

Gönderim Tarihi: 07.06.2020
Kabul Tarihi: 08.06.2020
Yayımlanma Tarihi: 15.06.2020

Pandemi Süreciyle ‘Başa Çıkma’ya Yönelik Stratejiler*

İhsan ÇAPCIOĞLU**

Tarih, kitlelerin hayatını derinden etkileyen deprem, sel, kuraklık gibi doğal afetlerle birlikte, terör, şiddet, savaş ve salgın hastalık gibi çeşitli afetlerle doludur. Bu afetlerden bazıları, sadece belirli bir toplumun ya da sınırlı bir bölgede yaşayan insanların hayatını etkilerken, diğer bazılarının dünya çapında etkileri görülmüştür. Esasen toplumsal afetler, ortaya çıkardığı yıkıcı sonuçlarla toplumların hafızasında silinmesi zor izler bırakan tarihin dönüm noktaları olarak kaydedilmiştir. Günümüzde de, koronavirüs (covid-19) olarak adlandırılan ve küresel ölçekte her geçen gün binlerce kişinin ölümüne yol açan salgın bir hastalığın ya da pandeminin pençesinde benzer dönüm noktalarından birine tanıklık ediyoruz. İnsanlık ailesi olarak, bireysel ve toplumsal yaşam alanlarımızda yönetilmesi zor günler yaşıyoruz. Bireysel özgürlükleri ve toplumsal hayatı kısıtlayıcı karakteriyle bu sürecin ne kadar devam edeceğini ise henüz öngöremiyoruz.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), bütün dünyayı etkileyen ve pek çok ülkede toplumsal hayatı durma noktasına getiren bu beklenmedik gelişmenin yönetimi konusundaki farkındalığı yükseltmek için küresel acil durum ilan etmiş durumda. Ülkeler, sağlık ve ekonomi alanlarındaki lojistik kapasitelerine göre politikalar geliştiriyor, çeşitli önlemler alıyor. Elbette bu politikaların öncelikli amacı, küresel salgının ortaya çıkaracağı insani kayıplarla birlikte, ekonomik faturasını da olabildiğince azaltmak. Bütün dünya bu süreci en iyi şekilde

* Bu yazının ilk versiyonu, 18 Nisan 2020 tarihinde “Korona Günlerini Nasıl Yönetiyoruz?” başlığıyla www.islamvemedy.com’da yayımlanmıştır.

** Prof. Dr. Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Sosyolojisi Anabilim Dalı
e-posta: ihsancapcioglu@yahoo.com ORCID: 0000-0003-4796-5232

Atıf/Cite as: Çapcıoğlu, İ. (2020). Pandemi Süreciyle ‘Başa Çıkma’ya Yönelik Stratejiler. Dini Araştırmalar, 23 (57): 271-274, DOI: 10.15745/da.749604

yönetmek için canhıraş bir mücadele veriyor. Bununla birlikte, salgının yol açtığı ve sayısı her geçen gün katlanarak artan yeni vakalar ve ölümler, küresel ölçekte artçı şoklara yol açmaya devam ediyor. Ard arda gelen üzücü haberlerin etkisiyle insanlar adeta kitle iletişim araçlarından ve sosyal medyadan yayılan bilgilere kilitlemiş durumda. Esasen söz konusu kanallardan akan ve çoğunluğu birbirini tekrarlayan haberlerin beslediği belirsizlik atmosferi, bireylerin akıl, beden ve ruh sağlığı üzerinde onarılması güç yaralar açıyor; toplum ruh sağlığını gittikçe daha çok tehdit ediyor.

Ülkemizdeki ilk vakaların görülmeye başladığı 11 Mart 2020 tarihinden itibaren toplumca içine sürüklendiğimiz bu belirsizlik atmosferinde, zorunlu çalışanlar dışında hayatımız genellikle evlerimizde geçiyor. Bununla birlikte, evde geçen zamanda kendimizi nasıl yönettiğimiz sorusu, bugünlerde bireysel kontrol/denetim odağımızı işgal eden duyguların baskın karakterine göre değişkenlik gösteriyor. Başka bir ifadeyle, olağanüstü günlerin toplumsal atmosferini baskılayan iç karatıcı haberlerle başa çıkmaya yönelik stratejiler, bu sürecin nasıl yönetileceğini doğrudan etkiliyor. Bu stratejiler, sürecin yönünü de büyük ölçüde tayin ediyor. Bu çerçevede, bireysel yaşam alanlarının, Bourdieu'nun tabiriyle *habitus*'un, yönetimi konusunda genel olarak üç farklı strateji göze çarpıyor. Bunlardan ilki, küresel salgın haberlerinin yayılmaya başladığı günlerde yaşanan şokun etkisiyle, kaygı, suçluluk/ceza, inkar ve öfke gibi duygusal yaşantılarda gözlemlenen psikolojik reaksiyonlardır. Elbette gerilim üretme potansiyeli her zamankinden yüksek olan bu tür zamanlarda olumsuz duygusal yaşantılarla başa çıkmaya yönelik stratejiler, kontrol odaklarını yöneten duyguların yanı sıra, bireylerin kişilik tiplerine, afet ya da felaket algılarına ve içinde buldukları çevrenin psiko-sosyal karakterine göre farklılıklar gösterecektir. Sözgelimi, kontrol odağını güven, sevgi, umut ve sabır gibi olumlu duyguların yönettiği ve psikolojik ya da psiko-somatik rahatsızlığı olmayan sağlıklı psikolojiye sahip bireylerin, kontrol odağında korku, kaygı, öfke ve suçluluk gibi olumsuz duyguların baskın olduğu ve psikolojik altyapıları zayıf olan ya da aynı ölçüde güçlü olmayan kişilere göre, bu süreci başarıyla yönetme ve etkilerini azaltabilme olasılığı çok daha yüksek görünmektedir.

Pandemi sürecindeki kitlesel ölüm haberlerinin beraberinde getirdiği travmatik etkilerle başa çıkmakta zorlanan kişiler, kontrol edemedikleri olumsuz duygularla içine sürüklendikleri bunaltıcı atmosferi çevrelerine de yaya bilmektedir. Bu durumun doğal sonucu, bireysel tedirginlik/endişe alanının sınırlarının yakın ve uzak çevredeki kişileri de etkileyecek ölçüde genişlemesidir. Bu genişleme, kontrol odağını olumsuz duygulara terk eden kişilerin, gazete, radyo ve televizyon gibi geleneksel kitle iletişim araçlarından ve

yeni medyadan aldığı haberleri, doğruluğunu teyit etmeksizin etrafındaki insanlarla paylaşması ve böylece yalan yanlış bilgilerin gerçek dünyanın sınırlarını aşarak dijital uzamın uçsuz bucaksız dünyasına taşınmasıdır. Böylece gerçekliği süpheli bilgilerle duyguları kolaylıkla tetiklenen tedirgin kişilikler, küre çapında sanal bir korku kültürünün oluşumuna katkıda bulunmaktadır. Bu karamsar tablodan kurtulmasının yolu, kontrol odağımızı yeniden olumlu duygularla besleyerek kendi elimizle yarattığımız korku atmosferinden hızla uzaklaşmaktan geçmektedir. Çünkü pandemi sürecinin nereden ve nasıl yönetileceğini belirleyen ikinci bir stratejinin mümkün olduğu, ancak bu aşamada fark edilebilmektedir.

Bu strateji, bireyleri, duyguları üzerindeki denetimlerini yeniden ele almalarına imkan veren bir farkındalık alanına taşımaktadır. Böylece birey, yaşamının denetimini yeniden ele almaya yönelik çabalar sergileyerek kontrol edemediği duygulardan uzaklaşmaya başlamaktadır. Esasen bu, kendisine zarar veren her tür dış etkenden uzaklaşma, sürecin yönetimini dış kontrol odaklarının elinden alarak kendi öz/iç denetim alanına taşıma çabasıdır. Bu aşamada, psikolojik sağlığı bozulan bireylerde rastlanan güvensizlik, mutsuzluk, bencillik, aşırı tüketme isteği ve huzursuz ruh hali gibi depresif reaksiyonların yerini, güven, mutluluk, ölçülü tüketim ve huzurlu ruh hali gibi dengeli tutum ve davranışlar alacaktır. Elbette, bütün bunların gerçekleşmesi için bireysel farkındalık ve çabaların yanında, sosyal çevreden gelecek desteklere de ihtiyaç vardır. Bu aşamaya geçmeyi başaran birey, zamanla küresel salgının etkilerine karşı sadece kendisini değil, aile ve arkadaşlarıyla birlikte toplumun diğer bireylerini de koruyacak tedbirlere gönüllü bir şekilde uymayı kabul edecektir. Sözelimi, kişisel hijyene dikkat edecek, zorunlu olmadığı sürece evden çıkmayacak, çıkmak durumunda kaldığında ise fiziksel mesafe kuralına ve kamusal kısıtlamalara uyacaktır. Böylece bireysel sağlığı gibi toplum sağlığına da özen göstermeyi tercih edecektir. Çünkü bu aşamaya geçmeyi başaran birey, yaşanan sorunların üstesinden gelebilmek için sergilediği öznel bilinçli çabalar kadar ortak aklın işletilmesiyle alınan tedbirlere de ihtiyaç duyulduğunun farkındadır. Bu nedenle o, toplumsal sorumluluk bilinciyle bu yöndeki mücadelelere de gönüllü destek olacaktır. İşte bu farkındalık, yeni bir aşamanın, yani üçüncü stratejinin başlangıcını oluşturmaktadır.

Pandemi sürecinin yönetimine ilişkin üçüncü strateji, bireylerin olağanüstü koşulların beraberinde getirdiği yeni durumlara uyum kabiliyetiyle doğrudan ilişkilidir. Bununla birlikte, bu başa çıkma stratejisinde, ortaya çıkan krizlerin algılanma ve yönetilme biçimi, bir önceki aşamada olduğu gibi, bireylerin kendi kabiliyetlerine duyduğu güven kadar, sosyal çevrelerine ve

süreç içinde riskleri yöneten otoritelere duyduğu güvenle de doğru orantılıdır. Bu nedenle, söz konusu stratejinin sonuç verebilmesi için bireyler kadar kamu otoritelerine de önemli görevler düşmektedir. Zira toplumsal yaşam alanları gibi bireysel yaşam alanlarının da kamu otoriteleri tarafından korunması, desteklenmesi ve sağlıklı haberlerle beslenmesi gerekir. Ülkemizde, özellikle sağlık otoritelerinin bu husustaki çabaları kamuoyunda takdirle karşılanmış, sürecin beraberinde getirdiği risklerin azaltılmasına yönelik tedbirlere güvenle yaklaşmış ve bu tedbirlere farklı toplum kesimleri tarafından büyük ölçüde uyulmuştur. Bu yaklaşım, bireylerin süreç ve risk yönetimini kolaylaştıran, sürece ilişkin güven algılarını yükselterek risk algılarını düşüren önemli bir destek olarak işlevsel roller üstlenmeye devam etmektedir. Esasen zorda kalana el uzatarak temel ihtiyaçlarını karşılayan kamusal otoriteye güven algısının yüksek olması, bireylerin tercihleri üzerinde de benzer motivasyonel yönelimleri tetiklemektedir. Bu çerçevede, yakın çevresinden başlayarak ihtiyaç sahiplerine yardıma yönelik empatik davranışların toplum genelinde arttığı gözlenmektedir.

Pandemi sürecinin gündemine ilişkin gelişmelerin dünya ve ülke gündemini epeyce bir süre daha meşgul edeceği anlaşılmaktadır. Bu nedenle, bu olağanüstü sürecin beraberinde getirdiği travmatik sonuçlarla başa çıkmaya yönelik bu yazıda bahsedilen üç temel stratejiden hangisinin ya da hangilerinin, toplumun farklı kesimleri tarafından ne ölçüde sahiplenildiğinin ve operasyonelleştirildiğinin, yani toplumsal etkilerinin ivedilikle tespit edilmesine ihtiyaç vardır. Böylece, toplumun çeşitli kesimleri tarafından bu sürece yüklenen anlamın yanı sıra, farklı başa çıkma stratejilerinin saptanması da mümkün olacaktır. Toplumsal araştırmalarla elde edilecek bilimsel veriler, salgının geniş toplum katmanlarına yayılan etkilerinin, orta ve uzun vadedeki sonuçlarının ve sürecin ortaya çıkaracağı risklerin yönetilebilme potansiyellerinin görülmesini sağlayacaktır. Koronavirüs (covid-19) salgınıyla ya da pandemi ile mücadeleye yönelik çözüm odaklı, katılımcı, etkin ve iyileştirici sosyal politikaların geliştirilmesi, toplumsal gerçekliğin muhtemel tüm bileşenlerinin belirlenmesi ve anlaşılmasıyla mümkündür. Aksi halde, sürecin orta ve uzun vadedeki yüksek faturasıyla yüzleşmek durumunda kalmamız kuvvetle muhtemeldir. Bütün çabalarımıza rağmen, kontrolü bizim dışımızda gerçekleşen pek çok gelişmenin eşlik ettiği böylesine olağanüstü zamanları yenilenme fırsatına dönüştürecek, ülke ve insanlık adına verimli kılacak adımlar atmalıyız. Bu süreçte, geçmişin angajmanına, günün karamsarlığına ve geleceğin tasasına takılıp kalmadan içinde bulunduğumuz anı genişletip bereketlendirecek onarıcı, öğretici, geliştirici ve yenilikçi işlerle değerlendirmeliyiz.