

## “DÜNYADA PANDEMİ SONRASI FEMİNİST HAREKETLER ARTACAK”

Dünya genelinde salgın döneminde kadına karşı aile içi şiddetin artış gösterdiğine dikkat çeken Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler Uzmanı Elif Şahin, “Özellikle gelişmemiş ve gelişmekte olan ülkelerde salgının olumsuz etkileri, kadınların hali hazırda deneyimledikleri sosyoekonomik istikrarsızlık ve cinsiyet eşitsizliği üzerinden kendini göstermeye başladı. Salgından sonra feminist hareketin sesi daha gür çıkacak” dedi.

Dünyanın Covid-19’un yarattığı krizin ekonomik sonuçlarıyla yüzleşmeye başladığını belirten konuşan İstanbul Gelişim Üniversitesi’nden Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler Uzmanı Elif Şahin, “Salgının toplumsal cinsiyete bağlı ayrımcılık ve şiddet açısından yaratacağı sonuçlar da tartışılmaya başlandı. Özellikle Arap dünyasında kadınların iş gücüne katılımındaki düşüş feminist hareketin kriz döneminde sesini yükseltmesi için önemli bir fırsat olarak görülüyor” diye konuştu.

## “VURGUYU ARTIRACAK”

Mart ayında gerçekleşen Birleşmiş Milletler (BM) Kadının Statüsü Komisyonu toplantısı hakkında konuşan Elif Şahin, “Toplantıda ortaya konan Feminist Covid-19 politikasının temel odak alanları gıda güvenliği, sağlık hizmeti, kadına yönelik şiddet, ekonomik eşitsizlik olarak belirlendi. Bu da salgınla mücadelede kadın hakları ve cinsiyet eşitsizliği olgularının varlığına yapılan vurguyu artıracaktır” ifadelerini kullandı.

Şahin konuşmasını şöyle sürdürdü:

“Pandemi döneminden sonra yeni küresel sistem tartışmaları ve finansal beklentiler üzerine çizilen senaryolar feminist sivil toplum kuruluşları ve kadın örgütlerinin de pandemi dönemi ve sonrası sosyal-ekonomik eşitsizlik, kadına yönelik şiddet ve bilgiye ulaşma hakkı gibi odak alanlarını gölgede bırakma riski oldukça yüksek görünüyor. Dolayısıyla kriz döneminde ayrımcılık ve olumsuz sonuçlardan en çok etkilenebilecek kırılgan kesimin başında gelen kadınların sivil toplum ve uluslararası alanda örgütsel temsili daha da önem arz etmektedir.”

## “FEMİNİST HAREKETİN MANEVRA ALANI GENİŞLEYECEK”

Covid-19 ile mücadele sürecinde mücadelenin merkezine kadınların ihtiyaçlarının ve cinsiyet eşitliğinin yerleştirilmesi gerektiğini belirten Şahin, “Bu da feminist hareketin sivil toplumdaki manevra alanını genişletecektir. Aksi takdirde kadınların salgın döneminde karar alma süreçlerine katılımının arka planda kalacak olması ataerkil yapının otoritesini pekiştireceğine yönelik endişeler de ayrıca tartışılmakta, patriarkal yapının gücünün konsolide olmasının kadın hakları ve eşitlik konuları üzerinde salgın dönemi ve sonrasında olumsuz etki yaratacağı beklentileri görülmektedir” dedi.

## “KADINLAR ÖNSEZİLERİNİ DAHA ÇOK KULLANIYOR”

Yapılan bir araştırmaya göre kadınların önsezilerine ve doğaüstü olaylara inançlarının erkeklerinkine göre daha yüksek seviyede olduğunu belirten Psikiyatrist Dr. Onur Okan Demirci, “Araştırmaya göre karar verirken erkeklerin daha çok risk alarak, kadınların ise daha çok önsezilerini kullanarak sonuca ulaşmaya çalıştıkları görülüyor.” dedi.

Yapılan çalışmada kadınlarda büyüsel düşünce (düşünce veya eylem ile nesnelere etkileyebilme, düşünce gücü ile yağmur yağdırılabileceğine inanma, rüyalarda görülenin gerçekleşmesi gibi) seviyelerinin erkeklerinkinden daha yüksek saptandığını belirten Demirci, “Karar verirken erkeklerin daha çok risk alarak, kadınların ise daha çok önsezilerini kullanarak sonuca ulaşmaya çalıştıkları görülüyor. Önsezilerinin kuvvetli olduğunu söyleyen insanların hayali bir dünyanın içine daha fazla girdikleri, büyüsel düşüncelere daha fazla inandıkları görülüyor. Bu nedenle kuvvetli önsezi hisseden kişilerin gerçeklikten kopma ve kognitif düşünceden (mantıksal bilinçli düşünce) uzaklaşma ihtimalleri artıyor” diye konuştu.

Çocukların hayal dünyasına gerçek dünyada yaşadıkları veya hissettikleri sıkıntılar yüzünden daha fazla girmeye eğilimli olduklarını dikkat çeken Dr. Demirci, “Yani çocuklar bunu bir savunma şekli olarak kullanabiliyor. Hatta bazı çocuklar hayali arkadaşlar edinebildiği gibi düşünce ile birçok şeyi kontrol edebildiklerine de inanabiliyorlar” şeklinde konuştu.

Kadınlarda büyüsel düşüncelerin erkeklere göre daha fazla olduğuna değinen İstanbul Gelişim Üniversitesi’nden Psikiyatrist Dr. Onur Okan Demirci, şunları söyledi:

“Toplumsal olarak baskı altında hissetmek, cinsiyet rollerindeki kısıtlamalar, travmatik yaşam olaylarına kadınların daha fazla maruz kalması, arzuların gerçekleştirilmesinde erkeklere göre daha zorluk yaşamak gibi durumlar kadınlarda anlık stres seviyelerini ve yaşam boyu stres düzeylerini artırarak bundan bir kaçış yolu olarak hayal dünyalarına doğru daha fazla eğilim göstermelerine neden olmuş olabilir. Stres düzeyleri arttıkça da gerçeklikten kopma eğilimi göstereceklerinden bu durum ciddi bir yaşamsal ve psikolojik bir sorun teşkil edebilir.”

## ÇOCUKLARDA KONUŞMA BOZUKLUĞUNUN BELİRTİLERİ VE TEDAVİ YÖNTEMLERİ NELER?

Çocukluk çağındaki Apraksi (konuşma bozukluğu) belirtilerini ve tedavi yöntemlerini sıralayan Öğr. Gör. Betül Özsoy Tanrıku, “Apraksili bir çocuk, mutlaka bir dil ve konuşma terapistiyle çalışması gerekiyor. Bu çocuklar dil ve konuşmayla ilgili olmayan başka becerilerde de sıkıntı yaşayabilirler” dedi.

## “ÇOCUK ASLINDA NE SÖYLEMEK İSTEDİĞİNİ BİLİYOR”

Konuşmanın temelde bir dizi motor hareketten oluşan kompleks bir beceri olduğuna değinen İstanbul Gelişim Üniversitesi Dil ve Konuşma Terapisi Bölümü Öğr. Gör. Betül Özsoy Tanrıkulu, “Konuşmanın gerçekleşmesi için beyinde tasarlanan mesajların motor sinirler yoluyla, vokal kasları ve artikülatör dediğimiz sesleri biçimlendiren organları hareketi geçirmesi gerekir. Bu mesajlar kaslara ses çıkarmak için nasıl ve ne zaman hareket edeceklerini söylerler. Apraksisi olan bir çocukta, işte bu mesajların doğru şekilde iletilmesinde problem vardır. Kaslarıyla ilgili herhangi bir işlev bozukluğu ya da güçsüzlük olmasa da, çocuk dudaklarını veya dilini doğru şekilde hareket ettiremeyebilir. Çocuk aslında ne söylemek istediğini bilmekte, nasıl söyleyeceğini bilememekte ve planlayamamaktadır. Başka bir deyişle; sorun çocuğun nasıl düşündüğü değil, beynin oral kaslara hareket etmesini nasıl söylediğidir” ifadelerini kullandı.

## “GELİŞİMLERİ İLE İLGİLİ SORUN BULUNMAYABİLİR”

Çocukluk çağı apraksisinin, sözel dispraksi veya gelişimsel apraksi olarak da adlandırıldığını dile getiren Tanrıkulu, “Gelişimsel sözcüğü kullanılmasına rağmen, bu çocukların gelişimleri ile ilgili bir sorunları bulunmayabilir. Apraksili çocuk konuşma seslerini tipik bir sırayla öğrenemeyebilir, dil ve konuşma terapisi almadan ilerlemeyebilir ancak konuşma gelişimi normal bir şekilde gerçekleşebilir” şeklinde konuştu.

## ÇOCUKLUK ÇAĞI APRAKSİSİNİN BELİRTİLERİ NELERDİR?

Apraksili her çocuğun aynı özellikleri göstermediğini ifade eden Tanrıkulu, “Çocuk, belirtilerin bazılarını ya da tamamını gösteriyor olabilir” diyerek belirtileri şöyle sıraladı:

Sözcükleri her zaman aynı şekilde söylemez.

Konuşma içindeki vurguları yanlış kullanır. (Yanlış hece ya da sözcük vurgusu)

Konuşma seslerini yanlış üretir ya da değiştirir. Sesletimle ilgili hataları tutarsızdır. (Özellikle ünsüz seslerin üretiminde zorluk görülür.)

Sözcüğün uzunluğu arttıkça, sözcükleri söylemede zorlanma da artar.

Dilde bir gecikme de görülebilir.

Tanrıkulu, “Çocuk eğer 3 yaşından büyükse ve bu belirtilerden birkaçını veya tamamını gösteriyorsa, mutlaka bir dil ve konuşma terapistine başvurulmalıdır. Bu çocuklar dil ve konuşmayla ilgili olmayan başka becerilerde de sıkıntı yaşayabilirler. İnce motor

becerilerde zorluk (kalem tutma vb.), okuma-yazmayı öğrenmede güçlük en çok rastlanan problemlerdir” diye konuştu.

### ÇOCUKLUK ÇAĞI APRAKSİSİNİN NEDENİ NEDİR?

Bozukluğun nedeninin çoğunlukla bilinmediğini belirten Tanrıku, “Bazı durumlarda beyindeki bir hasar (travmatik beyin hasarı, genetik bozukluklar ya da sendromlar vb.) apraksiye neden olabilmektedir” dedi.

### ÇOCUKLUK ÇAĞI APRAKSİSİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Çocukluk çağı apraksisinin nörojenik kökenli olabildiği için değerlendirmesinin de bir ekip işi olduğunu vurgulayan Öğr. Gör. Betül Özsoy Tanrıku, “Değerlendirmenin amacı; tanı koyma ve gerekli tedavi planının oluşturulmasını sağlamaktır. Dil ve konuşma terapisti bu noktada, konuşmayla ilgili değerlendirme ve tanıdan sorumludur. Ancak koyduğu tanı, tıbbi tanı değildir. Tıbbi tanı ise, (beyin hasarı, genetik herhangi bir sendrom gibi) ilgili diğer hekim ve uzmanlar tarafından konular” dedi.

### ÇOCUKLUK ÇAĞI APRAKSİSİNDE TEDAVİ

Apraksili bir çocuğun, mutlaka bir dil ve konuşma terapistiyle çalışması gerektiğine vurgu yapan Öğr. Gör. Betül Özsoy Tanrıku, “Terapinin sıklığı çocuğun ihtiyacı doğrultusunda belirlenir. Genellikle uzmanlar, terapilere yoğun bir şekilde başlayarak, konuşma düzeldikçe sıklığı düşürmeyi tercih ederler. Terapinin ilerleyen aşamalarında bireysel terapilerin yanı sıra, grup terapileri de düzenlenebilmektedir. Apraksili çocukla çalışan bir dil ve konuşma terapisti; çocuğun sesleri, sözcükleri ve cümleleri daha net söylemesine yardımcı olmaya çalışır. Bu doğrultuda apraksi terapisinde temel hedef, çocuğun konuşma üretimini gerçekleştirebilmesi için gerekli artikülasyon hareketlerin istemli kontrolünü arttırmaktır. Sorun kas güçsüzlüğünden kaynaklanmadığı için, bu yönde yapılan egzersizlerin bir faydası olmayacaktır. Bunun yerine, sesleri söylemek için bu kasların nasıl hareket ettirileceği üzerinde çalışmak daha etkili olacaktır. Ayrıca çocuk seslerin nasıl söyleneceğini öğrenirken, tüm duyuların kullanılması (işitsel, görsel, dokunsal vb.) çocuğa ipucu sağlayarak süreçte ona yardımcı olacaktır” dedi.

### DİL VE KONUŞMA TERAPİSİNDE AİLE DESTEĞİ

İstanbul Gelişim Üniversitesi Dil ve Konuşma Terapisi Bölümü’nden Öğr. Gör. Betül Özsoy Tanrıku konuşmasını şöyle sonlandırdı:

“Dil ve konuşma terapilerinde, ailenin terapistle iş birliği yapması ve terapilere destek olması kritik önem taşır. Özellikle motor becerilerde öğrenmenin gerçekleşmesi için yapılan tekrar sayısı büyük rol oynamaktadır. Bu yüzden burada aile desteğinin önemi de artmaktadır. Çocukluk çağı apraksisinin tedavisi zaman alır. Daha da önemlisi, çocuk bu süreçte desteklenmeye ihtiyaç duyar. Çocuğun ilerleyebilmesi için ailenin,

terapistin dil ve konuşma terapileri esnasında önerdiği ve öğrettiği çalışmaları terapi dışı ortamlarda da uygulaması gerekir.”

### “KORONAVİRÜS ABD’DE REKOR DÜZEYDE İŞSİZLİĞE NEDEN OLDU”

Koronavirüs salgınının sağlık açısından yarattığı etkilerin yanı sıra ekonomik olarak da devletlere ağır bir faturası oldu. Dünya genelinde uygulanan sokağa çıkma yasaklarıyla beraber başta hizmet sektörü olmak üzere birçok alanda ekonomik faaliyetlerin yavaşladığını belirten Öğr. Gör. Mehmet Başcılar, “Salgından büyük şekilde etkilenen ABD’de Mart ayında işini kaybedenlerin oranı yüzde 4.4 iken Nisan ayında bu oran rekor düzeye ulaşarak yüzde 14.7 olarak gerçekleşti. Rakamlar Nisan ayında ABD’de 20.5 milyon insanın işini kaybettiğini gösteriyor” dedi.

### “İŞSİZLİK ORANI YÜZDE 13’E YÜKSELDİ, 2 MİLYON İŞSİZ”

Kanada için de salgın sürecinin iş gücü piyasası açısından hiç parlak görünmediğini ifade eden İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ) Sosyal Hizmet Bölümü Öğretim Görevlisi Mehmet Başcılar, “Nisan döneminde işsizlik oranı Kanada’da yüzde 13’e yükseldi. Bu oran Nisan ayında Kanada’da yaklaşık 2 milyon insanın işsiz olduğu anlamına geliyor. Koronavirüs salgınının Türkiye’de iş gücü piyasasına etkilerini gösteren resmi raporların TÜİK tarafından Haziran-Temmuz aylarında açıklanması bekleniyor” diye konuştu.

### “İŞSİZLİĞİN RUHSAL ETKİLERİ: DEPRESYON, STRES, ENDİŞE, İNTİHAR DÜŞÜNCEİ”

Başcılar yaptığı değerlendirmede işsizliğin sadece ekonomik değil, psikolojik olarak da etkilerinin olduğunu belirterek şunları söyledi: “Her ne kadar işsizlik, sayılarla ya da grafiklerle ifade edilmeye çalışılsa da esasında her bireyin, ailenin ve hatta toplumun genelinin işsizlikten çok boyutlu bir biçimde etkilendiğini gözden kaçırmamız gerekiyor. Salgının küresel düzeyde verdiği tahribatı yakın dönemde bireylerin, ailelerin ve toplumun tüm kesimlerinin daha fazla hissetmeye başlayacağını değerlendiriyorum. Gelişmiş ülkelerde yükselen işsizlik oranları da bu görüşümü destekler nitelikte. Depresyon, stres, endişe, intihar düşüncesi işsizliğin ruhsal etkileri; aile içi şiddet, sosyal dışlanma, boşanma gibi konular da işsizliğin sosyal boyuttaki etkileri arasında yer alıyor. İşsizliğin yol açacağı psikososyal sorunlara yönelik sosyal politikaların şimdiden küresel ve ulusal düzeyde belirlenmesi gerekiyor.”

### “İŞSİZLERDE RUH SAĞLIĞI SORUNLARI YAYGIN”

Güney Kore, Bosna Hersek ve İtalya’da yapılan üç farklı araştırmada işsiz bireylerde ruh sağlığı sorunlarının anlamlı düzeyde daha yaygın görüldüğü bulunduğunu belirten Başcılar, “Almanya’da yapılan bir başka araştırmada işsiz katılımcıların diğer ^

katılımcılara göre daha fazla depresif semptomlar gösterdiği sonucuna ulaşıldı. İngiltere’de yapılan araştırmada işsiz nüfusta intihar oranının nüfusun geneline göre 5 kat daha fazla olduğu bulundu. Yine İngiltere’de yapılan bir başka araştırma, erkek istihdam oranındaki yüzde 1’lik artışın kadına yönelik fiziksel şiddeti yüzde 3 oranında azalttığını gösterdi. Türkiye’de ise TÜİK’in açıkladığı araştırma sonuçları, kadınların yüzde 42,6’sının erkeklerin ise yüzde 17,8’inin evin ekonomik olarak geçiminin sağlanamaması nedeniyle boşandıklarını gösteriyor” şeklinde konuştu.

## PEKİ, NELER YAPILMALI?

Öğretim Görevlisi Başçılar, “Türkiye Cumhuriyeti Anayasasının 49. Maddesi’nde çalışmanın bir hak olduğu, devletin çalışmayı desteklemek ve işsizliği önlemeye yönelik gerekli tedbirleri alacağı hükmüne yer veriliyor. Anayasada yer alan bu ilkelerin gerçekleşmesinde en önemli kurumumuz hiç şüphesiz Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığıdır. Salgınin ekonomik etkileri toplumun kırılgan grupları tarafından ne yazık ki daha ağır olarak hissediliyor. Bu çerçevede işsizliğin bireyler, aileler ve toplumun geneli üzerindeki psikolojik ve sosyal etkilerine duyarlı sosyal politikaların geliştirilmesi son derece önemli. Bakanlık, yerel yönetimler ve sivil toplum örgütleri iş birliğinde, içerisinde sosyal hizmet uzmanlarının da yer aldığı ruh sağlığı profesyonelleriyle işsizlik alanında kapsamlı psikososyal hizmetler sunulması gerekiyor” diye konuştu.

## 65 YAŞ ÜZERİNE UYARI: AKTİVİTE DÜZEYİNİN ÜZERİNE ÇIKMAYIN

Pazar günleri sokağa çıkmayan 65 yaş üstü bireyler için Gerontolog F. Sıla Ayan uyarılarda bulundu. Ayan, “Alışılan veya tolere edilebilecek aktivite düzeyinin üzerine çıkılması ve yaşlıların kendini aşırı zorlaması durumunda nefes darlıkları, fenalık hissi, baygınlık gibi sorunlar veya kas – iskelet sistemi ağrıları yaşanabilir” dedi.

Korona virüs salgınına karşı alınan önlemler kapsamında uzun süredir evlerinde olan 65 yaş üstü bireyler pazar günleri sokağa çıkmaya başladı. Yaşlıların uzun süreli hareketsizlik sürecinde kas ve iskelet kayıpları ve kondisyon düşüşleri sebebiyle dışarıda zaman geçirdikleri süreçte denge kayıpları ve artan düşme riski ile karşı karşıya kalabileceğini belirten Gerontolog F. Sıla Ayan, yaşlıların psikososyal ihtiyaçlarını da unutmamak gerektiğine vurgu yaptı.

Ayan, “Pandeminin dünya çapında takdir toplayan başarılı bir süreçle yönetilmesinin ardından değerli büyüklerimize böyle bir fırsat sunabilmek sevindirici. Bu açıdan sosyal mesafe ve izolasyon kurallarını unutmadan ve pandemi ile ilişkili risklerin tamamen ortadan kalktığı yanılığısına düşmeden bu kararın keyfini çıkarmak doğru olacaktır” diye konuştu. ^

### “SIK SIK DİNLENİN, BOL SU TÜKETİN”

Özellikle kalp-damar hastalarının, inme öyküsü ve solunum sistemi sorunları yaşayanların gölgelerde sık sık dinlenmesi gerektiğine vurgu yapan İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu'ndan Öğr. Gör. Gerontolog F. Sıla Ayan, “Yaşlılarımızın her haftaki izinde yavaş yavaş artan bir tempoyla hareket etmesi, bol su tüketmesi, tabanı geniş ve ortopedik ayakkabılar, açık renk pamuklu kıyafetler tercih etmesi ve maske ve eldiven kullanımını ihmal etmemesi gerekiyor. Buna ek olarak pandemi özelinde kalabalık yerlere girmemeye dikkat etmeli, devir daim ile çalışan havalandırma sistemlerinin olduğu yerlerden uzak durmaları gerekiyor” dedi.

### “AÇIK HAVANIN TADINI ÇIKARIN”

Ayan, “Hem psikolojik hem de fiziksel açıdan doğayla iç içe, sosyal mesafeye dikkat ederek deniz kenarı ve yakınlardaki parklarda gölge altında zaman geçirip açık havanın tadını çıkarabilirler. Medyada yer alan haberler ve danışmanlık verdiğimiz büyüklerimizin dönüşlerinden bu öneriye keyifle uydukları ve buna ek olarak mezarlıktaki yakınlarını ve çocuklarını ziyaret edenlerin, eski günlük rutinlerine bir gün de olsa dönebilmenin keyfini sürenlerin olduğunu biliyoruz” diye konuştu.

### MEVSİM GEÇİŞLERİNE DİKKAT

Mevsim geçişlerinin özen ve yönetim gerektiren bir dönem olduğunu hatırlatan Ayan, “Mevsim geçişleri ve özellikle yaz aylarına geçiş genelde kurumsal bakımda yaprak dökümüne benzettiğimiz ölüm oranlarının ve kronik sağlık sorunlarının alevlenme yaşadığı dönemler olabiliyor. Bu açıdan mevsim değişimlerinde yaşlıların hekim kontrollerini ve tedavi planlarını aksatmaması, özellikle antihipertansif ilaçlarının dozunun yeniden mevsime göre ayarlanması adına doktorlarına danışmaları gibi önerilerde bulunuyoruz. Bugünlerde bir de bu sürecin üzerinde karantina önlemleri ve evde uzun süreli hareketsizlik eklenince önlemlere daha da dikkatle riayet etmek ve tedbiri elden bırakmamak önem kazandı” ifadelerini kullandı.