

AHI EVRAN-I VELİ ÇOCUK EVLERİ SİTESİ

MAYIS 2025 • SAYI 2

AHI ÇOCUK



KIRŞEHİR



AHIÇOCUK



FİKİR SAHİBİ

OKTAY YAĞMUR

Kuruluş Müdür V.

ENES KARAKILIÇ

Kuruluş Müdür Yardımcısı V.

FATİH İLHAN

Kuruluş Müdür Yardımcısı V.

EDİTÖR

AYŞE NUR BALLI

Yurt Yönetim Memuru

YAZI VE İNCELEME

ENES KARAKILIÇ

Kuruluş Müdür Yardımcısı V.

HAYRİYE SARIKAŞ

Psikolog

İBRAHİM GAFA

Uzman Öğretmen

GRAFİK TASARIM

AYŞE NUR BALLI

Yurt Yönetim Memuru

ÖZGÜN FOTOĞRAFLAR

SERKAN BEKTAŞ

Sürekli İşçi

KATKIDA BULUNANLAR

FATİH İLHAN

Kuruluş Müdür Yardımcısı V.

ASLAN ARDIÇ

Sağlık Personeli

BÜŞRA AYDIN

Psikolog (İUP)

ESER ÖZ

Uzman Öğretmen

FEYZULLAH EMRE ÇITAK

Sosyal Hizmet Personeli

NECLA CEYLAN

Sosyal Hizmet Personeli

ÖMER FARUK ÜZÜMCÜ

Baş Öğretmen

ÖZGÜR TEKİN

Uzman Öğretmen

SAMİ DAĞISTAN

Uzman Öğretmen

UFUK AKBAŞ

Sosyal Hizmet Personeli

Kapak görseli <https://tr.pinterest.com/pin/9499849209509017/> internet adresinden alınmıştır.

İÇİNDEKİLER

AHI ÇOCUK

İSTİKLAL MARŞI	03
GENÇLİĞE HİTABE	04
EDİTÖRDEN	05
BAĞIMLILIK Ergen, Akran İlişkileri ve Bağımlılık Döngüsü	06 - 08
RÖPORTAJ Yeşilay	09 - 12
RESİM ÇALIŞMALARIMIZ Çocuklarımızın Çizimleri	13 - 15
BAĞIMLILIK	16 - 17
BULMACA Parça Eşleştirme	18
SAĞLIK Sigaranın Sağlığa Zararları	19 - 20
BULMACA Eş Anlam	21
HZ. MUHAMMED VE AİLE HAYATI	22 - 24
SANATIN ÖYKÜSÜ	25
GEZİ REHBERİ Japon Bahçesi ve Kalehöyük Arkeoloji Müzesi	26 - 32
ADIM ADIM ÇİZİYORUM	33 - 34

BİR ÖYKÜ Yağmur	35
SİNİRBİLİM Beynini Tanı Kendini Keşfet	36 - 37
RÖPORTAJ Doğurmak mı? Büyütmek mi? Hayır, Hep Sevmek...	38 - 41
BULMACA Mini Sanat Sınavı	42
ÖNERİLER Kitap- Dizi- Film	43 - 45
RÖPORTAJ Mehmet TATAR	46 - 48
BULMACA Labirent	49
BİLİM Phineas GAGE	50
FOTOĞRAF Fotoğrafçı Gözüyle Kırşehir'e Bir Bakış	51 - 54
KIRŞEHİR LEZZETLERİ Dönderme	55 - 56
PSİKOLOJİ Doğru Bilinen Yanlışlar	57 - 59
RÖPORTAJ Milli Gururumuz Urkuş IŞIK	60 - 63
KAPANIŞ	64
ETKİNLİKLERİMİZ	65 - 70
CEVAPLAR	71

İSTİKLAL MARŞI

Korkma! Sönmez bu şafaklarda yüzen al sancak,
Sönmeden yurdumun üstünde tüten en son ocak.
O benim milletimin yıldızıdır, parlayacak;
O benimdir, o benim milletimindir ancak.

Çatma, kurban olayım, çehreni ey nazlı hilal!
Kahraman ırkıma bir gül; ne bu şiddet, bu celal?
Sana olmaz dökülen kanlarımız sonra helal...
Hakkıdır, Hakk'a tapan milletimin istiklal.

Ben ezelden beridir hür yaşadım, hür yaşarım,
Hangi çılgın bana zincir vuracakmış? Şaşarım.
Kükremiş sel gibiyim, bendimi çiğner, aşarım,
Yıtarım dağları, enginlere sığmam, taşarım.

Garbın afakını sarmışsa çelik zırhlı duvar,
Benim iman dolu göğsüm gibi serhaddim var.
Ulusun, korkma! Nasıl böyle bir imanı boğar,
"Medeniyet" dediğin tek dişi kalmış canavar?

Arkadaş! Yurduma alçakları uğratma sakın,
Siper et gövdeni, dursun bu hayâsızca akın.
Doğacaktır sana vadettiği günler Hakk'ın,
Kim bilir, belki yarın belki yarından da yakın.

Bastığın yerleri "toprak" diyerek geçme, tanı,
Düşün altındaki binlerce kefensiz yatanı.
Sen şehit oğlusun, incitme, yazıktır atanı,
Verme, dünyaları alsan da bu cennet vatanı.

Kim bu cennet vatanın uğruna olmaz ki feda?
Şüheda fışkıracak, toprağı sıksan şüheda.
Canı, cananı, bütün varımı alsın da Hüda,
Etmesin tek vatanımdan beni dünyada cüda.

Ruhumun senden İlahî, şudur ancak emeli:
Değmesin mabedimin göğsüne namahrem eli.
Bu ezanlar, ki şehadetleri dinin temeli,
Ebedî, yurdumun üstünde benim inlemeli.

O zaman vecd ile bin secde eder, varsa taşım,
Her cerihamdan, İlahî, boşanıp kanlı yaşım,
Fışkırır ruhumücerret gibi yerden naaşım,
O zaman yükselerek arşa değer belki başım.

Dalgalar sen de şafaklar gibi ey şanlı hilal!
Olsun artık dökülen kanlarımın hepsi helal.
Ebediyen sana yok, ırkıma yok izmihlal.
Hakkıdır, hür yaşamış bayrağımın hürriyet;
Hakkıdır, Hakk'a tapan milletimin istiklal.

Mehmet Akif ERSOY

GENÇLİĞE HITABE

Ey Türk gençliği! Birinci vazifen; Türk istiklalini, Türk cumhuriyetini, ilelebet muhafaza ve müdafaa etmektir.

Mevcudiyetinin ve istikbalinin yegâne temeli budur. Bu temel, senin en kıymetli hazinendir. İstikbalde dahi seni bu hazineden mahrum etmek isteyecek dâhilî ve haricî bedhahların olacaktır. Bir gün, istiklal ve cumhuriyeti müdafaa mecburiyetine düşersen, vazifeye atılmak için içinde bulunacağın vaziyetin imkân ve şeraitini düşünmeyeceksin. Bu imkân ve şerait, çok namüsaît bir mahiyette tezahür edebilir. İstiklal ve cumhuriyetine kastedecek düşmanlar, bütün dünyada emsali görülmemiş bir galibiyetin mümessili olabilirler. Cebren ve hile ile aziz vatanın bütün kaleleri zapt edilmiş, bütün tersanelerine girilmiş, bütün orduları dağıtılmış ve memleketin her köşesi bilfiil işgal edilmiş olabilir. Bütün bu şeraitten daha elim ve daha vahim olmak üzere, memleketin dâhilinde iktidara sahip olanlar, gaflet ve dalalet ve hatta hıyanet içinde bulunabilirler. Hatta bu iktidar sahipleri, şahsi menfaatlerini müstevlilerin siyasi emelleriyle tevhit edebilirler. Millet, fakruzaruret içinde harap ve bitap düşmüş olabilir.

Ey Türk istikbalinin evladı! İşte, bu ahval ve şerait içinde dahi vazifen, Türk istiklal ve cumhuriyetini kurtarmaktır. Muhtaç olduğun kudret, damarlarındaki asil kanda mevcuttur.

Mustafa Kemal ATATÜRK

EDİTÖRDEN

Değerli Ahi Çocuk Okurları,

Çocuklarımıza araştırma becerilerini geliştirme hususunda mihmandar olma arzusuyla yola çıktığımız ilk sayımıza gösterdiğiniz ilgiden dolayı ikinci sayımız için büyük bir heyecanla kolları sıvadık ve çalışmalara başladık. Hazırlık sürecinin zamanlaması dolayısıyla Ulu Önderimiz Gazi Mustafa Kemal ATATÜRK'ün çocuklarımıza armağan ettiği ve çocuklarımızı dünya çocuklarından ayırıp yücelttiği 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı ile 19 Mayıs Gençlik ve Spor Bayramı'nın coşkusu ve gururuyla çalıştık ve bu sayımızı siz gençlere armağan etmek istedik. Umarız ki armağanımız sizleri mutlu eder.

Sanattan bilime, müzikten tarihe, spordan edebiyata uzanan bir keşfe hazırsanız, çeşitli konulardaki araştırmalar, röportajlar, bulmacalar, öykü ve öneriler dergimizin sayfalarında sizleri bekliyor. İlk sayımıza gösterdiğiniz ilginin katlanarak büyümesini temenni ediyor ve ikinci sayımıza göstereceğiniz ilgi için de şimdiden teşekkürlerimizi sunuyor, keyifli okumalar diliyoruz.

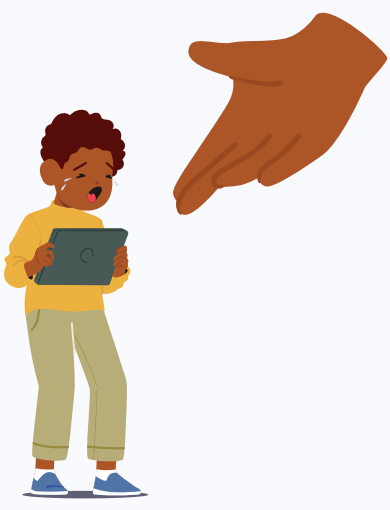
Üç aylık periyotlarda hazırladığımız dergimizin ikinci sayısında yayın ekibimize katılan arkadaşlarımıza hoş geldiniz diyor, dergimizin fikir ve isim babası olan Kuruluş Müdürümüz Sayın Oktay YAĞMUR ve desteklerini esirgemeyerek bu sayımızda konuk yazar olarak katkıda bulunan İl Müdürümüz Sayın Murat KONAN başta olmak üzere hazırlık sürecinde emeği geçen tüm çocuklarımıza ve arkadaşlarımıza teşekkür ediyoruz. Dergimiz hakkındaki görüş ve önerileriniz için kuruluşumuzun resmi iletişim kanallarından bizlere ulaşabilirsiniz.

**BÜTÜN ÜMİDİM
GENÇLİKTEDİR.**

MUSTAFA KEMAL ATATÜRK

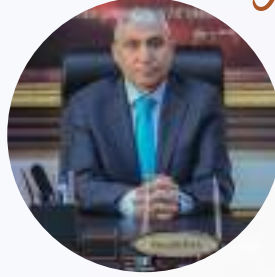


Ayşe Nur BALLİ
EDİTÖR



Bağımlılık

Ergen, Akran İlişkileri ve Bağımlılık Döngüsü



Murat KONAN
Kırşehir ASH İl Müdürü

Ergenlik dönemi, çocuğun bireyselleşme, bağımsızlaşma ve ailesi dışında akran gruplarıyla ilişkiye geçme dönemidir. Ergenin duyguları inişli çıkışlıdır, fiziksel özellikleri değişim geçirir. Ailesi dışında, arkadaşları ergen için önemlidir. Akran grupları içerisinde yer edinme, saygı görme çabası gösterir. Genç, bu dönemde anne babasından ayrı bir varlık, farklı bir kişi olduğunu hisseder. Bir başkasına benzemeye çalışabilir, rol modelleri vardır. Sosyal varlık olarak, aile dışına çıkarak toplumsal ilişkilerini geliştirmeye başlar, arkadaş grubuyla etkileşime girer. Ergenin kimlik kazanım süreci hızlanır.

Akran gruplarının ergen üzerinde etkilerini Duck (1973) şöyle özetlemiştir:

- Bireye ait olma duygusu sağlaması
- Bireyin duygusal bütünlüğünü ve kararlılığını sağlaması
- Bireye iletişim fırsatı sağlaması
- Bireye yardım ve destek sağlaması
- Bireye değerli olduğu duygusunu vermesi
- Bireye başkalarına yardım etme fırsatı sağlaması
- Kişiliğin desteklenmesi

Ergen, Akran İlişkileri ve Bağımlılık Döngüsü

Ergende meydana gelen fiziksel, ruhsal ve davranışsal değişim ebeveynlerde kaygıya yol açabilir, aile içi strese neden olabilir. Yaşanan hızlı değişim aile içi krizlere, ebeveynleriyle ilişkilerde çatışmalara yol açabilir. Eşler çocukları üzerinde otoriter, baskıcı veya koruyucu kollayıcı tutumlar sergiler. Kontrollerini arttırmaya çalışır, koruyucu kollayıcı bir tavır alırlar, çevreye güvenmeyerek, toplumdan çocukları adına korkarlar. Bu yaklaşım çocuk üzerinde baskının artmasına sebep olur.

Ergen için bu dönemde arkadaşlarının önemi büyüktür. Arkadaşlar, tutum ve davranışları ile birbirlerini etkilerler. Genç, arkadaş grupları içinde onay görür, takdir görür. Arkadaşlar arasında gruplar oluşturulur ve bu grupların kendilerine özgü kuralları vardır.

Ergen, onu en iyi anlayan kişilerin artık arkadaşları olduğunu düşünmektedir. Ergen, kınanma, eleştirilme, beğenilmeme kaygılarından dolayı gruptan çıkmaktan çekinebilir. Sokakta yaşamayı alışkanlık haline getirir. Sokak onun bir parçası olur. Sokakta bir kimlik, güç kazanır. Sokak yaşamında arkadaş, merak, ilgi ve çıkar grupları çocuğu madde kullanmaya yöneltir.



Bağımlılık Özellikleri

Madde ve uyuşturucu kullanan bir çocuğun tutum, davranış ve psikolojisinde belirgin değişiklikler yaşanır. Çocuk ya içine kapanır ya da aşırı hareketlilik, öfke patlamaları gösterir. Yalan söyleme, yaşamdan zevk almama, kendini mutsuz hissetme, aile ve toplumdan uzaklaşarak içe kapanma vs. uyum ve davranış sorunları baş gösterebilir. Çocuğun ders kalitesinde düşme, sınıfta kalma ya da okulda öğretmenleri tarafından sürekli uyarı cezaları aldığı gözlenir. Bedeninde belirgin değişiklikler ortaya çıkar. Aşırı kilo kaybı, kollarında iğne izleri, sürekli öksürmesi, gözlerinde kızarıklık, uyku düzeninde bozukluk oluşur. Giyim tarzı değişir, kollarında dövme ya da kesikler görülür.

**YAŞAMAYI
SEÇ!**



SAĞLIKLI EBEVEYN YAKLAŞIMLARI

Çocukluk ve ergenlik çağı potansiyel ve güçlü bir enerjiyi temsil eder. Dolayısıyla çocuğun sağlıklı bir şekilde bu enerjisini harcayabileceği alanlar oluşturmalı, çocuğun psikolojisine uygun iletişim yaklaşımları geliştirilmelidir.

Bir gencin sorunlarını anlamada, sorunlarını tanımlamada, sağlıklı teşhisler koymak için o gencin nasıl bir evreden, nasıl bir süreçten geçtiğini iyi gözlemleyebilmek gerekmektedir. Ebeveynler her şeyden önce iyi bir gözlemci olmalıdır. Çocuğunun doğumdan itibaren ne tür gelişim süreçlerinden geçtiğini bilmeli; kişilik, duygusal ve sosyal gelişim özellikleri ile ilgi, merak ve yetenekleri hususunda fikir sahibi olmalıdır.

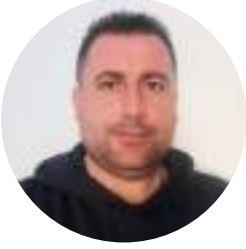
Bakım verenler rehber ana-baba modelinde söyleyerek değil göstererek, örnek ve olumlu model olarak çocuklarını eğitmeli, çocuğun sınırlarını, yaşamının kural ve değerlerini oluşturmaya yardımcı olmalıdır. Çocuklara özellikle yanlışlıklar karşısında, zararlı alışkanlıklara özendiren arkadaş çevresine karşı “hayır” diyebilmeyi öğretmeli, kendi özgüvenini oluşturmaya destek olarak, sağlıklı sınırlar geliştirmesine yardımcı olunmalıdır. Böylece genç, kendisini zararlı alışkanlıklara sevk eden arkadaşlarını durdurabilecek, kendi arasına mesafe koyarak madde bağımlılığından koruyabilecektir.

“Bağımlılık: Ergen, Akran ilişkileri ve Bağımlılık Döngüsü” isimli yazı 15.03.2025 tarihinde <https://www.kirsehirhaber40.com/ergen-akran-iliskileri-ve-bagimlilik-dongusu> internet adresinde yayınlanmıştır.



YEŞİLAY

Röportaj



Özgür TEKİN & Abdullah S. & Enes B.

Kırşehir Yeşilay Danışmanlık Merkezinde Sosyal Hizmet Uzmanı olarak görev yapan Nuray Hanım'la röportaj gerçekleştirdik. Keyifli okumalar diliyoruz.

1- Yeşilay'ın tarihçesi ve kim tarafından kurulduğu hakkında kısaca bilgi verebilir misiniz?

Yeşilay, Birinci Dünya Savaşı sırası ve sonrasında işgal güçlerinin gemilerle ülkemize getirip; halkımıza dağıtarak milli mücadele ruhunu yıkmayı amaçladığı alkole karşı dönemin Şeyhülislam'ı İbrahim Haydarizade'nin himayesinde, Dr. Mazhar Osman ve arkadaşları tarafından Sultan Vahdeddin'in izniyle 5 Mart 1920'de İstanbul'da 'Hilal-i Ahdar' adıyla kurulmuştur. 'Hilal-i Ahdar' ismi daha sonra 'Yeşil Hilal' ve 'Yeşilay' olarak değiştirilmiş, 1934 yılında Mustafa Kemal Atatürk'ün Cumhurbaşkanlığı, İsmet İnönü'nün Başbakanlığında, Bakanlar Kurulu kararıyla Yeşilay'a 'Kamu Yararına Çalışan Dernek Statüsü' verilmiştir.

2- Yeşilay'ın kuruluş amacını açıklayabilir misiniz?

1920 yılında faaliyetlerine başlayan, dünyanın önde gelen sivil toplum kuruluşlarından biri olan Yeşilay; insan onurunu ve saygınlığını temel alır. Tüm toplumu ayırım gözetmeden zararlı alışkanlıklardan korumak için çalışır. Ulusal ve uluslararası düzeyde önleyici ve rehabilite edici halk sağlığı ile savunuculuk çalışmaları yürütür. Alkol bağımlılığıyla mücadele hedefiyle kurulmuş; kuruluşundan günümüze bağımlılık türleri arttıkça Yeşilay'ın tüzüğüne yeni çalışma alanları eklenmiştir. Alkolden sonra; tütün, madde, kumar ve teknoloji bağımlılığı mücadele alanlarına dâhil olmuştur.

3- Çalışma alanlarınız nelerdir?

YEDAM olarak, bağımlı bireylerle, bağımlı bireyin yakınlarıyla, bağımlılık acaba bende var mı şüphesi olan kişilerle çalışıyor. Yeşilay olarak ise tüm çerçevede dil, din ayrımı yapmaksızın herkese hitap ediyor ve herkesin birer Yeşilay gönüllüsü olmasını istiyoruz. Bu şekilde ayırım yapmaksızın herkesle çalışıyoruz.



4- Güncel projeleriniz nelerdir? Kısaca tanıtabilir misiniz?

Okulda Bağımlılığa Müdahale Programımızla uygulayıcı öğretmenlerimiz risk grubundaki öğrencilerin sigara, alkol, madde ve riskli internet kullanımına karşı bireysel görüşmelerle müdahalede bulunuyor ve böylece çocuklarımızın bağımlı olmasının önüne geçiyoruz. Çocuğu eğitim sisteminin dışına itmeden kazanabilmeyi de hedefliyoruz. Okulda Bağımlılığa Müdahale Programı, Türkiye'nin okul temelli ilk ve tek müdahale programı olma özelliğini taşıyor. Bu kapsamda formatör sayımız 280, uygulayıcı sayımız 10.000'dir.

Yeşilay Yaşam Becerileri Programı ile öğrencilerin bağımlılık riskinden uzak bir yaşam sürmesini, olumlu alışkanlıklar kazanmasını, kendini riskli ortam ve durumlardan korumasını sağlayacak beceriler elde etmesini amaçlıyoruz. Bunun için etkinlik temelli 15 haftalık bir program uygulayarak; hayır deme, stres yönetimi, karar verme, eleştirel düşünme gibi bir takım kritik becerileri öğrencilere kazandırarak onların bağımlılıklara karşı güçlenmelerini sağlıyoruz. Yeşilay Yaşam Becerileri Programı ile yaklaşık 121.000 kişiye eğitim verildi.

Yeşilay'ın düzenlemiş olduğu etkinlikler ise; Uluslararası Yeşilay Karikatür Yarışması, Yeşilay Sağlıklı Nesil Sağlıklı Gelecek Yetenek Yarışması, Yeşilay Sağlıklı Fikirler Kısa Film Yarışması, Yeşilay Liseler Arası Münazara Turnuvası, Yeşilay Zümrüdüanka Ödülleri ve Geleneksel Yeşilay Bisiklet Turu.

5- Bağımlılık nedir ve türleri nelerdir?

Bağımlılık kronik bir beyin hastalığı aslında bizler bunu unutuyoruz. Yoksunluk belirtileri, başarısız bırakma girişimleri, çeşitli problemler sebepler olmasına rağmen kullanıma devam ediyor ve kendisini o kullanımdan geri alamaması kişinin aslında. Bağımlılık yapıcı maddeler uzun süreli kullanımında beyin hücrelerini olumsuz etkiliyor. Bu olumsuz etkilerle kişi onu tekrar kullanmak istiyor. Artık o beyindeki dürtü mekanizması ve haz mekanizmasını durduramadığı için sürekli ona yönelmek istiyor ve beyinde sürekli kullan kullan mekanizması canlanmaya başlıyor ve burada kişide çoklu madde kullanımları, alkol kullanımları, kumar oynama dürtüsü gibi birçok bağımlılık türü canlanabilir. Buradaki bağımlılık türlerine bakıldığında; alkol bağımlılığı, madde bağımlılığı, kumar bağımlılığı, tütün bağımlılığı ve teknoloji bağımlılığı beş farklı bağımlılık alanında bizler hizmet sunuyoruz



YEŞİLAY

**VARSA BAĞIMLILIKLARDAN UZAK, İYİ VE SAĞLIKLI
BİR HAYAT VAR.**

6- Bir bireyin bağımlı olduğu nasıl anlaşılabilir?

Bağımlılıkları biz iki aşamada ele alıyoruz. Alkol, madde ve tütüne bakıldığı zaman dışardan aslında belirtileri olan bir bağımlılık türü. Kumar ve teknoloji bağımlılığına bakıldığında ise davranışsal bağımlılık türleri arasına giriyor. Dışarıdan bakıldığı zaman kişinin fiziksel ve bilişsel özelliklerinden kişinin bağımlı olduğunu anlayamıyoruz. Burada bağımlılık belirtilerine bakıldığı zaman gözde aşırı kanlanma, göz teması kuramama, kişinin göz bebeklerinin büyümesi ya da küçülmesi, aşırı kilo kaybı, bulantı, kusma, karın ağrısı, aşırı terlemeler bunlar fiziksel belirtiler arasında, giysilerinde garip kokuların olması, vücutlarında yara ve izlerin yanıkların bulunması olabilir, göz çevresinde aşırı morarma ve damarlanmalar çok yoğun olabilir, ağız çevresinde kuruluk ya da uçuk vb. şeyler çıkabilir. Diş yapısı bozulabilir, kas iskelet yapısında bozulmalar olabilir, dikkatini toplamada güçlük çekebilir, bir sebep yokken biranda gülebilir, boş boş bakabilir hiçbir neden yokken, sinirlenme, şüpheli yaklaşım, paranoyak düşüncelerde yoğunluk olabilir, sarhoşluk olabilir, normalden farklı olarak içine kapanık olabilir, yorgun, bitkin görünümlü olabilir, çok aşırı uyuklu olabilir ya da uzun süre çok uyuyabilir. Hobilerinden, aile ilişkilerinden, iş ilişkilerinden, eğitim hayatından kendisini mahrum edebilir. Okul başarısında düşüşler olabilir, kişi çok fazla para harcayabilir, arkadaş çevresi bir anda değişebilir bunlara bağımlılık belirtisi arasında diyebiliriz.



7- Bağımlı bir bireyin tedavisi nasıl gerçekleştirilir?

Yeşilay danışmanlık merkezi olarak ayakta ücretsiz gönüllülük esasına dayalı bir hizmet sunuyoruz. Bizler hizmet olarak davranışsal bilişsel terapi ve motivasyonel görüşme tekniğini kullanıyoruz danışanımızla birlikte. Danışanımıza psikolojik destek ve sosyal destek sağlıyoruz YEDAM da ama bakıldığı zaman dürtü mekanizmasının durdurulması ya da yaşanan yoksunlukların yoğun ağrıların durdurulması için tıbbi destek almaya ihtiyaç duyulabiliyor. Danışanın tıbbi destek alması gerektiği takdirde sağlık kuruluşlarına yönlendirilmesi AMATEM, ÇEMATEM ve KEMATEM yönlendirilmelerine ya da en yakında bulunan sağlık kuruluşumuz hastane psikiyatri kliniklerine yönlendirmesini yapıyoruz. Danışan bize ilk başvurduğunda klinik ilk görüşme formu doldurulur YEDAM üzerinden burada danışanın bağımlılık düzeyi de belirleniyor. Buna uygun bireyselleştirilmiş tedavi uygulanıyor.

8- Hizmet verdiğiniz belirli bir yaş aralığı var mı? Yoksa tüm yaş gruplarından insanlara mı hizmet ediliyor?

YEDAM'ın ilk olarak 2015 yılında temelleri atılıyor. İlk açıldığı yıllarda 18 yaş ve üzeri bireylere hizmet sunuluyor. Bağımlılık gün geçtikçe çok hızlı bir şekilde seyretmeye başlıyor. Başvuran ve danışan kitlesi, yaş aralıklarında hizmet almak isteyen kişiler değişmeye başladı, bu yüzden 12 yaş ve üzeri bireylere kadar yaşımız düştüğü için 12 yaş ve üstü kişiler bizden hizmet alabilir.

9- Bağımlılık türleri yaş, cinsiyet gibi demografik özelliklerden etkileniyor mu?

Bağımlılığın nedenleri arasında biyolojik, genetik, kişinin ruhsal özellikleri, çevresel faktörler, maddeye erişim kolaylığı, aile yapısı, toplumsal ve çevresel faktörlerin gelişimi aslında hepsi birbirinden etkili.

Bağımlılık, kişinin yaşı, cinsiyeti, dili, ırkı, eğitim durumu, aile yapısı, maddiyatı, maneviyatı bakılmadan herkesin kapısında bekleyen bir hastalıktır diyebiliriz. Kime nasıl geleceği hiçbir şekilde belli olmaz. Kimseyi ayırt etmeden herkese bulaşabilen bir hastalıktır.

10- Başta dergimizin okurları olmak üzere çocuklarımızı ve gençlerimizi bağımlılıklardan nasıl koruyabiliriz?

Her zaman okuyup bir meslek sahibi olabiliriz. Ama anne baba olmak çok zor bir meslek. Bunun eğitimi almıyoruz. Direk çocuk doğuyor ve kucağımıza veriliyor. Bizde aslında onunla birlikte bir şeyler öğreniyoruz. Ama çocuğumuza yaklaşımımız onu anlamamız, onu dinlememiz, onu yargılamamamız, yaptığı olumsuz bir şey varsa cezalandırmamamız, bu olumsuzluğu neden yaptı bu olumsuzluk onun hayatında nelere mal oldu ya da neleri değiştirdi bunların konuşulması gerekli. Çocuğumuz okuldan gelince okul nasıl geçti, günün nasıl geçti gibi klasik sorulardan ziyade, bugün seni zorlayan bir şey oldu mu? Gibi sorular sorulabilir. İlgili alakalı olunması, yanında destekleyici olunması, güven bağının önemli bir şekilde kurulması gerektiği ve bunun yanında da iyi bir gözlemci olunmasının gerektiği bir süreç. Ergenliğin yaş sınırlaması artık düşmeye başlıyor. Bir anda kişi sosyalleşmek istiyor, büyümek istiyor, farklı hobiler, kendine bir şeyler katmak istiyor ama burada kendine yarar ve zarar veren şeylerde denge kurmakta zorlanıyor. Bu dönemde ne iyi ne kötü karar kılmakta zorlanıyorlar. Arkadaş çevresinde yeni bir değişim varsa bu konuda destek alabileceği okul rehber öğretmeninden ve bizlerden ya da aile üyelerinden destek alarak aslında kendine zarar veren bir şey varsa bunun farkında olmaları, yapılan her türlü eğitime katılmalarını sizlere önerebilirim.

-Bize vakit ayırıp sorularımızı yanıtladığınız için teşekkür ederiz.

RESİM ÇALIŞMALARIMIZ



Sinan Ayaz B. , 12



Ramazan G. , 13



Ramazan G. , 15



Muhammet Ali K. , 12



Emirhan G. , 12



Efecan K. , 14



Arda E. , 14



Onur Atakan A. , 12



Hulisi Y. , 13
Efecan K. , 14



Efecan K. , 14



Kuzey E. , 12



Osman A. , 14



Efecan K. , 14



Berat D. , 12



Polat D. , 13
Efecan K. , 14

BAĞIMLILIK

Hayriye SARIKAŞ



Bağımlılığın farklı tanımlamaları mümkün olmakla beraber Yeşilay'ın tanımına göre "Bağımlılık; kişinin kullandığı bir madde, alkol, nesne veya yaptığı bir davranış (eylem) üzerinde kontrolünü kaybetmesidir. Kontrolsüzce kullanılan her madde ya da gerçekleştirilen her davranış bağımlılık oluşturma riski taşır." (Ögel, 2018; Yeşilay Yayınları, 2018).

Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel Sınıflandırması Elkitabı'na (**DSM 5**) göre madde kullanım ve bağımlılık bozukluğu çeşitleri

- Alkol kullanımı bozukluğu
- Kafein kullanım bozukluğu
- Esrar kullanım bozukluğu
- Halusinojen kullanım bozukluğu
- Uçucu madde kullanım bozukluğu
- Opioid kullanım bozukluğu
- Sedatif/ hipnotik kullanım bozukluğu
- Uyarıcı kullanım bozukluğu

(Kokain ve amfetamin)

- Sigara kullanım bozukluğu
- Kumar oynama bozukluğu
- Bilinmeyen madde kullanımı

bozukluğu

şeklinde.

Bağımlılık denilince sadece bir maddeye bağlı olan türleri değil aynı zamanda kontrolsüz kullanıma bağlı olarak ortaya çıkan teknoloji, oyun ve internet bağımlılığı gibi davranışsal bağımlılıklar da gelmelidir.

Madde bağımlılıklarında fiziksel ve ruhsal olmak üzere iki tür bağımlılıktan söz etmek mümkündür. Fiziksel bağımlılık, kullanılan maddeye karşı bir adaptasyon gelişmesine bağlı olarak maddenin varlığına karşı duyulan fizyolojik bir istek haliyken ruhsal bağımlılık ise kişinin duygusal ya da kişilik yapısı gereği, gereksinimlerini tatmin etme/ giderme amacı ile o maddeye düşkünlüğüdür.

Burada önemli noktalardan biri, herhangi bir maddeyi kullanan herkesin bağımlılık geliştirmeyeceğidir. Bağımlılıkların nedenleri üzerinde yapılan araştırmalar farklı faktörlerin bağımlılık gelişmesinde etkili olabileceğini göstermektedir. Üzerinde en çok durulan çalışmalar, genetik yatkınlık, beyin anatomisi, kromozomal yapı ve psikolojik faktörlerle ilgilidir.

BAĞIMLILIĞIN DÖNGÜSÜ

Madde bağımlılığında bir kısır döngü söz konusudur. Kişi önce karşılaştığı bir maddeyi “deneyebileceğini” düşünmeye başlar. Bu düşünce hem korku hem de merak uyandırır. Söz konusu maddeyi bir süre kullandıktan sonra bağımlılık gelişmeye başlayabilir. Birey bağımlılık döngüsündeki düşünce ve davranış örüntüsünün farklı aşamalarını farklı zamanlarda ve biçimlerde yaşayabilmektedir. Ancak gerçekten söz konuyu maddeyi bırakmadıktan sonra bu aşamalar sadece kişinin kendisini ve çevresindekileri kandırmasına yol açar.



KAYNAKLAR

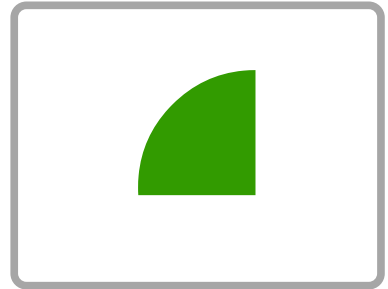
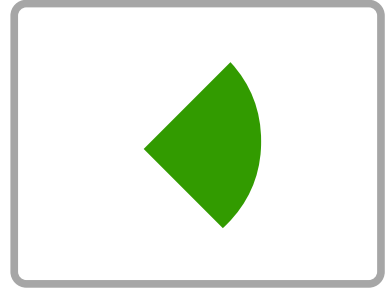
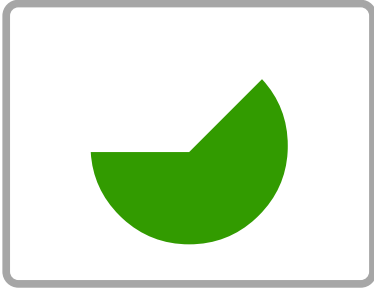
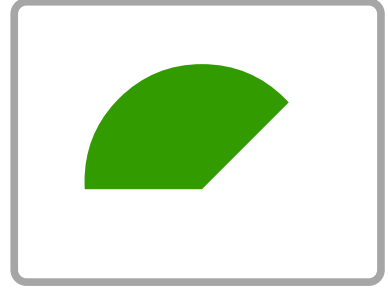
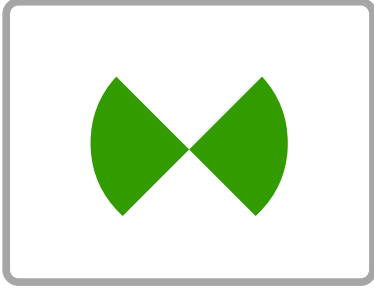
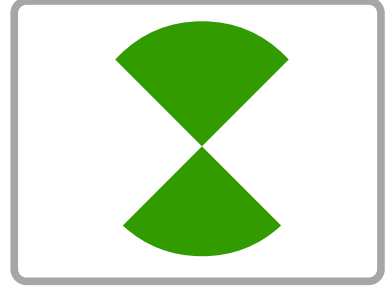
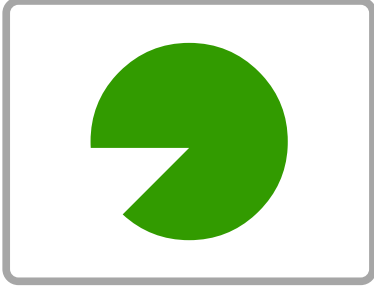
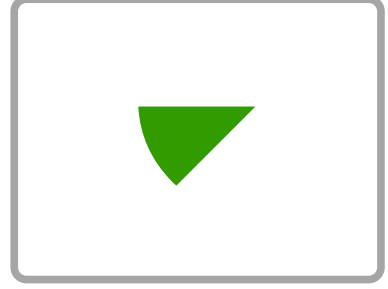
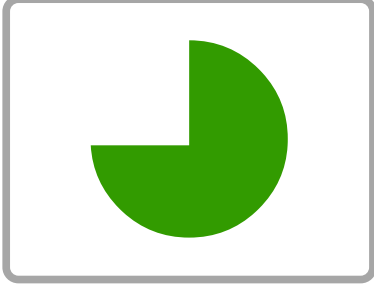
Duran, R., Yılmaz, N., (2024), Sessiz Tehdit Gençlerin Madde Kullanımına Sürükleniş ve Çözüm Önerileri, Duvar Yayınları
Plotnik, R., (2007), Psikolojiye Giriş, Kaknüs Yayınları
Cüceloğlu, D., (2020), İnsan ve Davranışı, Remzi Kitabevi

Parça

Eşleştirme



- Aşağıdaki parçaları eşleştirelim.



SİGARANIN SAĞLIĞA ZARARLARI

Aslan ARDIÇ



Solunum Sistemi Üzerine Etkileri

Sigara dumanında 7000'den fazla kimyasal madde bulunur; bunların en az 70'i kanserojen olarak sınıflandırılmıştır. Akciğer dokusuna doğrudan zarar veren bu maddeler:

- Akciğer kanseri riskini 15-30 kat artırır.
- Sigara dumanı, akciğerlerdeki hava yollarını tahrip ederek kronik bronşit ve KOAH'a yol açar. Nefes darlığı, sürekli öksürük ve balgam üretimi bu hastalıkların özellikleridir.
- Sigara, akciğerlerin esnekliğini azaltır, fonksiyonlarının bozulmasına sebep olur.

Kalp ve Damar Sağlığına Etkileri

Sigara, kalp damar sisteminde ciddi hasara neden olur.

- Damar duvarlarında plak oluşumunu hızlandırır ve damarların daralıp tıkanmasına neden olur.
- Nikotin, damarları daraltarak tansiyonu yükseltir. Kalp krizi, göğüs ağrısı ve inme riskini artırır.
- Sigara içmek kanın pıhtılaşma eğilimini artırır, bu da kalp krizine ve felce neden olabilir.

Ağız ve Diş Sağlığı Üzerine Etkileri

Sigara kullanımı, ağız ve diş sağlığını da derinden etkiler.

- Diş etlerinde iltihap ve çekilmeye yol açar.
- Dişlerin destek dokularını tahrip ederek erken diş kaybına neden olur.
- Dudak, dil, yanak içi ve boğaz kanserlerinin başlıca nedenlerindendir.
- Dişlerin sararmasına ve ağız kokusuna sebep olur.

Pasif İçiciliğin Tehlikeleri

Sigara sadece içenleri değil, çevresindekileri de olumsuz etkiler. Pasif içicilik, sigara dumanına maruz kalma anlamına gelir ve özellikle çocuklar ve hamile kadınlar için büyük risk taşır:

- Çocuklarda astım, bronşit, zatürre gibi solunum yolu hastalıkları pasif içicilikle artar.
- Hamilelikte sigara dumanına maruz kalmak, düşük doğum ağırlığı ve gelişim bozukluklarına neden olabilir.
- Sigara dumanı, ani bebek ölümü sendromu riskini artırır.

Toplumsal ve Ekonomik Boyutları

Sigara kullanımı, sadece bireysel sağlık sorunlarına değil, toplumun genel sağlığına ve ekonomisine de zarar verir.

- Sigara kaynaklı hastalıkların tedavi maliyetleri çok yüksektir ve sağlık harcamalarını artırır.
- Sigara nedeniyle hastalanan ve erken ölen kişiler, iş gücü kaybına yol açar.
- Sigara izmaritleri doğada rastlanan en yaygın çöp türüdür ve çevreyi kirletir.



SİGARANIN SAĞLIĞA ZARARLARI

Sigara Bırakıldığında

- Kan basıncı ve nabız 20 dakika sonra normale döner.
- 12 saat sonra kandaki karbonmonoksit seviyesi düşer, oksijen seviyesi artar.
- Akciğer fonksiyonları 2 haftadan itibaren 3 ay içinde belirgin şekilde iyileşir.
- 1 yıl sonra kalp hastalığı riski yarı yarıya azalır.
- 5 yıl sonra felç riski sigara içmeyenlerle eşitlenir.
- 10 yıl sonra akciğer kanseri riski yarıya iner.
- 15 yıl sonra kalp hastalığı riski hiç sigara içmemiş biriyle eşit olur.

Nikotin Bağımlılığı ve Psikolojik Etkiler

Nikotin, beyin kimyasını etkileyerek bağımlılık yapar.

- Nikotin, beyinde mutluluk ve haz duygusunu sağlayan dopamin isimli nörotransmitterin salgısını artırır.
- Sigara bırakıldığında sinirlilik, huzursuzluk, konsantrasyon güçlüğü ve iştah artışı gibi yoksunluk belirtileri görülebilir.
- Bırakma sürecinde profesyonel psikolojik destek, beslenme desteği ve motivasyon çok önemlidir.

Sigarayı Bırakmak İçin

- Nikotin replasman tedavileri (sakız, bant, inhaler) ve reçeteli ilaçlar gibi medikal destek alınabilir.
- Terapi ve destek gruplarına katılım sağlanabilir.
- ALO 171 Sağlık Bakanlığı Sigara Bırakma Hattı'ndan ücretsiz danışmanlık ve destek alınabilir.
- Spor yapmak, sağlıklı beslenmek ve stres yönetimi gibi çeşitli yaşam tarzı değişikliklerine gidilebilir.

Sigara bireysel sağlığı, aileyi ve toplumu tehdit eden ciddi bir halk sağlığı sorunudur. Ancak bırakmak mümkündür ve her bırakma girişi hayat kurtarır. Mehmet amcanın yaşadığı pişmanlık, genç nesillere ders olsun.

Sağlıklı bir yaşam için sigaraya "hayır" demek, kendimize ve sevdiklerimize verebileceğimiz en büyük armağandır.

Bir Farkındalık Hikayesi: Mehmet Amca'nın Nefesi

Mehmet Amca 62 yaşında, emekli bir marangozdu. Hayatı boyunca el emeğiyle çalışmış, alın teriyle ailesini geçindirmişti. Ancak hayatındaki en büyük mücadele sigarayla oldu.

İlk sigarasını 17 yaşında içmişti. "Arkadaşlar içiyordu, ben de başladım" derdi. Başlarda sadece sosyal bir alışkanlık olarak başladı; zamanla günlük iki pakete kadar çıktı. Yıllar içinde sürekli öksürmeye başladı, ancak yaşlandığı için olduğunu düşündü. Ta ki bir sabah, torununu parka götürürken birkaç adımda nefese nefese kalana kadar. Doktora gittiğinde KOAH olduğunu öğrendi, artık basit hareketleri bile yapmakta zorlanıyordu. Mehmet Amca, sigarayı erken bırakmamış olmanın pişmanlığını yaşıyor ve gençlere "Keşke başlamasaydım" diye öğüt veriyor.



KAYNAKLAR

- <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco> internet adresine 15.05.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- <https://www.cancer.org/cancer/types/lung-cancer.html> internet adresine 15.05.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- <https://www.yedam.org.tr> internet adresine 15.05.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.



Listedeki kelimelerin eş anlamlıları
bulmacanın içinde gizli. Acaba listedeki
kelimeleri ne kadar sürede
tamamlayacaksın?

Eş Anlam

BULMACA

H	N	A	T	A	V	H	K	İ	M	O	K
M	G	T	A	N	I	K	I	G	O	O	E
U	Z	A	K	U	H	J	D	R	Ü	Y	A
A	K	S	O	R	U	E	A	O	A	O	R
L	E	R	A	H	P	Y	I	L	H	Y	O
L	L	B	G	R	İ	G	T	O	N	G	U
İ	İ	U	E	T	M	L	E	C	M	Ü	T
M	M	M	H	R	M	A	Y	A	N	I	T
B	E	İ	H	R	O	U	Ğ	H	I	K	T
F	T	A	L	E	B	E	D	A	B	G	D
Z	O	K	U	L	T	H	G	U	N	L	P
H	E	K	İ	M	M	İ	S	İ	Y	A	H

ÖĞRETMEN

KARA

ÖĞRENCİ

HATIRA

DÜŞ

MEKTEP

CEVAP

CÜMLE

SENE

SUAL

YURT

DOKTOR

IRAK

YAŞLI

HEDİYE

ZELZELE

İKAZ

GÜLÜNÇ

AD

SÖZCÜK

HZ. MUHAMMED (S.A.V.) VE AİLE HAYATI



Sizin en hayırlınız hanımlarına karşı en iyi davrananınızdır.

İbrahim GAFA

Türkiye Büyük Millet Meclisi Genel Kurulunun onayladığı On İkinci Kalkınma Planında, sağlıklı nesillerin yetişmesi, dinamik nüfus yapısının ve kalkınmanın istikrarlı bir biçimde sürdürülmesini teminen aile kurumunun güçlendirilmesi amacıyla 2025 yılı **"Aile Yılı"** ilan edilmiştir.

Bireylerin akrabalık ilişkisi ile birbirine bağlanarak oluşturduğu topluluk aile olarak tanımlanmaktadır. İnsan, toplumun en küçük yapı taşı olan aile içinde doğar, eğitim öğretimin, terbiyenin temelleri ailede atılır, ailesinin yanında kendini huzurlu ve güvende hissederek geleceğe hazırlanır.

Aile, önemini her zaman korumuş farklı şekillerde de olsa her toplumun gündeminde yer almıştır. Aile toplumdaki sosyal, ekonomik, siyasi, psikolojik ve ahlaki değişimlerden pozitif veya negatif yönde etkilenmiştir. Tarihsel süreç içerisinde aile, birey sayısı ve işlevleri değişerek yeni form kazanmasına rağmen ailenin temelinde yer alan kadın, erkek ve çocuklar bu yapının her halinde yer almıştır.

Toplumun temelini teşkil eden ailenin mutlu ve huzurlu olması toplumun da huzurlu ve mutlu olmasına etki etmektedir. Toplumun huzuru için İslam, aile yapısının üzerinde titizlikle durarak aileyi her açıdan inşa etmeye çalışmaktadır. Âlemlere rahmet olarak gönderilen (Enbiyâ Suresi, 107) Peygamber Efendimiz (s.a.v.) insanları Allah'ın yoluna çağıran bir davetçi ve insanlara yaşantısı ile örnek olan bir rehberdir. (Ahzâb Suresi 21, 45-46) Tıpkı kendinden önce gelen diğer peygamberler gibi insan olmanın gereği olarak evlenmiş ve tüm insanlara örnek olacak bir aile hayatı yaşamıştır.

Eşlerin birbirlerine ve çocuklarına nasıl davranması gerektiğini; aile fertlerinin hak ve hukuklarını ve birbirlerine karşı görevlerini bu huzurlu aile hayatı ile tüm insanlığa göstermiştir. Geline son noktada mutlu bir aile için Peygamber Efendimiz (s.a.v.)'in örnekliğine ve yaşattığı ahlaki değerlere her zamankinden daha çok ihtiyacımızın olduğu düşünülmektedir.

Peygamber Efendimiz (s.a.v.) ailesine karşı kaba ve incitici konuşmaz, bağırır, ağzından kötü söz çıkmaz ve kimsenin gönlünü kırmazdı. Peygamberimiz (s.a.v.) aile bireylerinin düşüncelerine önem verir, aile bireylerinin sorumluluk ve haklarının adil bir şekilde dağılmasını sağlardı. Resûlullah (s.a.v.) ibadette aşırıya giden ve bu nedenle ailesini ihmal eden Osman İbn Maz'ûn'a *"Ben senin için güzel bir örnek değil miyim? Ben biraz uyurum, biraz da namaz kılarım. Bazen oruç tutarım, bazen de tutmam. Eşimle de beraber olurum. Allah'tan sakın ey Osman! Eşinin sende hakkı var, misafirlerinin sende hakkı var, nefsinin bile sende hakkı var!"* diyerek eşinin hakkını hatırlatmıştır. Yine Peygamber Efendimiz (s.a.v.) *"Yediklerinizden hanımlarınıza da yedin, giydiklerinizden onlara da giydirin, onları dövmeyin ve onları kötülemeyin."* (D2144 Ebû Dâvûd, Nikâh, 40-41), *Bilin ki, sizin hanımlarınız üzerinde hakkınız olduğu gibi, hanımlarınızın da sizin üzerinizde hakları vardır..."* (T1163 Tirmizî, Radâ, 11) ve *"Sizin en hayırlınız hanımlarına karşı en iyi davrananınızdır."* (T1162 Tirmizî, Radâ, 11; İM1978 İbn Mâce, Nikâh, 50) buyurarak eşlerin haklarına riayet edilmesine dikkat çekmiştir.

Peygamber Efendimiz (s.a.v.) aile fertlerine derin bir sevgi ve saygı besler ve bunu onlara göstermekten çekinmezdi. Resûlullah (s.a.v.) "Küçüğümüze merhamet etmeyen, büyüğümüze saygı göstermeyen ve iyiliği emredip kötülükten sakındırmayan bizden değildir." buyurmuşlardır (Tirmizî, Birr, 15). Yine Peygamber Efendimiz (s.a.v.) oğlu Hz. İbrahim'in vefat etmesi üzerine "Göz, yaş döker, kalp teessür duyar. Fakat biz, Yüce Rabbimizin razı olacağı sözden başkasını söylemeyiz. Vallahi, ey İbrahim! Senin ölümünden dolayı fazlası ile üzgünüz" (Müslim, Fedâil, 62; Buhârî; Cenâiz, 43-45.) diyerek gözyaşlarına hâkim olamamıştır. Ayrıca kızı Hz. Fatıma gelince yerinden kalkarak kendi yerini kızına vermesi de kızına karşı olan saygısını gözler önüne sermektedir.

Peygamber Efendimiz (s.a.v.) özel vakit ayırarak aile fertleri ile bir araya gelir, onlarla sohbet eder, çeşitli bilgiler verir, aile bireylerini dinler ve şakalaşır. Peygamber Efendimiz (s.a.v.) sabah ve ikindi namazlarını kıldıktan sonra mutlaka ailesini ziyaret eder, hal hatırlarını sorar gönül alıcı ifadelerde bulunurdu (Buhârî, Talâk, 8; Müslim, Talâk, 20). Bir baba olarak Peygamber Efendimiz (s.a.v.) çocuklarının terbiyesine gereken önemi gösterir, onların giyimlerini kontrol eder, evlatlarının yaptıkları hataları yumuşak bir dille düzeltir, çocuklarını ve torunlarını sever, öper, koklar, şakalaşır onlarla oyunlar oynardı.

Peygamber Efendimiz (s.a.v.) kendi söküklerini kendi diker, elbisesini kendi yamar, hayvanlarının bakımını kendi yapar, ev işlerinde eşlerinde yardım eder, eşleri ile yarışmalar yapar, ailesi ile şakalaşır, aile bireylerini dinler, hayat şartlarının getirdiği aile sorumluluklarını paylaşır ve her konuda ailesine destek olurdu.

Kısacası Peygamber Efendimiz (s.a.v.) örnek yaşantısı ile aile bireylerine nasıl davranılması gerektiğini ve birçok hadis ile ailenin önemini bize öğretmiştir. Bize düşen görev Peygamber Efendimizin (s.a.v.) bize bıraktığı evrensel nitelikli prensiplere dört elle sarılarak aile hayatımız başta olmak üzere hayatımıza tatbik etmektir. Selam ve dua ile.



SİZE, KENDİLERİYLE HUZUR BULMANIZ İÇİN KENDİ
NEFİSLERİNİZDEN EŞLER YARATMASI VE ARANIZA BİR SEVGİ VE
MERHAMET KOYMASI DA O'NUN AYETLERİNDİR. ŞÜPHE SİZ
BUNDA DÜŞÜNEN BİR TOPLULUK İÇİN İBRETLER VARDIR.
(RÛM SURESİ, 21)

**ANDOLSUN Kİ, ALLAH'IN PEYGAMBERİNDE, SİZİN İÇİN, ALLAH'I VE AHİRET GÜNÜNÜ UMAN
VE ALLAH'I ÇOKÇA ANANLAR İÇİN GÜZEL BİR ÖRNEK VARDIR. (AZHÂB SURESİ, 21)**

Kaynaklar

- Bayer, A. (2013). Değişen toplumsal yapıda aile. Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 4(8), 101-129.
- Duran, R. (2022). Türkiye aile yapısının geleceğine yönelik çıkarımların değerlendirilmesi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kadın ve Aile Araştırmaları Dergisi, 2(1), 147-164.
- Gül, E. (2024). Geleneksel toplumdaki modern topluma ailenin dönüşümü, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi
- Harman, Ö.F. (2015). Semavi Dinlerde Aile, 3. Aile Sempozyumu Tebliğler. Medeniyet Vakfı Yayınları: Ankara.
- Kara, B. (2018). Türkiye'de aile yapısının değişimine etki eden dinamikler. Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi, (40), 374-385.
- Karataş, K. (2001). Toplumsal değişim ve aile. Toplum ve Sosyal Hizmet, 12(2), 89-98.
- Meral, M. (2011). Hz. Peygamber'in hatalar karşısındaki tavrı (Master's thesis, Dokuz Eylül Üniversitesi (Turkey)).
- Yaşar Ekici, F. (2014). Türk aile yapısının değişim ve dönüşümü ve bu değişim ve dönüşüme etki eden unsurların değerlendirilmesi. The Journal of Academic Social Science Studies (JASSS).
- Yılmaz, M. (2021). Hz. Peygamber'in Aile Hayatına Yönelik Ayetlerin Değerlendirilmesi - Medenî Sureler Bağlamında-. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 8(14): 191-226. <https://doi.org/10.34086/rteusbe.1028450>
- T.C. Cumhurbaşkanlığı Diyanet İşleri Başkanlığı Cuma Hutbesi: "Peygamberimiz ve Aile"15.11.2019 <https://www.diyanet.gov.tr/tr-TR/Kisi/Baskan/2611/cuma-hutbesi-peygamberimiz-ve-aile>. 05.05.2025 tarihinde erişilmiştir.
- Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi <https://islamansiklopedisi.org.tr/osman-b-mazun>. 07.05.2025 tarihinde erişilmiştir.
- <https://www.kastamonur.com/hadislerle-aile-mahremiyeti/> 05.05.2025 tarihinde erişilmiştir.
- <https://www.islamveihsan.com/peygamber-efendimizin-aile-hayati.html>. 05.05.2025 tarihinde erişilmiştir.
- <https://www.ailevili.gov.tr/kategoriler/bakanimizin-mesajii/> 05.05.2025 tarihinde erişilmiştir.
- Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığı, On İkinci Kalkınma Planı (2024-2028), <https://www.sbb.gov.tr/wp-content/uploads/2023/12/On-ikinci-Kalkinma-Plani>. 2024-2028, 11122023.pdf, (08.05.2025).
- <https://sorularislamiyet.com/kaynak/peygamber-efendimizin-oglu-hz-ibrahimin-vefati>. 07.05.2025 tarihinde erişilmiştir.
- <https://hadislerleislam.diyanet.gov.tr/sayfa.php?CILT=4&SAYFA=211>. 07.05.2025 tarihinde erişilmiştir.
- 23. ve 24. sayfada yazılı olan ayet mealine <https://www.kuranmeali.com/AyetKarsilastirma.php?sure=30&ayet=21> internet adresinden 20.05.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.



SANATIN ÖYKÜSÜ



ESKİDEN, ÇOK ÇOK ESKİDEN...

- 🏠 Bir zamanlar insanlar mağaralarda yaşıyordu.
- 📞 Ne telefon vardı ne tablet!
- 🖼️ Ama sıkıldıklarında ellerine bir taş alıp duvarlara hayvanlar, eller ve av sahneleri çizmeye başladılar.
- 🎯 İlk sanat galerileri mağaralardı!

TAŞ DEVRİ



PIRAMİTLER ÜLKESİ VE KRAL HEYKELLERİ

- 🏛️ Mısır'da, Yunanistan'da insanlar dev heykeller, tapınaklar yaptılar.
- 👑 Mısır'da firavunlar, Yunanistan'da tanrılar heykellere dönüştü.
- 👤 Sanat artık sadece eğlence değil, önemli bir iş oldu!
- 🏛️ Sanat, efsaneleri anlatmanın yolu oldu!

ANTİK DÖNEM



ORTA ÇAĞ

RENKLİ CAMLAR VE BÜYÜK KİLİSELER

- 🏛️ İnsanlar Tanrı'ya daha yakın olmak istiyordu.
- 👤 Bu yüzden kiliselerin camlarına rengârenk resimler, duvarlara melekler, kitaplara minik çizimler yaptılar.
- 🌟 Sanatçılar kutsal kitapları süsledi, kiliseleri renkli camlarla donattı.



Necle CEYLAN



RÖNESANS GELDİ: SANAT PATLADI!

- 🌸 İnsanlar "Dur bir dakika! İnsan vücudu ne kadar ilginçmiş!" dedi.
- 👤 Leonardo da Vinci ve Michelangelo gibi dâhiler geldi.
- 🖼️ Perspektifli, üç boyutlu resimler çizildi.
- 📚 Sanat, bilimle el ele verdi.

RÖNESANS



HERKESİN DUYGUSU FARKLI!

- 🗣️ Bazıları "Ben güneşi sarı değil, mavi çizeceğim!" dedi.
- 👤 Van Gogh yıldızları döndürerek çizdi, Picasso yüzleri küplere böldü.
- 👤 Sanat, kuralları bozdu ve "Nasıl hissediyorsan öyle çiz!" dedi.

MODERN SANAT



SANAT HER YERDE!



- 📅 Bugün sanat sadece kâğıtta değil!
- 💻 Bilgisayarda, telefonda, sokakta, parkta bile sanat var. Dijital sanat, video sanatı, pop art!
- 👤 Birisi sadece sandalyeye oturarak sanat yapabiliyor (cidden!).
- 🧠 Sanat, artık eğlenceli, şaşırtıcı ve düşündürücü.

ÇAĞDAŞ SANAT





Japon Bahçesi ve Kalehöyük Arkeoloji Müzesi

Sayın okuyucularımız Bir Kırşehirli olarak şehrimizin tanıtımı açısından önem arz eden Kalehöyük Arkeoloji Müzesi ve Japon Bahçesi hakkında siz değerli okuyucularımıza kısaca bilgi vermek istiyorum.



Ömer Faruk ÜZÜMCÜ



MİKASANOMİYA ANI BAHÇESİ

Japonya Ortadoğu Kültür Merkezi tarafından 1993 yılında, Altes Prensi Takahito Mikasa'nın Kalehöyük kazılarını başlatması anısına ve bölge halkına rekreasyon alanı yaratmak amacıyla yapılan Japon Bahçesi her yıl giderek daha çok ziyaretçi çekmektedir.

Japonya dışında yapılmış en büyük Japon bahçesi olup, 1993 yılında Japon Altes Prensi Mikasa'nın katılımlarıyla açılmıştır. Bahçede büyük bir yapay şelale, içinde Japonya'dan gelen renkli sazan balıklarıyla dolu iki gölet, Japon Feneri, Budha Tapınak Mimarisi  rneđi, yapay tepelikler ile Japon Kirazı, Japon Salkım Söđüt, Japon Elması, Japon Eriđi ve Japon Ayvası gibi Japonya'da yetişen ağaç türleri yer almaktadır.



281 AHİ ÇOCUK

MİKASANOMİYA ANI BAHÇESİ

KALEHÖYÜK ARKEOLOJİ MÜZESİ

Kaman İlçesi, Çağırkan Köyü sınırları içerisinde yer alan Kalehöyük Arkeoloji Müzesi ve hemen yanında bulunan Japon Bahçesi şehrimizin tanıtımı açısından önem arz etmektedir. 1986 yılında ilk arkeolojik kazı çalışmalarının başladığı ve Japon Ortadoğu Arkeoloji Enstitüsü'nün girişimleri ile filizlenen Kaman Kalehöyük Arkeoloji Müzesinin yapımına ilişkin proje ise Türk ve Japon hükümetleri arasında 2005 yılında imzalanan Nota Teatisi doğrultusunda şekillenmeye başlamıştır. Müze yapısı Kalehöyük'ün fiziki formundan esinlenilerek höyük görünümünde tasarlanmıştır. Ağırlıklı olarak yerli ziyaretçilerin geldiği müzemiz, yeterli tanıtım, yeme-içme-konaklama gibi alt yapı eksiklikleri nedeniyle özellikle yabancı ziyaretçi açısından istenilen düzeyde değildir. Yabancı ziyaretçilerin çoğunluğunu ise, Japon ziyaretçiler oluşturmaktadır.

KALEHÖYÜK ARKEOLOJİK YERLEŞİM YERİ

Kalehöyük Höyüğü, Kaman-Kırşehir karayolu üzerinde, Kaman İlçesi'ne 3 km uzaklıktadır. Çağırkan Köyü girişindeki höyük, Kalehöyük Arkeoloji Müzesi'nin 2 km güneyinde yer almaktadır. Japon-Anadolu Arkeoloji Enstitüsü adına Dr. Sachihiko OMURA başkanlığındaki arkeolojik kazı çalışmaları 1986 yılında başlatılmış ve halen devam etmekte olup, höyükte bugüne kadar yapılan kazı çalışmalarında, M.Ö. 5 bin yıllarına tarihlenen Kalkolitik Çağ'dan günümüze kadar süregelen uygarlıklara ait yerleşim izleri ve eserler ele geçmiştir. Höyükte ele geçen eserlerin tamamı, Kalehöyük Arkeoloji Müzesi'nde sergilenmektedir.



Bu sayfalar hazırlanırken vefat eden ve hayatını Kaman Kalehöyük kazılarına adan Dr.Sachihiko Omura'ya saygı ve minnetle...

Kaman İlçesi, Çağırkan Köyü sınırları içerisinde yer alan Kalehöyük Arkeoloji Müzesi ve hemen yanında bulunan Japon Bahçesi ile Japon-Anadolu Arkeoloji Enstitüsü ve yine yaklaşık 2 km uzağında bulunan Kalehöyük Kazı Alanı ile bir bütün oluşturmuştur. Kaman Kalehöyük Arkeoloji Müzesi'nin mimari açıdan bir benzeri olmamakla birlikte dünyada, höyük şeklinde yapılmış olan ilk ve tek müzedir. Müze inşaat çalışmaları 2008 yılında başlamış, 2010 yılında ziyarete açılmıştır. Müzede Japon-Anadolu Arkeoloji Enstitüsü adına sürdürülen Kalehöyük, Büklükale ve Yassihöyük kazılarında elde edilen buluntular sergilenmektedir. Müze sergi salonunda diğer müzelerden farklı olarak Ters Kronoloji uygulanmış, en yeniden en eskiye doğru düzenleme yapılmıştır. Japon Bahçesi ile bir bütün oluşturan ve höyük tarzı mimari yapısıyla da tek örnek olan Kalehöyük Arkeoloji Müzesi, yeşil alanları ve çevreye duyarlılığı nedeniyle 2011 yılında Amerika'da, 'En İyi Yeşil Müze (Green Good Design)' ödülüne layık görülmüştür. Müze yapısı Kalehöyük'ün fiziki formundan esinlenilerek höyük görünümünde tasarlanmıştır. Yaklaşık 1500 m² alana sahip olan müze; 830 m² açık ve 470 m² kapalı sergi salonları, eserlerin inceleme, araştırma, fotoğraflama ve restorasyonuna imkân tanıyan laboratuvar, audio-visual sergileme, sinevizyon köşesi, kütüphane, eser depoları ve idari bölümlerden oluşmaktadır.



KAYNAKLAR

- <http://www.kirsehir.gov.tr/japon-bahcemiz> internet adresine 23.04.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- <https://muze.gov.tr/muze-detay?SectionId=KKK01&DistId=MRK> internet adresine 22.04.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- <http://www.kaman.gov.tr/kale-hoyugumuz> internet adresine 22.04.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- <https://kvmgm.ktb.gov.tr/TR-281419/kirsehir-kaman-kalehoyuk-muze-mudurlugu.html> internet adresine 23.04.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Görseller Kırşehir İl Kültür ve Turizm Müdürlüğünden alınmıştır.



KAMAN KALEHÖYÜK ARKEOLOJİ MÜZESİ



301 AHİ ÇOCUK



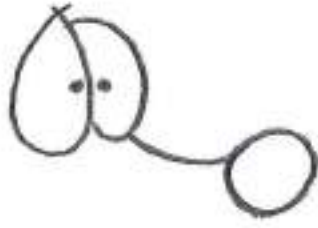


KALEHÖYÜK ARKEOLOJİK YERLEŞİM YERİ

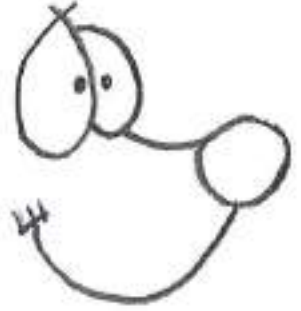




2



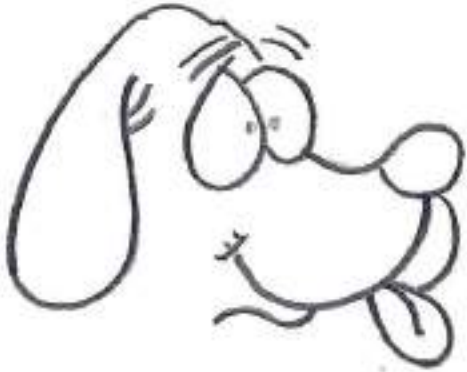
3



4



5



7



6



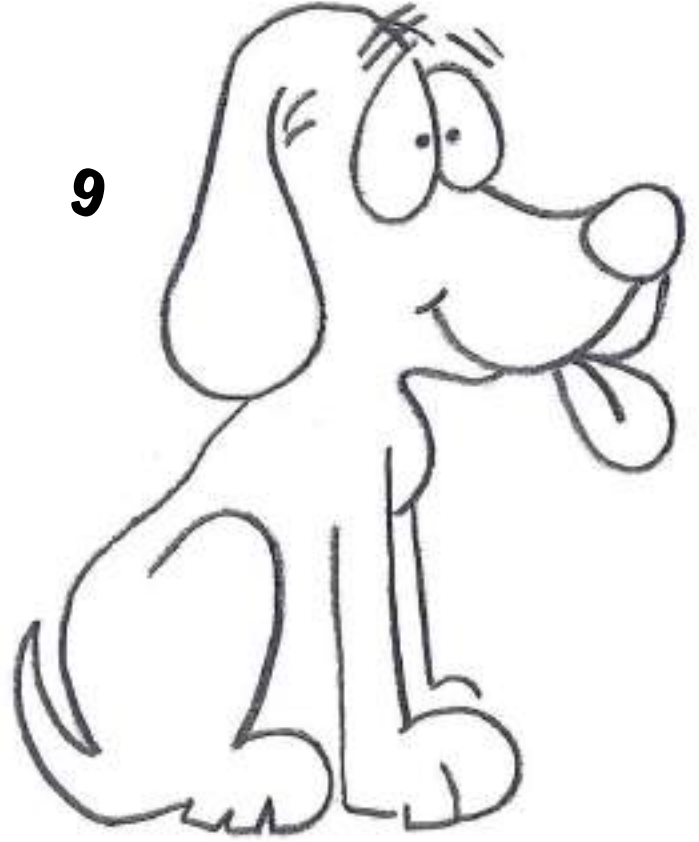
ADIM ADIM
ÇİZİYORUM

Necla CEYLAN

8



9



10





YAĞMUR

Trenin soğuk raylar üzerindeki uğultusu, yağmur bulutlarının karanlığına daha da kasvet katıyor, ruhumdaki yalnızlığı besliyordu. Kompartımanımın penceresinde yağmur damlaları camları hırpalıyor, yağmurun ıslattığı orman koyu yeşil bir renge bürünüyordu. Güneş karanlık bulutları delip geçmek istercesine biçare çırpınıyordu. Düzenli tıkırtılar trenin loş ortamının ahengine uyumlu besteler yazıyordu.

İçinde kaybolmak üzere olduğum ortamı cep telefonumun ani sesi böldü. Bu zil sesi artık beni rahatsız ediyordu. Değiştirmenin zamanı gelmişti. Arayan çok samimi arkadaşım T...'dı. Hayatının her alanına derinlemesine hâkimdim. Yaşadığı her olayı en ince ayrıntısına kadar muhakkak bana anlatırdı. Kiminle tartıştı, kiminle küstü, kime iğneleyici laflar söyledi, kim kalbini kırdı, ailesi ile ne sorunları vardı... Her şeyini benimle paylaşırdı. O anlatırdı ben dinlerdim. Kısa sorularla konuyu açar, daha çok anlatmasına müsaade ederdim. O anlattıkça rahatlar, sanki ben onun dertlerini almışçasına hüzünlenirdim.

Peki ya o? Benim içinde olduğum yalnızlığı umursuyor muydu? Tartışacak arkadaşlarımın dahi olmadığını biliyor muydu? Şuan trende olduğumdan, nereye gittiğimden, ruhumdaki karanlıktan haberdar mıydı?

Kendime asla yakıştıramadığım bir şey yaptım. Aramayı reddettim. Telefonun o rahatsız edici melodisinin arama bitene kadar çalmasını bekleyebilirdim. Yapmadım. Aramayı reddettim. Vakit kaybetmeden zil sesimi daha neşeli bir melodiyle değiştirdim. Rahatlamıştım. Yıllardır dinlediğim dertlerden tasalardan sıyrılmıştım. Omuzlarımdaki ağırlığın azaldığını hissettim. Derin bir "Ohhh!" çektim. Beni dertleri ile yoran insanlarda uzaklaşacak, mutlu olacağım bir dünyaya yolculuk yapacaktım. Yalnız olmayacaktım artık mutlu insanlar kervanında mutluluk avcısı olacaktım. Kararlar aldım ve uygulamaya başladım.

Yol uzadıkça dertlerimden kaçıyor, bana ulaşamayacakları mesafelere ulaşıyordum. Her metrede daha sakin, her adımda daha dingin, her mesafede daha ferah... Yağmurun karanlığı, ormanın koyu yeşili güzel bir hal alıyordu, ruhumdaki yalnızlık her yağmur damlasıyla yeşilleniyor, yağmur damlaları dans ederek süzülüyordu.



Enes KARAKILIÇ

351 AHI ÇOCUK

BEYNİNİ TANI, KENDİNİ KEŞFET!

Ayşe Nur BALLİ



VÜCUDUMUZUN CEO'SU KİM?

BEYNİMİZ, YAKLAŞIK 1.4 KG AĞIRLIĞINDA BİR "JELLY" AMA BU MİNİK YAPI VÜCUDUMUZUN CEO'SU!

PREFRONTAL KORTEKS, KARAR VERME MERKEZİMİZ. KISACA, "YAPMA, BAK REZİL OLACAKSIN!" DİYEN SES BURADA YAŞIYOR.



BEYİN KENDİNİ TANIMAYA ÇALIŞAN TEK ORGANDIR!

BEYİN HÜCRELERİNİN WHATSAPP GRUBU

BEYİNDEKİ HÜCRELER = **NÖRONLAR.**

NÖRONLAR, BİLGİ ALIŞVERİŞİ YAPARKEN BİRBİRİNE ELEKTRİK SİNYALİ GÖNDERİYOR.

SİNYAL **ELEKTRİKLE** GELİYOR, **KİMYA**YLA GİDİYOR. (SİNAPSLAR VE **NÖROTRANSMİTTERLERLE...**)

ÖRNEK:

SEROTONİN = "MUTLULUK MESAJI."

DOPAMİN = "OLEY! ÖDÜL GELDİ!"

UYARISI.



BEYNİN BÖLGE BÖLGE HARİTASI



TIPKI BİR ŞEHİR GİBİ, BEYNİN DE MAHALLELERİ VAR:

FRONTAL LOB = PLANLAMA, HAREKET, KİŞİLİK. (CEO BURADA!)

PARİETAL LOB = DOKUNMA, YÖN BULMA, GOOGLE MAPS LOBU

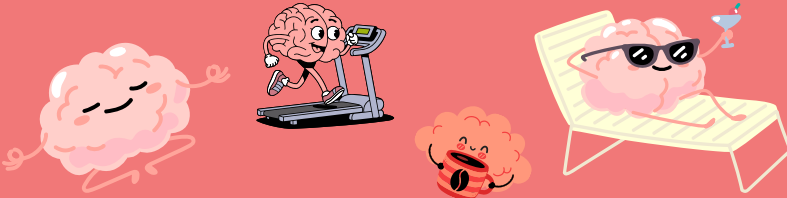
OKSİPİTAL LOB = GÖRME. (RETİNA EKRAN GİBİ)

TEMPORAL LOB = SES, HAFIZA, DİL. (SPOTİFY VE GOOGLE DRIVE BİR ARADA)



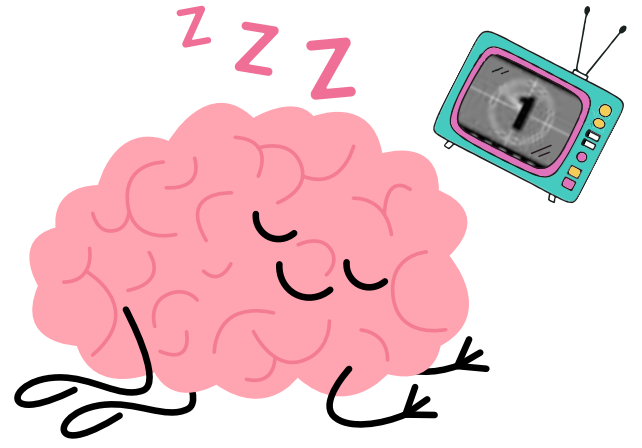
BEYİNİ HACKLEMEK MÜMKÜN MÜ?

- KAHVE İÇ → **DOPAMİN** ARTAR → DAHA UYANIK HİSSEDERSİN.
- EGZERSİZ YAP → **ENDORFİN** SALGILANIR → MUTLULUK DOPİNGİ GELİR.
- MEDİTASYON → **PREFRONTAL KORTEKS** GÜÇLENİR → SAKİN KAFA.



KAYNAKLAR

- Bear, M. F., Connors, B. W., & Paradiso, M. A. (2007). Neuroscience: exploring the brain. (3.baskı). USA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Kolb, B. & Whishaw, I. Q. (2015). Fundamentals of human neuropsychology (7. baskı). USA: Worth Publishers
- Rose, S., & Lichtenfels, A., (2000). Akıl kutusu. Tübitak Yayınları
- Tortora, G. J., & Derrickson, B. (2018). Principles of anatomy & physiology (15. baskı). USA: John Wiley & Sons Inc.
- Winston, R. (2018). İnsan beyni. (3.Baskı). Say Yayınları



BEYİN UYKUDA BİLE ÇALIŞIR MI?

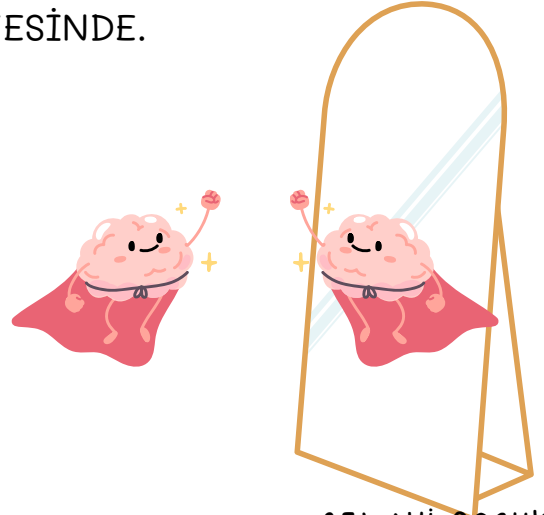
KESİNLİKLE EVET! HATTA RÜYALAR = BEYNİN NETFLİX MARATONU.

REM UYKUSU SIRASINDA BEYİN, SANKİ UYANIKMIŞ GİBİ AKTİF. AMA KASLAR KİTLENMİŞ DURUMDA — GÜVENLİK ÖNLEMİ GİBİ DÜŞÜN.

AYNA NÖRONLAR

BİRİNİ ESNERKEN GÖRDÜĞÜNDE SENİN DE ESNEMENİN NEDENİ: **AYNA NÖRONLAR**.

EMPATİ, TAKLİT, SOSYAL ÖĞRENME... HEPSİ BU “SOSYAL NÖRONLAR” SAYESİNDE.



**DOĞURMAK MI?
BÜYÜTMEK Mİ?**

HAYIR!

HEP SEVMEK...

Röportaj



Feyzullah Emre ÇITAK

Enes B.

381 AHI ÇOCUK



Başlık için kullanılan ifade
<https://www.koruyucuaille.org.tr> adresinden
alınmıştır.



Koruyucu aile olabilmek için gerekli şartlar nelerdir?

Evli ya da bekâr herkes aşağıdaki koşulları sağladığı takdirde koruyucu anne, baba ya da aile statüsüne kavuşabilir;

- T.C. vatandaşı iseniz
- Sürekli Türkiye’de ikamet ediyorsanız
- 25-65 Yaşları arasındaysanız
- En az ilkokul mezunu iseniz
- Düzenli bir gelire sahipseniz
- Çocuğun biyolojik anne-babası ya da vasisi değilseniz

Gönüllü aile ve koruyucu aile kavramları arasında nasıl bir fark bulunmaktadır?

Bakım kuruluşlarında koruma ve bakım altında bulunan çocuklarımızla, gönüllü aile olarak; kendi ilgi, yetenek ve eğitimleriniz doğrultusunda katkı vermek amacıyla, etkinlik ve çalışmalar yapabilirsiniz. Ayrıca isteğiniz doğrultusunda ve uygun görülmesi halinde çocuklarımızı resmi tatil ve özel günlerde yatılı olarak evinizde misafir edebilirsiniz.

Koruyucu aile olma ve evlat edinme arasındaki farklar nelerdir?

Evlat edinme çocuğun velayet haklarının evlat edinene mahkeme kararı ile devredilmesidir. Koruyucu aile çocuğun bakım, yetiştirme ve eğitim sorumluluğunu devlet ile paylaşılırken çocuğun velayeti biyolojik ailesinde kalır.

Koruyucu aile olabilmek için detaylı bilgiye nereden ulaşılabilir?

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Web sayfası üzerinden veya yaşamakta olduğunuz ilde bulunan Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğüne bağlı Koruyucu Aile Hizmetleri Birimine giderek detaylı bilgiye sahip olabilirsiniz.

Koruyucu aile olabilmek için nereye başvuru yapmam gerekiyor?

Aile ve Sosyal Hizmetler Müdürlüklerine şahsen, E-devlet üzerinden, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Web sayfası üzerinden başvuru yapılabilir.

2025 yılının “Aile Yılı” ilan edilmesi sebebi ile dergimizin 2. Sayısında ilimizde Koruyucu Aile Hizmeti veren Erdoğan ailesi ile 29.04.2025 tarihinde röportaj gerçekleştirilmiştir. Erdoğan ailesi ile röportaj öncesi Koruyucu Aile Hizmeti hakkında merak edilen sorular, Kırşehir Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü Koruyucu Aile Biriminde görev yapmakta olan Sosyal Çalışmacı Raşit Okan BÜYÜKŞAHİN’e sorulmuştur.

Koruyucu aile nedir?

Koruyucu aile; çeşitli nedenlerle biyolojik ailesi yanında bakımları bir süre için sağlanamayan çocuklarımızın kendi aile ortamlarında eğitim, bakım ve yetiştirilme sorumluluğunu kısa veya uzun süreli olarak, ücretli veya gönüllü statüde devlet denetiminde paylaşan, hissettikleri toplumsal sorumluluğu gösterebilen uygun aile ya da kişilerdir.

Koruyucu aile hizmetinde amaç nedir?

Koruyucu aile hizmetinde amaç; çocuğun güvenli ve sevgi dolu bir aile ortamında yetişmesini sağlamaktır. Koruyucu aile, kurumla işbirliği içinde; çocuğa, biyolojik ailesi, okulu ve çevresiyle ilişkilerini devam ettirmelerini sağlayarak yardımcı olur.



29.04.2025 tarihinde Erdoğan ailesi ikamet ettikleri evlerinde bizleri misafir ederek, bizleri çok sıcak bir şekilde karşılamışlardır. Aileye dergimiz hakkında bilgiler verilmiş ve Koruyucu Aile Birimi ile iletişime geçilerek kendileri ile kısa bir röportaj yapmak istediğimizi, röportaj için izinleri olmaları halinde Koruyucu aile hakkında sorularımızın olduğu aileye ifade edilmiştir. Erdoğan ailesi bu durumdan mutluluk duyacaklarını ifade etmişlerdir.

Koruyucu aile olmaya nasıl karar verdiniz?

2015 yılında Afyon iline tatile giderken yolculuk esnasından eşimle beraber koruyucu aile olma konusunda istişarede bulunduk ve orada kararımızı verdik. Sosyal hizmetlere giderek 3 tane kız çocuğuna koruyucu aile olma konusunda başvuruda bulunduk.

Koruyucu aile olmanın zor yanları nelerdir?

Koruyucu aile olmanın zor yanları çocukların tekrardan biyolojik ailesinin yanına dönme durumunun gerçekleşmesi. Bu ihtimal çocukların her yaşında olmasından dolayı çocuklarımızdan ayrılma korkusu illaki yaşıyoruz, fakat bu durumun yaşanması durumunda kendimiz adına ne kadar üzülsük de, çocuğumuz adına o kadar seviniriz.

Büyük kızımız 4,5 yaşlarında iken bize anne benim soy ismim neden sizinkinden farklı dedi. Okuldaki öğretmene de soy isminin neden farklı olduğunu sorması üzerine uygun bir şekilde durumun açıklanması için psikoloğa giderek nasıl bir yol izlememiz konusunda destek aldık ve uygun bir şekilde durumu kızımıza anlattık. Doğal bir süreç olmasına rağmen kızımızın gerçekleri öğrendikten sonraki tepkisini bilmediğimiz için bu süreçler duygusal anlamda zordu. Kızımıza koruyucu ailesini olduğumuzu söyledikten sonra iyi ki beni almışınız iyi ki benim ailem olmuştunuz diyerek bizlere sarıldıktan sonra tüm korkumuz ve stresimiz o an bitti.

Çocukların bakımı konusunda tabii ki zor zamanlarımız olmuştur uykusuzluk yorulma gibi ama severek yaptığımız için zor gibi gözükken bu durumlar bizim için tatlı telaş gibidir.

Başka koruyucu aileler ile iletişim ağınız var mı? (Dernek, grup vb.)

Kızlarımızdan bir tanesinin kardeşinin de başka bir koruyucu ailede olması sebebi ile o aile sürekli iletişim halindeyiz. Kardeşlerin görüşmesi için ailecek birbirimizin evlerine misafirlğe gider geliriz. İlçemizdeki başka koruyucu aileler ile de sürekli olmasa da irtibat halindeyiz.

Koruyucu ailelik yapan bireyler olarak

koruyucu aile sisteminin olumlu ve olumsuz yanları nelerdir? Olumsuz koşulların iyileştirilmesi için neler yapılabilir?

Olumlu yanları çok ama en önemlisi bu çocuklarımızın aile ortamında büyümesidir.

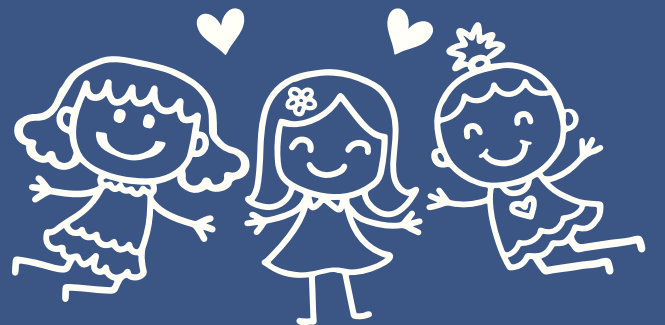
Olumsuz iki yanı var.

Birincisi, mevzuat gereği koruyucu aileler “kardeş olmaması halinde, aynı anda en fazla 3 çocuğun” bakımını üstlenebiliyorlar, keşke 3 kızımızdan sonra daha fazla çocuğa koruyucu aile olabilseydik fakat mevzuat gereği olamıyoruz. İkinci olumsuz yanı da olumsuz demek istemiyorum zorlandığımız bir konu da resmi kurumlar dışındaki özel kurslara kayıt yaptırırken kızlarımızın öz ailesi olmadığımızdan dolayı kayıt işlemi sırasında zorluk yaşıyoruz, bu durumun düzelmesini isterdim.

Koruyucu aile konusunda pişmanlık yaşadığınız bir an olduğumu?

Keşke daha fazla çocuk için başvursaydık diye pişman olduk fakat dediğim gibi mevzuat gereği olamadığımızı sonradan öğrendik. Diğer pişmanlığımız ise daha genç yaşta başvuruda bulunmayı isterdik. Kızlarımız çok enerjik çünkü onlarla vakit geçirirken yorulduğumuz anlar oluyor, kızlarımızla oynarken yorulmadan oynamak isterdik.

-Bize vakit ayırıp sorularımızı yanıtladığınız için teşekkür ederiz.



MİNİ SANAT SINAVI

"Sanatın Öyküsü" infografiğindeki bilgileri hatırlıyor musun? Hadi bakalım...

1- İnsanlar ilk ne zaman resim yapmaya başladı?

- 500 yıl önce
- 10.000 yıl önce
- 40.000 yıl önce

4- "Yıldızlı Gece" adlı tabloyu kim yaptı?

- Picasso
- Van Gogh
- Leonardo da Vinci

2- Rönesans döneminde sanatçılar neyi keşfetti?

- Tablet yapmayı
- Perspektif ve gerçekçiliği
- Dans etmeyi

5- Çağdaş sanat neyle ilgilenir?

- Yalnızca eski zamanlarla
- Günümüz fikirleri ve farklı yollarla sanat yapmayla
- Dondurma yapımıyla

3- Sanat nerede olabilir?

- Sadece kağıtta
- Sadece müzede
- Her yerde

"HER ZAMAN RESİM YAPMAK, ŞARKI SÖYLEMEK YA DA HEYKEL YAPMAK ZORUNDA DEĞİLSİN... AMA HAYAL KURMAK DA BİR SANATTIR!"

ÖNERİLER

Enes KARAKILIÇ

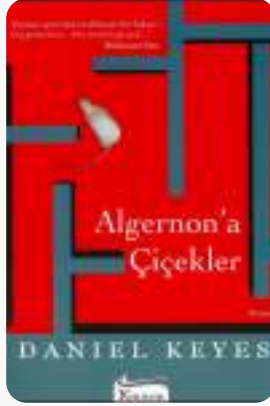


ACIMAK

Tür: Roman

Sayfa Sayısı: 120

*Reşat Nuri GÜNTEKİN'in
bu eseri tek bir kelime
ile özetlenebilir,
"Muhteşem".*



ALGERNON'A ÇİÇEKLER

Tür: Roman

Sayfa Sayısı: 325

*Daniel KEYES'in
kaleminden bilimin ne
kadar kötüye
kullanılabileceğinin
harika bir tasviri...*



Joe

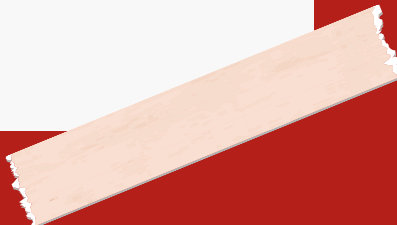


FAHRENHEIT 451

Tür: Roman

Sayfa Sayısı: 208

*Ray BRADBURY'in
distopyasında
kaybolurken
kitaplarınıza daha sıkı
sarılacaksınız.*



ÖNERİLER

Enes KARAKILIÇ



SEVERANCE

Tür: Bilim Kurgu, Psikolojik

Gerilim

IMDB: 8,7 / 10

Sinemalar : 8,1 / 10

Gizem ve bilim kurgu türünde benzersiz bir konuya sahip bu dizinin sonunu iple çekeceksiniz.



GİBİ

Tür: Komedi

IMDB: 9 / 10

Sinemalar : 9 / 10

Üç arkadaşın yaşadığı garip olayları konu alan, durum komedisi ve absürt komedinin harmanlandığı, keyifle izleyeceğiniz bir dizi.



BLACK MIRROR

Tür: Bilim kurgu, drama, macera

IMDB: 8,7 / 10

Sinemalar : 8,8 / 10

Her bölümü ayrı hikâyeleri konu alan, geleceği olumsuz betimleyen bu dizide teknolojiye bakış açınız değişecek.





BATMAN:KARA ŞÖVALYE

Tür: Süper Kahraman

IMDB: 9/10

Beyaz Perde: 4,6/5

Sinemalar:9/10

Christopher Nolan'ın yönettiği, süper kahraman filmlerinin ötesinde bir başyapıt



GELECEĞE DÖNÜŞ

Tür: Bilim kurgu, Macera, Komedi

IMDB: 8,5 / 10

Beyaz Perde: 4,7 / 5

Sinemalar : 8,8 / 10

Sırada ise nostaljik bir bilim kurgu filmi var. Döneminin en keyifli filmlerinden.



TRUMAN SHOW

Tür: Dram, Komedi

IMDB: 8,2 / 10

Beyaz Perde: 4,6 / 5

Sinemalar : 8,6 / 10

Jim Carrey'in başrolünde yer aldığı film komedi ve dram öğelerini bir araya getiriyor.

Film ve dizi posterleri www.imdb.com internet adresinden alınmıştır.
DeLorean çizimi <https://www.klipartz.com/tr/sticker-png-bresv> internet adresinden alınmıştır.
Kitap görselleri kitapyurdu.com adresinden alınmıştır.



Röportaj Mehmet TATAR



Daha önce kuruluşumuzdan hizmet almış ve her fırsatta kendi deneyimlerini paylaşarak çocuklarımıza rehber olan Mehmet TATAR ile röportaj gerçekleştirdik. Keyifli okumalar diliyoruz.

Kendinizi kısaca tanıtır mısınız?

Adım Mehmet TATAR. 01.05.1984 Denizli İli Bekilli İlçesi Sııklı Köyünde doğdum. Babam orman bekçisi olarak görev yapmaktaydı. Annem ev hanımıydı. Bir tanesi kız, diğer üçü erkek olmak üzere 4 kardeşiz. Babam kanser hastalığına yakalanmıştı. O zamanın şartlarında hastane olmadığı ve maddi durumumuz kötü olduğu için babam tedavi olamadı ve hastalığı nedeniyle 1990 yılında vefat etti. Ağabeyimle birlikte hem okuyup hem de ailemizi geçindirmek için çalışmak zorundaydık. Cüzi bir rakamla çalıştığımız için de evimizin sadece yeme-içme ihtiyaçlarını karşılayabiliyorduk. Faturaları ödeyemiyorduk. Elektrik faturasını da ödeyemediğimiz için elektrik kesilmişti. Akşam gaz lambası altında ders çalışıyorduk. İlkokulu Sııklı İlköğretim Okulunda 2.sınıfa kadar okudum. Akrabalarımızdan biri Kırşehir’de yaşıyordu. Bizi ziyarete geldiğinde bu hâlimizi gördü. Bizim bu ilçede daha fazla kalamayacağımızı söyleyerek annem ve kardeşlerim ile birlikte, bizi Kırşehir’e götürmeye karar verdi. Kırşehir’ e geldiğimde 8-9 yaşlarındaydım. Akrabamızın 6 kızı vardı, biz de 5 kişi olmak üzere 13 kişi müstakil bir evde kalıyorduk. Akrabamız 13 kişiye baktığı için maddi olarak zorlanmaya başladı ve benimle 2 kardeşimi Kırşehir Çocuk Yuvası Müdürlüğüne götürdü. 13 yaşıma kadar çocuk yuvasında kaldım. 19 yaşına kadar da Kırşehir Erkek Yetiştirme Yurdunda kaldım. 2004 yılında Akpınar İlçe Nüfus Müdürlüğüne atandım. 10 yıl kadar Akpınar’da çalıştım. 2014 yılında ise Kırşehir Nüfus Müdürlüğüne geçiş yaptım. 2011 yılında evlendim ve 3 çocuk babasıyım. Halen Kırşehir Nüfus Müdürlüğünde çalışmaktayım.

Yurtta kaldığınız dönemde ne tür faaliyetler düzenlenirdi?

Yurtta kaldığımız dönemlerde sportif faaliyetler düzenleniyordu. Futbol, voleybol, yüzme, basketbol gibi branşlarda iller arası turnuvalara katılırdık. Bu sayede hem sporumuzu yapar hem de farklı iller görmüş olurduk. Müsabakalarda başarılı olduğumuzda çok mutlu olur, hep birlikte sevinir ve yurda döndüğümüzde müdürümüz ve öğretmenlerimiz bizimle gurur duyardı. Başarısız olduğumuzda ve çok üzüldüğümüzde ise bizleri teselli ederlerdi.

Sizin gibi kuruluş bakımında kalıp sonrasında çıkan görüştüğünüz arkadaşlarınız var mı?

Yurttan çıkan görüştüğüm arkadaşlarımla Kırşehir Bizim Aile Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği’ni (YURT-AY-DER) kurduk. Birbirimizden kopmamak ve aile ortamı oluşturmak için dernekte sık sık dernek üyeleri arkadaşlarımızla ve aileleriyle birlikte vakit geçiriyoruz. Yaz aylarında da piknik, gezi gibi faaliyetler düzenliyoruz.





Eski ve yeni yurt koşullarını kıyaslayacak olsanız neler söylerdiniz?

Şu anki yurt koşulları yurttan kalan kardeşlerimin tüm ihtiyaçlarının en iyi şekilde karşılanması ve konforlu bir şekilde kalmaları için düzenlenmiş bir proje. Neden böyle düşündüğümü kısaca anlatmak isterim. Bizim zamanımızda yurttan yaklaşık 150 kişi kalmaktaydı. Koğuştaki sistemi vardı ve biz koğuştaki kalıyorduk. Her koğuştaki ikişerli ranzalar ve 5 tane dolap vardı. Bir dolabı iki kişi ortak kullanmak zorunda kalıyorduk. Yemekhane, televizyon salonu, banyo, tuvalet gibi yerler ortak kullanım alanıydı. Cep telefonu yoktu, teknolojik imkânlar kısıtlıydı. Dönem gereği televizyon, teknolojik dünyaya açılan kapıydı bizim için. O zamanlar televizyon izlemek istediğinizde boyunuz kısa ve yaşınız küçükse televizyon izlemek imkânsız hâle gelirdi. İmkânlarımızın kısıtlı olması bizleri yardımsever ve paylaşımcı bireyler haline getirdi diye düşünmeden edemiyorum. Arkadaşlıklarımız çok daha samimi, paylaşımcı ve içtendi. Kendi yaşantılarımız ile kardeş gibiydik.

Şimdiki dönemde yurttan kalan kardeşlerimin bizler gibi arkadaşlık kuramadığını ve çoğunun yurttan çıktıktan sonra birbirlerini tanımadıklarını, görüşmek istemediklerini görüyorum. Kuruluş bakımında kalırken bir şekilde ihtiyaçlarınız karşılanıp yemeğiniz hazır oluyor, nerede kalacağım nereye gideceğim diye dertlenmeniz gerekmiyor çünkü başınızı sokabileceğiniz bir çatınız var. Ancak yurttan çıktıktan sonra her şeyi kendiniz yapmanız gerekiyor bu yüzden şimdiki kardeşlerimin yurttan çıktıklarında bizlere oranla daha fazla zorlanacaklarını düşünüyorum.

Kuruluş bakımından çıktıktan sonra zorlandınız mı? Zorlandıysanız bu zorluklar nelerdir?

Yaşadığınız zorluklarla nasıl başa çıktınız?

Yurttan 19 yaşında çıkmıştım. Tabii ki içimde bir boşluk vardı. Kökleri olmayan bir ağaç gibi hissediyordum. Köksüz bir bitki nasıl toprağa tutunup hayatta kalamazsa ben de o şekilde hayatta ne yapacağımı bilmediğim bir boşluğun içindeydim. Nereye gideceğimi, hayatımı nasıl devam ettireceğimi bilmeden ayrılmıştım yurttan. Tabiri caizse sudan çıkmış balık gibiydim. Kafamda birçok soru vardı. Daha önce yurttan çıkmış arkadaşlarımın yanında bir süre kaldım. Arkamızda anne-baba ya da destekçi olmadan yaşanılmaz zannetmiştim. Ancak kendi köklerimi toprağa salarak beslenip güçlenebileceğimi fark ettim. Hayatımı idame ettirmek için çok değişik işlerde çalıştım. Para kazanmanın hayatımı devam ettirmenin ne kadar zor olduğunu anladım. Ama hayatımı devam ettirmek için çalışmam ve sabretmem gerektiğini, her türlü olayın akabinde iyi şeyler olabileceğini umudumu kaybetmeden yoluma devam etmem gerektiğini tecrübe ettim.

2025 yılı “Aile Yılı” olarak belirlendi. Aile Yılı ile ilgili düşünceleriniz ve söylemek istedikleriniz nelerdir?

Sevgi, saygı, empati ve sorumluluk duygusu ailede gelişir. Aile Yılı kapsamında geliştirilen projelerle gençlerimizin evlilik ve aileye bakış açılarının olumlu yönde etkileyeceğini düşünüyorum. Çalışan anne ve babalara kreş desteği verilmesinin, yeni doğum yapan annelere yönelik projelerle hayatlarının sonraki döneminde kolaylık sağlanmasının çok faydalı olduğunu düşünmekteyim. Bütçe yönetimi, tasarruf alışkanlığı, bilinçli tüketim eğitimleri gibi bilinçlendirme kampanyaları ile ailelerin ekonomik refahının artırılmaya çalışıldığını düşünüyorum.

Yurttan çıkacak çocuklarımıza vereceğiniz tavsiyeler nelerdir?

Yurttan çıkacak kardeşlerime naçizane tavsiyem, kesinlikle endişeye ve korkuya kapılmayın. Hayatta her zaman zorlukların olduğu kadar kolaylıkların da olduğunu ve bu yaşanan zorlukların hayata daha sıkı tutunmamızı sağladığını düşünüyorum. En önemli şey sabretmektedir. Yurttan çıktıktan sonra size değer verdiğini söyleyen her insana güvenmeyin. Sizden maddi manevi faydalanmak isteyen kötü insanlar karşınıza çıkabilir. O yüzden karşınıza çıkan insanları iyi değerlendirin ve ona göre hareket edin. Yurtta edindiğiniz dostlukları, size değer veren insanların olduğunu unutmayın ve saygılı, sevecen ve yardımsever olmayı ihmal etmeyin. Yurttan çıktıktan sonra da kendinizi geliştirmeyi hiç bırakmayın. İnsan anne babasını veya doğduğu çevreyi seçemiyor ancak ne yaşamış olursanız olun yalnız olmadığınızı, kardeş olduğumuzu unutmayın.



Yurt hayatının sizin açınızdan olumlu ve olumsuz yönlerini değerlendirir misiniz?

Yurt hayatının bana kattığı çok fazla değer var. Mesela paylaşmayı, hoşgörüyü, elindekinin kıymetini bilmeyi, saygı ve sevgiyi yurttan öğrendim. Bu bakımdan yurt yaşamının benim hayatıma çok katkısı olmuştur. Herhangi bir ortama girdiğimde nasıl davranacağımı yurt hayatından öğrendim. Yurt hayatının tek olumsuz yönünün anne-baba sevgisi ve şefkatinden uzak olmak olduğunu bu eksikliği de yurttan çalışan öğretmenlerimizden, bakıcı annelerimizden ve arkadaşlarımızdan giderdiğimizi düşünüyorum.

Yurt hayatında unutamadığınız bir hatıra veya olay var mı, varsa bizimle paylaşmak ister misiniz?

Benim yetiştirme yurdunda kaldığım dönemlerde yurtlar şimdiki gibi çok bilinir değildi. Çok fazla ziyaretçimiz olmazdı. Sadece Ramazan aylarında iftar sofralarına sıklıkla davet edilirdik. Davete gittiğimiz aile ortamlarında bulunan çocuklara imrenerek bakardık. İftar sonrasında yurda döndüğümüz zaman arkadaşlarımızla gördüğümüz bu sıcak ve samimi yuvanın özleminden bahseder, gelecekte kendi ailemize ve yetiştirme yurdunda kalan kardeşlerimize sahip çıkmamız gerektiği konusunda konuşurduk. İşte bu iftar sofralarını, oradaki aile ortamını ve yetiştirme yurdunda döndüğümüzdeki burukluğu hiç unutamıyorum.

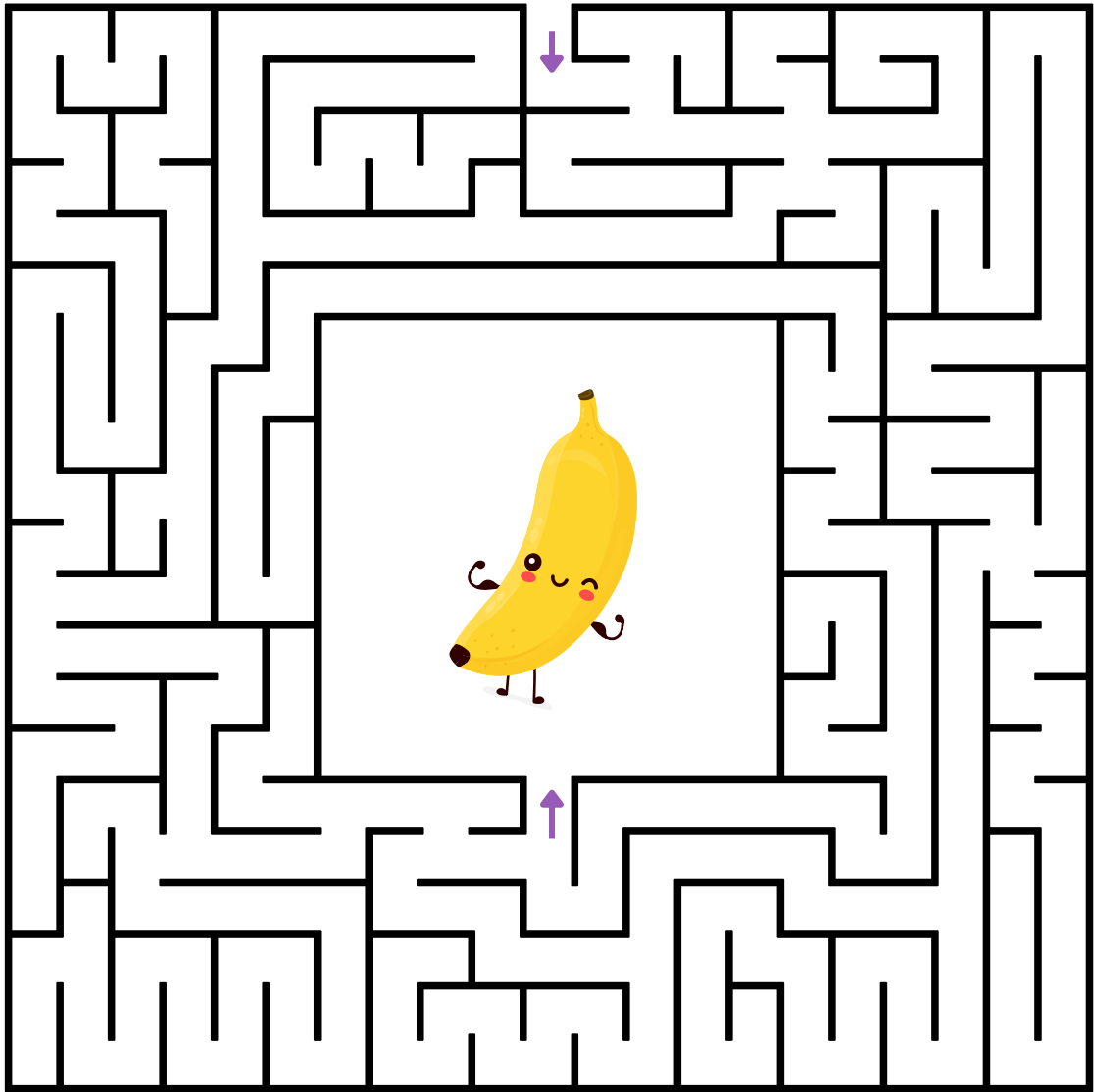
-Bize vakit ayırıp sorularımızı yanıtladığınız için teşekkür ederiz.



**İbrahim GAFA
Sami DAĞISTAN**

LABİRENT BULMACA

Maymuna muza giden yolu bulması için yardım eder misin?



PHINEAS GAGE

Ayşe Nur BALLI

Beyninden Geçen Demir Çubukla Psikoloji Tarihine Geçen Adam



Yıl: 1848



Yer: Vermont, ABD



Kahramanımız: Phineas Gage, 25 yaşında, demiryolu işçisi.

Sahne: Dinamit patlatma işi sırasında bir hata olur ve...



★ BOOM! – Demir Çubuk Kafadan Geçiyor

1 metre uzunluğunda, 3 cm çapında bir demir çubuk, Phineas'ın çenesinin altından girip, alın lobundan çıkıyor!

Ama... hayatta kalıyor! 😲

🧠 Beyin Diyor ki: "Ben Hâlâ Çalışıyorum!"

Gage'in yaşam fonksiyonları normale dönüyor. Görüyor, konuşuyor, yürüyor.

Ama bir şeyler değişmiş...

Yani... beyni çalışıyor ama kişiliği güncelleme almış gibi!



"Önceki Gage Gitti"

Olaydan önce: Sakin, çalışkan, sevilen biri.

Olaydan sonra: Sabırsız, agresif, düşüncesiz biri haline geliyor.

İş arkadaşları diyor ki:

"Artık o, tanıdığımız Gage değil."

🧠 Bilim Ne Öğrendi?

Prefrontal korteks (alın lobu) → kişilik, planlama, sosyal davranış.

Gage'in yaşadığı travma sayesinde psikologlar şunu fark etti:

"Beynin belli bölgeleri, kişilik ve karar verme ile doğrudan bağlantılı."



Psikoloji Tarihinin Dönüm Noktası

Phineas Gage, nöropsikoloji biliminin temellerinden biri oldu. Kafasından demir geçen adam, beyin davranış ilişkisini anlamamıza yardımcı oldu.

🎪 Eğlenceli Gerçekler

- Kafatası ve çubuk müzede sergileniyor (Harvard Üniversitesi'nde).
- "Demir kafalı adam" efsanelere bile konu olmuş.
- Phineas, bilim dünyasında yaşayan deney olarak anılıyor.



KAYNAKLAR

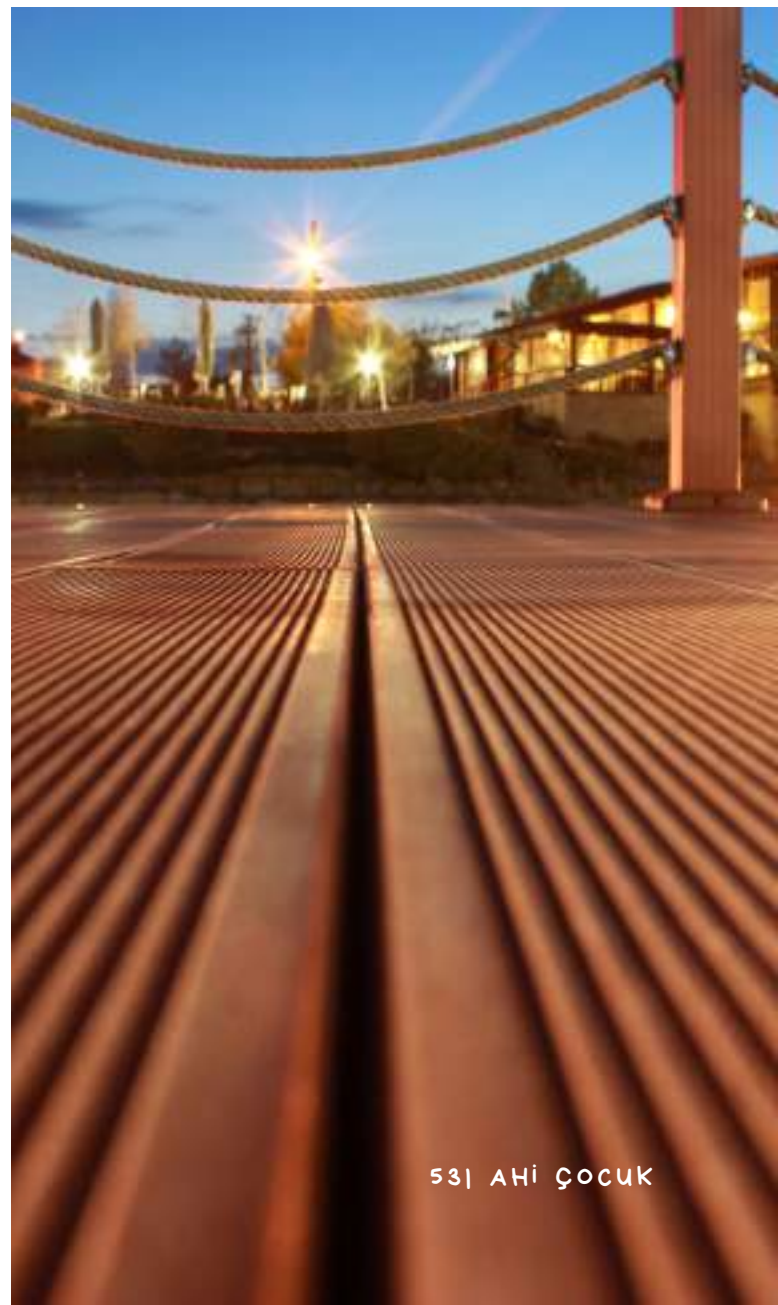
- Plotnik, R., (2007), Psikolojiye Giriş, Kaknüs Yayınları
- Winston, R. (2018). İnsan Beyni. (3.Baskı). Say Yayınları
- <https://collections.countway.harvard.edu/onview/exhibits/show/beyond-the-bone-box/the-case-of-phineas-gage> internet adresine 17.05.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.

**FOTOĞRAFÇI
GÖZÜYLE KIRŞEHİR'E
BİR
BAKIŞ**

Serkan BEKTAŞ











DÖNDERME

Kırşehir
Lezzetleri

Eser ÖZ

Sayın okurlarımız,

Biliyoruz ki Kırşehir denince akla Neşet Ertaş gelir, bozlak gelir, her
şeyle kafa bulabilen nüktedan insanları gelir, uzun süre görmediği
insana rastladığında "sen daha ölmedi la" diye selam veren,
"nörüyon" diyen insanları gelir, üzüm gelir, pekmez gelir, ceviz gelir,
köftür gelir akla.

DÖNDERME

Kahvaltı yapmanın veya yapmamanın insan sağlığı üzerine etkileri konusunda yapılan çok fazla araştırma yapılmasına rağmen Amerika'da yaşayan ünlü Doktor Mehmet Öz geçtiğimiz yıllarda "Bence kahvaltı yasaklanmalı." ifadesi bazı tartışmaları da gündeme getirdi. Kahvaltı ile ilgili tartışmalar devam ederken Lokma Dergisi, Türkiye'nin Kahvaltı Haritasını çıkardı. Her ilin geleneksel yiyeceklerinin yer aldığı haritada Ankara bazlaması, İstanbul Sarıyer Böreği, İzmir ise boyozu ile meşhur olarak gösterildi. Kahvaltıya en çok önem veren illerden olan Kırşehir ise bir çeşit yumurtalı ekmek olan "Dönderme" ile yer aldı. Bir Kırşehirli olarak Kırşehir'imizin yöresel kahvaltısı olan döndermeyi anlatmakta farz oldu bana. Kelime anlamı olarak "döndürmek" kelimesinin yöresel ağızla söylenişinden gelen Kırşehir'imizin yöresel kahvaltısı döndermeyi anlatayım sizlere.

MALZEMELER:

Yufka ekmeği

Yumurta

Tereyağı veya sıvı yağ

Tuz

YAPILIŞI:

Tavaya konulan tereyağı eridikten sonra kenarları içe doğru katlanmış yufka ekmeği tavaya yerleştirilir ve üzerine yumurta kırılır. Tuz eklenir ve yumurta pişip ekmek kızardıktan sonra dönderilir. Yumurtalı kısım da kızardıktan sonra servis edilir.

Afiyet Olsun :)

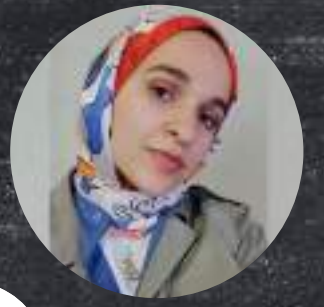
KAYNAKLAR

<https://gulhanokurkeles.wordpress.com/2014/05/02/kirsehir-yoresi-donderme-tarifi/> internet adresine 25.04.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.
<https://tr.wikipedia.org/wiki/Dönderme> internet adresine 25.04.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.
<https://www.haberturk.com/turkiye-nin-kahvalti-haritasi-hangi-ilin-nesi-meshur-haberler-2820179/55> internet adresine 25.04.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.
<https://onedio.com/haber/dr-mehmet-oz-ile-yeniden-gundeme-geldi-son-donemde-uzmanlar-neden-kahvaltinin-zararli-bir-sey-oldugunu-soyluyor-894486> internet adresine 28.04.2025 tarihinde erişim sağlanmıştır.



PSİKOLOJİ İLE İLGİLİ DOĞRU BİLİNEN YANLIŞLAR

Büşra AYDIN
Hayriye SARIKAŞ



PSİKOLOG İLE
YALNIZCA BİR KEZ
GÖRÜŞECEĞİM VE
HER ŞEY BİR ANDA
HARİKA OLACAK.

BENİ DEĞİŞTİRMEK,
HER ŞEYİ
DÜZELTMEK
PSİKOLOĞUN İŞİ.

PSİKOLOĞA
GİDENE "DELİ"
DENİR.

PSİKOLOG
ÇOCUKLUĞUMA
İNECEK

PSİKOLOĞUN İŞİ KÖTÜ
ŞEYLERİ
UNUTTURMAKTIR.

PSİKOLOGLAR İLAÇ
YAZABİLİR.

PSİKOLOJİ İLE İLGİLİ DOĞRU BİLİNER YANLIŞLAR

PSİKOLOJİK SAĞLIK
BEDEN SAĞLIĞI KADAR
ÖNEMLİ DEĞİLDİR.

SOSYAL İLİŞKİLERİ İYİ OLAN VE
KENDİNİ "İNSAN SARRAFI"
OLARAK TANITAN BİREYLER
DE PSİKOLOGTUR !!!

PSİKOLOJİK
PROBLEMLER SADECE
YETİŞKİNLERDE
GÖRÜLÜR.

PSİKOLOĞA GİDEN
İNSANLAR ZAYIF YA DA
CİDDİ PSİKOLOJİK
PROBLEMLER YAŞAYAN
KİŞİLERDİR.

PSİKOLOGLA YAPTIĞIM
HER GÖRÜŞMEDEN
SONRA İYİ
HİSSETMELİYİM.

PSİKOLOGLAR BİZİ NEYİ
YAPIP NEYİ YAPMAMAMIZ
GEREKTEĞİ KONUSUNDA
YÖNLENDİRMELİDİR.

PSİKOLOJİ İLE İLGİLİ DOĞRU BİLİNEREN YANLIŞLAR

PSİKOLOG
AKIL OKUR.

PSİKOLOGLAR
GÖRÜŞME ESNASINDA
SADECE KONUŞUR.

PSİKOLOĞA
ANLATTIKLARIMI
ARKADAŞLARIMA DA
ANLATABİLİYORUM ZATEN.
O YÜZDEN PSİKOLOĞA
GİTME GEREK YOK.

KENDİ TANIDIĞIM
PSİKOLOGLARA
KENDİMİ DAHA RAHAT
İFADE EDEBİLİRİM.

PSİKOLOGLAR
GÖRÜŞMELERDE
KONUŞTUĞUM HER ŞEYİ
YAKINLARIMA ANLATIR.

PSİKOLOGLAR
PSİKOLOĞA
GİTMEZ.

MİLLİ GURURUMUZ: URKUŞ IŞIK



RÖPORTAJ:
UFUK AKBAŞ
BERAT D.
HULİSİ Y.
ONUR ATAKAN A.

Kısaca kendinizden bahsedebilir misiniz, sizi tanıyabilir miyiz?

Ben Urkuş Işık 22 yaşımdayım beden eğitimi öğretmenliği mezunuyum. İkinci üniversite olarak antrenörlük eğitimine devam etmekteyim.

Atletizme kaç yaşında başladınız ve bu sporu seçmenizdeki neden nedir?

İlkokul 3. Sınıfta Atletizme başladım bir süre sonra ailem izin vermediği için ara vermek zorunda kaldım. Ailemin izin vermeme sebebi ise spor yaparken okulda başarısız olurum endişesi vardı. 6. Sınıfa başladığımda Antrenörüm Ziya Kaya ailemi ikna etti ve tekrar bu spora başladım. Atletizme ilgim diğer arkadaşlarımdan daha hızlı koştuğumu fark etmemle başladı.

Atletizm nasıl bir spor dalıdır ve hangi aktiviteleri kapsar?

Atletizm koşu, yürüyüş, atma, atlama kros ve maraton gibi birçok branşı içinde barındıran bir spor dalıdır. Ben uzun mesafe koşucusuyum.

Atlet olabilmek için gereken fiziksel özellikler nelerdir?

Atletizm için kişinin fiziksel özellikleri, boy, kilo, dayanıklılık, kondisyon, koordinasyon gibi özelliklere sahip olması gereklidir. Atletizm sporu ile ilgilenen bir sporcunun başarılı olabilmek için hedef koyma hedefe ulaşmak için çok çalışmanın yanında düzenli ve disiplinli bir hayat yaşaması gereklidir.

Ailenizin izin vermediğini söylediniz. Bu durum motivasyonunuzu nasıl etkiledi?

Aileniz başarılı olduğunuzu gördükten sonra ne düşündü fikirleri değişti mi?

Değiştiyse bu değişim sizi nasıl etkiledi?

Başlangıçta kötü etkiledi ancak başarılı oldukça onların da fikirleri değişti. Okulda ve atletizmde başarılı oldukça ailem daha fazla destek olmaya başladı. Ulusal ve uluslararası birçok müsabakada başarılı olup ferdi ve takım halinde birçok şampiyonluk elde ettim. Şu an ailem benimle ve elde ettiğim başarılarla gurur duyuyorlar. Tüm ailelere şunu tavsiye ederim spor çocukların eğitimine engel olmaz aksine çocukların fiziksel, zihinsel ve ruhsal gelişimine katkı sağlar. Çocukların hedef koymasını, hedefe ulaşmak için çalışmasını, rekabet etmesini, kötü alışkanlıklardan uzak durmasını sağlar, çocuklar fair play ruhuna göre hareket eder. Spor çocukların eğitimine olumlu katkı sağlar ve çocukların hayatına disiplin katar.



Milli sporcu olabilmek için nasıl bir çalışma disiplini izlediniz?

Urkuş Işık: Bu soruya hocamın cevap vermesi daha doğru olur.

Ziya Kaya: Hedefi olan sporcu dünya görüşü olarak yeniliklere açık olmalı ancak söz konusu hedefi olduğunda sadece karşıya bakmalı ki başarılı olsun. Önceliği kendi branşı olmalı şöyle ki başka heveslerle başarısını baltalamamalı. Gerçekten başarıya ulaşmak için yeteneğin yanı sıra çok çalışılması gerekiyor. Dünyanın gelmiş geçmiş en iyi sporcularından biri olan Somali asıllı Britanyalı mesafeci Mohamed 'Mo' Farah bir röportajında şöyle diyor: "Ben ne zaman diğer sporcularla Avusturya'da kampta kaldım o zaman spor yaptığımı anladım. Çünkü oradaki kampta televizyon, sosyal medya, telefon vb. dikkatimi dağıtacak hiçbir şey yoktu. Sadece antrenman yaptım yemek yedim ve uyudum. O şekilde başarılı olabildim." Bir sporcunun başarılı olması büyük özveri ve sabır istiyor. Sadece sporcunun yetenekli olması veya antrenörün başarılı olması yetmiyor. Ailenin de destek vermesi, zaman ayırması ve özellikle küçük yaştaki sporcular için büyük önem teşkil ediyor. Urkuş başarılı olabilmek için büyük özveri gösterdi ve çok çalıştı.



**"BEN SPORCUNUN ZEKİ, ÇEVİK
VE AYNI ZAMANDA
AHLAKLISINI SEVERİM"
MUSTAFA KEMAL ATATÜRK**

Genç yaşıınıza rağmen böylesine başarılarınızın olması size nasıl hissettiriyor?

Başarılı olmak beni çok mutlu ediyor bu başarılarımı devam ettirmek için çok çalışıyorum. 12 yıllık sporculuk hayatımda Türkiye şampiyonalarında sayısız olmak üzere uluslararası müsabakalarda ferdi olarak 4 altın, 4 gümüş, 1 bronz ile takım halinde ise 2 altın ve 2 gümüş toplam 13 madalya kazandım. Ülkemi temsil etmek gurur veriyor.

Bundan sonraki kariyer hedefleriniz nelerdir?

Önümüzde Dünya Üniversiteler arası dünya şampiyonası var kota almak için hazırlanıyorum, inşallah bu organizasyona katılıp şehrim ve ülkem için yeni madalyalar kazandırmak istiyorum.

Öncelikle aileme, benim yeteneğimi keşfeden, uzun yıllardır çalıştıran, her zaman bana destek olan değerli hocam Ziya Kaya'ya çok teşekkür ederim.

-Bize vakit ayırıp röportaj yapmayı kabul ettiğiniz, ülkemizi temsil edip bizleri gururlandırdığınız için biz de size teşekkür eder başarılarınızın devamını dileriz.



KAPANIŞ

Dergimizin ikinci sayısında siz değerli okurlarımız ile birlikte olmaktan büyük onur ve mutluluk duyduk.

Bu sayımızda çağımızın en büyük sorunlarından olan madde bağımlılığına ve kalabalıklar içerisindeki yalnızlığımıza değinmek istedik. Çıkış yolu olarak ise bizlere ışık tutacak sporu, sanatı, kültürel değerlerimizi ve toplumun en temel yapısı aile kavramını; en kıymetlimiz Peygamber Efendimiz'in (s.a.v.) yaşantısından örneklerle, çok değerli koruyucu ailemiz ve yaşantısı ile örnek bir başka ailemiz ile gerçekleştirdiğimiz röportajlarla sizlere sunma çabası içerisinde olduk.

Umarım keyifle okuduğunuz, tekrar tekrar okuyacağınız ve çocuklarınıza miras bırakacağınız bir çalışma olmuştur. Kutsal topraklardan tüm okurlarımıza selamlar, sevgiler, saygılar...

Oktay YAĞMUR



ETKİNLİKLERİMİZ



Kırşehir Aile Pikniği



16.05.2025
Güzler Piknik
Alanı





Ramazan Ayı İftar & Sahur Programları



- İlinizdeki Huzurevi ve Engelsiz Yaşam müdürlükleriyle karşılıklı iftar ziyaretleri gerçekleştirildi.
- Çocuklarımızın öğretmenleri kuruluşumuzda ağırlandı.
- Kuruluş bakımından ayrılmış çocuklarımızla iftar ve sahur programları düzenlendi.





Uygulama Mutfağı

Uygulama Mutfakları:

- Bisküvili Pasta
- Kalem Böreği
- Islak Kek
- Patates Salatası
- Türk Kahvesi
- Çörek
- Şekerpare



- Oryantasyon
- Satranç Turnuvası
- Futbol
- Manevi Değerler
- Çevre Temizliği
- Külliye'de İftar
- Annelerimizden çocuklarımız
- anne tatlıları
- Semaverde çay
- Bahçe düzenlemesi
- Grup Oyunları





- 18 Mart Çanakkale Zaferi ve Şehitleri Anma Günü Programı
- Kayseri Gezisi





CEVAPLAR

EŞ ANLAM

H	N	A	T	A	V	H	K	İ	M	O	K
M	G	T	A	N	I	K	I	G	O	O	E
U	Z	A	K	U	H	J	D	R	Ü	Y	A
A	K	S	O	R	U	E	A	O	A	O	R
L	E	R	A	H	P	Y	I	L	H	Y	O
L	L	B	G	R	İ	G	T	O	N	G	U
İ	İ	U	E	T	M	L	E	C	M	Ü	T
M	M	M	H	R	M	A	Y	A	N	I	T
B	E	İ	H	R	O	U	Ğ	H	I	K	T
F	T	A	L	E	B	E	D	A	B	G	D
Z	O	K	U	L	T	H	G	U	N	L	P
H	E	K	İ	M	M	İ	S	İ	Y	A	H

MINİ SANAT SINAVI

- 1 - C
- 2 - B
- 3 - C
- 4 - B
- 5 - B

