



ARAŞTIRMA / RESEARCH

Covid-19 pandemi sürecinde sağlık çalışanlarında belirsizliğe tahammülsüzlük, ruminatif düşünme biçimi ve psikolojik sağlamlık düzeyleri

Levels of intolerance of uncertainty, rumination and resilience among healthcare workers during the Covid-19 pandemic

Adeviye Aydın¹ , Berna Ersoy Özcan² 

¹Sinop Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, ²Sosyal Hizmet Bölümü, Sinop, Turkey

Cukurova Medical Journal 2021;46(3):1191-1200.

Abstract

Purpose: The aim of this study is to examine the levels of intolerance of uncertainty, rumination and resilience among healthcare workers during the COVID-19 pandemic.

Materials and Methods: This descriptive and cross-sectional study was conducted with 310 healthcare workers. Data were collected using an Introductory Information Form, the Intolerance of Uncertainty Scale, the Ruminative Thought Style Questionnaire and the Brief Resilience Scale.

Results: In this study, it was found that ruminative thinking style was lower in healthcare workers aged 37 years and over and with more experience, and higher in shift workers. As a result of multiple linear regression analysis, it was determined that intolerance to uncertainty and psychological resilience have a significant effect on ruminative thinking style. Intolerance of uncertainty and resilience explained 38.5% of the total variance in rumination, and both variables were identified as significant predictors of rumination.

Conclusion: The levels of intolerance of uncertainty and rumination among healthcare workers can be reduced by closely monitoring the working conditions and mental states of the workers and developing programs to protect the workers from potential negative psychological effects and to improve their resilience.

Keywords: COVID-19, sağlık çalışanları, ruminasyon, belirsizliğe tahammülsüzlük, psikolojik sağlamlık

Öz

Amaç: Araştırmada sağlık çalışanlarında COVID-19 pandemi sürecinde belirsizliğe tahammülsüzlük, ruminatif düşünme biçimleri ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Tanımlayıcı ve kesitsel tasarımda olan bu araştırma 310 sağlık çalışanı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada “Tanıtıcı Bilgi Formu”, “Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği”, “Ruminatif Düşünme Biçimi” ve “Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” kullanılmıştır.

Bulgular: Bu çalışmada, 37 yaş ve üzerinde ve deneyimi fazla olan sağlık çalışanlarında ruminatif düşünme biçiminin daha düşük olduğu, vardiyalı çalışanlarda ise daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlamlığın ruminatif düşünme biçimi üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlamlık, ruminatif düşünme biçiminde toplam varyansın %38,5’ini açıklamakta ve her iki değişkenin ruminatif düşünme biçiminin anlamlı bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Sağlık çalışanlarında belirsizliğe tahammülsüzlük ve ruminasyon düzeylerinin azalmasında çalışanların çalışma koşullarının ve ruhsal durumlarının yakından takip edilmesi, çalışanların oluşabilecek olumsuz ruhsal etkilerden korunması ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin artırılmasına yönelik programların oluşturulması sağlanabilir.

Anahtar kelimeler: COVID-19, healthcare workers, rumination, intolerance of uncertainty, psychological resilience

Yazışma Adresi/Address for Correspondence: Dr. Adeviye Aydın, Sinop Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Sinop, Turkey E mail: adeviye86@gmail.com

Geliş tarihi/Received: 22.04.2021 Kabul tarihi/Accepted: 20.06.2021 Çevrimiçi yayın/Published online: 23.07.2021

GİRİŞ

Dünya çapında COVID-19 salgınının yayılmasını önlemek için çeşitli önlemler gerçekleştirilmektedir. Ancak ilk vakanın duyurulmasından günümüze kadar geçen süreçte vaka ve vefat eden bireylerin toplam sayısında halen artış görülmektedir. Türkiye’de 16 Nisan 2021 tarihi itibarıyla toplam vaka sayısı 4.150.039, kaybedilen birey sayısı ise 35.520 kişidir¹. Küresel bir sağlık sorunu olan COVID-19 bireylerin ruh sağlığı üzerinde stres, anksiyete, korku, kızgınlık, içe kapanma gibi etkiler oluşturmaktadır².

Salgınla mücadelede sağlık çalışanları mesleki sorumluluklarını gerçekleştirmede en ön sıralarda yer almakta ve cephede savaşmaya devam etmektedir^{3, 4}. Sağlık çalışanları salgın kriziyle mücadelede yorucu çalışma saatleri, kişisel korunma önlemleri ve malzeme eksikliği, virüsün bulaşma ve yayılma korkusu gibi çeşitli sorunları yönetmekte ve aktif rol almaktadırlar⁵. Sağlık çalışanlarında ruh sağlığı açısından COVID-19 riskinin yüksek olduğu ortamda çalışmalarını ve iş yüklerinin artması sonucu olumsuz etkiler meydana gelmektedir.⁶ Ruhsal sorunların oluşumunda bireylerin düşünme biçimleri önemli rol almaktadır. Bireylerin düşünce biçimlerinden ruminatif düşünme depresyon, anksiyete, tıkanırmasına yeme, aşırı alkol tüketimi ve kendine zarar verme gibi ruhsal sorunlarla ilişkilidir. Ruminasyon tekrarlayıcı olumsuz olaylarla ilişkili düşüncelerin ve duyguların hatırlanması ile karakterize düşünce biçimidir⁷. COVID-19 salgını yaşamda ani değişimler, belirsizlik, kontrol kaybı ve stresörleri de beraberinde getirdiği için bilişsel açıdan bireylerin olumsuz düşünme biçimlerini tekrarlı şekilde düşünme olarak adlandırılan ruminatif düşünmeye yönelik eğilimi de artırabilmektedir. Bu eğilim ise stres faktörlerini artırabildiği gibi olumsuz psikolojik sonuçların artmasına da neden olabilmektedir^{8,9}.

COVID-19 salgını yayılımını engellenmesi ve yeniden eski yaşam düzenine geçilmesi konusunda belirsizliği de beraberinde getirmektedir. Ayrıca günlük yaşamda belirsizlik risk etkeninin ne zaman gerçekleşeceğine yönelik tehdidi ifade etmektedir. Bireylerin endişelerinin artması ruhsal sıkıntı oluşturmada bu durum bireylerde süreçteki belirsizliğin üstesinden gelmelerini zorlaştırabilmektedir¹⁰. Belirsizliğe tahammülsüzlük kavramı “belirsiz durumlara karşı bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkileri ve gelecekle ilgili kontrol teşebbüsünü” ifade etmektedir¹¹. Pandeminin etkileri sonucunda yaşanan belirsizlik

durumu tolere edilemediği ve tehdit edici algılandığı takdirde bireylerde kaygının ve korkunun artmasına neden olabilmektedir^{12,13}. Belirsizlik, günlük rutinler ve etkileşimin bozulmasına neden olarak kontrol kaybını tetikleyebilmektedir.

Gelecek ile ilgili endişenin yoğun olduğu salgın sürecinde bireylerin psikolojik sağlamlığı önemli bir role sahiptir. Psikolojik açıdan sağlam bireyler stresli olaylara dayanıklıdır bu tür olayları tehdit olarak algılamadan yeteneklerini gerçekleştirmek için bir fırsat olarak değerlendirmektedir¹⁴. Pandemide psikolojik sağlamlığın incelendiği bir çalışmada salgına yönelik gerekli önlemleri alan bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyinin yüksek olduğu belirlenmiştir¹⁰. Bu süreçte bireylerin psikolojik açıdan sağlamlığının yüksek olması salgının oluşturduğu belirsizliğe yönelik tahammülsüzlüğünde azalmasına yol açmaktadır¹⁵. Sağlık çalışanlarının pandemi sürecinde yüksek risk altında olmasının yanında çalışma koşullarının ağırlığı gibi faktörlerden dolayı psikolojik sağlamlıkları etkilenebilmektedir. Sağlık çalışanları ile gerçekleştirilen çalışmada sağlık çalışanları arasında psikolojik sağlamlık düzeyinin en düşük olduğu grubun hekimler olduğu belirlenmiştir¹⁶. Salgında korku ve endişenin yanında stresi azaltmada ve psikolojik sağlamlığı artırmada kabul temelli başa çıkma, farkındalık uygulaması gibi çok çeşitli başa çıkma mekanizmalarının kullanılabileceği önerilmektedir¹⁷. COVID-19 salgını dünya çapında yayılım gösteren bir halk sağlığı sorunu olup hastalıkla mücadelede sağlık çalışanları önemli konumda yer almaktadır. Salgında sağlık çalışanlarının çeşitli önlem, koruma ve tedavi aşamalarında aktif rol alması ve çeşitli psikolojik risklere maruz kalması nedeniyle salgının oluşturduğu belirsizlik ve ruminatif düşünmeye yönelik etkilerin ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin bu risk grubunda da incelenmesi oldukça önemlidir. Bu nedenle bu araştırmada COVID-19 pandemi sürecinde belirsizliğe tahammülsüzlük, ruminatif düşünce biçimleri ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmanın araştırma soruları şu şekildedir: a) Sağlık çalışanlarının belirsizliğe tahammülsüzlük, ruminatif düşünce biçimleri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri nedir? Tanıtıcı özelliklere göre nasıl dağılım göstermektedir? b) Sağlık çalışanlarının belirsizliğe tahammülsüzlük, ruminatif düşünce biçimleri ve psikolojik sağlamlık puanları arasında ilişki var mıdır? c) Sağlık çalışanlarının ruminatif düşünce biçimleri puanlarını etkileyen değişkenler nelerdir?

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın etik açıdan uygunluğu Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu tarafından 03.02.2021 tarihinde değerlendirilmiş ve 2021/4 karar sayısı ile etik yönden uygunluğuna karar verilmiştir. Çalışmanın kapsamı COVID-19 salgını ile ilişkili olduğu için Sağlık Bakanlığı Bilimsel Araştırmalar tarafından da değerlendirilmiş ve gerekli onay alınmıştır.

Örneklem

Araştırma tanımlayıcı kesitsel türde bir çalışma olup evrenini Türkiye’de çalışan sağlık çalışanları oluşturmuştur. Örneklem seçiminde rastgele örneklem yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya dahil edilmede, sağlık çalışanı olma, bilişsel ve algısal sorunu olmama ve araştırmaya katılmaya gönüllü olma kriterleri aranmıştır. Yapılan literatür taramasında Satıcı ve arkadaşlarının¹⁸ gerçekleştirdiği çalışma bulguları referans alınarak araştırma öncesi örneklem hesaplanmıştır. Yüzde ölçüm değerleri baz alınarak 0,158 etki büyüklüğü, %80 güç ve 0,05 hata payı ile G-POWER 13.1 programı kullanılarak bulunan toplam örneklem büyüklüğü $n=309$ ’dur. Araştırmaya toplam 319 kişi katılmış, 9 kişi araştırma kriterlerine uygun olmadığından araştırma dışı bırakılmış ve araştırma 310 sağlık çalışanı ile gerçekleştirilmiştir. Veriler online ortamda 14.02.2021-17.03.2021 tarihleri arasında toplanmıştır. Araştırmacılar tarafından oluşturulan ve veri toplamada kullanılan sorular Google Form aracılığıyla online ortama aktarılmıştır.

Veri toplama araçları

Araştırmada Tanıtıcı Bilgi Formu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Ruminatif Düşünce Biçimi ve Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği kullanılarak veriler toplanmıştır.

Tanıtıcı Bilgi Formu

Bu form, yaş, meslek, cinsiyet, çalışma süresi, çocuk sayısı, çalışma şekli, çalışılan kurum, COVID-19 tanısı alma durumu gibi 11 sorudan oluşmaktadır.

Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği

Carleton, Norton, & Asmundson¹⁹ geliştirmiş olduğu ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını Sarıçam ve arkadaşları²⁰ gerçekleştirmiştir. Ölçek ileriye yönelik kaygı ve engelleyici kaygı olmak üzere iki alt boyuttan ve 12 maddeden oluşmaktadır.

Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçek puanı, alt boyutlara ve toplam puana göre ayrı ayrı hesaplanabilmektedir. Ölçekten alınan puan arttıkça, belirsizliğe tahammülsüzlük puanı artmaktadır. Türkçe uyarlamasında Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ölçeğin geneli için 0.88; ileriye yönelik kaygı alt boyutu için 0.84, engelleyici kaygı alt boyutu için 0.77 olarak bulunmuştur²⁰. Bu çalışmanın Cronbach alfa katsayısı ölçeğin geneli için 0.89; ileriye yönelik kaygı alt boyutu için 0.81, engelleyici kaygı alt boyutu için 0.88 olduğu belirlenmiştir.

Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği

Ruminatif düşünce tekrarlayıcı, kontrol edilemeyen geri dönüşlü bir düşünme biçimidir. Brinker ve Dozois²¹ tarafından geliştirilen ölçek 20 madde ve 7’li likert türünde bir ölçüm aracıdır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Karatepe²² tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek puanlamasında herhangi bir kesme noktası bulunmamaktadır. Ölçekten alınan toplam puanının artması, ruminatif düşünme biçiminin artırmaktadır²². Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik bulgularına göre orijinalle uyumlu tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu toplam varyansın %63,43 açıkladığı belirlenmiştir. Güvenirlik analizinde Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı $r = 0.907$, madde toplam korelasyon katsayısı ise 0.474 ile 0.699 aralığında hesaplanmıştır²². Bu çalışmanın Cronbach alfa katsayısı 0.95 olarak hesaplanmıştır.

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)

Smith ve arkadaşları²³ tarafından geliştirilen ölçüm aracı Doğan²⁴ tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçek, 5’li likert tipinde, 6 maddeden oluşmaktadır. Tek faktörlü bir yapıya sahip olan ölçeğin varyansın %54.66’sını açıkladığı belirlenmiştir. Cronbach alfa katsayısı $\alpha = 0.81$ olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan yüksek puan, psikolojik sağlamlığın yüksek olduğunu göstermektedir²⁴. Bu çalışmanın Cronbach alfa katsayısı 0.86 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi: Verilerin değerlendirilmesi SPSS-version 25.0 programı ile gerçekleştirilmiştir. Tanımlayıcı istatistiklerde sayı, yüzde ve ortalamalardan yararlanılmıştır. Veriler parametrik test varsayımlarını karşıladığı için bağımsız gruplarda t test, tek yönlü varyans analizi, ikili karşılaştırmalarda ise Tukey HSD testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile test edilmiştir. Ruminatif düşünme biçimini yordayan değişkenleri belirlemede çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır.

BULGULAR

Araştırmada yer alan katılımcıların tanıtıcı özellikleri incelendiğinde; %40,3'ü 26-36 yaş aralığında, %81,0'ı kadın, %52,3'ü evli, %53,9'u çocuk sahibi, %65,5'i hemşire, %65,8'i lisans mezunu olduğu, %48,1'inin 5 yıl ve daha az süredir meslekte çalıştığı, %58,4'ünün vardiyalı olarak çalıştığı, %67,4'ünün Devlet/Eğitim Araştırma Hastanesinde çalıştığı ve %71,9'unun COVID-19 tanısı almadığı belirlenmiştir (Tablo 1). Çalışmada incelenen ölçeklerin puan ortalamaları

Tablo 2'de verilmiştir. Sağlık çalışanlarının belirsizliğe tahammülsüzlük toplam puan ortalaması (38,28±8,71) ortalamının üzerinde, ileriye yönelik kaygı puan ortalaması 23,41±4,98; engelleyici kaygı puan ortalaması ise 14,87±4,56 olduğu saptanmıştır. Katılımcıların Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeğinin puan ortalaması 91,37±23,82 olarak belirlenmiş olup ortalamının üzerinde olduğu görülmektedir. Psikolojik sağlamlık puan ortalaması incelendiğinde ise 18,95±4,36 ile ortalama bir değere sahip olduğu saptanmıştır.

Tablo 1. Sağlık çalışanlarında tanıtıcı özellikler

	n	%
Yaş 32,13±8,15 (Min:21-Max:59)		
25 yaş altı	88	28,4
26-36 yaş	125	40,3
37 ve üzeri	97	31,3
Cinsiyet		
Kadın	251	81,0
Erkek	59	19,0
Medeni Durum		
Bekar	148	47,7
Evli	162	52,3
Çocuk Sahibi Olma Durumu		
Evet	143	46,1
Hayır	167	53,9
Meslek		
Hemşire	203	65,5
Diğer (hekim, diyetisyen, psikolog, att, tekniker vb)	107	34,5
Eğitim Durumu		
Lise-Önlisans	37	11,9
Lisans	204	65,8
Lisansüstü	69	22,3
Çalışma süresi		
5 yıl ve altı	149	48,1
6-15 yıl	85	27,4
16 yıl ve üzeri	76	24,5
Çalışma Şekli		
Vardiyalı	181	58,4
Sadece gündüz	129	41,6
Çalışılan Kurum		
Devlet /Eğitim Araştırma Hastanesi	209	67,4
Üniversite Hastanesi	46	14,9
Özel Hastanesi	14	4,5
Diğer	41	13,2
COVID-19 Tanısı Alma Durumu		
Evet	87	28,1
Hayır	223	71,9

Tablo 2. Belirsizliğe tahammülsüzlük, psikolojik sağlamlık ve ruminatif düşünme biçimi puan ortalamaları

Ölçek Puanı ve Alt Boyutlar	$\bar{x} \pm SS$	Min-Max
İleriye yönelik kaygı	23,41±4,98	10-35
Engelleyici kaygı	14,87±4,56	5-25
Belirsizliğe Tahammülsüzlük Toplam Puanı	38,28±8,71	15-60
Ruminatif Düşünme Biçimi Puanı	91,37±23,82	33-140
Psikolojik Sağlamlık Puanı	18,95±4,36	6-30

Sağlık çalışanlarının tanıtıcı özelliklerinden yaş, çalışma şekli ve çalışma süresine göre Ruminatif Düşünme Biçimi ölçeğinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. 37 yaş ve üzerindeki bireylerin diğer yaş aralıklarına göre ruminatif düşünme biçiminin daha yüksek olduğu (84,64±24,90; $p < 0.05$) belirlenmiştir. Ayrıca çalışma süresine göre 5 yıl ve altında çalışan sağlık çalışanlarının ruminatif düşünme biçimi puan ortalamalarının (96,48±22,35), 6-15 yıldır (87,78±22,29) ve 16 yıl ve üzeri sürede (85,37±26,31)

çalışanlardan daha yüksek olduğu, deneyimi az olan sağlık çalışanlarının ruminatif düşünme puan ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir ($p < 0.05$). Çalışma şekline göre sağlık çalışanlarında vardiyalı çalışanların ruminatif düşünme biçiminin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırmada cinsiyet, medeni durum, çocuk sahibi olma durumu, meslek, COVID-19 tanısı alma durumu ve eğitim düzeyine göre ölçek puanları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p > 0.05$) (Tablo 3).

Tablo 3. Tanıtıcı özelliklere göre ölçek puanlarının karşılaştırılması

Tanıtıcı Özellikler	KPSÖ	RDSÖ	BTÖ		
			İleriye yönelik kaygı	Engelleyici kaygı	Toplam
Yaş					
25 yaş ve altı ^a	18,66±4,21	96,00±22,65	23,31±4,72	15,10±4,43	38,41±8,29
26-36 yaş ^b	18,81±4,32	93,34±22,79	23,23±5,14	14,99±4,48	38,22±8,82
37 yaş ve üzeri ^c	19,39±4,57	84,64±24,90	23,72±5,05	14,52±4,79	38,24±9,01
İstatistiksel Analiz	F=,757 p=,470	F=6,159 p=,002	F=,287 p=,751	F=,451 p=,637	F=,013 p=,987
Tukey HSD					
Çalışma Şekli					
Vardiyalı	18,79±4,17	93,97±23,73	23,72±4,91	15,07±4,56	38,80±8,73
Sadece gündüz	19,17±4,64	87,73±23,56	22,95±5,06	14,60±4,55	37,56±8,66
İstatistiksel Analiz	t=-,756 p=,450	t=2,288 p=,023	t=1,353 p=,177	t=,879 p=,380	t=1,234 p=,218
Çalışma süresi					
5 yıl ve altı ^a	18,36±4,36	96,48±22,35	23,52±4,86	15,30±4,36	38,83±8,41
6-15 yıl ^b	19,68±4,29	87,78±22,29	22,61±5,20	14,06±4,50	36,67±8,76
16 yıl ve üzeri ^c	19,28±4,35	85,37±26,31	24,07±4,92	14,95±4,93	39,01±9,10
İstatistiksel Analiz	F=2,791 p=,063	F=7,080 p=,001	F=1,797 p=,168	F=2,042 p=,132	F=2,027 p=,133
Tukey HSD					

KPSÖ: Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, RDSÖ: Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği, BTÖ: Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği

Belirsizliğe tahammülsüzlük toplam puanı ile ruminatif düşünme biçimi puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki ($r=0.549$), psikolojik sağlamlık puanı ile ise negatif yönde orta düzeyde bir

ilişki ($r=-0.439$) bulunmuştur. Diğer taraftan ruminatif düşünme biçimi ile psikolojik sağlamlık puanları arasında negatif bir ilişki ($r=-0.501$) olduğu belirlenmiştir ($p < 0.01$) (Tablo 4).

Tablo 4. Belirsizliğe tahammülsüzlük, psikolojik sağlamlık ve ruminatif düşünme biçimi arasındaki ilişki

	1	2	3	4	5
İleriye yönelik kaygı	-				
Engelleyici kaygı	,666**	-			
Belirsizliğe Tahammülsüzlük Toplam Puanı	,921**	,904**	-		
Ruminatif Düşünme Biçimi Puanı	,479**	,526**	,549**	-	
Psikolojik Sağlamlık Puanı	-,359**	-,447**	-,439**	-,501**	-

**p<0.01

Çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlamlığın ruminatif düşünme biçimi üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu belirlenmiştir (R= ,620, R²= ,385, p<0.001). Buna göre belirsizliğe tahammülsüzlük ve

psikolojik sağlamlık ruminatif düşünme biçimi toplam varyansın %38.5'ini açıklamakta ve her iki değişkenin ruminatif düşünme biçiminin anlamlı yordayıcı bir etkisinin olduğu söylenebilmektedir (Tablo 5).

Tablo 5. Ruminatif düşünme biçiminin yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi

Değişkenler	B	S.H	β	t	p
Sabit	81,872	8,864		9,236	,000
BTÖ	1,116	,136	,408	8,185	,000
KPSÖ	-1,753	,272	-,321	-6,446	,000
R= ,620 R ² = ,385 F= 96,008 p<0.001					

BTÖ: Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği; KPSÖ: Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği; SH: Standard Hata

TARTIŞMA

Bu çalışma, COVID-19 pandemi sürecinde sağlık çalışanlarının belirsizliğe tahammülsüzlük, ruminatif düşünce biçimleri ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Tüm dünyada COVID-19 salgını sırasında sağlık çalışanları, hasta sayılarının artması, çalışma koşullarının giderek ağırlaşması, hastalığın ailelerine ve kendilerine bulaşmasına yönelik endişe duymaları nedeniyle ruhsal olarak bazı sorunlar yaşamaktadırlar. Ruhsal semptomların şiddeti çeşitli tanıtıcı özellikler, bireyin durumu algılama derecesi, uzmanlık, motivasyon ve COVID-19 hastalarına yakınlıktan etkilendiği belirtilmiştir²⁵. Çalışmamızda ruminatif düşünme ölçeğinden alınan puan ortalamasının üzerinde bulunmuştur. Ruminasyon, olumsuz duygulara odaklanan tekrarlayan düşünceleri ifade etmektedir²⁶. Salgının ani ve hızlı bir şekilde ilerlemesi, salgınla birlikte belirsizliğin artması, iş yükünün artışı sağlık çalışanlarında görülen ruhsal semptomların artmasına yol açarak bireylerin bilişsel yünden olumsuzya odaklanmalarına ve dolayısıyla ruminatif düşünme biçimini sıklıkla kullanmalarına neden olabilmektedir. COVID-19 salgını, uluslararası

önemi olan bir halk sağlığı sorunu olup psikolojik dayanıklılık için çeşitli zorlukları da beraberinde getirmektedir ve bireylerde ruhsal sorunlar sıklıkla görülebilmektedir^{27,28}.

Bu çalışmada, sağlık çalışanlarının psikolojik sağlamlık puan ortalaması 18,95±4,36 olarak bulunmuştur. Benzer biçimde Bozdağ ve Ergün'ün¹⁶ sağlık çalışanları ile gerçekleştirdiği çalışmada, sağlık çalışanlarının psikolojik sağlamlık puanı 18,43±3,31 olduğu saptanmıştır. Amerika'da pandeminin ilk haftalarında psikolojik dayanıklılığın önemli ölçüde düşük olduğu bulunmuştur²⁹. Bireylerde psikolojik dayanıklılığın düşük olması, salgının akut döneminde bireylerin ruhsal yönden etkilenmeleri, belirsizliğin üstesinden gelememeleri ve yaşam koşullarının farklılaşması gibi nedenlerden kaynaklanabilir. Çalışmamızda sağlık çalışanlarının psikolojik dayanıklılığının orta düzeyde olmasını, çalışmanın pandeminin ilerleyen dönemlerinde gerçekleştirilmiş olması ayrıca bilinçliliğin ve baş etmeye yönelik stratejilerin gelişmesiyle açıklanabileceği düşünülmektedir.

Günlük yaşamın farklı alanlarında COVID-19 olağanüstü düzeyde belirsizliğe yol açmıştır³⁰.

Çalışmada, belirsizliğe tahammülsüzlük toplam puanı ortalamasının üzerinde $38,28 \pm 8,71$ olarak bulunmuştur. Çalışmanın örneklem grubunun, büyük çoğunluğu hemşirelerden oluşmakta olup benzer biçimde Türkiye’de gerçekleştirilmiş bir çalışmada da hemşire ve ebelerin belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeğinden $35,16 \pm 9,42$ puan aldığı belirtilmiştir³¹. Bir diğer çalışmada da belirsizliğe tahammülsüzlük puanının $39,14 \pm 9,31$ olduğu saptanmıştır³². Benzer ve farklı örneklerdeki çalışmalardan elde edilen belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamalarının birbirine yakın değerlerde olduğunu göstermektedir. Özellikle bu süreçte vaka sayılarının ve vefat eden bireylerin sayılarının artması, sağlık çalışanlarında belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinde artışa yol açabilmektedir. Bir diğer yandan COVID-19 sürecinde belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin artması ile depresyon, anksiyete, stres, sağlık anksiyetesi, duygusal yeme, COVID-19 korkusu ve anksiyetesinde olumsuz etkiye yol açtığı görülmektedir³²⁻³⁶. Sağlık sektörü çalışanlarından hekimlerin büyük bir çoğunluğunda belirsizlik algılarının ve hayal kırıklıklarının bulunduğu görülmüştür³⁷. Özellikle sağlık çalışanlarında, sağlık hizmeti sunumunda salgına yönelik bulaş korkusu yanında çalışma koşullarının ağırlığı, günlük rutinin bozulması, algılanan kontrol kaybına ilişkin duygular, aile desteğinin azalması ya da yokluğu ve sosyal ortamdan uzaklaşma, sağlık çalışanlarında belirsizliğin artmasına neden olabilmektedir¹⁸.

Çalışmada tanıtıcı özelliklerden yaş ve çalışma süresine göre ruminatif düşünme biçiminde anlamlı farklılıklar görülmüştür. Yaş ve deneyimin fazla olduğu sağlık çalışanlarında ruminatif düşünme puan ortalamasının daha düşük olduğu belirlenmiştir. Bu durum bireylerin gelişim dönemleriyle birlikte olaylara bakış açılarının değişmesi, tekrarlayıcı düşünceler yerine gerçekçi bakış açısının gelişmesinden kaynaklanabilir. Bir diğer yandan yaşa ve deneyime göre belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlık arasında herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır. Literatürde 25 yaş altındaki bireylerde dayanıklılığın daha düşük olduğu, yaş arttıkça belirsizliğin tahammülsüzlüğü arttırdığı görülmektedir^{32,38}. Benzer biçimde hemşirelerde deneyim azlığı dayanıklılığı azaltmış, diğer yandan deneyimi az olan hekimlerde hayal kırıklığı gibi olumsuz duygusal tepkilerin gelişmesine neden olmuştur^{37, 38}.

Sağlık çalışanlarının çalışma şekline göre vardiyalı çalışanların ruminatif düşünme biçiminin daha

yüksek olduğu saptanmıştır. Sağlık çalışanlarında yapılmış bir çalışmada yarı zamanlı işlerde çalışan sağlık çalışanlarının daha fazla ruhsal belirtilere sahip olduğu, vardiyalı çalışanların ise psikolojik sorunlarla karşı karşıya kaldığı belirtilmiştir³⁹. Literatürde sağlık çalışanları ile gerçekleştirilen çalışmalarda gece vardiyasında çalışmanın gastrointestinal ve hormonal problemlere, ruhsal ve bilişsel durum değişikliklerine yol açtığı ve gece vardiyasında çalışılan gün sayısı arttıkça, depresyon belirtilerine sahip olma riskinin daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur^{40,41}. Bu bulgular vardiyalı çalışma sisteminin sağlık çalışanlarında daha fazla ruminasyona neden olduğunu destekler niteliktedir. Bu nedenle, sağlık çalışanları için dinlenme saatlerine özen gösterilmesi gerektiği vurgulanmaktadır³⁹. Sonuç olarak fiziksel ve ruhsal sorunlar vardiyalı çalışan sağlık çalışanlarında sıklıkla ortaya çıkmakta ve bu durum sağlık çalışanlarının ruminatif düşüncelerini etkilemektedir.

Çalışmada ruminatif düşünme biçimi ile psikolojik sağlık arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Bu durum sağlık çalışanlarında ruminasyonun artması ile psikolojik sağlamlıklarının azaldığını göstermektedir. Araştırmalar, ruminasyonun ruh sağlığını tehdit edebileceğini ve depresyon dahil olmak üzere olumsuz ruhsal sorunları artırabileceğini, anksiyete, yeme bozuklukları, aşırı alkol tüketimi ve kendine zarar verme gibi psikopatolojilerle de ilişkili olduğunu göstermektedir^{18,42-44}. Bu nedenle, COVID-19 salgını ile baş etmede ruminatif düşüncelerin azaltılması ve psikolojik dayanıklılığın artırılmasına yönelik koruyucu ruh sağlığı uygulamalarının geliştirilmesi ve uygulanması gerekmektedir^{29,45}.

Sağlık çalışanlarında belirsizlik arttıkça, ruminasyonun arttığı ve psikolojik sağlamlıklarının azaldığı belirlenmiştir. Farklı örneklem gruplarıyla yapılan çalışmalarda belirsizliğe tahammülsüzlüğün, psikososyal ve ruhsal sorunlarla, COVID-19 korkusuyla ilişkili olduğu ayrıca psikolojik dayanıklılığı azalttığı görülmektedir^{30,32,34,46-49}. Ayrıca, çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlamlığın, ruminatif düşünme biçiminde anlamlı etkisinin olduğu ve toplam varyansın %38,5’ini açıkladığı görülmektedir. Ruminasyonun öne çıkan özelliği bireyin olumsuz duygulara odaklanması ve bu odaklanmanın sorun çözme becerilerini etkilemesidir⁴⁴. Yetişkinlerle yapılan bir çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlüğün ruminasyonun pozitif bir yordayıcısı olduğu ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün ruminasyon aracılığı ile ruhsal

sağlık üzerinde anlamlı bir dolaylı etkisinin olduğu belirtilmiştir¹⁸.

Bu çalışmanın birkaç sınırlılığı bulunmaktadır. Araştırma, tanımlayıcı kesitsel türde tasarlanmış olup ölçüm araçları arasında ilişkisellik incelenmiştir. Bu nedenle araştırmada nedensellik ortaya konulmamaktadır. İkinci bir sınırlılık ise araştırma verileri web tabanlı anket formu aracılığıyla toplanmış olup online ulaşılamayan sağlık çalışanları araştırmaya dahil edilememiştir. Bu nedenle araştırma verileri tüm sağlık çalışanlarına genellenemez.

COVID-19'un potansiyel olarak geniş kapsamlı ruh sağlığı üzerine etkisi göz önüne alındığında, sağlık çalışanlarını pandeminin olumsuz ruhsal etkilerinden korumak çok önemlidir⁵⁰. Bu çalışmada sağlık çalışanlarında ruminatif düşünme biçimi puan ortalaması ortalamanın üzerinde ve psikolojik sağlamlık puan ortalaması ortalama bir değere sahip olduğu saptanmıştır. 37 yaş ve üzerinde olan sağlık çalışanlarının ruminatif düşünme puanının düşük olduğu belirlenmiştir. Vardiyalı çalışan sağlık çalışanlarının ise daha yüksek ruminatif düşünme biçimine sahip olduğu görülmüştür. Çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlamlık ruminatif düşünme biçiminde toplam varyansın %38.5'ini açıklamaktadır. 25 yaş altında, 26-36 yaş aralığında ve vardiyalı çalışan sağlık çalışanlarında ruminatif düşünme biçiminin yüksek olması nedeniyle bu özel gruba yönelik olumlu düşünme becerilerinin gelişmesi için eğitim programlarının oluşturulması, vardiyalı çalışma koşullarının iyileştirilmesi, dinlenme molalarının oluşturulması ve motivasyonlarının artırılmasına yönelik etkinlikler düzenlenebilir. Sağlık çalışanlarında belirsizliğe tahammülsüzlük ve ruminatif düşüncelerin azaltılması açısından ruhsal durumlarının yakından takip edilmesi, çalışanların oluşabilecek olumsuz ruhsal etkilerden korunması ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin artırılmasına yönelik programların oluşturulması önerilmektedir.

Yazar Katkıları: Çalışma konsepti/Tasarımı: AA; Veri toplama: AA, BEÖ; Veri analizi ve yorumlama: AA; Yazı taslağı: AA, BEÖ; İçeriğin eleştirel incelenmesi: AA, BEÖ; Son onay ve sorumluluk: AA, BEÖ; Teknik ve malzeme desteği: AA, BEÖ; Süpervizyon: AA; Fon sağlama (mevcut ise): yok.

Etik Onay: Bu çalışma için Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu tarafından 03.02.2021 tarihinde değerlendirilmiş ve 2021/4 karar sayısı ile etik yönden uygunluğuna karar verilmiştir.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması beyan etmemişlerdir.

Finansal Destek: Yazarlar finansal destek beyan etmemişlerdir.

Author Contributions: Concept/Design : AA; Data acquisition: AA, BEÖ; Data analysis and interpretation: AA; Drafting manuscript: AA, BEÖ; Critical revision of manuscript: AA, BEÖ; Final approval and accountability: AA, BEÖ; Technical or material support: AA, BEÖ; Supervision: AA; Securing funding (if available): n/a.

Ethical Approval: For this study, it was evaluated by Sinop University Human Research Ethics Committee on 03.02.2021 and it was decided that it is ethically appropriate with the decision number 2021/4.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: Authors declared no conflict of interest.

Financial Disclosure: Authors declared no financial support

KAYNAKLAR

1. Sağlık Bakanlığı. Türkiye COVID-19 Hasta Tablosu. <https://covid19.saglik.gov.tr/> (Erişim Tarihi: 17 Nisan 2021).
2. World Health Organization. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. <https://www.who.int/default-source/coronaviruse> (Erişim Tarihi: 02.04.2020).
3. Ehrlich H, McKenney M, Elkbulli A. Protecting our healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *Am J Emerg Med.* 2020;38:1527–28.
4. Hiçdurmaz D, Uzar Özçetin S. COVID-19 pandemisinde ön safta çalışan hemşirelerin ruhsal sağlığının korunması ve ruhsal travmanın önlenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi.* 2020; 7(Özel Sayı):1-7.
5. Kalaitzaki A, Tamiolaki A, Rovithis M. The healthcare professionals amidst COVID-19 pandemic: A perspective of resilience and posttraumatic growth. *Asian J Psychiatr.* 2020; 52: 102172.
6. Lai J, Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Netw Open.* 2020; doi: 10.1001/jamanetworkopen.2020.3976.
7. Nolen-Hoeksema S, Wisco BE, Lyubomirsky S. Rethinking rumination. *Perspect Psychol Sci.* 2008;3:400-24.
8. Ye B, Wu D, Im H, Liu M, Wang X, Yang Q. Stressors of COVID-19 and stress consequences: The mediating role of rumination and the moderating role of psychological support. *Child Youth Serv Rev.* 2020;118:105466.
9. Ocalan S, Uzar-Ozçetin YS. COVID-19 pandemisi sürecinde ruminasyon ve ruh sağlığına etkileri. *Journal of Education and Research in Nursing.* 2020;17:354-58.
10. Rettie H, Daniels J. Coping and tolerance of uncertainty: Predictors and mediators of mental health during the COVID-19 pandemic. *Am Psychol.* 2021;76:427-37.
11. Freeston MH, Rheaume JL, Letarte H, Dugas MJ, Ladouceur R. Why do people worry? *Pers Individ Dif.* 1994;17:791-802.
12. Kasapoğlu F. COVID-19 salgını sürecinde kaygı ile maneviyat, psikolojik sağlamlık ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Turkish Studies.* 2020;15:599-614.
13. Duman, N. Üniversite öğrencilerinde COVID-19 korkusu ve belirsizliğe tahammülsüzlük. *The Journal of Social Science.* 2020;4:426-37.

14. Hisli Şahin N. Stresle Başa Çıkma Olumlu Bir Yaklaşım, Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2010.
15. Bozdağ F. Pandemi sürecinde psikolojik sağlamlık. *Turkish Studies*. 2020; 15: 247-57.
16. Bozdağ F, Ergün N. Psychological resilience of healthcare professionals during COVID-19 pandemic. *Psychol Rep*. 2020;doi:10.1177/0033294120965477(in press).
17. Polizzi C, Lynn SJ, Perry A. Stress and coping in the time of COVID-19: Pathways to resilience and recovery. *Clin Neuropsychiatry*. 2020;17:59–62.
18. Satici B, Saricali M, Satici S.A. et al. Intolerance of uncertainty and mental wellbeing: serial mediation by rumination and fear of COVID-19. *Int J Ment Health Addiction*. 2020; doi: 10.1007/s11469-020-00305-0.
19. Carleton RN, Norton, MA, Asmundson GJG. Fearing the unknown: A short version of the intolerance of uncertainty scale. *J Anxiety Disord*. 2007;21:105-17.
20. Sarıçam H, Erguvan FM, Akın A, Akça M.Ş. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12) Türkçe Formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Route Educational and Social Science Journal*. 2014; 1:148-57.
21. Brinker JK, Dozois DJ. Ruminative thought style and depressed mood. *J Clin Psychol*. 2009;65:1-19.
22. Karatepe HT. Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeğinin Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması (Tıpta uzmanlık tezi). İstanbul, Sağlık Bakanlığı İstanbul Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastanesi Eğitim ve Araştırma Hastanesi, 2010.
23. Smith BW, Dalen J, Wiggins K, Tooley E, Christopher P, Jennifer Bernard, J. The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *Int J Behav Med*. 2008;15:194–200.
24. Doğan T. Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness and Well-Being*. 2015;3:93-102.
25. Bohlken J, Schömig F, Lemke MR, Pumberger M, Riedel-Heller SG. COVID-19 pandemic: Stress experience of healthcare workers - A short current review. *Psychiatr Prax*. 2020; 47:190-97.
26. Thanoi W, Klainin-Yobas P. Assessing rumination response style among undergraduate nursing students: A construct validation study. *Nurse Educ Today*. 2015;35:641-46.
27. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17:1729.
28. Petzold MB, Bendau A, Plag J, Pyrkosch L, Mascarell Maricic L, Betzler F et al. Risk, resilience, psychological distress, and anxiety at the beginning of the COVID-19 pandemic in Germany. *Brain Behav*. 2020;10:e01745.
29. Killgore WDS, Taylor EC, Cloonan SA, Dailey NS. Psychological resilience during the COVID-19 lockdown. *Psychiatry Res*. 2020; doi: 10.1016/j.psychres.2020.113216.
30. Voitsidis P, Nikopoulou VA, Holeva V, Parlapani E, Sereslis K, Tsipropoulou V et al. The mediating role of fear of COVID-19 in the relationship between intolerance of uncertainty and depression. *Psychol Psychother*. 2020; doi: 10.1111/papt.12315.
31. Aksoy YE, Koçak V. Psychological effects of nurses and midwives due to COVID-19 outbreak: The case of Turkey. *Arch Psychiatr Nurs*. 2020; 34:427–33.
32. Pak H, Süsen Y, Denizci Nazlıgül M., Griffiths M. The mediating effects of fear of COVID-19 and depression on the association between intolerance of uncertainty and emotional eating during the COVID-19 Pandemic in Turkey. *Int J Ment Health Addict*. 2021; doi: 10.1007/s11469-021-00489-z.
33. Sauer KS, Jungmann SM, Witthöft M. Emotional and behavioral consequences of the COVID-19 pandemic: The role of health anxiety, intolerance of uncertainty, and distress (in)tolerance. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17:7241.
34. Scharmer C, Martinez K, Gorrell S, Reilly EE, Donahue JM, Anderson DA. Eating disorder pathology and compulsive exercise during the COVID-19 public health emergency: Examining risk associated with COVID-19 anxiety and intolerance of uncertainty. *Int J Eat Disord*. 2020;53:2049-54.
35. Tull MT, Barbano AC, Scamaldo KM, Richmond JR, Edmonds KA, Rose JP et al. The prospective influence of COVID-19 affective risk assessments and intolerance of uncertainty on later dimensions of health anxiety. *J Anxiety Disord*. 2020; 75:102290.
36. Bakioglu F, Korkmaz O, Ercan H. Fear of COVID-19 and positivity: mediating role of intolerance of uncertainty, depression, anxiety, and stress. *Int J Ment Health Addict*. 2020; doi: 10.1007/s11469-020-00331-y.
37. García-Fernández L, Romero-Ferreiro V, Padilla S, Lahera G, Rodriguez-Jimenez R. Different emotional profile of health care staff and general population during the COVID-19 outbreak. *Psychol Trauma*. 2021; doi: 10.1037/tra0001024.
38. Afshari D., Nourollahi-Darabad M., Chinisaz N. Demographic predictors of resilience among nurses during the COVID-19 pandemic. *Work*. 2021;68:297-303.
39. Luceño-Moreno L, Talavera-Velasco B, García-Albuérne Y, Martín-García J. Symptoms of posttraumatic stress, anxiety, depression, levels of resilience and burnout in Spanish health personnel during the COVID-19 pandemic. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17:5514.
40. Costa C, Mondello S, Micali E, Indelicato G, Licciardello A.A, Vitale E et al. Night shift work in resident physicians: Does it affect mood states and cognitive levels? *J Affect Disord*. 2020;1:289-94.

41. Lee A, Myung SK, Cho JJ, Jung YJ, Yoon JL, Kim MY. Night shift work and risk of depression: Meta-analysis of observational studies. *J Korean Med Sci.* 2017;32:1091-6.
42. Lyubomirsky S, Layous K, Chancellor J, Nelson SK. Thinking about rumination: the scholarly contributions and intellectual legacy of Susan Nolen-Hoeksema. *Annu Rev Clin Psychol.* 2015;11:1-22.
43. Gini G, Marino C, Spada MM. The role of metacognitions and thinking styles in the negative outcomes of adolescents' peer victimization. *Violence Vict.* 2019; 34:752-69.
44. Nolen-Hoeksema SJ. Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Abnorm Psychol.* 1991;100:569-82.
45. Dzhambov AM, Tilov BG, Makakova DR, Dimitrova DD. Psychometric properties and contribution to mental health of the Bulgarian version of the 4-factor Ruminative Thought Style Questionnaire. *Folia Med (Plovdiv).* 2019;61:529-39.
46. Di Blasi M, Gullo S, Mancinelli E, Freda MF, Esposito G, Gelo OCG et al. Psychological distress associated with the COVID-19 lockdown: A two-wave network analysis. *J Affect Disord.* 2021;284:18-26.
47. Reizer A, Geffen L, Koslowsky M. Life under the COVID-19 lockdown: On the relationship between intolerance of uncertainty and psychological distress. *Psychol Trauma.* 2021;4. doi: 10.1037/tra0001012.
48. Deniz ME. Self-compassion, intolerance of uncertainty, fear of COVID-19, and well-being: A serial mediation investigation. *Pers Individ Dif.* 2021;177:110824.
49. Karataş Z, Tagay Ö. The relationships between resilience of the adults affected by the COVID pandemic in Turkey and Covid-19 fear, meaning in life, life satisfaction, intolerance of uncertainty and hope. *Pers Individ Dif.* 2021;172:110592.
50. Albott CS, Wozniak JR, McGlinch BP, Wall MH, Gold BS, Vinogradov S. Battle buddies: Rapid deployment of a psychological resilience intervention for health care workers during the COVID-19 pandemic. *Anesth Analg.* 2020;131:43-54.