

“TÜRK DIŞ POLİTİKASININ SEYRİNE BÜYÜK ETKİSİ OLACAK”

İdlib kentindeki hain saldırının Türk dış politikasının bundan sonraki seyrine büyük etkisi olacağına dikkat çeken Uluslararası İlişkiler Uzmanı Dr. Fatih Fuat Tuncer, “17 Eylül 2018 tarihinde Rusya ve Türkiye arasında gerçekleşen Soçi Zirvesi sonrasındaki süreç incelenmeden dün gece sonrası için net ifadelerle bir analiz yapmak doğru değildir. Türkiye'nin burada yapması gereken uluslararası toplumu harekete geçirerek dün geceki pusunun tekrarlanmasının önüne geçmek; Rusya ve Suriye'nin uluslararası toplumun desteği ile yaptırım görmesini sağlamaktır” dedi.

İstanbul Gelişim Üniversitesi'nden Dr. Öğr. Üyesi Fatih Fuat Tuncer ve Dr. Hakkı Göker Önen, İdlib'deki hain saldırıyı yorumladı. Soçi Mutabakatının, her iki taraf için de muğlak maddelerle dolu bir metinden öteye geçemediğini ifade eden Tuncer, “Mutabakatın 5'inci maddesine göre Türkiye, 15 Ekim 2018'e bölgedeki bütün radikal terörist grupları bölgeden çıkaracaktı. 6'ncı maddeye göre de İdlib'de 15-20 km derinliğinde bir silahtan arındırılmış bölge oluşturulacak ve 10 Ekim 2018'e kadar da bu bölge tank ve ağır silahlardan arındırılacaktı. Yine 8'inci maddeye göre de 2018 sonuna kadar M4 (Halep-Lazkiye) ve M5 (Halep-Hama) karayolları "yerel halkın ve malların serbest hareketini sağlamak" için trafiğe açılacaktı. Bu mutabakat ile de Suriye Ordusu uzun süredir hazırlandığı İdlib Operasyonunu ertelemişti” diye konuştu.

Tuncer konuşmasında şunları söyledi:

“2018 sonuna kadar mutabakatta varılan hedeflere ulaşamadığı görülmüş ve Şubat 2019 tarihinde İran, Rusya ve Türkiye arasında ikinci bir Soçi Zirvesi gerçekleştirilmiş ve bu zirve sonucunda yapılan açıklama ile 5'inci maddenin Türkiye tarafından yerine getirilmediği hatırlatılacak şekilde HTS'nin İdlib'de giderek güçlenmesinden büyük bir kaygı duyduğu belirtilmişti. Yine 2'nci zirvedeki mutabakatta bildiriye "başkanlar (...), Suriye Arap Cumhuriyeti'nin egemenlik, bağımsızlık, birlik ve toprak bütünlüğüne güçlü ve sürekli bağlılığı vurgular" maddesi ekleniyordu. Buradaki dikkatimizi çekmesi gereken konu "Suriye'nin toprak bütünlüğü" değildir, "Suriye Arap Cumhuriyeti'nin egemenliği" vurgusudur. Rejimi tanımıyoruz, doğrudan ilişki kurmuyoruz ama egemenliğini tanıyoruz. Aslında sadece bu vurgu bile Şubat 2019'dan Şubat 2020'ye aradan geçen bir yıldaki bölgedeki hareketlerini arttırmasının nedenini göstermektedir. Yani ilk mutabakat ile planladığı operasyonu ertelenen Suriye, ikinci mutabakattan sonra Rusya ve İran'ın desteği ile tam egemen olarak sahneye çıkacaktı. Burada hiç kuşkusuz ki Türkiye'nin Rusya ve İran'a güvenmesinin ve Suriye konusunda kalıcı siyasi bir çözüm için adım atmak istemesinin önemi büyüktür.”

“RUSYA VE SURİYE DEZENFORMASYON YOLU İLE KAMUOYU OLUŞTURMAYA ÇALIŞIYOR”

Birçok askerimizin Rusya ve Suriye tarafından şehit edildiğini ifade eden Tuncer, “Özellikle son haftalarda Türkiye'nin bölgede (burada değil) mutabakata uygun davranmadığı Rusya ve Suriye tarafından sürekli dile getirilmekte ve dezenformasyon yolu ile kamuoyu oluşturmaya çalışılmaktadır. Suriye dışındaki meselelerde de Rusya ile karşı kutuplarda yer almamız Suriye'deki konumumuzu hiç kuşkusuz ki etkilemektedir. Ancak Soçi'deki mutabakatın en

baştan itibaren muğlak olması ve özellikle kimin terörist olup kimin olmadığı konusundaki uzlaşmazlık, mutabakattaki maddelerin hayata geçmesine engel olmuştur” dedi.

Rusya ve Suriye'nin mutabakatı ihlal ettiğini vurgulayan İstanbul Gelişim Üniversitesi'nden Dr. Öğr. Üyesi Fatih Fuat Tuncer, “Suriye Ordusu'nun Rusya ve İran desteği ile bölgedeki saldırgan hareketleri neticesinde İdlib'de 3 milyon sivil katledilme tehlikesi altında kalmıştır ki bu insanların güvenliği ve kitlesel göçün engellenmesi Soçi mutabakatlarının temel amacı idi. Türkiye'nin burada yapması gereken uluslararası toplumu harekete geçirerek dün geceki pusunun tekrarlanması önüne geçmek; uluslararası toplumun desteği ile Rusya ve Suriye'nin yaptırım görmesini sağlamaktır” dedi.

Tuncer konuşmasını şöyle sürdürdü:

“Sorunun tırmandırılması halinde kriz Türkiye, Suriye ve Rusya üçgenini açacak ve bölge ülkeleri başta olmak üzere AB, ABD ve Çin gibi aktörler de bu durumdan olumsuz etkilenecektir. Türkiye, itidalli davranmalı ve diplomatik tüm kanalları kullanarak ve tüm aktörlerle birlikte ilerleyerek süreci yönetmelidir. Bunun için de Türkiye'deki tüm siyasi aktörlere ve medyaya büyük görev düşmektedir.”

DR. HAKKI GÖKER ÖNEN: RUSYA'NIN AÇIKLAMALARI TATMİN EDİCİ DEĞİLDİR

Yaşanan olayların hem Türkiye-Rusya hem de Türkiye-ABD ilişkileri bağlamında değerlendirilmesi gerektiğine değinen Siyaset Bilimci Dr. Hakkı Göker Önen ise, “Her ne kadar saldırının arkasında rejim güçleri var deniliyorsa da Rusya'nın haberi olmaksızın burada böyle bir hareketin gerçekleştirilmesi ihtimal dışıdır. Rusya'nın bu bağlamda saatler sonra yaptığı açıklamalar da zaten tatmin edici değildir. Aslında Astana ve Soçi sonrasında belirli bir düzelmeye geçirmiş olan ilişkilerin bozulmasında Türkiye'nin son günlerdeki Ukrayna ve Azerbaycan görüşmelerinin yanı sıra Libya'da aldığı tutumun da etkisi olabilir. Ukrayna'da Kırım Tatar Türklerinin durumu hakkında fikir teatisinde bulunulması yine Azerbaycan'la yapılan TANAP projesi Rusya'yı rahatsız eden gelişmeler olarak değerlendirilebilir. Bu gelişme Türkiye ile ABD arasında da doğal bir yakınlaşmaya sebebiyet verebilir zira ABD dünden itibaren saldırıyı kınayan demeçler vermişti” şeklinde konuştu.

SPOR ÇALIŞTAYI 4 MART'TA YAPILACAK

İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ) Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu ve Başakşehir Belediyesi iş birliği ile 4 Mart'ta “Akademik ve Reel Sektör İş Birliğinde Spor Çalıştayı” düzenlenecek.

İGÜ Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'ndan mezun olan tüm bireylerin çalıştığı farklı sektörleri bir araya getirmek ve bu alanda Türkiye genelinde yapılan çalışmalara katkı sağlamayı amaç edinileceğinin belirtildiği Spor Çalıştayı'nda 7 masada 7 farklı komisyon, 7 farklı konuyu görüşüleceği duyuruldu.

İGÜ, komisyonlarda görüşülecek konuları ise şöyle duyurdu;

- Spor Eğitiminde Lisans ve Lisansüstü Bilimsel Araştırma Komisyonu
- Sporda Reel Sektör Değerlendirmesi ve İş Olanakları Komisyonu

- Spor Eğitiminde Uygulama Alanları Normları ve Staj Komisyonu
- Spor Eğitimi Lisans Programlarında Eğitim Öğretim Program Esasları ve Değerlendirme Komisyonu
- Reel Sektörde Kişisel Gelişim Programları Komisyonu
- Ulusal, Uluslararası ve Sektörel Düzeyde Bilimsel Projeler Komisyonu
- Sporda Reel Sektör ve Kariyer Olanakları Komisyonu
- Günümüzde ve Gelecekte Sporda Mesleki Yeterlilik Komisyonu

Ülke sporuna önemli katkılar sağlayacağı düşünülen çalışmaya spor camiasından da birçok önemli ismin katılması bekleniyor.”

STRES VE ANKSİYETE İÇİN YOGA ÖNERİSİ

Yoganın zihinsel ve fiziksel yararlarını kanıtlayan çok fazla çalışma bulunduğunu belirten Fizyoterapist Gülşah Konakoğlu, “Yogayı rutininize dâhil etmek sağlığınıza geliştirmenize, gücü ve esnekliği artırmanıza, stres, depresyon ve anksiyete belirtilerini azaltmanıza yardımcı olur. Sağlığınız söz konusu olduğunda hissedilebilir fark yaratmak için haftada birkaç kez yoga yapmak yeterli olacaktır” dedi.

Yoganın bilimsel olarak kanıtlanmış faydaları hakkında açıklamalarda bulunan İstanbul Gelişim Üniversitesi’nden Fizyoterapist Öğr. Gör. Gülşah Konakoğlu, “Yoga sağlıklı bir yaşam tarzıyla kombine edildiğinde ya da tek başına yapıldığında, kalp hastalığı için risk faktörlerini azaltmaya yardımcı olabilir. Kalp sağlığının, genel sağlığın önemli bir parçasıdır. Yüksek kan basıncı, kalp krizi ve inme gibi kalp sorunlarının başlıca nedenlerinden biri. Yoga yapanların ise yapmayanlara göre daha düşük kan basıncına ve nabız oranına sahip oldukları biliniyor” diye konuştu.

“DEPRESYON BELİRTİLERİNİ AZALTIYOR”

Yoganın vücuttaki stres hormonlarının üretimini etkileyerek depresyon belirtilerini azaltabileceğini belirten Gülşah Konakoğlu, “Yoga, antidepresan bir etkiye sahip ve depresyon belirtilerini azaltmaya yardımcı. Bunun nedeni de yoganın sıklıkla depresyonla ilişkili nörotransmitter olan serotonin düzeylerini etkileyen bir stres hormonu olan kortizol düzeylerini azaltabilmesi” ifadelerini kullandı.

“UYKUYU DÜZENLEMeye YARDIMCI OLUYOR”

Yoganın uyku kalitesini artırmaya yardımcı olabileceğini ifade eden Konakoğlu, “Düşük uyku kalitesi diğer hastalıkların yanı sıra obezite, yüksek tansiyon ve depresyon ile ilişkilendiriliyor. Yoga yapanlar daha hızlı uykuya dalıyor, daha uzun uyuyor ve sabahları daha iyi dinlenmiş hissediyor. Yoganın uyku ve uyanıklığı düzenleyen bir hormon olan melatonin salgılanmasını arttırdığı gösteren çalışmalar da mevcut” dedi.

“HER GÜN 15-30 DAKİKA YOGA YAPIN”

Fizyoterapist Öğr. Gör. Gülşah Konakoğlu yoganın çok aşırı yemek yeme durumunda azalmaya, fiziksel aktivitede artışa ve kiloda az miktarda azalmaya neden olduğunu da söyleyerek şöyle devam etti:

“Düzensiz yeme davranışları olan ve olmayanlar için yoga yoluyla farkındalık uygulamak sağlıklı beslenme alışkanlıklarının gelişmesine yardımcı olacaktır. Ayrıca, her gün sadece 15-30 dakikalık yoga yapmak, esnekliği ve dengeyi artırarak performansını yükseltmek isteyenler için büyük bir fark yaratabilir.”

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sürekli Eğitim Merkezi'nde “Yoga Eğitim” programları açacaklarını belirten Mütevelli Heyeti Başkanı Abdülkadir Gayretli, “Gün içerisinde kısa bir zaman çalışmayla bile sağlıklı kalınabilecek bir faaliyetin eğitimi ile yogayı herkese ulaşabilir kılmak önem arz ediyor” dedi.

KATİLLERİN PROFİL ANALİZİNİ YAPTI: YÜZDE 50'Sİ PSİKOLOJİK ŞİDDETE MARUZ KALMIŞ

Dünyada cinayet işleyenlerin profil analizini yapan Psikiyatrist Dr. Onur Okan Demirci, “Cinayet işleyenlerin çocukluk yaşamlarında yüzde 50'sinin psikolojik, yüzde 36'sının fiziksel, yüzde 26'sının cinsel istismara maruz kaldıkları ortaya çıkıyor” dedi.

Yapılan bir araştırmaya göre Türkiye'de 2019 yılında basına yansıyan 3 bin 623 silahlı şiddet olayında; 2 bin 211 kişi öldü, 3 bin 736 kişi de yaralandı. İstanbul Gelişim Üniversitesi'nden Psikiyatrist Dr. Onur Okan Demirci de; katillerin profil analizini yaptı. Gelişen yapay zekâ sistemleri ile birlikte günümüzde cinayet işlemesi muhtemelen olan kişilerin kişilik ve karakter yapılarının yorumlanabileceğini ve olası eylemlerinin tahmin edilebileceğini belirten Demirci, “Cinayet işleyenlerin çocukluk yaşamlarında yüzde 50'sinin psikolojik, yüzde 36'sının fiziksel, yüzde 26'sının cinsel istismara maruz kaldıkları ortaya çıkıyor. Katilleri, hayalperest, görev odaklı, hedonistlik (zevk odaklı), güç odaklı, heyecan odaklı, kar amaçlı odaklı, aile cinayetleri odaklı, mekân odaklı olarak sınıflandırabiliriz” dedi.

“ÇOCUKLUK ÇAĞINDA İSTİSMARA MARUZ KALMIŞLAR”

Psikiyatrist Dr. Onur Okan Demirci, “Katillerin çocukluk çağında istismar türlerinden en az birine maruz kaldığını söyleyebiliriz” dedi ve ekledi: “İstismar, kişinin çocukluk yaşamından bugüne kadar olan yaşam öyküsünde bir yerlerde fiziksel, cinsel ve/veya psikolojik kötüye kullanıma maruz kalması olarak tanımlanabilir. Çocukluk dönemi istismarları kişinin düşünce yapısında bazı anormalliklere neden oluyor. Bu kişilerin muhakeme ve yargılama sistemleri sağlıklı çalışmadığından, hatalı değerlendirmeler sonucunda kontrolsüz bir saldırgan yapıya sahip oluyorlar. Cinsel doyum için öldüren (tecavüz vs.) katillerin yapıları analiz edildiğinde bu kişilerin çocukluk yaşamında ihmal tarzı istismar hariç diğer tip istismarlara yüksek oranda maruz kaldıkları görülüyor. Cinayet eyleminden önce kişilerin davranış örüntülerini saptamak amacıyla kullanılan yöntem sayesinde katillerin tipolojileri şiddetli arzu (şehvet), güç, öfke, maddi kazanç odaklı olarak 4 sınıfa ayrılıyor. Çocukluk yaşamında cinsel istismara maruz

kalan katiller cinsel tiyolojiere uyan cinayetler işlemede iken, fiziksel istismara maruz kalmış katiller cinayetlerini aşırı düzeyde şiddet içerecek şekilde gerçekleştiriyor.”