

# Covid-19 bir diktatörlüğe dönüşebilir

Salgının psikolojik ve toplumsal etkileri merak konusu. "Covid-19, kurallarını virüsün koyduğu bir diktatörlüğe dönüşebilir" uyarısında bulunan uzmanlar, birbirimizle ve doğayla kurduğumuz ilişkileri sil baştan düşünüp tasarlamamız gerektiği vurgusunu yapıyor



İşıl  
ÇALIŞKAN

Koronavirüs salgınının biyolojik olduğu kadar psikolojik ve toplumsal sonuçları da var. Gözle görülmeyen bir tehditle savaşımız sürerken diğer yandan yeni yaşam biçimlerine adapte olma çabası içerisindeyiz. Mücadelemiz hayat koşullarının getirdiği yüklerle elbette daha zor. İşte tam bu noktada buzağının görünmeyen kısmı yani psikolojimizdeki sorunlar ve bunun toplumsal etkileri devreye giriyor. Uzmanlarla önümüzdeki zaman diliminde bizleri nelerin beklediğini konuştuk. Sözü kendilerine bırakalım...



## DİSTOPIK HAYATLAR BİZİ BEKLER



**Klinik Psikolog Dr. Serap Altın:** Yakın tarihimiz özellikle de son birkaç yılımız pek çok doğal afet, kaza, kriz ve toplumsal travmalarla geçti. Bu koşullar altında yaşamaya çalışırken gerçekten iyi olmak, iyi kalmak çok zorlaştı. Baş etme becerileriniz ne kadar çeşitli ve gelişkinse, iletişim ve problem çözme becerileriniz ne kadar

esnekse, hayatınıza anlam katan iş, uğraş ve amaçların varlığı ne kadar güçlüyse ve kendinize ne kadar zaman ayırılabiliyorsanız, stres verici dış gerçeklerin ve travmatik olayların sizin üzerinizdeki etkileri o derece azalacaktır.

Salgın kontrol altına alındıktan ve normal hayatımıza döndükten sonra bizi nasıl bir dönüşümün beklediğini henüz bilmiyoruz, hep birlikte yaşayarak göreceğiz. Her şeyin bir anda bir düğmeye basılmışcasına sıfırlanmayacağı muhtakkak, elbette birtakım izler, etkiler kalacaktır. Hatta kalacak olan etkiler sadece bizimle sınırlı olmayacak, muhtemelen gelecek nesillere de aktarılacak derin katmanlarda da devam edecektir. Gelecekte distopik hayatlar ve yönetim sistemleri bizi bekliyor olabilir mi? Takip, gözlem ve gözetleme sistemleri gelecekte deri-altı-gözetim sistemlerine dönüşebilir mi? Kim bilir, belki de... Şu anda bile sosyal medya hesaplarımızdaki hareketler ve etkileşimler üzerinden, internette yaptığımız taramalar, seçimlerimizi, kararlarımızı ve politik yönelimlerimizi ve hatta partner seçimlerimizi öngörmek ve dolayısıyla da belirli bir dereceye kadar kontrol etmek mümkün olabileceğine göre, belki yakın gelecekte çok daha ötesi de mümkün olabilecektir.

Her ne kadar bir yanda dogmatizme teslimiyet ihtiyacı artsa da, bilimin önemi ve bilime ihtiyaç her geçen gün daha ağır basacaktır. Çaresizlik, endişe, kaygı ve korku, ister istemez yaratıcılığı ve bilimsel üretkenliğin önünü açacaktır. Zira tarih boyunca pek çok icat, insanın hayatta kalma iç-güdü ve kendini koruma ihtiyacı ile ortaya çıkmıştır. Tarihe baktığımız zaman, afetleri, savaşları ve felaketleri hep önemli gelişmelerin, büyük atılımların, köklü değişim ve dönüşümlerin takip ettiğini görürüz. Salgının uzun vadeli etkileri sadece olumsuz etkilerle sınırlı olmayacaktır; olumlu yönde bir toplumsal dönüşüm, global değişim de getirecektir. Ve hepimizin tam da bu noktada, bir dahili olabilir, olmalıdır da...



## HÜKÜMET GENÇLERİ DESTEKLEMELİ

**Uzman Psikolog Ebru Şen:**



Pandemi hepimizi kısıncasına aldı. İş hayatında olanlar, eğitim öğretim hayatına devam edenler veya evde yaşamını tercih edenler, pandemi ile birlikte bildik yaşamı biçimlerinden çıkarak yeni normlara ayak uydurmaya başladı. Halen pek çoğumuz için bu normlar alışagelmışin dışında olduğundan, bilindik konforlu yaşamımızı anyoruz. Evden yapılan iş toplantıları, yan odadan gelen sınıf öğretmeninin sesi ile birleşiyor. Yetişkinler dünyasında bile bunlara adapte olmak zaman alırken; çocukların çerçevesinden baktığımızda işler iyice karışıyor. Çocuklar annesinin, babasının fiziksel olarak evde olduğunu bilse de onlardan uzakta kalmakta ve dersine odaklanmakta, günlük planını takip etmekte zorlanıyor. Hele bir de bahsettiğimiz çocuklar daha elverişsiz şartlarda yaşıyor ise... Gençlerin ve çocukların bu dönemde yaşadıkları stres ve sorunlar bir sağlık sorunu olarak da alınmalı ve hükümetin acilen bu konulara çözüm gelmesi gerekiyor. Eğitimde fırsat eşitliğini ölçmenin temel

yollarından biri ebeveynlerin eğitim düzeyinin çocukların eğitim düzeyini ne kadar etkilediğini ölçmekten geçmektedir. Buna göre çocukların eğitim düzeylerinin ebeveynlerin eğitim düzeylerinden az etkilendiği toplumlar eğitimde fırsat eşitliğinin yüksek olduğu toplumlardır. Ülkemizdeki eğitim fırsat eşitsizliği pandemi öncesinde de vardı. Ancak pandemi ile gün yüzüne daha çok çıktı. Pandemi ile eğitimdeki eşitsizlikler yine bölgesel farklar gösterdi. Türkiye yalnızca büyük şehirlerden ibaret değil. Kırsaldaki çocukların da uzaktan eğitim alma haklarından yararlanmaları için acil önlemler alınması gerekiyor. Sonuç itibarıyla Covid-19'un bizlere öğrettiği en önemli noktalardan biri de eğitim ve öğretimin yeni bir yüzü olarak uzaktan eğitim konusunda hem teknik, hem bilgi anlamında gelişmemiz mecburiyettir. Aynı zamanda da bu gelişim yalnızca kişisel olmamalı tüm ülkemiz adına yapılması için destek olabileceğimiz her konuda yardımlaşmamızdır.

## SIRF İŞ YÜKÜ DEĞİL ŞİDDET DE ARTTI!

**Doç. Dr. Sosyolog Erkan Saka:**



Hâlâ sürmekte olan pandeminin sosyolojik sonuçları üzerine iddialı bir şekilde konuşmak için erken olduğuna inanıyorum. Bazı gözlemlerimi sunayım ama bunlar ister istemez spekülatif değerler. Dönemin en büyük kazanımlarından birisi büyük teknoloji devleri. Zoom gibi yıldızlar bir yana doğrudan çevrimiçi hizmet veren tüm şirketler bu dönemde büyük bir sıçrayışla kapadı. Buradan birçok iyi örnek verilebilir, yeterince de konuşuluyor. Teknoloji devleri için söylenebilenleri birçok meslek grubu için söylemek zor. Müzisyenlerden küçük esnaf diye tanımlanabilecek birçok iş koluna etkileri kolay kolay düzeltilemeyecek sonuçlan oluyor pandeminin. Çevrimiçine

duyulan mecburiyetler dijital eşitsizlikleri de artırdı. Yalnızca erişim değil çevrimiçi yetenekleri kullanabilme bağlamında vatandaşların hizmet alabilme ve içerik üretme yeni eşitsizliklere maruz kaldığı söylenebilir. Eğitimde internete taşınması dar gelirli aile çocukları için büyük bir sorun oluyor gibi gözüküyor örneğin. Birçok boyut sıralanabilir ama toplumsal cinsiyet kısmına da değinmek zorunlu gibi. Özellikle evden çalışan kadınların yükleri bu dönemde tahminlerin çok ötesinde artmış gibi gözüküyor. Tabi bununla da sınırlı değil, artan haberlerden anlaşılacağı üzere iş yükü değil şiddete maruz kalma oranı da yükseldi.



TRT6

## DOKUNMAYLA İLGİLİ KODLARIMIZ DEĞİŞECEK

**Klinik psikolog Bülent Usta:**

Salgın, tüketim toplumunun sürdürülmesine katkıda bulunduğu 'tümgüçlülük yanılsaması'na zarar verdi, bir kırılmaya neden oldu. Özellikle bu çağda dijital teknoloji ve bilimdeki gelişmelerle daha da artan tümgüçlülük yanılsaması yüzünden kendisini sınırsız ve ölümsüz hissedene uygarlık insanı, ağır bir sınavdan geçiyor. Ama bu defa da insanı biyolojik bir varlığa, bir bedene indirgeme hatasına düşüldüğünü, devletin ve kurumların insanları sağ tutmak için böylece bir yaklaşım içine girmiş olduğunu görüyoruz. Meselenin psikolojik boyutu, kendimizle ve doğayla kurduğumuz ilişkideki sorunları görmekten gelmek, felaketlere karşı bizi korumasız bırakmaya devam edecek. Salgının en önemli psikolojik sonuçlarından biri de, yarattığı kırılmayla birlikte kültürdeki 'dokunma'yla ilgili



kodları değiştirecek olması. Dokunma, doğduğumuz andan itibaren en etkili iletişim aracımız. Dokunmanın bastırılacak olmasının arzu kaybı, yalnızlık hissinin artması gibi önemli sonuçları olacak. Salgın gibi felaketler, regresyona, çocuksulaşmaya neden olur ve aslında bu çocuksulaşmanın sonuçlarını da görüyoruz. Ya 'bana bir şey olmaz' rahatlığıyla tümgüçlülük yanılsaması daha da artar, ya da dünyanın tehlikeli bir yer olduğuna dair düşünce abartılarak kaygıyla ilgili rahatsızlıklarda artış olur. Böylece durumlarda radikal dini ve ideolojik sapmalarda da bir artış olabilir, güven duygusunun tazelenmesi için. Zaten bir tür nihilizmin eşlik ettiği, hakikat-sonrası diye anılan bir çağdayız. Covid-19 bir diktatörlüğe dönüşebilir, kuralları bir virüsün koyduğu. Yapılması gereken, bütün bu tehlikeleri, insanı sadece biyolojik bir beden olarak görmeyip, kültürel ve siyasi açıdan birbirimizle ve doğayla kurduğumuz ilişkileri sil baştan yeniden düşünüp tasarlayabilmek.

## İKİLİ İLİŞKİLERİMİZİ DERİNDEN ETKİLEYEN BİR SÜREÇ



**Sosyolog Esin İleri:** Salgının sosyolojik etkileri dedikimizde öncelikle salgın sürecindeki çarpıklıkları hatırlatmakta fayda var. Toplumun bir kesimi hükümetin "evde kal" sloganına uyabilirken, geçinmek için işe gitmesi gereken bir kesim her gün sokakta, toplu taşıma araçlarında ve iş yerlerinde virüsle bireysel olarak mücadele etmek zorunda bırakılıyor. Bunun yanında evden çalışanların yaşadığı hak kayıplarını da gözmezden gelmemeliyiz. Bu zaten toplumun çok keskin bir şekilde ikiye ayrıldığını gösteriyor. Salgın tıbbi olarak kontrol altına alındıktan sonra üzerine konuşmamız, çalışmamız gereken çok şey olacak. Bunların arasında salgın nedeniyle kalıcı sağlık sorunları yaşayanların durumu, aile ve çevrelerinde salgın nedeniyle hayatını kaybedenler için yas tutamamış olmanın getirdiği etkiler, halihazırda çok önemli boyutta olan işsizliğin, özellikle de genç işsizliğin toplumsal ve psikolojik etkileri, elektronik aletlere ve internete erişimi olmadıkları için eğitimi sektöre uğrayan çocukların yaşadığı kayıp ve eşitleri arasındaki geri kalma durumu ve tüm bu etkenlerin toplumun en küçük birimi olan aile ya da hane halkı arasında yarattığı gerilimler ilk aklıma gelenler. Bunlar dışında, ikili ilişkilerimizi derinden etkileyen bir süreç içindeyiz, el sıkışmak, sarılmak, öpmek gibi alışık olduğumuz temas biçimlerinden haklı olarak korkar hale geldik. Covid-19 tehlikesi geçtikten sonra acaba sokakta rahat yürüyebilecek miyiz, sarılmak isteyecek miyiz, üzerimize işleyen güvensizlik hali bir anda geçecek mi? Nasıl ki Covid-19 hükümetler tarafından duyurulduktan sonra bir anda "salgın modu"na geçemedik, salgın tehlikesi ortadan kalktı dendiğinde de toplum olarak bir anda "eskiye dönüş" yaşamayacağız. Yani aslında, hiçbir şey "eskisi gibi" olmayacak.

TRT6

TRT6

TRT6