

İDEAL DERS ÇALIŞMA SIRASI

“İdeal Ders Sıralaması” olarak piyasada çok fazla program bulabilirsiniz. Bazıları gerçekten üzerinde kafa yorulmuş ve iyi sonuçlar vermiş olsa da çoğu herhangi bir analiz ya da mantık içermeyen rastgele şekilde oluşturulmuş programlardır.

Çalışma planı yaparken dersleri unutma eğilimlerimizi göz önüne alarak “**Aralıklı Tekrar (Spaced Repetition)**” şeklinde planlamak en doğrusudur. Fakat TUS’a hazırlanma süreci ve çalışılması gereken müfredatın yoğunluğu bu doğrultuda bir plan yapmamıza müsaade etmiyor. Bu teknik için başarılı sonuçlar vermiş olan tekrar aralık zamanlamaları (*gün aralıkları*) tüm dersleri sığdırabilmemize imkan tanımıyor. Uygulanmaya çalışılsa dahi en fazla birkaç ders bu şekilde programlanabilir. Böyle olunca da diğer derslerin arası çok açılabilir ya da bazı dersler için hiç alan oluşturamayabiliriz. Bu nedenle TUS çalışırken daha genelden yaklaşıp ideal bir ders sıralaması oluşturma ihtiyacı duyuyoruz.

Hepinizin bildiği gibi bir çok branş birbiri ile korele içeriklere sahip. Bu konuda bir çok örnek verilebilir.* Aralıklı tekrar uygulaması için mevcut materyal yükümüzün çok ağır olduğunu düşünerek net şekilde bu sistemi uygulayamasak da bahsedilen bu korele içeriklere sahip dersleri uygun aralıklarla yerleştirerek entegre şekilde kısmi bir aralıklı tekrar sistemi kurabiliriz. Bu program ile unutma eğrimizin düşüşüne net şekilde engel olmasak da ikinci tekrarlara kadar etkili bir direnç sağlayabiliriz.

Korele içerikler birbirini tam anlamı ile kapsamıyor olsa da entegre içeriğe sahip alt konu başlıklarına hakim olmamız hususunda bize efektif sonuçlar sağlayacaktır. Bu doğrultuda Tus Analiz tarafından oluşturulan ideal sıralama aşağıdadır;

- 1) Fizyoloji
- 2) Patoloji
- 3) Kadın Doğum
- 4) Dahiliye
- 5) Küçük Stajlar
- 6) Mikrobiyoloji
- 7) Anatomi
- 8) Genel Cerrahi
- 9) Pediatri
- 10) Biyokimya
- 11) Farmakoloji

Bu şekilde ilk olarak Fizyoloji ve Patoloji çalışması yapılarak entegre şekilde sistemlere giriş yapılması daha uygundur. Birbirini tekrar eden alt konu başlıklarına benzer konseptte ama farklı yönleri ile değiniliyor.**

Fizyoloji ve Patoloji'yi takiben Dahiliye çalışması öncesi 4-7 günlük zaman gerekiyor. Bunun için en ideal dersin Kadın Doğum olacağına kanaat getirildi. Gerek Fizyoloji çalışmasını takiben bir hafta içinde başlanabilir olması gerekse Patoloji ile korele ve entegre içeriklere sahip olması bunda büyük etken.

Patoloji ile Dahiliye korelasyon konusunda en tutarlı branşlardan ikisi. Aralarına Kadın Doğum çalışması konularak ortak konu başlıkları için 4-7 günlük aralarla tekrar yapılması amaçlandı.

Dahiliye sonrası azalma eğilimine girecek olan unutmaya eğrisi kritik seviyeye inmeden 18-25 gün içinde yapılacak Pediatri çalışması ile bir direnç noktası daha oluşturulması amaçlandı.

Süreç bu şekilde tekrar ederken düzenli aralıklarla entegre şekilde majör başlıklara yönelik hafızamız taze tutulmaya çalışıldı. Aralarda yer alan izole dersler ya da minimal ortak alt başlıklar üzerinden*** minör düzenlemeler sağlandı.

Bu program ders çalışmaya başlama sürecinde organize olamayan hekimler için öneri niteliğinde hazırlanmıştır. Her ne kadar objektif şekilde öne çıkan parametreler değerlendirilmiş olsa da kişi kendisini ve TUS'u tanıdıkça en ideal çalışma programını veya düzenini optimum şekilde ayarlamak konusunda tek otorite olmalıdır.

Yazıda yer alan dipnotlar için diğer sayfayı inceleyiniz. İyi çalışmalar.

Dipnotlar

* Birbiri ile korele içeriklere sahip branşlar;

- Patoloji içeriği itibari ile bir çok branş ile korele;
 - Dahiliye ile bir çok klinik ve patoloji örtüşüyor. Aynı hastalıklar yer alıyor.
 - Pediatri ile örtüşen bir çok alt başlığa sahip. Sadece Pediatri’de yer alan, izole sayılabilecek; Yenidoğan, Beslenme, Metabolik Hastalıklar, Allerji, Nöroloji ve diğer alt başlıklarda yer alan spesifik klinikler Patoloji içinde karşılık bulamıyor. Ayrıca Patoloji’de yer alan Pediatrik Hastalıklar başlığı tamamen Pediatri branşına yönelik içeriklerden oluşuyor.
 - Genel Cerrahi içinde yer alan organ patolojilerine yönelik içeriklerde karşılık buluyor. Özellikle; meme, tiroid ve Gis organlarına yönelik içeriklerde Patoloji öğretileri oldukça kapsamlı bilgiler veriyor.
 - Kadın Doğum ‘da Onkoloji alt başlığı nerdeyse Patoloji’de yer alan Kadın Genital ile tamamen korele içeriklere sahip.
 - Küçük Stajlar içinde yer alan bir çok branş da Patoloji ile korele denilebilir. Özellikle Dermatoloji başı çekiyor.
 - Tüm branşları genel olarak değerlendirirsek “Tümörler” kapsamında yer alan tüm içeriklerin esas orijin aldığı yer Patoloji diyebiliriz. Sırf bu açıdan bile oldukça önemli bir entegrasyon hizmeti sunuyor.
- Dahiliye ve Pediatri de birbirini tekrar eden korele içeriklere sahip iki branş. İstisna olarak bir çizgi çekmek gerekirse “Yaşa özgü klinikler” hariç tutulmalıdır. Erişkin ve Pediatrik yaş grubuna spesifik klinikler dışında mekanizma, patogenez ve yaklaşım açısından bir çok klinik birbirini tekrar ediyor ve optimum aralıkla tekrar edildiklerinde birbirlerini indüklüyorlar.
- Anatomi ise iki branş için destekleyici görev üstleniyor; Kadın Doğum’da yer alan Jinekoloji kısmı ve Genel Cerrahi. Son yıllarda Genel Cerrahi içinde bir çok Anatomi sorusu gördük.
- Küçük Stajlar içinde yer alan Anestezi konusu tamamen Farmakoloji içeriklerine sahip denilebilir. Ayrıca Psikiyatri içeriklerinin yarısı da Farmakoloji korele tedavi ve yan etki konseptinde karşımıza çıkıyor.
- Dahiliye’de yer alan Hepatoloji kısmı ile Genel Cerrahi içinde yer alan Karaciğer, Safra ve Pankreas konuları da birbirleriyle örtüşen kısımlar.
- Pediatri’de yer alan Metabolik Hastalıklar konusu Biyokimya içinde yer alan Karbonhidratlar, Lipitler ve Aminoasitler-Proteinler başlıklarıyla korele içeriklerden oluşuyor.
- Fizyoloji içinde yer alan Genital Sistem ve Genel Embriyoloji konuları ise Kadın Doğum için bir çok yönden korele içeriklere sahip. Özellikle ön hazırlıkta faydalı olacağı aşikar.

** Fizyoloji ve Patoloji için majör ortak başlıklar; Üriner Sistem, Hemopoetik Sistem, Kardiyovasküler Sistem, Solunum Sistemi, Gastrointestinal Sistem, Endokrin Sistem ve Santral Sinir Sistemi. Bu başlıklar aynı kısımlara farklı yönleri ile değiniyor. Başlangıçta sırası ile Fizyoloji ve Patoloji çalışmak; diğer derslere çalışmaya başlamadan önce sağlıklı bir altyapı oluşturması yönünden efektif sonuçlar doğuracaktır.

*** Program içeriğinde yer alan izole dersler daha çok uygun aralıkların sağlanması amacıyla düzenlendi. Bahsi geçen; aralarda yer alan, aralıklı tekrar sistemini minör dokunuşlar yapan entegre çalışmalar yukarıda * ile açıklanan kısımda belirtildi.

Ek Not

Bu program hazırlanırken öngörülen süreler sizlerin çalışma tarzı ile örtüşmeyebilir. Programda yer alan her bir ders için ilk etapta dersin yoğunluğuna göre 4-8 gün arasında değişen çalışma süreleri öngörülmüştür. Bu süreler; kullanılan materyal, entegre çalışma stratejileri ve tercih edilen çalışma metodlarına göre değişiklik gösterebilir.

TUS ANALİZ'İ TAKİP ETMEYİ UNUTMAYIN

Vaka Kanalı: <https://t.me/joinchat/AAAAAFKGdvUfOZk7LgQ27w>

Soru Kanalı: <https://t.me/tusanalizoru>

Instagram Sayfası: @tusanaliz

Websitesi: www.tusanaliz.net