

Covid-19 virüsüyle birlikte toplumda şiddet de yayıldı

Pandemi nedeniyle şiddet toplumu sardı. Sokakta, hastanede, evde, minibüste; şiddet her yerde kol geziyor. Beykoz Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Öğretim Üyesi, Klinik Psikolog Prof. Dr. Ebru Şalcıoğlu, pandemide artan stres, kaygı, öfke ve ekonomik zorluklar nedeniyle şiddetin arttığını söylüyor. Şalcıoğlu, “İnsan davranışını değiştirmek için ceza yetersiz bir yöntem. Şiddeti önlemek için çocukluktan itibaren şiddeti norm dışı bırakan bir yetiştirme tarzı geliştirmek gerekiyor” diyor.

“Şiddet” denilince akla ilk olarak kadına şiddet geliyor ama pandemiyle birlikte toplumda her düzeyde şiddet atmış durumda. Sağlık çalışanlarına, çocuklara, toplum bireylerine yönelik şiddetin değişik türlerine daha fazla rastlar olduk. Beykoz Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Öğretim Üyesi, Klinik Psikolog Prof. Dr. Ebru Şalcıoğlu, pandeminin yarattığı koşullar nedeniyle toplumda şiddetin arttığını söylüyor. İnsan davranışlarını değiştirmek için cezaların yetersiz bir yöntem olduğunu belirten Şalcıoğlu, “Psikoloji araştırmalarından biliyoruz ki insan davranışını değiştirmek için ceza yetersiz bir yöntem. Ceza bir davranışı çok zor azaltıyor. Bu nedenle daha çocukluktan itibaren şiddeti norm dışı bırakan bir yetiştirme tarzı geliştirmek gerekiyor. Şiddete karşı kategorik bir tavır almamız gerekiyor. Bunun da tohumlarının çocuklukta atılabileceğini düşünüyorum” diyor.

“Sağlık çalışanları ötekileştirildi”

“Pandemide Şiddet” Sempozyumu’nda konuşan Prof. Dr. Ebru Şalcıoğlu, sağlık çalışanlarına yönelik fiziksel ve sözel şiddetin bu dönemde arttığını vurguluyor. Şiddeti kolaylaştıran önemli bir unsurun ötekileştirme olduğunu belirten Şalcıoğlu, şöyle konuşuyor: “Maalesef sağlık çalışanları pandemi ile eşleştirildiği için potansiyel Covid-19 taşıyıcıları olarak görülüyorlar ve bu yüzden ötekileştirmeye maruz kalıyorlar, damgalanıyorlar, ayrımcılığa uğruyorlar. Bu, psikolojik bir şiddettir. Diğer yandan pandeminin sağlık sistemi üzerine bindirdiği yük yüzünden zorda kalan sağlık çalışanlarına hastalar öfkelenerek fiziksel şiddet gösteriyor. Ne

psikolojik şiddet ne de fiziksel şiddet kabul edilebilir tepkiler değil. Fiziksel şiddetin getirdiği yaralanmanın iyileşmesi nispeten daha kısa sürelidir ama duygusal şiddetin izleri çok daha uzun sürer. Sağlık çalışanları ruh sağlığı açısından önemli bir risk altında. Farklı ülkelerde sağlık çalışanlarının intihar ettiklerini de maalesef görüyoruz. Bu çok önemli bir konu.”

Tükenmişlik sendromu!

Prof. Dr. Ebru Şalcıoğlu'na göre, sağlık çalışanları büyük bir yük altında ve çok zor koşullarda çalışıyorlar. Bu tür ortamların tükenmişlik sendromunu tetikleyebileceğini düşünen Şalcıoğlu, “Tükenmişlik bir anlamda kişinin bütün enerjisinin bitmesi ve çalışamaz hale gelmesi halidir. Pandemi süresince hastanelerde zor koşullarda hayatlarını riske atarak uzun saatler çalışan sağlık çalışanları tükenmişlik sendromu açısından büyük bir risk altındalar” diye konuşuyor. Sağlık çalışanlarının hasta ve hasta yakınlarının korku ve endişelerini anlayarak davranmaları gerektiği yönünde toplumda bir görüş olduğunu kaydeden Şalcıoğlu, konuşmasını şöyle sürdürüyor: “Sağlık çalışanlarımız hasta ve yakınlarının kaygılı olduklarının farkındalar. Duyarlı davranmaya çalıştıklarına eminim ama çalışma koşulları onlar için çok zorlayıcı olduğundan her zaman insanların istediği tepkileri veremeyebilirler. Bu çok insani bir durum. Asıl bizlerin onların yükünü fark etmemiz ve onlara karşı daha anlayışlı ve duyarlı olmamız gerekli. Bizim onlara ihtiyacımız var.”

Klostrrofobi olan maske takmakta zorlanıyor, strese giriyor

Pandemi nedeniyle toplumsal şiddette de bir artış söz konusu... İnsanlar pandemi önlemlerini uygulamaya çalışan kişilere de fiziksel ve sözel şiddet gösteriyorlar. Maskesini takmasını istediği için otobüs şoförünü bıçaklamaya çalışanlar, minibüslerde kavga çıkaranlar, uyarı yapan polise tepki gösterenler... Kısıtlamalara bağlı olarak engellenmişliğin, özgürlüğün sınırlandırılmasının öfkeyi kolaylıkla tetiklediğini ve buna bağlı olarak bazı insanların şiddete baş vurduklarını söyleyen Profesör Şalcıoğlu, “Stres, işsizlik, belirsizlik, kaygı... Bu dönem psikolojik olarak ağır bir yük yarattığından insanlarda öfke daha hızlı tetikleniyor ve şiddet göstermek hem öfkeyi hem de kaygıyı kontrol altına almak için zararlı bir baş etme stratejisi olarak ortaya çıkıyor.” diyor. Bir yandan da bazı insanların psikiyatrik bozuklukları olabileceğini de hesaba katmak gerektiğini söyleyen Şalcıoğlu “Klostrrofobi olan bir insan maske takınca kaygısı artıyor, panik atak bile geçirebiliyor; o yüzden maske takamıyor. Astım gibi rahatsızlıkları olanları maske takmak rahatsız ediyor. Bu tarz fiziksel ve psikolojik sorunlar olduğunda da öfkenin çok daha çabuk tetiklenebildiğini ve şiddet davranışıyla sonuçlanabildiğini düşünmek mümkün.” COVID-19'la yaşamayı öğrenmemiz gerektiğini vurgulayan Şalcıoğlu şöyle konuşuyor: “Artık bildiğimiz şekliyle eski hayat bitti; gelecekteki hayat böyle olmayacak. Biraz gerçekçi olmak ve bu gerçeği sindirmek lazım. Covidsiz bir yaşam söz konusu değil artık. Yeni önlemlerle, yeni bir düzenle hayatımızı sürdürmeye devam edeceğiz. Biz uyum yetisi güçlü varlıklarız. Bu yeni yaşama uyum sağlayarak bu dönemin üstesinden gelmemiz mümkün”

“Ev içi şiddet arttı”

Pandemiyle birlikte ev içi şiddet artmış durumda. Birleşmiş Milletler'in verilerine göre son bir yıl içinde, pandemiyle birlikte 243 milyon kadın şiddete uğramış. Beykoz Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Öğretim Üyesi, Klinik Psikolog Prof. Dr. Ebru Şalcıoğlu, uluslararası

kuruluşların bildirdiği istatistiklere göre pandemide ev içerisindeki Şiddetin artmış olduğunu belirtiyor. "zellikle eŐe yönelik Şiddetin artığını görüyoruz. Bazı ülkelerde evde Şiddet nedeniyle acil hatları arama oranları yüzde 50-60'lara varan oranlarda artmış durumda. Ülkemizde kadına Şiddette bir artış görülmediği belirtiliyor. Oysa, araŐtırmalar gösteriyor ki ev içerisinde Şiddet gösteren bulunduğunda kadınların yardım hatlarını arama ihtimalleri düŐüyor. Şiddet gören kadın Şiddet gösterenle yasaklar nedeniyle dört duvar arasında sıkıŐmıŐ durumda oldukları için yardım arayamıyorlar. Dolayısıyla Şiddeti gösterenler yanlarında olduğundan dolayı arayamayan kadınlar olduğunu düŐünürsek Şiddetin aslında arttığını düşünmek daha mantıklı. Elbette bu durumdan etkilenenler sadece kadınlar değildir; Şiddet gören erkeklerde vardır ama araŐtırmalar genellikle Şiddetin yüzde 85'inin kadına yönelik olduğunu gösteriyor. Evde Şiddet varsa çocuğa yönelik Şiddet de artıyor. O yüzden pandemi döneminde ocuğa Şiddetin de artmış olması muhtemel."