

## **2025'İN YENİ BECERİLERİ; DAYANIKLILIK, STRES YÖNETİMİ VE ESNEKLİK**

Dünya Ekonomik Forumu tarafından hazırlanan Mesleklerin Geleceği 2020 (Future of Jobs 2020) raporu yayınlandı. 2020'de yayınlanan raporun 2025 yılına dair fikir vermeyi amaçladığını belirten Abdülkadir Gayretli, “2025 yılının iş hayatının olmazsa olmaz becerileri; dayanıklılık, stres yönetimi ve esneklik” olacak diye konuştu.

### **“KARİYER DEĞİŞİMLERİNİN YAKLAŞIK % 50'Sİ YAPAY ZEKÂ VE VERİ YÖNETİMİ İLE İLGİLİ”**

Tüm dünyada yaşanan global gelişmelerin ve Covid-19 pandemisinin geleceğin iş dünyası planlamalarını hızlandırdığını ifade eden İstanbul Gelişim Üniversitesi Mütevelli Heyeti Başkanı Abdülkadir Gayretli, “Artan sayıda insan tamamen yeni mesleklerde kariyer değişiklikleri yapıyor. Kariyer değişimlerinin yaklaşık % 50'si yapay zekâ ve veri yönetimi ile ilgili alanlardan. Bu da geleceğin işlerine dair fikir veriyor. 2025 yılının iş hayatının olmazsa olmaz becerileri; dayanıklılık, stres yönetimi ve esneklik olarak ortaya çıkıyor. Çalışanlar kişisel gelişim kurslarına da artık daha fazla önem veriyor” dedi.

### **“DEĞİŞİMİN ETKİSİ TÜM DÜNYADA SÜRECEK”**

Online öğrenme fırsatları arayan insan sayısında 4 kat artış yaşandığını belirten İstanbul Gelişim Üniversitesi Mütevelli Heyeti Başkanı Abdülkadir Gayretli, “Çalışanlarına online öğrenme fırsatları sunan işverenlerde 5 kat artış ve devlet desteği ile online öğrenmeye erişen kişilerin kayıtlarında da 9 kat artış yaşandığı görülüyor. Mart ayından bu yana hızlı geçiş yaptığımız uzaktan eğitim sürecimizde de geliştirmeler yaparak, kendi yazılımlarımız üzerinden eğitimler gerçekleştiriyoruz. Teknolojinin ve uzaktan eğitim ile çalışma yöntemlerinin popüler olduğu 2020 yılının sonrasında da değişimin etkisi tüm dünyada sürecektir” ifadelerini kullandı.

Değişimin hızına ayak uydurabilenin hayatta kalacağını vurgulayan Gayretli, “Ortaya çıkan yeni kişisel becerilerin kazanılması, bireylerin kendisine yapacağı en iyi yatırım olacaktır” diyerek sözlerini sonlandırdı.

## **TÜRKİYE ULUSLARARASI ÖĞRENCİLER İÇİN ÇEKİM MERKEZİ OLDU**

Birleşmiş Milletler Eğitim Bilim ve Kültür Örgütü'nün (UNESCO) yayımladığı 2018 yılı verilerine göre Türkiye, 125 bin 138 öğrenci sayısı ile yükseköğretimde dünyada en çok uluslararası öğrenciye sahip 10'uncu ülke oldu. İstanbul Gelişim Üniversitesi Uluslararası Öğrenci Müdürü Doç. Dr. Arda Öztürkcan, “Türkiye'nin yükseköğretimde uluslararası öğrenciler için bir çekim merkezi haline geldiğini” söyledi.

İstanbul Gelişim Üniversitesi Uluslararası Öğrenci Müdürü Doç. Dr. Arda Öztürkcan, Birleşmiş Milletler Eğitim Bilim ve Kültür Örgütü'nün (UNESCO) yayımladığı 2018 yılı

verilerine göre Türkiye'nin, 125 bin 138 öğrenci sayısı ile yükseköğretimde dünyada en çok uluslararası öğrenciye sahip 10'uncu ülke olmasını değerlendirdi. Türkiye'nin uluslararası öğrenciler için çekim merkezi haline geldiğini vurgulayan Öztürkcan, "Bundan sonraki süreçte de, bu sayının giderek artacağını ve Türkiye'nin Uluslararası Eğitim'de her zaman üst sıralarda yer alacağını" belirtti.

Ocak 2018 yılı öncesi İstanbul Gelişim Üniversitesi'nin toplam uluslararası öğrenci sayısının 46 olduğunu, Uluslararası Öğrenci Müdürlüğü'nün kurulmasıyla beraber bu sayının hızla artmaya başladığına belirten Uluslararası Öğrenci Müdürü Doç. Dr. Arda Öztürkcan, 2018-2019 akademik yılında 720, 2019-2020 akademik yılında bin 521, 2020-2021 akademik yılının güz döneminde ise koronavirüs pandemi koşullarına rağmen bin 459 uluslararası öğrenci kesin kayıt işlemlerini tamamladı. Toplam mevcut uluslararası öğrenci sayımız 3 bin 500'ü aştı. 170'in üzerinde öğrenci ise Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'ne kayıt yaptırdı" diye konuştu.

#### "YABANCI UYRUKLU ÖĞRENCİ ORANI YÜZDE 10'UN ÜZERİNDE"

Pandemi koşullarına rağmen 2020-2021 akademik yılında bin 500'e yakın uluslararası öğrenci kaydı gerçekleştirildiğini hatırlatan Öztürkcan, "Geçen yıl açıklanan Yükseköğretim Kurulu (YÖK) verilerine göre bin 933 kayıtlı öğrenci ile yüzde 6,7 yabancı uyruklu oranı yakaladık ve bu yıl bu oranı yüzde 15' in üzerine çıkarmayı başaracağız ve hedefimiz 2021 yılında ise yüzde 20 oranını geçmek" ifadelerini kullandı.

#### "EN ÇOK TERCİH EDİLEN BÖLÜM İŞLETME"

2020-2021 yılında 97 farklı ülkeden uluslararası öğrencinin kayıt yaptırdığını belirten Öztürkcan, "En çok tercih edilen bölümlerimiz bu yıl İşletme (İngilizce), Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (İngilizce), Mimarlık (İngilizce), Hemşirelik (İngilizce) ve İnşaat Mühendisliği (İngilizce) oldu" dedi.

#### GAYRETLİ: TÜRKİYE'NİN PAYI YÜZDE 110 ARTTI

Dünyada uluslararası öğrenci havuzundaki Türkiye'nin payının, YÖK Başkanı Prof. Dr. Yekta Saraç öncülüğünde yüzde 110 arttığına vurgu yapan İstanbul Gelişim Üniversitesi Mütevelli Heyeti Başkanı Abdülkadir Gayretli ise "2 yıl geriden gelen veriler doğru yolda olduğumuzu gösteriyor. Türkiye'nin bu başarısının şu an daha da üzerinde olduğuna inanıyoruz. Eğitimde daha iyi olmak için var gücümüzle çalışmaya devam edeceğiz" diye konuştu.

## “TÜRKİYE YURT DIŞINDAN GELECEK OLAN AŞILARI TAŞIYACAK LOJİSTİK ALTYAPIYA SAHİP”

Türkiye'nin de sipariş ettiği Çin merkezli koronavirüs aşısı CoronaVac'ın üçüncü faz deneylerinden ilk sonuçlar geldi. Dr. Öğr. Üyesi Kadir Mersin Çin aşısının taşınması ve saklanması avantajlı olduğunu söyledi.

Çin merkezli Sinovac şirketinin geliştirdiği koronavirüs aşısı CoronaVac'ın üçüncü faz deneylerinden ilk sonuçlar geldi. Endonezya merkezli Bio Farma şirketi, CoronaVac'ın ilk denemelerde %97'ye kadar etkili olduğunu tespit ettiklerini duyurdu. İstanbul Gelişim Üniversitesi Uluslararası Lojistik ve Taşımacılık Bölümü Dr. Öğr. Üyesi Kadir Mersin ülke olarak aşıları taşıyacak lojistik altyapıya sahip olduğumuzu söyledi.

## “MRNA TABANLI AŞILARIN TAŞINMASI VE SAKLAMASI MEŞAKKATLİ”

mRNA tabanlı aşıların saklama koşullarının -70 ile - 80 derece arası olması gerektiğini söyleyen Dr. Öğr. Üyesi Mersin, “Şu an koronavirüs salgınıyla ilgili aşı çalışmaları var. Bunlardan biri mRNA tabanlı aşı bir diğeri ise klasik aşı olarak bildiğimiz Çin aşısı. mRNA tabanlı aşılarından biri Pfizer'ın yaptığı bir aşı. mRNA tabanlı aşının taşınması ve saklanması biraz meşakkatli. Çünkü bu aşının saklama koşullarının -70 ile - 80 derece arası olması gerekiyor. Bununla birlikte bu aşıların depolanması da ayrı bir problem oluşturuyor” dedi

## “BİR DOZ AŞININ BİLE ZİYAN OLMAMASI GEREKİYOR”

Dünyada 2019 yılında 34 milyar dolarlık aşının ziyan olduğunu belirten Dr. Öğr. Üyesi Mersin, “Bu soğuk zincirin kırılmasından dolayı 34 milyar dolarlık aşı ziyan oldu. Fakat konu koronavirüs salgını olduğu için bizlerin böyle bir lüksü yok. Koronavirüs salgınından dolayı bu zincirin hiçbir şekilde kırılmayıp bir doz aşının bile ziyan olmaması gerekiyor. Dolayısıyla aşının taşınması zor olsa da imkânsız değil. Diğer ülkelere kıyasla Türkiye'nin bu aşıları taşıyacak lojistik altyapıya sahip olduğunu söyleyebilirim” diye konuştu.

## “ÇİN AŞISININ TAŞINMASI VE SAKLANMASI DAHA KOLAY”

Saklanma koşullarını göz önünde bulundurduğumuzda Çin aşısını ülkemiz için kolay olacağını söyleyen Dr. Öğr. Üyesi Mersin, “Çin aşısının kendine has avantajları var. Bu avantajların biri de Çin aşısının taşınması ve saklanması kolay olması. Çin aşının buzdolabında raf ömrünün 1 ay olduğu dondurucularda ise 3 ay olduğu biliniyor” dedi.

## “-70 DERECELİK BİR SOĞUKLUĞA SAHİP DEPOMUZ YOK”

Dr. Öğr. Üyesi Mersin sözlerine şu şekilde devam etti:

“Aşıların taşınma kısmına baktığımız zaman Pfizer bir termal kutu dizayn etti. Bu kutu sayesinde 5 bin doz aşı bir seferde bu kutuya sığabiliyor. Ülke olarak bizlerin sıkıntısı daha çok aşıların depolanması konusunda oluşacak. -70 derecelik soğukluğa sahip bir depomuz yok. Ülkemize gelecek olan aşıların saklanabilmesi için hastanelerinde yeterli bir altyapıya sahip olması gerekiyor. Bu sebepten dolayı ülkemizde mRNA tabanlı aşıların saklanması çok kolay olmayacak.”

## “YOGA İLE FİZYOLOJİK DENGE VE UYUM YENİDEN KURULABİLİR”

“Yoga'nın bağışıklık sistemini destekleyici olduğunu söyleyen Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Öner, “Yoga ile fizyolojik denge ve uyum yeniden kurulabilir” ifadelerini kullandı.

Covid-19 pandemisinin sağlıkla ilişkili stres yaşantısını güçlü tutan bir olgu olduğuna değinen İstanbul Gelişim Üniversitesi'nden Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Öner, “Koronavirüs stres, kaygı ve korkuyla birleşince organizmanın tüm dengesini dalgalandıran bir hal alabiliyor. Aynı zamanda bağışıklık sistemlerimiz üzerinde olumsuz yansımalara sebebiyet verebiliyor. Güçlü bağışıklığa sahip bir bireyin koronavirüs enfeksiyonuyla mücadelede daha başarılı olduğu bildirilmekte. En sık karşılaştığımız tedbir önerisi, bağışıklığı güçlendirmek. Günümüzde çok sayıda Yoga kuruluğu ve Yoga uzmanının insanların zihinsel olarak sağlıklı kalmasına yardımcı olmak ve mevcut pandemi sırasında optimal bağışıklık fonksiyonlarını teşvik etmek için Yoga ve Yoga temelli yaşam tarzı önerilerini sıklıkla dile getirdiğine tanık oluyoruz” şeklinde konuştu.

## “FİZYOLOJİK DENGE VE UYUM YENİDEN KURULABİLİR”

Yoga'nın tüm katılımcıları tarafından keyifle uygulanan bir basamağının Asanalar yani 'Yoga duruşları' olduğuna dikkat çeken Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Öner, “Yoga'nın fizikselliğini yansıtan Asanalar aracılığı ile kas, kemik ve eklemlerde güç, dayanıklılık ve esneklik geliştirilirken, bu bölgelerde stres yaşantılarının yol açmış olduğu gerginlikler azaltılarak fizyolojik denge ve uyum yeniden kurulabilmektedir. Ayrıca, ağrı ile başa çıkmada da etkin sonuçlara ulaşılmaktadır. Yoga duruşlarının metodik uygulamaları dolaşım, sindirim ve boşaltım sistemlerini düzenleyici rol üstlenerek bedende bütüne yayılan esenlik duygumunu artırmaktadır” diye konuştu.

## “DOĞRU NEFES İLE KALP VE AKCİĞERLER DESTEKLENEBİLİR”

Yoga sisteminin organizmayı güçlü kılan bir diğer uygulama basamağının da Pranayama 'Nefes teknikleri' olduğuna vurgu yapan Öner, “Nefes, Yoga'da zihinsel dinginliği inşa eden, bireyin kendi ile kuracağı derin bağı temellendiren önemli bir enstrümandır. Doğru nefes aracılığı ile kalp ve akciğerlerin desteklenmesinin yanı sıra

beden enerjisinin yükseltilmesi, bütünsel dengenin korunması amaçlanmaktadır. Doğru alınan nefes kişinin ruhsal yaşantısından, dünyayı algılayış biçimine değin pek çok alanı etkilemektedir. Doğru, derin ve farkındalıkla alınan her nefes zihinsel sağlığın ana besin kaynağı olmaktadır. Bu nedenle, Yoga çalışmalarında nefes ile bağ kurma pratikleri boyunca bedende akan doğal nefesin gözlemlenmesi önceliklendirilmektedir. Nefes alıp verirken oluşan duyular, havanın burun kanalları aracılığı ile bedenin içine ve dışına doğru akışının yarattığı hisler, solunum sürecine dâhil olan yapıların alınan ve verilen nefes ile yaşantıladığı değişimlerin izlenmesi ve bu esnada olan biteni fark etmeyi araştırmak, nefesle yolculuğun önemli anahtarlarından. Nefesin farkında olma durumu, dikkati düşüncelerden özgürleştirmekte, bilinci geliştirmenin, bütünsel bilinçle temas edişin, şimdi ve burada oluşun yolu olmaktadır” ifadelerini kullandı.

### “ZİHİNSEL ETKİNLİĞİ DÜZENLER”

Çoğu insanın günlük hayatın içinde aşına olduğu ‘Meditasyon’ çalışmalarının Yoga literatüründe Dhayana terimi ile ifade edildiği bilgisini veren Öner, “Yoga sistemi içerisinde zihinsel etkinliği düzenleyici ve geliştirici tekniklerin önemli bir bölümü Dharana ‘Konsantrasyon’ aşamasında uygulanmaktadır. Bu teknikler, bireyin kendi gerçeği ile buluşmasını sağlamak, içsel farkındalığını artırmak, böylelikle, gereksinimleri ve gerçekliği arasında köprü kurabilmek ve yaşam anlamını keşfetmek üzere yapılandırılmıştır” dedi.

Öner, konuşmasını şöyle sonlandırdı:

“Kendini tanımanın çok boyutlu bir yolu olarak nitelendirilebilecek Yoga uygulamaları, yaşam olaylarını yönetirken zorluklarla başa çıkma becerilerini kalıcı deneyimlere dönüştürmektedir. Zira, fiziksel uygulamalar güçlü, esnek bir bedeni, zihinsel uygulamalar farkındalığı, tinsel içerikler varoluşun anlamını açıklığa kavuşturmaktadır. Dolayısıyla, yüksek bir yaşam kalitesi, yüksek bir yaşam doyumu ve gerçekliğin berrak algısı Yoga uygulamalarının yalın hediyeleri olmaktadır. Bu da doğal olarak, başa çıkma becerilerinde artış, kabul, dayanıklılık ve öz yeterlik olarak davranışa yansımaktadır.”

### “YÜKSEKÖĞRETİM GÜVENCESİ ALTINDA VERİLEN EĞİTİMLERE GÜVENİN”

Eğitim ve sertifika programlarının kişisel gelişimin ve iş yaşantısının olmazsa olmazı olduğunu belirten Abdülkadir Gayretli, “Konusunda uzman ve tanınmış bir kurum seçin, yükseköğretim güvencesi altında verilen eğitimlere güvenin” dedi.

Gelişime Açık Ol sloganıyla yola çıkan İstanbul Gelişim Üniversitesi, uzaktan öğretim yöntem ve teknikleri kullanılarak hazırlanan online eğitim ve sertifika programlarına hız kazandırdığını duyurdu. Herkesin katılımına açık olacak online eğitim ve sertifika

programları, Türkiye'nin en çok uluslararası akreditasyona sahip İstanbul Gelişim Üniversitesi güvencesi ile verilecek.

#### “TANINMIŞ BİR KURUM SEÇİN”

Konu hakkında konuşan üniversitenin Mütevelli Heyeti Başkanı Abdülkadir Gayretli, eğitim ve sertifika programlarının kişisel gelişimin ve iş yaşantısının olmazsa olmazı olduğunu belirterek, “Konusunda uzman ve tanınmış bir kurum seçin, yükseköğretim güvencesi altında verilen eğitimlere güvenin” diye konuştu.

#### “HER ALANDA SERTİFİKA PROGRAMLARINA DAHİL OLABİLİRLER”

Eğitim programlarının iş başvurularında önemli bir yeterlilik olarak görüldüğünü ifade eden Gayretli, “İş hayatında fark yaratmak isteyen adaylar uzmanlıklarını geliştirmek istedikleri her alanda sertifika programlarına dâhil olabilir. Alınan eğitimlerin sektörde ne kadar etkin olacağı sorgulanmalı” dedi.

#### “PROGRAMIN SÜRESİNİ KATILIMCI BELİRLİYOR”

Online eğitim ve sertifika programlarının süresini katılımcının belirleyebildiğini söyleyen Gayretli, “Eğitimler uzaktan olduğundan katılımcılar eğitim videolarını istedikleri zamanda izleyebiliyor. Çalışma ve eğitim hayatına göre planlanabiliyor. Programın başlangıç ve bitiş süresini belirlemek katılımcının elinde” ifadelerini kullandı.

#### “KURUMSAL EĞİTİMLERE DE YER VERECEĞİZ”

İstanbul Gelişim Üniversitesi'nin yakın zamanda uzaktan eğitim ve sertifika programlarına hız kazandıracığı vurgusunu yapan Gayretli, “Ulusal ve uluslararası protokollerle hazırladığımız eğitimler, uluslararası akreditasyon kurumlarınca akredite edilmiş üniversitemizin güvencesi altında verilecek. Eğitimler Türkçe ve İngilizce gerçekleşecek. Mesleğinin uzmanı birçok uluslararası uzmanı katılımcılarla bir araya getireceğiz. İnsan Kaynakları Yönetimi, Sağlık Hizmetleri Yönetimi, Muhasebe Finans gibi birçok başlıkta ve iletişim, turizm gibi birçok alanda eğitimler olacak. Bireysel eğitimlerin yanında kurumsal eğitimlere de yer vereceğiz” dedi.