

FREKANS EĞİTİM



Karar verme yetisini geliştirir.




ÖĞRENCİ POSTASI



SAVAŞ İPEK

ÖZEL ÖĞRETİM KURUMLARI



   _frekansegitim

**YÜKSEK ÖĞRETİM KURUMLARI SINAVI
HAKKINDA BİLGİLER**

YKS

- ❖ TYT sınavı 120 sorudan oluşur ve 135 dakika sürer.

TYT'de Olan Dersler	Soru Sayıları
Türkçe	40
Matematik	40
Sosyal Bilimler	20
Fen Bilimleri	20

- ❖ AYT sınavı 160 sorudan oluşur ve 180 dakika sürer.

AYT'de Olan Dersler	Soru Sayıları
TDEdebiyatı-SosB-1	40
Matematik	40
Sosyal Bilimler-2	40
Fen Bilimleri	40

- ❖ Dil sınavı ise 80 sorudan oluşur ve 120 dakika sürer.

BAŞARMAK İÇİN KONU TEKRARI ÇOK ÖNEMLİ

"KONUYU ÇOK İYİ ANLIYORUM AMA SINAV ESNASINDA AYRINTILARI HATIRLAYAMIYORUM."

Unutkanlığı nasıl önleyebiliriz?

Bu soruya verilebilecek tek yanıt düzenli tekrardır.

%100 ÖĞRENDİĞİMİZ BİR BİLGİNİN

- 20 dakika içinde %50'sini
- 60 dakika içinde %70'ini
- 24 saat içinde %80'ini

UNUTUYORUZ.

Altı delinmiş bir kaba devamlı su koyduğumuzu ama dolduramadığımızı düşünürsek bu durumu daha iyi anlarız. Yapmamız gereken şey bu kabı sağlamlaştırmaktır.

EKİM-KASIM AYLARINDA DOĞANLAR

- ❖ HAYDAR KEREM GÜLER (1 EKİM)
- ❖ GENÇE GENÇELİ (1 EKİM)
- ❖ TUANA KARAMAHMUTOĞLU (8 EKİM)
- ❖ ELİF KADAYIF (9 EKİM)
- ❖ ÖMER AKGÜL (11 EKİM)
- ❖ NİL BAHAR KARATAŞ (12 EKİM)
- ❖ ÖYKÜ ZEYNEP KAMBAY (13 EKİM)
- ❖ NEFİN ZENGİN (14 EKİM)
- ❖ MEHMET CENK BÜYÜKMIHÇI (14 EKİM)
- ❖ NEHİR YILMAZ (18 EKİM)
- ❖ SERKUT EFE MENLİKLİ (21 EKİM)
- ❖ MİNE YILDIZ (25 EKİM)
- ❖ YİĞİT KUBİLAY (27 EKİM)
- ❖ ZEYNEP İPEK (28 EKİM)
- ❖ ELİF ZORLU (01 KASIM)
- ❖ CEREN ALTUNTAŞ (02 KASIM)
- ❖ YİĞİT ER (03 KASIM)
- ❖ ALİM EMRE TOPARLAK (06 KASIM)
- ❖ İPEK URGANCI (08 KASIM)
- ❖ OZAN GİRAY (09 KASIM)
- ❖ DURU GÜNAL (09 KASIM)
- ❖ ALİ ATEŞ ÖZBAY (11 KASIM)
- ❖ SUEDA NİSA OKUTAN (11 KASIM)
- ❖ METEHAN ULUSOY (17 KASIM)
- ❖ CEYDA ŞENAY (17 KASIM)
- ❖ ARDA BİZEL (20 KASIM)
- ❖ BAŞAK ÜNAL (22 KASIM)
- ❖ NECATİ DENİZ BAYKUŞ (23 KASIM)
- ❖ BARTU ÇAKIR (26 KASIM)
- ❖ DEMİR EKİN ARIKAN (26 KASIM)
- ❖ BERİL NEHİR EREN (27 KASIM)
- ❖ EMRE KENDİRCİ (30 KASIM)

İYİ Kİ DOĞDUNUZ!



UNUTMA

KALICI ÖĞRENME İÇİN, 1 GÜN, 1 AY, 3 AY, 6 AY
SONRA BİLGİLERİ
YENİDEN GÖZDEN GEÇİR.
UNUTMA! MUTLULUK DA ÖĞRENİLEBİLİR.
İYİ HİSSETMEYİ ÖĞRENMEN İÇİN, MUTLU
HİSSETMEK İÇİN
DEVAMLILIKLI OLUMLU SÖZLER SÖYLE, GÜLÜMSE,
SEV!
BUGÜNDEN ZEVK AL!
NEYİ İSTEDİĞİNİ UNUTMA!
KENDİNİ GÖSTER!
GÜNÜNÜ BERBAT ETME!...
DOĞRU DİNLE!
ANLAŞMAZLIKLARLA ZAMAN KAYBETME!
MUTLULUĞUNU KENDİN TAMAMLA!
YAŞADIĞIN SORUNA ODAKLANMA, BU SENİ
YORAR!
NASILSIN DE!
ÇÖZÜME ODAKLAN!
BEKLETME,
ZAMANINI İYİ PLANLA!
GÜÇLÜ OLDUĞUN YÖNLERİ FARK ET!
İYİ HİSSETMEK İÇİN, SENİ MUTLU
EDENLERİ HATIRLA!
YAŞADIĞIN ALANLARI DÜZENLE!
GELECEĞİNİN GÜZEL GELECEĞİNE İNAN!
UMUDUNU YİTİRME!
ZORLUKLARLA BAŞA ÇIKABİLECEĞİNE İNAN!
YENİ ŞEYLER DENE!
TUTKULARIN İÇİN ÇABA GÖSTER!
YILBAŞINDA DİLEDİKLERİNİ, HAYAL ETTİKLERİNİ
UNUTMA!
KOLAY VAZGEÇME!
KENDİNİ ZORLUKLARA KARŞI HAZIRLA!
SAĞLIKLI BESLENMEYİ UNUTMA!
DAİMA OLUMLU SÖZLER SÖYLE!
BAZI GÜNLER HAYATINI BASİTLEŞTİR!
SAYGI DUY!
SEVGİ DUY!
KENDİNİ HEP YENİLE!
SELAM VERMEYİ UNUTMA!
DÜŞÜNCELERİNİ GÜZELLEŞTİR.

NELERİ UNUTMAYIZ?

- Okuduklarımızın %10'unu
- Duyduklarımızın %20'sini
- Gördüklerimizin %30'unu
- Hem görüp hem duyduklarımızın %50'sini
- Söylediklerimizin %80'ini
- Davranışlarımızla beraber söylediklerimizin %90'ını

Okuyun, yazın, şeklini çizin, tartışın, sorusunu hazırlayın, sorularını çözün

KESİNLİKLE UNUTMAZSINIZ.



ÖĞRENİLEN BİLGİNİN HATIRLANMASINI KOLAYLAŞTIRMAK İÇİN;

- Belirli aralıklarda, düzenli tekrar yapın.
- Gereksiz her şeyi öğrenmek yerine işinize yarayacak, gerekli bilgileri öğrenin.
- Somut kavramların soyut kavramlara göre daha kolay öğrenildiğini unutmayın.
- Öğrenmeniz bir amaca yönelik olsun.
- Öğrenmeye karşı istek duyun.
- Öğrendiğiniz bir kuralı/formülü soruların çözümünde kullanarak somutlaştırın, pekiştirin.
- Öğrendiğiniz konular arasında bağlantı kurun birbiriyle ilişkilendirilen konular belleğe daha kolay aktarılır ve hatırlanır.
- Öğrenirken küçük notlar alın, bu küçük notlar hatırlamanızı kolaylaştırır.
- Bilgiyi ezberlemeden yorumlamaya çalışın.

Karşımıza unutmayı azaltan en önemli faktör olarak "tekrar" çıkıyor. Peki yapılacak tekrarda dikkat edilmesi gereken noktalar neler? Tekrar yapılırken bunu sürekli ve belli aralıklarla (periyodik) yapmakta fayda var. Bu periyotlar derslik, günlük, haftalık ve aylık olmalıdır. Bunun yanında sınav tarihinden önce kendinize belli bir tekrar dönemi ayırmalısınız.

GEÇEN ZAMAN	YAPILACAK TEKRAR SÜRESİ	BİLGİNİN HAFIZADA KALMA SÜRESİ
1 saatlik çalışmadan sonra	10 dakika	1 gün
1 günün sonunda	5 dakika	1 hafta
1 hafta sonra	10 dakika	1 ay
1 ay sonra	5 dakika	Uzun süreli bellek

Her dersin sonunda (45 dakika) yaklaşık beş dakikayı tekrara ayırmanız bilginin kalıcılığını sağlamak açısından oldukça önemli. Bunun ardından on dakika dinlenmek için kendinize zaman ayırın. Her günün sonunda yatmadan önceki son etüdünüzü o gün çalıştığınız dersleri tekrar ederek değerlendirin. Özellikle uykudan önce yapılan bu tekrarın unutmayı engellediği bilimsel olarak ispatlanmıştır. REM uykusu (rüya görülen dönem) döneminde salgılanan bazı hormonların yeni bilgilerin pekişmesine zemin hazırladığı görülmüştür. Yine yapacağınız bir başka önemli iş de sabah kalktığınızda bir gün önceki dersleri tekrar etmektir. Böylece bilgi daha kalıcı bir duruma getirilmiş olur. Haftanın belli saatlerini, ayın belli günlerini tekrar yapmak amacıyla belirleyin.

Tekrar yaparken aynı tür dersleri (sayısal veya sözeli) çalışmanız sıkıcı olacağı için dikkat dağılmasına neden olacaktır. Sözel ve sayısal derslerin beraber tekrar edilmesi bu açıdan faydalıdır.

Sınavlardan önce koyu çay?

Çoğu öğrenci kendini daha zinde hissetmek ve uykusunu açmak için sınavlara girmeden önce koyu çay tercih ediyor. Fakat bir bardak çayda 20-50 mg arası bulunan melatonin ile algılamakta zorluk çekilebiliyor. Bu yüzden hem sınava hazırlık senesinde hem de sınavlardan hemen önce çocukların koyu çay içmemeleri önerim olacaktır.

SINAV ÖNCESİ TAVSİYELER

Ev yemeği tercih edin

Sınav öncesindeki gün ne tüketildiği en az sınav günü kadar önemli. Alışılmadık yeni tatlar, içeriği bilinmeyen besinler, kızartma yöntemiyle pişirilmiş fazla yağlı gıdalar, iyi yıkanmama ihtimali olan sebze ve meyveler gıda zehirlenmelerini tetikleyebilir veya sindirim sistemi sıkıntıları yaşatabilir. Bu yüzden sınav öncesindeki 1-2 gün kesinlikle evde doğru yöntemlerle pişen, iyi yıkanmış besinlerle beslenilmelidir.

Midenizi koruyun

Mide rahatsızlıklarına sebep olabileceği düşünülerek yağda kızartma, birçok besinin bir araya gelmesiyle oluşan karışık yemekler, çok yağlı, ağır soslu yemekler tercih edilmemeli, mümkün olduğu kadar az işlenmiş ve sade besinler tercih edilmelidir.

Uyku kalitesini artırın

Sınav öncesindeki gece uyku kalitesini bozacak şekilde aşırı kafein alımından uzak durulmalı, koyu çay ve sert kahvelerden ziyade melisa veya papatya çayı gibi yatıştırıcı etkisi olan uyku kalitesini arttıran çaylar tercih edilmelidir. 500 ml sıcak suda; 1 poşet papatya + 1 poşet melisa / papatya çayı+ 1 poşet tarçın karanfil çaylarını karıştırın.

SINAV DÖNEMİ BESLENME

Sınav dönemi neler yemeli, neler yememeliyiz?

Sınav stresini azaltabilmek kadar sınav öncesi yeterli ve dengeli beslenme de sınav süreç ve sonuçlarını olumlu yönde etkilediği görülmektedir. Öğrencilerin gelecekları için çıktıkları yolda fazlasıyla emek verirken sağlıklı beslenmeyi de ihmal etmemesi gerekiyor. Sınav senelerinde pek çok öğrenci, dengesiz beslenme yüzünden sağlık sorunu ile karşılaşabildiği gibi yaklaşan sınav süreçlerinde artan kaygı ile kabızlık- fazla kilo alımı- iştah sorunları ile karşı karşıya kalıyor. Halbuki bu dönemde düzenli ve dengeli beslenilirse konsantrasyon, algılama ve düşünme yeteneğiyle birlikte başarının da arttığını; bireyin beden sağlığının ruhuna da iyi geldiğini görmekteyiz.

Kahvaltı yapmamak dikkati dağıtıyor

Beynin enerji ihtiyacını karşılayacak en önemli öğün olan kahvaltının; yeterli-dengeli ve bilinçli hazırlanmış besinlerden oluşması gerekir. Akşam yenilen yemekle sabah kahvaltısı arasında geçen sürede vücut besinlerden sağladığı enerjinin neredeyse tümünü kullanır. Sabah kahvaltı yapılmazsa beyin fonksiyonları için yeterince enerji oluşmaz. Yorgunluk, baş ağrısı, dikkat ve algılamada azalma görülebilir.

Düzenli kahvaltı yapan bireylerin hem kilo artışlarının daha az olduğu, hem de dersleri algılamadaki başarının fazla olduğu ortaya konmuştur. Bu yüzden sınav senesi boyunca, genel olarak tüm hayat boyunca, uyandıktan en geç 1-2 saat içerisinde kahvaltının dengeli ve yeterli bir şekilde oluşturulması şarttır.

'SINAVDA ZAMAN YETMİYOR'

TURLAMA YÖNTEMİ

Gerçek sınav öncesi girilen bütün deneme sınavlarında yaşanan en temel sorun sınavda zamanın yetmemesidir. Zamanın bütün sorular hakkında muhakeme yapmamaya yetmemesinin birçok nedeni olabilir. Bilgiye tam anlamıyla hâkim olamama, dikkat dağınıklığı, yetersiz- düzensiz beslenme ve taktiksel hatalar.

Öğrencilerin büyük bir bölümü sınavlarda doğru taktik geliştiremedikleri için zamanı kontrollü bir biçimde kullanamamaktadırlar. Bu durumun yaşanmasının temel nedeni '**SIRALI ÇÖZÜM**' alışkanlığıdır. Yani öğrencinin zor soru kolay soru ayrımı yapmadan sıralı bir şekilde her bir soruyu çözmek için zaman ayırmasıdır. Hal böyle olunca da bütün sorulara bakıp çözebileceklerini çözme gibi bir avantaj durumu ortadan kalkıyor.

Zamanı kullanmanın önemli olduğu sınavlara (ÖSS, LGS gibi) hazırlanan öğrencilere sınav taktikleri ile ilgili önerimiz hiç şüphesiz '**TURLAMA YÖNTEMİ**' olacaktır.

Turlama yöntemi ile öğrenci çözdüğü test içindeki zor sorulara takılıp kalmadan önceliği çözebileceği sorulara vererek sınav boyunca turlamalar yapar. Bu yöntem de sınavlara hazırlanan öğrencilere önerimiz takılıp kalmamaları atlayıp daha kısa sürede süratle çözebilecekleri sorulara yönelmeleridir. Genelde öğrenciler zor soruların daha çok puan getirdiğini düşünerek bu tarz sorularla daha çok uğraşıp daha çok puan alma amacındadırlar. Gerçekte aynı test içindeki bütün soruların zor kolay ayrımı olmadan puan değerleri aynıdır. Zorlanılan sorularda takılıp kalmak da öğrencilerin genel olarak yaptıkları yanlışlardandır.

- Çözüm süresi uzadıkça moral bozukluğunun yanında
- Kolaylıkla kısa sürede çözülebilecek sorulara da zamanın kalmaması puan kaybına neden olur.

Bu sebeplerden ötürü soruyla inatlaşmadan çözülemeyecek gibi bir durumda o soruya vakit kalırsa tekrar dönmek gerekir.

GÖZDEN GEÇİRME

Yaptıklarımı not alarak hem kendimi daha iyi hissediyor hem de eksiklerimi daha net tespit edebiliyorum.

- Bugün hedeflerime ulaşmak için ne yapacağım?
- Yarın hedeflerime ulaşmak için ne yapacağım?
- Bugün dünyayı daha yaşanabilir hale getirmek için başka birine ne yaptım? (Bir telefon, bir tebessüm, bir mektup, nazik bir kelime)
- Yarın başka birine yardımcı olmak için ne yapabilirim?
- Yarın kimin doğum günü?
- Bugün kimlerle karşılaştım? Onların adları neydi?
- Bugün başkalarını dinledim mi?
- Kendinize güvenin. Önceliklerinizden ve inançlarınızdan taviz vermeyin.
- Kendiniz için sorumluluk alın.
- Kendi geleceğinizi hazırlayın.
- Ne istediğinizi bilin ve isteğiniz üzerine odaklanın,
- Hedeflerinizin sonuçlarını kafanızda canlandırmayı öğrenin.
- Hiç kimsenin başarınızı engellemesine izin vermeyin.
- Büyük düşünün.
- Stresi kontrol edin.
- Girişken ve ikna edici olun.
- Olumlu düşünün.
- Zihninizi geliştirmek için kitap okuyun.
- Hoşgörülü olun.
- Her şeyi sevgi ile yapın.
- Nefret etmeyin.
- Cesur olun.
- Dürüst olun.
- Çok çalışın.
- Kazancınızın iyi olduğunu çalışırsanız kazanacağınıza inanın.
- Güçlü olun.

GENÇLİĞİN YÖNÜ (Özgür Demirtaş)

Genç olduğunuz için; statü koçu değilsiniz. Yeni olanı tanımak istemiyorsunuz. Siz ileride korunmaya geçecek olan şeyleri yapan kişi olmak istiyorsunuz.

Siz sadece geçmiş demiyorsunuz, hayatınız 120 dakika ise 120 dakikanızı geçmişe ayırmak istemiyorsunuz. Siz geçmişini de değiştirmek istiyorsunuz.

Siz kıpırdamak istiyorsunuz gelecek kaygısı yapmak istemiyorsunuz.



Başarılı olan sayısı çok az...

Başarısız olan çok fazla o yüzden BAŞARISIZ OLMA KAYGISI diye bir olgu var.

Başarılı olmak için çok çalışmak lazım ama motivasyonum yok NEYİ YAPACAĞIMI BİLMEMEK duygusundan daima uzak olmak gerekiyor, zoru başar! Kolay olanı herkes yapar. Fark yarat.

Ya tepsiyi bekleyeceksiniz ya sistemi eleştirip şikayet edeceksiniz ya da motivasyonunuzu arttırıp verimli çalışacaksınız, gözünü kapatıp yürüyeceksin.

Siz nasihat istemiyorsunuz, özgürleşip hayatınızı yaşamak istiyorsunuz, siz hayatın ta kendisi olmak istiyorsunuz!

Ne istediğinizin farkında değilseniz ➡ SORUN BİLGİDİR
İsteddiğiniz şeyin peşine düşmüyorsanız ➡ SORUN MOTİVASYONDUR.

İsteddiğiniz şeyi elde edemediyeniz ➡ SORUN DİSİPLİNDİR.

DİSİPLİNLİ ÇALIŞMAK SİZİ HAYALLERİNİZE ULAŞTIRIR!

SABIHA GÖKÇEN

Sabiha Gökçen, 22 Mart 1913 tarihinde bir ailenin altıncı çocuğu olarak Bursa'da dünyaya geldi. Anne ve babasının ölümünün ardından, 1925 yılında Bursa'yı ziyaret eden Atatürk tarafından evlat edinildi ve kendisine "Gökçen" soyadı verildi.

Çankaya İlkokulu ve İstanbul Üsküdar Kız Koleji'nde öğrenim gören Sabiha Gökçen, 1935'te Türk Hava Kurumu'nun Türk Kuşu Sivil Havacılık Okulu'na girdi, Ankara'da yüksek planörcülük brövelerini aldı. Gökçen, 7 erkek öğrenciyle birlikte Kırım, Rusya'ya gönderilerek yüksek planörcülük eğitimini tamamladı.

1936'da Eskişehir Askeri Hava Okulu'na girdi, burada av ve bombardıman uçaklarıyla başarılı görevler yaparak, dünyanın ilk "Kadın Savaş Pilotu" unvanını kazandı. 1937 yılında Türk Hava Kurumu'nun yetiştirdiği ilk kadın pilot olması nedeniyle kurumun "9 numaralı Murassa (iftihar) Madalyası" ile ödüllendirildi.

1938'de Balkan devletlerinin davetlisi olarak, uçağıyla Balkan turu yapan Gökçen, daha sonra Türk Hava Kurumu Türkkuşu'na başöğretmen tayin edildi. 1955'e kadar bu görevini başarıyla sürdürdü.

Hayatı boyunca toplam 22 değişik hafif bombardıman ve akrobatik uçakla uçan ve birçok ödülün sahibi olan Sabiha Gökçen, 1991 yılında Uluslararası Havacılık Federasyonu Altın Madalyası'nı aldı.

1996 yılında Amerika'da düzenlenen Kartallar Toplantısı'nda dünya havacılık tarihine adını yazdıran 20 havacıdan biri seçilen Sabiha Gökçen, bu ödüle layık görülen ilk kadın havacı olmuştur.

Hayatı boyunca Türk havacılığına büyük katkılarda bulunan ve Türk kadınının dünyadaki statüsünü yükseltmek için çalışan Sabiha Gökçen'e başarılarından dolayı T.H.K, Uluslararası Havacılık Federasyonu, Romanya Ordusu, A.B.D. dahil olmak üzere çeşitli ordu, dernek ve kuruluşlardan toplam 30'un üzerine nişan, liyakat madalyası, plaket ve bröve taktim edildi. Adı, İstanbul'da bulunan Uluslararası Sabiha Gökçen Havaalanı'na verilerek onurlandırıldı.

Sabiha Gökçen, dünyanın bütün kadın pilotları için bir ilham kaynağı olarak 22 Mart 2001 tarihinde, 88 yaşında hayata gözlerini yumdu.

- Kendinizi kontrol etmeyi öğrenin.
- Amaçlarınızı destekleyen başka insanların yardımını arayın.
- Başkalarına yardımda bulunun.
- Derin düşünün iyimser olun.
- Başkalarına güvenin ve güvenilmeye layık olun.
- Mutluluğun paradan daha önemli olduğunu kabul edin
- Ayrıntılara önem verin, organize olun.
- Bir çalışmayı sürüncemede bırakmayın, istikrarlı olun, çalışmanızdan vazgeçmeyin.
- İşiniz hakkında öğrenebileceğiniz her şeyi öğrenin, gözlemlerinizi tespit edin.
- İlk seferde başaramasanız, tekrar tekrar deneyin.
- Her şeyin bir amacı vardır, her şey zamanında oluşur.
- Hiçbir zaman başkasını suçlamayın.
- Yeni bir fikir aklınıza gelinceye dek durumu enine boyuna irdeleyin.



- İnsanlarla diyalogunuzu geliştirin, karşınızdaki insanı sonuna kadar dinleyin, iyi tahlil edin, kendinizle ilgili güzel bir şey varsa alır gerisini bırakırsınız.
- Bir işte başarıya ulaşmanın şansa ilgisi yoktur, BAŞARI, ÖZEN, DÜŞÜNCE ve ÇALIŞMA gerektirir.

BAŞARI HİKAYELERİ KÖŞESİ

AZİZ SANCAR

1946'da Mardin'in Savur ilçesinde, orta gelirli çiftçi ailesinin sekiz çocuğundan yedincisi olarak dünyaya geldi. Anne-babasının okuma yazma bilmediğini söyleyen Sancar "Ancak eğitimin önemini biliyorlardı ve çocuklarının tümünün eğitim alması için ellerinden geleni yaptılar" diyor. İlk, orta ve lise eğitimini Mardin'de tamamladı. Lise yıllarında futbolla ilgilendi ancak son sınıfta futbolcu olmaktan vazgeçerek yükseköğrenimine devam etmek üzere İstanbul'a gitti.

1963'te girdiği İstanbul Tıp Fakültesi'ni 1969'da bitirdikten sonra Savur'da iki yıl sağlık ocağında hekimlik yaptı. Daha sonra Dallas'a giderek Dallas Texas Üniversitesinde Moleküler Biyoloji dalında doktora yaptı. Yale Üniversitesi'nde DNA onarımı dalında doçentlik tezini tamamladı. Daha sonra DNA onarımı, hücre dizilimi, kanser tedavisi ve biyolojik saat üzerinde çalışmalarını sürdürdü. 415 bilimsel makale ve 33 kitap yayınladı.

Hücrelerin hasar gören DNA'ları nasıl onardığını ve genetik bilgisini koruduğunu haritalandıran araştırmaları sayesinde 2015 Nobel Kimya Ödülü'nü kazandı. Ödüle ABD'li Paul Modrich ve İsveçli Tomas Lindahl ile birlikte layık görülen Sancar daha önce de kanser tedavisinde sirkadiyen saat kullanımıyla ödüller almıştı. Kanser oluşumunda ve tedavisinde önemli bir unsur olan DNA onarımı üzerinde yıllardır çalışan Sancar bu mekanizmayı 35 yılda çözdüklerini, ancak bunun hastalara ulaşmasının biraz zaman alacağını ifade etti. Aziz Sancar, Nobel Ödülü alan ikinci, bilim alanında bu ödülü alan ilk Türk vatandaşıdır.



"Çoğu insan zekaya inanır; ben inanmıyorum. Bizi birbirimizden ayıran emektir; ben çalışmaya inanıyorum."

STEVE JOBS

Üç hikaye anlatıyor Jobs,

1. Noktaları birleştirmek

Size ilginç gelen şeylere yönelmeli, merakınız ve sezgileriniz sayesinde içine düştüğünüz çoğu şeyi paha biçilmez deneyimlere dönüştürmelisiniz Jobs kaligrafi dersi öğrenmeye karar verdi ve ders aldı. Öğrendiği karakterleri etiket hazırlamada kullandı. Bu onun için müthiş ilgi çekiciydi.

Macintosh ilk planında bunu kullandı ve bir ilkti. Noktaları ileriye bakarak birleştiremezsiniz, onları sadece geriye baktığınızda birleştirebilirsiniz. İLGİNİZİ ÇEKEN ŞEYLERİ İYİ ÖĞRENİN VE BİRİKTİRİN.

Noktaları gelecekte bir şekilde birleştireceğinize inanmanız gerekiyor. Bir şeye güvenmelisiniz. TANRIYA,CESARETİNİZE,KADERİNİZE,HAYAT,KAR MAYA,KISACASI HERHANGİ BİR ŞEYE..TÜM FARKI OLUŞTURAN BUDUR.

2. Sevgi ve kaybetmek

Neyi sevdiğinizi erken keşfedin.

Kaybettiğiniz zamanları sürekli kendinize hatırlatmayın, yeniden başlayın.

Başarılı olmanın ağırlığını, başlamanın hafifliği ile yer değiştirin ve özgürleşin! Yeni sonuçlara inanamayacaksınız.

Hayat bazen tuğlayla kafanıza vurur. İncancınızı kaybetmeyin. Harika bir şey yapmanın da tek yolu YAPTIĞINIZI HER ŞEYİ SEVİN.

Henüz bulmadıysanız aramaktan vazgeçmeyin, gönül meselesi gibi, bulduğunuz zaman anlayacaksınız.

3. Ölüm

Eğer bugün hayatımın son günü olsaydı yapmak istediğin şeyleri yapar mıydın? Ölüm karşısında her şey değerini yitirir. Zaten savunmasızın, yüreğinin sesini dinlememen için hiçbir neden yok. Hiç kimse ölmek istemez, ama hayatın en güzel taraflarından biridir ölüm. Yenilere yer açmak, eskilerden kurtulmak.