



SÂMİHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

2021 - 2022

İmtiyaz Sahibi

Emine Seval YARDIM

Yayın Yönetmeni

Havva SOKULLU

Genel Koordinatör

Derin AKGÜN

N. Azra EKİNCİ

Selinnaz ÇOBAN

Senanur ŞANLI

Yağmur ÖZSÜER

Tasarım ve Uygulama

Emrecaan UĞUR

Derginin yapımı,
"Yayın İletişim Kulübü"
öğrencilerinin çalışması ile
gerçekleştirilmiştir.

İrtibat

samihaayverdi.meb.k12.tr
Maltepe Mahallesi, Askeri
Fırın Sk. No:6 Zeytinburnu
34010 İstanbul

Baskı

Arı Matbaası
Davutpaşa Cad. Emintaş
Kazım Dinçol San. Sit.
No: 81/39
TOPKAPI/ İSTANBUL
Tel :90 212 565 25 99
Fax:90 212 613 84 38

Bu Sayımızda

AYVERDİLİ OLMAK	4
MESELESİ OLAN GENÇLER	6
SABAH & SANIŞLARIMDAN KESİK SENFONİ	7
MODERN ÇAĞIN HASTALIKLARI ..	8
E-HASTALIK: BİR "TIK" BAĞIMLILIK	9
SAĞLIĞIN MİSAFİRLERİ... ..	10
SİL BAŞTAN.....	11
PSİKOLOJİYE TUTULAN AYNA: EDEBİYAT	12
YABANCI GÖRÜNTÜLER	14
BEYAZ KOD: ŞİDDET	15
TARİH SAYFALARINDAN GELEN SAĞLIK VE UMUT	16
SALGINLARDA İNSAN PSİKOLOJİSİ... ..	18
YİTİRMEYEN ANLAMAZ İNSAN	20
DÜNYA BENİM & DÖRT GÖNÜL BAYRAMI.....	21
LOKMA.....	22
BİR ŞİZOFRENİN GÖZÜNDEN.....	24
AYVERDİ'DE BU SENE	25
AYVERDİ'DE BU SENE	28
BU KALP AYVERDİ'Yİ UNUTUR MU?	32

“SAĞLIK” OLSUN

*“Halk içinde muteber bir nesne yok devlet gibi,
Olmaya devlet cihanda bir nefes sıhhat gibi.”*

COVID-19 küresel salgının başladığı günden bugüne iki yılı geride bıraktık. Bu süreçte gerek eğitim hayatımızda gerek sosyal hayatımızda farklı olaylarla karşılaştık, farklı durumları deneyimledik. Bu deneyimler sonucunda sağlığın ne kadar önemli olduğunu fark ettik. Bu farkındalık çerçevesinde de “önce sağlık” dedik ve dergimizin 2021-2022 sayısını “sağlık” teması etrafında şekillendirdik. Mezunlarımızın, hâli hazırda koridorlarda sesleri yankılanan arkadaşlarımızın, öğretmenlerimizin ilmek ilmek dokuduğu 15. sayımızla karşınızdayız.

Her zaman olduğu gibi tamamızı tek yönlü ele almadık, sadece “an”a, yaşadıklarımıza hapsetmedik.

“Ayverdili Olmak”la başlayıp “Meselesi Olan Gençler”e uğradık. Geçmişten gününüze sağlık alanında yapılan çalışmalara, “Sağlığın başlangıcı hastalığı tanımaktır.” diyen Cervantes’e kulak verip modern çağın hastalıklarına değindik. Öğretici metinlerin yanı sıra sağlıkla soluklanacağımız edebî metinlerse dergimizin ayrı bir rengini oluşturdu. Salgının koşullarını göz önünde bulundurarak, imkanlar çerçevesinde İbn-i Sina’nın dediği gibi ilimle sanatı kardeş eyledik ve hem akademik hem kültürel alanda gelişimimize katkı sağlayan etkinliklerimizi, ürettiğimiz projelerimizi ve kazanımlarımızı da paylaştık.

Derginin oluşmasında emeği geçen başta Sarmaşık ekibine, öğretmenlerimize, desteğini esirgemeyen mezunlarımıza ve öğrencilerimize teşekkürlerimizi sunuyor; küresel salgın vb. acı tecrübeleri yaşamadan sağlığın kıymetini bilmeyi, unutmamayı diliyoruz. Ruhsal ve fiziksel olarak **SAĞLICAKLA KALIN!**





Değerli Ayverdililer:

Kurumların belli bir hafızasının oluşması ve kurumsal kimliğe sahip olması noktasında yöneticilerin önemi büyüktür. Kurumlar için görev değişimleri bir bayrak yarışı, bir nöbet değişimidir. Bu noktada asl olan hoş bir sâda, bir eser bırakabilmektir. Ancak iz bırakanlar daha sonra da adından söz ettirir ve güzelliklerle, hayırlarla yad edilir.

Bu bağlamda okulumuzda da bir görev değişikliği olmuş, okul müdürümüz Mehmet KURTAY yeni görev yerine atanmıştır. Mehmet KURTAY Hoca'mız, okulumuzun taşındığı dönemde göreve başlayarak, "**Yeni Yuva Ebedî Ruh**" diyerek çıktığımız yolda, yeni binamızın Ayverdi ruhuyla yeniden yapılandırılması sürecini yürütmüş ve okulumuzda kalıcı bir kültür oluşmasına önemli katkılarda bulunmuştur. Öğretmeni, öğrencisi ve mezunlarıyla herkesin sevgisini, saygısını kazanmış, önemli başarılarla imza atmıştır. Bu bağlamda Mehmet KURTAY Hoca'mıza okulumuza kattığı bütün değerler ve emekleri için sonsuz teşekkür ediyoruz.

Sâmiha Ayverdi Anadolu Lisesi, "*doğru, samimi, akıllı, şahsiyetli olmak, inanmak, çok çalışmak, üretmek, kalbi ile yön bularak bütün bunları saygı, sevgi ve fedakarlık üzerine inşa etmek; "ben" değil, "biz" olmak*" prensipleri üzerine kurulu Ayverdi ruhu ile yeni nesiller yetiştirme yolunda gayretini sürdürmektedir. "*En büyük hüner iyi insan olabilmektir.*" diyen Sâmiha Ayverdi'nin manevi rehberliğinde "*akl-ı selim, kalb-i selim, zevk-i selim*" gençler yetiştirmek idealimizdir. Bu bağlamda siz kıymetli öğrencilerimizi elimizden gelen en iyi şekilde geleceğe hazırlamak ve sizin de bu uğurda kendi düşüncelerinizle şekillenmeniz bizler için önemli bir hedeftir. Bu sebeple sizleri taşıyabildiğimiz en yüksek noktaya taşımak için emek sarf etmekte ve sizlere çeşitli projeler, sosyal- kültürel faaliyetler yapma imkânı vererek destek olmaya çalışmaktayız. Okul dergimiz Sarmaşık ise düşüncelerinizi rahatça ifade ederek kaleminizi güçlendirme imkânı bulduğunuz projelerden sadece bir tanesi.

Okul dergileri, siz öğrencilerimizin ufkunu genişletmesini, hayal gücünü zenginleştirmesini ve düşüncelerini akıl süzgecinden geçirerek diğer insanlarla paylaşmanıza olanak sağlayan ve bir okulun kültürel birikimini yansıtan önemli bir zemindir. Sarmaşık da size sunduğu imkanlarla bu alandaki yetkinliğinizi geliştirerek aranızdan yazarlar, şairler, sanatçılar ve bilim insanları çıkmasına imkân sağlamaktadır.

Eğitim insanda var olanı açığa çıkarmakla başlar, karşılıklı sevgi, saygı ve iyi niyetle devam eder. Küçük bir kıvılcım büyük bir ateşe dönüşebilir. Birlikte özveriyle yaptığımız işler mutlaka bir gün sonuç verecek ve hayatınıza en güzel şekliyle dokunacaktır.

Dergimizin çıkarılmasında emeği bulunan tüm öğretmenlerimize, öğrencilerimize ve mezunlarımıza teşekkür ediyor gerek idari kadromuzda gerek öğretmen kadromuzda gerekse öğrencilerimizde gördüğüm ve değişmeden devam eden temel nokta azim, kararlılık, çalışma şevki ve gelecek adına konulmuş hedeflerin karanlıklara birer ışık olacağına inanarak başarılarının devamını diliyorum.

Emine Seval YARDIM

Hatice Nas YALÇIN
(Hazırlık - B)



Ayverdili olmak, yıllarca aynı yolu yürümek demek değildir. Ayverdili olmak, her gün yepyeni heyecanlarla ve tap-taze umutlarla yuvana gelmektir. Ayverdili olmak, sıkılsan bile pes etmemek demektir. Ayverdili olmak hiç kolay değildir ama onur vericidir.

Sencer KOYUTÜRK
(Hazırlık - G)



Sınavdan sonra geleceğe dair tereddütlerim vardı ama Ayverdi'ye gelip okulumun üniversite başarılarını görünce tereddütlerim azalmıştı. Farklı branşlardan farklı başarılar... gurur vericiydi. "Bir gün benim adım da o listede yazacak." diye kendime söz verdim. Bu kocaman ailenin içerisinde bu gururu yaşayacağıma, bu iklimin bunu sağlayacağına inanıyorum.

Sena DAĞDELEN
(Hazırlık - B)



Ayverdili olmak, hedefe giden yolda bir aile olarak sağlam adımlarla ilerlemektir. Ayverdili olmak, sosyal etkinliklerle akademik başarının harmanlandığı bir lisede okumaktır. Sadece okulda okuyup irfan sahibi olmak değildir Ayverdili olmak. Aynı zamanda bir kişilik oluşturup Ayverdi ruhunu yaşamaktır.

Yusuf Eren DİSANLI
(Hazırlık - C)



Ayverdili olmak, bir durum değil yaşam tarzıdır; güzel yarınlar için mücadele etmektir. Her şeyden önce bir fikir, bir duruştur. Ayverdili olmak için Ayverdi'de olmak yetmez; Ayverdi gibi yaşamak gerekir. Bir güvercin gibi özgür, bir karınca gibi çalışkan olmak şarttır. Ayverdili olmak mutlu, huzurlu, güzel yarınları bugünden tasarlamaktır.

Zeynep BERBEROĞLU
(Hazırlık - A)



İlk günden itibaren öğrencisinin bu okulun bir parçası, bir değeri olduğunu hissettiren yuva, Ayverdi. Belki yeniyiz, çevirdiğimiz takvim yapraklarının sayısı az ama buranın bir parçasıymışız gibi hissedecek kadar da eskimiz. Yeteneklerimizi ortaya çıkarmaya çalışan, bunun için çaba sarf eden öğretmenlerimizle bir yuva burası. İyi ki...

Tugay Şükrü ALKOÇ
(Hazırlık - A)



Okulun mottosu "Akademik Başarı, Kültürel Birikim" benim için çok anlamlı. Okula gitmek, eğitim almak sadece akademik olarak değil, kültürel olarak da gelişmektir. Ayverdi'de hazırlık sınıfı öğrencisi olarak girdiğim bu okulda akademik başarımla birlikte kültürel anlamda da gelişeceğim ve bir Ayverdili olarak mezun olacağım için heyecanlıyım.

Eylül Naz BİNAY
(Hazırlık - C)



Ayverdi formasını giydiğimde yaşadığım heyecan, okulun ilk günü ve müdürümüzün bize yaptığı konuşma paha biçilemezdi. Rozet töreninde söylenen "Rozetlerinizi yanınıza değil, gönüllerinize takım gençler." sözü bir ailenin parçası olduğumu bir kez daha hissettirdi. O an tekrar Ayverdi'ye geldiğim için "İyi ki." dedim. Ayverdi'ye geldiğinizde aynı sıraları paylaştığınız insanlar rakibiniz değil, aileniz oluyor. Burada olmakla gurur duyuyorum. Güzel dostluklar ve güzel öğretmenler ile birlikte, iyi ki Ayverdi

Umut İTAK
(Hazırlık - D)



Hayatımızda bazı kararları kendimiz verir ve bu kararların mutluluk getirmesini isteriz. Verdiğim en doğru kararlardan biriydi Ayverdi. Bir okuldan ne beklersiniz? Güven mi? Sıcaklık mı? Yoksa doğru ortam mı? İşte o zaman Ayverdi. Eğitimcilerin öğrencilere bilgi ve başarı katma çabaları ve anlayışlı olmaları güvende hissettiriyor. Kendimizi geliştirebileceğimiz kulüpler, her özel günün etkinliğinin yapılması bir renk katıyor okul hayatımıza. Ayverdi ile yollarımızın kesişmesi ve bu aileye dâhil olmak gurur veriyor bana, "İyi ki." diyorum.

Sahra Deniz ZEHİR
(Hazırlık - C)



Ayverdili olmak, bütün bir sene boyunca süren sıkı çalışmanın güzel bir hediyesidir. Gerek ders kalitesiyle gerek sosyal faaliyetleriyle oldukça zengin olan okulumuz, her bir öğrencisine aynı özveriyle yaklaşmakta ve herkesin kendi ilgi alanlarına yönelmesinde çok büyük çaba sarf etmektedir. Liseli olmanın ne demek olduğunu öğreten okulumuzda okumaktan oldukça mutlu ve gururluyum. İyi ki Ayverdiliyim.

Emre BERBER
(Hazırlık - D)



Ayverdi'nin iyi bir okul olduğunu bilerek gelmeme rağmen aklımda "Acaba öğretmenler gerçekten iyi mi, sosyalleşebilecek miyim, arkadaş ortamı nasıl olacak, peki ya okuldaki faaliyetler nasıl?" gibi sorular vardı. Ama şunu söyleyebilirim ki daha yarım dönem bile bitmemişken tüm sorularım olumlu yanıtlar aldım. Öğretmenlerin hepsi çok başarılı ve ilgililer. Okul içerisinde kendimizi geliştirebileceğimiz ve sosyalleşebileceğimiz çok fazla faaliyet ve aktivite var. Bunların dışında da gerçekten iyi bir arkadaş ortamı var. Kısacası önümüzdeki beş yıl boyunca eğitim göreceğim bu okulla ilgili hiçbir kötü izlenimim olmadı. İyi ki bu okula gelmişim. İyi ki Ayverdiliyim.

Sıla KÖSE
(Hazırlık - D)



Okula gelmeden önce geleceğe dair birçok endişem vardı ama daha ilk günlerden hepsinin gereksiz olduğunu anladım. Zaman geçtikçe okuluma, arkadaşlarıma ve öğretmenlerime alıştım. Sonrasında hepimiz rozet töreniyle tam bir "Ayverdili" olduk. Sevgili Seval Hoca'mın şu sözü aklımdan çıkmaz: "Rozetlerinizi yakanıza değil, kalbinize takın gençler!" Daha önümde upuzun bir yol var. Acısıyla, tatlısıyla geçireceğim bu yolun her anında Ayverdili olmanın ayrıcalığını hissedeceğimi biliyorum. Ben Ayverdili olmaktan çok büyük gurur ve mutluluk duyuyorum. İyi ki bu sevgi dolu ailenin bir parçasıyım, iyi ki Ayverdiliyim!

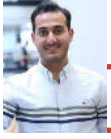
Elif Özge ER
(Hazırlık - D)



8. sınıfta lise hayatımın tamamen derslere odaklı bir okulda geçmesinden korkmuştum. Neyse ki korkum gerçekleşmedi. Ayverdi, akademik başarıları fazla olmasının yanında sanata, spora, kendini geliştirmeye çok önem verip bu alanlarda pek çok aktivite düzenleyen bir okul. Voleyboldan golfe kadar pek çok alanda turnuva yapılması okulumun, Atatürk'ün "Dünya spor hayatı ve spor dünyası çok önemlidir." sözünü yansıttığını gösteriyor. Bu okul sadece derslerin değil, hayattaki diğer şeylerin de ne kadar önemli olduğunu anlatıyor, bizleri geliştirecek en önemli şey de budur.



MESELESİ OLAN GENÇLER



YUŞA BAŞOĞLU
2014 Mezunu



AYŞE FATMA TÜRKAN
2015 Mezunu

NEDEN'İNİZİ BİLMEK

KENDİMİZ

Paylaştığımız dünyada olumlu bir iz bırakmak ve bu gaye için çabalamak: Ayverdi'nin bizlere yüklemiş olduğu en büyük misyondur. Pekâlâ, Ayverdi'nin bizlere yüklediği bu misyonun ben neresindeyim? İnsanların duymasına yardımcı olmaya, sessizliklerindeki ses olmaya, kristal oynamalarını (baş dönmesi) durdurmaya, en nihayetinde yaşamlarımda olumlu bir iz bırakmaya kendim adına söz verdim.

Çocukluğumdan beri sağlık profesyoneli olarak çalışmak ve ihtiyaç sahiplerine günlük yaşamında karşılaştığı zorluklarda yardımcı olma konusunda her zaman tutkuluydum. Lise yıllarında da koroda bulunmam, Vodafone Freezone gibi müzik yarışmalarında solist olarak katılmam benim müzik ve ses olgusuna her zamankinden daha çok yakınlaştırdı. Dolayısıyla meslek serüveni içerisinde kendimi bir anda odyoloji bilimi seçerken buldum.

Başlangıçta, hastalara daha iyi işitme ve anlaşılabilirlik yolculuğunda rehberlik etmeyi sevsem de, tutkum ve ana araştırma / öğretim alanım vestibüler (denge) sistemimize odaklanıyor. Üniversite yıllarımda ulusal ve uluslararası birçok projede, kongrede ve bilimsel yayınlarda yer aldım. 2018 yılında Lizbon'da gerçekleştirilen European Federation Audiology Society kongresinde 'serebellum tümörlü hastaya iki yıl boyunca uyguladığımız özel rehabilitasyon programını' sözlü bildiri şeklinde sunarak başarı bursu ödülüne layık görüldük. Ayrıca, birkaç arkadaşım ile pediatrik vakalar için tasarladığımız 'Animasyonlu Oyun Odyometrisi' de 2016 yılında ulusal kongrede 'en iyi fikir yarışmasında' birinci olmuş, 2018 yılında ise hayata geçirilmiştir. Şu anda İstanbul Medipol Üniversitesi'nde odyoloji alanında doktora birinci sınıf öğrencisi olup 2019'dan beri Araştırma Görevlisi olarak hizmet vermekteyim. Son olarak, New York Times'ın en çok satan yazarı ve konuşmacısı Simon Sinek, 'İnsanlar sizin ne yaptığınızla değil, **NEDEN** yaptığınızla ilgilenirler.' savının çok önemli olduğunu düşünüyorum. **NEDEN'iniz**, profesyonel olarak yaptığınız şeyi yapmanız için size ilham veren amaç, neden veya inançtır. **NEDEN'inizi** bilmenin, kariyerinizde ilham almanıza yardımcı olurken, çevrenizdekilere de ilham verecektir. Antik filozof Konfüçyüs'ün de dediği gibi, "Sevdiğiniz bir işi seçerseniz, hayatınız boyunca bir gün bile çalışmamış olursunuz."

Ayverdi... Uzun, upuzun bir hikâye... Bu hikâyede her birimiz birer keşfe çıkıyoruz, istikamet ise kendimiz. Benim keşfim felsefe öğretmenim Nimet Kılınc'ın sorduğu "Siz kimsiniz?" sorusu ile başladı ve hala devam ediyor. Ayverdi'de sizi besleyecek, kendinizi görmeye aracılık edecek, sizi ileriye taşıyacak onca şey var ki! Devamında ise yol arkadaşlarınız hayalleriniz, azminiz ve inancınız.

Üniversite yıllarımda hem mesleğim -dil ve konuşma terapisi- hem de farklı alanlarla ilgili birçok faaliyete katıldım. Türkiye'de çok yeni olan mesleğimi tanıtmak için dernek, okul, hastane gibi birçok kuruluştaki seminerler düzenleyip konuşmalar yaptım. Özellikle lise öğrencilerine yönelik düzenlenen etkinliklerde, insanların yaşadığı problemler karşısında girdiği arayıştan, güç bela ulaştığı biz terapistlerden neler beklediklerinden, emeğin ve özverinin kıymetinden, elde edilen sonuçlar karşısındaki mutluluktan, hiç tanımadığınız insanların bizlerle oluşturduğu bağlardan, kısacası beni bu mesleği seçmeye iten şeylerden bahsedirim. İnsanla çalışmak, insanların hayatına dokunmak... Klinikte neredeyse her gün gördüğümüz memnuniyet, samimiyet, güven bu mesleği seçerken beklediğim ve karşılaştığımda büyük bir huzur duyduğum şeyler arasında elbette.

Mezuniyetim sonrası klinik çalışmalarına ek olarak akademik çalışmalara da devam ettim ve bu süreçte 2 makalem yayınlandı. Pandemi sürecinde birkaç meslektaşım ile bir araya gelip üniversite öğrencilerine yönelik online seminerler düzenledik ve teoride öğrendiklerinin pratikte nasıl ilerlediğini göstermeye çalıştık. Farklı üniversitelerde düzenlenen seminerlere konuşmacı olarak katıldım ve katılmaya devam ediyorum. Aynı zamanda okullardan, kanallardan ebeveynlere ve öğretmenlere yönelik bilgilendirici konuşmalar yapmak için davet alıyorum. Bunlar ve daha niceleri aslında hepsi birer basamak. Azmim ve ilmek ilmek dokuyuşum, hayalim ve özünde kendim için.

Şimdi ben, yıllardır hayalini kurduğum ve sonunda kurucusu olduğum Sonus Dil, Konuşma ve Gelişim Merkezi'nde uzman dil ve konuşma terapisti olarak çalışıyorum. Bundan sonra neler yapmak istediğimi, nerede olmak istediğimi ve aslında bunların hep devam edeceğini de biliyorum. Şimdi sıra sizde! Bu süreçte iyi eğlenceler...

Sabah

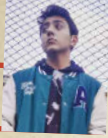
66

Ayn ışığını keşiyor ruhumdaki karanlık gölgeler
Sema bana mı küsmüş neden bitmiyor geceler
Ufukta umut mu var aranıyor yine ellerim
Yansımam haykırır uzaktan nerede benim ümitlerim
Dalgalar alıp götürse usulca bedenimi
Yavaştan unuturum belki kaybolma nedenimi
Çağırıyor beni baştan başa ıssız sokaklar
Süzülüyor köşenin ardından sönük ışıklar
Sönmüş bile bugünün yorgunluğuyla lambalar
Bekleşem gelecek mi aydınlık sabahlar

66



BURAK ŞEKER
11 - G



DİLARA DOĞA YILDIZ
11 - H



Savaşlarımdan Kesik Senfoni

Var oluşuma kırıklarından yarattım zifiri bir gemi
okyanusumun rengini keşfedemediğimden ötürüdür
suyumun bana küsmesi
Öğrendim hakikatim alem-i zulümat imiş
Battı gemim, boşuldu benliğim
Su sahibini de dalgalara katabilirmiş

Aydınlığın kör ettiği kabusta
Gözlerim havayı avuçluyor
Çığlık atıyor
Yok olmanın verdiği sancı baktırmıyor aynalara

Güneş evvela doğar gecem yoldaş olur gemime
Bakî olmak isterdim limandaki demire
Kandırdığım günlerim oluverdi sapsız bıçak
Düğümlediğim halat kaldı kan revan içinde

Yansımayı ışık sanacak çaresizliğin son adımındayım
Savaşımında her türlü kaybedecektim bilmek istemedim
Oynadığım her güçlü hamle yine bana zarar verdi
Çünkü benim savaşım kendimeydi



SÜEDA VARDAR
2017 Mezunu

MODERN ÇAĞIN HASTALIKLARI

Psikologlar olarak son zamanlarda sıkça belirtmeye başladığımız, klişe bir cümlemizle bu yazıya başlamak istiyorum: “Psikolojik sağlık olmadan sağlık olmaz. (No health without mental health!)” Psikolojik sağlığın önemi günden güne daha iyi anlaşılmaktadır. En büyük nedenlerinden birisi, “modern çağın hastalıkları”nın yani bazı popüler psikolojik rahatsızlıkların, artık daha yaygın görülüyor olması. Böylece “iyi olma hali” diye isimlendirdiğimiz pozitif duygulanım hâlinin kıymetini anladık çünkü sabahları mutlu uyanmak eskisinden daha zor. Şimdi Ekonomik Kalkınma ve İşbirliği Örgütü (OECD)’nin sunduğu, Türkiye’nin 2020 yılına ait bazı istatistiklere göz atalım, sonrasında modern çağın hastalıklarının neden bu kadar yaygın olduğunu tartışacağız. 2020 yılı verilerine göre Türkiye’deki insanların %50’si yaşamdan doyum olmadığını belirtiyor. Üye ülkeler arasında %33 ile vatandaşlarının çalışma saati en uzun olan ülke Türkiye. 12 aydan fazla işsiz olan kişi oranı %25, nüfusun %56’sının kilo problemi var ve insanların %39,2’si yolda yürürken güvende hissetmediğini belirtiyor. Okurken bile iç karartıcı görüldüğünün farkındayım. Duygu durumumuza neden sürekli bir mutsuzluk halinin hâkim olduğunu istatistiklerden bile anlayabiliriz. Bu durumun birden fazla bileşeni mevcut. Örneğin, uzun çalışma saatleriyle bunalmış ve huzurlu hissetmeye vakti kalmamış insanlar, bir de sosyal medyanın zehri ile karşılaşılıyor. Başkalarının kalabalık arkadaş gruplarıyla olan fotoğraflarını odamızda yalnız başımıza otururken görünce neler hissediyoruz acaba? Diğerlerinin gezdiği yerleri, yediği yemekleri, katıldığı aktiviteleri görünce yetersizlik hissediyoruz. Erişmek istediğimiz hayal ve hayatların başkalarının gerçekliği olduğunu görmek bizi giderek daha derin bir umutsuzluğa sürüklüyor. Sanırım artık “mutluluk”tan ne anladığımız geçmiş dönemlere göre çok değişti ve mutlu hissetme eşliğimiz sosyal medyanın da etkisiyle çok yükseldi.

Sosyal medya ile ilişkili diğer bir faktör de gerçeklik algısının bozulması. Özellikle ergenlik dönemindeki gençler, vücut algısını etkileyen fotoğraf efektleri gibi sebeplerden ötürü büyük bir risk altındalar. Modern çağın ne yazık ki en yaygın hastalıklarından birisi de yeme bozuklukları. Sonu intihara varabilen depre-

sif dönemler, benlik saygısında düşüş, beden algısında çarpıklık gibi çeşitli risklerden kendimizi korumak giderek zorlaşıyor. Bu konuda giderek artan bir farkındalık olsa da “güzel” ya da “kaslı” bedenler görerek yeme bozukluğu kliniklerine başvuran genç sayısı da bir o kadar arttı. Diğer yandan, herkes “zayıf” ya da “kaslı” olmayı hedeflese de, yukarıda belirttiğim istatistikler obezite/fazla kiloya işaret ediyor. Giderek daha aşırı, yetersiz ve sağlıklı besleniyoruz. Çoğu kişi zamanını bilgisayar başında hareketsiz geçiriyor, dolayısıyla güneş ışığı da almıyoruz. Düşünün, sıcak güneş ışığının altında olmak kimi sakinleştirmiyor ki? Bu tip fiziksel faktörlerin mental sağlığı yüksek düzeyde etkilediğini biliyoruz. Teknolojiyle temasımız çok yüksek olduğu için ekran süremiz uyku süremizi ve kalitemizi de etkiliyor. Geceleri daha az uyuyor ve sabahları daha zor uyanıyoruz. Olması gereken doğayla aynı saatlerde uykuya dalmak ve uyanmak aslında ama birçok faktör bu düzeni değiştirdi. Bu da fiziksel sağlığın yanında psikolojik sağlığımızı da etkiledi. İç karartıcı bir yazı olduğunun farkındayım, bu sebepten çözüm önerilerine ve modern hayatın bu keşmekeşinde iyi oluş halimizi nasıl artırabileceğimize de değinmek gerekir diye düşünüyorum. Problemlerimiz artıyor gibi gözükse de insanlar bunu ifade etmekten ya da profesyonel yardım almaktan artık çekinmiyor. Psikoloğa gitmek eskisine göre çok daha normal bir şey, hatta günlük hayattaki işlevselliğimizi devam ettirebilmek için gerekli sayılabilir. Belirli zaman aralıklarında sosyal medyadan uzaklaşmak, günde kaç saatimizi telefonda harcadığımıza dair bir farkındalık geliştirmek, uyku kalitemizi artıracak birtakım şeyler yapmak, dış dünyanın gerçekliğini algılayabilmek için doğayla olabildiğince iç içe olmak yapılabilecek şeylerden bazıları. Bir psikolog olarak önerebileceğim en basit ama etkili şey ise sosyal destek.

Arkadaşlarımıza (sosyal medyadaki değil, gerçek olanlar), ailemize, hocalarımıza, birlikte vakit geçirmeyi sevdiğimiz insanlara vakit ayırmak çok önemli. Günümüzde birçok rahatsızlığın tedavisinde en önemli şeyin bu olduğu görüldü.

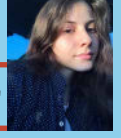
Sevdiklerinize vakit ayırın ve onların da size ayırmasını talep edin, inanın güzel bir buluşmadan sonra o kafeden ayrılırken çok daha iyi hissedeceksiniz.



E-HASTALIK: BİR "TIK" BAĞIMLILIK

HELİN BİNGÖL

11-H



"İnternet üzerinden hastalıklarına teşhis koyanlar bize değil, Yahoo'ya danışınlar."

Gelişen teknolojiye bağlı olarak yeni ürünler, uygulamalar hayatımıza hızla girmektedir. Dijitalleşmeye bağlı olarak da dijital çağın hastalıkları, e-hastalıklar ortaya çıkmaktadır. Peki, gerçekten dijital çağın hastalığı diye bir durum söz konusu mu? Sağlık Bakanlığı bu alanda bir çalışma başlattı. Ve maalesef yapılan çalışmanın sonucu, dijital çağ hastalıklarının moda bir kavram olmanın ötesinde ciddi bir sorun olduğunu göstermektedir. Ve bu durum sadece ülkemizde değil dünya genelinde de sorun olarak görülmektedir.

Hepimiz zaman zaman okulda, kafede, otobüste wifi ya da şarj arıyoruz. 7'den 77'ye hepimiz, günümüzün önemli bir kısmını uygulamalarda geçiriyoruz. Dijital göçmenler Facebook'ta buluşuyor; Twitter'da gündem takibi yapıyoruz; whatsapp, telegram vb uygulamalarda sohbet ediyor; fotoğraflarımızı Instagram'da paylaşıyoruz; spotify'da da müzik dinliyoruz. Adeta bağımlısı olduğumuz bu uygulamaları yok etmek tabii ki mümkün değil ancak bu bağımlılığı doğru yönetip bunlarla birlikte hayatımıza giren dijital hastalıklardan korunabiliriz. Tabii öncesinde bunların neler olduğunu bilmemiz gerekir. İşte, bilimsel kriterlere uygun olarak belirlenmiş dijital çağ hastalıklarından bazıları:

WhatsAppitis (Aşırı mesaj atma): El ve kollardaki sinir, tendon, kas ve diğer yumuşak dokuların zedelenmesiyle oluşan eklem hastalığıdır.

Hikikomori fenomeni (Eve kapanma): Japonca "toplumdan elini ayağını çekmek" anlamına gelen "hikikomori", kişinin sanal alemde iletişim bağımlılığı geliştirip kendisi sosyal çevresine kapatması olarak tanımlanmaktadır.

Ego sörfü (Online narsizim): Kişinin düzenli bir şekilde kendi adını araması ve hakkında ne gibi bilgilere

ulaşabildiğini, neler yazıldığını takıntılı olarak takip etmesi durumudur.

Google stalking (Yakın çevresini Google'da arama): Yapı olarak ego sörfüne benzeyen bu hastalık, kişinin kendisi yerine yakın çevresinde bulunan herkesin adını sürekli internette araması ve bulduğu bilgileri kaydetme isteğidir.

Siberhondrik (Hastalığını internetten teşhis etme): Hasta olan ya da olduğunu düşünen kişilerin hastalık belirtilerini internette arayıp kendisine ya da çevresindekine teşhis koymasından sonra da tedavi yöntemi bulmaya çalışmasıdır. Her türlü bilginin yer aldığı, doğru ile yanlış ayırt edilemediği platformda doktora gitmek ve yanlış bilgiler ışığında kendi kendine teşhis koymak birçok soruna sebep olur.

Fomo (Gelişmeleri kaçırma korkusu): Arkadaşlarının neler yaptıklarından haberdar olma isteğine karşı koyamayıp sürekli onları ve her türlü gelişmeyi takip etmek ve gelişmeleri kaçırma korkusu olarak bilinir.

Nomofobi (Telefonsuzluk fobisi): Cep telefonu ile iletişimin kesilme korkusu olan bu hastalığa sebep olan esas neden, aşırı telefon kullanımının oluşturduğu bağımlılıktır.

Hayali Titreşim Sendromu: Telefonu çalmadığı ya da mesaj gelmediği hâlde kişinin öyle olduğunu hissetmesidir.

Selfitis (Aşırı öz çekim yapma ve yayınlama): Kişinin kendi fotoğrafını çok fazla çekip sosyal medyada yayınlaması ile karakterize olan obsesif kompulsif bozukluktur.

Photolurking: İnsanların fotoğraflarına sürekli ve saatlerce bakarak zaman geçirmektir.

Crackberry (Sürekli mail kontrolü): Sürekli olarak maillerini kontrol etme hastalığı daha çok üst düzey yöneticilerde, idarecilerde görülmektedir.

İnternet siniri: Altyapıdan ya da kullanılan cihazdan kaynaklanan performans düşüklüğüne sinirlenen kişinin kendine ve çevresindekilere zarar vermesidir.

Gelişen teknoloji ve artan uygulamalarla e-hastalıkların yakalanan insanların sayısı her geçen gün artmaktadır. İnsanları hem yalnızlığa iten hem de başkalarının hayatlarına odaklayan e-hastalığı aşmanın ilk yolu hastalığın farkında olmaktır.





DERİN AKGÜN
2021 Mezunu

Edebî ürünlerde sağlık, bazen bir tema olarak karşımıza çıkar bazen de kurgu gereği mesele edilmeyen bir mesele olarak. Sadece Türk edebiyatı ve sinemasında değil, dünya edebiyatı ve sinemasında birçok eserde sağlık, mesele edilir. Sağlıkla ilişkili olabilecek her kavramsa yazarın ve senaristin kalemine mürekkep olur artık. Molière, Halide Edip Adıvar gibi isimler sağlıkla ilgili kavramları konularına yedirirken Gary Small, Paul Kalanithi gibi isimler tecrübelerini direkt anlatma yolunu tercih ederler.

Dizilerde ya da filmlerde kimisi, evlenmek istemediği adamı kaçırmak için hasta numarası yapar ve öksürürken mendiline kırmızı boya damlatır. Kötü bir vukuat iyi bir sonuca sebebiyet verir böyle anlarda. Kimisi ise çare bulamadığı hastalığı yüzünden üfürükçülerden umut arayan bir kişidir; hastalığın kendisine yaptırdıkları üzerinden insanlar eleştirilir.

Edebiyatta ise sağlık daha farklı bir şekilde kullanılır. Ayverdi'de yaptığımız Roman Kahramanları Festivali'nde ben, Halide Edip Adıvar'ın yaşadığı dönemin idealist insan tipini canlandırmıştım. Derin olarak değil, Hemşire Ayşe olarak vardım. Hem toplum hem de sanat için yapılabilen sanatın toplumsal madalyonuydum. Topluma anlatılmak istenen doğru karakterin hemşire örneğiydim.

Peyami Safa ise benim canlandırdığım roman kahramanının idealistliğini anlatmamıştı Dokuzuncu Hariciye Koğuşu'nda. Hasta, hastalığıyla ve hastalığının getirdiği ruh haliyle var olmuştu. Bu sefer roman kahramanımız, büyük bir hasta-

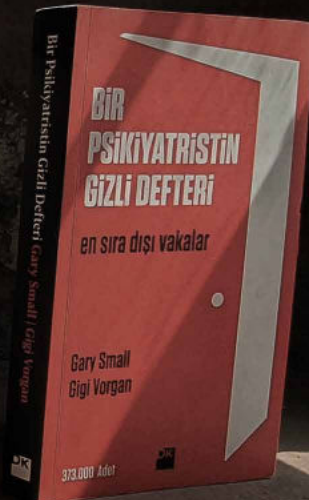
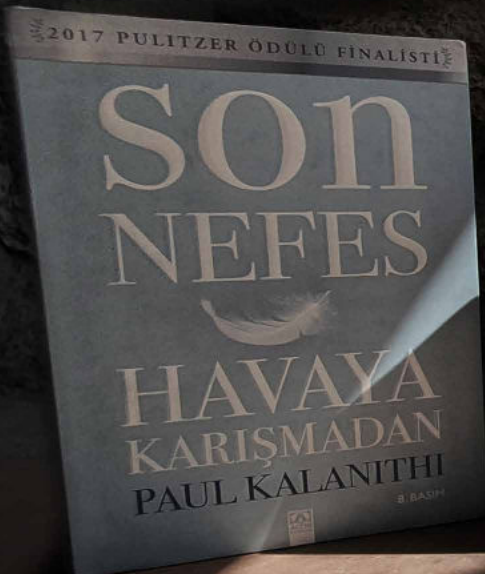
lık geçirmeyenlerin her şeyi anladıklarını iddia edemeyeceklerini düşünüyordu. Peyami Safa'nın bu kitabında sağlık ve hastalık ana meseleydi. Halide Edip Adıvar'ın kitabını okuyan bir kişi, idealist bir hemşire olurken Peyami Safa'nın kitabını okuyan bir kişi, bacağına kaybetmekten korkan bir çocuk oluyordu.

Molière ise tüm bu yazarlarımızdan çok daha önce yazmıştı Hastalık Hastası'nı. İstanbul'un tiyatro sahnelerini süsleyen bu oyun, birçok noktada farklı karakterlerle insanları güldürüyordu. Ancak burada gülünç olan mevzu ne hastalık ne de sağlıktı. Molière, mesleğini kötüye kullanarak hastalık hastası yaratan ve bu hastaları gelir kapısı olarak gören doktorları eleştirip halkı ise uyarıyordu. Bu oyunu okuyan kişiye hasta olmayan bir hasta oluyordu.

Sağlık, kimi yaratıcının elinde idealist insan tipleri, kimi yaratıcının elinde anlam arayışının aracı olur. Her şeyin konusu az da olsa insanken insan, sağlık olmadan hayal edilemez. Pandeminin getirdiği duruş bozuklukları, depresyon gibi hastalıklar gösterdi ki sağlık ne sadece fiziksel ne de sadece ruhsaldır.

Sağlığın değerini unuttuğumuz bu hayat macerasında yine sağlığın kapısını çaldık. Normallerimiz, sağlığımız için anormallerimiz olmuşken aslında hepimiz bir yazarın karantinadaki roman kahramanları olduk.

Artık tek dileğimiz bu romanda sağlığın misafiri değil, ev sahibi olmak...

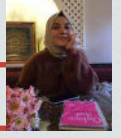


Sil Baştan

Eternal Sunshine of spotless mind



SENANUR ŞANLI
2020 Mezunu



Hepimizin "Acaba gerçek hayatta böyle bir şey yaşanır mı?" sorusunu aklına getiren ve izledikten sonra zihninde farklı senaryolarla tekrar tekrar kurduğu bir film vardır. Benim için "Yaşansa da biz de görebilir miyiz?" sorularını getiren ve olayların farklı olasılıklarını düşündüren yapım "Sil Baştan" filmidir. 2004 yılında vizyona giren romantik/ bilim kurgu türünde olan bu filmin başrollerini Jim Carrey ve Kate Winslet paylaşır. Vizyona girdiği yıllarda sinema dünyasının pek de alışık olmadığı bir tarzda olan film, o dönem büyük ses getirmiş ve üzerine de çok konuşulmuş.



Sil Baştan filmini farklı kılan şeyler ise daha filmin türü duyulduğu an fark edilmeye başlıyor. Romantik ve bilim kurguyu bir araya getirme cesaretinin gösterildiği film her ne kadar bilim kurgu yönüyle ilgi çekse de izleyenlere sunduğu farklı ve duygu yüklü aşk hikayesi ise büyük bir etki bırakıyor. Elbette, bu etkiye bilimsellik kurgulanmış bir filmde duyguların bu kadar derin aktarıldığı ve bu denli etkileyici bir aşk hikayesinin anlatılacağından izleyici tarafından tahmin edilememesi de ciddi bir katkı sağlıyor. Fakat bununla da bitmiyor, Sil Baştan'ı izlerken bu şaşkınlık yerini daha büyük şaşkınlıklara bırakıyor. Sürekli zaman atlaması yaşanan filmde, geçmişte mi bugünde mi yoksa gelecekte mi olduğunuzu anlamamanın tek yolu ise geçmişin, bugünün ve geleceğin birer sembolü olan Clementine'nin saç rengi. Filmde bir takvim yerine kullanılan saç rengi kimi zaman turuncu kimi zaman mavi kimi zaman da yeşil olarak karşımıza çıkıyor ve bize rehberlik ediyor. Saç renginin bu anlamlı rehberliğine rağmen filmin uzunca bir bölümü zaman atlamalarını ve karakterlerin davranış farklılıklarını çözmeye çalışmakla geçiyor.

Filmin içeriğine geçecek olursak filmdeki olaylar başka bir evrende yaşanıyor ve bu evrende hafızanızın istediğiniz kısmını sildirmek mümkün. Unutmak istediğiniz kişileri ve olayları bir doktor yardımıyla unutabilirsiniz. Hatta sadece kafanızın içinden değil evinizden, arabanızdan ve işyerinizden de silebiliyorlar. Uyandığınızda hayatınızın belki de aylar önceki haline geri dönüyorsunuz, tabii artık boşluklar barındıran hafızanızla.



Filmimiz de bunun üzerine kurulu, sade ve rutin hayatı olan Joel ve hayatı gelişigüzel yaşayan Clementine güzel bir ilişki sürdürürken artan kavgalar sonucu ayrılmaya karar verirler ve Clementine, Joel ile birlikte onu hatırlatan her şeyi hafızasından sildirir. Her ne kadar onu unutmak istemese de Joel'in yaptığı da onunkinden farklı değildir. Film, karakterleri karşı karşıya getirdiği soruyu bir taraftan seyirciye de soruyor. Hayatınızdaki en önemli kişileri ve olayları hatırlamasanız bile onları gerçekten kaybeder misiniz? Bunun cevabını ise hayat veriyor. Artık planları yapan hayattır ve hayat onlara isimleri, olayları, mekanları veya nesnelere unutmamanın duyguları da unutmak olmadığını öğretiyor.

Tahmin edersiniz ki, izleyicisine bu kadar farklı hissiyatlar tattıran film, yayınlandığı sene 'En İyi Özgün Senaryo Oscar'ını kazandı. Peki filme bu ödülü kazandıran neydi? Öyle görünüyor ki, bu sorunun birçok cevabı var ama "Yaşansa da biz de görebilir miyiz?" sorusuna neden olan hafıza sildirebilme ve romantizmle teknolojiyi bir araya getirme cesareti gösteren ilk yapım olması, ödülü Sil Baştan'a getiren unsurun ne olduğunu gayet iyi açıklıyor.

Film en başından itibaren seyircinin zihnini birçok soruyla karıştırıyor. Acaba şu an hafıza sildirmek mümkün olsaydı neyi unutmak isterdim ya da unutmak ister miydim? Anılarımız gitse bile duygularımız bizle kalır mı? Ne olursa olsun hatalarımıza da doğrularımıza kadar sahip çıkabilir miyiz? Hatalarımızı hafızamızdan sildirirsek de bütün hafızalardan silebilir miyiz?

Sil Baştan, akıllarda daha birçok soru işareti bırakan romantik dramı bilim kurguyla karıştıran ve kendimizi sorgulamamıza neden olan akıcı, etkileyici ve izlenesi bir film.



AYŞE AKGÜN
11-H

Okuduğunuz eserlerden tanıdığınız kahramanlar; aslında psikolojik bir rahatsızlığın ismini taşıyor olabilir mi? Bunu fark etmiş miydiniz?

Psikologlar ve psikiyatristler tarafından yapılan araştırmalar sonucunda tespit edilen bazı psikolojik rahatsızlıklar, bu rahatsızlıklarla özdeşleşen kurgu kahramanların isimleriyle tanımlanmıştır. Dünyada çok fazla sendrom vardır. İşte kahramanlarla anılan sendromlar ve semptomları:

KURTARILMAYA DUYULAN ÖZLEM



KÜLKEDİSİ KOMPLEKSİ: İlk kez Colette Dowling tarafından tanımlanan “Külkedisi kompleksi” çocuklukta yaşanan ebeveyn ihmalinden dolayı güvenli bağlanamayan kız çocuklarında görülmektedir. Hikâyede, külkedisi kız kardeşleri ve üvey annesi tarafından eleştirilip istismar edilmekte olan güzel, seçkin ve çalışkandır. Ancak, içinde bulunduğu durumdan kendi imkanlarıyla kurtulamaz. Dışardan destek almak durumunda kalır. – bu hikâyede peri ve prens olarak karşımıza çıkmaktadır. İşte, külkedisi kompleksini yaşayan kişiler de yalnızca bir erkeğin yardımıyla başarılı olabileceğini, içinde bulunduğu zor durumdan kurtulacağını düşünmektedir. Mutluluğun gelişi ve kaderin değişmesi dışarıdan gelecek birini bağlanmaktadır.

ANNESİNİN “MİNİK” YAVRULARI



Psikolojiye Tutulan Ayna:

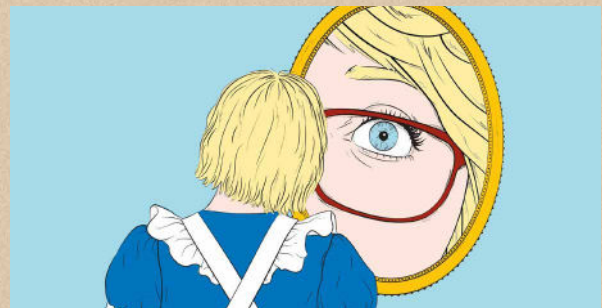
PETER PAN SENDROMU: Peter Pan hikâyesindeki büyümeyi reddeden haylaz çocuğu bilmeyen var mı? İşte, bu sendromu yaşayan bireyler de az çok Peter Pan'a benzemektedir desek yanlış olmaz. Büyüme korkusu olan çocuklarda ve olgun oldukları halde çocuk gibi davranan (sosyal açıdan) insanlarda görülen davranış bozukluklarıdır. Çocuk yaşta ebeveynlerin aşırı korumacılığının ileride gösterdiği yan etki de diyebiliriz. Her çocuk doğar; gelişiminin bir parçası olarak büyür ve yetişkinliğe adım atar. Ancak bu sendroma sahip erkekler -yapılan araştırmalara göre az sayıda kadınlar- yaşları kaç olursa olsun, büyümekten ve sorumluluk almaktan kaçır ve hep çocuk kalmak ister. Ve bazıları yaşları büyüye de gerek konuşmalarıyla gerek davranışlarıyla çocuk gibidirler. Bu sendromun içinde olanlar; sorumluluk almakta, hangi meslekte çalışmak istediğine karar vermekte, eğitimini tamamlamakta zorluk yaşarlar.

YAŞLANMAKTAN KORKMA!

DORIAN GRAY SENDROMU: Oscar Wilde'ın ebedi gençlik için ruhunu şeytana satan kahramanı Dorian Gray'den esinlenen bu sendromda; hastalık derecesinde genç kalma isteği ve bu isteğin arkasındaki ruhsal bozukluk bulunmaktadır. Daha genç olmak isteyen hatta istemekle kalmayıp, elinden geleni esirgemeyen bireyler aynı zamanda duygusal olgunlaşma süreçlerini tamamlamayı da reddederler. Dorian Gray'in Portresi'nde olduğu gibi bu uğurda cinayet işlemiyorlar belki ama günümüzde çok sık rastlanan bu sendromdan dolayı ciddi bütçeler, zaman ve efor harcanıyor.

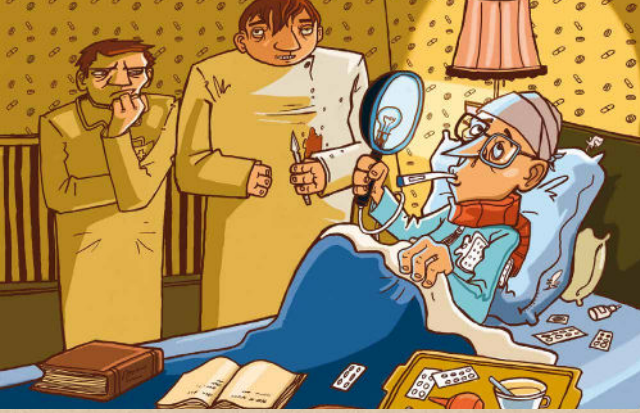
MASAL BU YA OLDU!

ALİCE HARİKALAR DİYARINDA SENDROMU: Hepimizin bildiği Lewis Carroll'a ait eserdeki anlatının gerçeğe dönüşmüş hâlidir. Bu sendromu yaşayan bireyler; kendi bedenlerini, çevrelerindeki nesnelere, olduğundan farklı algılamaktadırlar; beden algısını çarpıtmaktadırlar. Şekil, boyut, hareket veya renk gibi; nesnelere ya da kendimize dair farkındalık oluşturmamıza katkı sağlayan özelliklerde bozulmalar meydana gelmektedir. Nesnelere ya da uzuvlarını olduğundan daha büyük veya daha küçük, olduklarından daha uzak ya da daha yakın algılayabilir. Nörolojik bir durum olan bu sendrom aynı zamanda işitme, dokunma ve zaman algısında da değişikliklere neden olabilmektedir.



Edebiyat

BENİ FARK ET



MUNCHAUSEN SENDROMU: Kişinin çevresinden ve sağlık görevlilerinden ilgi görebilmek için kendini sürekli hasta etmesi veya bunun için uğraşması durumudur. İsmi "Baron Münchausen'in Maceraları" kitabındaki kahramandan almaktadır. İlgi çekmek için yapmış olduğu dünya seyahatinde yaşamadığı olayları yaşamış gibi anlatan kahraman, yalan olduğunu bildiği halde anlatmaya devam eder. Bu hastalığın görüldüğü kişiler de fiziksel veya zihinsel olarak hasta olma semptomlarını üretmeye çalışmak veya zorunlu olarak rol yapmak da dahil olmak üzere, bundan yararlanmak için hemen hemen her şeyi yaparlar.

"DOSTUM VAR MI Kİ? KİM DÜŞÜNÜR BENİ?"

BOVARİZM (MADAM BOVARY): Edebiyattan psikoloji literatürüne giren bir kavram: bovarizm. Bovarizm edebiyatta acı gerçekleri karşılarken, psikolojik anlamda tatminsizlik ve memnuniyetsizliği karşılamaktadır. Kişinin bulunduğu konumdan sıkılması, daha iyilerine layık olduğu düşüncesi, içinde bulunduğu memnuniyetsizliği ifade etmektedir. Bireyler; planladıkları gibi sonuçlanmayan deneyimlerden, sürekli bir biçimde hayal kırıklığına uğrama eğilimindedirler. Bu da çok fazla hayal kırıklığına neden olur. Beklentileri gerçekçi olmama ve hatta imkânsız olma eğilimindedir, bu da onların yerine getirilmesini daha az olası kılar. Bu sendroma sahip insanlar genelde terk edilme sorunları ya da çocukluklarında şefkat eksikliği gibi problemler yaşamıştır.

SANAT ZEHİRLENMESİ

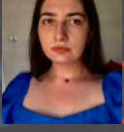


STENDHAL SENDROMU: Adını, İtalya'ya yaptığı gezi-den etkilenen adeta büyülenen Stendhal'den almaktadır. Sendromun belirtilerine geçmeden önce ufak bir hatırlatma yapalım. Stendhal, 1817'de Floransa'yı ziyareti sırasında, Michelangelo, Machiavelli ve Galileo Galilei'nin mezarlarının bulunduğu Santa Croce Bazilikası'nı gezmiş ve Giotto'nun freskleriyle süslü bazilikayı gördükten sonra kalp çarpıntısı ve halsizlik hissi yaşadığını aktarmıştır. İşte bu sendromu yaşayan insanların da bir tablo, heykel karşısında kalp atışları hızlanmakta, başı dönmekte hatta baygınlık geçirmektedir.

YA BENİMSİN YA BENİM!

OTHELLO SENDROMU: Adı, Shakespeare'in ünlü oyunu Othello'dan gelmektedir. Othello yakalandığı kıskançlık hastalığı nedeniyle, şüphelerinin içinde boğularak delice âşık olduğu karısını öldürür. Eserdeki kahraman gibi othello sendromu olan erkeklerde -seyrek olarak kadınlarda- patolojik kıskançlık görülür. Eşlerinin sadakatine ilişkin oluşan sanrılar ve saplantılar sonucunda tekrarlayan aldatma suçlamaları, delil aramaları, eşin tekrar tekrar sorgulanması, partnerinin sadakatininin test edilmesi sıklıkla görülmektedir.

Verilen örneklerden de görüldüğü üzere küçük yaşlardan beri öğretmenler ve aileler tarafından okumamızın istendiği her türlü eserin bize zevk ve heyecan vermenin yanı sıra başka önemli bir yanı olduğunu görüyoruz: bize dost olmaları. Hepimiz hayatın belirli zamanlarında bunalırız ve kimsenin bizi anlamayacağını düşünürüz. Oysaki elimize bir kitap alıp okusak yalnız olmadığımızı yaşayacağımız ve yaşadığımız olayların eskiden de yaşadığımızı bu yollardan tek geçmediğimizi anlayabiliriz. Hayat zaten bu şekildedir. Hepimiz kendimizi diğerlerinden farklı görsek de bazı durumlarda yaşadığımız psikolojik sorunlar aynıdır tıpkı atasözümüzde olan 'Her yiğidin yoğurt yiyişi farklıdır.' sözü gibi sadece bu psikolojik sorunda verdiğimiz tepkiler birbirimizden farklıdır. İşte edebiyat burada devreye girer. Ne yapacağımızı bilemediğimiz anda dünyanın öbür ucunda yazılmış eserlerle hayatımıza yön veririz. Edebiyat, psikolojinin aynasıdır. Öyle ki günümüzde çoğu hastalığın adı -az önce okuduğunuz sendromlar- edebiyattan yola çıkılarak verilmiştir. Yazarların olay ve durumları ne kadar güzel tahlillerle bize ulaştırdığını buradan anlayabiliriz. Bir olayı anlamak için olayı yaşamamız gerekmez. İnsanların ruh hallerinden de anlayamayabiliriz. Ancak daha verimli bir toplum olmak için en azından birbirimizi anlamaya çalışmalıyız edebiyat da çokça karakteriyle, durumlarıyla hayatımızda karşımıza çıkabilecek durumları bireyleri bize anlatır. Bu yüzden ki öğrencilik hayatımız boyunca oturduğumuz sıralarda her gün 'Okuyun!' sözlerini duyduk. Bizler okumadıkça birbirimizi anlamamız, sağlıklı bir toplum olmamız mümkün değil.



SELİNNAZ ÇOBAN
2020 Mezunu

YABANCI GÖRÜNTÜLER

“Halka açık bir sergide kendi yüzünüzle karşılaşsanız ne tepki verirdiniz, hele ki sergilenme sebebiniz çevre etiğine uymamak ise?”

Çoğumuz izlediğimiz polisiye yapımlarda polislerin katili bulmak için olay yerinde DNA arayışına girdiğini görmüştüzdür. Maktulün tırnak arasında olması muhtemel deri parçaları ya da kıyafetine düşen saç teli, çevrede bulunan parmak izleri veya tükürük. Amerikalı eğitimci ve sanatçı Heather Dewey-Hagborg ise bu DNA örneklerini bir sanata dönüştürmeyi tercih etti. Bununla birlikte insanların utanma duygusunu da kullanarak çevre kirliliğinin az da olsa önüne geçmeyi hedefledi.



Hagborg 2012-2013 yıllarında “Stranger Visions (Yabancı Görüntüler)” adlı sergisi için New York sokaklarında ve kamuya açık çeşitli alanlarda bulduğu saç, sigara izmariti ve sakız kalıntılarını laboratuvar ortamında inceleyerek çeşitli insanlara ait DNAlar elde etti. Yüz modelleme programları aracılığıyla da bu DNAları 3 boyutlu, renkli ve gerçek ölçekte portrelere dönüştürdü.

Çiğnenmiş sakız, saç teli, sigara izmariti, kullanılmış pipet gibi üzerinde kişinin genetik şifresini barındıran birçok materyali toplayarak bu materyallerin kimlere ait olduğunu ispatladı. Yani düşünmeden sokağa attığınız bir sigara izmaritini artık düşünerek atmanız gerekecek,

doğrusu atmamanız. Çünkü attığınız izmaritin üzerindeki DNAnız sayesinde çıkarılan üç boyutlu baskınız sokakta halka açık bir sergide sergileniyor.

“Stranger Visions (Yabancı Görüntüler)” adlı sergi Philadelphia’da bulunuyor. İnsanların sergiyi merak ederek gelip, gezerken de kendi yüzleriyle karşılaşma oranı çok yüksek. Ancak bu uygulamanın her alanda kullanılmadığı da bir gerçek. Hagborg, bu projeye başladığından beri yüz modelleme programlarının limitleri ve yanlısımları üzerinde araştırmalar yapıyor, yazılar yazıyor. Fakat uygulamanın henüz suç araştırmalarında kullanılmamasının çok doğru olmadığını da altını çiziyor.

Sadece bir sakız ya da küçük bir izmarit diyerek arkamızda o kadar çok şifre bırakıyor ve bu şifrelerin gelişen teknoloji sayesinde ne kadar farklı alanlarda kullanıldığını o kadar bilmiyoruz ki... Yapay zekanın insan gücünü geride bırakmasına ramak kaldı ve insanlık buna alışabilecek gibi görünmüyor. Önceden insan DNAsından bile bahsedemeyen şimdilerde geride bıraktığımız çöpten bile DNAmızı ortaya çıkaran bir zekadan söz ediyoruz...





HAVVA SOKULLU
Edebiyat Öğretmeni

BEYAZ KOD: ŞİDDET!

Aile hekimi yaşadığı dehşeti anlattı! Silahlı saldırıda yaralanan doktor! Yoğun bakım hemşiresine silahlı saldırı! Sağlık çalışanı darp edildi! Baba-oğul doktoru dövüldü! Doktora bıçaklı saldırı! Kadın doktora yumruk! Hasta yakınları acil servisi birbirine kattı! Sağlık memurunun burnunu kırdılar! Canım burnumda diyerek hemşireye kafa attı! Doktorun parmağını kırdı!

...

Yazılı ya da görsel basında sıklıkla karşımıza çıkan sağlık çalışanlarına yönelik şiddet haberlerinden bazılarının başlıklarını okudunuz. Sağlıkta Şiddet Raporu'na göre ağustos ayında 36, eylül ayında 25, ekim ayında 19 sağlık çalışanı şiddete maruz kaldı.

Kendi kendine ya da bir başkasına, grup ya da topluluğa yönelik olarak ölüme, yaralanmaya, ruhsal zedelenmeye ve gelişimsel bozukluğa neden olabilecek fiziksel zorlama, güç kullanımı ya da tehdidin maksatlı olarak kullanılması olarak tanımlanan şiddet; sağlık kurumlarında ise hasta, hasta yakınları ya da diğer herhangi bir bireyden gelen, sağlık çalışanı için risk oluşturan; tehdit davranışı, sözel tehdit, ekonomik istismar, fiziksel saldırı ve cinsel saldırıdan oluşan durum olarak tanımlanmaktadır.

Şiddet hayatın her alanında karşımıza çıkabilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre her yıl yarım milyona yakın insan öldürülmekte ve milyonlarca kişi şiddet bağlantılı yaralanmalardan olumsuz etkilenmektedir. Aile içinde, sokakta yaşayanlarda, ceza ve tutukevlerinde varlığı bilinen ve çözümler aranan şiddet olgusu son yıllarda hastane, kamu kuruluşları gb. alanlara da yayılmıştır. Günlük hayatta bütün sektörlerde çalışanlar şiddetten etkilenmekle beraber sağlık çalışanları dünyanın her yerinde yüksek oranda şiddet riski altındadır.

Şiddetin bahanesi ya da haklı gösterilme gibi bir durumu olamaz. Oldukça karışık bir davranış biçimi olan şiddetin kaynağı ile ilgili üç ana teori ileri sürülmektedir. 1. Biyolojik Teori: Bazı kişiler; nörotik, genetik ve hormonal fonksiyonları ile şiddete yatkındırlar. Bu teori şiddetle ilgili tıbbi bir yaklaşımın gerekli olduğunu öne sürer. 2. Sosyal Öğrenme Teorisi: Şiddet, diğer sosyal davranışlar gibi öğrenilen bir davranıştır. Öncesinde otoriter bir ortamda şiddet deneyimi yaşayan bir kişinin benzer ortamlardaki bir uyarıcı ile öfkesinin harekete geçmesi veya geçmiş yaşantısında şiddete maruz kalanların yaşamlarında şiddet

davranışını sürdürebilmeleri örnek verilebilir. 3. Zedelenme- Saldırganlık Teorisi: Burada de şiddet önemli beklentilerin yerine gelmemesi sonucu oluşan bir zedelenmeye yanittir ki sağlık kurumlarında karşımıza çıkan şiddet davranışının çoğunun arkasında bu neden yatmaktadır.

Bu teorilerin yanı sıra kamu hizmetlerinin yaygın olarak sunulduğu sağlık kurumlarında, 24 saat kesintisiz hizmet verilmesi, stresli aile üyelerinin varlığı, hastaların uzun süre beklemesi ve bakım hizmetlerinden yeterince yararlanamaması gibi şiddet riskini arttıran değişkenler bulunmaktadır. Ayrıca işlerin yoğun fakat personel sayısının az olması, aşırı kalabalık ortamda çalışma,

tek başına çalışma, şiddetle baş etme konusunda çalışanın eğitim yetersizliği ve

yeterli sayıda güvenlik elemanının olmaması gibi birtakım faktörler

de şiddet riskini arttıran unsurlar arasında sayılabilir. Sağlık bakım profesyonellerine yönelik şiddetin; ziyaretçiler, çalışma arkadaşları, hastalar ve hasta yakınlarını içeren çok çeşitli kaynakları vardır. Özellikle hasta yakınlarının bir an önce kendileriyle ilgilenilmesini istemesi, kendi hastalarının daha acil olduğunu düşünmeleri, bekleme odalarının düzensiz ve kalabalık olması, hasta ve hasta yakınlarının işlerin düzenli yürümediği veya içeri almada adil davranılmadığı hakkındaki şüphelerinin olması, sağlık çalışanlarının güvenlik ile ilgili işlerle ilgilenmesi risk faktörleri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Yapılan araştırmalarda şiddet gören sağlık çalışanlarının özelliklerine baktığımızda kadınların; meslek grubuna göre baktığımızda da hemşirelerin sonrasında da pratisyen hekimlerin daha sık şiddete maruz kaldığını görmekteyiz. Bir başka çalışma ise hastane güvenlik personellerinin de ciddi oranda şiddete maruz kaldığını göstermektedir. Şiddetin ortaya çıktığı ortamlarla ilgili bildirimlerde ise en sık acil servislere şiddetin görüldüğü belirtilmiştir. Branş bazında da cerrahi branşlarda şiddetin fazla olduğuna değinilmiştir. Şiddetin en sık olduğu saatse 16.00-20.00 olarak gösterilmektedir.

Sağlık çalışanlarına yönelik şiddet acil birimler başta olmak üzere önemli bir sorun olmaya devam etmektedir. Bu da sağlık çalışanlarının motivasyonunu bozmakta sosyal, psikolojik ve ekonomik kayıplar oluşturmaktadır. Bunun için en kısa sürede ciddi önlemler alınıp caydırıcı cezalar getirilmelidir.



TARİH SAYFALARINDAN GE

2019 Mart ayından bu yana küresel salgınla mücadele ediyoruz. Bir anda kendimizi, daha önce tarih kitaplarında ya da romanlarda okuduğumuz olayların benzerlerini yaşarken bulduk. Sağlık konusunda farkındalığımızın artmasına neden olan küresel salgın dolayısıyla bu sayımızdaki tamamını “sağlık” olarak belirledik. Ve küresel salgının insan psikolojisine etkisi ile tarihteki sağlık çalışmalarıyla ilgili olarak bu alanda çalışmalar yapmakta olan mezunumuz Akif YERLİOĞLU ile bir röportaj gerçekleştirdik.

1) Kısaca kendinizden ve eğitim yolculuğunuzdan bahsedebilir misiniz?



1984'te Kilis'te doğdum. Üç yaşında ailemle İstanbul'a taşındık. O zamanki adıyla Vatan Anadolu Lisesindeki ortaokul ve lise eğitimimi tamamladıktan sonra, 2002'de Boğaziçi Üniversitesinde psikoloji lisans programına başladım. Ardından da aynı okulda klinik psikoloji yüksek lisans programında devam edip 2010 yılında buradan mezun oldum. Yaklaşık 2 yıl kadar terapist olarak çalıştım. Sonrasında da alan değişikliği yaparak Harvard Üniversitesinde tarih doktora programına başladım. 2020 yılında doktora programını tamamladım. Hemen ardından Oslo Üniversitesi'nde 1 yıl kadar süren doktora sonrası araştırmacı pozisyonundan sonra da Boğaziçi Üniversitesinde tarih bölümünde öğretim üyesi olarak çalışmaya başladım.

2- Psikoloji mezunusunuz. Bir psikolog olarak tıp tarihine ilginiz nasıl oluştu da bu alana yönelmeye nasıl karar verdiniz? Bize psikoloji ve tıp tarihinin arasındaki ilişkiyi biraz bahsedebilir misiniz?

Akademide olmayı önceden beri istiyordum olsam da yüksek lisans eğitimimin sonuna doğru, psikoloji dışındaki alanlarla ilgili okumalar yapıp farklı disiplinlerden arkadaşlarımla sohbetler ederken ilgimi çeken tarih metinlerine rastladım. Bu esnada tıp tarihinin belli başlı alanlarının literatürde çok derinlikli olarak incelenmediğini de fark ettim. Birkaç tarihçi arkadaşımın da cesaretlendirmesiyle “Tarih alanında doktora yapabilir miyim?” sorusunu ciddiyetle düşünmeye başladım. Biraz da tesadüflerin yardımıyla, kendimi yeni bir alanda öğrencilik yaparken, yeni şeyler öğrenme çabası için-

deyken buldum. Zaten bu öğrencilik halinin sonu da pek gelmiyor akademide.

Psikoloji bilimi, davranışlarımızın ardındaki mekanizmaları, altta daha derinlerde yatan motivasyonları inceliyor, en kısa ifadeyle. “Kişisel tarih”e odaklanıyor da diyebiliriz. Böyle ilginç bir bağlantı kurulabilir iki alan arasında; ama açıkçası bu iki akademik disiplin birbirine pek de yakın bölümler olagelmemiştir. Neredeyse farklı dilleri konuşuyorlar. O yüzden alan değiştirdiğimde açıkçası ben de zorluk yaşamıştım.

3- Yaptığınız çalışmalara bakınca Koç Üniversitesi ANAMED’de tıbb-ı cedid (yeni tıp) semsiyesi altında toplanan yenilikçi fikirler üzerinde çalıştığınızı görüyoruz. Bu çalışmalarla ilgili bilgi verebilir misiniz?

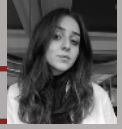
Bahsettiğiniz, genel olarak benim doktora araştırmamda eğildiğim konu. Osmanlı bilgi üretim faaliyetlerinde 17. yüzyıla baktığımızda, tıp dahil birçok alanda Avrupa’daki gelişmelere ilgi duyan Osmanlı alimleri olduğunu görüyoruz. Öte yandan Avrupa’dan gelip Osmanlı topraklarında bir süre zaman geçirerek geldikleri yerlerdeki tartışmaları Osmanlı alimleri ile paylaşan, onlarla bilgi alışverişi içinde bulunan kişilerin olduğunu da biliyoruz. Tıpta da bu yüzyılın ortalarında başlayan ama özellikle 18. yüzyılda etkisini yoğunluklu bir şekilde gösteren yeni tıbbi fikirler ortaya çıkıyor. Özetle, kimyadan elde edilen bilgilerin tıpta nasıl kullanılabileceği ile ilgili önemli tartışmalar açığa çıkıyor bu zamanda. Ben de bu “yeni tıp” (tıbb-ı cedid) mefhumunu anlamaya çalışıyorum. Neler yeni? Kimler bunlarla ilgileniyor?

4- Osmanlı’da tıp çalışmaları 18. yüzyıldan önceki dönemlerde İbn Sina, Râzi gibi İslam tıbbi hekimlerinin çalışmaları etkisinde yürütülürken 18. yüzyıldan sonra Batı’dan gelen tıp akımlarının etkisinde yürütülmüş. Geçmişten günümüze tıbbın gelişim sürecini bize anlatır mısınız?

Bu süreci daha iyi anlayabilmek için İbn Sina ve Razi’den de önceye, antik Yunan ve Roma dönemlerine gitmek lazım. Dünyadaki birçok medeniyet, beden işleyişi ve hastalıklarla ilgili birçok soru sormuş ve sahip oldukları bilgi ve teknoloji çerçevesinde belli cevaplar ortaya koymuştur. Bunların içinde o dönemin anlayışıyla en tutarlı ve kapsayıcı cevapları Galen ve Hipokrat’ın verdiği görülüyor. Öyle ki, bu iki önemli filozof ve hekimin ortaya attığı düşünceler yüzyıllar boyunca Akdeniz havzasındaki birçok toplum tarafından doğru kabul edilmiş ve tedaviler ona göre düzenlenmiştir. Çok kısaca bahsedecek olursak, “Galenik tıp” olarak adlandırılan bu anlayışa göre, vücudumuzda bulunduğu inanılan dört temel vücut sıvısı mümkün olduğunca denge içinde bulunduğu zaman sağlıklı bedenlerden bahsedebiliriz.

LEN SAĞLIK ve UMUT

NEŞE AZRA EKİNCİ
11 - H



Ne zaman ki aralarındaki denge şaşarsa, bir çeşit hastalık baş gösteriyor. Yunanlı alimlerin yaptığı tespitler ve ortaya koyduğu iddiaları Arap coğrafyasında özellikle Abbasiler döneminde ilgiyle karşılayan birçok alim bulunuyordu. Kıymet verdikleri bu eserlerin Arapça'ya ve başka dillere çevrilmesi için ciddi bir çaba sarf ettiklerini biliyoruz. Onlar sayesinde yüzyıllar öncesinden kalan bilgi birikimi sonraki kuşaklara aktarılabilirdi. İbn Sina ve Razi gibi önemli hekimler ise bu bilgileri kendi deneyimlerinin süzgecinden geçirerek herkesin daha rahat kullanabileceği ve anlayabileceği çok önemli kitaplar yazdılar. İbn Sina'nın Kanun adlı eseri, tıptaki bu bilgi birikimini ansiklopedik olarak öyle güzel derlemişti ki, uzun süre hem Avrupa üniversitelerinde hem Osmanlı medreselerinde tıp müfredatının temel eserleri arasında oldu. Öte yandan, Avrupa'da özellikle 16. yüzyılda tıp alanında çok önemli tespitler yapılmış ve eski bilgi dağarcığı içindeki yanlışlar düzeltilmeye başlanmış, yeni sorgulamalar ortaya koyulmuştu. Bu bilgilerin hızla yayılmasında tabii ki matbaanın kullanımının önemini de unutmamalıyız. Osmanlı alimlerinin bir bölümü her ne kadar bu yeni bilgilerle ilgilendilerse de bilgi aktarımı çok daha yavaş oldu. Osmanlı İmparatorluğu'ndaki tıp medreseleri de Avrupa'dakine benzer bir bilgi üretimi rekabeti içinde olmadığı için gelişmelerin daha düşük yoğunluklu olduğunu gözlemliyoruz. O yüzden 18. yüzyıldan itibaren Batı'daki gelişmeleri çevirme, anlama ve uygulama süreci tedrici ve yavaş gelişti.

5- 1827'de Tıbhane-i Amire'de başlayan tıp eğitim programının dönemi için oldukça ileri olduğu değerlendirilebilir. Fakat tıp eğitiminin medreseden gerçek anlamda bir fakülteye geçişi yaklaşık bir asırda tamamlanabilmiş. Bunun nedenleri olarak neleri söyleyebilirsiniz?

Buna 19. yüzyıl tıp eğitimi üzerine detaylı çalışmalar yapan meslektaşlarım daha kapsamlı cevap vereceklerdir ama kısaca yanıtlayacak olursam, modern anlamda bir tıp okulunun kurumsal bir işlerlik kazanması bir anda olmadı. Topyekûn yepyeni bir müfredatın benimsenmesi, okulda öğretilen yeni bir dile, yabancı hocalara adaptasyon, anatomi gibi yeni derslerin düzeni, kurumsal yapının oluşması için tabii ki zaman isteyen şeylerdi. Toplumumuzda hala kurumların bir bina açılışıyla yerleşik hale geleceğine dair bir "iyimserlik" var. O yüzden köklü kurumlarda da kolaylıkla yıkıcı değişikliklere gidebiliyoruz maalesef. Halbuki kurum tarihi çalışan meslektaşların da gösterdiği üzere, kurumsallaşmak öyle kolay bir iş değil.

6- Tıp tarihinin gelişim sürecinden ve yürütülen çalışmalardan bahsettik hep. Tıp tarihinde kötü sonuçlanmış olaylar da mutlaka vardır. Bize hiç unutulmayan ve olumsuz sonuçlanmış bir olayı anlatır mısınız?

Aslında tıp tarihi iyi niyetlerle yola çıkılıp kötü sonuçlanan olaylarla dolu, zikrettiğiniz gibi örneklere bakarsak. Aklıma ilk gelen örneklerden biri, bugün fazlasıyla zehirli olabileceğini bildiğimiz civanın birçok tedavide

kullanılmış olması. Hem de çok uzun bir süre boyunca... Ya da bugün ciddi bağımlılıklar yaratacağını bildiğimiz birçok maddenin, farklı dönemlerde tedavi ettiği düşünülerek birçok hastalık için kolaylıkla verildiği gerçeğini düşünebiliriz. Bugün de modern tıpta, yan etki çalışmalarına verilen önem ve harcanan bütçeleri düşünürsek, kullanılan yeni bir ilacın, uygulanan yeni bir tedavinin ilk başta gözden kaçabilen ne gibi sonuçlar yaratacağını olabildiğince hesaplamaya çalışıyor alandaki herkes.

7- Bundan yaklaşık 200 yıl önce zorlu koşullar içinde bugün de çok önemli olarak görülen hatta bunun için ayrı bilim dallarının oluşturulduğu, tıp eğitimi ve yapılanmasının adımlarını büyük cesaretle başlatan bazı önemli isimler var. Bir tıp tarihçisinin yanında bir psikolog olarak bu kişileri tanımak sizi nasıl etkiledi kendinize ve bize ne konuda öncü olmuşlardır?

Az önce de bahsettiğimiz modern tıp mektebini kastediyorsunuz sanırım. Kurucularına, hocalarına, öğrencilerine baktığımızda özveriyle dolu birçok insan karşımıza çıkıyor. Buna bir örnek vermek gerekirse, mektepteki başarılı birkaç öğrencinin kendi sorumluluklarının yanında bazı yabancı ders kitaplarını Türkçeye çevirip daha sonra açılacak ve Türkçe eğitim yapacak olan tıp mektebinin kitaplarını hazırlamaya katkıda bulduklarını biliyoruz. Ciddi imkansızlıklar içinde, ellerinden gelenin en iyisini yapan ilham verici birçok insan bulabiliriz.

8- Son olarak; bir buçuk yıldır bir pandemi ile yaşıyoruz ve bu sene dergimizde sağlık temasını seçtik. Peki hem bir psikolog hem de bir tıp tarihçisi gözüyle, tarihe baktığımızda ve bugüne döndüğümüzde devam eden pandemi ile ilgili bizlere ne söyleyebilir?

İnsan psikolojisini kötü yönde etkileyen temel şeylerden biri belirsizlik hali. Pandemi gibi süreçlerde ise bu belirsizlik halinin çok uzun zamanlara yayıldığını görüyoruz. Günümüzde hâlâ bitmeyen varyantlardan, muhtemel yeni tehlikelerden bahsediliyor. Bu pandemi sona eriyor gibi olsa dahi ne kadar sonra benzerlerini göreceğimiz üzerine tartışmalar yürütülüyor. Muhakkak ki, bu kadar süren belirsizlik ve tehlikelere karşı alarm pozisyonunda olma hali, birçok insanı umutsuzluğa ve yoğun kaygı bozukluklarına da itiyor. Ama umutlu bir tablo görmek istersek belki de yine tıp tarihini yardıma çağırıp önceki pandemilerin de birçok bilim insanının özverisi ve çabası ile çözümler üretilerek atlatıldığını hatırlayabiliriz. Belki geçmişin bu sayfalarından umut ve sabır devşirebiliriz.

Harvard Üniversitesi Tarih ve Orta Doğu Çalışmaları ortak programında doktora adayı olan Akif Ercihan Yerlioğlu, 2007'de Boğaziçi Üniversitesinde psikoloji alanında lisans yine aynı üniversitede 2010 yılında klinik psikoloji dalında yüksek lisansı derecesi almış ve psikoterapist olarak çalışmıştır. Halen Boğaziçi Üniversitesinde doçent olan Yerlioğlu'nun başlıca ilgi alanları, tıp tarihi ve erken modern dönem tedavi pratiklerinin sosyal tarihidir. Erken modern dönem Osmanlı tabiplerinin yazdığı tıp metinlerini ve sağlık piyasasında devlet ile hekimler arasında yaşanan etkileşimleri analiz etmektedir.



YAĞMUR ÖZSÜER

11 - G

SALGINLARDA

Göçebe kültüründe, avcı-toplayıcı atalarımızda pek karşılaşmadığımız ancak yerleşik hayata geçtiğimizden beri gerek tarımla gerek ticaretle gerekse ulaşım yaydığımız ve " salgın" haline getirmiş olduğumuz hastalıklar, bize insan psikolojisi hakkında çokça bilgi vermektedir. Eğer salgın dönemlerini dikkatle incelersek salgınlarda yaşanan birçok olayın insan davranışlarına etki ettiğini ve bu davranışların geçmişten günümüze mekân fark etmeksizin tüm salgınlarda benzerlik gösterdiğini görüyoruz. Hatta bu benzerlikleri yeterince incelediğimizde salgınlara gelecekteki seyri hakkında çıkarımlar yapmamız bile mümkün oluyor.

Peki, zaman ve mekândan bağımsız her salgın döneminde görülen bu benzer davranışlar nelerdir? Araştırmalarımız bizi şu sonuçlara götürüyor:

"Bir Arkadaşımın Arkadaşı Gönderdi!"

Salgın Dönemindeki Komplo Teorileri: "İnfodemi"

Salgın zamanı en önemli problemlerden biri, bilimsel olduğu düşünülen fakat bilimsellikten çok uzak olan, kaynağı tespit edilemeyen birtakım yaygın görüşlerin aynı konudaki bilimsel verilerle ters düşmesidir. Yani aslında bilimsel olduğu zannedilen birtakım bilgiler, halk arasında yayılırken biçim değiştirmekte ve bu "mutasyon" a uğramış bilgi daha hızlı kabul görmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nün "infodemi" olarak tanımladığı bu durum, pandeminin seyrini etkileyen önemli olayları da beraberinde getirmektedir. Örneğin aşya güvensizliğin en yaygın iddialarından biri olan, "çip takma" mevzusunun temeli aslında çok farklı bir habere dayanıyor. 2019 yılında Bill Gates, Reddit'in "Ask Me Anything" adlı oturumunda koronavirüs için test edilen ve kimin aşısı olduğunu da gösterebilen "dijital sertifikalar" üreteceğini söylüyor. 2018 yılında başlayan Microsoft patentli bu çalışma ID2020 adını taşıyor ve deriye yerleştirilecek bir verici sayesinde insanlarla ilgili verilere anlık erişmeyi sağlıyor. Yani aslında bu projenin amacı, Dünya çapındaki bütün belgesiz, kimliksiz, yaşadığı bölgede kaydı bulunmayan insanların dijital bir kimliğe sahip olması. Fakat henüz yeni şekillenen bu proje, bazı insanlar tarafından çok farklı yorumlanıyor ve "Bill Gates insanlara çip takmaya çalışıyor!" şeklinde ifadelerle diğer insanlara aktarılıyor. Bu bilgi yalan yanlış şekilde yayıldıkça, komplo teorileriyle dolu insan zihni sayısı gitgide artıyor ve bu durum hem çok öfkeli hem de aşya karşıtı bir kitleyi oluşturuyor. İnsan zihninin ne kadar kolay manipüle edilebildiğini kanıtlayan bu durumun, geçmiş yıllardaki salgınlarda da birçok örneği karşımıza çıkmaktadır. Öyle

ki bazı zamanlar, tıp biliminin içindeki, alanın uzmanı dediğimiz insanlar bile birtakım manipülasyonlara öncülük olabiliyorlar. 1998'de Andrew Wakefield, "The Lancet" dergisinde yayımladığı bir araştırmada MMR aşısı (kızamık, kabakulak, kızamıkçık) ile otizm arasında bir bağlantı olduğunu öne sürmüştür. Bilim dünyası, kısa zamanda çalışmanın yazarı Andrew Wakefield'in "hileye" başvurarak sonuçları manipüle ettiğini tespit etmiş, araştırmayı kaldıran The Lancet dergisi çalışmayı yalancılığın ancak bunun gerçek olmadığını kanıtlayan birçok bilimsel çalışma yapılmış olmasına rağmen, hâlâ bugün aşılarda otizme sebep olduğuna inanarak insanlar bulunmaktadır. Ve maalesef bu sahte çalışma günümüzde de aşya karşıtları tarafından sıklıkla "bilimsel argüman" olarak kullanılmaktadır.

Salgın Döneminde "Tıp Bilimine Güvensizlik"

Tecrübelerden ders çıkarmak yerine yüzyıllar geçse de aynı yanlışların yapıldığını görmekteyiz. Yapmaktan vazgeçilmeyen yanlışlardan biri de salgın zamanı tıp bilimine güvenmemektir.

Bu "güvensizlik" hâlini tetikleyen faktörlerin bilimsel açıklamalar; tecrübeden doğan varsayımlara, toplumların geleneklerine, insanların sezgilerine ve his dünyasına aykırı olduğunda ortaya çıktığını görmekteyiz. Bu durumu geçmişten ve günümüzden örneklerle inceleyelim:

1885 yılında Louis Pasteur, tıpta ciddi bir gelişmeye sebep olan kuduz aşısını bulduğunda aşya kâr etmekle suçlandı.

18. yüzyılda da Edward Jenner'ın geliştirdiği çiçek aşısı, tıpkı kuduz aşısı gibi çokça eleştirilmiştir. Bu eleştirilerin kaynaklarından biri, bazı şüphecilerin çiçek hastalığının atmosferdeki çürüyen bir maddeden kaynaklandığı iddia etmesiydi.

1920'lerde, aşılarda etkinliğini artırmak için bir adjuvan (bazı ilaçların etkisini arttırmak için kullanılır) olarak alüminyum tuzları kullanılmaya başlandı. Yarım yüzyıldan fazla bir süre sonra, bu tuzlar, Fransa'da E3M Derneği tarafından makrofajik miyofasit hastalığına sebep olmakla suçlandı. Aşılarla karşıtı yine şüphe ortamı yaratıldı.

Ağustos 2020'den bu yana aşya sayesinde resmen Afrika'dan silinen çocuk felci (polyo), Afganistan'da direniyor. Bunun sebebi ise Taliban'ın, aşya kampanyalarını Müslüman çocukları kısırlaştırmaya yönelik Batılı bir komplo olduğunu iddia ederek kampanyaları yasaklamasıdır.

İNSAN PSİKOLOJİSİ

Salgın Döneminde Dini – Batıl İnançlar

Salgınlara karşı tıp dünyasının aldığı tedbirler, bazı zamanlar insanların ilahi ve ulvi düşüncelerine ters düşebiliyor. Ve bu durum, belli bir kesim için bilimsel gelişmelere karşıtık oluşturuyor. Geçmişten günümüze her farklı salgında da bu bakış açısının maalesef değişmediğini hatta bu konuda yol kat edilemediğini görüyoruz. Bu konuyla ilgili örnekler verecek olursak;

Çiçek aşısı, bir çocuğun kolunun çizilmesini ve önceden bağışıklık kazanmış bünyedeki bir kabarcıktan alınan lenfin eklenmesini içeriyordu. Yerel rahiplerin de dahil olduğu bazı eleştirmenlere göre aşı dine aykırıydı çünkü hayvandan geliyordu.

Başka bir hurafe ise 11 Kasım 1577’de, İstanbul semalarında görülen kuyruklu yıldızla alakalıydı. Halkta heyecan ve korku yaratan kuyruklu yıldız bir ay boyunca her gece izlendi. Kuyruklu yıldızdan sonra İstanbul’da önce veba salgını başladı. Aynı yıl bir de deprem oldu. Çaresiz her toplumda olduğu gibi hurafeler kulaktan kulağa yayıldı: Felaketin nedeni rasathaneydi! Çünkü buradan meleklerin bacaklarına bakılıyordu! Kimse çıkıp, “1539, 1573, 1576 yıllarında da veba oldu. Zaten depremler hep oluyor” demedi.

Kanunî Dönemi’nde hastalıktan kaçıp kurtulmak isteyenlerle alay edilmekte, ayrıca hastalığın bulaşıcı olduğu fikri tamamen reddedilmekteydi. Bu yıllarda vebadan korunma konusunda Sultan Süleyman’ın, hastalıktan kaçmanın Allah’ın iradesine karşı gelmek anlamına geleceği şeklindeki bir açıklaması olduğu da iddia edilmektedir.

Fransız gezgin Jean du Mont 1690 yılında Osmanlı’ya yaptığı geziden edindiği izlenimleri şöyle aktarıyor: “Kadere inançları o kadar kuvvetlidir ki bulaşıcı hastalıklardan korunmak için tedbir almaya gerek görmezler. Böyle durumlarda önlem alan Hıristiyanlara da kızarlar. Bir Fransız bana geçen gün başından geçen bir olayı anlattı: Sokakta yürürken vebadan ölmüş bir adamı taşıyan birkaç Türk görmüş. Bunlardan kaçmak için yolunu değiştirmiş. Fakat o adamlardan biri koşarak ona yetişmiş, yaralı göğsünü açarak ona sürtünmüş ve “Ölüye ve ölen adamlara saygı ve yardım etmeyi öğren” demiş. Kısacası bunlardan hiçbirinin mucize olmadan kurtulmalarına olanak yoktu. Bulaşıcı hastalık bulunan yerden gelenlerden kaçınmıyorlar. Günümüzde yaşadığımız salgında da maalesef benzer durumlarla karşılaşmaktayız.

Damgalama, Suçlama ve Şiddet

Salgınların etkilediği farklı coğrafyalarda, farklı dö-

nemlerde ve toplumlarda görülen ortak davranışlardan biri de egemen olan toplumsal grubun dışında kalanların, azınlık ya da farklı olanların, savunmasız veya kırılğan olanların suçlanması, damgalanması ve hedef gösterilmesidir. Bu durum yabancı düşmanlığının (zenofobinin) yayılmasında ve şiddetin açığa çıkmasında önemli rol oynamaktadır. Geçmişte de günümüzde de salgınların toplumsal gruplar arasındaki ilişkiyi, derinden etkilediğini görüyoruz. Veba Avrupa’da yayılmaya başladığında çeşitli ülkelerdeki Yahudiler kentteki su kuyularını zehirlemekle suçlanmış, günah keçisi ilan edilip bir kısmı sürgüne gönderilmiş, bazı şehirlerde ise yakılarak ya da işkence ile öldürülmüştür. Kara Ölüm’ün ardından 1630 yılında patlak veren veba dalgasında, İspanya’daki Fransızlar zehir saçan insanlar olarak damgalanmış 19 ve 20. yüzyılda ABD’de ortaya çıkan veba, kolera ve tifüs gibi salgınlarda, İtalyan ve Meksikalı gibi göçmen işçiler “kirli”, “mikrop yuvası” ve “günah keçisi” ilan edilmiştir. COVID-19 pandemisi sırasında ise farklı ülkelerde insanların çeşitli ayrımcılıklara maruz kaldıklarını gördük. Salgınin kökeni, sebebi ya da yayıcıları olarak damgalan, günah keçisi ilan edilen bazı gruplara yönelik şiddet eylemlerinin yaşandığına da tanık olduk.

Salgın Döneminde Fırsatçılık

Salgın döneminin zorluklarından, toplumun acil ihtiyaçlarından faydalanılması özellikle pandeminin başında çokça karşılaştığımız bir durum. Dezenfektan, kolonya, maske fiyatlarının iki-üç katına çıkmasıyla ciddi kâra geçilmiş, talep miktarı arttıkça kâr oranları oransız bir şekilde yükselmeye devam etmiştir. COVID-19 pandemisinde deneyimlediğimiz bu olayın örneğini geçmiş pandemilerden verecek olursak, veba salgınında yaşanan durum bunun en iyi örneği olacaktır. İstanbul’u teslim alan veba salgınından dolayı 1812 yılı boyunca günde yaklaşık olarak 2 bin cenaze defnediliyordu. Veba yüzünden gerçekleşen ölümler, mezarlıklar ile kefen satıcılarını kapsayan yeni bir ekonomik alan oluşturmaya başladı ve tıpkı günümüz salgınındaki gibi birçok insan mağduriyet yaşadı.

COVID-19 pandemisinin yarattığı korku ya da tehlikeyle geçmişteki salgınlara duyulan merak da giderek yayıldığından bu dönemde en çok sorulan sorular, geçmiş pandemilerde neler yaşandığı, ne tür tepkiler verildiği, pandemiden nasıl dersler çıkarılabileceği gibi birbirine benzer ve bir tür “tarihsel reçete” talep eden sorulardı. COVID-19’u geçmiş pandemilerle karşılaştırıp çeşitli dersler çıkarmaya çalışmalıyız ancak yine de tarihsel analogilerin sınırlılığı konusunda dikkatli olmalıyız.

KAYNAKÇA

- <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/duyurular/tarihtekibulasicihastalıklar.pdf&org/asi-karsiti-kampyanaların-tarihcesi-1574> <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1238220> & <https://evrimagaci.org/asi-karsiti-kampyanaların-tarihcesi-1574>
- <https://www.youtube.com/watch?v=U0zshGAwJ7k>
- <https://www.birgun.net/haber/salgin-hastalıkların-toplumsal-etkileri-uzerine-291803>
- <https://www.ekopara.com/haber/salgin-hastalıkların-tarihi-cok-eskilere-dayanıyor>
- <http://www.yeditepehastanesi.com.tr/pandemi-yi-sekillendirecek-dogru-davranis-bicimleri>
- <https://tr.euronews.com/2021/08/09/tarihte-as-kars-tl-g-ilk-olarak-ne-zaman-ortaya-c-k-t-neden-kars-c-k-ld>
- https://yuksekihtisasuniversitesi.edu.tr/uploads/docs/corona/1588943216_covld-19bireylertoplumpsik-etki.pdf
- <https://teyit.org/salginin-en-gozde-yanlis-bilgileri>



EYLÜL ARAVİ
12 - H

Yitirmeden Anlamaz İnsan

Uşulca aynanın karşısına geçtim ve ağlamaktan kızarmış gözlerime birkaç saniye baktım. Üzerime dış macunu lekesi taşıyan, rengi yıkanmaktan solmuş pembemsi bir tişört giymiştim. Bu sefil görüntümü bana bir beden büyük gelen ve paçalarının dikişleri yırtılmış mavi renk pijamamla taçlandırıyordum. Saçlarım darmadağınikti. Oysaki daha geçen hafta gitmişim kuaföre. Adetimin olduğu üzere yapmacık bir mutlulukla karşılaşmışım yeni saç modelimi. Ama sokakta yürürken gözlerimin dolmasından anlamışım aynadaki görüntümden hiç hoşnut kalmadığımı. Şimdi durup dururken ne gerek vardı böyle bir değişikliğe, dedim kendime. Sonra aklıma geldi: Gözlerim olur olmadık doluyordu bu sıralar, tadım tuzum yoktu, geçmişi sorgulamaktan anı yaşamayı unutmuştum, her gün aklımda kurduğum felaket senaryolarıyla mücadele etmeye çalışıyordum. Tüm bunları dayanak göstererek saç kestirme klişesine başvurduğum yani, dedi içimden bir ses. Nesin sen, bol dramlı Türk filmlerinden fırlamış bir karakter mi? Geçen haftadan bugüne çok şey değişmişti aslında. Benim çalkantılı duygu durumuma iyi gelen tek yere, okuluma, gidemez olmuşum. Sadece ben mi? Tüm dünya eve hapsolmuştu. Bazen balkona çıkıp eskiden özgürce dolaştığım sokaklara özlemlerle baktığımı anımsıyorum.

Kabullenemiyordum. Neyi mi? Markete giderken daha önce hiç hissetmediğim türden bir korkunun içimi kemirmesini, dışarıda mis gibi hava varken maske takmayı, eve gelen her ürünü paranoyakça deterjanlı sularla yıkamayı kabullenemiyordum. Aslında akşam olunca başlıyordu benim işkencem. Vefat eden insanların sayısı her gün yüzüme tokat gibi çarptığında... Sevdiklerimin özlemi beni gözyaşlarına boğarken dünyanın dört bir yanında hiç görmediğim insanların çektiği acılar da sızlatıyordu yüreğimi. Hepsi gerçetti, acımasız bir gerçetti ve tüm bunlar bir yanı paramparça olmuş ruhuma fazla değil miydi? Zaten ben hep parçalı bulutluydum hatta yer yer sağanak yağışlıydım desek daha doğru olur. Psikolojimizin sınırlarını zorlayan bu günlerin öncesinde de ağlamak, sızlanmak ve mutsuz olmak için birçok sebebim vardı ya da ben kendime sebepler uyduruyordum. Ama şimdi tüm bu durumlar daha da üzerime geliyordu. Sağlığımın yerinde olması tek tesellimdi. Peki o zaman bu memnuniyetsizliklerin sebebi neydi? Bu ağlamaların bir anlamı olmalı, diyordu içimden bir ses. Bir yanımda şımarıklığı kesmemi öğütüyordu. Kısacası yine kendi içimde bir savaşın eşliğine gelmişim. Birkaç ay sonra

Tek yaptığım uyumaktı. Uyumak ve yeniden uyumak... Vücudumun ağrıdığını hissediyordum ama her zamanki gibi değildi. Canlı ve acımasız bir varlık içimde geziniyor ve canımı yakıyordu sanki. Gözlerimi hareket ettirdikçe acıyı hissediyordum. Ateşim vardı.

Sıcaklığı fark etmek hiç de güç değildi, emin olduğum için ölçmeyi bile bırakmışım. Tek yapabildiğim ilaç almaktı. İşin kötü tarafı bu durumda olan sadece ben değildim. Hatta ben şanslı olan taraftım çünkü annem ve babam daha ağırdı. Sanki vücudumuz isyan başlatmıştı. Yemek yiyemiyorduk, ayağa kalkıp dolaşamıyorduk. Ayrı odalarda kalıyorduk, maske takıyorduk. Konuştuğumuz tek konu ambulans çağırma ile ilgiliydi.

Evet, artık ağlamak için yeterli sebebim vardı sanırım. Sağlığımızı kaybetmiştik. Elimden hiçbir şey gelmiyordu. Kendimi ilk defa bu kadar çaresiz hissettim. Ne yapacağımı bilemez halde kafamı yastığıma gömdüm. Birkaç hafta sonra

Bizim için her şey normale dönmeye başlıyordu. Hastalığı çok zor ve yıpratıcı bir şekilde atlatmıştık. Babam, ağır geçirdiği için düzenli olarak kontrollere gidip kan verecekti. Annem ve ben biraz daha şanslıydık. Şimdilik üzerimize düşen evi dip köşe temizleyip mikroplardan arındırmaktı.

Ben ise bu süreçte hayatta en önemli şeyin sağlık olduğu fark ettim. Her şeyin başı sağlık, derler ya çok haklılar mı meğerse. Bunu sadece anlamakla yetinmek yetmiyordu elbette. Artık nefes aldığım her anın kıymetini biliyordum. Kendimi üzecek bahaneler yaratmıyordum. Sorun sandığım küçük olayları gözümde ve aklımda büyütüp kendime dert etmiyordum. Çünkü asıl zorluğu yaşayıp öğrenmişim. Sağlığın değerini kaybedince anlamışım. Yaşadıklarım aklıma Nazım Hikmet'in şu sözlerini getiriyordu:

"Diyelim ki, ağır ameliyatlara hastayız,

Yani, artık o beyaz masadan hiç kalkmamak ihtimali de var.

Duymamak mümkün değilse de biraz erken gitmenin kederini

Biz yine de geleceğiz anlatılan Bektaşî fıkrasına,

Hava yağmurlu mu diye bakacağız pencereden,

Yahut da yine sabırsızlıkla bekleyeceğiz

en son ajans haberlerini."

Bir mola verdim hüznüme
Güneş, parlak ve sıcak;
Toprak bağışlayıcı ve cömert.
Rüzgâr yumuşak bir dokunuşla okşuyor yüzümü.

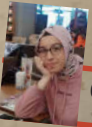
Doğa yeşil ve canlı,
Gökyüzü parlak mavi ve umut verici.
Bugün yalnız olmak da güzel,
Mutluluklar bir başka sahici.

Koskoca dünyanın sadece bir zerresiyim.
Dünyanın içindeyim, ait olduğum yerdeyim.
Güneş benim, toprak benim, su benim...
Ben dünyayım dünya benim!

Ait olmanın huzurunu hissetmekteyim
Bir ağaçta dal olmak gibi
Okyanusta bir kum tanesi...
Dünyanın bir parçası
Dünyadan bağımsız, hürüm!

Dünya sabit ben değişmekteyim.
Dünya olduğu yerde kendini tekrar ederken
Ben ondan geçip gitmekteyim.

Kalbime güneşin sıcaklığını,
Toprağın yumuşaklığını aldım;
Gülün kokusu sindi üzerime,
Ekmeğin tadı damağımda.
Ben senden sadece geçiyordum dünya...



GÜLFER ENİSE ÖZBEK
11 - E

Dört Gönül Bayramı

İLKE TOPRAK
11 - H



Yıkılmış mabedin gördüğüm tüm tozları midemi bulandırdı
Geç kalınmış dönemlerin rengarenk suları mı karşılıyor beni?
Yoksa bütün derelerin dış ağrılarını mı ortağım
Aynılık sancırdı iğrenç anlaşılmaz sözlerde
Sen istediğim hayalini içinden gelen yegâne şeysin

Nefeslerde yangınlar söndürdü yapmadıkların
Toprağa mahsus acizlik, külyanmaz
Biz, en geniş ufukların kardelenlerinden başladık
Uzandığımız dünlerden kavisli çardaklar
Ummadığımız bir sarının yakışsız şirinliğinde bitti
Bir nihavend şarkıda acem perdesi
Kayışlarda yaylanır aşk ayeti -sanki kusunmuş gibi-
Tek başına döndüğünde gıcır gıcır düşünceler bulacakşın
İlk ölünü gömdüğün gecenin uykusu gibi

Koyun koyun yünler yutmuşlar eğilmiş serviler
Duruşlarında bir bakılık söz konusu
Kimsesizler mezarlığından çıkma bir kemani kalkamaz ayağı kırlarda
Ve sen ilk göz koyuş kadar ürperticisin
Kırk bir asırlık isimlerin yazanların bileklerinden damladın
Düştüğün kaseden bir bir tomurcuk seç kendine
Sesi korudun haklıdır sana doğmuş olmak
Anneli yalnızlığını sana yaraşır yaşamak
Kevser seni terk ettiyse de kendinsin
Ve geriden taşıdığımız ilk duruşta kaşlarını zift karası çamur ile çiziyordun
Çeşmesiz, ıslak yellerin çektiği acılar kararında çilemsi



EMİNE SEVAL YARDIM
Okul Müdürü

Sabah akşam aynı soruyu sorup isme göre yorum yapmak âdetimiz olmuştu.

“Bugün nöbetçi kimmiş?”

“Taner.”

Biz yorumlarımızı yaparken kapının tıklaması ile açılması bir oldu. Taner, dışa doğru geniş adımlar atarak, hızlı ve biraz da havalı yürüyor. Kısa boylu olduğu için de karşıdan tuhaf görünüyor.

“Merhaba Hayriye Hanım. Nasılız?”

“İyiym, doktor bey.”

“Açalım bakalım. Makas!”

Günde iki kere yapılan bu işe artık alışmıştık. İnsan her şeye alışıyor. Bu kolu böyle ilk gördüğümde başım dönmüş, gözüm kararmış, kulaklarım uğuldamıştı. Her gün sabah akşam pansumanla temizlenen bu kolun eti, kemiği, parmakları idare eden kasları görünüyordu. Her şeye alışıyor insan. Kan, can, et, koku...

Annem, asistanları pansuman yapmalarına göre kafasında tasnif etmişti: Taner iyi, Ali baştan savma, Nedim idare eder...

Pansumanı sevmezdi ama temizlendiğinde rahat ettiğini söylüyordu. Beş aydır acısını belli etmemek için bir kececik bile gık dememişti. Emel Hemşire ittiği pansuman arabasıyla önde, takırtılarla şakırtılar koridorda, Taner arkada, odadan çıktılar. Annem de gözlerini kapayınca odadan çıktım.

22

Daha çalışılmaya başlanmamış, geceleri sigara odası olarak kullandığımız mutfaka girdim. Sigaramı yaktım, derin bir nefes çektim. Zihnim öyle dağınık ki... Çöp ve yemek kokularının sindiği mutfakta sigaramdan bir nefes, bir nefes daha... Bir tane yetmedi. İkincisini uladım. Ah Salih, iyi ki varsın. Sen olmasan ben bu dayanma gücünü nereden, nasıl bulurdum? Annem ne diyor: “Bu benim imtihanım. Gececek. Ben her gün ‘Allah’ım bu acıları hiç yaşamamış gibi, hiç görmemiş gibi olayım. Bana Eyüp Peygamber sabrı ver.” Bizim de imtihanımız mı Salih? Galiba evet. Bir tür dayanıklılık testinden geçiyoruz. Boğazıma dizilen, dumanla beraber yutup içime biriktirdiğim hıçkırık düğümleri, kuyuya atılan taş gibi mideme düşüyor. Derine iniyor, kayboluyor mu, yoksa orada birikiyor mu? Bilmiyorum.

Odaya dönmem lâzım. Servisin kapısındaki levhayı yenilemek üzere söküp yere koymuşlar. “Plastik ve Rekonstrüktif Cerrahi” diye kendi duyabileceğim kadar yüksek bir tonla okuyorum. Buraya işimiz düşünceye kadar, plastik cerrahiye insanların keyif için burunlarını düzelttirip, yüzlerini gerdirdikleri, silikon taktırdıkları bir yer olarak bildirdim. İşim düştü de gördüm. İşim düştü de...

Saat 10’u geçtiği için servisin kapısını kapatmışlar. Gıcırdayacağını bildiğim için yavaşça açmaya çalışıyorum. Ama gayretim yersiz. Çünkü hastane mahkumları voltalarına ara verip başlarını kapıya çevirdiler. Annem pansumanın etkisinden çıkmış, gözlerini açmış; hemşire, her akşam verilen antibiyotiği şırınga ediyordu. “İyi akşamlar” dedim. Sonra da anneme “Na’ber, görüşmeyeli nasılsınız, Hayriye Hanım?” dedim. Emel hemşire, kanülün içindeki şırıngayı çıkartırken, “İyi, iyi” dedi. Annem de “İyiym çok şükür, bir de şu kolumun içinden akanlar olmasa” dedi. Hemşire gülümsedi, “Kaç senedir buradayım, seninki kadar büyük yarası olan hasta görmedim. Sen ne günleri at-

lattın. Onlar da geçecek.” dedi ve odadan çıktı.

O sırada “Sevgi” dedi annem, “Şu başımın altındaki yastığı düzelter misin?” yanına gittim. Başını kaldırdı. Üstteki yastığı kabarttım, alttakileri de düzelttim. Solgundu, renksizdi. Beş aydır hiç banyo yapamadığı için şampuanlı ıslak havlularla sildiğimiz saçları, rengini de kokusunu da kaybetmişti. Biçimsizce uzamıştı. Aklar da öylesine artmıştı ki...

“Sevgi...”

“Efendim anne”

“Yarın Çiğdem’i arasan, rica etsen, şu saçlarımı bir kesse. Hem birazcık toparlanır şekle girer. Doktorlar gelip gidiyor. Böyle papaz gibi ayıp oluyor.”

“Olur, ararım. Gün ayarlarız.”

“Sevgi senin elindeki o defter sağlık karnesi mi?”

“Evet. Babam dün göndermiş. Eksik var mı diye kontrol ediyorum.”

“Şunu bana bir versene”

Daha iyi görebilmek için defteri kendinden uzaklaştırıp biraz da yukarıya kaldırarak baktı. “Demek böyle görünüyorum” dedi. Bu fotoğraf, ondaki fiziki değişimin dondurulmuş hali. 48 yaşında genç bir kadın, en verimli çağında yetmiş yaşında bir nine gibi görünüyor.

“Aman sende” dedim, elimi havada sallayarak. “Bu şipşakçılar hep böyle kötü çekiyorlar.”

“Hadi sen biraz dinlen” dedim. Yorulmak nedir hiç bilmeyen annem şimdi yoruluyordu. İyiydi ama bu beş ay ömründen yılları alıp götürmüştü. O, kalabalık, babaannemin geniş çevresinden gelen gidene bol, büyük evin içinde koşuşturan, canlı insan sanki o değildi. Bazen nasıl hiç yorulmuyor bu kadın diye düşünürdüm. Azimliydi. Dikiş dikerdi. Adı bilinen terzilerdendi bizim oralarda. Kimse inanmamış memlekette annemin ağır hasta olduğuna. “Hayriye mi?”, diye sormuşlar hep hayret nidalarıyla. Ben de konduramadım önce. Kötü bir şeyler var seziyordum, ama yine de yakıştıramıyordum. Bilemezdim ki başımıza bunlar gelecek, dört günlüğüne gittiğim memleketimden on beş gün sonra, oralarda tedavi edilemeyeceğini anlayıp annemi de alarak geri döneceğimi.

Pencerenin yanındayım. Buradan Yenikapı Sahili görünüyor. Şehrin yanan ışıklarını seyrediyorum, bir de denizi... Dudaklarımda kendiliğinden “Ova ufkunda huzur, deniz ufkunda teselli duyulur” mısralarını buluyorum. Bir gün şikâyet ettiği olmadı annemin. Salih’i ve evimi özlüyorum. “Gencecik yaşınızda ayrı bıraktım sizi” diyor. “Boş ver” diyorum, “Ne yapalım.”

Artık yatalım... Gözlerim açık. Bir odada sekiz hasta idik, refakatçilerle beraber sayı ikiye katlanıyordu. Havasız, sıcak, bunaltıcı bir hastane odasındayız. Bir mekâna değerini tefrişinden daha çok içinde hissettiğiniz duygular veriyor. Uyuyamıyorum. Aklımda bin tane şey... Bir tanesini söyle deseler söyleyemem. Uyuyamıyorum. Salih uyudu mu acaba? Birden yataktan kalktım. Odadan çıktım. Telefonda kimse yok. Şanslıyım. Numarayı çeviriyorum.

“Efendim”

“Merhaba. Uyudun mu?”

“Hayır. Ama galiba koltukta içim geçmiş. Nasılsın? Annem nasıl?”



Lokma

"İyiyiz. Merak etme. Her zamanki gibi. Annem uyuyor. Sadece sesini duymak istedim."

"Akşam gelecektim. Geç oldu, almazlar diye gelmedim. Sabah giderken uğrayacağım."

"Tamam."

"Hoşça kal"

Odaya dönmeden bir sigara içmek istiyorum. Sigara odasına yöneliyorum. Kapı açık. İçerde genç bir hanım var. Uzun boylu. Saçları sarı. Sanki çok görmüş geçirmiş bir ifadesi var. Belki bu yüzden onu, önce kendimden büyük zannediyordum. Ama konuşmaya başlayınca on sekiz on dokuz yaşlarında birisi olduğunu anlıyorum. Buraya geldiğimiz ilk günden beri başkalarıyla konuşmaktan hoşlanmadım. Konuyu açan olmamak için özen gösteriyordum.

"Siz kimin yanında kalıyorsunuz?"

"Annemin"

"Nesi var?"

"Pek öyle bilinen bir şey değil. Doktorlar 'nekrotizan facit' diyorlar. Kolunda büyük bir yarası var. Pansuman yaparak temizliyorlar."

Öyle sorular sordu ki bu konuda tecrübeli gibiydi. Ben de ona sordum.

"Ya siz?"

"Benim de annem hasta. Doktorlar ona da aynı şeyleri söylüyorlar. Yarası var." dedi eliyle iki kasığının ortasını enine göstererek. "Şekeri de var." derken sigarasından derin bir nefes çekti. Ben de odaya dönmek istediğimden sigaramı söndürdüm ve iyi geceler dilekleriyle ayrıldık. Aksi kapı yine gıcırdadı. Ses boş koridorda yankılandı. Artık herkes odasına çekilmiş, kenarda köşede bir iki kişi var, o kadar. Onlar da alışmışlar herhalde. Dönüp bakmıyorlar bile.

Odaya girdim. Annemin yüzüne doğru eğildim. Nefes alıyor mu, diye baktım. Nefes alıyordu. İçimde sakin bir rahatlamayla yatağıma uzandım. Uyumuşum.

Hastanede gün erken başlar. Gece geç yattığım için uyanmamışım. Annemse erkenden uyanmış beni bekliyor. Saat ilerlediği için herhalde, bana seslendi.

"Sevgiii" ... "Sevgiii"

Yavaşça gözlerimi açtım. "Günaydın anne."

"Günaydın. Saat yediye geliyor, hadi kalk."

"Hemşire geldi mi?"

"Evet"

"Hiç duymamışım." diyerek yataktan kalktım. Perdeleri açınca denizin muhteşem görüntüsü beni karşılıyor. Pencereleri açıyorum. İçeriye ılık bir hava ve rüzgârla beraber deniz kokusu doluyor. Annemin de hoşuna gidiyor. "Yaz gelmiş" diyor. O sırada annem "Bugün beni tuvalete götürsen. Kendimi iyi hissediyorum. Elimi yüzümü yıkamak istiyorum." diyor. "Emin misin" diyorum, kararlı bir sesle "Evet" diye cevap veriyor. Kaç aydır ilk defa ayağa kalkmak için bu kadar emin. Demek ki kendini gerçekten iyi hissediyor. Hep ıslak bezle sildiğimiz yüzüne suyun ferahlığı ayrı bir zindelik getiriyor. Yatmadan denize bakıyor. "Ben kahvaltıyı hazırlayınca kadar dinlen"

deyip yatırdım. Oturmak istedi. Karnını doyurdu. Tekrar yatmak istemedi, doktorları oturarak karşılayacakmış. Nihayet geldiler. Hepsi de şikayetsiz bir hasta olduğu için annemi seviyor.

"Günaydın"

"Günaydın doktor bey."

"Bakıyorum iyisiniz. Oturmuşsunuz ne güzel."

"İyiyim, çok şükür."

Başasistan, sargıyı açarken "Önlükler hazır mı?" diye sordu, imalı bir ses tonuyla. Annem heyecanla cevapladı: "Kolum bir iyileşsin, size söz verdim ya...Dikip göndereceğim doktor bey." Gülüştüler. Bir taraftan da yarasına baktılar. Sonra birden önemli bir iş yapma edasını takınarak anlamadığımız bir dille konuşmaya başladılar. Konuşmaları bitince de çıktılar. Sıra pansumana geldi. Nöbetçi Ali'ymiş. Her zaman olduğu gibi "işlem tamam", annem yorgun. Uzanıyor.

Yaklaşık bir saat sonra koridorda bir hareketlilik fark ediyordum. Hoca geliyor diyorlar. Hoca annemin asıl doktoru. Serviste takip ettiği iki üç hasta var. Haftada iki gün gelip onları kontrol ediyor. Önce bizim odaya girdi. Tedirgin, saygılı, hâkim bir edayla annemin genel durumu hakkında bilgi veriyor. Doktor, kısa boylu bir adam. Ne şişman ne zayıf ama yine de yanakları tombul. Esmer yüzü, ekşi bir şey yemiş de buruşmuş gibi duruyor. Aslında ona bu ifadeyi veren dudakları. Kalın ve küçük olduğundan sanki konuşmasını diye mühürlenmişe benziyor. Gerçekten de onunla iletişim kurmam çok zor oldu. Çünkü ağzını açmamak için yemin etmiş gibiydi. Ben hasta sahibi olarak biraz bilgi ve alaka beklerken o, sanki ben yokmuşum gibi davranıyordu.

Hoca, annemi muayene edip "Tamam" diyor, "Hayriye Hanım seni çıkaracağız." Annemle göz göze geliyoruz. İkimiz de paniğe kapılıyoruz, sanki buradan çıkacağımız günü beklemiyormuşuz gibi. Asistana, çıkış işlemlerini yapılması için talimat veriyor. Şaşkınlıkla ve heyecanla tekrar "Nasıl olur doktor bey? Pansumanlarını kim yapacak?" diye soruyorum. "Sen yaparsın." derken çoktan yürümeye başladı bile. Ben nasıl yaparım? Ya yanlış olursa ya mikrop kaparsa ya tekrar kötüleşirse ya anneme bir şey olursa... Ne diyeceğimi bilemiyorum. Yürüyüp gidiyor. Sevinçliyim, ama taşıyacağım sorumluluğun ağırlığını omuzlarımda hissediyorum. Odaya döndüğümde annemi kendimden daha sakin buluyordum. Bana cesaret veriyor. Şaşkınlığım yerini kararlılığa bırakıyor.

Bugün çıkıyoruz. Tam beş ay oldu. Ocakta geldik, mayısta gidiyoruz, hayatımızın kara kışını yaşamış olarak. "Ne de olsa kışın sonu bahardır. /Bu da gelir bu da geçer, ağlama" türküsü dilimde. Annemin morali çok iyi. Birden havası değişti. Gerçi gözleri hâlâ fersiz, ama azimli ve mütevekkil. Salih çantaları arabaya taşıyor. Ben de annemi giydirmiyordum. Çıkış işlemlerimiz çoktan bitti. Artık gitmeye hazırız. Herkesle vedalaştık. Çıkış kapısının yanında kaç gündür görmediğim sarışın kıızı gördüm. Ağlıyor. İçimden Allah onları da kurtarsın, diye geçirdim. Kapiya doğru ilerlediğimizde beni fark etti. Yüzüme bakmamaya çalıştı. Yanına yaklaştık. "Merhaba" dedim. Nasılsın, demeye dilim varmadı. "Annen nasıl?". "Annem öldü." dedi.

Bir Sizofrenin Güzünden



Şizofren birinin ne hissettiği ve nasıl düşündüğüyle ilgili araştırmalar yaptıktan sonra empati kurarak bu resmi çizdim. Ruh hastalıkları ile ilgili daha çok konuşmalı ve duyarlı olmalıyız. Şeker, tansiyon vb. fiziksel hastalıklara nasıl yaklaşıyorsak ruhsal hastalıklara da öyle yaklaşmalıyız. Umarım çizdiğim resim bir kişinin de olsa bu insanlara karşı olan bakış açısını değiştirir.

Kübra Ergin
11-G *Avul*

DOĞRU ARGÜMAN DOĞRU İFADE

İnsanın çeşitli alanlardaki bilgi düzeyini bir bakıma genel kültürünü arttırdığı, konuşma ve ikna yeteneklerini geliştirdiği sofistike bir etkinlik olan münazara, geçmişte duyduğum ve ilgimi çekmiş bir kavramdı sadece. Aslında kulübe katılırken bu kadar eğlenceli olacağını, eğlenirken öğreneceğimi düşünmemiştim. Münazara Kulübü'nün diğer kulüplerden farkı daha fazla etkileşim içermesidir. Bu camiadaki insanların birçoğu hukuk, siyaset gibi eşit ağırlık bölümlerine yönelmiş insanlar ancak münazara kültürünün son birkaç yılda yayılmasıyla beraber bu etkinliğe sayısal bölümlere ilgili insanların da rağbet ettiğini görüyoruz. Okulumuzda münazara kültürü, 10 yılı aşkın bir süredir "Felsefe ve Düşünme Kulübü"nün okul içi turnuvalarıyla oluşmaya başlamış; düzenli eğitim ve münazaralarla Münazara Kulübü sayesinde yerleşmiştir. İki haftada bir hatta bazen her hafta düzenlediğimiz maçlar; eğlenmemizi, etkileşimimizin artmasını sağlıyor. Bu yıl kulüp olarak katıldığımız Bahçelievler Anadolu Lisesinde düzenlenen turnuvada takımlarımızdan biri finale kaldı ve Ayverdi'nin ismini bu alanda da duyurmuş olduk. Kulüp öğrencileri olarak yıl içinde katılmış olduğumuz birçok turnuvadan elde ettiğimiz tecrübeleri değerlendirmek ve nispeten gelişmiş olan yeteneklerimizi daha da geliştirmek için bu yolda keyifle yürümeye devam ediyoruz.



MUSTAFA ASAF USLU
11 - TM

Bizler; ders kitaplarının dışında kaynaklar ve eserler karıştırmayı, toplumsal sorunları çözümleriyle birlikte argümanlaştırmayı, kendimizi en güzel şekilde ifade edip konuşmalar yapmayı keyif alarak gerçekleştiren öğrencileriz. Her hafta Münazara ve Hitabet Derneği tarafından aldığımız eğitimlerle hukuk, ekonomi, uluslararası ilişkiler ve siyaset gibi önemli alanların hepsinden bilgiler ediniyoruz. Kulüp sayesinde gelişmekte olan hitabet yeteneğimizin ileride ne kadar güçlü olacağını, entelektüel anlamda gelişimimizin ne kadar yüksek olacağını ve her şeyin ötesinde kariyer planlamamızda bizi çok ileriye taşıyacağını farkındayız. Ayrıca her turnuvada her maçta farklı kişilerle tanışıyor, farklı görüşlere saygı duymayı öğreniyor ve birçok şey deneyimliyorum. Ayverdi'nin bana kattığı en önemli şeyleri içine alan Münazara Kulübü'nün aktif bir şekilde çalışmalar yapıyor olması benim için çok değerli.



DAMLA SEHER BOYRAZ
10 - D

Liseye başlayınca herkeste oluşan yeni ilgi alanları keşfetme duygusu bende de olmuştu. "Hangi kulüp benim için uygundur?" diye düşündüğüm sırada Münazara Kulübü'nün tanıtımı yapıldı. Aradığımı bu olduğunu hemen anladım; kendimi özgürce ifade edebileceğim bir ortam, farklı okullardan arkadaş edinme olanağı, öğreneceğim onlarca yeni bilgi... Ayverdililer olarak kendimizi geliştirebileceğimiz, topluluk önünde konuşma becerisi kazanabileceğimiz bir kulübümüz olduğu için ve eğitimimizi Nevzat Abi gibi bir eğitmenen alabildiğimiz için çok mutluyum. En büyük motivasyonumuz bir gün kendi okullar arası turnuvarımızı düzenleyebilecek olma düşüncesi. Münazara Kulübü hem üniversite yıllarımda hem de iş hayatımda yararını oldukça fazla göreceğine inandığım bir kulüp. Ve liseden mezun olurken, Ayverdi'de münazara yaptığım için gurur duyuyor olacağım.



HACER ZEHRA GÖKÇÜRK
10 - D





BİR AYVERDİ GELENEĞİ: TÜBİTAK 2204 A

SAHADAYIZ!

EMİRHAN ŞAHİN
11 - F



Akademik eğitimle birlikte kültürel gelişimimize birçok açıdan katkıda bulunan, felsefe alanındaki TÜBİTAK projelerine; felsefe öğretmenimiz Nimet Hoca ile birlikte ekim ayında başladık ve uzun soluklu bir çalışma sürecinin içinde bulunduk. Bu sürecin sonunda

Yasemin KEÇECİLER, Elif GİZLİ ve Beyza KARA'nın "PSİKOLOJİ" alanında "ERGEN SAĞLIĞI PERSPEKTİFİNDEN PANDEMİ SÜRECİNDE SOSYAL ANKSİYETE YAYGINLIĞI İLE OKUL TÜKENMİŞLİĞİ VE GELECEK BEKLENTİSİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" Mehmet Asım OYNAN ve Mustafa Asaf USLU'nun "SOSYOLOJİ" alanında "TÜRKİYE'DE YAŞAYAN DOĞU TÜRKİSTAN GÖÇMENLERİNİN SORUNLARI VE SOSYO-KÜLTÜREL UYUM ALGISININ İNCELENMESİ" Cemile Beyza GÜLTEKİN ve Emirhan ŞAHİN'in "SOSYOLOJİ" alanında "COVID 19 AŞI ALGISI VE BUNU ETKİLEYEN ETMENLERİN SOSYOLOJİK ANALİZİ" Ege AYDIN'ın "YAZILIM" alanındaki "VİDEO GÖRÜNTÜLERİNDE DUYGU ANALİZİ İNCELENMESİ" projeleriyle başvurumuzu gerçekleştirdik.

Hazırladığımız projelerden "SOSYOLOJİ" alanındaki "COVID 19 AŞI ALGISI VE BUNU ETKİLEYEN ETMENLERİN SOSYOLOJİK ANALİZİ" ve "TÜRKİYE'DE YAŞAYAN DOĞU TÜRKİSTAN GÖÇMENLERİNİN SORUNLARI VE SOSYO-KÜLTÜREL UYUM ALGISININ İNCELENMESİ" projelerinde başvurularımız kabul edildi ve yarı finale çıktık. Yarı final sonucunda ise Mehmet Asım OYNAN ve Mustafa Asaf USLU'nun "SOSYOLOJİ" alanındaki çalışması bölge üçüncüsü oldu.

Süreç boyunca çözüm odaklı düşünmeyi ve sonuç değil süreç odaklı çalışmayı Nimet Hoca'mızın telkinleriyle öğrendik. Geriye dönüp süreci tekrar gözden geçirdiğimizde yaptığımız her bir hatanın bizim için bir ders mahiyetinde olduğunu fark edebiliyoruz. Bunca anıyı biriktirmemizi ve birbirinden değerli tecrübeler kazanmamızı mümkün kılan Nimet Hoca'ma, arkadaşlarım ve kendi adıma yeniden ve yeniden çok teşekkür ediyorum. Daha nice öğrencilerin hayatlarına dokunmanız dileğiyle.

26

10'DAKİ İSTANBUL

MEVA GÜL ŞEN
11 - E



Edebiyat alanında başvurduğumuz projelerden biri 11 H sınıftan Ayşe AKGÜN ve Helin BİNGÖL'ün hazırladığı "Çok Okuyan mı Çok İzleyen mi Bilir?" diğeri de sınıf arkadaşım Asya YAZICI ile birlikte hazırladığımız "10'daki İstanbul" projesiydi.

"Çok Okuyan mı Çok İzleyen mi Bilir" Projesinde romanla uyarlaması arasındaki benzerliklerden ve farklılıklardan yola çıkarak kitap okumanın mı uyarlama filminin mi eseri tanıma noktasında etkili olduğu araştırılmıştır. Okuyanın esere ve eserde anlatılana daha hâkim olduğu belirlenmiştir. "10'daki İstanbul" Projemizdeyse toplum- edebiyat ilişkisi kapsamında, imparatorluklara başkentlik ve çeşitli kültürlerle ev sahipliği yapmış yedi tepeli şehir İstanbul'un sosyal hayatındaki değişim ve çözülmenin romana yansımalarının belirlenmesi ve Tanzimat Dönemi'nden başlayarak Türk romanında yer alan kültürel miras unsurlarının incelenip değişimin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Edebiyat öğretmenimiz Havva H. SOKULLU koordinesinde hazırladığımız iki proje de bol okumalı, bol araştırmalı ve bol keyifliydi.

SİSTEMATİK ŞİFRELEME

BERKAY TAŞKIRAN
10 - B



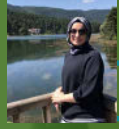
Matematik alanında kriptolijik tematik alanında başvurduğumuz "Simetrik Şifreleme" Projemizi kökü çok eski tarihlere uzanan kriptoloji bilimin günümüzdeki kullanım türlerinden bahsetmek, günümüzde kriptolojinin nasıl ve nerelerde kullanıldığını öğrenmek ve seçtiğimiz kriptoloji türlerinden biri olan simetrik şifreleme sisteminin ne olduğunu ve nasıl kullanıldığını açıklamak amacıyla hazırladık. Projemizi matematik öğretmenimiz Hamza KOCABAŞ koordinesinde 10- B sınıftan arkadaşlarımı Yiğit Efe Taşkiran ve Arda Akgün ile birlikte hazırladık.



EĞİTİMİ SINIFIN DIŞINA TAŞIYAN E- TWINNING PROJELERİMİZ



Avrupa'nın farklı ülkelerinden öğretmenlerin, deneyimlerini paylaşıp fikir alışverişinde bulunabildiği, öğrencilerin yeni öğrenme fırsatları bulduğu e-twinning kapsamında İngilizce, Almanca, Türk Dili ve Edebiyatı ile felsefe alanında toplam 8 E-Twinning projesi gerçekleştirdik.



SELMA SABANCI
Almanca Öğretmeni

Doğa Bize Emanet

Almanca zümresinde Melek UZUN Öğretmenimizle iki e-twinning projesi yürütmekteyiz. Bunlardan biri 46 ortaklı, yurt dışından öğrencilerle mektuplaştığımız "Im Netz der Brieffreundschaften" diğeri ise 22 ortaklı, enerji kaynaklarının doğru kullanımı ve doğayı koruma konularını ele aldığımız "Wir sind öko" projesidir.



ZEYNEP YURTOĞLU
10 - H

Düşünme Yolculuğumuz

Felsefe dersi kapsamında yaptığımız projelerden biri "Genç Filozofların Düşünme Yolculuğu" diğeri ise "Gen Z and Their Future Careers" idi. Başlangıçta iki projeyi de yetiştiremem, derslerimden geri kalabilirim diye korkuyordum ancak ilerledikçe korkmamam gerektiğini anladım. Süreç boyunca hem eğlendim hem öğrendim ve hepsine yetişebildim. GFDY'de de filozoflarla ilgili etkinlikler yaparken birçok filozofu yakından tanıdık; Gen Z and Their Future Careers projesinde ise geleceğin mesleklerini tanıyarak geleceğe yatırım yaptık. Projeler sayesinde hem sosyalleştim hem de eğlenerek öğrendim. Umarım seneye tekrar böyle projeler olur. Değerli hocalarıma ve arkadaşlarıma emeklerinden dolayı teşekkür ederim.



ASYA YAZICI
11 - E

Zengin Kelimelerden Engin Düşüncelere

Edebiyat öğretmenimiz Havva SOKULLU koordinesinde 11 okulla birlikte yürüttüğümüz proje kapsamında kelimelerin gizli dünyasında yolculuk yaptık. Yaşıyor olmasına rağmen kullanılmayan kelimeleri gün yüzüne çıkarıp onlarla bağımızın yeniden oluşmasını sağladık.



ASLI BUDAK
İngilizce Öğretmeni

İngilizce zümresi olarak gerçekleştirdiğimiz 3 e-twinning projesiyle öğrencilerimiz, dili konuşma, anlama ve yazma alanlarında pratik etmişler, bir yaratı sürecinin parçası olmayı, ana dilleri dışında bir dilde ortaya ürün çıkarmanın duygusunu deneyimlemişler, yabancı dilde iletişim kurabilmenin getirdiği özgüven akademik hayatlarında da karşılık bulmuştur.

TELL THE TALE: 9 farklı ülkeden 100 öğrenciyle yürüttüğüm projede karakter yaratma, yabancı dilde öyküleme, sahneleme, çeviri çalışmaları yapılmış ve sesli kitap hazırlama aktiviteleri gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerimizin yarattığı karakter birinci seçilmiş ve tüm proje ortakları tarafından epizodik olarak yapılan sahneleme çalışmasının kahramanı olmuştur. Projemizin amaçlarından ulaştığımızı görmek hepimiz için mutluluk kaynağıdır.

LIFE WITHOUT LIES: İngilizce Öğretmenimiz Zehra DURUOĞLU YILMAZ koordinesinde 4 ülkeden 60 öğrencinin yürüttüğü projede öğrenciler, "gerçeklik" taraması ile sanal dünyadaki dezenformasyonu tespit edip sahip oldukları değerleri korumaları açısından ufuk açıcı aktiviteler gerçekleştirmiştir. "Whois" aracılığıyla bilgilerin sorgulanabileceğini görmek, kendi yaratıcılıklarına güvenmelerinin iyi bir seçenek olarak karşılarında durduğunu fark etmelerine yardımcı olmuştur.

LITERATURE IN NATURE, NATURE IN LITERATURE: İngilizce Öğretmenimiz Sümeyra ÇINAR koordinesinde 8 ülkeden 90 öğrencinin yürüttüğü projede öğrenciler, doğa ile edebiyatı sentezleyerek hem dilsel beceriler kazandı hem de doğanın ve edebiyatın farkında oldular.

E-Twinning Bizim İşimiz





MEDENİYETİMİZİN KÖŞE TAŞLARI: RİYAZİYECİ SALİH ZEKİ BEY

EZGİ ZOROĞLU
11 - TM

Üçüncüsünü düzenlediğimiz Medeniyetimizin Köşe Taşları Paneli'nde bu sene yakından tanımaya çalıştığımız kişi, Osmanlının ilk modern bilimler tarihçisi, mühendisi ve matematikçisi Salih Zeki Bey'di. Fen bilimleri alanında mümtaz bir sima olduğu kadar matematik tarihi konusunda yaptığı araştırmalarla da yaşamı boyunca birçok ilke imza atmış, hayatını ilme, öğrenmeye ve öğretmeye adanmış büyük bir âlimdir. Bu yüzden kendisini, başarılarını ve çalışmalarını daha iyi anlamak, içselleştirmek ve örnek alabilmek adına düzenlediğimiz panelimizin açılış konuşmaları Sayın Prof. Dr Mustafa Kaçar ve Sayın Prof. Dr Atilla Bir tarafından yapılmıştır. Panelimizin ikinci oturumunda ülkemizin dört bir yanındaki okullardan katılımcı arkadaşlarımız, Salih Zeki Bey ile ilgili sunumlarını gerçekleştirdiler.

Seneye, Türkiye'nin farklı illerinden öğrenci arkadaşlarımızla ve öğretmenlerimizle yeni bir "köşe taşı" nı yakından tanımak üzere...

KİMYA ÇALIŞTAYI

N. AZRA EKİNCİ
11 - TM

Öncüsü olduğumuz "Öğrenci Kimya Çalıştayı"nın üçüncüsünü gerçekleştirerek etkinliğin gelenek hâline gelmesi yolunda bir seneyi daha geride bırakmanın sevincini yaşadık. Çalıştayımızın 3.sünü 10 Mayıs 2022 tarihinde 10 okuldan 12 öğretmen ve 27 öğrencinin katılımıyla okulumuzda tekrardan yüz yüze yapma fırsatını bulduk. Katılımcılarımızla tekrardan okulumuzda bir araya gelmek, aynı ortamda tartışma ve çalışma fırsatı elde etmek en büyük mutluluklarımızdan biri oldu. Temamızı belirlerken gündemi ve ilgi çekebilecek alanları esas alarak hareket ettik ve konumuzu "Nanoteknoloji Çağı" olarak belirledik. Geçen iki yılda olduğu gibi bu yıl da YTÜ, desteğini ve katkılarını esirgemedi. Çalıştayımızda, YTÜ Fen-Edebiyat Fakültesi Öğretim Üyesi ve Araştırmacı Doç. Dr. Sn. Huriye Akdaş Kılıç'ın sunumuna yer vermek de bizim için oldukça önemliydi. Okulumuz Kimya Zümre Başkanı Banu Akçay Hoca'mız, okul idaremiz ve görevli öğrencilerimizin özverili çalışmaları sonucunda çalıştayımızı başarıyla gerçekleştirmenin gururu içerisindeyiz. "4. Öğrenci Kimya Çalıştayı" için sabırsızlanmakta ve bir an önce etkinliğimizi tekrarlayabilmek için gün saymaktayız.

TÜRKİYE'NİN OKUMA ŞÖLENİ

DAMLA BOYRAZ
10 - D

İstanbul'daki liseler arasında ilgiyle takip edilen ve alanında ilk olma özelliği taşıyan Kitaplar Dile Geldi Yarışması geçen sene itibariyle ulusal düzeyde gerçekleştirilmiştir. Türk edebiyatındaki yazarları daha yakından tanıma fırsatı sunan ve öğrencilerin kitapla olan dostluğunu pekiştiren yarışmamıza geçen sene Türkiye genelinden 28 farklı okul başvuru yapmıştır. Ve çevrim içi gerçekleştirilen ikinci aşamada kıymetli jürimiz Harun YÖNDEM, Reyhan ÇINAR, Dr. Necmettin ÖZMEN, Dr. Özlem GÜNEŞ bizleri yalnız bırakmadı.

Bugünlerde de 18 Mayıs'ta gerçekleştireceğimiz 13. Kitaplar Dile Geldi Yarışması'nın heyecanını taşıyoruz.

81 İLDE EŞ ZAMANLI DEPREM TATBİKATI



BETÜL ÇOLAK
11-C

Ülkemizin dünya üzerindeki coğrafi konumundan kaynaklanan jeostratejik önemi ile doğal afetler bakımından riskli bölgede yer almasından kaynaklı yaşanabilecek afetler, salgın hastalıklar, küresel iklim değişikliği, savaş, deprem, sel, çığ, heyelan (kütle hareketi) ve yangın felaketi gibi oluşabilecek durumların can ve mal kaybına yol açmaması ya da daha az hasarla süreci yönetmek için mutlaka afet ve acil durum öncesinde hazırlıklar ve tatbikatlar yapılmaktadır. Bu amaç doğrultusunda okullarımızda muhtemel afet ve acil durumlar için koruyucu ve önleyici tedbirlerin alınması, afet ve acil durum planlarına uygun bir biçimde süreçlerin hassasiyetle yönetilmesi için 1-7 Mart Deprem Haftası kapsamında, İçişleri ve Millî Eğitim Bakanlığı öncülüğünde AFAD Başkanlığı koordinasyonda 81 ilde tüm okullarda eş zamanlı olarak Deprem Anı ve Tahliye Tatbikatı düzenlendi.

Okulumuzdaki tatbikat; Sayın Valimiz Ali YERLİKAYA, Sayın Belediye Başkanımız Ömer ARISOY'un ve Sayın İl Millî Eğitim Müdürümüz Levent YAZICI'nın katılımıyla gerçekleşmiştir. Tatbikat sırasında öğrencilerin tahliye edilmesine eşlik ederek toplanma alanına geçen Valimiz Ali YERLİKAYA, afet konusunda bilinçli ve duyarlı olmanın önemine dair açıklamalar yaptıktan sonra öğrencilerle ve öğretmenlerle sohbet etmiştir.



İREM AKKALAY
11-C

BİR YANIMIZ HEP ÇANAKKALE

*"Ellerde dolaşan bu siyah sancak,
Göklere yükselen bir âh olmasın!
Doğru mu bu kadar ye'se kapılmak,
Korkarım, bu matem günah olmasın!
Milletin kalbinde yer etmez keder;
Asırlar değişir, seneler geçer...
Ne kadar karanlık olsa geceler,
Mümkün mü sonunda sabah olmasın."*

O karanlık gecelerden sabaha ulaşmamızın üzerinden geçen 107 yıl... Üzerinden 107 yıl geçse de her zaman anlamaya çalıştığımız o muazzam ruhla hatırladığımız ve andığımız Çanakkale Zaferi.

Bu yıl, 18 Mart Çanakkale Zaferi ve Şehitleri Anma Günü İlçe Töreni Zeytinburnu Kaymakamımız Sayın Zekeriya Güney, İlçe Millî Eğitim Müdürümüz Sayın Ali Yeşilyurt, şube müdürlerimiz, okul müdürlerimiz, öğretmen ve öğrencilerimizin katılımıyla Zeytinburnu Kültür ve Sanat Merkezi'nde gerçekleştirildi. Okulumuz öğretmen ve öğrencileri tarafından hazırlanan törende öğrencilerinin sergilediği "Çanakkale Ruhu" adlı oratoryo büyük bir ilgiyle izlendi.

SÂMİHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ
AKIL OYUNLARI TURNUVASI

Edisyonları 213
okullarda ve sınıflarda
her yıl yapılmaktadır.

Türkiye'nin En İyi Akıl Oyunları Turnuvası
Okullar ve sınıflar için

Abalone
Koridor
Mangala

17. SÂMİHA AYVERDİ'Yİ ANMA TÖRENİ

22 Mart 2022 Nihad Sami Banarlı Konferans Salonu

SÂMİHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

ASRIN MAÇI!

ÖĞRENCİLER VS ÖĞRETMENLER

11.10.2021
12.20
KAPALI SPOR SALONU

Sâmiha Ayverdi Anadolu Lisesi

AYVERDİ BİLİM ATÖLYELERİ

Deneylerle Buluşuyoruz!

30 Aralık Perşembe

Yıldız Teknik Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi

BİR YANIMIZ HER

Canakkale

18 MART ZAFERİ

Sâmiha Ayverdi Anadolu Lisesi

finansal okuryazarlık atölyesi

FELSEFE VE DÜŞÜNCE EĞİTİMİ KULÜBÜ

Tarih: 20-22 Nisan 2022
Yer: Birlik Salonu

BASVURULAR İÇİN:
NİYAZ KOC
MUSTAFA ASAF YÜZÜ 11 11
MEHMET AKIN ÖZKAN 11 11

IX. KARIYER GÜNLERİ

25 - 26 - 27 NİSAN

SÂMİHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

IX. KARIYER GÜNLERİ

Sâmiha Ayverdi Anadolu Lisesi

Kariyer Planlama Semineri
Üniversite Gezileri
15 Farklı Meslek Tanıtımı
Mezunlar Konuşması

25 - 26 - 27 NİSAN

58. KÜTÜPHANE HAF 26 MART - 5 NİSAN

AYVERDİ KÜTÜPHANASI

KÜTÜPHANEDEN SENİN DE BİR KİTAP OLSUN!

Etkinlik hakkında detaylı bilgi sınıftaki öğretmenleri tarafından verilmektedir.

Sâmiha Ayverdi Anadolu Lisesi

MOTİVASYON VE DİKKAT EKSİKLİĞİ SEMİNERİ

Rahmetoğlu

Ergül ÇELİKÖZÜ
Eğitim Danışmanı

16.02.2022 10:00

*Yüksekli pandemi protokolleri uygun olarak yapılmaktadır.

SÂMİHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

AYVERDİ PROJE SÖYLEŞİLERİ-I

"NEDEN PROJE YAPMALI?"

Tarih: 26 Ekim 2021
Saat: 13.00-15.00
Yer: Nihad Sami Banarlı Konferans Salonu

SÂMİHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

ÖĞRENCİ AKADEMİLERİ

HEDEF BELİRLEME VE MESLEK SEÇİMİ

SÂMİHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

KAAN KIVANÇ
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ İHİSARLIK VE KARIYER DAİRE BAŞKANI

27ARALIK 2021

NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ



SAMIHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

BİZ AYVERDİLİYİZ

19/10 SAAT: 19.00

SAMIHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ
İSTANBUL LİSELER ARASI
3. ÖĞRENCİ KİMYA ÇALIŞTAYI

NANOTEKNOLOJİ ÇAĞI
Konuşmacı : Doç. Dr. Huriye AKDAŞ KILIÇ

ÇALIŞTAY TARİHİ: 10 MART 2022
SON BAŞVURU TARİHİ: 11 MART 2022

saal.kimyasalstzy@gmail.com

SAMIHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

LEAGUE OF LEGENDS E-SPOR TURNUVASI

21 KASIM PAZARTESİ

SON BAŞVURU TARİHİ: 20 KASIM PAZAR 20:00
BAŞVURU ÜZERİNDEN ERİŞİMLERİN KAYILIP TARİHİ: İZLENİLMİŞTİR

SAMIHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

EVRENİN OLUŞUMU

PROF. DR. FERİDUNUR KAYNA

2 ARALIK, 10.00-11.00

SAMIHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

MASA TENİSİ TURNUVASI

Katılmak için

Yer: N. Sâmî Banoğlu Konferans Salonu Fuarıya Alanı

Son Başvuru Tarihi: 8.04.2022

Samiha Ayverdi Anadolu Lisesi

MEVLİD-İ NEBİ

Ahzb Süresi (56): "Allah ve melekler peygambere salât ediyorlar; ey iman edenler, siz de ona salât ve selâm okuyun."

Tarih: 27 Ekim 2021
Saat: 13.30

SAMIHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

MEZUNLAR BULUŞUYOR!

Canan Fırat Coşkun - İstanbul Üniversitesi Bilgiye İktisadi İdari Bilimler Fakültesi
Ayşe Ayar - Gökkuşuk Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Fakültesi
Zeynep Çelikkaya - Marmara Üniversitesi Elektrik Elektronik Mühendisliği
Ali Kemal Kızılcı - İstanbul Teknik Üniversitesi Elektrik Elektronik Mühendisliği
Ayhan Binnur Ayhan - İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi

Moderatör: Bahar Öğretmen - Ağrıya DAYAN

YER: KONFERANS SALONU
TARİH: 24.02.2022 / 19.00



SAMIHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

3. MEDENİYETİMİZİN KÖŞE TAŞLARI

PANEL

1. AÇIŞ OTURUMU
Prof. Dr. Mustafa KAÇAR
Prof. Dr. Alina BİR

2. ÖĞRENCİ OTURUMU

Panel Tarihi: 14 Nisan 2022
Son Başvuru Tarihi: 18 Mart 2022

Zoom Meeting: medeniyyetimizin.kofestorlar@gmail.com

SAMIHA AYVERDİ ANADOLU LİSESİ

3. SATRANÇ TURNUVASI

YÜZ YÜZE

FİNAL MAÇI

10 MART PERSEMBE 12.20

SAMIHA AYVERDİ Anadolu Lisesi Veli Akademileri

8 MART 2022 SALI

Canan Demirel
Psikolojik Danışman

Zoom ID: 422-542-4950
Şifre: 974642

Saat: 20:00



EYLÜL ARAVİ
12 - H

Bu Kalp Ayverdi'yi Unutur mu?

14 yaşında belki de daha çocuktum Ayverdi'ye adımımı attığımda. Şimdi ise 18 yaşında genç bir kız olarak ayrılıyorum okulumdan. 4 seneye acısıyla tatlısıyla bir sürü güzel anı sığdırdım. Etkinlikler gününe heyecan kattı mesela. Görevli olmanın verdiği haklı bir gurur ve havayla dolaştım koridorlarda. Langfest'te sahneye çıkmadan önce yaşadığım tatlı telaş... Konferans salonunda oradan oraya koşuşturmam... Halledilmesi gereken işler, yazılması gereken bültenler... Hepsi dün gibi aklımda. Düşündükçe tebessümle hatırlıyorum.

Her şeyden önce Ayverdi'de büyüdüm ben! Hayallerim, hedeflerim, fikirlerim Ayverdi'de şekillendi. Her geçen gün kendimi keşfettim. Yeteneklerimin, ilgi alanlarımdan farkına vardım. Sorumluluk almayı, ekip çalışması yapmayı, karşılaştığım problemlerin üstesinden gelebilmeyi, bir işin en güzelini ortaya koyabilmek için fedakarlıkta bulunmayı öğrendim. Düştüğüm zaman daha güçlü kalkıp pes etmemem gerektiğini anladım.

En güzel kısma gelecek olursak Ayverdi'de, görüp görebileceğim en iyi öğretmenlerle tanıştım ve nice arkadaşlar edindim. Hatta ayrı kaldığımız süreçte de herkesi, okuluma dair her şeyi çok özledim. Ama zaman hızlıca akıp geçti. Şimdi arkama baktığımda görüyorum ki her daim yanımda olacağını bildiğim kocaman bir ailem var benim. İşte bu yüzden iyi ki Ayverdi!

Evet, şimdi sana seslenmek istiyorum Ayverdi'ye adımımı daha yeni atmış olan arkadaşım. Rozet takma töreninde "Biz Ayverdiliyiz!" diyeceksin demesine ama Ayverdi ruhunu zamanla daha iyi anlayacaksın aslında. Kahkahaların koridorda yankılandığında, okul bahçesi hüznlerine ortak olduğunda, zor zamanları tek başına atlattığında, heyecanlarına okulun herhangi bir köşesi eşlik ettiğinde yani Ayverdi ile bir bütün olduğunda anlayacaksın bu ruhu. Sana tavsiyem okulda geçirdiğin her anın kıymetini bil. Aklındaki fikirleri ve yapmak istediklerini erteleme. Çünkü zaman göz açıp kapayıncaya kadar geçecek ve buna sen bile inanamayacaksın.

Biz geldik, gidiyoruz. Bu satırları kaleme alırken içim buruk, gözlerim dolu dolu. Ama biliyorum ki her son yeni bir başlangıçtır. Bıraktığın izler için teşekkür ederim Ayverdi. Veda etmiyorum ben. Çünkü şarkıda da dediği gibi "Sen gözlerimde bir renk, kulaklarımda bir ses ve içimde bir nefes olarak kalacaksın."

