

BRİTANYA'DA ÇOCUK VE ERGEN PSİKIYATRİSİ EĞİTİMİ ÜZERİNE SERBEST ÇAĞRIŞIMLAR

Her göç yolculuğunun bir öyküsü vardır. Ya bir arayışın ya da kaçışın öyküsü. Sebep hangisi olursa olsun geride bıraktıklarınızı özlüyorsunuz bir süre sonra. Memleket hasreti bastırıyor. Vardığımız yer "objektif" standartlarda daha iyi bir yer olsa bile ülkenizde neleri ıskaladığınızı daha iyi görüyorsunuz.

Uzmanlık eğitimini yurtdışında tamamladığımı duyan yeni tanıştığım meslektaşlarımın (veya genel olarak hekim arkadaşlarımın) en sık sorduğu "nasıl gittin?" ve "orada ne yaptın?" soruları oluyor. Meslek dışından kişiler ise genelde "neden gittin?" diye soruyorlar. Böyle bir deneyimi olan birçok kişi için "neden?" sorusunun cevabı sanırım daha iyi bir yaşam veya kariyer oluyor. Meslektaşlarımdan gelen soruların cevabı ise kanaatimce herkes için ayrı bir öykü olsa gerek.

İngiltere'de uzmanlık eğitimini merak edenler için en azından bir fikir verecek bazı teknik bilgiler ile birlikte on bir yılı aşkın sürede hemen her bölgesinde yaşama ve çalışma imkânı bulduğum Britanya deneyimim hakkında genel bir kaç anekdot paylaşmak isterim. Umarım canınızı sıkmam.

Manchester'a gidenleriniz iyi bilir. Şehir merkezindeki Piccadilly Gardens'da bulunan ve Roma mimarisini andıran yapıların dışında sizi kiremitten yapılmış iki katlı ve küçük bir arka bahçesi olan evler yığını bekliyordur. Bunun sizde uyandırdığı ilk izlenimi duymak isterim fakat benim ki tek kelimeyle kocaman bir hayal-kırıklığı olmuştu. Çok da sevdiğimden değil ama -saflığıma bağışlayın-Manhattan'daki gibi gökdelenler bekliyordum sanırım. Fakat ironi insana mahsus olsa gerek. İstanbul'a dön-

düğümüzden beri o kiremit evimizin özlemine hala bastıramadık. İnsan hayatının öyküsünü tek bir kelime ile anlatmamız gerekseydi "alışmak" sanırım en uygun kelimelerden biri olurdu sanırım. Kiremit evlere de alışıyorsunuz, sonradan özlemine çok duysanız da onlarsız bir hayata da.

USMLE (The United States Medical Licensing Examination) sınavlarından farklı olarak PLAB (The Professional and Linguistic Assessments Board) sınavlarına girebilmek için IELTS (The International English Language Testing System) İngilizce sınavından yeterli sonucu almanız gerekiyor. Birçoğumuz Amerika'da uzmanlık eğitimi ve USMLE sınavları hakkında daha bilgili ve deneyimli olduğumuzdan TOEFL sınavının USMLE'lerden sonra da verilebileceğini hatırlayacaktır. Eşim ile birlikte 2003 yılında İngiltere'ye gittiğimizde şu andakinden daha farklı ve kaotik bir uzmanlık eğitim sistemi vardı. Söylentiye göre bir yıl önce GMC (General Medical Council) Hindistan'da "hekim ihtiyacımız var" diye gazete ilanları vermiş. Stres altında insan farklı bir mizah yeteneği olduğunu keşfediyor sanırım. Sonuçta mizah da bir psikolojik savunma mekanizması olarak egonun sadık koruyucularından değil mi? Mizah ve mübalağa dolu olsa da bir milyarı aşkın nüfusu olan Hindistan'da uçakların PLAB yolcusu talebini karşılayamadığını söylerlerdi. İhtiyaçtan çok daha fazla PLAB müşterisi vardı piyasada. GMC'ye karşı öfke dolu idi insanlar çünkü PLAB sınavları için 5-6 ay sonraya gün alınabiliyordu ve daha da dramatik olanı bu sınavları geçseler bile binlerce kişinin sisteme giremeyeceğini biliyorsunuz. Ayrıca GMC yıllardır kiracı olduğu köhne binadan görkemli bir modern binaya taşınmıştı muhtemelen sınav

ve kurs ücretlerinden gelen sermaye ile. Doğal olarak Hint yarımadasından gelen PLABzede arkadaşların İngilizlerin motivasyonları konusundaki flashbacklerine tanık oluyorduk her gün.

Bütün bu can sıkıntısının üstüne dünyanın en pahalı ülkelerinden birinde hayata tutunmaya çalışıyorsunuz.

Şüphesiz her güzel öykünün kötü adamları, zorlukları, ayrılıklar ve düş kırıkları da vardır. PLAB sınavlarını geçinceye kadar ki süreç zordu fakat güç olması yine de güzel olmadığı anlamına gelmiyor. Sonuçta bir şekilde sınavları da atlatıyorsunuz, diğer zorlukları da. Sadece biraz sabır göstermek gerekiyor, sevdiğinizle birlikte.

Türkiye’de iyi bir tıp eğitimi aldığınızı oraya gittiğinizde daha çok fark ediyorsunuz. Fakat sonuçta hekim olarak insan ile muhatap oluyorsunuz ve İngilizlerin hasta-hekim iletişimi konusunda fazlasıyla obsesif olduklarını belirtmeliyim. İşte PLAB sınavlarının ikinci basamağının amacı tam da bunu değerlendirmek. On iki farklı senaryo üzerinden -simülasyon da olsa- manik bir hasta ile iletişim kurmaya çalışırken, çocuğuna kanser tanısı konmuş bir anneye kötü haberi verirken (breaking bad news), kraniyal sinir muayenesi yaparken veya hastadan kan alıp, tansiyon ölçerken hasta ile nasıl iletişim kurduğunuzu görmek istiyorlar. Belli alanlarda uzman olmuş ve deneyimli hekimlerin bilgilendirilmiş onamı geçiştirerek aldığı, hastanın kolunu çekiştirmediği, medikal jargon ile konuştuğu veya karşısında hüngür hüngür ağlayan aktörün yüzüne bön bön baktığı için ne kadar da kolayca sınavdan kalabildiğini görüyorsunuz.

PLAB kursuna birlikte katıldığımız Mısırlı bir kardiyoloğun tansiyon ölçme istasyonundan kaldığını hiç unutmam.

PLAB sınavlarında sadece Pass veya Fail alıyorsunuz. Geçtikten sonra oradaki lokal bir tıp fakültesi mezunu ile aynı haklara sahip oluyorsunuz. Sınavlarda TUS’ta olduğu gibi bir puan olmadığı için istediğiniz uzmanlık alanına başvurabiliyorsunuz. Buradan yola çıkarak İngiltere’de hekimlerin bizde olabildiği gibi puanlarının yettiği değil genelde kendi istedikleri uzmanlık alanında çalıştıklarını söyleyebiliriz.

Bu sınavlara hazırlanırken veya sınavlardan sonra iş buluncaya kadar hem uzmanlık yapmak istediğiniz alan ile ilgili deneyim kazanmak hem de sisteme alışmak için “clinical observership”, yani gözlemci hekim olarak çalışabilirsiniz. Burada lokal bağlantılarınızın olması çok önemli. Eğer gözlemcilik yaptığınız yerdeki hoca veya klinik şef (consultant) üzerinde iyi bir izlenim bırakmışsanız sınavlardan sonra orada devam edebilirsiniz. Tabii ki ihtiyaçları var ise. Bu genelde uzmanlık eğitime sayılmayan bir non-training iş oluyor. Fakat başlangıç için çok iyi çünkü training pozisyonlarına başvurmak için deneyiminiz ve sağlam bir referansınız oluyor.

2008 yılına kadar devam eden uzmanlık eğitim sistemi tek kelime ile bir kaos idi. Yaklaşık 3-5 yıl arası süren çekirdek eğitimden sonra kolej üyeli sınavlarını vererek MRCPsych (Membership of Royal College of Psychiatrists) unvanı almanız bekleniyordu. Sonrasında ise en az 3 yıl sürecek üst ihtisas eğitimi (higher specialist training) için başvuru yapmanız gerekiyor. Psikiyatri çekirdek eğitiminden sonra üst ihtisas için önünüzde 6 tane uzmanlık alanı içinden tercih yapabiliyorsunuz: çocuk ve ergen psikiyatrisinin yanında genel/yetişkin psikiyatrisi, geriatrik psikiyatri, psikoterapi, adli psikiyatri ve nöropsikiyatri (psychiatry of learning disabilities). Çocuk ve ergen psikiyatrisi eğitimi alırken de isterseniz adli psikiyatri veya nöropsikiyatri alanlarında çift üst-ihtisas yapabilirsiniz. Bu durumda da fazladan 2 yıl daha eğitimi göze almanız lazım.

Türkiye’de olduğu gibi asistanlık eğitimini başladığınız yerde bitirmek çok büyük bir lüks. Bunun yaşamı kolaylaştırdığı için daha insani olduğunu söyleyebiliriz. Fakat klinik ve akademik yaklaşımlarının farklı olduğunu bildiğiniz birçok değişik hastane ve farklı deneyimleri olan hocalardan alınmış ve yaklaşık 7-8 yıla sığdırılmış bir eğitimin size getirileri de mutlaka olacaktır. Çekirdek ve üst ihtisas eğitimlerini aynı yerde tamamlama bahtiyarlığına erişseniz bile bu eğitim yine birçok farklı hastaneleri kapsayan büyük bir “psikiyatri eğitimi rotasyonu” içinde olacaktır.

Fakat sonuç olarak sürekli yer değiştirmenin doğurduğu bu durum bir dengesizlik ve özellikle de çocuklu bir aileniz var ise bıkkınlık oluşturabiliyor. Asistanlık eğitiminizi bitirdikten sonra aynı şehirde kalabilmek için biraz beklemeyi ve bu arada kısa süreliğine başka yerlere yolculuk yapmayı göze alabilirsiniz fakat İngiltere’de bunu asistanlık eğitiminiz tamamlamak için yapıyorsunuz.

Bir diğer önemli ve buradaki deneyimden farklı olanı asistanlığınızı bitirebilmek için birçok kez iş görüşmesine girmek zorunda olmanız. On farklı yerde çalışmış biri olarak yanlış hatırlamıyorsam 18 kez işi alabilmek için başkaları ile yarışmak zorunda kaldım. Her pozisyon için CV’si uygun bulunan genelde 3-5 kişi ile yarışmanız gerektiğinizi unutmayalım. Dolayısı ile uzmanlık eğitim süresi herkes için standart olmuyor. Bunun fazlasıyla stresli ve bir o kadar da eğitici bir süreç olduğunu görmek gerekir. Sosyal becerisi yüksek olan yani “kendini satmasını bilenlerin” görüşmelerde daha başarılı olduğunu söyleyebiliriz.

2008 yılında temel motivasyonun sayılarının ihtiyacı çok fazla olduğunu gördükleri yabancı doktorları bir şekilde geri göndermek olduğu bilinen tıp eğitimini modernize etme hareketi başladı. İngilizlerin bir şeyi değiştirmek için yıllarca planlama yapması gerekir. Aceleyle ge-

tirince kimyaları bozuluyor. Modernizing Medical Careers -MMC (biz Murdering Medical Careers derdik) onlara çok pahalıya mal oldu. Yanlış hatırlamıyorsam iki sağlık bakanının başını yiyen bu süreç en azından bu göçebe usulü uzmanlık eğitimini biraz da olsa yatıştırdı. Mevcut durumda 5 yıllık tıp eğitiminden sonra, 2 yıl süren ve bizdeki intörlüğün mezun olmuş ve maaş alan şekli diyebileceğimiz Foundation Program ve sonrasında en az 3 yıl süren çekirdek psikiyatri eğitimi (Core Training) var. MRCPsych sınavlarından başarılı olduktan sonra ki, geçme oranı %25-30 arası idi; 3 yıl kadar sürecek üst ihtisas süreci başlıyor.

Eğitim sürecindeki en önemli değerlendirme ölçütlerinden birisini 360 derece değerlendirme denilen ve sekreterinden hocana kadar herkesin senin performansını değerlendirdiği yapılandırılmış standart ölçme/değerlendirmeler oluşturuyor. Bu durum da bir şekilde herkes ile iyi geçinmek zorunluluğu doğuruyor.

İngilizce yazı dili olarak aşına olduğumuz bir dil fakat halkın konuştuğu dili özellikle de başlangıçta oldukça yabancı bulabiliyorsunuz. Ağır bir Liverpool aksanı sizi başta zorlayabilir fakat özellikle de Edinburgh’da geçirdiğim bir yılda İskoçya’nın dağlık kuzey bölgelerinden gelen ailelerin konuştuğu o ağır yerel aksan bambaşka bir şeydi. Buradaki yabancı uyruklu hekimleri çok daha anlayabildiğimi söyleyebilirim. Türkçeyi çok iyi konuşuyorlar fakat ağır bir Karadeniz aksanı ile konuşan hastaya psikoterapi yapmak istemeyecektedir sanırım.

Britanya sonuç olarak; çok kültürlü, çok millî, çok dinli ve insan renklerinin tatlı bir harmonisini yakalamış başarılı bir bir-arada-yaşama örneği sunuyor dünyaya. Bununla her fırsatta gurur duyduklarını gösteriyorlar. Doktor odasında İngiliz, Uzak Doğulu, Hintli, Afrikalı ve Doğu Avrupalı meslektaşlarınız ile çay-kahve molasında bir araya gelmek gibi farklı bir deneyim sunuyor size. Hayatında farklılık arayan,

yeni tatlar denemek isteyen (ekşi ve acı tatlar dahil) fakat Türkiye'ye oranla sizi oldukça geride bırakacak bir akademik gecikmeyi de göze alabilecek genç hekim arkadaşların bu deneyim için çok geç kalmadan yola koyulmalarını tavsiye ederim. Yola ne kadar erken koyulursanız

o kadar iyi. Arkanızda bıraktığınız şeyler ne kadar az ise uyum o kadar kolay oluyor. Çünkü bitirilmiş uzmanlık eğitiminden sonra gittiğinizde muhtemelen yeniden sıfırdan başlayacaksınız.

Dr. Vahdet Görmez
Bezmialem Vakıf Üniversitesi
Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.