

RÖPORTAJLAR

Öztuna Norman

Berkay Balaban

Boğaziçi Acapella

Naya Grup

Zaradis

Kronos Kuaför

Hasan Kurşun

Av. Bahar Çınar

LİFE SAĞLIK

Doç.Dr. Ozan Bitik

Dr. Gokhan Kırtunç

Dr.Ozan Bitik

Dyt. Büşra Altınkaynak



NKS
Medya



Keşke'ler, şimdilere dönüşebilir. Tutkularınızdan vazgeçmeyin!

ZERRİN TİFEKÇİ

ZERRİN TÜFEKÇİ

Keşke'ler, şimdi'lere dönüşebiliyor.
Tutkularınızdan vazgeçmeyin!





Başarılı bir diş hekimi olmanın yanında çok güzel sosyal sorumluluk projelerinde de yer alıyorsunuz. Bunlardan bahseder misiniz?

Yaşam, bütünsel baktığımızda, hayata kattıklarımızla ve hayatın size kattıklarıyla harmanlanan muhteşem bir mozaik... İnsan bir amaca konsantre olduğunda, artık buna ne gönüllülük ne de sosyal sorumluluk olarak bakıyor. Yaptığımız her şey hayatımızın bir parçası haline geliyor. Benim odağımızda hep insan oldu. Daha çok da yaşlılar, çocuklar ve gençler...

İlk projem "KÖYKAL"dı. Bir köyü kalkındırırken, köy olmasının sağladığı güzelliklerden vazgeçmeden, insanların yaşamlarında fark yaratmayı amaçlayan bir projeydi. Hem köylülerin yaşamlarında hem de köyde çok güzel değişimler yarattık. Köy, köy olarak kalırken okul restore edildi. Taşmalı sistemde uzak bir okula giden çocuklar, yepyeni bir okula ve kütüphaneye kavuştular. Hafta sonları farklı derslerde eğitimler aldılar. Hobilerini de destekledik. Resimler yaptılar, sergi açtılar. Köyün kadınlarıysa okuma yazma öğrendiler. "Örnek Çiftçi" yarışmasında dereceye kaldılar. Ödüller kazandılar.

Köylüler sadece şeker pancarı ve buğday ekıyor, kotadan şikâyet ediyorlardı. Brokoli ile tanıştılar. Süt sığırcılığı teşviki alıp, köy kooperatiflerini canlandırdılar. Evlerin dışında olan su evlerin içine alındı. Yaz ayları kuraklıktan şikâyetçiydiler, köye büyük bir su deposu yapıldı. Köyün yolları yaptırıldı, sağlık taramaları yapıldı ve köyün çocukları sunnet ettirildi.

Koskoca 4 yılı özetlemek çok zor ama iki hamileliğim de bu köy yollarında geçti. Çok güzel anılar birikti ve çok verimli işler yapıldı.

Şimdi Turyak Yaşlıları Konseyi Derneği'nin Yönetim Kurulu'nda görev yapıyorum. Amacımız yaşlıların sesi olmak, haklarını savunmak, ulusal ve uluslararası derneklerle işbirliği yapmak. Her yıl Kıdemli Vatandaş Ödülleri veriyoruz. Bu yılki törenimizde hem yurt dışından hem de yurt içinden seçilen kıdemlilerimize ödüller vererek onlarla birlikte bir çalıştay düzenleyeceğiz ve tecrübelerini dinleyeceğiz.

Yine kadın girişimcilerin kurduğu ANGİKAD'ın Yönetim Kurulu'na çok kısa bir süre önce seçildim. Ekip arkadaşlarımla beraber kadın girişimcilerin sesi olmaya ve çok güzel projeler yapmaya kararlıyız. Göreve gelir gelmez çalışmalara başladık. Hem diğer girişimci kadınlara destek olacağız hem kendi üyelerimizle aramızdaki iletişimi ve işbirliğini artıracacağız. Her konuda eğitimlerle sürekli gelişmeyi sağlayan, çevreye duyarlı, sanatla iç içe, kız çocuklarına eğitim bursu vermeye devam eden, güçlü bir ANGİKAD olarak yolumuza devam edeceğiz.

Siz aldığınız eğitimlerle ve yaptığınız işlerle bir fark yaratıyorsunuz. 2017 yılında Adana'da TEDxYouth@ATA etkinliğinde yaptığınız konuşmada "Fark yaratmak mı, farkın kendisi olmak mı?" diye dinleyicilerinize sormuştunuz. Bu soruyu şimdi biz size sorsak...

Galiba yaşamın sırrı, içinde yaratıcılık ve keyif olan özgün şeylerin peşinden korkmadan, vazgeçmeden gitmekte saklı. Tüm bunları bir kıyafet gibi giyip yolumuza öyle devam etmemiz gerekiyor. Kendi yolumuzda kalarak bir şeyi gerçekten istediğimizde, istemenin o yaratıcı titreşimine geçtiğimizde, bizi ona götürecek yol kendiliğinden açılıyor önümüzde. İçinde "imkânsız" sözcüğüne yer olmayan bir yol o. "Nasıl olmaz, olacak iş değil, hayali bile imkânsız" gibi kalıpların kendiliğinden silindiği bir titreşim. Sadece bu kadarı bile, kendi yolumuza çıkıp o yolda kendinizle karşılaşmanıza ve farkın kendisi olmanıza yetiyor.

En büyük hayalinizin piyano çalmak olduğunu ve bunu gerçekleştirdiğinizi gözlerinizden ışık saçarak söylüyorsunuz. Peki, başka hangi hayallerinizi gerçekleştirdiniz ya da geleceğe dair hayalleriniz neler?

Evet, çocukluğumda bir piyanom olamadı ama muayenehanemi açtıktan sonra ilk işim bir piyano almak oldu kendime. Hemen derslere başladım ve uzun bir süre eğitim aldım. Hatta bileklerim ufak çapta sakatlandı çok çalışmaktan. İnsan bir hayaline kavuşunca, bir sevgiliye kavuşmuşçasına mutlu oluyor.

Muayenehanemi bir klinik haline dönüştürerek çok kişinin çalıştığı, ekip ruhu ile hizmet veren bir yer hayal etmiştim. Bunu da gerçekleştirdim.

Yazmak ise, çocukluğumdan beri içimde taşıdığım bir hayaldi. İnsana ve sağlığa hizmet etmeyi tutku düzeyinde yaşayan üç doktor arkadaş olarak, Zerrin Başer ve Gül Yılmaz Çınar'la birlikte "Yeni İnsan" adlı kitabımızı çıkardık. Hem yazmaya hem de sağlığa ilişkin bir hayalimizi gerçekleştirdik. Gelecekteki iş hayalim, farklı alanlarda eğitim veren bir yer açmak. Özellikle hikâye anlatıcılığı, iletişim ve dijital dünya arzu ettiğim eğitim alanlarına giren konular. Doktora yapıyorum, Başkent Üniversitesi Genel İşletme alanında. Onu bitirmek ve akademik çalışmalara devam etmek de bir başka hayalim.

Hayallerinin peşinden giden biri olarak hayal kırıklığına uğradığınız durumlar oldu mu?

En büyük hayal kırıklığı üniversiteden mezun olduktan sonra doktora sınavına kabul edilmediğimde yaşadım. Sınav sonuçlarım iyi olduğu halde başarı dışında farklı kriterlerin geçerli olduğu yıllardı. O zamanlar çok üzülmuştüm. Şimdi dönüp bakınca, o günlerin, başarılı bir klinik yöneticisi olmamı sağladığımı ve beni bugünlere hazırladığımı anlıyorum.

Geriye dönüp baktığımızda "şu zamanı tekrar yaşamak isterdim" dediğiniz bir an var mı?

Evet, çocuklarımı dünyaya getirdiğim anları tekrar yaşamak isterdim. Dünyada yaşadığım en güzel anlardı. Yeni doğan, içinizde büyüttüğünüz o muhteşem mucizeleri kollarınıza aldığınız ilk an, emzirdiğiniz ilk an, size "anne" dedikleri ilk an, ilk yürümeleri, ilk sarılışları... Hepsini tekrar yaşamak isterdim.

Hayatınızdaki "keşke"ler ve "iyi ki"ler neler?

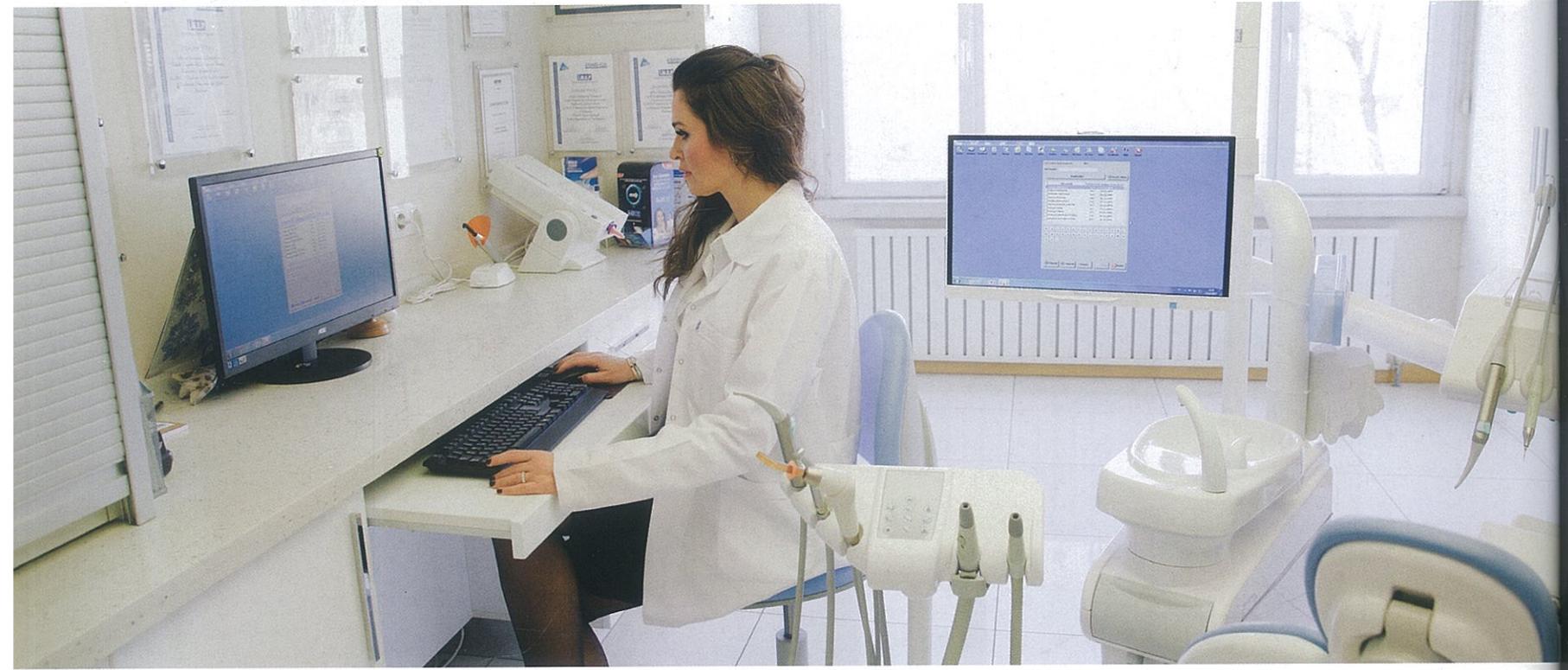
Aslında "keşke" duygusunu çok yaşamam. Genelde içimden ne geliyorsa, ne istiyorsam onu yaparım. "Keşke doktora yapabilseydim" derdim. Onu da şimdi yapıyorum. Yani keşke'ler, çok rahat şimdi'lere dönüşebiliyor. Yeter ki tutkularınızdan vazgeçmeyin.

"İyi ki"lerimse şöyle; iyi ki diş hekimi olmuşum, iyi ki kendi işimi kurmuşum, iyi ki bu altın bilezik kolumda, iyi ki çocuk sahibi olmuşum ve iyi ki bugün kendim dışında diğer insanlar için de bir şeyler yapabiliyorum. Çünkü hayat gerçekten paylaştıkça daha anlamlı bir yer haline dönüşüyor.

Dışarıdan bakıldığında sanki içinizde hala bir çocuk yaşıyorsunuz. Doğru mu görüyoruz acaba?

Bunu beni tanıyan herkes söylüyor. Galiba ben de inanacağım. Aslında içimde de, dışımda da bir çocuk sürekli var. Belki dünyaya çocukça bakışı hâlâ sürdürüyorum.

O zaman filtresiz, insanları kucaklayan, kimseyi dışlamayan, herkese kimliklerin ötesinde değer veren bir insan olmak daha kolay. Sadece muayenehanede büyüyorum galiba. Orada da neşe hep benimle...



Sizin zamanınızdaki çocuklarla günümüzdeki çocukların yaşam tarzını karşılaştırsanız neler söylerdiniz?

Ben muhteşem bir çocukluk geçirdim. Etlük'te büyüdüm. Sokakta bütün apartman arkadaşlarımızla o dönemin tüm çocuk oyunlarını oynardık. Saklambaç, kuka, mermer, misket, lastik atlama, ip atlama, yakar top, piknik yapmaca, ağaca tırmanmaca, futbol, Japon kale, çivi şimdi bir çırpıda aklıma geliverenler. Arkadaşlarım, kardeşim olmuşlardı ve hâlâ pek çoğu ile görüşüyorum. İzini kaybettiklerimin bir kısmını da sosyal medya sayesinde bulabildim. Bizler okula gider gelir, ödevlerimizi yapar, sonra da sokakta oynardık. Çok fazla televizyon seyretmezdik. Şimdiki çocuklar her şeyi çabuk tüketiyor. Kıyafetleri çok, oyunları çok, televizyon, bilgisayar, cep telefonları ve İpad'leri var, onlarla çok vakit geçiriyorlar. Hatta iki çocuk yan yana geldiğinde aynı yerde değilmiş gibi davranıyorlar.

Bizim çocukluğumuzdaki gibi yalnız başlarına sokağa çıkamıyorlar. Park ve bahçelerde ancak aileleri ile oynayabiliyorlar. Bizler oyunlarımızı kendimiz yaratırdık. Bir evciliğin, bir öğretmenciliğin kuralları, şartları yaratıcılık gerektirirdi. Ben kâğıttan bebek çizip boyadığımı, ona uygun elbiseler yapıp kestığimi ve bunları o bebeğe giyirdiğimi hatırlarım. Şimdi çocuklar her şeyin hazırımına daha kolay ulaşıyorlar ama sanki pek kıymetleri yok gibi.

Peki, gelelim anneliğe... Klasik bir soru soralım; annelik nasıl bir duygu?

Annelik, mucizevi bir duygu. Tanımsız... Ne kimsenin anneliği kimseye uyuyor ne de yetiştirilen iki çocuk aynı evde bile olsa birbirine benziyor. O yüzden tarifsiz. Bir bebeğe annelik etmek, "dünyada benden başka biri daha var ki benden öte" dedirten bir his.

Hani hep derler ya; "anne olunca işimi bıraktım, çocuğuma zaman ayırmam gerekiyordu" diye. Bir anne olarak meslekle birlikte annelik gerçekten söylenildiği kadar zor mu?

Ben her iki çocuğumun da doğumlarını takip eden ilk 4 ay boyunca çalışmadım. Bu süre az gibi görünse de, en önemlisi, ilk 4 ay bebekle bire bir ilgilenebilmek. Bu hem anneye hem bebeğe iyi geliyor. Ondan sonraki 5. ayda 2 saat çalışıp bebeğimi emzirmek için eve gittim ve sonra yine 2 saat çalıştım. 6. ay da 2 saat çalışıp sütümü sağarak eve yolladım, sonra 2 saat daha çalışıp eve gittim. 6. aydan sonra bebek ek gıdaya başlayınca ben de rahat rahat 4 saat çalışıp eve gittim. Arada da sütümü sağdım iş yerimde. Evet, isteyken aklınız evde kalıyor ama eve gidince de insanın aklı işinde

kalıyor. Belki anneler bebek doğunca en az 1 yıl evde otursa daha iyi olur ama bizim mesleğimizde, serbest çalışıyorsanız ve işin büyük kısmını siz yapıyorsanız, kliniğe uzun süre gitmemeniz mümkün değildir. Hastalar sizi görmek ister.

Diş hekimliği bakıldığında aslında kolay bir meslek değildir. Annelikle işi beraber yürütürken ne tür zorluklarla karşılaştınız?

Annelik; çocuklar bebekken de zor, çocuklar büyüyünce de. "Bebekken en kolaydır" derlerdi de ben atlamışım. Çünkü büyüdüklerinde aktiviteleri, gösterileri, getir götürleri ciddi zaman istiyor ve siz klinikten kolay kolay uzun saatler ayrılamıyorsunuz. Çocuğunuz hasta olduğunda onu bırakıp işe gelmek istemiyorsunuz. Hele ki evde bir bakıcı varsa ve sık değişmeye başlamışsa, sorunun büyüğü ile karşı karşıyasınız demektir. Çocuklarımız birer pırlanta ama gerçekten annelik büyürlerken biraz daha zor.

Diş hekimliği bilginin, sanatın, iletişimin ve adanmışlığın iç içe geçtiği, insanların hayatlarında fark yarattığımız bir meslek. Fakat annelik de başlı başına bir sanat ve ikisinde de zaman çok önemli.

Geçmişteki çocuklukla zamane çocukluğunu karşılaştırdık az önce. Aynı karşılaştırmayı sağlık açısından da yapabilir miyiz? Sağlık algılanışında ve yaşanışında geçmişe göre neler değişti sizce?

Teknolojinin tıbbı katkısı yadsınamaz ama sağlığın dijital düzeye indirgenmesi, sağlığın sanallaşması tehlikesini de barındırıyor. Günümüz insanı sağlıklı yaşama kavuşma arzusu taşırken kendi içinde zaten var olan sağlığı dışarıda arıyor. Bu da kendisini potansiyel hasta olarak görmesine yol açıyor.

Yiyecekler doğallığını kaybettiğçe sağlığı organik tarımdan umuyoruz. Ya da teknoloji ruh ve beden sağlığımızın aleyhinde ilerledikçe eski yaşam tarzlarına dönmeyi istiyoruz. Gelecekte sağlığı nerelerde, nasıl bulacağız sizce?

Bunları az çok hepimiz yaşıyoruz. Doğası bozulmamış olan yiyeceklerle kendi doğamızdaki sağlığı da dengesine kavuşturmayı istiyoruz. Eski yaşam tarzlarına dönme arzusu ise galiba eski sağlıklı günlerimize dönme isteğinden kaynaklanıyor. Gelecekte yeryüzünde belki de organik tek bir yiyecek bulunmayacak; geçmişe dönmek içinse zaman makinesinden başka umut kalmayacak. Ama öyle bile olsa, insanın kendi içindeki sağlık potansiyeli tükenmeyecek ve gelecekte, insan özündeki o muhteşem kaynağa dönerek sağlığa yeniden kavuşacak.