. Kullandığım her malzemenin, ayakkabının üstünde referansı olmasını amaçlayarak tasarladım.

Sence BİLGİ'li olmak ne demek, bu proje sana ne kattı mesela?
BİLGİ'de gerçekten çok rahat ve açık bir ortam var. Derslerin dışında da birçok şey öğrenip deneyimleyebildim. Bunun için mutluyum. Bu iş profesyonel bir brief alıp çalıştığım ilk projeydi. Benim için en büyük katkısı bu ortamı ve ilişkileri mezun olmadan önce görebilmemdi.

NBL

Fish Oil Jr.

ÇOCUĞUNA İYİLİK YAP

Balık Yağını Unutma

İçeriğindeki DHA ile göz ve sinir sisteminin gelişimine yardımcı olur.

FRIEND OF THE SEA

IFOS™ International Fish Oil Standards ★★★★★

NOBEL

SADECE ECZANELERDE.

"Gıda takviyesidir. İlaç değildir."

nblomegadunyasi//

PROJESİ İLE ARAŞTIRMA DESTEĞİNE HAK KAZANDI

Prof. Dr. Ayhan Kaya'nın araştırma projesi ile ERC, sosyal bilimler alanında ilk kez bir Türk üniversitesine "Advanced Grant" vermiş oldu.

İstanbul Bilgi Üniversitesi Uluslararası İlişkiler Öğretim Üyesi ve Avrupa Birliği Enstitüsü Müdürü Prof. Dr. Ayhan Kaya, Avrupa'nın en prestijli araştırma kurumu olan Avrupa Araştırma Konseyi (European Research Council, ERC) tarafından verilen "Advanced Grant" araştırma desteğini "Popülizm Çağında Yerlilik, İslamofobizm ve İslamizm: Avrupa'da Sosyo-Ekonomik ve Politik Olanın Kültürleştirilmesi ve Dinselleştirilmesi" isimli projesiyle kazandı. Kendisi ile projesi üzerine bir röportaj gerçekleştirdik.

Projenizin detaylarından bahseder misiniz?

Öncelikle, araştırmaya gösterdiğiniz ilgi için çok teşekkür ederim. Proje, Avrupa'ya yaşayan genç kuşakların radikalleşme süreçlerini anlamaya çalışacak. Bunu da Almanya, Fransa, Hollanda ve Belçika'da yaşayan yerli genç gruplarla yine bu ülkelerde yaşayan Müslüman kökenli genç gruplar arasında yapılacak derinlemesine görüşmelerle anlamayı hedefliyor. Hipotezimiz, bu iki farklı grubunun bugüne değin radikalleşme biçimleri birbirinden ayrıymış gibi daha çok yerli unsurlarla beslenmiş etno-milliyetçilik ve diğer yandan da İslamiyet ile bezenmiş kökten dinci bir analiz biçimiyle açıklanmaya çalışıldı. Amacım, bu iki gurubun aslında benzeri sosyo-ekonomik, politik ve psikolojik süreçlerden geçiyor olmaları varsayımından hareketle ve küreselleşme, sanayisizleşme, yoksullaşma, eşitsizlik, adaletsizlik, güvensizlik, belirsizlik ve anomi süreçlerine karşı bildikleri kültürel kodları kullanmak suretiyle cevap verdiklerini göstermeye çalışmaktır. Bir diğer deyişle, özellikle yerli genç kitleler arasında yaygınlaşan ve Islamofobi ile beslenen sağ Populism ile göçmen kökenli bazı Müslüman genç gruplar arasında yaşanan İslami radikalizmin nedenlerinin aynı süreçler olduğunu göstermeye çalışmak istiyorum. Bunun için de kültürel, dinsel ve kimliksel olan üzerinden gidilerek ve medeniyetler çatışması-medeniyetler ittifakı gibi paradigmaları kullanan analiz biçimlerinin eleştirisini yaparak, gündelik hayatın dinamiklerini sosyo-ekonomik, politik ve psikolojik unsurları kullanarak anlayabileceğimizi düşünüyorum.

Avrupa'da İslamofobia ve İslamizm'in aslında sosyo ekonomik nedenleri olduğunu mu düşünüyorsunuz?

Evet tam bu şekilde düşünüyorum. Ancak neo-liberal, postmodern anlatı daha çok kültürel ve dini farklılıklara vurgu yaptığı için günümüz toplumları da karşılaştıkları olguları anlamaya

çalışırken bu tür kültürelist ve dinsel paradigmaların hegemonyası altında kaldıklarından asıl önemli olan konu olduğunu düşündüğüm sosyo-ekonomik ve politik kaynakların adil ve eşitlikçi bir şekilde paylaşımı meselesini es geçiyorlar. Bu tür kültürelist ve dini paradigmalar maalesef insanları sürekli bu çıkmazın içine iterken sosyo-ekonomik ve politik eşitsizliklere maruz kalan insanların ortak paydalarda buluşarak siyaset yapma biçimleri geliştirmelerini engelliyor. Bu durumun çok ideolojik bir durum olduğunu ve neo-liberal siyasal örgütlenme biçimlerinin sürekli bu kültürel ve dini karşıtlıklar üzerinde toplumsalı bölerek ve parçalayarak kendilerini var etmeye çalıştıklarını düşünüyorum. Avrupa'da özellikle küresel finansal kriz ve mülteci krizi zamanında da bazı kesimlerde İslamofobik anlatının bazı kesimlerde de İslamist anlatının hakim olduğunu ve bu anlatıların bazı siyaset çevreleri tarafından da Islamofobizm ve İslamizm şeklinde ideolojileştirilmeye çalışıldığını düşünüyorum.

Bu ikisi sizce aynı zamanda birbirlerini besleyen süreçler mi?
Evet, Irkçılık ideolojisi veya Milliyetçilik ideolojisi gibi özellikle kaynaklara erişim konusunda sıkıntı yaşayan, kendilerini meşru siyaset kanalları ve egemen medya kanalları üzerinden ifade edemeyen ve uzunca yıllardır bir şekilde aşağılandığını ve dışlandığını düşünen toplumsal grupların bir anlamda birbirlerine karşı diş bilediklerini görüyoruz. Bu karşılaşmayı ve rekabeti siyasal erkin sahibi olan devlet aktörlerinin çözmesi gerekirken ve adaleti yeniden bu tür dezavantajlı grupların ihtiyaçlarını gözeterek çözmesi gerekirken, pek çok devlet bu tür grupların birbirlerine karşı diş bilemelerine olanak tanıyan polarizasyonu beslemektedirler. Siyaset maalesef kendince bir takım günah keçileri tanımlıyor ve kitlelerin bu günah keçilerine karşı kin beslemeleri için gerekli olan siyaset dilini üretiyor.

ÖNÜMÜZDEKİ BEŞ YIL BOYUNCA OLUŞTURACAĞIM ARAŞTIRMACI EKİBİYLE BİRLİKTE VE DANIŞMANLARIMIZIN DESTEĞİYLE YERELLİK, POPÜLİZM, İSLAMOFOBİZM VE İSLAMİZM KONULARINA BAKMAYA DEVAM EDİYOR OLACAĞIM.

Bu konu Avrupa'da da şu anda akademik dünyada gündemde olan bir konu mu? Öyle ise neden sizce?
Bilim çevreleri, Avrupa'da bu sağ popülizme meyleden yerli gruplar ile İslami veya benzeri başka türlü radikalliklere yönelen grupları iki ayrı vakaymış gibi anlamaya çalışıyorlar ve bu nedenle de farklı literatürler oluşturuyorlar. Bu literatürler oluşturulurken de maalesef aynı madalyonun iki farklı yüzü olduğunu düşündüğüm bu iki olgunun neredeyse aynı olgu olduğu gerçeği göz ardı edilmiş oluyor. Halbuki, radikalleşme her dönemde olan bir olgudur ve bu olgunun kaynaklara erişim kanallarının kısıtlanması, temsil biçimlerinde adaletin ortadan kalkması, eşitlik, saygı ve tanıma gibi değerlerin göz ardı edilmiş olmasıyla çok yakından bağlantılıdır. Radikalleşmeyi ve marjinalleşmeyi din ve kült ile açıklamaya çalışmak bana çok indirgemeci geliyor. Hemen hiçbir çatışmanın dini veya kültürel farklılıklara indirgenemeyeceğini düşünüyorum. En basitinden Holocast konusunu düşündüğümüzde, birileri başka birilerini dini saiklerle katlediyor gibi görülse de ilk bakışta, aslında olan şey sermayenin bir gruptan başka bir gruba transferidir. Bu örnekler çoğaltılabilir.

Projenizin amacından biraz bahsedecek olursak... Yola çıkarken hedeflediğiniz amaç neydi?
Amacım yıllar öncesinde Avrupa'da özellikle Euro-Türkler ve Müslüman-kökenli insanlarla yaptığım bilimsel çalışmaların bulguları ile son yıllarda yine Avrupa'da gerçekleştirdiğim sağ Popülizm konulu bilimsel çalışmaların bulgularını bir araya getirmek suretiyle yeni bir bilimsel lens geliştirebilmek veya unutulan bir bilimsel lensi yeniden hayata geçirebilmek.

Bundan sonraki plan ve projeleriniz nelerdir?
Bu proje 2019 yılında başlayacak ve beş yıl sürecek; umarım dört ülkede yaşayan yerli genç gruplarıyla Türkiye ve Fas kökenli göçmen ailelerin çocuklarını içerecektir. Hayatta karşılaştığım sorunları ve olguları anlamaya çalışan ve tek bir konu üzerinde düşünmek yerine hayatın matrisini ve dinamiklerini anlamaya çalışan bir sosyal bilimci olarak beş yıl sonrasının projelerini önceden görmem mümkün değil. Ama şu kadarını biliyorum ki, önümüzdeki beş yıl boyunca oluşturacağım araştırmacı ekibiyle birlikte ve danışmanlarımızın desteğiyle yerellik, popülizm, İslamofobizm ve İslamizm konularına bakmaya devam ediyor olacağım.

Son olarak eklemek istediniz...
İki cümle ile bitirebilirim. Çevremizde yaşanan olgulara bakarken ve insanların ve toplulukların eylemlerini anlamaya çalışırken kültürel, kimliksel ve dini sıfatları sıklıkla kullanmak yerine insanların gündelik hayatlarında problemleri, hayattan beklentileri ve problemleri çözme yöntemlerinin birbirinde pek de farklı olmadığını hatırlayalım. İşte o zaman, minör farklılıklarımızın yerine her birimizin biricik ve tek olduğumuz gerçeğinden hareketle benzerliklerimizi hatırlamaya başlayabiliriz diye düşünüyorum.

BİLGİ'Lİ PSİKOLOGLAR

VİTAE'DE BU SAYI İSTANBUL BİLGİ ÜNİVERSİTESİ MEZUNU, BAŞARILI PSİKOLOGLAR İLE KEYİFLİ SÖYLEŞİLER YAPTIK.

BİLGİ'li olmayı, kariyerlerini ve başarı öykülerini onlardan dinledik. Yaptığımız röportajlara dair keyifli detayları sizlerle paylaşıyoruz.

Arda Coşkun

EĞİTİM VE İŞ DÜNYASINDAKİ KURUMLARA DANIŞMANLIK YAPIYOR

Arda Coşkun 2001 yılında İstanbul Bilgi Üniversitesi ile tanıştı, 2006 yılında mezun oldu. Lisans eğitiminden sonra 2 yüksek lisans programı bitirdi.

İngiltere'de Roehampton Üniversitesi Spor Psikolojisi'nde uzmanlığını tamamladı. Aynı zamanda spor psikoloğu branşında çalışmaları olan Arda Coşkun ile keyifli bir röportaj gerçekleştirdik.

Psikoloji alanındaki eğitim sürenizde spor psikoloğu branşında çalışmalarınız mevcut. Bize biraz çalışmalarınızdan bahseder misiniz; spor psikoloğu tanımı örneğin...

Evet benim belki de en büyük avantajım, hedefimi çok erken belirlemiş olmamdı. Şöyle daha net ifade edebilirim aslında. Lisans programına başlarken aklımda ve hedefimde spor psikoloğu olmak vardı. Tabi bu nedenle daha somut adımlar atabildim. Örneğin üçüncü sınıftayken Galatasaray Spor Kulübü'nde futbol altyapısında staj yapma imkanım oldu. Spor psikojisinin en temel tanımına bakacak olursak; spor ve egzersiz davranışın insan psikolojisine ve insanın duygu durumunun sportif performansına ve davranışlarına nasıl etki ettiğini araştıran psikolojinin bir alt dalıdır diyebiliriz. Sporun bizim uzmanlığımızdaki anlamı ise tek kelimeyle performans. Bu noktada branşın veya yaşın da önemi oluyor. Çalıştığımız yetişkin ve Olimpiyat Oyunları'na hazırlanan veya profesyonel takım düzeyinde performans gösteren sporcuların yanı sıra çocuk ve ergen olan ve performans hedefi olan sporcular da olabiliyor. Şu andaki çalışmalarımdan bahsetmem gerekirse spor psikolojisini kurumsal bir çatıda uygulayabilmek için Mentalift adlı bir şirket kurduk ortağımla beraber. Mentalift bünyesinde hem performans hem de eğitim ve ölçme - değerlendirme alanlarında çalışıyoruz. Takım olarak destek verdiğim kulüpler arasında Anadolu Efes basketbol altyapısı ve Fenerbahçe Doğuş Yelken Şubesi var. Onun dışında İstanbul Bilgi Üniversitesi'nde "Uygulamalı Spor Psikolojisi" Sertifika programını beşinci kez açtık. Ayrıca Lift360 adını verdiğimiz bir paket ile spor kulüpleri ve iş dünyasına da "Sporcu Tarzı Performans" yaklaşım eğitimlerini veriyoruz. Son olarak da spor psikolojisini akademik olarak da geliştirmek amacıyla ölçek geliştirme çalışmalarımız devam ediyor.

Aynı zamanda BİLGİ'de eğitim veriyorsunuz. Nasıl başladı eğitmenlik sürenizi?

Bölümün desteğiyle belki de psikoloji bölümlerin altında açılan ilk spor psikolojisi derslerinden birini İstanbul Bilgi Üniversitesi'nde açtık. İki dönem boyunca bu dersi ben işledim. Yani bu akademik macera da hayatımda çok etkisi olan İstanbul Bilgi Üniversitesi'nde başladı. Öncelikle bölüm başkanımız

Hale Borak Boratav olmak üzere tüm bölümün desteği alarak bu dersi açtık ve öğrencilerden büyük bir taleple karşılaştık. Bu döneme kadar hep uygulamalı alana ağırlık vermiştim. Takımlar, federasyonlar ve bireysel sporculardan edindiğim deneyimleri öğrencilerle paylaşma fikri de böyle çıktı. Ayrıca spor psikolojisinde, psikoloji kökenli çok sayıda uzman yok ne yazık ki. Misyonlarımdan biri de psikoloji öğrencilerine spor psikolojisi alanını tanıtabilmek. Daha sonra ise hem meslektaşım hem de Mentalift Danışmanlık firmasındaki ortağım Beren Çetiner veriyor.

BİLGİ ile devam edecek olursak. Nasıl kesişti yollarınız, neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?
İstanbul Bilgi Üniversitesi, Vakıf Üniversiteleri arasında en çok güven veren üniversitedeydi benim için. Ayrıca şehir üniversitesi olması da beni çekmişti. Psikoloji Bölümü'nü ve akademik kadroyu da incelediğimde kararımı çok rahat vermiştim. Mesleki kariyerim boyunca da aldığım temel lisans eğitiminin faydasını gördüm. BİLGİ benim için sadece bir üniversite değil aynı zamanda hayatı deneyimlediğim bir çevreydi.

Kariyer yaşantınız boyunca BİLGİ'li olmanın size ne gibi avantajları oldu?
Dediğim gibi BİLGİ'de hem çok iyi bir eğitim aldım hem lisans dönemi boyunca akademik kadronun her bir öğrenciye olan büyük ilgisi olduğu için bu noktada kendimi geliştirmek için alanlar bulabildim. Örneğin bir ders içeriği olarak o dönem bölüm hocalarından Serdar Değirmencioğlu ile yaptığımız sporda şiddet araştırması hem akademik anlamda hem de medya tarafından büyük ilgi görmüştü. Üniversite üçüncü sınıf öğrencisi olarak yaptığımız araştırmayı CNN Türk gibi bir kanalda anlatma şansınızın olması ve araştırmanın ulusal basında yankı bulması benim için büyük bir motivasyon kaynağı olmuştu.

Şu ana kadar mesleğinize dair karşılaştığınız ilginç bir anınız var mıdır?
Aslında epey ilginç olayla karşılaştım demek doğru olur. Etik olarak isim vermem doğru olmaz fakat olaylardan kısaca bahsedebilirim. Mesleki olarak beni en çok tatmin eden olaylardan biri A takım düzeyinde çalıştığım bir futbolcunun büyük bir sakatlık yaşadıktan sonra tedavi ve rehabilitasyon süreci boyunca beraber çok verimli bir şekilde çalışmamız ve çıktığı ilk maçta harika bir gol atması olmuştur. Yan çapraz bağları koptuktan sonra sahaya dönüşü yaklaşık olarak bir seneyi alan bir sporcunun ilk maçında gol atması ve performansına bıraktığı yerden devam etmesi sağlık ekibi olarak bizim için çok gurur vericiydi.

ÜNİVERSİTE ÜÇÜNCÜ SINIF ÖĞRENCİSİ OLARAK YAPTIĞIMIZ ARAŞTIRMAYI CNN TÜRK GİBİ BİR KANALDA ANLATMA ŞANSINIZIN OLMASI VE ARAŞTIRMANIN ULUSAL BASINDA YANKI BULMASI BENİM İÇİN BÜYÜK BİR MOTİVASYON KAYNAĞI OLMUŞTU.

Spor psikologluğu dışında destek verdiğiniz çalışmalar var mıdır?
Spor psikolojisi alt dalları çok olan bir alan. Bu nedenle birçok alanda çalıştığımı söyleyebilirim. Daha önce de belirttiğim spor kulüpleri dışında eğitim ve iş dünyasındaki kurumlara da danışmanlık ve eğitim hizmetleri veriyorum. Aslına bakarsanız, performans kavramı sadece sporcular için geçerli değil. Sanatçılar, iş dünyasındaki bireyler ve öğrenciler yani hepimiz için hayatta gerekli. Bu açıdan sporcu gelişimi ve performansında kullandığımız tekniklerim hepsi olmasa da birçoğu sporcu olmayan bireylerin kendilerini geliştirmeleri için faydalı olabilecek çalışmaları içeriyor. Örneğin FMV Işık Okulları ile Güler Legacy ortaklığıyla yürüttüğümüz bir proje var. GLS isimli bu proje kapsamında yaklaşık dört yüz öğrencinin hem akademik hem de sportif başarılarını haftalık olarak değerlendirebiliyoruz. Bu değerlendirme sonrasında da bireysel görüşmeler ve grup eğitimleri ile öğrencilerimizi destekliyoruz.

BİLGİ ile yapalım finali. Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?
BİLGİ'nin okul için değil hayat için öğren mottosu bence BİLGİ'li olmayı en güzel ifade eden söz. Benim hem öğrencilik hem de öğretim görevlisi olarak BİLGİ'de yaşadığım deneyim her zaman bu felsefe doğrultusunda olmuştur. Ayrıca BİLGİ bana mesleğimde her zaman etik olmayı öğretmiştir. Bizim için ilk kural kendi mesleki uzmanlığımız dışında çalışmamak ve danışana zarar vermemektir. Lisans dönemi boyunca bu konu hakkında tüm hocalarımız bize harika örnekler oluşturmuşlardır.

10 YILDIR ÇALIŞMALARINI "DİNAMİK PSİKOTERAPİ" ALANINDA YÜRÜTÜYOR

Ari Telyaz, 2003 İngilizce Psikoloji mezunlarımızdan. Kariyer sürecinde Borderline ve Narsistik Kişilik Bozuklukları alanlarında çalışmalar yaptı.

Şu anda Klinik Psikolog olarak danışanlarına destek veren Ari ile BİLGİ'li olmayı ve başarı hikayesini konuştuk.

Psikoloji alanındaki eğitim sürenizde Borderline ve Narsistik Kişilik Bozuklukları alanlarında da çalışmalar yaptınız. Çalışmalarınızdan bahseder misiniz, spesifik olarak ilgilendiğiniz başka alanlar var mıdır?

Yüksek lisansımı 2006 yılında tamamladıktan sonra borderline ve narsistlik vb. kişilik bozukluklarının daha çok ilgimi çektiğini fark ettim ve bu alana yönelmeye karar verdim. Özellikle de uzun süredir çalıştığım psikiyatri kliniği sayesinde birçok kişilik / karakter örüntüleri ile çalışma fırsatım oldu. Bu konuda çalışmaları olan gerek ülkemizde gerek yurtdışında ki önemli kişilerden eğitimler ve süpervizyonlar aldım ve halen de bu konuda kendimi geliştirmeye devam ediyorum. 2011 yılında bu alanın dünya çapındaki en önemli ismi olan Otto KERNBERG ve ekibinden uzun süreli eğitim aldım. Bu belki de benim için bu alandaki dönüm noktalarımdan biriydi.

Her meslekte olduğu gibi psikolojinin de kendi içinde zorlukları vardır şüphesiz. İnsana birebir dokunan bir meslek olarak, kariyer yaşantınızda ne gibi zorluklar yaşadınız?

Diğer alanlardan farklı olarak psikoloji alanında en keyif verici ama bir o kadar da zorlu olan şeyin sürekli olarak insan ile yüz yüze bakıyor olmak, onun duygularının ve sorunlarının sorumluluğunu üstleniyor olmak olduğunu düşünüyorum. Bunu o kişi ile aşmaya çalışmak, adeta onun hayatının bir parçası haline gelmek belki de bu mesleğin en tatminkar ama bir o kadar da zorlu bir yönü. Bir diğer zorluk ise mesleğe yeni başlamışken okul sonrasında alanda nasıl bir yön izleyeceğime karar vermekti. Benim mesleğe başladığım zamanlarda yüksek lisans programlarının neredeyse yok denecek kadar az olması, eğitim seçeneklerinin ise kısıtlılığı -ki şu an baktığımda bunun aslında benim için bir avantaj olduğunu fark ediyorum- en büyük zorluklardan biriydi. Şu an ise eğitim sayısının benim dönemime göre fazla oluşu maalesef verdikleri eğitimin kalitesi ile doğru orantılı değil.

BİLGİ ile devam edecek olursak. Nasıl kesişti yollarınız, neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?

Aslında BİLGİ ile tanışmam arkadaş çevremin etkisi ile oldu. Seçeneklerim arasından BİLGİ'yi tercih ettikten sonra Kuştepe gibi herkesin simayen de olsa birbirini tanıdığı bir aile ortamına girip

BİLGİ yaşantısına dahil olunca ne kadar doğru bir tercih yaptığımı kısa sürede anladım.

Kariyer yaşantınız boyunca BİLGİ'li olmanın size ne gibi avantajları oldu?
BİLGİ özellikle psikoloji alanında yaptığı atılımlarla son dönemde ön plana çıkmaya başladı ve adından da söz ettirmeye devam ediyor. Özen ile seçtiği akademisyenleriyle ve kaliteli eğitim anlayışıyla benim de bugün mezun olduğum okuldan gurur duymamı sağlamaktadır. Bu belki de halen devam eden arkadaşlıklarım kadar, okulumun bana sağladığı önemli avantajlardandır.

Özellikle danışmanlık yaptığınız yaş grupları nelerdir, hangi konular üzerinde daha sık çalışmalar gerçekleştiriyorsunuz?
Çalışma hayatımda her zaman yetişkinlerle çalışmayı arzuladım ve şu anda da lise çağındaki danışanlardan başlayarak tüm yaş grupları ile çalışıyorum. Yetişkinlere dair her klinik problem ile ilgili çalışırken daha sıklıkla eğitimlerimde de yoğunlaştığım 'kişilik/karakter sorunları' ile uğraşmaktayım. Bunlar 'Nevrotik Karakter' örüntüleri dediğimiz Obsesif-Bağımlı kişilik yapılarından, 'Sınır Karakter' yapılarındaki borderline ve narsistik kişiliklere kadar değişkenlik göstermektedir.

Şuan ki çalışmalarınıza değinecek olursak... Dinamik Psikoterapi üzerine yoğunlaştığınız bir dönemdesiniz... Biraz bahseder misiniz?
Alandaki çalışmalarımı özellikle son on yıldır 'Dinamik Psikoterapi' uygulayarak yürütmekteyim. Dinamik psikoterapi bireyin sorunlarını yaşamının sadece bir kesitinde değil geçmişle bütünleştirerek, geçmişin bugündeki etki ve izleriyle birleştirerek ele alan bir çalışma modelidir. Psikodinamik yaklaşım bireyi duygusu, düşüncesi, davranışı, ailesi, kültürel ve sosyal yapısıyla birlikte ele alırken geçmişi bu sistemin içinde hep var eder. Korku, kaygılar ve takıntılar ile olduğu kadar, bireyin kişiliğinin gelişimini engelleyen iç ruhsal çatışmaları ve çevresi ile gelişmiş bir uyum içinde yaşamasını güçleştiren sorunları ile de mücadele eder ve değiştirmeye çalışır. Bu çok yönlü ve derin çalışma ile bireyin sadece rahatlamasını değil kişiliğinin değişmesi ve gelişmesi amaçlanmaktadır. Bunun ile birlikte diğer psikoterapi modellerinden farklı olarak "Dinamik Terapist"in süreçte ki rolü danışanı yönlendirmek değil ona bir kılavuz ve gözlemci olarak eşlik etmektir.

Vücudumuz hasta olduğunda doktordan destek alıyorsak, ruhumuz hasta olduğunda da işin uzmanından destek almak en doğrusu olsa da toplumumuzda bu anlamda bir çekinme ve 'derdini paylaşamama' sıkıntısı olabiliyor. Bu konu hakkında düşünceleriniz nelerdir, insanlar neden başkalarıyla konuşmaktan çekiniyor ve bunun için neler tavsiye edersiniz?
Bu konuda çok haklısınız iç dünyamızı / zorluklarımızı bir başkasına açma konusunda sıkıntıları olan bir toplumuz. Özellikle de bunu güçsüzlük ile bir tutuyor ve yargılanma endişelerine kapılıyorsak. İlginç olan şudur ki; bu zorluğu konunun uzmanına başvururken yaşıyoruz. Sıklıkla kadınların 'gün toplanmaları' diye adlandırdıkları zamanlarda sohbetleri, erkeklerin ise yemek masalarında dertleşmeleri hepimizin bildiği bir durumdur. Çalıştığım kurumda bekleme odasında danışanların birbirlerine seans öncesi terapi benzeri konuşmalar yaptıkları, bazen ise üçlü-dörtlü otururken nerdeyse işi grup terapisine kadar götürdüklerini görmüşlüğüm olmuştur. Yani asıl sorun terapiste gelmekte. Tabi güçsüz görünme kaygısının yanında bir diğer sorunun psikoterapi'ye ulaşmanın halen toplumumuz için maliyetli oluşu olsa gerek. Son dönemde bu konuda kayda değer çabalar olsa da halen bu oran çok düşük seviyededir. Bir başka sebep ise toplumsal olarak kolay ve kısa yoldan bir şeyleri düzeltmeye daha istekli olmamız. Bunun yadırganacak bir yanı yok tabi ki. Ancak köklü ve kalıcı değişim için emek vermek ve içsel zorluklarla cesaretli, kararlı mücadele etmek gerekir. Bu da psikoterapi ile mümkündür. Ancak herkes için o kadar kolay gözükmemektedir. Bence kişinin etrafındakilerin söylediklerine de kulağını kapatıp, zorlansa da cesaretli davranarak terapiye yeşil ışık yakması bu yolda atacağı ilk adımdır. Unutulmamalıdır ki terapi zorlu olduğu kadar geliştirici ve keyifli bir yolculuktur.

"TERAPİ ZORLU OLDUĞU KADAR GELİŞTİRİCİ VE KEYİFLİ BİR YOLCULUKTUR."

BİLGİ ile yapalım finali. Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?
Açıkçası son dönemde açılan özel üniversitelere bakıyorum da onlara kıyasla BİLGİ duruşunu hiç bozmadan, kendinden taviz vermeden özen ve kalite ile eğitim vermeye devam ediyor. BİLGİ gerek vizyonu gerek akademik kadrosu ve öğrencileri ile benim için kalite demektir.

GÖNÜLLÜLÜK ESASINA DAYALI İŞLERİN BİR PARÇASI OLMAYI ÖNEMLİ BULUYOR

Ayser Göl Başol

Ayser Göl Başol 2013 mezunlarımızdan. Ağırlıklı olarak çocuklar ile çalışmalarını sürdürüyor.

Kaygı bozuklukları, yaş gelişimsel ve bilişsel problemler, okul problemleri ve aile için iletişim ve tutum sorunları gibi konularda destek veriyor. Aynı zamanda gönüllü yürüttüğü çalışmalar ile de pek çok insana yardım eli uzatıyor.

2013 yılı mezunlarımızdansınız. Danışanlarınıza hangi alanlarda hizmet veriyorsunuz?
Çocuklarla çalıştığım için, genel olarak kaygı bozuklukları, yaş gelişimsel ve bilişsel problemler, okul problemleri ve aile için iletişim ve tutum sorunları gibi konularda hizmet veriyorum.

Tarlabaşı Toplum Merkezi'nde okul öncesi eğitim alanında gönüllü çalışmalarınız olmuş. Bu deneyiminizden biraz bahseder misiniz; başlangıcı, neler yaptığınız vs. gibi...
Tarlabaşı Toplum Merkezi'nde semtteki okul öncesi yaş grubu çocuklara yönelik sosyal ve bilişsel becerilerini geliştirmek ve kendilerini daha iyi ifade edebilmelerini sağlamak için onlara destek olmaya çalıştık. Zaman zaman annelerle bir araya gelerek sohbet ederek, büyüme ve gelişme dönemlerinde olan çocuklarına karşı tutum ve davranışları konusunda neler yapabilecekleri ve ne gibi etkileri olacağı hakkında konuştuk. Hak temelli bir sivil toplum kuruluşunda çalışmak çok güzel ve çarpıcı bir deneyimdi. Böyle gönüllülük esasına dayalı işlerin bir parçası olmayı çok önemli buluyorum.

BİLGİ ile devam edecek olursak. Nasıl kesişti yollarınız, neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?
Lise son sınıfta, o dönemde sayısal bölümü öğrencisiydim, üniversite sınavı için hazırlanmaya başladığımız yaz, hayallerim hedeflerim üzerine epey düşünüp, ailemin ve öğretmenlerimin de fikrini aldıktan sonra kendime yepyeni bir yol haritası çizdim. Psikoloji okumak istiyordum. Aynı günlerde İstanbul Bilgi Üniversitesi'nin tanıtım kitapçığı elime geçti. Kampüs bilgileri, mezunların hikayeleri, yapılan çalışmalar ve sosyal etkinlikler beni gerçekten çok etkilemişti. Kendimi sürekli orada, oranın bir parçası olarak hayal ediyordum. Şimdi biraz delilik gibi geliyor ama sınavdan sonra bir tek tercih yaparak, sadece BİLGİ Psikoloji'yi yazdım.

Kariyer yaşantınız boyunca BİLGİ'li olmanın size ne gibi avantajları oldu?
BİLGİ'li olmak bana gerçekten vizyon kazandırdı. Bu sadece çalışma hayatıyla ilgili değil, özel hayatımda da geçerli. Multidisipliner bir bakış açısıyla, uluslararası bir dilde eğitim almış olmak ve tüm bu süreçte Ayten Zara, Levent Küey, Itır Erhart, Rahmi Öğdül, Ali Alper Akyüz gibi ilham veren akademisyenleri dinlemek insanı farklı bir noktaya taşıyor.

Şu ana kadar mesleğinize dair karşılaştığınız ilginç bir anınız var mıdır?
3. sınıfı bitirdiğim yaz ilk defa bir devlet hastanesinde staj yaptım. Hastane çok fazla göç alan bir bölgedeydi ve danışanlar birçok farklı kültürden insanlardı. İlk kez pratikte seans uygulamasını orada gördüm. Çok şaşırmış hatta afallamıştım. Hem uzmanın süreci yönetme biçimi hem danışanların

hikayeleri, tüm bu gerçeklik beni çok sarsmıştı. Bir süre mesleğimle ilgili doğru bir seçim yapıp yapmadığımı yeni baştan düşündüm. Bu süreçte kişisel olarak uzman desteği almanın ve çalışma hayatında da süpervizyon almanın önemini anladım.

Şu an da Uğur Okulları'nda görev alıyorsunuz. Çocuklarla çalışmanın ne gibi olumlu yanları var?
Lisans sürecinde aldığım dersler yavaş yavaş hedeflerimi şekillendiriyordu. Gönüllü çalışmalarımın hepsini çocuklarla birlikte yaptım. Çocuklarla çalışmak istediğim için BİLGİ'nin akabinde aldığım eğitimler de hep bu yönde oldu. Çocuklarla olmak çok sürprizli gerçekten. Özellikle okulda, büyüme süreçlerine ve gelişimlerine tanıklık etmek benim için güzel bir tecrübe. Aynı zamanda çözüm önerilerimizin ya da uyguladığımız yöntemlerin sonuçlarını da bizzat görüp değerlendirme şansımız oluyor.

Sizce başkaları ile derdimizi paylaşma konusunda açık mıyız? Genellikle bir "çekinme" söz konusu olur her zaman, bir önyargı yaşanabilir...
Bu algının yavaş yavaş kırıldığını düşünüyorum. Bunu yakalamışken de hem medyanın hem de bu alanda hizmet veren ve çalışma yapan uzman isimlerin desteğiyle algının yeniden yapılandırılması gerektiğini düşünüyorum. Çok kültürlü ve çok hareketli bir coğrafyada yaşıyoruz. Toplumsal sağlığımıza sahip çıkmak, geleceğimiz için mutlu, başarılı ve sağlıklı bireyler yetiştirmek ve ülkemizi gerçekten muasır medeniyetler seviyesine çıkarmanın bir parçasının da ruh sağlığımıza dikkat etmek olduğunu düşünüyorum. Bütün bunlar birbirinden bağımsız şeyler değiller.

BİLGİ ile yapalım finali. Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?
BİLGİ'nin çok güzel bir sloganı vardır; "Okul için değil, yaşam için öğrenmeli." Bunu deneyimlediğim için kendimi çok şanslı hissediyorum. Eşsiz bir şehirde, harika bir kampüs atmosferi, dünyanın birçok yerinden gelen konuk eğitimciler, çok zengin bir kütüphane ve ulaşabileceğiniz e-kaynaklar, yeni insanlarla tanışabileceğiniz onlarca kulüp... Tüm ayrıcalıkların tadını çıkardık. BİLGİ mezunu olmaktan gurur duyuyorum.

Psikoloji okuyan öğrencilere en büyük tavsiyeniz nedir?
Psikolog olmanın tek başına bu eğitimi tamamlamakla ilgili olmadığını düşünüyorum. Bu alanda eğitim hiç bitmiyor. Bu sebeple bu alanda hizmet veren çok değerli hocalarımızın işlerini mutlaka takip etmek gerek. Ülkemizde ne yazık ki hala bir anlam ve etiket karmaşası yaşanıyor. Tüm bunları toplumsal anlamda değiştirmek için mutlaka gönüllü çalışmaların bir parçası olmak gerek diye düşünüyorum. Bir uzman desteği almamış, bu süreci deneyimlememiş bir kişinin de eğitimi tamamlanmamış demektir. Mutlaka bir uzman desteği alıp, kendi terapimizi de tamamlamış olmamız gerek. Dünyanın birçok yerinde bu diploma almanız için gerekli şartlardan bir tanesidir

MULTİDİSİPLİNER BİR BAKIŞ AÇISIYLA, ULUSLARARASI BİR DİLDE EĞİTİM ALMIŞ OLMAK VE TÜM BU SÜREÇTE AYTEN ZARA, LEVENT KÜEY, ITIR ERHART, RAHMİ ÖĞDÜL, ALİ ALPER AKYÜZ GİBİ İLHAM VEREN AKADEMİSYENLERİ DİNLEMEK İNSANI FARKLI BİR NOKTAYA TAŞIYOR.

Alican Kocabalkan

BİLGİ'DE ALDIĞI EĞİTİMLE, KARİYERİNDE GENİŞ BİR PERSPEKTİFE SAHİP OLDU

Alican Kocabalkan 2011 yılı mezunlarımızdan. Lisans eğitimini bitirdikten sonra Sağlık Psikolojisi üzerine İngiltere'de University of Surrey'de yüksek lisansını tamamladı.

Psikolog olmasının yanı sıra, basketbol antrenörlüğü de yapan Alican ile BİLGİ'li olma ve başarı hikayesi üzerine keyifli bir röportaj gerçekleştirdik.

Psikoloji okumak çocukluk hayaliniz miydi, sizi bu dala iten ana nedenler neydi?

Hayır, psikoloji okumak çocukluk hayalim değildi. Üniversite sınavına hazırlandığım sene aklımın bir köşesinde hep vardı ama öncelik sırasında bir hayli gerideydi diyebilirim. Düşündüğüm diğer bölümlere göre Psikoloji'nin puanları yüksekti ve o zaman bana pek gerçekçi bir hedef gibi görünmüyordu. Okuduğum lisenin o zaman ki müdür yardımcısı yanlış hatırlamıyorsam Psikoloji mezunuydu ve bana psikolojiyi de tercihlerim arasına yazmamı önermişti. Onun önerisini dinledim ve ilginç bir şekilde psikolojiyi tercih listesinde ilk sıraya yazdım. Bu spontane gerçekleşen olaylar silsilesi sonucunda kendimi psikolojide buldum. Çok planladığım bir durum değildi.

İnsana birebir dokunan bir meslek olarak, kariyer yaşantınızda ne gibi zorluklar yaşadınız ve sizi en mutlu eden anlar nelerdi?

Zorlukların üniversite hayatımda başladığını söyleyebilirim. Psikoloji yapısı itibariyle birçok farklı disiplinle ortaklığa sahip bir alan. Bu disiplinlerden bazıları psikoloji içerisinde yetişmek ve çalışmak istediğiniz alanla direk bir bağlantıya sahip olmayabiliyor. Öğrenim hayatımızın her kısmında olduğu gibi sadece dersi geçmek adına öğrenip de (ezberleyip) sınavdan çıktıktan sonra aklımızda gerçekten hiçbir şeyin kalmadığı derslerden ve konulardan bahsediyorum. Bu dersler öğrenim hayatım boyunca hep çok zordu benim için. Meslek hayatıma ilk başladığımda ise 'psikolog' kimliği zorlayıcıydı diyebilirim. İnsanlarla iletişim kurarken mesleğinizin 'psikolog' oluyor olması karşı tarafta çeşitli reaksiyonlara sebep olabiliyor. Mesela insanlar onlar için çok özel olabilecek şeyleri bir anda masaya döküp onlardan bir anlam çıkarmanızı bekleyebiliyorlar veya sessizce onları izleyip sürekli onları analiz edip yargıladığınız düşüncesine kapılabiliyorlar. Fakat meslek hayatımda ilerledikçe bu duruma alıştığımı ve eskisi gibi zorlanmadığımı söyleyebilirim. Bu anlamda hissettiğim şey mutluluktan çok memnuniyet veya hoşnut olmak diyebilirim.

BİLGİ ile devam edecek olursak. Nasıl kesişti yollarınız, neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?
Ben hayatımın çok büyük bir kısmında basketbol oynadım ve şu anda psikolog olmamın yanı sıra basketbol antrenörlüğü de yapmaktayım. Lise son sınıfta yoğun bir şekilde basketbol oynamaktaydım. Seçmek istediğim bütün bölümler ise sosyal bölümlerdi. Hem basketbol hayatıma devam edebileceğim hem de istediğim bölümlerde en iyi akademisyen kadrosuna sahip okul İstanbul Bilgi Üniversitesi idi. Nitekim okulun spor faaliyetlerinin yönetildiği birimden bana okul takımında basketbol oynamam karşılığında burs teklifi geldi. Bu olay okul ve bölüm seçimi yapmamdan önce gerçekleşti. Bütün bunları bir araya koyup düşününce İstanbul Bilgi Üniversitesi benim için yegane opsiyon olarak belirdi ve bütün bölüm tercihlerimi İstanbul Bilgi Üniversitesi'nden yaptım.

Kariyer yaşantınız boyunca BİLGİ'li olmanın size ne gibi avantajları oldu?
İstanbul Bilgi Üniversitesi benim mesleğim olan Psikoloji ve Psikoloji ile bağlantılı olan bölümler bazında değerlendirildiğinde galiba hala Türkiye'deki en iyi üniversitelerden biri. Psikoloji ile bağlantılı olan bölümler dediğimde Sosyoloji, Sanat Tarihi, Felsefe, Karşılaştırmalı Edebiyat, Tarih gibi bölümlerden bahsetmekteyim. İstanbul Bilgi Üniversitesi'ndeki eğitimim boyunca aldığım derslerde Psikoloji kadar bu alanlarda da bilgi sahibi olma şansım oldu. Bu durumun kariyerimde daha geniş bir perspektife sahip olmama yol açtığını düşünüyorum. Avantaj olarak gördüğüm diğer bir durum ise Psikoloji Bölümü'ndeki akademisyenlerin uzmanlık alanlarının çeşitliliği idi. Okuldan mezun olup profesyonel anlamda çalışmaya başlamadan önce hemen hemen her son sınıf öğrencisinin olduğu gibi benimde kafam biraz karışıktı. Akademisyenlerin psikolojinin farklı alanlarında uzmanlaşmış olması bu konuda bilgi almayı ve değerlendirme yapmayı çok kolaylaştırmıştı benim için. Bu durumun kafa karışıklığımı gidermemde ve yöneleceğim alanı seçebilmemde büyük önemi olduğunu düşünüyorum.

Şu ana kadar mesleğinize dair karşılaştığınız ilginç bir anınız var mıdır?
Aslında bu soruyu nasıl cevaplayacağımı bilmiyorum desem galiba en dürüst cevabı vermiş olacağım. Benim mesleğime dair karşılaştığım, karşılaşmaya her gördüğüm insanda devam ettiğim ve beni her seferinde şaşırtan bir şey var; çalıştığım insanın ruhsal durumu ne kadar ağır ve zorlayıcı olsa da, her zaman zorlayıcı olan o durumun bir yerlerinde olumlu, o kişiye özgül ve koruyucu olan bir ruhsal tablonun olması... Bunu görmek her seferinde beni çok şaşırtır. Mesleğimin ne kadar ilginç olabileceğinin bir çeşit tezahürüdür diyebilirim.

Danışanlarınıza olan tutumunuzda ana kıstasınız nedir, özellikle onlara yaklaşırken ilk etapta nelere dikkat edersiniz, insanların kalbine dokunmak için ilk etapta nasıl bir yaklaşım uygularsınız?
İlk dikkat ettiğim şey açık olmak ve o an aktardıkları içeriği her yönüyle kavramaya çalışmak diyebilirim. Fakat genel olarak konuşmak gerekirse danışan ile terapist ortaklığı konusunda titiz olduğumu ve yapılan iş boyunca bu ortaklığı korumaya büyük önem verdiğimi söyleyebilirim. Tabi bunu sağlayabilmek için gerekli olan şeyler var; olabildiğince tarafsız kalmaya çalışmak, herhangi bir şekilde tavsiyelerde bulunmamak, danışanın aktardığı içerik ne olursa olsun kişisel sınırlarına saygı duyarak dinlemek gibi uzanan bir liste...

Özellikle danışmanlık yaptığınız yaş grupları nelerdir, hangi konular üzerinde daha sık çalışmalar gerçekleştiriyorsunuz?
Erken ergenlikten başlayarak yetişkinliğe uzanan yaş yelpazesinde danışanlar ile çalışmaktayım. Özellikle bireysel psikoterapi ve psikolojik danışmanlık alanlarına yoğunlaşmakla birlikte İstanbul Bilgi Üniversitesi'nde hali hazırda sürmekte olan Spor Psikolojisi Sertifika Programı'nda 'Egzersiz Psikolojisi' ve 'Sakatlık Psikolojisi' konularında ders vermekteyim. Bunlara ek olarak 'Sağlık Psikolojisi' alanında kendi tez konum olan 'Tıpta Kötü Haber Aktarımı' ve üstüne uzmanlaştığım 'Sağlık Alanında İletişimde Zor Anlar' konularında seminerlere ve konuşmalara katılmaktayım.

PSİKOLOJİ YAPISI İTİBARİYLE BİRÇOK FARKLI DİSİPLİNLE ORTAKLIĞA SAHİP BİR ALAN.

BİLGİ ile yapalım finali. Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?
İstanbul Bilgi Üniversitesi'nde olmak, okuduğun bölümle ilgili değişik bakış açılarını deneyimlemek; bir nevi değişik sesleri duyma imkanına sahip olmak benim için.

Psikoloji okuyan öğrencilere en büyük tavsiyeniz nedir?
Birincisi kendilerini alanda yapacakları çalışmalar kadar okumalarla da desteklemeleri. Her meslekte önemlidir tabi o bölümle ilgili yazılanları ve yazılmakta olanları okumak. Fakat 'Psikoloji' için önemli olmaktan da öte olan şey okumalar olmadan bir meslek olarak düşünülememesidir. İkincisi ise süper vizyon almalarıdır. Psikolojinin hangi dalında çalışmayı seçerlerse seçsinler, mesleki hayatlarının başında onları büyük hatalar yapmaktan koruyacak ve gelişmelerine en güvenli şekilde yol açacak yegan araç süper vizyondur.

ONUR DERECESİ İLE MEZUN OLDU

Begüm Bilgin, Psikoloji Bölümü mezunlarımızdan. Yetişkinlerde depresyon, kaygı bozuklukları, kişilerarası ilişkilerde yaşanan problemler üzerine çalışmalarını sürdürüyor.

Begüm Bilgin

Lisans öğrenimi sürecinde Psikoloji bölümünün yanı sıra diğer ilgi alanı olan Medya ve İletişim Sistemleri Bölümü ile yan dal programı yaptı. Onur derecesi ile mezun olan Begüm ile kariyerini ve başarı hikayesini konuştuk.

Sizi biraz tanıyabilir miyiz? Eğitiminiz ile başlayalım...
Elbette. Gaziosmanpaşa Anadolu Lisesi'nin ardından öğrenimime İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji Lisans programı ile devam ettim. BİLGİ'deki İngilizce hazırlık yılının ardından dil eğitimine ağırlık verip, İngiltere'de 3 aylık bir programa katıldım. Lisans öğrenimi sürecinde Psikoloji bölümünün yanı sıra diğer ilgi alanım olan Medya ve İletişim Sistemleri bölümü ile yan dal programını da yürüterek BİLGİ'den onur derecesi ile mezun oldum. Mezuniyeti takiben öğrenim hayatıma Okan Üniversitesi Klinik Psikoloji Sağlık modülü ile devam ettim. Akademik hayatımın yanı sıra dışarıdan çeşitli eğitimlere katıldım ve katılmaya devam etmekteyim. Bu eğitimlerden başlıcaları; otizmde floortime yöntemi, yetişkin ve çocuklarda bilişsel davranışçı terapi ve sanat terapisidir. Bunların yanı sıra yedi ay süren çift terapisi eğitimini de tamamlamak üzereyim. Yetişkin ve çocuklar için çeşitli objektif testlerin uygulayıcısıyım. Eğitim benim için sonu olmayan bir yolculuk.

Danışanlarınıza hangi alanlarda destek sağlıyorsunuz, uzmanlık alanlarınız nelerdir?
Yetişkinlerde depresyon, kaygı bozuklukları, kişilerarası ilişkilerde yaşanan problemler üzerinde çalışmaktayım. Bu süreçleri yüksek lisanstaki yönelimim olan bilişsel davranışçı terapi yönelimi ile yürütmekteyim. Yetişkinlere bireysel danışmanlık yanında, çiftlere iletişim problemleri konusunda da destek olmaktayım. Hem İstanbul hem Tekirdağ illerinde danışmanlık merkezinde psikoterapi çalışmalarımı aktif olarak yürütmekteyim. Çocuklar konusunda sadece otizm alanında okula uyum süreçlerinde destek vermekteyim. Çeşitli anaokulu ve ilkokullardaki farklı gelişen çocuklara destek olan gölge öğretmenlere süpervizyon desteği sağlamaktayım.

Psikoloji okumaya ne zaman karar verdiniz, çocukluktan beri hayalinizde olan bir dal mıydı?
Çocukken hayalim tıp okumaktı. Bunun temelini de insanlara başta sağlık alanında olmak üzere her alanda faydalı olabilmek oluşturuyordu. Liseye adım attıktan sonra kendimi keşfetmeye ve bu hayatta neler istediğimi sorgulamaya başladım. Felsefe ve psikoloji ile çok yakından ilgilendim. Yoluma çoğunlukla Irvin Yalom kitapları ışık tuttu. Olduğum kişiyi ve hayatta başarmak istediklerimi anladığımda psikoloji okumaya karar verdim. Eğitimin benim için bitmeyen bir yolculuk olduğunu söylemiştim, Psikoloji bölümü de bu görüşümü besleyen, sürekli yenilenen ve merak uyandıran

bir alan. Bu alanda sürekli 'yolda olma' halindesiniz. Sonu yok. O yüzden 'iyi ki psikoloji okumaya karar vermişim.' diyorum.

Daha önce Toplum Gönüllüleri Vakfı'nda gönüllü olarak yer aldınız. Nasıl bir deneyimdi, bizimle paylaşır mısınız?
Sivil toplum örgütlerinde görev almak benim için hep çok değerli. Toplum gönüllüleri de sivil toplum ruhunu çeşitli kitlelere aktarmamı sağlayan bir araç oldu. Bunun yanı sıra yüreği güzel insanlarla tanışmamı da sağladı. Toplumun farklı kesimleriyle iç içe gerçekleştirilen projeler hem hayata bakış açınızı zenginleştiriyor hem de sizi geliştirip dönüştürüyor.

Yanı sıra, Otistikler Derneği de daha önce görev aldığınız yerlerden. Konu çocuklar olunca, durum daha hassaslaşıyor şüphesiz. Buradaki deneyiminizi anlatır mısınız, neler yaptınız, ne gibi destekler sağladınız ve en önemlisi çocuklara 'dokunabilmek' nasıl bir duyguydu?
Otizm, günümüzde her 68 çocuktan birinin yaşadığı nöro-gelişimsel bir bozukluktur. Otizm spektrum bozukluğuna sahip kişilerde iletişimde güçlükler ve tekrarlayıcı davranışlar görülür. Bu alanda önemli çalışmalar yapan, benim de gönüllüsü olduğum Otistikler Derneği'nden bahsetmek gerekirse, derneğin otizmli gençler için çok değerli projeleri var. Bunlardan biri alternatif gelişim projesi diğeri de mesleki istihdam projesi. Alternatif gelişim projesi ile farklı gelişen gençlerin ailelerinden bağımsız olarak hem kendi potansiyellerini görmeleri hem de bireyselliklerini fark etmeleri sağlanıyor. Mesleki istihdam projesinde ise; farklı gelişen gençlerin de çalışabileceğini ve toplumda yer edinebileceğini göstermeye çalıştık. Ben mesleki istihdam projesinde yaklaşık 2,5 yıl görev aldım. Bu süreçte bu alanda yapılmış uluslararası bilimsel çalışmaların takibini de yaptık.

YOLUMA ÇOĞUNLUKLA IRVİN YALOM KİTAPLARI IŞIK TUTTU. OLDUĞUM KİŞİYİ VE HAYATTA BAŞARMAK İSTEDİKLERİMİ ANLADIĞIMDA PSİKOLOJİ OKUMAYA KARAR VERDİM.

Grup süpervizyonları ile hem kendi sürecimize hem etrafımızdakilerin süreçlerine tanıklık ettik. Unutmamalıyız ki farklılıklar zenginliktir ve farklı olanla birlikte yaşamayı toplum olarak öğrenmemiz gerekiyor.

BİLGİ ile devam edelim. BİLGİ mezunu olmak, kariyerinizde ne gibi artılar sağladı?
Öncelikle BİLGİ'de okumak yan dal ve çift anadal imkanlarıyla beni farklı disiplinlerde de geliştirmesi sebebiyle çok değerliydi. Mezun olduğumda hangi alanda ilerlemek istersem o alanı seçebilecek özgürlüğe sahiptim. Alandaki en değerli hocalardan ders almak, onların projelerine katılmış olmak kariyerim için önemli artılardan biriydi. Psikoloji alanından Sayın Ayten Zara hocam sayesinde tramvayla ilgili çalışmalar yürütme fırsatı buldum. Medya bölümünde Sayın Aslı Tunç hocam sayesinde akademik hayata olan ilgim arttı. Hürriyet köşe yazarı Ayşe Arman ile RöpArt topluluğunda yer alarak ünlü isimlerle röportaj yapma fırsatı buldum. Görevli öğrenci programı ile çalıştığım öğrenci işleri birimi ise bana takım halinde çalışmayı, ofis ortamını saygıyla ve iyi niyetle yürütmeyi, iş yerinde sağlıklı iletişim kurmanın önemini öğretti. Yani BİLGİ den mezun olmak kariyerim için alınmış en doğru kararlardan biriydi.

Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?
BİLGİ benim için bir üniversiteden öte bir yer oldu her zaman. BİLGİ yolculuğunda hep kendimi ifade edecek alanlar bulabildim. BİLGİ'li olmak; yaşam için öğrenmek, keşfetmek ve dönüşmek demek.

Psikoloji okuyan öğrencilere en büyük tavsiyeniz nedir?
En büyük tavsiyem merak eden bireyler olmaları. Merak eden insan öğrenmeye de aç oluyor. Bu alanda başarılı olmak için merak etmeleri, sorgulamaları ve araştırmaları gerekiyor. Vakitlerini gönüllü programlarda değerli insanlarla tanışarak geçirsinler. Çaba göstersinler. Çalışmak ve yapılan işe istekli olmak çok önemli. Sonrasında başarı geliyor zaten.

Gelecek planlarınız nedir?
Eğitim yolculuğumu devam ettirerek Amerika'da klinik psikoloji alanında doktora programı hedefliyorum. Sonrasında ise Türkiye'de hem yetişkin hem çocuklar için bir merkez açıp, burada sanat ve müzik terapisi atölyeleri ile geniş kitlelere ulaşmayı planlıyorum. Psikolojinin lüks tüketim olduğu ülkemizde düşük sosyo-ekonomik düzeyden gelen insanların da faydalanabileceği, farklılıkları bir arada barındıran bir kompleks oluşturmak istiyorum.

PSİKOLOG OLMAK ÇOCUKLUK HAYALİYDİ...

Duygu Doğmuş, İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden 2006 yılında mezun oldu.

Yüksek lisansını Klinik Psikoloji dalında yaptı. Bu arada değişik eğitimler alarak kendini klinik psikoloji alanında geliştirdi. Yüksek lisansını tamamladığında kendi merkezini açtım.

Öfke kontrolü, depresyon, kaygı bozuklukları, sosyal fobi ve benzeri gibi pek çok alanda danışanlarınıza destek sağlıyorsunuz. Çalışmalarınız ile başlayalım. Kariyerinizin başından şu ana kadar ne gibi çalışmalar gerçekleştirdiniz?

İlk tezimi, 'öfke ve bağımlılık' üzerine hazırladım. Kültegin Ögel hocamla beraber paylaştığım 'Alkol ve Madde Bağımlılığında Kısa Girişimler' adlı bir kitap çalışmamız oldu. Ayrıca, gönüllü olarak sosyal projelerde travma yaşamış çocuklarla çalıştığım bir dönem oldu. Tabi ki psikoloji bölümünde de diğer bölümlerde olduğu gibi eğitim süreci bitmiyor. Hem yurt içi hem de yurt dışında yeni terapi tekniklerini mümkün olduğunca aktif biçimde takip etmekteyim ve halen süpervizyon çalışmaları yapmaktayım.

Daha önce özel bir merkezde bilişsel davranışçı terapi alanında destek sağladınız. Bilişsel davranışçı terapinin temelinde yatan nedir, özellikle bu dalı seçmenizin nedeni var mıdır?

Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) modelinin temeli, insanların duygu ve davranışlarının, olayları nasıl yorumladıklarından etkilenerek oluştuğu üzerine odaklanır. Yani kişinin kendi zihninde olaylara ve durumlara verdiği anlamları inceler. Psikolojik problemlerle çalışırken BDT tekniği, terapinin ABC'si gibidir diyebilirim. Örneğin okuduğunu anlamayan bir genç bu durumu eğer kendinin yetersiz olduğu biçiminde yorumlarsa bu onun motivasyonunu bozacak ve okumaktan, çalışmaktan kaçınmasına sebep olacaktır. Belki de kendinin aptal olduğuna inanacak ve içe kapanacaktır. Bunlar aslında bilişsel çarpıtmalarımızın ve temel inançlarımızın sebep olduğu işlevsiz yorumlamalardır. Kişi aslında okuduğu metnin zor bir metin olduğunu, belki de akılda kalıcı olması için iki defa veya daha fazla okuması gerektiğini düşünemez. Bu yorumlama sürecindekileri, çarpıtmaları ve işlevsiz otomatik düşünceleri işlevli olan alternatif düşünceler ile değiştirmek, Bilişsel Terapinin en temelde yaptığı şey diyebilirim. İnançlarımız ve çocukluk sürecinden bu zamana yaşadıklarımızın, zihnimizde oluşturduğu şemalar bu yorumlama sürecinde aktif rol oynar. Bu nedenle terapi sırasında sadece BDT değil, Şema Terapi, Duygu Odaklı Terapi ve özellikle travma vakalarında da EMDR gibi teknikler kullanıyorum.

Şu anda nerede çalışıyorsunuz, danışanlarınıza ağırlıklı olarak hangi alanlarda destek sağlıyorsunuz?

Moda'daki merkezimde yaklaşık 6 yıldır danışanlarımla depresyon, anksiyete, sosyal fobi, öfke kontrolü, obsesyon, travma gibi vakalar üzerinde çalışıyorum.

BİLGİ ile devam edecek olursak. Nasıl kesişti yollarınız, neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?

Üniversite seçerken gerçekten çok titiz davrandım, uzun araştırmalar yaptım ve sonuçta çok doğru bir karar verdiğim için mutluyum. İstanbul Bilgi Üniversitesi'ni, birçok vakıf üniversitesine göre çok daha fazla donanıma sahip olduğu ve eğitiminin de çok iyi olduğunu öğrendiğim için tercih ettim. Bir üniversitenin sosyal aktiviteleri, gerçekleştirdiği projeleri bence eğitim sürecinde öğrencilerin sosyal anlamda gelişmelerini sağlamaktadır. Eğitim sürecinde bu sosyal gelişimin çok önemli olduğunu düşünüyorum. İstanbul Bilgi Üniversitesi'nin bu konuda iyi olduğunu biliyordum ve okurken bu konuda da bana çok güzel tecrübe ve deneyimler kattığını düşünüyorum.

Kariyer yaşantınız boyunca BİLGİ'li olmanın size ne gibi avantajları oldu?

BİLGİ ile bağlantım mezun olduktan sonra da hiç kesilmedi. Gerek hocalarımla yaptığım araştırmalarım, gerek diğer mezunlarla oluşturduğum projeler ve tabii ki BİLGİ'nin geniş kütüphanesindeki değerli kaynaklar sayesinde BİLGİ'li olmanın avantajını çokça yaşadığımı söyleyebilirim. İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji Bölümü olarak, hocamız Selin Müderrisoğlu önderliğinde kurduğumuz madde bağımlılığını önleme kulübü sayesinde sahip olduğum deneyimlerimin, daha sonra bağımlılık üzerine yaptığım tez ve kitap çalışmalarımda çok işime yaradığını söyleyebilirim.

Psikolog olmak çocukluk hayaliniz miydi?

Psikolog olmak, çocukluk hayalimdi diyebilirim. Psikolojiye ilgi duymaya başladığımda 12 yaşındaydım. Arkadaşlarım da beni öyle kabullenmiştiler ve kariyerime ulaştığımda tabii ki kimse şaşırmadı.

Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?

Bence BİLGİ'li olmak, geniş bir vizyona sahip olmak ve başarı demektir. Eğitim sistemini çok başarılı buluyorum. Sıkıcı olmayan, aktif eğitim anlayışı, kendini ve fikirlerini özgürce ifade edebildiğin, araştırmaya açık, öğrencilerine kaliteyle destek veren bir üniversite.

Toplumumuzda paylaşım anlamında bir çekinme ve 'derdini paylaşamama' sıkıntısı olabiliyor. Bu konu hakkında düşünceleriniz nelerdir, insanlar neden başkalarıyla konuşmaktan çekiniyor ve bunun için neler tavsiye edersiniz?

Ülkemizde psikologlara danışma konusunda giderek artan bilinçli bir farkındalık oluşuyor. Ama yine de yeterli değil. İnsanlarımız en çok toplum tarafından yargılanmaktan korkuyorlar. Zayıf olarak görülürlerse, sevilmez, dışlanırlar ve küçümsenirler diye çekiniyorlar. Bu korkular psikolojik rahatsızlıkların bastırılıp saklanmasına sebep olabiliyor. Bir kısmı da terapinin ne olduğunu bilmedikleri için, ön yargılı davranıyorlar. Onun için bu konuda insanların eğitilmesi ve sorunlarıyla yüzleşebilmeleri için cesaretlendirilmeleri gerekiyor.

TERAPİLERİNİZİ ETİK KURALLAR İÇERİSİNDE KENDİNİZİ SÜREKLİ OLARAK YENİLEYEREK YAPARSANIZ, DANIŞANLARINIZDAKİ BAŞARI ORANINI ÖNEMLİ DERECEDE ETKİLEYECEKTİR.

Psikoloji okuyan öğrencilere, başarılı bir psikolog olarak önerileriniz nelerdir?

Psikoloji öğrencilerine eğitim süreci için tavsiye edeceğim en önemli gördüğüm konu, lisans eğitimi esnasında staj yapmak konusunda olacak. Mümkünse her yaz staj yapın, farklı alanlarda farklı yerlerde deneyim kazanmak ilerde yüksek lisans yaparken seçeceğiniz uzmanlık alanınızı belirleme konusunda size yardımcı olacaktır. Ayrıca tez yazmalarını tavsiye ederim birçok üniversitede tez bölümü seçmeli ders gibi olabiliyor, benim dönemimde öyleydi. Tez çalışmalarımın bana öğrettiği araştırma tekniklerinin, sonraki çalışma sürecimde çok işime yaradığını söyleyebilirim. Mezun olsanız ve hatta çalışıyor olsanız bile mümkünse araştırma yazılarınızı hiç bırakmayın kitap projelerinde yazın, dergilere yazın. Araştırma yapmak, yurt içi ve dışındaki çalışmaları, gelişmeleri devamlı takip etmek çok önemli. Terapilerinizi etik kurallar içerisinde kendinizi sürekli olarak yenileyerek yaparsanız, danışanlarınızdaki başarı oranını önemli derecede etkileyecektir.

İSTANBUL BİLGİ ÜNİVERSİTESİ İLK TERCİHİYDİ…

Ece Şarakman 2011 yılında mezun oldu. Öğrenim hayatını klinik psikoloji ve adli psikoloji gibi çeşitli alanlarda staj yaparak devam ettirdi.

Ece Şarakman

Klinik Psikoloji Travma alt dalında yüksek lisansını tamamladı ve şu an Uzman Klinik Psikolog olarak kariyerine devam ediyor. Begüm ile BİLGİ'li olmayı ve kariyer basamaklarını konuştuk.

Eğitiminiz ile başlayalım. Kaç yılında mezun oldunuz?
2011 yılında mezun oldum. Öğrenciliğim boyunca klinik psikoloji ve adli psikoloji gibi çeşitli alanlarda staj yaparak eğitimimi destekledim. 2013 yılında Bilfen Eğitim Kurumları'na psikolog olarak giriş yaptım. Bu sırada Okan Üniversitesi Klinik Psikoloji Travma alt dalı yüksek lisansımı tamamladım. Kurumdaki beşinci yılımda zümre başkanı olarak sosyal, duygusal ve bilişsel gelişim alanlarında destek ihtiyacı duyan çocukların gözlemlenmesi, ihtiyaç duyduğu alana özel bireysel çalışmaların planlanması ve öğrencilerin gelişimlerinin takip edilmesine yönelik çalışmalar sürdürüyorum.

Danışanlarınıza hangi alanlarda destek veriyorsunuz?
Uyum problemleri, kardeş kıskançlığı, davranış problemleri, öfke kontrolü, kaygı bozuklukları, sosyal beceri sorunları, aile içi iletişim ve çatışma, boşanma ve çocuk, çocukta cinsel kimlik ve mastürbasyon, uyku problemleri, tuvalet sorunları, öğrenme problemleri gibi pek çok konuyla karşılaşıyor ve çalışıyorum. Bilişsel ve duygusal değerlendirmeler yaparak çocukla yapacağım çalışmaları belirliyorum.

Kültür Politikaları ve Sosyal Sorumluluk, Toplum Gönüllüleri Vakfı gibi pek çok gönüllü projeniz oldu. Gönüllü destek konusunda neler düşünüyorsunuz, yakın planda katılım sağlayacağınız yeni projeler var mıdır? (İstanbul Kültür Sanat Vakfı ve Toplum Gönüllüleri)
Toplumsal sorunların farkında olmanın ve bunların çözümüne yönelik fikir üretmenin toplum faydasına ve gelişimine katkısının çok önemli olduğunu düşünüyorum. Cezaevlerinde kalan çocuk tutuklularla birebir sanat atölyeleri düzenlediğimiz "Aynı Gökyüzüne Bakıyoruz" projesi, Mardin'de 8 - 13 yaş arası çocukların kişisel gelişimlerine katkıda bulunmak amacıyla öğrencilere sözel beceriler, sanatsal beceriler vb. çeşitli aktiviteler içeren "Kendini Keşfet" projesi gibi pek çok toplumsal duyarlılık projelerinde öğrenciliğim boyunca yer aldım. Üniversiteden mezun olduktan sonra da İstanbul Kültür Sanat Vakfı'nda kültürel etkinliklere katılma şansı bulamayan öğrencilerin sivil toplum kuruluşları iş birliğiyle sanatla buluşmalarını sağlayan BitamBiöğrenci projesinin sorumluluğunu üstlendim. Tam zamanlı iş hayatına geçişle birlikte maalesef süreklilik arz eden bir projede bulunmak zorlaşıyor. İstanbul Bilgi Üniversitesi'nden değerli hocam Ayten Zara'nın kurucusu olduğu World Human Relief'in projelerini uzun zamandır takip ediyorum, netleşen bir durum olmasa da gönüllü olarak katkıda bulunmayı istiyorum.

BİLGİ ile devam edecek olursak. Nasıl kesişti yollarınız, neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?
Üniversite tercihimi yaparken bölüm konusunda çok kararlıydım. Tercihlerimde sadece psikoloji bölümüne yer vermiştim. Hem kendim öğretim görevlilerini araştırmıştım hem de çevremde alanı bilen kişilere danıştığımda BİLGİ'nin bu konuda iyi olduğuna dair bilgi edinmiştim. Ayrıca sosyal olanaklarından dolayı da ilk tercihim İstanbul Bilgi Üniversitesi olmuştu.

Kariyer yaşantınız boyunca BİLGİ'li olmanın size ne gibi avantajları oldu?
Üniversitenin katmış olduğu uluslararası vizyon kariyerimi olumlu yönde etkiledi. BİLGİ, olağanla yetinmemek, her zaman kendin ve mesleğin için daha fazlasını yapmak gibi mütemadiyen kendini geliştirme ve güncellemeye yönelik bir algı oluşturdu. Okuduklarınızı ezberlemek yerine sorgulamanızı ve eleştirel düşünceyle yorumlamanızı hedefler. Öğrenciyken değil

belki ama özellikle iş hayatına girdiğinizde BİLGİ'nin farkını hissediyorsunuz.

Kariyer basamaklarını tırmanırken, bugüne kadar neler yaptınız, hangi pozisyonlarda çalıştınız, hangi deneyimleri elde ettiniz?
Öğrenciyken çok heyecanlıydım bu sebeple vaktimi çok verimli geçirdim. Boş zamanları projelerle dolduruyordum ve yazın muhakkak staj yapıyordum. Balıklı Rum Hastanesi'nde psikiyatrik tedavi kliniğinde staj gördüm. Daha sonra özel bir danışmanlık merkezinde, çocuk mahkemesinde ve vakıfta staj yaparak farklı dalları deneyimlemiş oldum. Psikoloji çok geniş bir dal, bölüm tercihi yaparken ki kararlılığı uzmanlık kısmına gelince vermekte zorlandım. Tüm alanlar çok keyifli görünüyordu. Ancak çocuklarla çalışma isteği bende baskın geldi. 2013'de psikolog olarak girmiş olduğum Bilfen Eğitim Kurumları'na, bu yıl itibariyle Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü Zümre Başkanı olarak devam etmekteyim. Çalıştığım süre içerisinde çocuk çizimlerinin projektif değerlendirilmesi, cognitive assessment system gibi eğitimler aldım. Okan Üniversitesi Klinik Psikoloji bölümünü tamamlayarak uzmanlığımı aldım. Yüksek lisansım sırasında aldığım süpervizyonda yetişkin danışan gördüm ve bilişsel davranışçı terapiyle çalıştım.

Şuan da Bilfen Okulları'nda görev alıyorsunuz. Çocuklarla çalışmanın ne gibi olumlu yanları var?
Günümüzde çalışanların şikayet ettiği noktalardan biri rutindir. Bizim mesleğimizde her bireyin farklı hikâyesinin olmasıyla bu durum zaten ortadan kalkıyor ancak çocuklarla bu daha da renkli bir hal alıyor. Çocuklarla çalışanların rutini asla olmaz, olamaz. Her günün dinamiği bambaşkadır, onların enerjisinden güç alırsınız ve müthiş bir gün geçirirsiniz. Ve onlardan her gün yeni bilgiler edinebilirsiniz, çok kıymetliler. Merak etmekte sınır tanımazlar, sorgularlar, küçücük bir sebepten mutlu olurlar,

BİLGİ, OLAĞANLA YETİNMEMEK, HER ZAMAN KENDİN VE MESLEĞİN İÇİN DAHA FAZLASINI YAPMAK GİBİ MÜTEMADİYEN KENDİNİ GELİŞTİRME VE GÜNCELLEMEYE YÖNELİK BİR ALGI OLUŞTURDU.

isteklerini elde edebilmek için sonuna kadar savaşırlar. Maalesef büyürken bu gibi birçok yanımızı kaybediyoruz. Onlarla her gün biz yetişkinlerin kaybettiğimiz özelliklerimizi hatırlıyor ve sayelerinde kontrolü sağlıyorum. İnsanlığın en saf haliyle çalışmanın getirdiği hafiflik ve mutluluk paha biçilemez.

Sizce insanlar neden başkalarıyla konuşmaktan çekiniyor ve bunun için neler tavsiye edersiniz?
Paylaşmamayla ilgili sıkıntıdan çok var olan durumu çözmek için emek harcamaktan kaçınıyoruz. Toplumumuzda en çok karşılaştığım durumlardan biridir; yüzeysel bir tanışma sırasında psikolog olduğumu öğrendikten sonra diyaloğun akışı hızla değişir. Karşımdaki kişinin tüm özelini birdenbire açabildiğine şahit oluyorum. Aslında anlatmaya ve birinin bizi dinlemesine aç olduğumuzu görüyorum. Bir yandan da öğrenciyken "Tezimi benim üzerime yaz" diye teklifler alan meslek grubuyuz. Bana kalırsa normalin dışında olma arzumuz ve bununla övünen bir yanımız da var. Mesele ne zamanki bu yüzeysellikten çıkıyor ve süreklilik arz ediyor, işte kilitlendiğimiz yer burada başlıyor. Paylaşmaya çok açığız ama iç dünyamıza olan yolculuk derinleşmeye başlayınca o zaman zorlanıyor ve yüzleşmekten kaçıyoruz. Kolay olanı ve kendimizi ertelemeyi seçiyoruz. Bir kerede anlatınca hemen çözülecekmiş beklentisiyle geliyorlar. Örneğin vücudunuzda hedeflediğiniz ölçülere ulaşabilmek için haftada 2-3 gün spora gidersiniz ve istediğiniz sonuca varabilmek için uzun zamana ihtiyacınız olduğunu bilirsiniz ve acı çekmenize rağmen buna istikrarla devam edersiniz. Hele ki günümüzde bu alışkanlık çoğu kişide hayatının bir parçası olmuş durumda. Burada öncelikler de devreye giriyor. Aynı mücadeleyi iç dünyamız için yapmayı bu denli istemiyoruz. Dışa olan yatırım iç dünyamıza olan yatırımdan daha kolay daha cazip geliyor. Burada tavsiye edebileceğim tek şey, uzmana gittiğinizde o kapıdan girdikten sonra daha kalıcı bir çıkışı görebilmek için sürekliliği sağlamaya çalışmak olabilir.

BİLGİ ile yapalım finali. Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?
İstanbul Bilgi Üniversitesi sosyal sorumluluk projelerini, aktivist gençleri destekleyen, önyargılardan arınmış, öğrencilerin düşüncelerini ifade edebilmeleri için alan açan bir yapıya sahiptir. İlk olarak okul duvarlarında asılan pek çok farklı düşünce yapısına sahip kuruluşun afişleriyle karşılaşırsınız ardından hocanızın odasına gittiğinizde kapısında proje, eylem, etkinlik afişlerini görürsünüz. Okulun dört bir yanı buna dair sübliminal mesaj verir. BİLGİ rengarenktir. Kültür-sanat etkinliklerine ev sahipliği yapar ve dersten çıktığınızda sanat ayaklarınızın altındadır. Tiyatroya gidebilir, sergi gezebilir, konsere gidebilirsiniz. Sizi sadece ders sırasında değil her an besler. Bu yüzden BİLGİ'li olmak kendini geliştirmek demektir.

Psikoloji okuyan öğrencilere en büyük tavsiyeniz nedir?
Ben öğrenciyken aldığım derslerde heyecanlanıyor ve o alanda devam etme isteği oluşuyordu. Ancak staj yaptıktan sonra fikrim değişiyordu. Teoriyle pratiğin örtüşmediği gerçeğini tatmak gerekiyor. Maalesef idealist yaklaşıp hayal kırıklıkları yaşadığım pek çok deneyimim oldu. Psikoloji okuyan öğrencilere önerim alanınızı seçmeden önce muhakkak sahada tecrübe etmeniz yönünde olacak. Alanı deneyimleyip emin olduktan sonra da doğru kaynaklardan ilgili eğitimleri almanızı öneririm. Ayrıca bölüm dışından da dersler seçerek kendinize katkıda bulunmanızı tavsiye ederim.

Erkin Ünalan

DANIŞANLARININ YÜZÜNDEKİ MUTLULUK EN BÜYÜK MOTİVASYON KAYNAĞI

Erkin Ünalan 2011 mezunlarından. Ergen ve yetişkin danışanlarda başta duygudurum ve kaygı bozuklukları olmak üzere ilişkisel sorunlar, bağlanma problemleri, madde bağımlılığı, fobiler ve kişilik bozukluklarını içeren birçok alanda hizmet veriyor.

Şu an da Bireysel Psikoterapi ve Çift Terapisi alanında çalışmalarını sürdüren Erkin ile keyifli bir röportaj gerçekleştirdik.

Danışanlarınıza hangi alanlarda hizmet veriyorsunuz?
Ergen ve yetişkin danışanlarda başta duygudurum ve kaygı bozuklukları olmak üzere ilişkisel sorunlar, bağlanma problemleri, madde bağımlılığı, fobiler ve kişilik bozukluklarını içeren birçok alanda hizmet veriyorum.

Gülen Yüzler Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'ndeki deneyiminiz ile başlayalım. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezindeki bu deneyimizden biraz bahseder misiniz?
Doğumundan itibaren erken dönemlerinde Otizm, Mental Retardasyon ve Down Sendromu gibi gelişimsel bozukluklara yakalanan çocuklarımız için, içinde aile danışmanlığının da yer aldığı geniş yelpazeli bir eğitim ve psikolojik destek programı inşa etmiştik. Zaman zaman Sarıyer Belediyesi ve Koç Üniversitesi ile iş birliği içerisinde çocuklarımızın sosyal yaşama ve üretime katkıda bulunmalarını kolaylaştıracak entegrasyon projeleri gerçekleştirdik. Onların yüz ifadesindeki mutluluk bizim en büyük motivasyonumuz olmuştu.

Şu an nerede çalışıyorsunuz, ne gibi destekler veriyorsunuz?
Şu an Davranış Bilimleri Enstitüsü, Febris Danışmanlık Merkezi, Gizem Şeber Diyetisyenlik ve Yaşam Koçluğu ile Pedamed Psikiyatri Merkezi'nde Freelance psikoterapi hizmeti veriyorum. Bireysel Psikoterapi ve Çift Terapisi uygulamalarımı bu merkezlerde sürdürüyorum.

BİLGİ ile devam edecek olursak. Nasıl kesişti yollarınız, neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?
Pertevniyal Lisesi'nde okurken hem okulumda hem de dershanemde özellikle Eşit Ağırlık öğrencileri için önerilen bir üniversiteydi. Sonrasında gelip gözlemlediğimde de estetik hassasiyetleri olan mimarisi ve kampüsüyle bana etkileyici gelmişti. Sonrasında ne kadar doğru bir tercih yaptığımı görmüş oldum.

Kariyer yaşantınız boyunca BİLGİ'li olmanın size ne gibi avantajları oldu?

BİLGİ'li olmak kelimenin gerçek anlamıyla eleştirel düşüncenin ne olduğunu anlamak demek bence. Üniversitenin ilk iki yılında doğrudan Psikoloji biliminin uygulamalarından ziyade düşünen ve sorgulayan bir zihin yapısına sahip olmamız ve önce birer sosyal bilimci gibi geniş, detaylı ve derin düşünebilmemizi hedefleyen bir müfredata sahip olduğumuz için kendimi şanslı hissediyorum. Bu perspektif aşılaması sonucunda olgularda bütünü görebilen ve daha sistematik çalışan bir terapist haline geldiğimi rahatlıkla söyleyebilirim.

Şu ana kadar mesleğinize dair karşılaştığınız ilginç bir anınız var mıdır?

Bir keresinde bir uçak yolculuğu yaparken yolculardan biri panik atak geçirmekteydi. Kabin görevlileri "Müdahale edecek biri var mı?" diye anons yapmışlardı. Kalabalıkta havaya kalkan tek el bana aitti. Yolcuya sakinleştirici bir müdahalede bulunmuştum. Ben her zamanki işimi yapmaya çalışırken, diğer yolcular da benim müdahalelerimi dikkatle izlemişlerdi. Koltuğuma geri döndüğümde kendimi süper kahraman gibi hissetmiştim.

Psikolog olmak çocukluk hayaliniz miydi?

Aslında değildi. Lisedeyken de Hukuk ile Psikoloji arasında kararsız kalmış ve tercihlerimi bu iki bölüm ile doldurmuştum. Sonunda Psikoloji denk geldi. Lisans eğitimim esnasında İK ve reklam ajanslarında çalıştım, senaryolar yazdım, filmler çektim. Mezuniyetime birkaç ay kala Psikoloji alanında devam etmeye karar verdim.

Vücudumuz hasta olduğunda doktordan destek alıyorsak, ruhumuz hasta olduğunda da işin uzmanından destek almak en doğrusu olsa da toplumumuzda bu anlamda bir çekinme ve 'derdini paylaşamama' sıkıntısı olabiliyor. Bu konu hakkında düşünceleriniz nelerdir, insanlar neden başkalarıyla konuşmaktan çekiniyor ve bunun için neler tavsiye edersiniz?

Evet, işin içerisine bize musallat olan virüs ve bakteriler değil de, bizim düşünme ve değerlendirme süreçlerimizden kaynaklanan meseleler devreye girdiğinde değişim ve dönüşüm için sancılı bir ruhsal süreç kişiyi bekliyor. Diğer meseleler daha akut oluyor, çözümü de daha "hap" odaklı mümkün oluyor. Ancak insan zihni ve ruhu karmaşık bir yapıdır. Hap çözümlerle ilerlemez. Uzun ve meşakkatli yollardan geçmesi gerekir. Hayatın "başına gelenler"den ibaret olmadığını, kendisinin de bir iradesi olduğunu kabul etmekte zorlanır insan. Bir çocuk gibi başını yaslayıp sığınacak bir ebeveyn kucağı arar hep. Ancak bizim gayemiz gelen kişinin özerkleşme ve bağımsızlaşmasına katkıda bulunmaktır. Kanatlarını büyütüp yuvasından uçma cesaretini göstermesine ön ayak olmak başlıca hedefimizdir. Ancak. çoğu zaman danışanın egosu bize o izni kolay kolay vermez. "Dur bakalım hele, sana güvenebilir miyim? Beni yarı yolsa bırakmazsın değil mi?" gibi soruların cevaplarını almaya çalışır. Aramızdaki güven ilişkisinin mutlak seviyeye gelmesi sonucu artık "paylaşım" noktasında bir sıkıntı kalmıyor çoğu zaman. Evet, sanırım cevap bu. İşin içine idrar tahlili, kemik sintigrafisi değil de "kalbini açmak" girdiği zaman, "mahremiyet" ve "güven" meselesi devreye giriyor. Bu direncin geride kalması için biraz zaman gerekiyor.

BİLGİ ile yapalım finali. Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?

Kendini ve dünyayı anlamak için önce işin felsefesini anlamaya çalışan, sorgulayan, dünyaya daha global gözlüklerle bakan bir dünya insanı olmak demektir. Farklılıkları dünyanın güzelliğinin bir parçası olarak gören ve onları büyük resme eklemeye çalışan barışçıl ve özgürlükçü çerçeveden bakabilen biri olmaktır. Nevruz Şenliği için Ahırkapı'da göbek atmak, ertesi gün bir müzede klasik müzik dinletisinde yer almaktır. Sokağın ve salonun buluştuğu yerde olmaktır. Doğu ve Batı'yı kucaklamaktır. Hayalimizdeki Türkiye'dir BİLGİ.

BİLGİ'Lİ OLMAK KELİMENİN GERÇEK ANLAMIYLA ELEŞTİREL DÜŞÜNCENİN NE OLDUĞUNU ANLAMAK DEMEK BENCE.

Psikoloji okuyan öğrencilere en büyük tavsiyeniz nedir?

Psikoloji, diğer bütün alanlarla ilgisi olan bir alandır. İnsanın var olduğu her meselede söyleyecek sözü olan bir alandır. O yüzden sektörleri ne olursa olsun, iyi bir psikolog olmak isteyen bir Psikoloji öğrencisinin, Psikoloji biliminin dışındaki disiplinlerle temasının yüksek düzeyde olması gerekir. Felsefe, Sosyoloji, Antrolopoloji, Nörobilim bunlardan başlıcaları. Ayrıca insan ruhunu anlamak için başta Edebiyat ve Sinema olmak üzere bütün sanat dalları ile iletişimlerinin güçlü olması önemlidir. Doğayla bağını da mümkün mertebe sağlam tutması, insan doğasını daha iyi anlamak ve hissetmek için esastır. Dünyayı anlamak ve keşfetmek için, çocukluk dönemindeki o meraklı gözlerle dünyaya bakması önemlidir. Baktığı her yerde mutlaka onu bir psikolog olarak bir adım ileriye götürecek yeni bir bakış açısı görecektir. Her BİLGİ'li gibi "okul için değil, yaşam için öğrenmeyi" öncelikli görmesi, meslek hayatında istikrarlı bir ilerleyişin anahtarı olacaktır.

Özge Helvacıoğlu

GÖNÜLLÜ PROJELER İLE ÇOCUKLARA UMUT OLUYOR

Özge Helvacıoğlu, BİLGİ'li psikologlardan. Umut Çocukları Derneği'nden Kanserli Çocuklarla Umut Vakfı'na, pek çok gönüllü projede yer aldı.

"İstanbul Bilgi Üniversitesi, benim için çok güzel arkadaşlıklar, çok bilgili hocalar ve aynı zamanda çok iyi bir sosyal çevre ve etkinlikler demek" cümlesi ile başlıyor sözlerine. Özge ile BİLGİ'li olmayı ve kariyer hedeflerini konuştuk.

Kanserli Çocuklara Umut vakfı ve Umut Çocukları Derneği gibi pek çok vakıf ile ortak çalışmalar yaptınız. Dernekler ile yollarınız nasıl kesişti?
Umut Çocukları Derneği ile tanışmam Dr. Ayten Zara hocam sayesinde oldu. Bir dersimizde bir sivil toplum kuruluşu ile gönüllü çalışma yürütmemiz bize ödev olarak verilmişti. İyi ki verilmişti diyorum çünkü bu dernekte hayata tutunmaya çalışan ve yaşamını sürdüren çok farklı hayatları görmüş olduk. Bu açıdan bu deneyim bana çok şey kattı. Kanserli Çocuklara Umut Vakfi ile gönüllü projeye katılmam da kendi isteğimle oldu. İleriye yönelik çocuklarla mı yoksa yetişkinlerle mi devam etme konusunda kararsızdım. Çocuklarla çalışmak için böyle bir yolu tercih ettim. Hastanelere gidip kanserli çocukları eğlendirmek amaçlı etkinlikler düzenliyorduk. Benim için çok önemli bir deneyimdi ama aynı zamanda çok zor bir görevdi. Gönüllü destek bence kesinlikle deneyimlenmesi gereken bir şey. Hangi alanda olursa olsun insana çok şey kattığını, bakış açısını değiştirdiğini ve zorlukları gördükçe şükretmeyi öğrettiğini düşünüyorum. Bu yüzden gönüllü destek herkese gönül rahatlığı ile tavsiye edebileceğim bir şey. Şu an için katılım sağlayacağım yeni proje henüz yok. Yoğun bir dönemdeydim. Ama iyi bir gönüllülük projesiyle karşılaşırsam tabi ki değerlendireceğim.

Psikoloji eğitimi almak için neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?
Aslında BİLGİ'yi tercih etme sebebim öncelikle eğitimiydi. Medyadan, sosyal medyadan ve çevreden duyumlarım hep BİLGİ'nin eğitim sisteminin çok iyi olduğuydu. Bende psikoloji istiyordum ve psikolojide özel olarak BİLGİ önde geliyordu. Ben de BİLGİ'yi tercih ettim ve hiç pişman olmadım.

BİLGİ'nin kariyerinize ne gibi katkıları oldu?
Birçok staj deneyimim oldu. Gittiğim staj yerlerinde ve iş görüşmelerinde "BİLGİ'den mi mezunsun, ne güzel" gibi tepkiler aldım. Bu yüzden BİLGİ'den mezun olmanın benim için bir artı olduğunu düşündüm.

Yaşadığınız ilginç bir deneyim var mı?
Beni zorlayan bir şey olmuştu. Yüksek lisans sürecinde süpervizyon alırken bir ergen danışanım vardı. Meslek hayatına

yeni başlıyorum, terapi nedir ve nasıl yapılır yeni öğrenmeye çalışıyorum. Karşıma çok fazla konuşmayan bir ergen denk gelmişti. Çok fazla zorlandım. O dönem benim için çok zorluydu. Onu nasıl konuşturacağım, o 50 dakikayı nasıl dolduracağım, bana açılmasını nasıl sağlayabilirim, neler yapabilirim diye kendimi biraz hırpaladım. Ağlayarak seansa gittiğim hatta galiba benden psikolog olamayacak dediğim günler de oldu. Karşı tarafa bir yardımım dokunmadığını düşünüp kendimi çok yıprattım. Ama seans süreci bittiğinde aslında çok fazla konuşmak istemeyen ergen bana sarılarak süreci sonlandırdı. Bu aslında içime su serpmişti. Benimle hiç bağ kuramadığını, seanslarımızın bir işe yaramadığını düşünüyordum ki aslında durum o kadar da kötü değilmiş.

Kariyer yaşantınızda bugüne kadar ne gibi deneyimleriniz oldu?

İlk olarak 2013 yılında birinci sınıftaydım ve bir ders için gözlem stajı yapmam gerekiyordu. Erdem Anaokulu'nda 2 ay süre boyunca çocuk davranışlarının gözlemlenmesi, çocukların dersteki etkinliklere katılmasını sağlama ve yardımcı olma üzerine bir staj deneyimim oldu. 2015 yılında 2 ay boyunca Junior& Parents Psikiyatri Merkezi'nde; seans öncesi çocuklarla ön görüşme yapma, çocuklarla konuşarak hastalık hakkında bilgi edinme ve bazı çocukların kabul etmesi koşuluyla seansların takip edilmesi üzerine staj yaptım. 2015 yılında 1 ay boyunca Balıklı Rum Hastanesi'nde doktor vizitlerine katılma, EKT'ye girme, hastaları gözlemleme ve onlarla iletişim kurma üzerine staj yaptım. Sanırım yetişkin bölümü sevdiğim için bana çok şey katan bir staj deneyimiydi. 2016 yılında 1 sene boyunca Renklerin Anaokulu'nda çalışma fırsatı yakaladım. Velilerle çocukların gelişimi hakkında görüşmeler yapmak ve velilerin problemlerine çözüm üretmek, derslere girip çocukların psikomotor gelişimi, dil gelişimi, bilişsel gelişimi, sosyal ve duygusal gelişimi ve özbakım becerileri hakkında gözlem yapıp bilgi edinmek ve çocuklara test uygulamak gibi görevlerim oldu. Bu benim ilk iş deneyimim olmasıyla birlikte bana fazlasıyla çok şey kattı. Veli görüşmesi yapmaktan konuşmam bile daha düzeldi diyebilirim. 2017 yılında Doğa Koleji'nde bir dönem staj yaptım. Oradaki görevim çocuklara test yapmak, derslere girmek ve çocuklara etkinlik yaptırmada yardımcı olmak, psikolog ile veli görüşmelerine katılmaktı. Burada da çocuklarla birebir etkileşim içerisinde oldum. Çocuklarla ilgilenmek hem çok zevkli hem de çok zor. Üstelik sadece çocukla da ilgilenmiyorsunuz. Velilerde en az çocuklar kadar gördüğünüz kişiler oluyor.

Sizce BİLGİ'li olmak ne demek?

BİLGİ'li olmak güzel bir duygu. Lisans okuduğum yıllara dönüp baktığımda olumsuz hiçbir şey göremiyorum. İstanbul Bilgi Üniversitesi benim için çok güzel arkadaşlıklar, çok bilgili hocalar ve aynı zamanda çok iyi bir sosyal çevre ve etkinlikler demekti. Sürekli bir sosyalleşme ve etkinliklerle birçok kişiyle tanışma fırsatı da sunuyor. Kısacası BİLGİ'de okuduğum için çok mutluyum. Yine olsa yine BİLGİ'yi seçerdim.

Psikoloji okuyan öğrencilere nasıl bir tavsiyeniz olurdu?

Psikoloji okuyan öğrencilere tavsiyem sabır olabilir. Çünkü çok uzun ve bitmeyecek bir süreç oluyor. Bizim hiçbir zaman işten gelip ayaklarımızı uzatıp dinleme lüksümüz yok. Sürekli kendini geliştirmek zorundasın. Lisans bitse yüksek lisans yapman gerekiyor, akademik düşünürsen doktora yapmak gerekiyor. Mezun olsan eğitimlerle destek almak gerekiyor, okumalar yapmak gerekiyor. Hep bir şeyler yapmak gerekiyor, sonu yok. Bu yüzden sabır dileyebilirim. Ama gerçekten isteyerek severek bu bölümü okuyan kişi bu süreçleri rahatlıkla atlatabilecektir, yeter ki severek yapılsın.

GÖNÜLLÜ DESTEK BENCE KESİNLİKLE DENEYİMLENMESİ GEREKEN BİR ŞEY. HANGİ ALANDA OLURSA OLSUN İNSANA ÇOK ŞEY KATTIĞINI, BAKIŞ AÇISINI DEĞİŞTİRDİĞİNİ VE ZORLUKLARI GÖRDÜKÇE ŞÜKRETMEYİ ÖĞRETTİĞİNİ DÜŞÜNÜYORUM.

Hazal Söyleyen

BİLGİ'Lİ OLMANIN AYRICALIĞINI, YAŞAYARAK DENEYİMLİYOR.

Akademik olarak 2016 yılında mezun olan Hazal Söyleyen, "Böylesine inovatif ve süreklilik, geliştirebilirlik arz eden bir bölümden hayat boyu mezun oldum diyemiyor insan" diyerek başlıyor sözlerine.

Psikolojiye lise yıllarında ilgi duymaya başlayan Hazal'ın, yapısal olarak yeryüzünde yaşayan her canlıya yardım etme eğilimimin çok fazla oluşu, hayata geliş amacının bu olduğuna inanışı ve bunu bir meslek olarak yapabileceğime inancı onu bu mesleğin kollarına bıraktı. Hazal ile keyifli bir röportaj gerçekleştirdik.

Psikoloji okumak çocukluk hayaliniz miydi?

Çocukluk hayali demek yanlış olur sanırım çünkü psikolojiye lisede ilgi duymaya başladım. Okul döneminde psikoloji dersi almış olmamın bu bölümü tercih etmemi etkilediğini düşünüyorum. Öte yandan her insanın dünyaya gelirken bir amaç doğrultusunda geldiğine ve bu varoluş nedenini öğrendiğinde gerçek mutluluğun ne demek olduğunu tadacağına inanıyorum. İşte tam da bu noktada yapısal olarak, yeryüzünde yaşayan her canlıya yardım etme eğilimimin çok fazla oluşu, hayata geliş amacımın bu olduğuna inanışım ve bunu bir meslek olarak yapabileceğime inancım beni bu mesleğin kollarına bıraktı. Bu bölümü okumanın ilgi duymayanlar için ne kadar zor olduğunu yapmış olduğum araştırmalardan biliyordum. İlgisi tamamen bu bilim dalı olmayanların zorluklar yaşadığını ve fakat ilgili insanlar için de bir o kadar kolay ve zevkli olduğunu o dönemlerde gerek birebir gerekse sosyal ortamlarda konuştuğum insanlarla deneyimleme fırsatım olmuştu. Bu araştırma sürecinden sonra asıl konu muhatabı olarak kendime sorduğum sorulardan kesinlikle negatif bir geri dönüş almamış olmam şu an burada keyifle bu röportajı yapmamın başlıca sebeplerindendir. Artık bu mesleğin bir neferi olarak daha psikolojik konuşmak gerekirse; "Anlayabildiğimiz kadarıyla insan varlığının tek amacı, saf varoluş karanlığında bir anlam ışığı yakabilmektir". (Carl Gustav Jung) Ben o ışığı yakaladım ve çok mutluyum. Bundan sonraki hayatımda da yolunu ve ışığını bulmaya çalışan herkese elimden geldiğince bu kutsal bilimin yolunda yardımcı olmaya çalışacağım.

Her meslekte olduğu gibi psikolojinin de kendi içinde zorlukları vardır şüphesiz. İnsana birebir dokunan bir meslek olarak, kariyer yaşantınızda ne gibi zorluklar yaşadınız ve sizi en mutlu eden anlar nelerdi?

İki yıldır devam eden bir kariyer hayatım var ve açıkça söylemem gerekirse zorlandığım tek an hangi alanda uzmanlaşmam gerektiği konusuydu. Çünkü

psikoloji içeriğinde çok fazla dalları olan bir ağaç gibi ve takdir edersiniz ki her daldaki meyvenin tadı da boyutu da birbirinden farklı. Eğitimimizi genel kapsamlı aldık ama bir alana yönelip bu alanda kendimi geliştirmenin daha anlamlı ve daha verimli olacağını düşünüyorum. Biraz önce de bahsettiğim gibi psikolojiyi severek, isteyerek tercih ettiyseniz işiniz sizi hep mutlu edecektir. Evet bazen zorlanıyorum ama kendimi sürekli geliştirdiğimi görmek, çocukların hayatına dokunabilmek, ebeveynlere yardımcı olabilmek tüm olumsuzlukları bana unutturuyor. Fakat yaşanan problemlerle ilgili genel bir tablo çizmek gerekirse öncelikle alandan mezun olmayıp bu işi yapan kişilerin sayı olarak fazla olması, rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin kalitesini düşürmekte, yanlış ve zarar veren uygulamaları toplumda yanlış bir algı oluşturmaktadır. Dolayısıyla bizler bu olumsuz imajı silmek için çok çaba sarf etmekte ve rehberliğe ilişkin ortak bir dil geliştirmede zorlanmaktayız.

BİLGİ ile devam edecek olursak. Nasıl kesişti yollarınız, neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?

Lise ile yapılan üniversite tanıtım gezisinde BİLGİ'nin kampüsü, eğitime olan yaklaşımı ve misafirperverliği beni çok etkilemişti. Daha sonraki süreçte LYS sonuçları açıklandıktan sonra annemle birlikte son bir üniversite turları yapmaya karar verdik. Aklımda ilk sırada BİLGİ vardı çünkü Psikoloji Bölümü'ndeki kadrosunu, verdiği dersleri, kampüs olanaklarını detaylıca incelemiştim

Kariyer yaşantınız boyunca BİLGİ'li olmanın size ne gibi avantajları oldu?

Bunu kesinlikle mezun olduğum okulu övmek için yapmıyorum ama iş başvurularımda inanılmaz bir etkisi oldu. İnanın BİLGİ'yi tercih ederken ben mezun olunan üniversitenin bu kadar önemli olacağını düşünmemiştim. BİLGİ mezunuysa kötü olamaz, iyi bir üniversiteden mezun mutlaka görüşmeye alalım gibi geri dönüşler olduğu zaman kocaman bir İYİ Kİ dedim BİLGİ'li olduğum için.

"HER İNSANIN DÜNYAYA GELİRKEN BİR AMAÇ DOĞRULTUSUNDA GELDİĞİNE VE BU VAROLUŞ NEDENİNİ ÖĞRENDİĞİNDE GERÇEK MUTLULUĞUN NE DEMEK OLDUĞUNU TADACAĞINA İNANIYORUM."

Aynı zamanda klinik psikoloji ve oyun terapistisiniz. Bu çalışmalarından bahseder misiniz?

Benim için dünyanın en güzel deneyimlerinden birisiydi oyun terapisi. Çocuklarla çalışma hayatıma devam etmek istediğim için, onların hayatına dokunmak, onların güvenlerini kazanmak ve iletişimimizi kuvvetlendirmek benim için çok önemliydi. Ve bu isteklerim doğrultusunda yaptığım araştırmalar beni oyun terapisine yönlendirdi. Almış olduğum eğitim "Çocuk Merkezli Oyun Terapisi" idi. Çocukların yaşadığı birtakım zorluklar ve çocukların problem çözme becerileriyle ilgili alanlarda inanılmaz derecede geliştirdiğini düşünüyorum.

'Çocuğumu Tanıyorum' projesinde aktif olarak rol aldınız. Projeye geçişiniz nasıl oldu, nasıl bir süreç yaşadınız?

Evet, daha önceden eğitim almış olduğum bir psikoloğun yönetimindeki bir çalışmaydı ve gönüllü olarak bu projede görev alıp Psikolojik Testler alanında tecrübemi arttırdım. Benim için avantajı büyüktü çünkü birebir çocuklarla çalışma fırsatı yakaladım.

BİLGİ ile yapalım finali. Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?

Çok klişe olacak ama tecrübelerime dayanarak söylüyorum BİLGİ'li olmak ayrıcalıktır.

Serkan Kalgan

KLİNİK PSİKOLOJİ ALANINDA DOKTORA EĞİTİMİNE DEVAM EDİYOR

Serkan Kalgan 2009 mezunlarımızdan. Psikoloji lisansını tamamladıktan sonra Uygulamalı Psikoloji dalında yüksek lisans eğitimine devam etti. Şu an da Klinik Psikoloji doktora eğitimine devam ediyor.

Serkan ile keyifli bir röportaj gerçekleştirdik; BİLGİ'li olmayı, kariyerini, psikoloji eğitimini ve daha pek çok şeyi konuştuk.

Psikoloji okumak çocukluk hayaliniz miydi, sizi bu dala iten ana nedenler neydi?

Bu anlamda kesin şu olacak diye bir hayalim vardı diyemem, zaman zaman değişkenlikler göstermiştir; doktor, pilot gibi. Tercih yapacağım dönemde bölümleri incelediğimde hangi mesleğin içerisinde bulunursam ve hangi mesleği yaptığımda mutlu olabileceğimi düşündüğümde psikoloji bölümüne yöneldim. Bu seçimimden dolayı çok memnunum.

Her meslekte olduğu gibi psikolojinin de kendi içinde zorlukları vardır şüphesiz. İnsana birebir dokunan bir meslek olarak, kariyer yaşantınızda ne gibi zorluklar yaşadınız ve sizi en mutlu eden anlar nelerdi?

Kolay olmayan kısmı ile başlamak gerekirse; eğitim hayatım boyunca edindiğim teorik bilgiyi, pratik ile buluşturmak kolay olmuyordu ilk zamanlarda. Mesleğimin ilk yıllarından yaptığım seanslar sonrasında sürekli okumalar yapma ihtiyacı hissetmekteydim. Çünkü teoride gördüğünüz ve anladığınız, bu tamam dediğiniz birçok durumun pratiğinin çok farklı olduğunu bu noktada anlıyorsunuz. Beni en mutlu eden an ise ki bu hala değişmedi; insanların kendi hayatlarında yaptıkları değişimlere şahit olmak. Yani benim en mutlu olduğum an; psikoterapi sürecine başlarken ki durum ile sürecin sonlandığı zaman ki durum arasındaki farka şahit olmak ve bu sürecin bir parçası olmak diyebiliriz.

BİLGİ ile devam edecek olursak. Nasıl kesişti yollarınız, neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?

Tercih yaptığım dönemde BİLGİ'yi kime sorsam herkes iyi bir üniversite olduğunu belirtirdi. Bir yakınımızda o sırada BİLGİ'de okuyordu ve o da tercih etmeme yardımcı olmuştur diyebilirim.

Kariyer yaşantınız boyunca BİLGİ'li olmanın size ne gibi avantajları oldu?

Birçok insanın bildiği ve eğitim kalitesini kanıtlamış üniversite BİLGİ. Yüksek lisans ve doktoraya kabul süreçlerinde herhalde İstanbul Bilgi Üniversitesi'nde temel eğitimimi almış olmamın bir katkısı olmuştur diye düşünüyorum. Ayrıca mesleki anlamda; bölümümü İngilizce okudum ve bundan dolayı ilerleyen dönemlerimde hep bir artı oldu benim için.

Mesleki gelişmeleri takip etmem benim için daha kolay oldu her zaman. Eğitimim boyunca alanda çalışan, değerli hocalardan ders almış olmamın ve onların tecrübelerini aktarmış olması, benim mesleki hayatıma geçişimi kolaylaştırdı aynı zamanda.

Özellikle danışmanlık yaptığınız yaş grupları nelerdir, hangi konular üzerinde daha sık çalışmalar gerçekleştiriyorsunuz?
Şu anda özel bir danışmanlık merkezinde yetişkinler ile çalışmaktayım. Genelde 20 yaş üstü diyebiliriz. Bireysel alanda birçok konuda çalışmakla birlikte; yoğunlukla depresyon, kaygı bozuklukları, ilişki problemleri diyebiliriz. Ayrıca mesleki sorumluluk anlamında ofis dışında ailelere, okullara ve öğrencilere seminerler vermekteyim.

Toplumumuzda bu konularda bir çekinme ve 'derdini paylaşamama' sıkıntısı olabiliyor. Bu konu hakkında düşünceleriniz nelerdir, insanlar neden başkalarıyla konuşmaktan çekiniyor ve bunun için neler tavsiye edersiniz?
Bugün dünyada ve ülkemizde ruh ve bedenin bir bütün olduğu; bu ikisinin birbirini etkilediği kesin olarak bilinmektedir. İnsanlar dertlerini paylaşırlar ama bu kişiler çoğunlukla; arkadaş, komşu ve aile bireyleri olmaktadır. Bu kişilerden gelen öneriler ile kısa süreli çözümler bulurlar ya da sadece kendini anlatmış olmanın rahatlığını yaşarlar. Genelde insanlar uzmana; işin içinden çıkamadıkları, tıkandıkları, yaşamdaki işlevsellikleri bozulmaya başladığı süreçlerde başvururlar. Ama biliyoruz ki bu noktaya gelene kadar yol üzerinde birçok müdahale edilecek nokta vardır. Destek alınmamasının temel sebebinin toplumun psikologtan destek alanlara bakış açısı, destek alanın toplum tarafından yargılanma endişesi olduğunu düşünebiliriz. Bundan dolayı destek almaktan çekinenlere şunu söyleyebilirim; bir uzman ile görüşebilirsiniz ve bunu kimse ile paylaşmak zorunda değilsiniz. Önemli olan sizin ihtiyacınızdır. Kendinizi ve ihtiyaçlarınızı ertelemeyiniz, önemseyiniz. Ayrıca belirtmek isterim ki; bir psikoloğa gitmek için illa bir sorun ya da problem olmasına gerek yoktur. Var olan yaşam, ilişki, okul, iş vb. durumların kalitesini daha üst düzeye çıkabilmek içinde bireyler başvurmaktadır.

BİLGİ ile yapalım finali. Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?
Benim için "Başarı" demek. BİLGİ'den mezun olan çevremdeki insanlara baktığım zaman çoğunlukla istedikleri noktalarda yer aldıklarını gözlemlemekteyim.

EĞİTİMİM BOYUNCA ALANDA ÇALIŞAN, DEĞERLİ HOCALARDAN DERS ALMIŞ OLMAMIN VE ONLARIN TECRÜBELERİNİ AKTARMIŞ OLMASI, BENİM MESLEKİ HAYATIMA GEÇİŞİMİ KOLAYLAŞTIRDI.

Psikoloji okuyan öğrencilere en büyük tavsiyeniz nedir?
Mümkün olduğunca çok farklı alanlarda staj yapmalarının onların kariyer gelişimleri için avantaj olacaktır diye düşünüyorum. Örnek vermek gerekirse; hastanede, okulda, adliyede, özel danışmanlık merkezlerinde gibi. Çünkü her biri ayrı noktalarda, ayrı tecrübeler katacaktır ve onlar bu sayede ne yapmak istediklerine daha kolay karar verebileceklerdir. Ayrıca farklı kültürleri, toplulukları tanımanın faydalı olabileceği kanaatindeyim. Son olarak değerli bir hocamın bana tavsiyeni aktaracağım: "Ne bulursanız okuyun ne bulursanız izleyin". Çünkü yaptığınız iş insan ile alakalı ve bütün okuduklarınız ve izlediklerinizi insanı anlatmaktadır.

OYUNUN ŞİFALI GÜCÜ ONU OYUN TERAPİSTİ OLMAYA GÖTÜRDÜ…

Iraz Toros Suman 2003 mezunlarımızdan. Oyun grupları, aile içi iletişim, oyun terapisi ve benzeri gibi pek çok alanda çalışmaları var.

Iraz'ın Oyun Grupları bunlardan biri. "Oyunun şifalı gücü oyun terapisti olmama ve ilişki şekillendiricisi olan anne babaların ihtiyaçları ise aile danışmanlığına götürdü beni." diyerek başlıyor sözlerine. Iraz ile çalışmaları üzerine keyifli bir röportaj yaptık.

Oyun grupları, aile içi iletişim seminerleri, oyun terapisi, aile danışmanlığı derken oldukça geniş bir kitleye hitap ediyorsunuz. Çalışmalarınızdan bahsedecek olursak… Örneğin Iraz'ın Oyun Grupları… Nasıl gelişti bu fikir, neler yapılır?

Aslında her şey oyun gruplarımla başladı. Şehir değişikliği sebebiyle oğlumun oyun arkadaşı yoktu ve olması için oyun grupları kurmaya başladım. Derken bu oyun grubu buluşmaları için öyle çok hazırlık yapmaya ve keyif almaya başladım ki, benim için profesyonel bir yaşantıya dönüştü zamanla. Hayatıma giren ebeveynlerin soruları seminerlerimin zeminini hazırladı. Oyunun şifalı gücü oyun terapisti olmama, ilişki şekillendiricisi olan anne babaların ihtiyaçları ise aile danışmanlığına götürdü beni.

Ağırlıklı olarak çocuklar ile iletişiminiz var sanırız? Özellikle çocuklara yönelik destekleriniz mevcut. Sizi bu fikre yaklaştıran neydi?

Aslında sadece çocuklarla değil… Ben bir mesaj okuyucusuyum diyorum durumu tam anlatabilmek için. Çocuklarının verdiği mesajları çeşitli sebeplerden zaman zaman okuyamayan ya da okumakta zorlanan anne babaların yanındayım. Evet, çocuğu merkeze alıyorum ama anne ve babalar ile de çalışıyorum. Anne- baba- çocuk üçgenini bozmanın ya da ayrıştırmanın iyi bir fikir olmadığından eminim. Çocukların mesajları ile ilgilenmemin asıl sebebinin ise bir üniversite hocamın eğitiminde yaşadığım idrak anı olduğunu biliyorum. O öyle bir andı ki, tam olarak şöyle demiştim: "Çocukların ellerinden tutabilirsem ne anlamlı ne keyifli ve ne tatmin edici bir hayat deneyimi olabilir".

Eşik Terapi ve Danışmanlık Merkezi'nin kurucu psikoloğusunuz. Ne gibi çalışmalar yapıyorsunuz?

Eşik Terapi' de aile danışmanlığı seanslarımı, oyun terapisi seanslarımı, seminerlerimi ve anne çemberlerimi sürdürüyorum. Anne çemberlerimde kadın, anne ve birey olmak vurgusunu yapıyorum temelde. Zaman zaman annelik hem kadının hem erkeğin gözünde "ben" olma halinin de önüne geçebiliyor, bunu çalışıyoruz annelerle ve adından da anlaşılacağı üzere bir grup çalışması.

Oyun terapisi seanslarımda oyun yolu ile yapıyorum az önce bahsettiğim mesaj okuyuculuğunu ve ebeveynlere mesajların alt metinlerini de iletiyorum. Seminerlerimde belirgin konuları ele alıyorum; Yeme Problemleri, Sağlıklı Cinsel Gelişim, Yaratıcılık ve Özgüven gibi konu başlıklarını ele alıyorum. Aile danışmanlığında ise aile sisteminde bir bütün olarak kişileri, rolleri ve varsa sorunları ele alıyorum.

Şu an da yine kurucu psikolog olarak MOMO Anaokulu'nda görev yapıyorsunuz. Biraz bahseder misiniz?
MOMO benim üçüncü çocuğum. Hayalini kurduğum çocukluğa ev sahipliği yapan bir yuva. Donanımlı profesyonellerin en şefkatli halleri ile çocuklara eşlik ettikleri bir vaha. Çocuklara çocuk olma hakkı tanınan bir çatı. "Çocuk olma/kalma hakkı" benim için çok kıymetli bir başlık. Günümüzde okul öncesi çağında çocukların maruz kaldıkları hız, karmaşa, teknoloji, doğadan nasiplenememe, kötü gıda, erken başlayan akademik yaşam ve tüm bu karmaşanın içinde oyun oynayamama halinin inkarının adıdır MOMO. Waldorf pedagojisinden esinlenerek kurulmuş bir anaokulu MOMO, doğal hayatı, masalları ve coşkuyu, şefkati ve sevgiyi, bedensel gelişim için onlarca doğal fırsatı ve sağlıklı gıdayı sunan, teknolojiyi ve erken akademik eğitimi reddeden ve oyunu yücelten bir yuva. Nihayetinde; kuşlar uçar, balıklar yüzer ve çocuklar oynar. Oyun şifadır. Ve Michael Ende'nin MOMO romanı isim ilhamıdır.

BİLGİ ile devam edecek olursak. Nasıl kesişti yollarınız, neden BİLGİ'yi tercih ettiniz?
İngilizce okumak, psikoloji okumak ve İstanbul' da olmak istiyordum. Yani aslında ne istediğimi çok iyi biliyordum ve BİLGİ ile kolayca kesişti yollarımız. ÖSYM başarı bursu ile kabul edildim. Okulumun, hocalarımın ve arkadaşlarımın hep yanımda olduklarını hissettiğim güzel yıllardı.

Kariyer yaşantınız boyunca BİLGİ'li olmanın size ne gibi avantajları oldu?
Aldığım lisans eğitimi esnasında kendimi birey olarak işe yarar ve değerli hissettiğimi çok iyi hatırlıyorum. Hocalarımızın bizimle kurdukları ilişki kuramsal zeminimi gerçekten çok güçlendirdi ve ama aslında en önemlisi yaşantısal olarak öyle güzel doldu ki heybem... İlk grup çalışmaları, ödevlerin tamamının gerçek bir anlamı ve mesleğe hazırlayıcılığının oluşu, farklı alanlardan ders seçimi yapabilmem sayesinde bir psikolog olarak zeminimin genişlemesi, alternatif fikirlerin daima dinlenmesi, akademik dil ile hayatın bütünleşebilmesi... Aslında sanırım en önemlisi iyi bir eğitim aldığımı bilmenin iç huzuru ve dik duruşu..

Psikolog olmak çocukluk hayaliniz miydi?
Ergenlik hayalimdi demek daha doğru olur. Çocukken sadece oyun oynar ve zamanı geldiğinde ders çalışırdım, meslek hayali kurduğumu anımsamıyorum. Ama ergenlik döneminde herkes gibi benim için de arkadaşlarım hayatımın merkezindeydi. Bu dönemde anlatmaktan çok dinlemek ile meşgul olduğumu çok net anımsıyorum ve arkadaşlarımın anlatma arzusunu beslediğimi de. Sanırım kendimi keşfettiğim zamanları tarif ediyorum aynı zamanda, dinlemek ve yeni bir anlam inşa etmek, ya da bazen etmeyip gerçeği olduğu gibi kabul etmek. Sonuçta; ergenken, dinlerken ve dinlemeyi çok severken karar verdim psikolog olmaya.

ÇOCUKLARIN MESAJLARI İLE İLGİLENMEMİN ASIL SEBEBİNİN, BİR ÜNİVERSİTE HOCAMIN EĞİTİMİNDE YAŞADIĞIM İDRAK ANI OLDUĞUNU BİLİYORUM. O ÖYLE BİR ANDI Kİ, TAM OLARAK ŞÖYLE DEMİŞTİM: "ÇOCUKLARIN ELLERİNDEN TUTABİLİRSEM NE ANLAMLI NE KEYİFLİ VE NE TATMİN EDİCİ BİR HAYAT DENEYİMİ OLABİLİR".

BİLGİ ile yapalım finali. Sizce BİLGİ'li olmak ne demektir?
Özgün, güçlü, dinamik ve çok yönlü olmaktır. Deneyimleyerek öğrenmiş olmaktır. Özgün kalmak ama gelenekten de haberdar olmaktır. Güzeldir ve özeldir BİLGİ'li olmak.

Psikoloji okuyan öğrencilere en büyük tavsiyeniz nedir?
Zeminlerini geniş tutsunlar, bolca staj yapıp mesleki seçeneklerine hakim olsunlar ve her şeyden önce öz şefkatin önemini hep kalplerinde ve akıllarında tutup kendilerine hem mesleki hem de ruhsal yatırım yapsınlar.

Bilgim HR

Bilgim HR bir Prosis Danışmanlık markasıdır. Prosis Danışmanlık Türkiye İş Kurumu'nun 26/02/2008 tarihli ve 273 numaralı izin belgesi ile faaliyet göstermektedir.

Gizli Müşteri Genel Başvuru

Prosis Danışmanlık olarak ana odak çalışmalarımızdan biri olan Müşteri İlişkileri Yönetimi kapsamında çok çeşitli alanlarda Gizli Müşteri Projeleri yürütmekteyiz.

Gizli Müşteri olmak tam zamanlı bir iş olanağı değildir. Tam zamanlı bir işe sahip olan ya da olmayan herkes proje niteliğine göre değerlendirilebilinir.

Projenin yapısına göre değişmek ile birlikte genelde tek denetimlik, müşteri olarak hizmet ya da ürün aldığınız her alanda Gizli Müşteri olarak görev yapmanız yürütmekte olduğumuz projeler dâhilinde mümkündür.

Aranan Nitelikler

- Gözlem kabiliyeti yüksek,
- Deneyim ve gözlemlerini yazılı olarak ifade etmekte kuvvetli,
- Denetim projelerinde görev almaktan keyif alan,

Gizli Müşteriler arıyoruz.

Başvurular **derya.kocacik@prosisdanismanlik.com** adresine yapılabilir.
Bütün başvurular gizlilik kuralları çerçevesinde değerlendirilecektir.

Üst Düzey Yönetici Asistanı

Danışmanlığını yapmakta olduğumuz, 1993 yılından bu yana inşaat, enerji, gayrimenkul, sağlık ve tekstil sektörlerinde faaliyet göstermekte olan müşterimiz için Üst Düzey Yönetici Asistanı arayışı içindeyiz.

Lokasyon: **Ankara**

Aranan Nitelikler

- Üniversitelerin İktisadi ve İdari Bilimler veya Büro Yönetimi ve Sekreterlik Bölümlerinden mezun,
- Alanında 15 sene deneyim sahibi,
- İleri düzeyde İngilizce bilgisine sahip,
- Yönetim kurulu seviyesinde veya Genel Müdür seviyesinde yönetici asistanlığı deneyimi sahibi,
- MS Office uygulamaları onuşunda deneyimli,
- Titiz ve dikkatli çalışmak konusunda hassasiyet sahibi,
- Gelişmiş sorun çözme ve iletişim becerilerine sahip,
- Pratik düşünme ve hızlı aksiyon alabilme yeteneğine sahip,
- Detaycı bir kişilik yapısı sahibi olan,
- Dış görünüşüne özen gösteren,
- Esnek mesaiye uyum sağlayabilecek,
- Stres altında soğukkanlı bir şekilde çalışabilecek,
- Analitik düşünce yeteneğine sahip,
- Ekip çalışmasına yatkın ve çözüm odaklı.

Takım arkadaşları aramaktayız.

İş Tanımı;

- Yönetim Kurulu Başkanı'nın randevularını ayarlamak, gelen ziyaretçileri karşılamak, ziyaretçilerin, yönetici ile olan randevularının zamanlamasını yapmak. Misafir ve ziyaretçilerin iyi karşılanmasını ve ağırlanmasını sağlamak,
- Yönetim Kurulu Başkanı'nın seyahatlerini düzenlemek, biletlerini almak, toplantı, seminerlerin ve diğer davetlerin organizasyonunu yapmak,
- Yönetim Kurulu Başkanı'nın ile iletişime geçmek isteyen herkesin(yakın çevre dışında) yönetici ile arasında gerek telefon gerek e-posta ve diğer iletişim araçları ile bağ kurmak. Gerekli görüşmeleri kayıt altına almak,
- Yönetim Kurulu Başkanı'nın imzasının gerekli olduğu evrakı organize etmek ve imzaya sunmak, yazılması gereken yazıları yazmak,
- Yönetim Kurulu Başkanı'nın gerekli gördüğü yazışmalarını arşivlemek, günü gelen evrak ve randevuları hatırlatmak,
- Personel Kılavuzunda yer alan hükümlere uymak,
- Üst Yönetimin verdiği diğer görevleri yerine getirmek.

Başvurular eren@prosisdanismanlik.com adresine yapılabilir.
Bütün başvurular gizlilik kuralları çerçevesinde değerlendirilecektir.

Growth & Innovation Senior Expert

We are actively seeking Growth & Innovation Senior Experts for our client which is delivering quality in assurance, tax and advisory services globally.

Lokasyon: **İstanbul**

Job Description

- Support BD strategy with relevant intelligence accumulated via client feedback, via lost proposal debriefs and internal indepth interviews.
- Engage in research, analysis, and intelligence gathering, especially regarding emerging market and industry trends, for use in strategic planning, competitive firm positioning, and business development activities
- Initiate and drive innovation projects from idea generation to execution through e.g.the firm's network, spark pages
- Able to create value added reports
- Define potential development areas: Feed industry, LoS, Sub-LoS (Services) account responsibles with growth areas

• Create new services, product packages in line with customer needs
• Do ad hoc research for the practice ie: Market/Industry research, regional research with relevant market research approaches (focus groups, desktop research, in-depth interviews, and quantitative surveys)
• Determine future of mindscape (tool, investment)
• Know how to set-up bottom-up innovation
• Create proposals with value
• Create insights from all types of Client Feedback, Market Research outputs, Competition research for strategy
• Leading Proposals Project Management, content creation and editing for big accounts
• Prepare proposal presentation and rehearsals
• Follow-up proposal win/lost rate and reporting
• Keep up to date ready to use proposals in Proposal Portal
• Increase the usage level of Proposal Portal within the company
• Periodically follow-up of competition and reporting
• Intelligence on Industries, Accounts, firm's Network, Products, hot topics, NGOs
• Industry, Company and Profile researches
• Knowledge Tool Management and reporting
• Do ad hoc research for the practice ie: Market/Industry research, regional research with relevant market research approaches (focus groups, desktop research, in-depth interviews, and quantitative surveys)
• Manage online client feedback process with high level reporting
• Do in-depth interviews with C-level client contacts after major proposals
• Do in-depth interviews with C-level client contacts on satisfaction basis (detractors)
• Do in-depth interviews for C-level Priority Accounts/E Accounts
• Debrief Client Relationship Partners (CRP), Line of Service Leaders, Engagements Leaders and account teams on feedback received and agree on necessary actions
• Manage global market research initiatives like Brand Health Index, Global Tax Monitor (sample review, analysis, reporting with tangible action proposals)

Competencies Required
• Graduated from Business Administration, Economics or related departments of a reputable university
• Min. '7 years' experience on business development
• Researcher with a strong focus on qualitative and quantitative research methodologies
• Experienced in "In depth interview" technique and capable of running F2F interviews with C-Suite
• Good communicator with strong interpersonal and analytical skills as well as a methodological and
• Conceptual intellectual power.
• Organized and creative / able to present outputs
• Ability to create insights from data to action points
• Very high standard of fluency in both written and spoken English
Applications can be completed via

eren@prosisdanismanlik.com
All applications will be evaluated within the frame of rules of confidentiality.

Human Resources Generealist

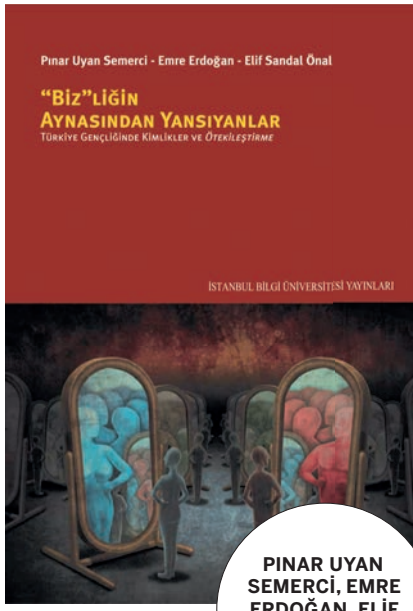
We are looking for HR Experts / Senior Experts for our client which is delivering quality in assurance, tax and advisory services globally.

Qualifications:
• Bachelor's degree with major in Human Resources, Business Administration or closely related departments
• 2 to 7 years of experience in diverse HR process, preferably in multinational organizations
• Strong multi-tasking skills, with an ability to quickly shift focus as required by needs of the business
• Exceptional time management and organization skills
• Strong analytical thinking skills
• Good team player & coherent personality
• Good at acquiring and leveraging knowledge
• Excellent communication skills
• Strong presentation skills
• Highly proficient in spoken and written English
• Proficiency in MS Office applications

Responsibilities:
• Providing highly tailored recruiting services
• Leading with campus activities and networking to build a strong candidate flow
• Designing & improving HR processes
• Determining & clarifying internal clients' needs
• Maintaining knowledge of organizational and departmental policies
• Providing initial support and additional follow-up to employees for all HR related inquires

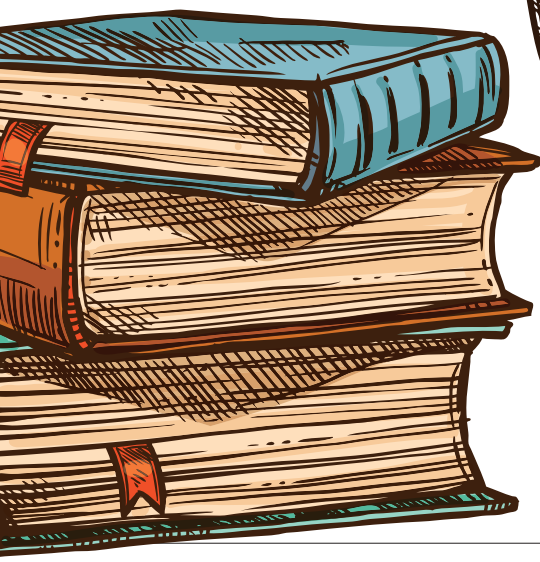
Applications can be completed via
eren@prosisdanismanlik.com
All applications will be evaluated within the frame of rules of confidentiality.

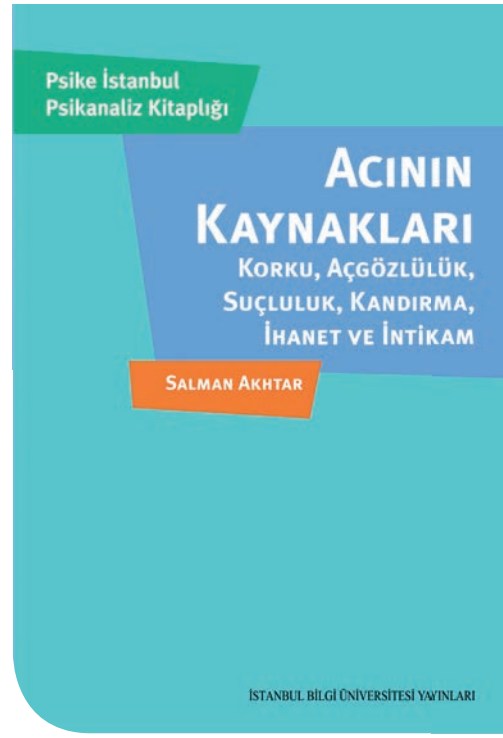
'BİZ'LİĞİN AYNASINDAN YANSIYANLAR



PINAR UYAN SEMERCİ, EMRE ERDOĞAN, ELİF SANDAL ÖNAL
335 sayfa

Dünyada ve Türkiye'de sayısız olaya tanıklık eden, 2,5 yıllık araştırma sürecinin ardından ortaya çıkan bu çalışmadaki amaç, ötekileştirmenin nasıl gerçekleştiği, hangi belirleyiciler etrafında geliştiği ve hangi biçimlerde kurgulandığını ortaya koymaktır.





ACININ KAYNAKLARI

Acının Kaynakları, Salman Akhtar'ın "talihsiz, gereksiz, aşırı, patolojik ve dermanı olan acılar"ı ele aldığı, korku, açgözlülük, suçluluk, kandırma, ihanet ve intikam üzerine kapsamlı teorik ve klinik tartışmalardan oluşuyor.

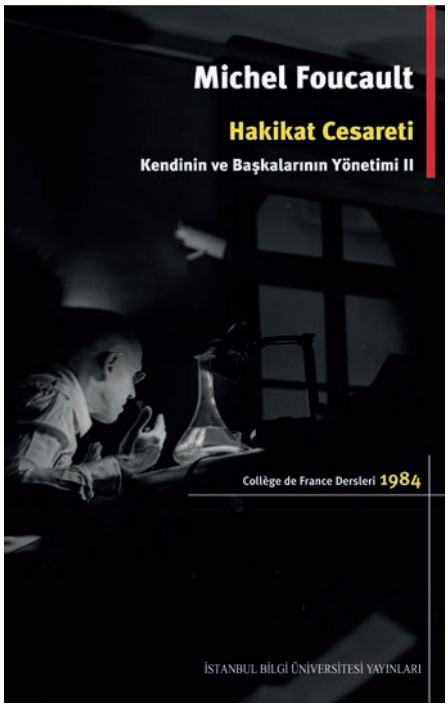
SALMAN AKHTAR
228 sayfa

YARATICILIK: AKLIMIZIN SINIRLARINI AŞMAK

Bu eserde, daha önce öncülük yapmış bilim insanlarının geliştirdiği yöntemlerle birlikte oldukça yeni olan bu alanının güncel konularına açıklık getiriliyor. Tarihte ve günümüzde yaratıcılık konusunda değişen düşünce yapılarından örnekler veriliyor.

SELÇUK EREZ, YEŞİM EREZ
246 sayfa

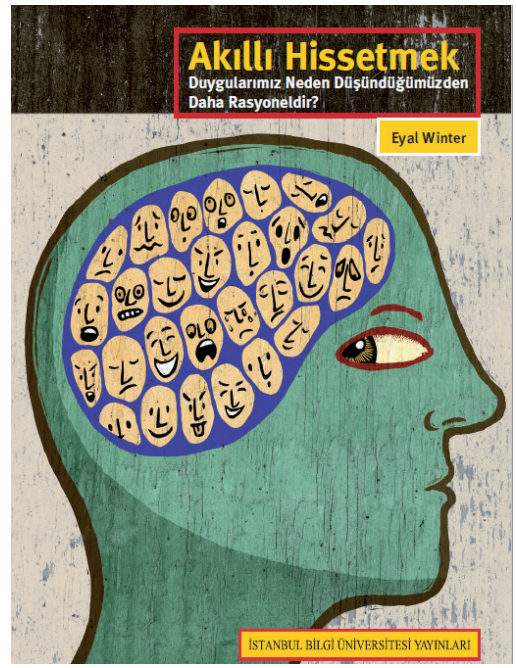
HAKİKAT CESARETİ: Kendinin ve Başkalarının Yönetimi II



Michel Foucault'nun 1970-1984 arasında Collège de France'taki "Düşünce Sistemleri Tarihi" başlıklı kürsüsünde verdiği bu derslerde, düşünürün elindeki tarihsel materyalleri nasıl işlediğine, felsefeyle tarih arasındaki bağları nasıl ördüğüne tanık oluyoruz.

MICHEL FOUCAULT
332 sayfa

AKILLI HİSSETMEK: Duygularımız Neden Düşündüğümüzden Daha Rasyoneldir?



Akıllı Hissetmek, hem akademik düzeyde oyun teorisi ve karar verme çalışmaları ile ilgilenen okurlar için hem de gündelik hayatta resmi ve gayri resmi ilişkileri çözümlemek isteyen genel okuyucu için sıra dışı bir okuma sunuyor.

EYAL WINTER
230 sayfa

YARATICI HAREKET VE DANS: Garcia-Plevin Yöntemi

García ve Plevin'in Yaratıcı Hareket Yöntemi, hareket doğaçlamaları aracılığıyla kişideki yaratıcı ifadeyi derinleştirirken, ruhsal yapıyla bedensel ifade arasında köprü kurulmasına yardımcı olan bir dil sunuyor ve bu kitapla 20 yılı aşkın bir süredir eğitimini vermekte oldukları yöntemin okuyucuyla buluşması sağlanıyor.

MARIA ELENA GARCÍA, MARCIA PLEVIN, PATRIZIA MACAGNO
200 sayfa

HIGHLIFE

72 CANLI VE HAFİF
76 LÜKSÜN TANIMI DEĞİŞİYOR; ARTIK ANTİ LÜKS MODA!
78 Bİ'YUDUM MUCİZE ALIR MIYDINIZ?
80 YÜZLERİMİZDEN OKUNUYOR: VÜCUTTAKI BAZI HASTALIKLARI İŞARET EDEN CİLT KUSURLARI
82 HAZIR YAZ GELMİŞKEN… EVİNİZ ÇİÇEK AÇSIN!
84 2018'İN EN İYİ VE EN BÜYÜK MÜZİK FESTİVALLERİ
86 ONLARSIZ BİR HAYATA HAZIR MIYIZ?
88 2018 TEKNOLOJİSİ DUDAK UÇUKLATIYOR!
90 İSTANBUL'DA HERKESE GÖRE SERGİ VAR!

CANLI ve HAFİF

Baharatlar, otlar ve pek çok taze lezzetle dolu yiyecekler... Güneşli ve ısınan hava ile gelen iyi hislerin besinleri burada.

AVOKADO ve PATATES SALATASI
Bu sağlıklı mezede gevreklik ve yumuşaklık bir arada.

İPEKSİ SOYA ve BADEM SÜTÜ TATLISI
Klasik Latin tatlısının süt ürünü içermeyen bir versiyonu.

MUZ YAPRAĞINA SARILI BALIK VERACRUZ
Kese içinde pişirmek tatları pekiştiriyor ve kaloriyi düşük tutuyor.

Avokado ve Patates Salatası

4 porsiyon

Hazırlık süresi: *10 dakika*

Toplam süre: *10 dakika*

- 2 olgun avokado
- ½ bardak ince dilimlenmiş patates
- ¼ bardak ince dilimlenmiş turp
- 3 yemek kaşığı kavrulmuş kabak çekirdeği
- ¼ bardak diyet ekşi krema
- ¼ bardak taze portakal suyu
- 2 yemek kaşığı taze misket limonu suyu
- 3 yemek kaşığı şeker
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- Tuz
- Karabiber
- ¼ bardak kurutulmuş kiraz

1 Avokadoları boydan ikiye kesip çekirdeğini çıkarın. İçine çapraz desende çizikler atıp kaşıkla bir kaseye alın. Patates, turp ve kabak çekirdeklerini ekleyin.

2 Servis kasesinde ekşi krema, portakal suyu, misket limonu suyu, şeker ve zeytinyağını çırpın. Sebzeleri ekleyip iyice karıştırın. Tuz ve biber ekleyin, karıştırın ve kurutulmuş kirazlarla süsleyin.

*Porsiyon başına besin değerleri: 334 kalori, 24 gr yağ (4.1 gr doymuş), 30 gr karbonhidrat, 5 gr protein, 6 gr lif, 118 mg sodyum

GEVREK VE YUMUŞAK DOKULU TATLARIN KARIŞIMI BU SALATAYI DİLE GETİRİYOR.

Muz Yaprağına Sarılı Balık Veracruz

2 porsiyon

Pişirme süresi: *25 dakika*

Toplam süre: *30 dakika*

- 2 büyük muz yaprağı (donmuşsa çözülmeli) veya bir büyük parşömen kağıdı
- 1 adet somon fileto (200 gr) tuz
- 2 filiz kekik otunun yaprakları, ayrıca süslemek için biraz daha fazlası
- 1 taze veya kuru defne yaprağı
- 2 adet orta boy doğranmış domates
- 1 tatlı kaşığı kıyılmış sarımsak
- 2 yemek kaşığı kapari

1 Fırını 180°'ye ısıtın. Muz yapraklarını düz bir şekilde yayın. Balığı ortaya koyup tuz, kekik ve defne yaprağı ekleyin. Domates, sarımsak ve kaparileri üstüne dağıtıp yaprakları sarın ve tamamen kapatın. Gerekirse bir arada tutmak için bir iple bağlayın.

2 Keseyi pişirme kağıdı üzerine koyun ve balık yumuşayıp içi olana dek 25 dakika pişirin. Keseyi açıp kekik yaprakları ile süsleyin.

*Porsiyon başına besin değerleri: 223 kalori, 2 gr yağ (0.5 gr doymuş), 6 gr karbonhidrat, 43 gr protein, 2 gr lif, 547 mg sodyum

Kabak Çekirdeği Vinaigrette Soslu Közlenmiş Havuç

4 porsiyon

Pişirme süresi: *22 dakika*

Toplam süre: *25 dakika*

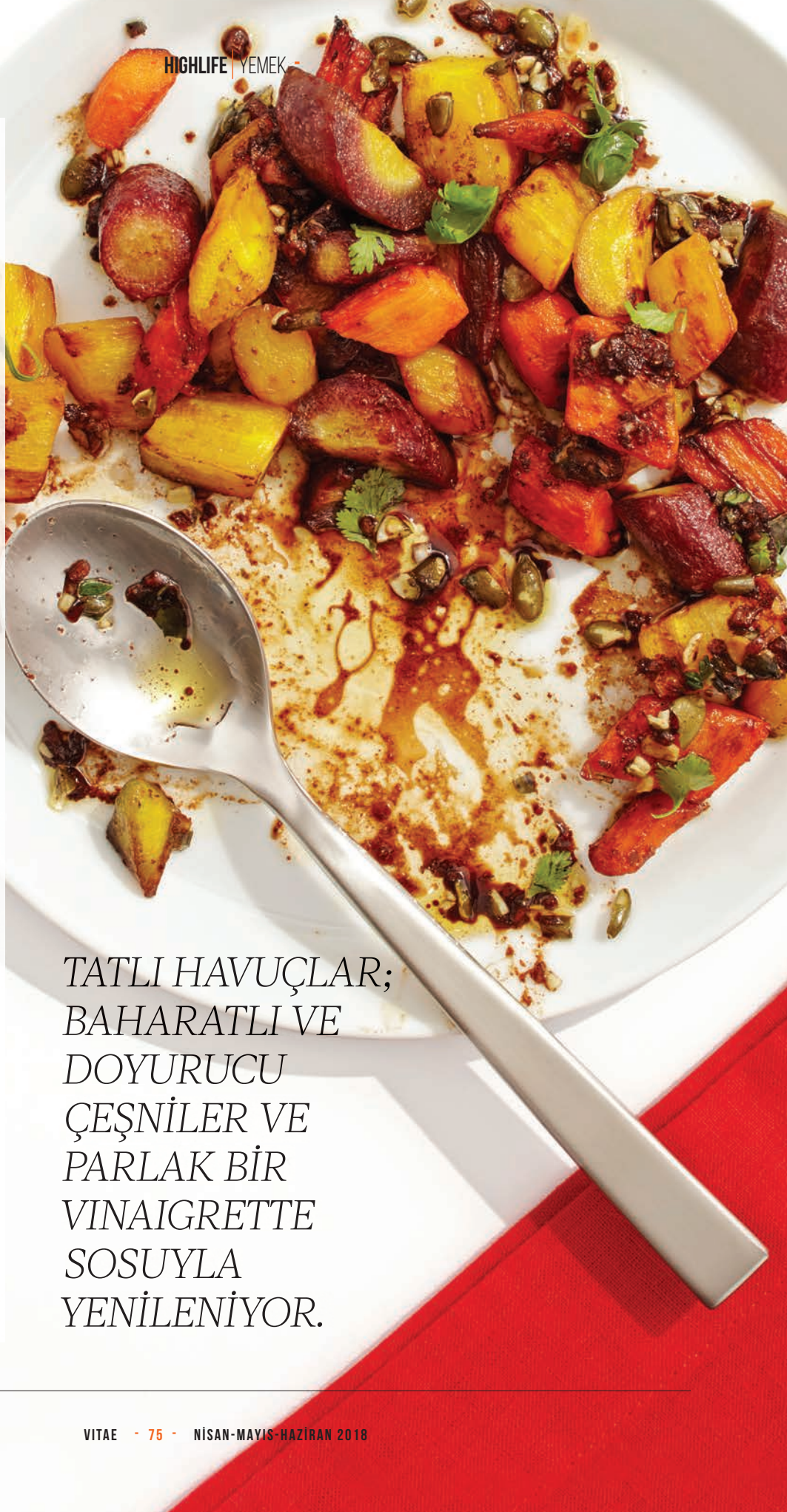
- 1 demet renkli havuç
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1¼ tatlı kaşığı tuz
- 2 yemek kaşığı kavrulmuş ve doğranmış kabak çekirdeği
- ¼ bardak balzamik sirkesi
- 3 yemek kaşığı şeker
- 1 tatlı kaşığı doğranmış kekik yaprağı
- 1 tatlı kaşığı doğranmış arpacık soğanı
- 1 tatlı kaşığı doğranmış sarımsak
- ¼ tatlı kaşığı tarçın
- ½ tatlı kaşığı kişniş
- ½ tatlı kaşığı acı biber tozu
- 1 tatlı kaşığı susam
- ¼ bardak su

Süslemek için kişniş yaprağı

1 Fırını 200°'ye ısıtın. Kabukları çıkarmak için bir süngerin sert yüzüyle havuçları ovun. 2-3 cm'lik parçalara bölün ve 2 yemek kaşığı zeytinyağı ve 1 tatlı kaşığı tuzla birlikte bir kaseye alın. Karıştırın ve pişirme kağıdına alın; yumuşayana dek 18-22 dakika pişirin. Fırından alıp soğumaya bırakın.

2 Bir kasede kalan zeytinyağı, kalan tuz, kabak çekirdeği, balzamik sirkesi, şeker, kekik, arpacık soğanı, sarımsak, tarçın, kişniş, acı biber tozu, susam ve suyu karıştırın. Çırpıp havuçların üzerinde gezdirin. Kişniş yaprakları ile süsleyin.

*Porsiyon başına besin değerleri: 234 kalori, 14 gr yağ (2.1 gr doymuş), 25 gr karbonhidrat, 3 gr protein, 4 gr lif, 451 mg sodyum



TATLI HAVUÇLAR; BAHARATLI VE DOYURUCU ÇEŞNİLER VE PARLAK BİR VINAIGRETTE SOSUYLA YENİLENİYOR.

Lüksün tanımı değişiyor; ARTIK ANTİ LÜKS MODA!

Anti lüks... Hayatımızda bir süredir var olan ancak varlığı artık seyahatlere bile sirayet eden kelime... İhtişamlı oteller, yatağın üzerinde sizi bekleyen kuş şekli verilmiş havlular, türlü egzotik tabaklar ve size "ben tatildeyim" dedirtecek daha onlarca hizmet...

Buraya kadar hepsi iyi hoş da, peki ya ruhunuz ne durumda? Yıllardır yaptığınız lüks ve konforlu seyahatlerden sıkılmadınız mı? Eğer cevabınız evet ise bavulu toplamaya başlasanız iyi edersiniz. Sizi sadece ruhunuzla başbaşa kalabileceğiniz, lüks olmayan ancak her anı ile ruhunuza lüksü tattıracak yeni rotalar keşfetme zamanı. Sizi öyle bol yıldızlı otellerin roof'larında ağırlamayacağız. Kah göl kenarına gideceğiz, kah maceraya atılıp sınırları zorlayacağız. Bakalım sizin için neler seçtik...

Tokyo'nun metropol kokusundan, Kyoto'nun doğal yaşamına!
Şehir hayatından sıkılmak değil miydi zaten derdimiz? O halde gelin sizi biraz uzaklara, Japonya'ya götürelim. Şehir hayatından uzak, çay ağaçlarının gölgesinde dinlenebileceğiniz şahane bir tatil vaat ediyoruz size. Özellikle ilkbaharda kiraz çiçeklerinin güzelliği ve yemyeşil doğanın kucaklaştığı sayısız güzelliklere şahit olabilirsiniz.

Daha da mı sakin olsun? Mavi Göl / İzlanda
Doğa güzellikleri ile devam edelim isterseniz. Buz ülkesi İzlanda. Burayı ilk Viking'ler keşfetmiş, bu keşif sırasında adanın büyük bir bölümü buzullarla kaplıymış, bu nedenle adını buz ülkesi koymuşlar. Blue Lagoon yani Mavi Göl ise İzlanda'nın doğa harikalarından biri. Dışarısı 2-3 dereceleri bulurken, gölün içi 38-39 dereceleri bulabiliyor. Mavi Göl'ün suyunun bazı hastalıklara iyi geldiği söyleniyor bunlardan ilki cilt hastalıkları. Gölde dilerseniz gece ışığında bile yüzebilirsiniz. Dışarısı buz, içerisi sıcacık; karşınızda eşsiz bir doğa ve devamında enfes bir deneyim. Blue Lagoon, ziyaret edilmesi gereken rotalardan.

Kilometrekare başına 2 kişi düşüyor desek?
Patagonya'ya doğru yol alıyoruz şimdi de. Patagonya, çok az yerleşim olan bir bölge. Şili ve Arjantin'in güneyinde yer alan bir bölge. Doğal güzellikleri ile meşhur; balina ve penguenlerin göç yolu üzerinde bulunuyor. Eşsiz buzullara da ev sahipliği yapıyor aynı zamanda. Özellikle Glaciar Perito Moreno adı verilen buzul, gözlerinize şahane bir doğal güzellik şöleni yaşatacaktır. Puerto Madryn bölgenin en turistik merkezlerinden. Özelliği ise bu muhteşem sahillere Haziran ve Aralık ayı arasında balinaların uğraması. Göç eden balinaları izleyerek bu enfes doğa olayına şahit olabilirsiniz.

Dünyanın dördüncü büyük adası; Madagaskar!
Ve geldik Güney yarımkürede yer alan Madagaskar adasına. En uygun ziyaret ayı için Nisan Mayıs ayları. Bu arada tatili festival tadında geçirmek isterseniz de uygun bir rota. Ülkenin geleneksel müziklerinin sergilendiği Donia Festivali Mayıs ve Haziran ayında kutlanıyor. Ayrıca etnik tarzlara yakınsanız Fisemana ve Gamadihana isimli etnik festivallere de katılabilirsiniz. Madagaskar mutfağından da kısaca söz edelim. Mutfağın esası pirince dayanıyor. Laoka adı verilen yerel sosları oldukça meşhur. Soğan, zencefil, sarımsak, domates, köri ve tuzdan yapılıyor. Tatilde karışık tabaklar yerine sade tatlar arayanlardansanız bu bölgenin meyve çeşitleri bakımından da zengin olduğunu hatırlatmak isteriz.

Göl yürüyüşleri isterseniz rota Cumbria
İngiltere'nin göller bölgesi... Tablolara konu olabilecek bir manzara kenarında yürüdüğünüzü düşünün. Sizce de huzurun ta kendisi değil mi? Altın ve kızıl tonlarda tepelerle çevrili göllerin etrafında yürüyüş yapabilir, doğanın tüm renklerine şahit olabilirsiniz. İngiltere deyince illa kalabalık metropollerde gezmek anlamına gelmiyor. Cumbria bölgesi ile huzurun tatil ile uyumuna şahit olabilirsiniz.

Adriyatik'İn incisi; Dubrovnik
Tarihi eserleri ile insanı büyüleyen bir ortaçağ kentine gidiyoruz şimdi de. Hırvatistan'ın güneyinde yer alan, Adriyatik Denizi'ne kıyısı olan bir bölge. En büyük avantajlarından biri şehri sadece şehir içi otobüslerle değil yürüyerek de keşfetme imkanınızın olması. Özellikle bahar ve yaz aylarında gelinmesi daha eğlenceli olabilir. Rönesans dönemine ait mimarisiyle göz dolduran Dubrovnik, ziyaret edilmesi gereken rotalardan.

Bİ'YUDUM MUCİZE ALIR MIYDINIZ?

Son yıllarda iyiden iyiye hayatımıza giren bir çeşit arınma yöntemi diyebiliriz; detoks suyu. Hani şu bol kalorili akşamların yorgun sabahlarını hatırlayın; yerken her şey mükemmelken sonrasında gelen pişmanlığı hani...

İşte o pişmanlığın içine su serpmek için güzel bir yöntem var, salatalık detoksu. Peki nedir, faydaları nelerdir, pişmanlığa çare midir? Hepsinin yanıtını sizin için kaleme aldık.

Hiç su içmem diyenlere...
Havaların ısınmasıyla dışarı atmalara doyamadığımız terden mi bahsetmeli, bin dereden su getirseler bile bir türlü alışkın olmadığınız "su içememe" durumundan mı bilemedik. Bildiğimiz şu ki su içmemek daha doğrusu vücudun yeteri kadar su almaması demek, kilo almaya da neden olabiliyor. Sadece susadığı zaman su içenlerdenseniz, salatalık suyu size farklı bir alternatif olabilir. Hem aroması hoşunuza gidebilir hem de vücudunuza doğal bir detoks sağlayabilir. Merak etmeyin, ilerleyen satırlarda size tarifini de vereceğiz, şimdilik bu bilgi burada dursun.

Kilo vermek kulağa her zaman hoş gelir...
Şekerli ve asitli içecekler ile salatalık suyunu yer değiştirmeyi deneyin 1 hafta. Vücudunuza şeker yüklemenin verdiği derin rehavetin kalktığı yetmezmiş gibi bir de midenizi taze sular ile doldurmanın rahatlığını yaşarsınız. Üstelik, içerisine farklı malzemeler katarak en az o müptelası olduğunuz içeceklerinki kadar güzel bir lezzet elde edebilirsiniz. Sadece 1 haftalık yer değişimi bile, tartıdaki rakamlara olumlu etki edecektir, bizden söylemesi.

Kanser riskini bile azaltır desek?
Evet, tek başına salatalığın tüm kanser çeşitleri ile mücadele ettiğini söylemek zor. Ancak içinde salatalık bulunan bir sağlıklı beslenme modeli ile kanserden korunmanız mümkün olabilir. Bu koruyuculuğu sağlayan ise içeriğindeki vitamin ve mineraller. Öylesine güçlü ki sizi sağlıklı olmak ile bırakmaz devamında vücudunuzu oluşabilecek çoğu hasara karşı da korur.

Tansiyona doğal reçete!
Yüksek oranda tuzlu gıdalar tüketmenin, tansiyonunuza etkileri malum. Kan basıncının yüksek olması ve beraberinde tansiyon problemi yalnızca günlük hayatınızı değil bütün organlarınızı etkiler. Kalp ve böbrek özellikle. Salatalık ise güçlü bir potasyum kaynağı. Salatalık suyu da vücudunuza doğal yollar ile potasyum almanız için güzel ve lezzetli bir kaynak.

Cilt dostudur
Salatalıklar vitamin B5 bakımından zengindir. Bu da akne oluşumuna meydan vermemesi için önemli bir zenginlik. Cilt bakımında dikkat edilen noktalardan biri dışarıdan olduğu kadar içeriden de aynı özeni göstermek. Unutmamak gerekir ki cilt içten dışa güzelleşir. Salatalık suyu, cildinizin yeterli nemi alabilmesi bakımından ideal bir "içten besleyici" denebilir. Düzenli ve sağlıklı tüketildiğinde cildinize yarattığı farkları gördükçe, ne demek istediğimizi daha net deneyimleyebileceksiniz.

Kemik sağlığınıza da olumlu katkı sağlar
Salatalıklar K vitamini bakımından zengindir. Vücudumuz, kemik sağlığımızı korumak için K vitamini gereksinimi duyar. Bu vitamin ile kemikler güçlenir ve korunuz. Salatalık yalnızca cilde değil kemiklere de iyi gelir. Evet, kemik sağlığı olarak ele alındığında salatalık suyunun bir faydası olacağını düşünmemiş olabilirsiniz. Ancak içerdiği yüksek vitaminler ile salatalığın her derde deva olduğunu söyleyebiliriz.
Bu kadar özelliğinden bahsetmişken, lezzetli bir salatalık detoksu tarifi vermeyelim mi? Verelim! Bu arada söylemeden geçmeyelim. Her ne kadar doğal bir malzeme ya da aromalı su olsa da bazı detoksların sağlığınızı olumsuz etkileme riski olduğunu da söylemeden geçmeyelim. Olası bir sağlık sorunu yaşamamak için, tüketmemek için doktorunuza başvurmayı ve onay almayı ihmal etmeyin.

SALATALIKLI PORTAKALLI DETOKS SUYU TARİF

Malzemeler:
- 1 adet salatalık
- 1 adet portakal
- Bir litre su

Yapılışı:
Portakal ve salatalığı dilimleyin ve sürahinin içine atın. Üzerine su ilave edin ve hafifçe karıştırın. Bir süre beklettikten sonra tüketebilirsiniz. Günlük tüketim miktarınız, bünyenize bağlı olarak, doktorunuzun önerisine göre değişiklik gösterecektir.

Yüzlerimizden okunuyor:

VÜCUTTAKİ BAZI HASTALIKLARI İŞARET EDEN CİLT KUSURLARI

Yüzümüz, bazen bildiklerimizden çok daha öte şeylerin sinyalini bize veriyor olabilir. Yakından incelediğimizde karşımıza çıkan bazı detaylar, farkında olmadan bir sağlık sorununu işaret ediyor olabilir. Sizin için o olası sinyalleri araştırdık. Sözlerimize başlamadan önce bu bilgilerin araştırmalar sonucu edinildiğini ve en doğru yanıtlar için daima doktorunuzdan destek almanız gerektiğini belirtelim.

Koyu halkalar ile başlayalım!
Bir türlü kurtulamadığınız koyu halkalar. Kadınlar daha avantajlı, en azından makyaj ile mümkün mertebe gizlenebilir. Ancak konu erkekler olunca işler daha da zorlaşır tabi. Piyasada göz altı morluklarına iyi gelen pek çok kozmetik ürün var, evet. Hatta kozmetik kullanmak istemeyenler için alternatif doğal yöntemler de sıra sıra dizili. Fakat işin temeline inecek olursak sorun dışta değil içte. Koyu halkaların en önemli nedenlerinden biri uykusuzluk olarak bilinir ki bu gerçekten esas nedenlerdendir. Peki başka ne sebep olabilir? Hormonlarınızdaki değişikliğin ya da alerjinin koyu halkalara neden olduğunu biliyor muydunuz? Yanı sıra aşırı tuzlu yemekler ve kahve tüketimi de koyu halkaların oluşma nedenlerinden.

Kırmızı burun!
Genelde soğuk günlerin vazgeçilmez (!) işaretidir. Alerjiden, duygusal açıdan gel gitli olan durumlarda, ısı değişimlerinde ve bunun gibi durumlarda burun kızarıklığı görülebilir. Burnumuzda kan damarları vardır ve önemli görevlere sahiptir. Kan akışındaki olası bir sıkıntı, burunda kızarıklığa neden olabilir. Burnunuz anlık ya da günlük değil daima kızarık bir durumdaysa, vücudunuzdaki kan damarlarını kontrol ettirmenizde yarar var. Kan dolaşımı ile alakalı bir sorun yaşıyor olabilirsiniz.

Sarımtırak yüz ve göz rengi!
Göz beyazındaki sarılık ya da ten rengindeki sarıya dönük ton, alkol sorunu dahil pek çok sorunu işaret ediyor olabilir. Bunlardan en dikkat çekenlerinden biri akciğer rahatsızlığı. Eğer ciğerlerinizde bir sorun varsa ten ve göz beyazınızda renk değişimleri olabilir. Bu sarılık, genelde uykusuzluk ve yorgunluk olarak yorumlansa da esas neden ciğerlerdeki sorun olabilir.

Burun ve ağız kenarlarındaki kuruluk
Cilt kuruluğunun pek çok nedeni olduğunu biliriz; su eksikliği, ölü derilerin temizlenmemesi, düzenli cilt bakımının yapılmaması ve daha pek çoğu. Aslında dıştan değil de içten beslenmenin önemini burada çok net görüyoruz çünkü cildimiz, yediklerimizin bir aynası aslında. Örneğin ağız kenarlarınızda ya da burun çevrenizde aşırı kuruluk gözlemliyorsanız ve bu durum dönemsel değil sık sık karşınıza çıkıyorsa, o zaman A, C, E ve B vitaminini eksik aldığınızı işaret ediyor olabilir. Bunlar aynı zamanda saç kaybı, tırnak kırılması vb. gibi sorunları da beraberinde getirebilir. Bu durumda yaptıracağınız vitamin testleri ile eksik olan vitaminleri belirleyebilir ve diyet programınızı ona göre yapabilirsiniz.

İstenmeyen tüyler
Hangi tüy istenir ki zaten! Yüzünüzde özellikle yanak bölgenizde tüylenme varsa bu hormonlarınızda bir soruna işaret edebilir. Özellikle polikistik over sendromunun belirtilerinden biri olabilir. Bu nedenle bir jinekoloğa görünmenizde fayda olabilir. Bu arada aşırı şekerli gıdalar tüketmemek de bu duruma olumlu etki sağlayabilir.

Kaş ve kirpiklerde dökülme
Kaş ve kirpiklerdeki seyrelmenin en önemli nedenlerinden biri kullanılan kozmetik ürünlerin yan etkisi olabilir. Ancak işi kozmetik değil de daha tıbbı nedenlere bağlayacak olursak, bu dökülmelerin nedeni tiroit olabilir. Tiroit bezlerindeki olası bir sorun, kaş ve kirpiklerinizde dökülmeye neden olabilir. Kısa zamanda bir uzmana danışmanızda yarar var.

HAZIR YAZ GELMİŞKEN...

EVİNİZ ÇİÇEK AÇSIN!

Yaz mevsiminin havasından mıdır suyundan mıdır bilinmez; bir neşe, bir mutluluk siniverir içimize. Kışın soğuk günlerinde yataktan kalmak ne kadar eziyetse, yazın ferahlığı ile uyanmak da bir o kadar dokunur ruhumuza.

Hele bir de evimiz rengarenk çiçekler ile süslüyse, değmesinler keyfimize! Hazır yaz mevsimi tüm neşesi ile geliyorken, hatta gelmişken istedik ki şöyle renkli ev dekorasyon fikirleri ile gözlerine hitap edelim. Sizin için taze ve mis kokulu çiçekler ile yapabileceğiniz farklı ev dekorasyon fikirleri derledik.

Çakıl taşları ve deniz kabukları
Doğanın iki güzel parçası; çiçekler ve deniz kabukları. Şişenin dibine deniz kabukları ya da çakıl taşları yerleştirip üzerine çiçekleri koyabilirsiniz. Evinizin en güzel köşesinde şık bir stil olacaktır.

Yağmur botlarından sıra dışı vazo
Eskiyen yağmur botlarını değerlendirmenin yollarından biri. Eski yağmur botlarınızın içini toprak ile doldurun ve favori çiçeğinizi ekin. Kapı girişinde güzel bir dekorasyon önerisi olabilir.

Yoksa eskiyen çaydanlıklarınızı atıyor musunuz?
Atmayın! Eski çaydanlıkları değerlendirmenin pratik yollarından biri. İçine toprak yerleştirip, renkli çiçekler ile süsleyebilirsiniz.

Yumurta kabuklarından minyatür vazo
Sıradan vazolardan sıkılmış, evinizde yenilik mi istiyorsunuz? Bu öneri tam size göre. İhtiyacınız olan minik kır çiçekleri ve yumurta kabukları.

ÇAKIL TAŞLARI VE DENİZ KABUKLARI

Kabukların içini temizledikten sonra içlerini minik papatyalar ile süsleyebilir, hepsini bir tabağa yerleştirip tatlı bir görsellik oluşturabilirsiniz.

Boş kasadan dekoratif saksı
Boş meyve kasalarından fotoğraftaki gibi bir görsellik elde edebilirsiniz. Kasaları duvara monte edebilir, içlerine koyacağınız saksılar ile duvarlarınızı hareketlendirebilirsiniz. Nasıl ama?

Boş şişeleri atmayın
Boş şişeler, uzun boylu çiçekler için ideal olabilir. Çiçeklerin sapını kesmenize gerek kalmadan, vazonun içine su yerleştirip çiçeklerinizi koyabilirsiniz. Uzun ömürlü olmasa da davetlerinizde şık bir görünüm elde edebilirsiniz.

Şekerli kavanoz
Yılbaşı şekerlerini artık her yerde ve her dönemde bulabilmek mümkün. İşte size sempatik bir öneri. Kırmızı ve beyaz, her zaman şık durmuştur. Vazonun içine ya da dışına kırmızı şekerler koyup, içerisini çiçeklerle doldurabilirsiniz. Eğer şekerlerin bir süre sonra erimesinden ya da çürümesinden endişe ediyorsanız bunu renkli kalemler ile de yapabilirsiniz.

KIRILAN ÇİÇEKLERİ ATMAYIN

YAĞMUR BOTLARINDAN SIRA DIŞI VAZO

Kırılan çiçekleri atmayın
Çiçekleriniz kırılmış ya da solmaya yüz tutmuş ise saplarını kesin ve bir kabın içerisine su koyarak yerleştirin. Fotoğraftaki gibi bir şey yaparsanız, bitkileriniz için ikinci bir hayat olabilir çünkü bu süre içinde bir müddet daha yaşayabilirler.

BOŞ ŞİŞELERİ ATMAYIN

Çay bardaklı çiçek
5 çayınız için dekoratif bir öneri olabilir. Çay bardağınızın içini toprak ile doldurup üzerine minik çiçekler ekerek sofranızda farklı bir hava yaratabilirsiniz.

İki ters bir düz vazo
İşe biraz da el becerisi katmaya ne dersiniz? Vazo, kavanoz, kase ya da çiçeğinizi koyacağınız her neyse. Fotoğraftaki gibi bir kılıf örebilir ve sıradan vazonuzu renklendirebilirsiniz. Hele bir de çiçekler kılıfın rengine uygunsa değmeyin göz zevkinize!

2018'İN EN İYİ VE EN BÜYÜK MÜZİK FESTİVALLERİ

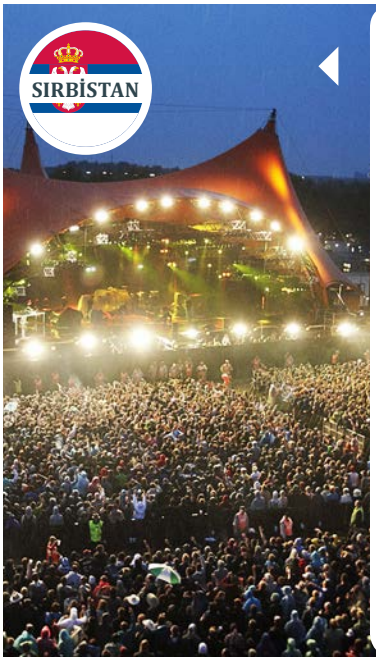
Yaz mevsiminin gelmesiyle birlikte içimizdeki melodiler de çıkmaya hazır durumda. Birbirinden renkli yaz festivalleri, yaza uygun notalar ile buluşuyor ve ortaya tadına doyulmaz bir müzik ziyafeti çıkıyor.

Bu yaz planınız nedir bilmiyoruz ancak bu efsane müzik festivalleri için ajandanızda yer ayırsanız hiç fena olmayacak. Sizin için dünyanın bir ucundan bir ucuna, en sevilen ve en büyük müzik festivallerini bir araya topladık. Derlemesi bizden, dinlemesi sizden!

NEW ORLEANS CAZ FESTİVALİ

Nerede: ABD
Ne zaman: 27 Nisan – 6 Mayıs

Louisiana'nın en meşhur müzik ve kültür festivallerinden. Her yıl blues, folk ve latin müzik gibi pek çok tarzın bir arada dinlenebildiği festival, birçok ünlü isime de ev sahipliği yapıyor; Stevie Wonder, Tom Petty and the Heartbreakers, Dave Matthews and Tim Reynolds, Maroon 5, Kings of Leon bunlardan birkaçı.



EXİT

Nerede: Novi Sad, Sırbistan
Ne zaman: 12-15 Temmuz 2018

Exit, dünyanın en ünlü müzik festivallerinden biri. Elektronik, rock, metal, hip hop, rap, reggae ve punk müzik ağırlıklı. 2000 yılından beri her sene Petrovaradin Fortress'te düzenleniyor. Bu arada festivalin 2016 yılında Wiz Khalifa, Ellie Goulding, David Guetta, Bastille, Nicky Romero gibi pek çok ünlü isme de ev sahipliği yaptığını belirtmeden geçmeyelim.

TOMORROWLAND

Nerede: Boom, Belçika
Ne zaman: 20-29 Temmuz 2018

Tomorrowland, dünyanın en büyük ve en donanımlı müzik festivallerinden. Festival, elektronik müzik tutkunlarına şahane bir müzik şöleni sunuyor. Elektronik müzik yapan çok sayıda DJ, göz alıcı performanslara imza atıyor.

SPLENDOUR İN THE GRASS

Nerede: Byron Bay, Avustralya
Ne zaman: Temmuz 2018
(henüz net tarihi belli değil)

Splendour in the Grass festivali 2001 yılından beri geleneksel olarak düzenleniyor. Indie rock, hip hop, elektronik ve alternatif müzik sevenler için şahane bir seçim. 2016 yılında festivalde; The Strokes, Flume, James Blake, Santigold, What So Not, The 1975, Leon Bridges ve daha pek çok ünlü isim sahne aldı.

COACHELLA VALLEY

Nerede: ABD
Ne zaman: 13 – 22 Nisan 2018

California'da 1999 yılından beri düzenlenen Coachella; müzik, sanat ve eğlencenin yanı sıra kamp keyfini de yaşatıyor. Dünyanın dört bir yanından katılımın yapıldığı festivalde geçen sene Radiohead, Lady Gaga, Kendrick Lamar, The XX, Travis Scott, Bon Iver, Future, Lorde, Justice gibi isimler sahne aldı.

FUJİ ROCK

Nerede: Yuzawa, Niigata Prefecture, Japonya
Ne zaman: 27 – 31 Temmuz 2018

Fuji Rock, Japonya'nın en büyük açık hava müzik festivallerinden. Aynı zamanda dünyadaki en büyük müzik festivallerinden de biri. 1997 yılında düzenlenmeye başladı. Rock ve elektronik müzik tutkunlarına hitap eden festivalde Red Hot Chili Peppers, James Blake, Sigur Ros, Beck, Wilco, Ben Harper gibi isimler de performans sergiledi.

MAWAZİNE

Nerede:Rabat, Morocco, Afrika
Ne zaman: Henüz tarih net değil

Mawazine, aynı zamanda "Dünyanın ritimleri" olarak da biliniyor. Afrika'da yapılan en büyük festivallerden. 2016 yapılan festivale Chris Brown, Iggy Azalea, Wyclef Jean, Pitbull, Christina Aguilera gibi isimler performans sergiledi.

BURNİNG MAN

Nerede: ABD
Ne zaman: 26 Ağustos – 3 Eylül

Nevada çöllerinde kurulan Burning Man, sıra dışı bir festival. Sadece müzik değil, heykellerin de sergilendiği festival aynı zamanda dünyanın en iddialı partilerine de ev sahipliği yapıyor.

Onlarsız bir hayata HAZIR MIYIZ?

Sorumuzun acımasızlığına mı yanalım, yakın zaman sonra vedalaşma ihtimalimizin olduğu şu canım şeylere mi hayıflanalım bilemedik.

Bildiğimiz şu ki yakın zaman sonra aşağıdaki arkadaşlar ile vedalaşma olasılığımız yüksek! Geçmiş yılları düşünün; elimizle her çevirdiğimizde taka gibi ses çıkaran telefonlardan, ısısını geçtik ağırlığı ile elbiseleri mecburen (!) düzelten metal ütülerden ve o döneme göre "vay vay vay" diyeceğimiz pek çok icattan günümüzde eser yok. Bu demek oluyor ki önümüzdeki 50 yıl, mevcut teknolojik imkanlarımızı sollamak için hazırda. Peki, hayatımızdan çıkması muhtemel şeyler neler? Sizin için araştırdık.

Bunu söylemek istemezdik ama...
Gerçekleri de bilmeniz gerekir; Çİ-KO-LA-TA! İnanması güç olsa da favori çikolatanızın nesli tükeniyor olabilir. Yapılan analizlere göre talep ve çikolata kaynağı arasında giderek artan oran, çikolatanın sonunu getirebilir. Şimdiden stoklamaya başlamalı mı desek, vakit varken bol bol yiyelim mi desek bilemedik. Çikolatanın mutlulukla olan ilgili masum, tez zamanda bol mutluluk olsun hanemizde!

Altın!
Göz alıcı tasarımları takıp, en sarısından parlarken hayat ne kadar güzeldi oysa ki! Fakat yapılan araştırmalara göre altın kaynaklarındaki azalış, bu efsane sarının soyunun tükenmesine neden olabilir. Yeryüzündeki sarı metal yavaş yavaş yeryüzünden kaybolmaya başlıyor ki bu da sarı altın üretimini sekteye uğratabiliyor.

Paraları görelim!
Paraları görelim ya da görmeyelim. Düşünün, bundan seneler önce kredi kartı hayatımızda yokken her şeyimiz nakit ise, bundan seneler sonra kredi kartının yerini başka teknolojiler alabilir. Gelişen teknoloji ile artık nakit kullanım tarihe karışabilir, alışverişinizi akıllı telefonunuzu kullanarak ya da parmak izi ile rahatça yapabilirsiniz. Belli mi olur?

Şuraya bir imza alayım!
İmza da tarihe karışacak şeylerden biri olabilir. Parmak izi, göz kontağı ya da ses tanımlama artık yeni imza modelleri olabilir. Aslında belki de bu daha güvenli bir sisteme geçiştir. İmza taklitleri ile yanan canlarımız, parmak izi ya da ses tanımlama teknolojileri ile daha rahat nefes almamıza vesile olabilir.

Koltuğun arasına sıkışıp kaybolan kumandalara son!
Devir ne olursa olsun, teknoloji ne kadar gelişirse gelişsin o kumanda illa kaybolur, illa bir koltuğun arasına girer ve dizinizin başlamasına dakikalar kala krize neden olur. Bakkala gitmek küçüğün görevi olduğu kadar, kaybolan kumandayı bulmak da aile büyüğünün işidir ve bu konu tartışmaya kapalıdır! Gelin görün ki bu kayboluşlar da tarihe karışacak gibi. Çünkü gelişen teknoloji ile artık sesli komutlar ile kanalı değiştirebilecek ve uzaktan kumanda yerine uzaktan sesli komut ile işi çözebileceksiniz.

Trafik sıkışıklığı!
Merak etmeyin rüya görmüyorsunuz ya da hayal ettiğiniz bir şeyi okumuyorsunuz. İnanması güç olsa da trafik sıkışıklığı da yakın zaman sonra bitebilir. Trafikteki sıkışıklığın en önemli nedenlerinden biri sürücülerin yaptığı dikkatsizlikler. İlerde çıkması muhtemel sürücüsüz arabalar ile trafik sorunları ortadan kalkabilir üstelik güvenliğiniz tehlikede olmadan. Otomatik sürücüler arabayı hatasız olarak kullanmak üzere programlandığından hatalı sollamalar, ışıklarda geçmeler derken hayatı bize zehir eden trafik sorunları da ortadan kalkmış olabilir böylelikle. Umalım, olsun!

2018 TEKNOLOJİSİ DUDAK UÇUKLATIYOR!

Sene 2018... Gün geçmiyor ki yeni teknolojiler hayatımıza girmesin, icatlar ile günümüz şenlenmesin.

Ne işe yarıyor: Daha hızlı ve ucuz metal ürün elde etmek
Neden önemli: Talep üzerine büyük ve karmaşık metal objeler yapma kapasitesini arttırıyor.
Öncü firmalar: Markforged, Desktop Metal, GE

3-D METAL BASKI

Daha yakın zamanda dünyamıza girip, bizi yarattığı prototiplerle büyüleyen bu mucizevi baskı aletleri şimdi ise çok farklı bir şekilde karşımıza çıkıyor. Plastikten harikalar yaratan ve en son ev yapımına bile kalkışan 3-D baskılar artık metal nesnelere geçiş yapıyor. Önceden plastik haricinde nesnelerle baskı yapmak -özellikle de metal olanlarla- oldukça pahalı ve zaman gerekiyordu. Ne oldu da bu durum değişti bir bakalım...

Artık günümüz teknolojisiyle 3-D baskıyla metal parça üretim daha hızlı ve uygun fiyatlı hale geliyor. Eğer kullanım yaygınlaşırsa metal toplu üretimi alışkanlıklarında farklılığa gidilmesi mümkün olacak. Kısa vadeli olarak bakıldığında artık üreticiler ürünleri büyük stoklar halinde saklamayacaklar. Örnek vermek gerekirse uzun süre beklenen araba parçaları yerine kolay ve hızlı bir şekilde yazdırılarak o parça müşterinin eline geçecek. Uzun vadede ise sınırlı sayıda fazla üretim yapan büyük fabrikalar artık müşterinin ihtiyacına uyum sağlayarak daha çeşitli üretim yapabilecekler.
Teknoloji sayesinde geleneksel imalat yöntemlerinin aksine daha güçlü, hafif ve karmaşık şekiller elde ediliyor. 2017 yılında, Lawrence Livermore Ulusal Laboratuvarı'ndan araştırmacıları, geleneksel olarak yapılanlardan iki kat daha güçlü olan paslanmaz çelik parçalar oluşturmak için 3 boyutlu baskı yöntemi geliştirdiklerini açıkladı.
Ayrıca, küçük bir şirket olan 3-D baskı şirketi Markforged, 100.000 $ 'ın altında ilk 3-D metal yazıcıyı 2017 yılında piyasaya sürdü.
Bir başka firma olan Desktop Metal, ilk metal prototip makinelerini Aralık 2017'de vermeye başladı. Eski metal baskı yöntemlerinden 100 kat daha hızlı üretim için tasarlanan makineler ileri dönemlerde satışa başlamayı planlıyor. Metal parçaların baskısı da giderek daha da kolaylaşıyor. Desktop Metal artık 3 boyutlu baskıya hazır tasarımlar üreten bir yazılım sunuyor. Kullanıcılar programa yazdırmak istedikleri nesnenin özelliklerini söylüyor ve yazılım baskıya uygun bir bilgisayar modeli üretiyor.

YAPAY EMBRİYOLAR

Yumurta ve sperm olmadan üremenin hayal olduğunu düşünüyorsunuz değil mi? Bizde öyle düşünüyorduk. Ta ki Cambridge Üniversitesi'nde yapay embriyo üzerine yapılan çalışmaları görene kadar. Cambridge Üniversitesi bu şaşırtıcı olayı yalnızca kök hücreleri kullanarak başardılar ve fare embriyosu ürettiler. Nasıl olduğunu merak ediyorsanız yazımızı okumaya devam edin!

İlk önce araştırmacılar, üç boyutlu bir yapının içine dikkatlice kök hücreleri yerleştirdikten sonra birkaç gün içerisinde fare embriyosunun yavaş yavaş oluştuğunu gözlemlediklerini açıkladılar. Araştırma sorumlusu Magdelena Zernicka-Goetz durumu şu şekilde açıkladı: "Kök hücre yapısının bu kadar güçlü bir potansiyele sahip olduğunu biliyorduk ama kendilerini bu kadar düzgün şekilde organize edeceklerinin farkında değildik." Sentetik embriyoların muhtemelen ileride fareye dönüşmeyeceğini belirten Zernicka-Goetz, yine de memeli canlılar için ilerde yumurtasız doğabileceklerinin bir işareti olduğunu sözlerinde aktardı. Daha sonraki çalışmalarda ise erken embriyo hücrelerinin kendi özel rollerini nasıl aldıklarını incelemek istiyor ve ilerde insan kök hücresinden embriyo üretmek istiyor.

Ne işe yarıyor: Yumurta veya sperm hücresi kullanmadan sadece kök hücrelerden embriyo benzeri yapılar oluşturuldu ve yaşamı farklı yoldan yaratmak için bir kapı açıldı.

Neden önemli: Embriyolar, araştırmacıların bir insan yaşamının gizemli başlangıcı üzerinde çalışmasını kolaylaştıracak olsa da yeni biyoetik tartışmaları gündeme geliyor.

Kimler yer alıyor: Cambridge Üniversitesi, Michigan üniversitesi, Rockefeller Üniversitesi

Ne işe yarıyor: Birçok dili gerçek zamanlı çeviriyor.

Neden önemli: Küreselleşen dünyada dil engelinin önüne geçiyor.

Öncü firmalar: Google ve Baidu

BABEL-FİSH KULAKLIK

Babel-fish size bir yerden tanıdık geliyor olabilir. Bir Otostopçunun Galaksi Rehberi filminden bir sahne mi gözünüzün önüne geldi yoksa? Filmdeki karakter sarı balığı kulağına koyuyor ve istediği dildeki çevirileri balık ona yapıyordu. Google ise kulağa imkansız gelen bu durumu gerçek hayata taşıdı. Pixel Buds olarak adlandırılan bu kulaklıklar için tek gereken Pixel marka telefon ve Google Translate uygulaması. Dilini bilmediğiniz bir ülkede size anında çeviri yapan bir kulaklık çok tatlı olmaz mıydı?

Çeviri şu şekilde gerçekleşiyor: dinleyici kulağına takıyor ve konuşan kişide telefonu tutuyor. Cevap vermek istediğinde ise telefona doğru konuşuyor ve kulaklıktan ses otomatik olarak çevrilmiş olarak çıkıyor. Google Translate içerisinde sesi çevirme özelliği olsa da yine de ihtiyaçları karşılamıyordu. Hem çevirmenin konuşma bittikten sonra gerçekleştirilmesi hem de ortam sesi kişinin ne dediğini anlayamama sorunu bu kulaklıklarla artık son buluyor.

İSTANBUL'DA *HERKESE GÖRE SERGİ VAR!*

Havalar ısınmaya başlasa da İstanbul'da sanat durmak bilmiyor. Genç yeteneklerden, usta sanatçılara birçok sanatçı yine farklı eserlerle sizleri sanatın renkli dünyasına davet ediyor.

ALİ MAHMUT DEMİREL: ADA

16 MART–15 TEMMUZ 2018

Ali Mahmut Demirel'in ilk kişisel sergisi olan Ada, kıyamet sonrası geriye kalan yapıların hayatlarını nasıl sürdürebildiklerine dair oluşturduğu "Post-Apokaliptik Ütopyalar" video serisiyle sanat severlerin karşısına çıkıyor. Video serisinde "İskele" (2015) 1959–2013 yıllarında Hollanda da yer alan bir eğlence ve dinlence tesisi olan Scheveningen İskelesi; "Kuyu" (2017) Bodrum Turgutreis'te bulunan 19.yy'dan kalma bir sarnıç ve "Fabrika" (2018) ABD'nin Detroit kentinde 2000'lerde faaliyette olan Packard Otomobil Üretim Tesisi yer alıyor. Ayrıca, sanatçının ilk deneysel videosu olan "Hortum" (2000) diğer eserlerle birlikte sergileniyor. Küratörlüğünü Başak Doğa Temür üstleniyor. Arter'de 16 Mart 2018'de kapılarını açan sergi, 15 Temmuz 2018'de son buluyor. Arter'in ikinci katında sergilenen eserleri ziyaret etmek ise ücretsiz.

DEMİRDEN HALKALAR GÖKYÜZÜNDE ERİDİ

1 MART – 28 NİSAN 2018

9 sanatçının eserlerinin bulunduğu sergi, Elgiz Müzesi'nde sanat meraklılarını bekliyor. Adını Virginia Woolf'un Mrs. Dolloway romanında ara ara tekrar eden cümleden alıyor. Roman karakterleri arasında bir bağ kurmak için kullanılan "Demirden halkalar gökyüzünde eridi" sözü sergide yer alan sanatçılarında farklı bakış açılarını bağlamak için romandaki gibi benzer bir görevde kullanılıyor. Obje tabanlı yerleştirmeden, resme, videodan fotoğrafa kadar daha birçok farklı malzemelerle yapılan eserlerin bulunduğu sergi Ferhat Özgür küratörlüğünde gerçekleşiyor. Sanatçılar: Kezban Arca Batıbeki – Tanja Boukal- Sefa Çakır - Fatma Çakmak - Ahmet Elhan – Seda Oturmak - Chulayarnnon Siriphol - Güneş Terkol - Ezgi Tok

DÜŞÜNME İKONLARI: İMGELER VE METİNLER

17 MART – 30 ARALIK 2018

Küratörlüğünü Beral Madra'nın üstlendiği "Düşünme İkonları: İmgeler ve Metinler" sergisi Müze Evliyagil'de kapılarını sanatseverlere açıyor. Sergi, Müze Evliyagil Koleksiyonu'ndan bir araya gelen ve Bedri Rahmi Eyüpoğlu, Ferruh Başağa, Burhan Doğançay gibi isimlerin yer aldığı 23 sanatçının üretimlerinden meydana geliyor. Müze Evliyagil koleksiyonundan seçilen parçalar ziyaretçileri epistemolojik krize karşı savunma ve direnme seçeneği olarak düşünme eylemi ile sanat üretimi arasındaki ilişkiyi düşünmeye sevk ediyor. Sergide özgü teknik ve biçimlerde resim, fotoğraf ve üç boyutlu eserler bulunuyor. Daha çok soyut eserlerin seçilmesi Rudolph Arnheim'ın "Düşünme imgeleri gerektirir, imgeler de düşünce içerir. Bu yüzden görsel sanatlar görsel düşünmenin yuvasıdır." sözlerinden kaynaklanıyor.

İSTANBUL'DA DENİZ SEFASI

05 NİSAN - 26 AĞUSTOS 2018

Sergi bizi 2018 yılından alıp 19. yy'den 1970'li yıllara kadar götürüyor. Dört bir yanı denizlerle çevrili olan İstanbul'un denizle olan ilişkisi Osmanlı Dönemi'nde "deniz hamamları" ile başlamıştı. 19. yy'nin ikinci yarısından itibaren İstanbul'un birçok yerinde bulunan bu hamamlar İstanbulluların yazın serinlemeleri için tek imkanlarıydı. Daha önceden ticaret, seyahat ve manzara gibi çağrışımlar yapan deniz Cumhuriyet'le birlikte başka bir anlam kazanır. Ruh ihtilalinden kaçan Ruslar İstanbul'da büyük bir dönüşüme sebep olurlar ve böylece deniz hamamlarından plaja geçiş başlar. İstanbulluların hızla benimsediği plaj kavramı zaman içinde kendi eğlencesini, modasını ve kültürünü yarattı. Denizin kent yaşamının bir parçası olması İstanbul'a bir özgürlük anlayışını da getirdi. 1960'lı yıllara kadar altın çağını yaşayan plaj kültürü İstanbul'un hızlı sosyolojik değişimleriyle dönüşüme uğradı. Küratörlüğünü Zafer Toprak'ın yaptığı sergi nostalji tutkunlarını Pera Müzesi'ne bekliyor.

ETKİNLİKLER

1 Nisan 2018
Tuluyhan Uğurlu
Yer: **Hodjapasha Gösteri ve Etkinlik Merkezi**
Saat: 15:00

1 – 28 Nisan 2018
Dansın Ritmi
Yer: **Hodjapasha Gösteri ve Etkinlik Merkezi**
Saat: -

2 Nisan 2018
Royal Opera House Gösterimleri: Kış Masalı
Yer: **Zorlu PSM**
Saat: 19:00

6 Nisan 2018
Sonar İstanbul
Yer: **Zorlu PSM**
Saat: 17:00

7 Nisan 2018
İstanbul Blue Night Mixed Festival
Yer: **KüçükÇiftlik Park**
Saat: 15:00

8 Nisan 2018
Athena – Suede Jam
Yer: **Bostancı Gösteri Merkezi**
Saat: 19:00

10 Nisan 2018
Candan Erçetin
Yer: **Zorlu PSM**
Saat: 21:00

17 Nisan 2018
Daniel Cavanagh of Anathema
Yer: **IF Performance Hall Beşiktaş**
Saat: 21:30

20 Nisan 2018
Hey Douglas
Yer: **IF Performance Hall Ankara**
Saat: 21:00

20-22 Nisan 2018
Rock Fest
Yer: **Sanat Performance**
Saat: 21:00

21 Nisan 2018
Judith Liberman ile Masal Gecesi
Yer: **artısahne Mecidiyeköy**
Saat: 20:30

02 – 13 Mayıs 2018
Zorlu PSM Caz Festivali
Yer: **Zorlu PSM**
Saat: -

NİSAN MAYIS HAZİRAN 2018

14 Mayıs 2018
Afrikalılar
Yer: **Masterpiece Bostancı Resim**
Saat: 19:00

02 - 04 Mayıs 2018
Edirne Bahar Şenliği
Yer: **Bade Kır Bahçesi**
Saat: -

4 Mayıs 2018
Angel Olsen
Yer: **Salon İKSV**
Saat: 22:00

8 Mayıs 2018
İlham veren pastacılık teknikleri
Yer: **Gastronometro**
Saat: 10:00

12 Mayıs 2018
HoliFest İstanbul'18
Yer: **Milyon Beach Kilyos**
Saat: 12:00

16 – 17 Mayıs 2018
39 Basamak
Yer: **Zorlu PSM**
Saat: -

19 - 20 Mayıs 2018
Harry Potter ve Sırlar Odası in Concert
Yer: **Zorlu PSM**
Saat: -

3 Haziran 2018
İstanbul'un Ezgileri
Yer: **Kapalıçarşı, Kalpakçılar Caddesi**
Saat: 18:00

6 Haziran 2018
Aşkım Kapışmak ile İnsanız İşte
Yer: **Akasya Kültür Sanat**
Saat: 20:30

9 Haziran 2018
B-A-C-H
Yer: **Rahmi M. Koç Müzesi**
Saat: 21:00

20 Haziran 2018
MSA – Artizan Dondurma
Yer: **Mutfak Sanatları Akademisi**
Saat: 10:00

Vizyondakiler

Taxi 5

4 Mayıs 2018/ Aksiyon, Komedi, Polisiye
Yönetmen Franck Gastambide
Oyuncular: Franck Gastambide, Malik Bentalha, Bernard Farcy

Hız tutkunlarının favori filmi olan Taxi bu kez beşincisiyle sinemaseverlerin karşısını çıkıyor. Parisli polis ve aynı zamanda olağanüstü bir şoför olan Sylvian Marot bu kez büyük bir soygun düzenleye İtalyan çetesini yakalamakla görevlendirilir. Ancak ekip arkadaşı Marsilya'daki en kötü VTC sürücüsü olan Daniel Morales'in yeğenidir. Aksiyon ve komedi içeren bu eğlenceli film 4 Mayıs'ta beyazperdede yer alıyor..

Avengers: Sonsuzluk Savaşı

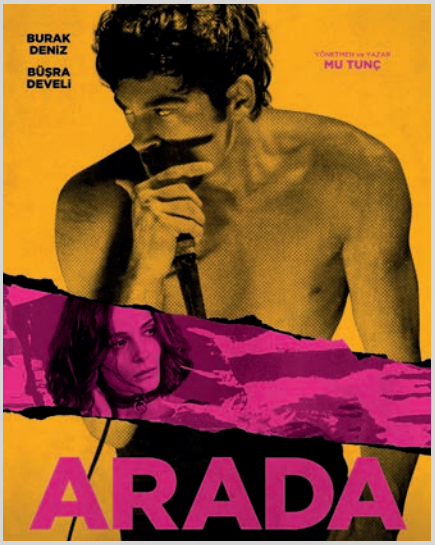
27 Nisan 2018 / Aksiyon, Bilimkurgu
Yönetmen: Joe Russo, Anthony Russo
Oyuncular: Robert Downey Jr., Chris Hemsworth, Mark Ruffalo, Scarlett Johansson

Robert Downey Jr., Chris Hemsworth ve Scarlett Johansson gibi efsanevi isimlerin yer aldığı Avengers: Sonsuzluk Savaşı' filmi aksiyon severlerle buluşuyor. Son filmde Kaptan Amerika ve Iron Man arasında yaşanan olaydan sonra ikiye bölünen kahramanlar bu kez iki farklı ekip olarak dünyayı korumaya çalışırlar. Thanos sınırsız güç kaynağına sahip sonsuzluk taşlarına düşmüştür. Dünya için tehdit oluşturan Thanos'a karşı çıkmanın tek yolu ekibin birlikte hareket etmesidir. Ancak araları açılan ekibin ne yapacağını ise 27 Nisan 2018 tarihinde beyazperde de yanıt bulacak.

Aşkın gören gözlere ihtiyacı yok

11 Mayıs 2018 / Dram
Yönetmen: Onur Ünlü
Oyuncular: Demet Evgar, Fatih Artman, Ezgi Eyüboğlu

Uluslararası Adana Film Festivali'nde 'En İyi Film' ödülünü alan film'in yönetmenliğini Onur Ünlü üstleniyor. Filmde kör olma ihtimaliyle karşı karşıya kalan cinayet masası dedektifi Salim'in başından geçenler anlatılıyor. Oyuncu kadrosunda Fatih Artman, Demet Evgar, Hale Sürel, Ezgi Eyüboğluv Ayşenil Şamlıoğlu gibi isimler yer alan film 11 Mayıs'ta vizyonda.



Arada

13 Nisan 2018 / Dram
Yönetmen: Mu Tunç
Oyuncular: Burak Deniz, Büşra Develi, Eriş Akman, Deniz Celiloğlu, Ceren Moray

90'larda İstanbul'da punk sahnesi yapan Ozan'ın hayali Kaliforniya'da albüm çıkarmaktır. Ozan'ın babası da eski müzisyenlerdendir ancak darbe ile müzik hayatı sona erer. Ozan babasıyla girdiği ateşli tartışma sonrası evi terk eder ve arkadaşı Deniz'in yönlendirmesiyle Kaliforniya'ya giden bir gemi biletinin peşine düşer. Bileti bulmak için İstanbul'un altını üstünü getiren Ozan'ın yanında kız arkadaşı Lal'da vardır.

Deadpool 2

18 Mayıs 2018 / Aksiyon, Komedi, Bilimkurgu
Yönetmen: David Leitch
Oyuncular: Ryan Reynolds, Josh Brolin, Morena Baccarin

Marvel çizgi romanının sevilen kötü karakterlerinden Deadpool ikinci filmiyle tekrardan beyazperde de yerini alıyor. Ryan Reynolds'ın hayat geçireceği Deadpool karakterini yeni maceralar bekliyor. Çizgi roman severlerin heyecanla beklediği film, 18 Mayıs'ta vizyonda.

Truth or Dare

4 Mayıs 2018 / Korku, Gerilim
Yönetmen: Jeff Wadlow
Oyuncular: Lucy Hale, Tyler Posey, Violett Beane

Birlikte eğlenmek için toplanan arkadaş grubu Doğruluk mu cesaret mi? oynamaya karar verirler ancak başlarına geleceklerden haberi yoktur. Oyun içerisinde yapmaları gereken şeyleri yapmadıkları ya da reddettikleri iddiaların sonunda öleceklerdir. Zamanla oyunun tehlikeli olduğunu fark ettiklerinde hayatta kalmak için mücadele vermeye başlarlar.

Ocean's 8

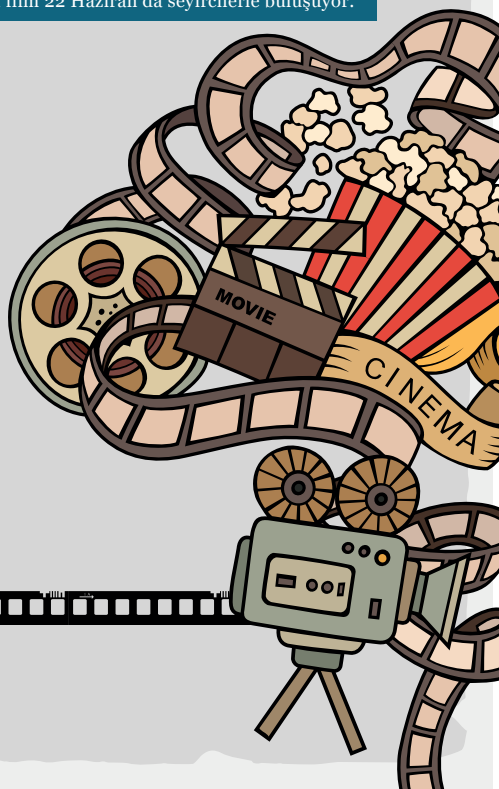
22 Haziran 2018 / Aksiyon, Komedi
Yönetmen: Gary Ross
Oyuncular: Sandra Bullock, Cate Blanchett, Rihanna, Anne Hathaway, Helena Bonham Carter, Sarah Paulson, Mindy Kaling, Awkwafina

Birbirinden ünlü yıldızların oynadığı film, kadın suç çetesinin MET Ball galasını soyma planında başına gelenleri anlatıyor. Yönetmenliği ise Hunger Games filminin senarist ve yönetmeni olan Gary Ross üstleniyor. Eğlence ve aksiyon dolu bu film 22 Haziran'da seyircilerle buluşuyor.

12 Savaşçı

6 Nisan 2018 / Savaş
Yönetmen Nicolai Fuglsig
Oyuncular: Chris Hemsworth, Michael Shannon, Michael Peña

Film, 11 Eylül saldırısı sonrası Afganistan'a giden ABD özel kuvvet birliklerini anlatıyor. Taliban ve El Kaide'ye karşı savaşmak için Afganistan Birleşik İslami Kurtuluş Cephesi Generali Dostum'u ikna etmek zorunda olan ekip kültürel farklar ve güvensizlik problemlerinden ötürü sorun yaşarlar. Savaş filmi sevenlerin izlemeye doyamayacağı bu film 6 Nisan'da gösterime giriyor.



Fatih'te kebap şöleni

Lüks semtlerde iyi bir kebapçıya denk gelmek, samanlıkta iğne aramak kadar güçleşti. Neyse ki Fatih'teki salaş, samimi bir ortamlarda gerçek kebap keyfinin tadına varıyorsunuz.

Arap kültüründen mutfağımıza miras kalan kebabın tarihi, insanoğlunun ateşle tanışması kadar eski. Günümüzde kimi kebapçılar tarifleri değiştirip servis ve ambiyansa ağırlık vererek kebabı batılı bir formata sokmaya çalışırken, kimileri ise özensiz malzemeler kullanarak kebabı özünden uzaklaştırdı. Bu rüzgâra kapılmayıp bildiği işi en iyi şekilde yapmayı sürdüren de yok değil, tıpkı Karagümrük'teki Emin Usta gibi. Kuzu ciğeri günlük almışlar, kuzu şişte etin sinirlerini iyi ayıklamış, lokum gibi. Benim için buranın mönüsünün baş aktörü Adana kebabı. Zırhla çekilmiş dana etine kuzu boşluğu ve kuyruk yağıyla ekleyerek Adana yapıyorlar, et ağızda eriyor. Bir de kebabı dana yerine kuzu ile yapsalar başyapıt olur. Kebabın yanında sunulan ayrana da özen göstermişler, Fatih'in doğal yoğurtlarıyla ünlü yoğurtçusu Eriş'ten almışlar. Üst katta şark odası diye küçük bir odaları var, akşamları saz ekibi gelip sıra gecesi düzenliyorlar.

Başka bir gün Fatih'te Kadınlar Pazarı'ndaki favori buryancılarımdan birisi olan Sur Ocakbaşı'na uğruyorum. Buryan kuzu etinin kuyularda uzun süre odun ateşinde pişirilmesiyle hazırlanıyor. Buryanı günde iki defa yapıyorlar, öğlen ve akşam servisi için çıkıyor, ara saatlerde ısıtılmış buryan verildiğinden bu saatlerde uğramamakta fayda var. Eskiden muzlu, fıstıklı olan tatlılarının yerini kenger sakızı, yaban mersinli bir tatlı almış. Tatlının yeni hali de güzel ama benim favorim muzlu, fıstıklı olanı. İstanbul'un Horhor semti de Kadınlar Pazarı kadar enteresan bir yer zira buraya küçük Urfa desek yanılmış olmayız. Urfa'dan göç edenler geleneklerini ve mutfak kültürlerini Aksaray'ın ara sokaklarında yaşatıyorlar. Horhor'da birbirinden iyi kebapçı var ama bunların içinde Şavak Usta'nın yeri apayrı. Kebaplar satır ile hazırlıyor. İşinin hakkını veren, işini severek yapan bir yer burası. Patlıcanlı ve haşhaşlı kebabı ısmarlıyorum. Kebapları da dana–kuzu karışımından yapmışlar, kuyruk yağını da esirgememişler, kebaplardan deyim yerinde ise lezzet fışkırıyor. Her gün de kebap yenmez tabii ama yense de böylesi yenmeli.

Emin Usta: Prof. Naci Şensoy Caddesi No:6, Karagümrük

Sur Ocakbaşı: Kadınlar Pazarı No 19, Fatih

Şavak Usta: İskender Paşa Mahallesi, Sofular Caddesi, No 16, Fatih, İstanbul

Alper Öztoprak
Kimya Mühendisi / MBA'05
http://alperingezirehberi.blogspot.com/

Şimdi O'nun için
hazırlık yapma zamanı...

Openmedia
clever messages for open minds

DACIA
Yeni Dacia Duster
34 BAK 448
Hakkını ver.
dacia.com.tr
Yeni Duster'ın ortalama CO_2 salımı 115-149 g/km, yakıt tüketimi 4,4-8 lt/100 km aralığındadır. Model üzerindeki aksesuarlar ile satılanlar farklılık gösterebilir. Ayrıntılı bilgi Dacia Yetkili Satıcılarında.