

ÇOK PARA HARCİYORSANIZ PSİKOLOJİK RAHATSIZLIĞINIZ OLABİLİR

Fazla para harcamanın psikolojik bir rahatsızlık olduğunu ifade eden Psikiyatri Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Ertan Tezcan, "Eğer herhangi bir insan bütçesinin ötesinde bir para harcıyorsa kompulsif alışveriş bozukluğu dediğimiz bir rahatsızlık söz konusudur" dedi.

Geçtiğimiz günlerde Bursa'nın Yıldırım ilçesinde oturan ve psikolojik sorunları olduğu iddia edilen 65 yaşındaki Mehmet Adnan Soyudemir, parasını harcadığı için tartıştığı 32 yaşındaki kızı Ayşe Soyudemir'i 14 yerinden bıçaklamıştı. Baba Soyudemir'in ilk ifadesinde kızıyla para yüzünden tartıştığını itiraf ettiği, "Hesabımda para bırakmamıştı. Sürekli paralarımı yiyordu, onun yaptığı borçları ödüyordum" dediği öğrenilmişti.

Olayı değerlendiren İstanbul Gelişim Üniversitesi Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. Ahmet Ertan Tezcan, "Cinayet evrensel bir sorun. Fakat iki olay benim çok dikkatimi çekti. Bir tanesi bir babanın kızını çok para harcıyor diye öldürmesiydi. Bu vakada aklıma kızda bir bipolar bozukluk ya da borderline bozukluk gibi bir hastalık olup da ona bağlı olarak para harcama olur mu diye soru geldi. Dolayısıyla ben o babanın kızını çok para harcıyor diye psikiyatriste ya da psikoloğa götürmesini tercih ederdim" dedi.

MUTLAKA TEDAVİ OLUNMALI

Bu olaydan yola çıkarak fazla para harcamanın psikolojik bir rahatsızlık olduğunu ifade eden Psikiyatri Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Ertan Tezcan, "Eğer herhangi bir insan bütçesinin ötesinde bir para harcıyorsa kompulsif alışveriş bozukluğu dediğimiz bir rahatsızlık söz konusudur. Kişi adeta o rahatsızlıkta para harcamadan duramıyordur. Kompulsif istifçiler var. Her bulduğu şeyi alıp evine götürür, atamaz, biriktirir evi çöp haline getirir. Bunlar da alışveriş yapıyorlar. Ve alışverişi hiçbir şekilde durduramıyorlar. Bipolar dediğimiz rahatsızlıkta özellikle hipomanik ya da manik süreçler dediğimiz süreçte de kişinin uykusuzluk, çok konuşma, çabuk öfkelenme, çevreyi dinlememe gibi şikâyetlerin yanı sıra özellikle tutarsız ve korkunç bir para harcama görüyoruz. Kredi kartları tamamen kapanabiliyor, başkalarından ciddi borçlar alınabiliyor. Hatta çok düşük fiyatlara gayrimenkuller satılabiliyor. Bu tür durumlarda da son derece dikkatli olmak gerekiyor. Mutlaka kişinin tedavi olması gerekiyor" şeklinde uyarıda bulundu.

"ZAMANINDA MÜDAHALE İLE ÖNLENEBİLİRDİ"

Bahsi geçen olayda zamanında müdahale yapılmasıyla durumun önüne geçilebileceğinin altını çizen Psikiyatri Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Ertan Tezcan, "Özellikle bir çocuk çok para harcıyorsa, bir kişi evine kapanıp, pek dışarı çıkmak istemiyorsa çok hızlı bir psikiyatrik yardım öneriyorum" ifadelerini kullandı.

EĞİTİMDE KALİTEYİ ARTIRMAYI HEDEFLİYORLAR

İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ) Halkla İlişkiler ve Tanıtım Müdürlüğü, anaokulu ve lise düzeyine kadar her branştan öğretmenlerin katılacağı eğitim haftası düzenledi. 4 gün sürecek eğitimlerle birlikte, eğitimde kaliteyi artırmak ve öğretmenliğe yeni bir bakış açısı kazandırmak hedefleniyor.

İstanbul Gelişim Üniversitesi, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Müdürlüğü, ERA Koleji ile birlikte üniversitenin yeni kampüsü Gelişim Tower'da eğitim haftası düzenledi. 'ERA Koleji Zümre Eğitimleri' adı verilen, 4 gün boyunca sürecek etkinliklere birçok öğretmen ve eğitim danışmanı katıldı. Anaokul ve lise düzeyine kadar her branştan öğretmenlerin katıldığı etkinlikler, İGÜ Gelişim Tower'da, kolejin Çamlıca ve Gaziosmanpaşa kampüsünde gerçekleşiyor.

Eğitimci Mehmet Yaşar'dan 'Mizaç Odaklı Öğretmenlik', Eğitimci Danışman Yazar Polat Doğru'dan 'Hayata Rehber Olmak' başlıklı konferansların, 'Tüm Branşlar için Zümre Çalışmaları', 'Sınıf Zümre Çalışmaları', 'İngilizce Zümre Çalışmaları' ve 'Temel Pedagoji Eğitimi' gibi eğitimlerin verildiği etkinlikle, öğrencilere ve öğretmenlere motivasyon sağlamak, eğitimde kaliteyi artırmak ve öğretmenliğe yeni bir bakış açısı kazandırmak hedefleniyor.

“ÖĞRENCİ MİZACINA GÖRE YÖNLENDİRİLMELİ”

Çocukların farklılıklarının tanınması ve nedenlerinin bilinmesi gerektiğinden bahseden Eğitim Danışmanı Mehmet Yaşar, “Bunun için de gerekli olan şey mizaçtır. Mizaç tipi tanınırsa öğrenciye müdahale etmek kolaylaşır ve öğrenciyi mizacına göre yönlendirebiliriz. Mizacın nasıl doyurulacağı bilinmelidir aksi takdirde riskler ortaya çıkar. Mizaç odaklı öğretmen stratejiyi iyi bilir ve başarır” ifadelerini kullandı.

“MOTİVASYONUN KAYNAĞI MUTLULUKTUR”

Zamanın, özellikle öğrencilerin hayatı için kararlar verirken çok önemli olduğuna değinen Eğitimci Polat Doğru, “Yanlış verilen kararların öğrenci üzerinde telafisi yok. Öğrencilere çok iyi matematik sorusu çözmesi öğretilirken , ben kimim ve ne yapmalıyım sorusu da verilmeli ve bu ortam sağlanmalı. Sürdürebilir motivasyonun kaynağı mutluluktur. Kişiler yaptıkları işlere imza atmalı ve yaptıkları iş, seviyelerinin üzerinde olmalı. Bu şekilde yapılan iş anlamlı kılınabilir” dedi.

KALÇA KIRIKLARI YAŞLILARDA ÖLÜM SEBEBİ OLABİLİR

Yaşlılarda çoğunlukla kemik erimesine bağlı yaşanan düşmelerde kalça kırığı meydana geliyor. Görmedeki bozukluk ile birlikte kas kuvvetinde ve dengede azalma olmasının düşmeyi kolaylaştırdığını kaydeden Dr. Öğr. Üyesi Gülşah Kınalı, “Ameliyat gerektiren kırıkların tedavisi yüksek tansiyon, kalp ve şeker hastalığı gibi diğer ek problemlere bağlı olarak zorlaşır. Kalça kırığı geçirmiş hastaların yüzde 30'u, ilk bir yıl içerisinde hayatını kaybediyor” dedi.

Genç bireylerde ancak trafik kazası veya yüksekte düşme gibi yüksek enerjili bir travma nedeni ile ortaya çıkan kalça kırıkları, kemik erimesi yani osteoporoz nedeni ile yaşlılıkta basit bir düşme ile ortaya çıkabiliyor. Bu durum kadınlarda erkeklere oranla çok daha fazla. Yaşlılık döneminde karşılaşılan en önemli sorunlardan biri olan kalça kırığının önlenmesi konusunda bilgi veren İstanbul Gelişim Üniversitesi Dr. Öğr. Üyesi Gülşah Kınalı, “Görmedeki bozukluk ile birlikte, kas kuvveti ve dengenin azalması düşmeyi ve buna bağlı kırıkları kolaylaştırırken; ameliyat gerektiren kırıkların tedavisi yüksek tansiyon, kalp ve şeker hastalığı gibi diğer ek problemlere bağlı olarak zorlaşır. Kalça kırığı geçirmiş hastaların yüzde 30'u, ilk bir yıl içerisinde hayatını kaybediyor” dedi.

BASI YARALARI EN ÖNEMLİ PROBLEM

Kırık sonrasında amacın hastayı mümkün olan en kısa zamanda eski yaşamına döndürmek olduğunu ifade eden Dr. Öğr. Üyesi Kınalı, “Uzun süre yatağa bağlı kalan hastalarda bası yaraları oluşabilir ayrıca bacak damarlarında pıhtılaşan kan akciğerlere pıhtı atabilir. Kalça kırığı sonrası ameliyat ve ameliyat sonrası hareketliliği hızlıca sağlamak önemlidir. Kırık sonrası fizyoterapi ve rehabilitasyon sürecinde fizyoterapist desteği alınmalıdır. Bası yaralarını önleyecek havalı yataklar kullanılmalı ve hastanın yatma pozisyonu sıklıkla değiştirilmelidir” diye konuştu.

KAS KUVVETİNİZİ ARTTIRIN

Kemik erimesinin farkına varılması gerektiğini belirten Dr. Öğr. Üyesi Kınalı, “Özellikle kadınlarda menopoz sonrası artan risk ve tedavi yaklaşımları için doktorlarından destek almalı. Günlük düzenli egzersiz yapmalı. Özellikle bacaklardaki kas kuvvetini ve dengeyi arttıracak egzersiz ve aktiviteler seçmeliler. Tai- Chi, pilates egzersizleri bu kişiler için uygun olabilir. Dans etsinler veya bahçe işleri yapsınlar. Bahçe işlerinde çömelleme sırasında ‘çömelleme diz pedi’ kullanmaları ise önem taşıyor” dedi.

“DÜZENLİ TEST YAPTIRIN”

Özellikle 60 yaşın üstündekilerin görme ve işitme testlerini düzenli yaptırmalarını vurgulayan Dr. Öğr. Üyesi Kınalı, “Görme ve işitme kayıpları dengeyi bozan ve düşmelere neden olan faktörlerin başında gelir. D vitamini için düzenli güneş ışığı almalı. Güneş yanığı yaşamamak için günün uygun saatlerini seçebilirler. Beslenme açısından en iyi D vitamini kaynakları yağlı balıklar ve yumurtadır. Peynir, yoğurt ve balık tüketmeliler. Ayak sağlığı da bu noktada çok önemli. İyi seçilmemiş ve iyi zemin desteği sağlamayan ayakkabılar denge bozar” ifadelerini kullandı.

“ERGOTERAPİSTE DANIŞIN”

Evdeki olası tehlikeleri önlemek için ergonomik düzenlemelere özen gösterilmesine dikkat çeken Dr. Öğr. Üyesi Kınalı, bu konuda ergoterapistlere danışılması gerektiğine de değindi. Ev içerisinde ve dışarısında alınabilecek önemleri sıralayan Kınalı, şöyle konuştu:

“Kapı eşikleri kaldırılmalı, yerde kablolar olmamalı, mümkünse halılar yere sabitlenmeli, banyo ve tuvaletlerde tutunma barları olmalı, banyo ve küvetin içinde kaymaz örtüler kullanılmalı, nörolojik rahatsızlığı bulunanların desteksiz yürümesine izin verilmemeli. Bahçe aletleri kullanılmadığı zaman emniyetli bir yere saklanmalı. Ayrıca, ıslak çim ve düz olmayan yüzeylerde yürürken çukurlara dikkat etmeliler, iyi destek veren bir ayakkabı giymeliler. Bahçede aşırı büyümüş bitkiler, yabancı otlar, taşların arasında büyümüş bitkiler zemini kaygan ve güvensiz hale getirecektir, bunları temizlemeliler. Gece ışığı açmadan yürümesinler, gözlerinin ışığa uyum sağlaması için kendilerine zaman vermeli ve ani hareketten kaçmalı. Kötü aydınlatılmış alanlar denge ve görmeyi bozar. Aydınlatmaların iyi olması çok önemli.”

2 YILDA 13 ÖDÜL ALAN ROBOTİK EKİBİ 8 YENİ PROJEYE HAZIRLANIYOR

Üniversiteler yapay zeka ve robotik alanında yapılan proje yarışmalarına yoğun ilgi gösteriyor. İstanbul Gelişim Üniversitesi olarak 2018 yılında açılan Araştırma Altyapıları Destek Programı'na toplam bütçesi 1 milyon 26 bin olan proje başvurusu yaptıklarını belirten Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Ali Okatan, 2019 yılı için şimdiden 8 farklı projeye hazırlandıklarını kaydetti.

İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ), Teknoloji Transfer Ofisi (TTO) ile birlikte yapay zeka ve robotik kodlama alanında çok fazla çalışma yürütüyor. 2015 yılından beri çalışmalarına hızla devam eden ekip 2 yıl içerisinde 13 ödülün de sahibi oldu. Yapılan çalışmalar hakkında bilgi veren İGÜ Rektör Yardımcısı ve TTO Sorumlusu Prof. Dr. Ali Okatan, "TTO olarak günümüzün en hızlı gelişen alanları olan yapay zeka ve robotik alanında çalışmaları hayata geçiriyoruz. Özellikle yapay zeka kullanarak çalışan robotların yapımı ve geliştirilmesi üzerine yaptığımız çalışmalar büyük bir hızla devam ediyor" diye konuştu.

"ROL MODEL OLDUK"

Öğrencilerin bu alanda kendilerini geliştirmeleri için 2014 yılında TTO'nun içerisinde bir Robotik Ekibi kurulduğunu ifade eden Prof. Dr. Okatan, "Ekte yer alan öğrencilerimizi robot yarışmaları ve robotik sistemler konusunda teşvik etmekte ve destek oluyoruz. MERSUS robot ekibimiz robot yarışmalarında büyük başarı gösterdi ve yapmış olduğu çalışmalarla Türkiye'deki lise ve üniversiteler için örnek rol model oldu" dedi.

13 YARIŞMADA TÜRKİYE ŞAMPİYONU OLDULAR

"Robot Savaşları kategorisi için hazırlanan robotlar çiziminden imalatına, montajdan üretimine kadar tamamıyla mühendislik temeli üzerinde kurulmuş olup özenle oluşturuluyor" diyen Prof. Dr. Okatan, konuşmasına şöyle devam etti:

"2014 yılında ülkemizde gerçekleştirilen 'Robot Savaşları' kategorisinde başlayan ileri seviye robot tasarımı ile 2017 yılına geldiğimizde ulusal birçok yarışmaya katılım gösterip 13 farklı robot yarışmasında Türkiye şampiyonlukları alarak en üst seviyeye çıktık. Ekibimiz 2017 yılında uluslararası MEB robot yarışmasından İnsan Hava Aracı (İHA) birinciliğini alarak Türkiye'nin en prestijli yarışmasında kendisini ispat etti. 2017 yılında Romanya'da düzenlenen uluslararası robot yarışması Robochallenge' a da katılım göstererek 'Otonom İnsansız Hava Aracı Kategorisi'nde dünya 3'üncüsü, 'Çizgi İzleyen Kategorisi' dünya 4'üncüsü dereceleri aldık."

2017 yılının sonundan itibaren uluslararası robot savaşları kategorisinde gerçekleşen yarışmalarda Türkiye'yi temsil eden tek ekip olduklarının da altını çizen Prof. Dr. Okatan, "2017 yılında Rusya'da düzenlenen uluslararası Bitva Robotov robot savaşlarına 2018 yılında ise Çin'de düzenlenen uluslararası King Of Bots robot savaşları yarışmasına katılım gösterdik" dedi.

1 MİLYON 26 BİN LİRALIK PROJE BAŞVURUSU YAPTILAR

Bu yıl içerisinde düzenlenecek 8 ayrı proje için de çalıştıklarını kaydeden Prof. Dr. Okatan, konuşmasını şöyle noktaladı:

“TTO bünyesinde T.C. Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığı tarafından 2018 yılında açılan Araştırma Altyapıları destek Programı’na İGÜ Robotik Uygulama ve Araştırma Merkezi olarak 1 milyon 26 bin 598 lira bütçesi olan proje başvurusu yaptık. Bu projelerimizin sunumlarını da gerçekleştirdik. Sonuçların çıkmasını bekliyoruz. Bu sene de uçan araba; Brushless motorlar için otonom hız kontrol yazılımı tasarımı; Kablosuz haberleşmede alınan sinyallerden hesaplanan mesafenin YSA (Yapay sinir ağı) ile hesaplama analizi; Otonom uçuş saplayan hexakopter ile otomatik ilaçlama/sulama sisteminin oluşturulması; İstenilen şekle göre gıda hamuru basan makine üretimi; Elektrik fan motorlu havadan karaya roket tasarımı; Biyomimetik alanında yapılan araştırma ve Bitkilerin yetiştirilme durumlarına göre bulanık mantık tabanlı otonom otomasyon sistemi projeleri için çalışmalarımızı sürdürüyoruz.”

TİCARETTE DİJİTAL DÖNÜŞÜM İGÜ’DE ELE ALINDI

İstanbul Gelişim Üniversitesi İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi Uluslararası İşletmecilik ve Ticaret Bölümü tarafından 'Uluslararası E-Ticaret ve Dijital Pazarlama Semineri' düzenlendi.

Gelişim Tower’da Dr. Öğr. Üyesi Bahar Meriç Atakan tarafından düzenlenen seminere e-ticaret, Dijital Pazarlama ve Sosyal Medya Uzmanı Sedat Ateş konuk oldu. Seminerde dijital dönüşümün uluslararası ticaret ile ilişkisi irdelendi.

Dijital Dönüşümü “mülksüzleşme” olarak ifade eden Ateş, “Hiç restoranı olmayan yemek sipariş hattı, hiç stok tutmayan e-ticaret sitesi, hiç dükkânı olmayan çiçekçi... Dijital dönüşüm yemek, market, araba, eğitim, finans, vergi, sağlık, sigorta, spor, hizmet vb. her alanda son sürat devam ediyor” şeklinde konuştu.

“MESLEKLER EVRİM GEÇİRİYOR”

Mülksüzleşme etkilerini sokakta ve her yaş grubundan ve her kuşaktan bireyin daha yoğun hissetmeye başlayacağını ifade eden Sedat Ateş, “Büyük düşünmek ve önemlisi üretmek, ürettiğimizi hayata geçirmek zorundayız. Dijital göçebe isminde bir kavram başladı. Bu kavram tam olarak internet bağlantımız ve bilgisayarımızın olduğu her yerde iş yapma özgürlüğünü, sabit bir mekâna bağlı kalmadan bize getiriyor. Hal böyle olunca meslekler evrim geçiriyor ve iş yapış şekillerinde kaçınılmaz değişikliklerin başlamasının zil sesi duyuldu” dedi.

“SINIRLAR KALKTI”

Dünyanın küçük bir pazar haline geldiğini belirten Ateş, “Uluslararası sınırlar ticarete kalkarak çeşitli devletlerin milli meselesi haline geldi. Eskiden ürün alımını sadece yurt içindeki e-ticaret pazarlarında alabilirken şimdi evrensel köyde farklı satıcılardan ve ülkelerden ürünleri kıyaslama ve alma imkânına sahibiz. Tam tersi bir düşünce ile kendimize yeni bir pazar yaratmak ve kısır döngüden kurtulmak için uluslararası pazarlarda ürünlerimizi sergileyerek yeni satış kanalları açabiliriz” ifadelerini kullandı.

“E-TİCARET HACMİ ARTTI”

2018 yılsonu itibariyle küresel e-ticaret hacminin 3 trilyon dolara yaklaştığını belirten Sedat Ateş şunları söyledi:

“Türkiye’de son 5 yılda yüzde 350 oranında artarak 45 milyar Türk Lirası’nı aştı. Bu veriler ışığında çalışılmak istenen ülkedeki hedef kitlenin tatil günleri, sevdiği sporlar, diziler, yemekler vb. çok yönlü incelenerek, sosyal medya üzerinden o ülkenin konuştuğu dille hazırlanan video reklamlar ve metin söylemleriyle yakalanabilir. Farklı açılacak reklamlar ile başarılı olanlar belirlenerek, ölçümleri düzenli takip edilir.”

“REKABETTE ÜSTÜNLÜK SAĞLAYABİLİRİZ”

Ödeme ve lojistik noktasında artık firmaların çok ileri seviyelere ulaşmış olduğunun altını çizen Ateş, “Kapıdan alınan ürünü gümrükleme ve başka ülkede son tüketiciye teslim noktasında devletin ana politikası olmuştur. Özellikle iç pazarda ürettiğimiz ürünlerde rekabet üstünlüğü sağlayacak kategorilere sahibiz” dedi.

Seminer sonunda Sedat Ateş’e Dr. Öğr. Üyesi Bahar Meriç Atakan tarafından üniversite adına teşekkür plaketi takdim edildi.