

**TUNCER KARATAŞ
AİKİKAI (3 DAN)
ANTRENÖR EĞİTMEN**



AİKİDO ve çocuklar üzerine;

Uzakdoğu savaş sanatları çocukluğumdan beri ilgimi çekmiştir, ama bu ilgi filmlerini seğretmekten ileri gitmemiştir.

Yaşıtlarımın aksine duygusal, romantik veya sanatsal içerikli filmler yerine Jet Lee'nin yada Steven Seagal'in tüm filmlerini defalarca seğretmişimdir. (sanat filmlerine ilgim Bilge Abi'nin -Nuri Bilge Ceylan- filmlerinin dışına çıkmadı. Kendisi de dünya çapında bir adam olduğu için yeterli)

Oğlumu yanımdan ayıramadığım için, hayran olmama rağmen göbeğini ODTÜ yerine idareten Boğaziçi Üniversitesi'ne gömen ben, Discovery Channel'da SHAOLİN Tapınağı'nda uzakdoğu dövüş sanatları çalışan, turuncular içindeki rahipleri görünce Atahan'ı oraya yaz kampına göndereceğime kendime ve Sarhan'a söz verince herkesi hayret ettirmeyi de başarmıştım.

Uzun lafın kısıması, ben bu sanata bayıldım ve oğluma sevdirmek için de ayrıca çabalayacağımı biliyorum. Atahan Shaolin Tapınağı'na gidecek yaşa gelinceye kadar Tuncer Hoca'dan AIKODO'nun inceliklerini öğrenecek gibi duruyor arkadaşlar (vallahi Tuncer Hoca kabul etse röportaja gittiğim gün kaydını yaptırırdım ama 2,5 yaşında almıyorlarmış).

Okuyun bakalım siz ne düşüneceksiniz...

Mehtap: Önce sizi tanıyalım mı? Kaç senedir Aikido yapıyorsunuz, kaç senedir öğretiyorsunuz biraz anlatırmısınız?

Tuncer Karataş: Adım Tuncer Karataş. 15 yıldır Aikido yapıyorum. 9 senedir profesyonel olarak eğitimlik yapmaktayım. Çocuk ve yetişkin gruplarına konu ile ilgili bilgi veriyorum. Hem bedensel hemde felsefe anlamında gerekli olan şeyleri öğretiyorum.

M: Uzakdoğu sporları savunma ve saldırıya yönelik olanlar diye ayrılır mı? En etkili savunma sporu şudur, en etkili saldırı sporu budur diye birşey söylemek mümkün mü?

TK: Böyle birşey söyleyebilmek hem mümkün hem değil aslında, "alet ustanın elinde parlar", bir usta yaptığı işçiliğe göre diğerinden daha iyi veya daha kötü olabilir, kimi çekiçi daha iyi kullanır, kimi başka bir aleti daha iyi kullanır ama sonuç olarak kişiye göre değişkenlik gösterir.

Diyemeyiz ki Taekwon-do, Aikido, Tai-chi şu şundan üstün, yalnızca şöyle birşey söyleyebilirim, dünya üzerinde Aikido felsefesini kaybetmemiş sanatlardan birisi. O yüzden tamamen bedensel bir eğitim olarak bakmıyorlar buda çok doğru, bedensel bir eğitim değil tamamıyla. Bedensel eğitim için yalnızca görsel kısmı ama bunun ardında çok daha derin bir öğreti olduğunu anlıyorlar gelen kişiler.

M: Yani filmlerdeki gibi sakin olma, sabırlı olmayı öğretiyor, bu şekilde mi?

TK: En başta sabır zaten. Çünkü Aikido'da verim alabilmeniz için belirli bir süreç gerekiyor. Bu süreç içerisinde hiçbirşeyin yapay olarak bedeninize girmemesi gerekiyor. Herşeyi doğal olarak gelişiyor olması lazım bunun içinde çok tekrar ve sabır bizim ilk şartımız aslında.

Sabırlı olmayan kişi Aikido'da malesef başarılı olamıyor. Şöyle örneklendirebilirim; Günlük hayatımızda birçok hareketimizi mükemmel ve düşünmeden yapıyoruz. Bu hareketler için düşünme ihtiyacı duymuyoruz.(Yemek,oturmak,yürümek gibi.) Çünkü düşünerek yapılan herşey bazen tepki zamanını geciktiriyor. Olaylar anlık gelişiyor, biz Aikido'yu motor bilinç dediğimiz kısma koyduğumuz zaman etki ve tepki daha doğal ve mükemmel oluşmaya başlıyor.

Yani herhangi bir harekete hemen vücut tepki verebiliyor. Bu değildir ki hemen ona saldırıyor veya hemen onu alt etmeye çalışıyor. Aslında bu çok uzun anlatılması gereken bir konu çünkü olayın zihini terbiye etme boyutu var. Ben diyorumki Aikido bedene oturturulmalı, sindirilmeli. Ondan sonra aikido kendini göstermeye başlar. O yüzden bir öğrencinin 8 ayda 1 yılda Aikido'cu oldum yada Aikido yapıyorum mantığını edinmesi yanlış olur.

M: Peki nasıl bir spordur Aikido, hangi ülkenin sporudur?

TK: Aikido öncelikle spor değil. Aikido'yu bir spor olarak görmeyin. Aikido'yu öğreten hocalar bu işi şöyle nitelendirmişler, bu hem zihinsel hem bedensel bir stratejidir. Burada bir strateji oluşturuyor size değişik bir bakış açısı sağlıyoruz, denge kavramlarınızı güçlendiriyoruz.



Basit bir örnek vereyim Aikido yapan bir kimsenin yolda takılıp düşmesi veya kendine zarar vermesi çok zor bir ihtimaldir. Bedeninizi daha iyi tanıyorsunuz , beklenmeyen durumlara daha çabuk ve iyi tepki veriyorsunuz. Hem ruhsal, hem bedensel olarak.

Aikido japonların yüzyıllar boyu savaşlarında edindikleri iyi ve kötü tecrübelerinden yola

çıkarak,

O Sensei Morihei Ueshiba' nın sisteme sokmasıyla kazanılmış bir sanattır.

O Sensei Morihei Ueshiba -1,53 boyunda ve ortalama 40-50 kilo civarındadır. - 1883 doğumlu, 1969 yılında ölmüş ve ölümüne bir yıl kalaya kadar hem fiziksel hem ruhsal bilgileriyle öğretisine devam etmiştir.

Bu süreç içerisinde çeşitli sanatlarla uğraşmış sonra Tokyo'da dünyadaki aikido merkezi olan Aikikai' yi kurmuştur. Burada Aikido öğretisini sunmaya başlamış.

Aikido öğretilinde çocuk grupları olsun yetişkin grupları olsun buraya birçok farklı amaçla geliyorlar, spor amacıyla gelenler spor olmadığını, meditasyon amaçlı gelenler meditasyon olmadığını görüyorlar, bunlar aslında bir bütünün parçaları, siz bunu şekillendiriyorsunuz.

"Ben buraya rahatlamaya gelicem" dediğinizde doğru yer burası, "ben buraya fiziğimi çalıştırmaya gelicem" dediğinizde ki bunun adına spor diyorsanız baştan aşağıya çalışıyorsunuz, ayak parmaklarınız da dahil olmak üzere baştan aşağıya bir çalışma. Böyle bir güç gerektirmeyen kesinlikle saldırıya yönelik olmayan , farklı şeylerin olduğu ama savaş sanatlarında bir bilim dalı olacak kadar iyi işlemiş bir sistem.

M: Siz bu sanatı kimden öğrendiniz, hocanız kimdir?

TK: Bana bu sanatı öğreten kişi Mehmet Lemi Bağdatlılar'dır. (sol başta) Lemi Bağdatlılar aynı zamanda Türkiye'de Aikido'nun gelişiminde de kilit insan olarak nitelendirebileceğimiz bir kişidir.

1983 yılında Türkiye'ye gelmiş ve Aikido'yu başlatmış olan Kenji Kumagai hocamızın Türkiye'ye gelmesi için Japonya'ya mektup yazmıştır.



Aslında bunun da ilginç bir öyküsü var; bu konuyla ilgili kitap yada herhangi bir kaynak istediğini bildirmiştir. Ondan sonrasını kendi tabiriyle söyleyelim. Hocamız Türkiye'ye bir firmanın genel müdürü olarak atanmıştır. Vedalaşmak için AİKİKAI' ye uğradığında, Türkiye'de aikidonun yapılıp yapılmadığı hakkında bilgi alıyor. Aikido yok ama konuyla ilgili kaynak istenmiş olan bir mektup var. Aikikai'den, "Türkiye'den Lemi Bağdatlılar bize mektup yazdı ilgilenirseniz seviniriz" diyorlar. Kendisi Lemi Hocanın çalıştığı dojodan içeri giriyor elinde mektupla "Lemi San" ile görüşecektim diyor ve kendini tanıtıyor, burası biraz espirili Lemi Hoca diyor "ben kitap tanıtıyordum, burası biraz espirili Lemi Hoca diyor "ben kitap istemiştin"ve böylece usta çırak ilişkileri başlamış oluyor.

M: Kendi gelmiş!

TK: Evet, Kenji Kumagai (ortada) Türkiye'den sorumlu kişidir. Bu sanatın Türkiye'de şu anki duruma gelmesindeki kişisel çabaları ve bizlere göstermiş olduğu önem için ne kadar teşekkür etsek azdır.

M: Çocuklara derste Aikido felsefesini anlatıyormusunuz? Yani "çocuklar siz buraya dövüşmeye kavga etmeyi öğrenmeye gelmediniz, bu bir sanat "gibi açıklanıyor mu?"

TK: Şöyle, çocuklara verilen ders aslında büyüklere verilen dersten daha çok felsefi içerikli. Ama tabiki anlayabilecekleri en pratik şekilde anlatmaya çalışıyoruz. Bundan ötürü çocuk dersleri birazcık daha farklı geçiyor yetişkinlerden.

Genellikle çocuklar buraya bazı uyumsuzluklar veya bazı farklılıklarından dolayı veya enerjilerini atmak için geliyorlar. Aslında çok büyük sorunları yok. Kendilerini ifade etmeye çalışacak ve bizlerin yaramazlık, uyumsuzluk diye nitelendirdiğimiz hareket düzenekleri var.

Şunu açıklamak isterim;

Şimdi herşeyden önce Aikido'nun kelime anlamı içerisinde yatan bir şifre var burada.

A = uyum ve sevgi demek

ki = evrensel bir enerji

do = bu ikisinin birleştiği bir yoldur ancak bu patika bir yoldur. Patikalar biraz kestirmedir ama dikenlidir, daha inişli çıkışlıdır. Böyle bir kavram var.

Buraya çok hiperaktif bir çocuk geldiğinde, -ben pedagoğ olduğumu söylemiyorum- amabazı şeyleri düzeltebiliyoruz. Japonya'da , uzakdoğuda çok küçük yaşta doğu eğitime başlatırlar çocukları, çünkü orada öğretilenlerin çocukların hayatı boyunca çok işine yaracağını bilirler.

En basitinden 10 tane çocuğu sıraya sokun ve sırada beklemelerini söyleyin, sıra kesinlikle düzensizdir, veya susarak beklemesini isteyin, yapmaz çocuklar değil mi?

M: Evet, zor tabi biraz.

TK: Burada bunu istediği için yapmaya başlıyor çocuklar. Çünkü biz onlara çocuk gibi davranmıyoruz. Ve dojo dediğimiz onlara eğitim verdiğimiz alan onların bir cumhuriyeti diyebiliriz. Orada kendi kararlarını alıyorlar, sorumluluklarını biliyorlar.

Size nasıl hitap edeceğini, saygı göstermeyi, siz konuşurken dinlemeyi, dinlerken gözünüzün içine bakmayı, dinlediğini nasıl ifade edeceğini öğreniyor. Aslında hiç söylemeden öğretiyoruz biz bunları. Kıdemli olan kıdemsizlere öğretiyor, biz yalnızca vesileyiz.

Kimse kimseyi şikayet etmiyor mesela. Yeni başlayanlar şikayet ediyor arkadaşlarını önceleri, sonra birkaç açıklamanın ardından şikayet etmemeyi, sorunlarıyla başetmeyi, kendi başedemeyeceği birşeyse bize getirmeyi öğreniyorlar.

Herkes kendinden sorumlu olduğunu biliyor. Birinin hatasını görüyor ama o hatayı hemen bize getirmiyor ki bu çocuk psikolojisinde çok zor bir olaydır. "Bakın orada birşey oluyor, bakın o böyle birşey yaptı" gibi şeyler olmuyor.

Burada arkadaşlarıyla fazla irtibat kuramayan, konuşmayan kişileri konuşturuyoruz. Daha iyi diyalog kurmasını sağlıyoruz. En yaramazı disiplin sorumlusu yapıyoruz, hepsinden daha iyi olmak zorunda.

Herşey tabi çocuktan çocuğa değişkenlik gösteriyor. Ama şöyle söyleyeyim, bugüne kadar gelen öğrenciler arasında 200 kişide 1 çocuğu geri göndermişizdir. Oda bizim başedemeyeceğimiz, çok daha profesyonel yardım alması gereken bir kişiydi.

M: Kaç yaşında başlayabilir çocuklar Aikido'ya?

TK: Benim indiğim minimum yaş 4,5 ama bu çocuk gerçekten çok özel ve doğal bir yeteneği olan bir çocuk. Normalde 6 yaştan itibaren alıyorum ben.

M: Erken yaşta başlamanın avantajları hakkında ne söyleyebilirsiniz?

TK: Do felsefesi içerisinde bir kavram var. 9 yaşına kadar bir çocuk hırçın mı, sevgidolu mu, kaprisli mi, kıskanç mı bu oluşur diyor. Bunlar her insanın doğasında olan şeyler. Bunları elimizden geldiği kadar çocuğun kontrol edebileceği düzeyde tutabilecek bir mantık oluşturmaya çalışıyoruz.

Bunu da çocuk küçükken vermek daha kolay olduğundan erken yaşta başlamak çok büyük avantaj tabi.

M: Vücut esnekliği anlamında? Yani 15 yaşında bir çocukta kolaylıkla eğilip bükülebiliyor mu belli hareketleri yaparken?

TK: Şimdi bakın, Aikido'da sizin anatominizi zorlayacak herhangi bir hareket yok, tamamıyla sizin antominizi rahatlatacak hareketler mevcut.

Şu anda yürüyorsunuz, eğiliyorsunuz, doğruluyorsunuz, yatıyorsunuz, bir sürü hareket düzeneği uyguluyorsunuz ve yapmanız gerekeni yaptığınıza inanıyorsunuz oysa yapmanız gereken bu değil, daha fazlası var.

Bu size artı katacak bir fazla değil doğalda olması gereken bir fazla. Yani bu "ayağınızı tavana kaldıracaksınız çocuklar" gibi değil. Ben siz buraya geldiğinizde anatominizi baştan aşağıya çalıştırıyorum. Bunun haricinde esneklik önemli değil, benim 55 yaşında da öğrencim var.

M: Aikido bizim anladığımızdan biraz farklı galiba. Biraz Karate ile falan karışmış galiba halk arasında.

TK: Şimdi iki uç nokta değil aslında Karate ile ama aradaki farkı ben size söyleyeyim.

Karate günümüze tamamen bedensel bir aktivite olarak gelmiş. Aslında felsefesi ve güçlü öğretisi olan bu sanat şu anda sadece bedensel bir eğitim olarak yapılıyor çoğu yerde. Aikido felsefesinden ödün vermemiş bir sanattır. Bir Aikido dojosuna girerseniz yerleri ve etrafı temizleyen öğrencilerle karşılaşmanız doğaldır. Bizim için dışarıda ne konumda olduğu önemli değildir.

Ben hoca olarak konuyla ilgili sürekli kitap okumak zorundayım. Daha yeni bilgiler edinmek durumundayım. Aikido bitti diye birşey yok. Karate de belirli bir hareket düzeneği vardır. KATA denilen bir sistem vardır. Onları bitirirsiniz birtane daha yoktur. Ondandır "şimdi ruhsal olarak geliyeceksiniz" derler.

Aikido'nun mantığında en başından itibaren hem ruhsal hem bedensel gelişim vardır.

M: Ben şaşırımdım, özellikle dersinizi seğretmenin çok iyi olacağını düşünüyorum şu anda.

M: İnsan kaç yaşına kadar Aikido yapabilir?



TK: Aikidoda yarış yoktur. Her yaşta yapabilirsiniz. Bizim için nefes alıyor ve yürüyebiliyor olmanız yeterli.

M: Peki, kızlar şu sanatla başlasın, oğlanlar bunla başlasın gibi birşey varmı yoksa bütün uzakdoğu dövüş sanatları tüm çocuklar için uygunmudur?

TK: Şimdi bakın, birincisi çocuğun psikolojisi ikincisi de ne istediğini iyi analiz etmeniz önemli. Mesela çok başarılı Taekwon-do yapan bayanlar var, herkes her istediğini, kendine felsefe olarak en yakın bulduğunu yapabilir. Çocuklar için Aikido'nun en büyük avantajı bir felsefesi var ve bizde yarışma yok.

M: Bir rekabet ortamı yok yani.

TK: Bizim müsabakamız mevcut değil. Kimse kimseyle salon içinde yarışamaz, böyle birşey sezinlenirse hemen kendisi uyarılır ve gereken yüzeye inmesi sağlanır.

M: Çocuklara uzakdoğu sanatlarını sevdirmek için ne yapmak lazım? Ben çok isterim oğlumun ilgilenmesini.

TK: Hayat içerisinde birçok şeyle karşılaşıyoruz. İnsanlar bize endişeden ötürü de gelirler hayata karşı bir önlem almak için de, siz şu anda bazı şeylerden endişe duyuyorsunuz, "çocuğum ezilmesin, kendini koruyabilsin, kendine güvensin" diye düşünüyorsunuz ancak siz onu yönlendiremezsiniz onun şu anda böyle bir endişesi yok.

Zaman içerisinde taşıyacak veya taşımayacak. Çocuklar doğru kararları kendileri alsın istiyorum . buraya hiçbir zaman şöyle öğrenci almadım "ben çocuğumun Aikido yapmasını istiyorum", böyle olmaz.

Bazen dojudaki kuralı ve sistemi görünce korkuyor çocuklar kendi istekleriyle gelmedilerse. Kimse kimseyi korkutacak birşey yapmıyor ama acayip düzenli bir yer. Herkes onu büyük insan gibi algılıyor burada, o yüzden çocuğun annesi istiyor diye değil de bir denemek için yada ilgi duyduğu için gelmesi lazım.

M: Çalışma esnasında sakatlanma riski varmı?

TK: Şimdi gerçekçi olmak lazım yolda yürürken bile sakatlanma riskiniz var. Bunun garantisini ben veremem. Binlerce kişiyle çalıştım salon içerisinde Aikido'dan sakatlanan kişi sayısı bir elin parmaklarını geçmez.

Bizim sorumluluğumuz salonun maksimum güvenliği. Üzerinde durdukları minderde sakatlanabilmeleri için zaten gerçekten çok uğraşmaları lazım.

Kesinlikle sakatlanmaz diye birşey yok ama şunu diyebilirim futboldan çok daha az riskli. Ayrıca sakatlık kelimesi çok ciddi bir kelimedir. Ayağı burkulabilir ama bu bale yaparken de olabilir. Kalıcı bir sakatlık oluştuğunu görmedim, duymadım.

M: Koruyucu birşey giyilmiyor gördüğüm kadarıyla.

TK: Koruyucu bir zihin giyiliyor.

M: Türkiye'de popüler mi Aikido?

TK: Geçmiş yıllarda en büyük yaşadığımız sorun "Aikido nedir?" oluyordu, kimse bilmiyordu. Tamamıyla iyi bir örnek olmasa da televizyonlardan, filmlerden , bazı hocalarımızın verdiği bilgilerden bir fikir ediniliyor. Aikido Türkiye'de şu anda belirli bir kitlenin yapmak istediği ve peşinde ilerlediği bir sanat.

M: Nasıl insanlar ilgileniyor Aikidoyla?

TK: Belli bir kültür seviyesinin üzerindeki insanlar ilgileniyor. İçeriye girdiğinizde belli bir kalitede insanlar göreceksiniz.

M: Yani belli bir eğitim almış, belli şeylerle hayatta tanış mı?

TK: Tabi onların tercihi oluyor Aikido. Bundan da çok mutluyuz zaten.

M: Peki ideal bir Aikido sınıfında kaç kişi olması lazım?

TK: Minderinizin elverdiği bir sayı vardır. Bu tamamen göz kararıdır ve kişinin profesyonelliğine göre değişir. Çocuk grubu çıkarırsınız 60 metrekare bir mindere 20 kişi mesela çalışır ama 45 yetişkin öğrencide çalışabilir.

Ebatlarına baktığınızda bir orantısızlık çıkıyor ama minderi kullanmanıza bağlıdır o. Çok dar alanlarda da Aikido yapılabilir.

M: Sizin sınıfınıza katılıp "bu bana göre değilmiş" diyen oldu mu insan niye vazgeçer Aikido'dan?

TK: Bu konudaki en büyük etken sabırsızlık oluyor. O zaman biz velilere bu konuda çocuğun hevesini kırmamalarını, biraz daha beklemelerini söylüyoruz. Sabırsızlıktan dolayı giderler çünkü öyle filmlerde gördüğümüz gibi birşey değildir bu, 3 ayda 5 ayda uzmanlaşılacak birşey değildir. Herhangi bir uzakdoğu sanatında uzmanlaşabilmek çok uzun seneler gerektirir.

M: Yaş grupları nasıl olmalı? Hangi yaş grubu bir sınıfta olmalı?

TK: Benim sınıfımda 4,5 yaşında da öğrenci var 11 yaşında da öğrenci var. Ben fiziksel olarak gelişimine bakıyorum. Diğerleri ile arasında bariz bir fark görürsem onu yetişkin sınıfına çekiyorum.

M: Bazı sporların insan vücuduna artıları eksileri oluyor. Mesela basketçiler fazla uzuyor, halterciler kısa kalıyor, futbolcular ekstra kas çalıştırmazsa bacaklarının arası açık kalıyor. Uzakdoğu dövüş sanatıyla uğraşan kişilerin vücudunda ne gibi değişiklikler olur?

TK: Çocukların anatomisiyle oynayacak birşey yapmıyoruz. Sadece daha dengeli yürüyorlar, daha iyi kavriyorlar. Tabanları daha rahat basıyor. Önce geliyor parmak ucunda koşuyor çocuk mesela burada ağırlık merkezini nasıl kullanacağını öğreniyor sonra.

Fiziksel bir eksisi yok. Bütün eklemleri çalışıyor, öte yandan çok güçlü olur yada çok güçsüz olur gibi birşey yok.

M: Birkaç uzakdoğu dövüş sanatıyla bir arada uğraşılabilir mi?

TK: Şahsi fikrimi söyleyebilirim, bir kimsenin iki sanatta usta olması çok çok zor. Bir savaş sanatında bir yere gelmiş olmak için 15-20 sene uğraşak lazım. Ben 15 senedir yapıyorum hala ustayım şuyum buyum diyemiyorum.

İki ayrı sanatta ustalaşmak iki ayrı mantığı fikri kabullenmek, birkaç istisna olabilir belki ama günümüzde çok zor. Belki eski zamanlarda yaşamak için bunları yapmak zorundaydınız, bir ihtiyaç vatdı, o zaman olabilir ama bugünkü şartlarda zor.

M: Bitirmeden önce ne söyleyebilirsiniz bize Aikido hakkında?

TK: Aikido ile ilgilenen her öğrencinin bilmesi gereken birşeyi söyleyebilirim.

Aikido'cu öğrenci yetişme aşamasında 3 farklı aşamadan geçiyor.

Biz buna id, ego ve süperego diyoruz.

id : irtiba dır. Öğrenci herşeye ilk irtibayla bakar ve biz bu ilk irtibayı yenmeye çalışırız çünkü ilk irtiba yalnızca biryere koyar karşınızdaki kişiyi yada cismi. Bundan sonra id'i yenmek, daima tanıma yoluna gideriz. Önemli olan karşınızdakini tanımak ondan birşeyler öğrenmektir ruhsal ve bedensel olarak. Tekniğe, kişiye ve olaylara önyargılı bakarsanız öğrenme sürecinizin uzadığını görürsünüz.

Daha sonra ego ya geçecek. Öğrenci öğrenme aşamasında egosuna yenik düşmemeli. Bu kısımda bizim için öğrencinin geçmesi gereken bir sınav, bir tekniği yaparken arkadaşının canını yarmaya çalışıyor mu? Onu daha uzağa atmaya çalışıyor mu? Kendisine teknik yaptırıyor mu yada kendisi tekniği nasıl karşılıyor. Arkadaşına yardımcı olabilecek şekilde mi yoksa tamamen bencil olarak kendini savunmaya yönelik mi. Bu tarzda şeylere ego diyoruz ve öğrenci bu egoyu yenme yolunda ilerliyor.

Sonra son aşama, bu sınav bizim sınavımızdır super ego: çevrenizdekileri etkileyebilmek için arkadaşlarınıza gaddarca davranıp yada öğrencilerinize gaddarca davranıp onların canını yarmak süperegodur. Siz bir firmada müdürsünüzdür, yürürken herkes yoldan çekilsin istersiniz bu onla aynı şeydir. Şu anda hoca olarak biz super egodan geçmek zorundayız. Bu çocuk yada yetişkin tanımlıyor herkesin bu 3 aşamadan geçmesi gerekiyor.

M: Çok teşekkür ediyorum, benim için gerçekten çok zevkli bir röportaj oldu, hiç bilmediğim bir konuda bir sürü şey öğrendim.

TK: Rica ederim.

Tuncer Hoca'ya ulařmak isterseniz;

(212) **669 68 23** no'lu telefondan
209'u baęlatabilir veya **SPOR MERKEZİ** 'diye isteyebilirsiniz.

Cep telefonu bende var, mail ile isteyebilirsiniz.