



**Yamaç parasütü-
le uçmak yolda yü-
rümekten daha gü-
venli! Sakın kork-
mayın, herşey zih-
ninizde bitiyor.**



Eğer yükseklik korkunu-
zu psikiyatrist terapile-
riyle yenemediyse 4
bin metrelik bir daha çı-
kn sonra kendinizi aşağı
gı bırakın! Yamaç para-
sütüyle aşağıya indigi-
nizde korkunuzdan eser
kalmadığını farkedecek-
siniz. Denizlili İsa Dal,
korkusunu yenmekle
kalmayıp uluslararası
yarışmalara da katılıyor.

Yükseklik korkunuzu uçurun!

HABER VE
FOTOĞRAF
MEHMET
YATKIN

"Yükseklik korkum var, ya-
maç parasütüyle asla uça-
mam" demeyin sakın; çünkü
üçüncü kattaki evinden aşağı-
ya bakamayanlar bile bu spor-
u yapıyorlar. Bugüne kadar
belki de yükseklik korkusu

sebebiyle yamaç parasütünü denemeyenler bu
kaygılarından kurtulabilir, zira Denizli'deki
Adrenalin Derneği üyeleri arasında, normal
yükseklik korkusu olanların yanı sıra aşırı
yükseklik korkusu olanlar da yamaç parasütü-
yle atlıyor. Uzmanlar bu durumu, "Çivi çivi-
yi söker", "Bilmek özgürlüktür ve kişiyi ege-
men kılar", "Yükseklikle yamaç parasütü be-
yinde farklı kodlanıyor" şeklinde izah ediyor.

Oyle birini düşünün ki, yükseklik korkusu,
sınırları çoktan aşmış, birinci kattan daha yu-
karda oturuyor; ama aynı zamanda da ya-
maç parasütüyle uçuşuyor. Denizlili İsa Dal bu söz
ediyoruz. Yamaç parasütünde Türkiye yedinci-
ligi olan ve 4 bin 500 metre yüksekliğe ulaşan Dal,
uluslararası yarışmalara da katılıyor. İsa Dal, yük-
seklik korkusunun her insanda olabileceğini,
ancak yamaç parasütü yaparken bu fobinin ort-
aya çıkmadığını söylüyor. Bunun tezat olarak
düşünülebileceğini kaydeden Dal, "İki duygu

çok farklı. Yamaç parasütünün ne olduğunu
anladığımda, yükseklik korkusuyla ilgisinin ol-
madığını öğrendim. Bunun üzerine farklı bir
zevk ve heyecan duymaya başladım; ancak yi-
ne de yükseklik korkum geçmedi." diyor.

Oto yedek parçası işiyle uğraşan Hasan
Çelebi de yükseklik korkusu had safhada
olanlardan. O da dört yıldır yamaç parasütü-
yle uğraşıyor. 3 bin 850 metre havalandan
Çelebi, fobisi yüzünden üçüncü katrı balko-
nundan aşağıya bakmıyor. Bu korkusunu
yenemeyen Çelebi, bir yandan da yamaç pa-
rasütüyle uçmaya devam ediyor, hattâ eğitim

verebilmek için Ankara'da Türk Hava Kuru-
mu tarafından düzenlenen seminerlere katılı-
yor. Yamaç parasütüyle yükseklik korkusu-
nun ters orantılı olduğunu savunan Hasan
Çelebi, ilk etapta uçmak için hipnoz yöntemi-
ni denemek istemiş; fakat bu şekilde sağlıklı
uçuş yapamayacağını anlayınca vazgeçmiş.
Yamaç parasütündeki kanatların korkuyu
azaltmada faydalı olduğunu söyleyen Çelebi
"Fobim olduğu için dermege girdiğim 2003 ya-
lında yamaç parasütü yapanlara bakamazdım
bile ve merak da etmedim. Bir gün 'Yamaç
parasütüyle ilgili eğitim vereceğim.' dediler,

ben de katılmaya karar verdim. Yapamazsam
bırakırım diye düşündüm. Ardından bir haf-
talık eğitim sonrasında ilk kez uçtum." diyor.

YAMAÇ PARASÜTÜ GUVENLİ BİR SPOR

Halı ticareti ile uğraşan Şuayip Er-
kuş'un ise yükseklik korkusu nor-
mal; ancak uçuşa binmeye çekini-
yor. 2001 yılından bu yana yamaç
parasütüyle uçuşlar yapan Erkuş, ciddi bir kaza
tehlikesi atlattıktan sonra rağmen vazgeçmemiş.
Yükseklik korkusu olanların eğitimle düzeldiği-
ne işaret eden Erkuş, "Bilinen bir şeyden fazla
korkulmaz, insan bilmediğinden korkar. Eği-
timlerde de yavaş yavaş bilgiler aktarılıyor, do-
laysıyla da bu korku da ortadan kaldırılıyor,"
diyor. Uçakta güvende olmadık düşüncesiyle
tedirginlik yaşadığı ve korkusunun üst sevi-
yeye çıktığını anlatan Erkuş, şunları söylüyor:
"İki yıl önce parasütü havalanırken düştüm ve
sol kolum kırıldı. Bu yüzden bir yıl uçamadım;
ancak 'Ben düştüm, artık uçamam' gibi bir korku
yaşamadım. Uçuşa bindiğimde ise kontrol
bende olmadığı için ciddi boyutta korkuyordum.
Aşlında uçuşun nasıl ve ne şekilde güvenli oldu-
ğu anlatılsa belki bu korkum ortadan kalkar."

'Her şey zihinde bitiyor'

Psikolojik danışman Hüseyin Öztürk, yamaç parasütündeki kontrollü yükseklik kavramıyla yükseklik korkusunun beyinde farklı kodlandığını, bu sebeple korkusu olanların da uçalabileceğini dikkat çekiyor. "Bilmek özgürlüktür ve kişiyi ege-
men kılar", "Yükseklikle yamaç parasütü be-
yinde farklı kodlanıyor" şeklinde izah ediyor.
Oyle birini düşünün ki, yükseklik korkusu,
sınırları çoktan aşmış, birinci kattan daha yu-
karda oturuyor; ama aynı zamanda da ya-
maç parasütüyle uçuşuyor. Denizlili İsa Dal bu söz
ediyoruz. Yamaç parasütünde Türkiye yedinci-
ligi olan ve 4 bin 500 metre yüksekliğe ulaşan Dal,
uluslararası yarışmalara da katılıyor. İsa Dal, yük-
seklik korkusunun her insanda olabileceğini,
ancak yamaç parasütü yaparken bu fobinin ort-
aya çıkmadığını söylüyor. Bunun tezat olarak
düşünülebileceğini kaydeden Dal, "İki duygu
çok farklı. Yamaç parasütünün ne olduğunu
anladığımda, yükseklik korkusuyla ilgisinin ol-
madığını öğrendim. Bunun üzerine farklı bir
zevk ve heyecan duymaya başladım; ancak yi-
ne de yükseklik korkum geçmedi." diyor.
Oto yedek parçası işiyle uğraşan Hasan
Çelebi de yükseklik korkusu had safhada
olanlardan. O da dört yıldır yamaç parasütü-
yle uğraşıyor. 3 bin 850 metre havalandan
Çelebi, fobisi yüzünden üçüncü katrı balko-
nundan aşağıya bakmıyor. Bu korkusunu
yenemeyen Çelebi, bir yandan da yamaç pa-
rasütüyle uçmaya devam ediyor, hattâ eğitim
verebilmek için Ankara'da Türk Hava Kuru-
mu tarafından düzenlenen seminerlere katılı-
yor. Yamaç parasütüyle yükseklik korkusu-
nun ters orantılı olduğunu savunan Hasan
Çelebi, ilk etapta uçmak için hipnoz yöntemi-
ni denemek istemiş; fakat bu şekilde sağlıklı
uçuş yapamayacağını anlayınca vazgeçmiş.
Yamaç parasütündeki kanatların korkuyu
azaltmada faydalı olduğunu söyleyen Çelebi
"Fobim olduğu için dermege girdiğim 2003 ya-
lında yamaç parasütü yapanlara bakamazdım
bile ve merak da etmedim. Bir gün 'Yamaç
parasütüyle ilgili eğitim vereceğim.' dediler,



NLP ACADEMY TURKEY

NLP Eğitim & Araştırma Enstitüsü

SİTE HARİTASI

NLP HAKKINDA

[NLP NEDİR?](#)

[NLP NASIL ÖĞRENİLİR?](#)

[NLP LİNKLERİ](#)

[NLP ARŞİVİ](#)

NLP EĞİTİMİ

[SERTİFİKA EĞİTİMLERİ](#)

[KURUMSAL EĞİTİMLER](#)

[NLP EĞİTİM TAKVİMİ](#)

[NLP EĞİTİM ÜCRETLERİ](#)

[ÖN KAYIT FORMU](#)

ÜCRETSİZ NLP

[NLP e-POSTA EĞİTİMİ](#)

[NLP TANIŞMA WEBİNARI](#)

[NLP GELİŞİM ÇEMBERİ](#)

GÜNCEL NLP

[NLP DUYURULARI](#)

[EĞİTİM PROGRAMI](#)

[NLP HABERLERİ](#)

[NLP MAKALE](#)

NLP ARŞİVİ

[NLP BASIN ARŞİVİ](#)

[NLP BİLİM ARŞİVİ](#)

[NLP TEZ ARŞİVİ](#)

NLP AKADEMİ

[NLPAT HAKKINDA](#)

[BİREYSEL NLP SEANS](#)

[FOTOĞRAF GALERİSİ](#)

[İLETİŞİM](#)



TIKLANABİLİR
SITE HARİTASI



ANASAYFAYA DÖN