

COVID-19 PANDEMİ DÖNEMİNİN KİŞİLİK BOZUKLUĞU OLAN BİREYLERDEKİ OLASI ETKİLERİNE DAİR BİR DEĞERLENDİRME**Dr. Öğr. Üyesi Haydeh FARAJI*****Klinik Psikolog Dilara ÇARESİZ******ÖZET**

Bireyin kendine özgü düşünme, hissetme, algılama ve/veya başkalarıyla ilişki kurma biçimini kapsayan kişiliği çoğu durumda sorunlu, zararlı, işlevsiz ve hatta yıkıcı bir hal aldığında bu durum kişilik bozukluğu olarak adlandırılmaktadır. Toplumdaki bireylerin tahminen %6-10'u gibi önemli bir oranında kişilik bozukluğu vardır. Kişilik bozukluğu eşlik eden Eksen I psikopatolojisinin varlığında söz konusu psikopatolojinin gidişatını olumsuz yönde etkilediği gibi, eşlik eden bir ikincil psikopatoloji olmasa dahi bireyin yaşamını olumsuz etkilemekte ve güçleştirmektedir. Ülkemizde Koronavirüs vakası ilk olarak 11 Mart 2020 tarihinde İstanbul Çapa Tıp Fakültesi'nde görülmüştür ve Covid-19 salgın hastalık süreci halen devam etmektedir. Dünyaya ölümcül bir şekilde yayılan salgın hastalıkların, insanlar ve insan psikolojisi üzerinde ciddi etkileri olmaktadır. Koronavirüs gibi milyonlarca kişinin ölümüne sebep olan bir hastalık sürecinde tehlikeli bir durumun varlığı, sosyal izolasyona maruz kalmak insanları çok boyutlu bir biçimde etkilemiştir. İnsanların hem bireysel hem toplumsal bağları zarar görmüş olmakla birlikte; insanlar, ekonomik, sosyal, iş yaşantıları bakımından da bugüne kadar alışkın olmadıkları bir düzene geçiş yapmışlardır. Pandemi döneminin genel itibarıyla insanlık üzerinde olumsuz ruhsal etkileri olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda hâlihazırda günlük yaşamlarında çeşitli güçlükler yaşayan kişilik bozukluğu hastalarının bu dönemde daha fazla zorluk yaşadığı düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı Covid-19 Pandemi döneminin kişilik bozuklukları üzerindeki etkileri hakkında literatürdeki çalışmaların incelenmesiyle bir değerlendirme yapmaktır. Çalışman sonucunda, herhangi bir ruhsağılığı bozukluğu olmayan bireyler dahil tüm insanlar üzerinde önemli ölçüde zorlayıcı etkileri olan Covid-19 pandemisinin kişilik bozukluğu olan bireyler için çok daha zorlayıcı olabildiği ve günlük işlevselliklerini, özellikle de sosyal işlevselliklerini olumsuz yönde etkilediği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Pandemi, Kişilik Bozuklukları.**AN ASSESSMENT OF THE POSSIBLE EFFECTS OF THE COVID-19 PANDEMIC PERIOD ON INDIVIDUALS WITH PERSONALITY DISORDER****ABSTRACT**

When the personality of the individual, which includes the way of thinking, feeling, perceiving and/or relating to others, becomes problematic, harmful, dysfunctional and even destructive in most cases, this situation is called personality disorder. An estimated 6-10% of individuals in the society have personality disorders. In the presence of accompanying Axis I psychopathology, personality disorder

* İstanbul Aydın Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul-Türkiye ORCID: 0000-0001-5306-6546, haydehfaraji@aydin.edu.tr.

** Mimaroba Ortaokulu, ORCID: 0000-0003-2795-3875 dilaracaresiz@gmail.com.

Araştırma Makalesi

Sayfa Sayısı: 264-284

Makale Geliş Tarihi: 05.01.2022

Makale Kabul Tarihi: 23.02.2022

Makale Yayın Tarihi:28.02.2022

affects the course of the psychopathology negatively, and even if there is no accompanying secondary psychopathology, it negatively affects and complicates the life of the individual. The coronavirus case in our country was first seen on March 11, 2020 at Istanbul Capa Medical Faculty, and the Covid-19 epidemic disease process still continues. Epidemics that spread to the world in such a deadly way have serious effects on people and human psychology. The existence of a dangerous situation in a disease process such as the coronavirus that caused the death of millions of people, exposure to social isolation has affected people in a multidimensional way. Although both individual and social ties of people have been damaged; people have transitioned to an order that they are not accustomed to until today in terms of their economic, social and business life. It is seen that the pandemic period has negative psychological effects on humanity in general. In this direction, it is thought that personality disorder patients who are currently experiencing various difficulties in their daily lives experience more difficulties in this period. The aim of this study is to make an evaluation by examining the studies in the literature about the effects of the Covid-19 pandemic period on personality disorders. As a result of the study, it has been seen that the Covid-19 pandemic, which has significant compelling effects on all people, including individuals without any mental health disorder, can be much more challenging for individuals with personality disorders and negatively affects their daily functioning, especially social functionality.

KeyWords: Covid-19, Pandemic, Personality Disorders.

1.GİRİŞ

1.1. Covid-19 Pandemi Dönemi

İnsanlık var olduğundan beri en büyük savaşlarını salgın hastalıklara karşı vermiştir. Salgın hastalıklar dünyada zaman zaman var olmuş ve toplu ölümlere yol açmış, dünya tarihinde insan kayıpları açısından savaşları geri planda bırakmıştır Yaşam kayıpları açısından İspanyol gribi 1918'den 1920'ye kadar I. Dünya Savaşı'ndaki ölümleri geride bırakmıştır. Bir yıldan az bir sürede İspanyol gribi elli milyon civarında kişinin hayatına mal olmuştur. (Sertdemir, 2020: 16-17).

Covid-19 pandemisi dünyada, 272.521.333 vaka sayısı 5.333.815 milyon insanın ölümüne sebep olan ve halen devam etmekte olan ciddi bir salgındır (16.12.2021). Türkiye'de ise 9.102.294 milyon insan Covid-19 salgın hastalığına yakalanırken hayatını kaybedenlerin sayısı 79.696 kişiyi bulmuştur (Johns Hopkins University, 2021). Koronavirüs salgını ise halen devam etmekte, salgının ne zaman biteceğine dair durum bilgisi ise belirsizliğini korumaktadır. Bu belirsizlik ve ön görülemezlik içinde insanlar yaşamlarını devam ettirmeye çalışmaktadırlar. Dünya tarihinde görülmüş olan salgın hastalıklar döneminde; toplumsal, ekonomik, politik ve eğitim konularında ciddi değişikliklere gidildiği gözlemlenmiştir (Duran ve Acar, 2020: 55).

Toplumsal değişimler, bireysel ve sosyal yaşantımızı en çok etkileyen bir sürecin ifadesidir. Toplum normlarını değiştirmiş, özellikle Türkiye gibi geleneksel değerlere sahip,

bireysel yaşamdan çok toplu yaşamı benimsemiş değerlere sahip ülkeler için zorlayıcı olmuştur. Geleneksel olarak topluca kutlanan milli ve dini bayramlar, törenler, aile toplantıları, birlik duygusu yaratan ritüeller yapılamaz hale gelmiştir. Cenaze ve taziye ziyaretleri gibi toplumun birbirlerine destek olduğu dönemler oldukça azalmıştır. Yaşanan tüm bu durumlar toplum yapısında da değişiklikler olmasına sebebiyet vermiştir (Karataş, 2020: 15).

Ekonomik değişimler, insan yaşantısını en çok etkileyen süreçlerden biri olmuştur (Yoo, 2020). Bu süreçte kimi insanlar işsiz kalırken, kimilerinin çalışma şekli değişmiştir. Özellikle ticaretle uğraşan bireylerin iş yerleri kapanmış maddi anlamda ciddi kayıplar verilmiştir. Bu durum toplumun ekonomik anlamda kaygılı hissetmesine, kimi iş yerlerinin kapatılmasına sebep olmuştur. Ekonomik anlamda zorlanan bireyler için pandemi dönemini geçirmekte oldukça zorlayıcı olmuştur. Bu dönemde insanların lüks ve abartılı tüketimlerinde azalma olmuştur. İnsanlar internet satışına yönelmiş ve e-ticarete büyük bir büyüme meydana gelmiştir (Güven, 2020: 265).

Pandemi döneminin siyasetle oldukça yakından bir ilişkisi vardır. Covid-19 pandemisi toplumun en temel ihtiyaç ve beklenti alanlarından birinin sağlık hizmetleri alanı olduğunu bir kez daha ortaya koymuştur (Hotar vd., 2020: 217). Bu dönemde bireylerin Covid-19 salgın hastalık sürecini kolay ve hızlı bir şekilde geçirebilmek için hükümetlerden beklentileri ve talepleri olmuştur. Sağlık hizmetlerinin hükümet politikalarıyla içiçe geçen doğası nedeniyle vatandaşların beklentileri ülke politikalarına yönelmiştir (Karataş, 2020: 15). Covid-19 pandemi sürecinin olası etkileri "zorlayıcı sebep" olarak değerlendirilmiş ve bu kapsamda kısa çalışma uygulaması başlatılmış, çalışanların aldıkları ücret kısa çalışma ödeneği olarak değiştirilmiştir (İŞKUR, 2020).

Covid-19 pandemisi sürecinde eğitim alanında da değişimler yaşanmıştır. Pandemi sürecinde eğitim ve öğretim sistemimizi ve sürecini etkileyen en önemli karar ise 16 Mart tarihinden itibaren yüz yüze eğitime ara verilmesi olmuştur. Eğitimde bir yılı aşkın sürede uzaktan eğitime geçilerek eğitim online ortamda verilmiştir. Online eğitim, uzaktan eğitim ya da internet aracılığıyla eğitim olarak adlandırılmaktadır. Online eğitim sisteminde öğrenciler ve öğretmenler eş zamanlı ya da ayrı zamanlı olarak (ders kayıtları) internet üzerinden iletişim kurmakta ve bilgiler alışverişi internet üzerinden sağlanmaktadır (Kırmızıgül, 2020: 286). Bu süreçte öğrenciler ve öğretmenler ev ortamlarında eğitime katılmışlardır. Bu durum çocukların teknolojik aletlerle oldukça fazla zaman geçirmesine sebep vermiştir.

Hareketsizlik, ev ortamında uzun zaman kalma, sosyalleşememe bu dönemdeki çocukların yaşadığı başlıca sıkıntılar olmuştur. Birçok çocukta davranış problemleri, içe kapanıklılık, öfke problemleri gözükürken, kaygı bozukluklarında da artışlar olmuştur. Anne babalar günlük yaşam pratiklerine ebeveynlik rolünün yanısıra öğretmen rolü de eklenmiştir (Karakaş, 2020: 566).

Tüm bu olumsuzlukların yanında pandemi döneminin belli alanlarda katkıları olduğu da söylenebilir. Salgın hastalıkların, dünya tarihi üzerinde dönüştürücü etkileri vardır. Bu dönüştürücü etkiler çoğu zaman olumsuz anlamda olmuş olsa da, bazı iyileştirici yanları da olmuştur. Covid-19 pandemi döneminin belli alanlarda iyileştirici etkileri gözlemlenebilir. Bunlar; doğanın kendini iyileştirmesi, insanların iç dünyalarına dönmesi ve içgörülerinin artması, gelecekteki başka hastalıklara önlem alınması ve ülke üretimlerini arttırmak şeklinde sayılabilir (Nar, 2020: 378). Büyükşehirlerde hava temizlenirken, canlılar daha rahat bir yaşam alanı bulmuştur. Küresel anlamda yaşanan savaşlar ve saldırılar ise oldukça azalmıştır (Afacan ve Avcı, 2020: 6). İnsanlar kendi elleriyle kurdukları bir düzenin yıkılışını izlemektedirler (Bingöl, 2020: 104).

1.1.1. Covid-19 Pandemisi Süreci ile İlgili Temel Kavramlar

İnsanlık, aralıklı olarak dünyayı ele geçiren hastalıklara maruz kalmış, ciddi kayıplar vermiştir. Tarihte salgın hastalıklar, kayıplar, ekonomi, politika konuşulurken; insan psikolojisinin ne durumda olduğu her zaman geri planda kalan bir unsur olmuştur. Oysa ki toplumsal dünyada görülen bu değişimler insan psikolojisini de sarsmakta ve etkilemektedir (Parıldar, 2020: 19).

Covid-19 pandemisi döneminde insanlar fiziksel olarak hastalanma ve ölüm riskiyle karşı karşıya kalmakla birlikte, psikolojik olarakta öngörülemez durumlarla karşı karşıya kalmış, bu durum birçok kişinin psikolojik destek alma ihtiyacının artmasına sebebiyet vermiştir. İnsanlar içsel süreçlerinden geçmiş, kendileriyle yüzleşmiştir (Yıldırım, 2020: 1345) Kimi insanlar için pozitif anlamda bir değişim yaşanırken kimi insanlar için içsel kaygıların arttığı bir dönem olmuştur. İnsanlar bu dönemde en çok; belirsizlik, endişe, kaygı, geleceği öngörememe, yeni durumlara adapte olamama ve korku durumlarıyla baş etmek zorunda kalmışlardır. Bu durumları iyi bilmek ve anlamak aslında Covid-19 pandemi döneminin üzerimizdeki yüklerini anlamak gibidir. Bu terimlerin ne olduğunu tespit etmek ve bu süreçte yaşadıklarımızı anlamlandırmak adına oldukça faydalı olabilir (Çiçek ve Almalı, 2020: 254).

Belirsizlik, bir durum ya da olay karşısında fikrimizin olmamasıdır. Başımıza ne geleceğini, neler yaşayacağımızı bilemediğimiz süreçler belirsiz durumlardır. Covid-19 pandemi döneminde de bilmediğimiz, belirsiz süreçlerle karşı karşıya kalan insanlık bu durumu yaşamıştır. Geleceğe yönelik endişe ve korku yaşayan bireylerin, bu belirsiz durumlara tahammül etmekte zorlanması beklenmektedir (Taylor, 2019: 23).

Endişe, sonu belli olmayan ancak olumsuz neticeleneceğine inanılan gelecek olaylar hakkında duyulan kaygıya eşlik eden bilişsel bir etkinliktir (MacLeod vd., 1991: 480). Çoğu zaman kaygıyla karıştırılsa da kaygıdan farklıdır (Robichaud ve Dugas, 2020: 28). Covid-19 pandemi sürecinde insan güvenliğini azaltan tehditlerin artması ve yeni durumlara adapte olmak zorunda kalmak kişilerde endişeye sebebiyet vermiştir. Örneğin; hastalığa yakalanmamış bir birey ya hasta olursam diye kaygı duyabilir. Hasta olan yakınları için hastalığı nasıl geçirecekleri için endişe duyabilir. Bu durumun günlük hayatı etkilediği ve günlük hayat rutinini bozduğu yerlerde kişiler mutlaka psikolojik destek almalıdır.

Kaygı, bizim yaşamda kalmamızı ve mücadele etmemizi sağlayan en temel duygularımızdandır. Kaygıyı vücudumuzun birçok yerinde duyumsayabiliriz. Kaygılandığımız zamanlarda kalp ritmimiz hızlanır, vücudumuz terleme, sıcaklaşma, ürperme gibi durumlar hissedebiliriz. Normal seviyede kaygı bizim için faydalı bile olabilir (Robichaud ve Dugas, 2020: 38-39). Ancak Covid-19 pandemi döneminde kaygı seviyemiz çoğu zaman normalin üstüne çıkmış, günlük rutinimizi bozar hale gelmiştir. Özellikle eve kapanma, sosyal izolasyon zamanlarında kaygı bozukluğu birçok insanda gözlemlenmiştir. Freud, normal anksiyeteyi sağlıklı ve gerçeğe uygun bulur. İnsan yaşantısında kendini koruması ve doğru şekilde devam edebilmesi için kaygı yaşaması sağlıklı bir durumdur. Kaygıyı, yaşamamızda bizi tehlikelerden koruyacak seviyede tutabilmek önemlidir. Pandemi döneminin belirsizliği içerisinde bizleri kontrol edilemez bir noktaya getiriyorsa burada destek alınması gerekmektedir.

Geleceği ön görememe, kişinin gelecek yaşantıları kestirememesidir. Covid-19 pandemi dönemi insanların geleceği ön görmediği, korku ve panik yaşadığı zamanlardır. Bir belirsizlik süreci olduğu gibi, koronavirüs salgının nereye gideceği konusu ön görülememektedir (Taşdemir ve Karadeniz, 2020: 59). Geleceği sürekli ön görmeye çalışmak bir bilişsel çarpıtma olduğu gibi, bize net bilgiler de vermemektedir. Geleceği sürekli ön görmeye çalışan kişiler genelde korku duygusuna kapılarak yaşadıkları şimdiki anında kötü olmasına sebep olurlar. Bu durum insanlardaki güven duygusunu sarsmaktadır. Sürekli salgınla ilgili haberler okumak, salgının gidişatını takip etmek,

yanlış haber kaynaklarından bilgiler almak geleceği tahmin edilemez kıldığı gibi aynı zamanda kişilerin kendisini kötü hissetmesine sebep olabilmektedir (Değirmenci, 2020: 91).

Yeni durumlara adapte olamama, bireyin değişen yaşam koşullarına uyum sağlayamamasıdır. Bazı insanlar için değişim oldukça zordur. İnsanlar, güvende olmak için genelde sahip oldukları imkanları korumak isterler. Alışılan yaşam düzenini değiştirmek, yeniliğe açık olmayı gerektirir. Değişim, insanları zorlar ve cesaret ister. Covid-19 pandemi döneminde ise insanlar sürekli bir travmaya maruz kalarak değişen dünyanın şartlarına ayak uydurmak zorunda kalmışlardır. Özellikle bu değişimlerin zorunlu olması, küresel olması, bireyselleşen günümüz insanı için oldukça zorlayıcı bir deneyim olmuştur. Birçok insan uzaktan çalışma sistemine geçerek evleri iş yerleri olmuştur. İnsanlar iş ortamlarını, sosyal ortamlarını ve iş yerlerini kaybetmişlerdir. İnsanların iş ve yaşam koşulları değişmiştir. Bu değişime ve dönüşüme ayak uydurabilen insanlar, bu dönemi daha sağlıklı geçirirken; pandemi şartlarına ayak uydurmakta zorlanan insanlar süreci oldukça kötü ve zorlayıcı geçirmişlerdir. Covid-19 pandemi dönemi değişen dünya ve yaşam düzenine, bireysel olarak hayatımızda ayak uydurabilme becerisi istemektedir (Zafer, 2021: 674).

Korku, kişinin yaşamış olduğu gerçek ya da gerçekdışı durumlarla ilgili duyumsadığı yoğun dehşet verici duygulardır. Pandemi döneminde insanlarda yaşamı tehdit eden sağlık, hastalanma, ölüm korkuları başlamıştır. Korku oldukça güçlü bir duygudur. Tüm canlılarda olması ise (hayvanlarda da) bize yaşamı sürdürmek için gerekli bir duygu olduğunu gösterir (Akthar, 2017: 6). Hastalığa yakalanan kişiler bu süreçle ilgili daha yoğun korku yaşarken, yakın çevrelerinde ölüm haberlerine maruz kalan kişilerin ikincil travmatik tepkiler gösterdiklerini söyleyebiliriz.

Düşüncelerimizin duygularımızı, duygularımızın davranışlarımızı etkilemesi nedeniyle (Beck, 2011) bu süreçten nasıl etkileneceğimizi de düşünce biçimimiz ortaya koymuştur. Kimi insanlar iyileştirici etkiler almışken kimileri için hayat bir daha eskisi gibi olamaz hale gelmiştir. Eski rutinini devam ettirebilenler ise bu süreçten en az etkilenenler olmuştur. Bunu travma sonrası büyüme kavramı ile açıklayabiliriz. Olumlu düşünce becerisi gelişmiş, psikolojik sağlamlığı ve problem çözebilme becerisi yüksek bireyler süreci daha kolay atlattımlardır. Bu dönemde psikolojik sağlamlığın güçlü olması önemli bir yer tutmaktadır. Psikolojik sağlamlık; kişinin olumsuz koşul ve durumları atlattıktan sonra eski haline dönebilme becerisidir. Burada kişinin kendini tekrardan toparlayabilmesi ve güçlenmesi önemlidir (Öz vd., 2009: 88). Bireyin yaşadığı zor süreçlerden geçerken kendi ruh sağlığını koruması da psikolojik dayanıklılıkla ilişkilidir. Psikolojik dayanıklılığı yüksek bireyler zorlu yaşam olaylarına daha kolay uyum sağlarlar (Faraji

ve Boran, 2021: 664). Kişilik bozukluğuna sahip bireyler ise dünyaya daha zayıf bağlarla bağlıdır. Bu sebeple de psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha düşük olduğu söylenebilir.

Covid-19 Pandemi dönemi intihar gibi riskli davranışlara açık bir dönemdir. Duygudurum bozuklukları, alkol madde kötüye kullanımı, şizofreni, kişilik bozukluğu, anksiyete bozukluğu, uyku bozuklukları gibi ruhsal bozukluklar görülen bireylerde intihar davranışı için riskli grupta yer almaktadırlar (Karataş vd., 2020: 15). İntihar riski olan kişilik bozukluklarıyla (Faraji, 2022: 446) ilgili korucu ve önleyici ruh sağlığı tedbirleri alınması gerekmektedir.

Covid-19 pandemi döneminde salgına yönelik tıbbi hizmetlerin yoğun kullanılması sebebiyle, kişilik bozukluğu yaşayan hastaların hastaneye yatış ve tedavi sürelerinde kısıtlamaya gidilmesi durumu ortaya çıkmıştır. Bu durum kişilik bozukluğu yaşayan bireylerin tedavi sürelerinin uzamasına sebebiyet vermiştir (Emanuele vd., 2020: 8). Covid-19 pandemi dönemi, kişilik bozukluğu olan bireylerin tedavi süreçlerini ve takiplerinin yapılmasını zorlaştıran bir dönem olmuştur.

Beş faktör kişilik kuramına göre yaşantılara açık olan bireylerin, psikolojik sağlamlık düzeyi daha yüksek olduğundan bu sürece daha iyi adapte oldukları söylenebilmektedir. Uyumlu bireylerde, genel görüşlere aktif katılım görülmüştür. Toplumda genel olarak maddi korku yaşanması uyumlu bireylerin de bu görüşü benimsemesini sağlamıştır. Nevrotik örüntüye sahip bireyler ise genel olarak sürece negatif olarak bakmaktadırlar. Sorumlu kişilik özelliklerine sahip bireyler salgın hastalıktan korunma konusunda başkalarına karşı suçlayıcı tavırda olabilmektedirler (Öngel vd., 2020: 831). Ayrıca nevroitik kişilik özelliğinin, salgın hastalık korkusunu yükselten, çalışma performansını ise düşüren önemli bir faktör olduğu; sorumluluk kişilik özelliğinin ise zıt olarak Covid-19 korkusunu azaltan ve iş performansını artıran önemli bir belirleyici olduğu belirlenmiştir. Yaşantıya açıklık, dışadönüklük ve uyumluluk kişilik özelliklerinin, çalışma performansını arttıran önemli beş faktör kişilik özellikleri olduğu ortaya çıkmıştır (Yiğitöl ve Büyükmumcu, 2021: 3437).

Covid-19 pandemi dönemi özellikle ilk günlerde yarattığı çok boyutlu (sağlık, ekonomik, ulaşım, iletişim vb.) belirsizlik havasıyla pek çok kişide travma sonrası stres reaksiyonlarının görülmesine neden olmuştur. Bu salgın bittiğinde ise salgının ruhsal durumumuzda bıraktığı etkilerin uygun önlemler alınmadığı ve müdahale edilmediği takdirde uzun yıllar devam etmesi beklenmektedir (Bozkurt vd., 2020: 304). Bu zorlu süreci atlatırlarken EMDR, bilişsel davranışçı terapi, kabul-kararlılık terapisi ve grup terapisi gibi terapi tekniklerinden faydalanmaları, bu etkilere sahip bireyler açısından yararlı olmaktadır (Serinçay vd., 2021: 42). Eski düzenleri bozulan ve yeni koşullara hızlı adaptasyon kabiliyeti

olmayan ve/veya kısıtlı olan bireylerin (örn; kişilik bozukluğu hastaları) bu dönemi daha zor atlattığı söylenebilir. Bu dönemi kendi faydalarına çeviren ve kendi iyi oluşlarına önem veren bireyler için bu dönem daha kolay atlatılabilir olmuştur (Aykut ve Aykut, 2020: 61).

1.2. Kişilik Bozuklukları

1.2.1. Kişilik Bozukluklarına Dair Temel Özellikler

Kişilik, bireyin normal veya tipik olarak davranış biçimi olup bizim için benzersiz olan ve başkalarıyla paylaştığımız şeyleri içermektedir. Ancak kişilik her zaman uyumlu, işlevsel ve faydalı biçimde işlerlik göstermemektedir. Kişinin kendine özgü düşünme, hissetme, algılama ve/veya başkalarıyla ilişki kurma biçimi çoğu durumda sorunlu, zararlı, işlevsiz ve hatta yıkıcı bir hal aldığında bu durum kişilik bozukluğu olarak adlandırılmaktadır (Widiger, 1998: 336).

Toplumdaki bireylerin tahminen %6-10'u gibi önemli bir oranında kişilik bozukluğu vardır (Samuels, 2011: 225). Psikiyatri kliniklerinde yatarak ya da ayakta tedavi gören birçok hastanın, tedaviyi zorlaştıran ve Eksen I psikiyatrik bozuklukların prognozunu kötüleştiren komorbid kişilik bozukluklarına bulunmaktadır (Zimmerman vd., 2005: 1913-1914).

DSM-5'te kişilik bozuklukları üç kümede kategorize edilerek sınıflandırılmıştır. A kümesi tuhaf/ekzantrik özellikleri kapsamaktadır ve şizotipal, şizoid ve paranoid kişilik bozukluklarını içermektedir, B kümesi dramatik/dengesiz durumları içine almaktadır ve antisosyal, borderline, histrionik, narsisistik kişilik bozukluklarını içermektedir. C kümesi anksiyöz/inhibedir özelliklerini kapsamaktadır ve çekingen, bağımlı ve obsesif-kompulsif kişilik bozukluklarını kapsamaktadır (APA, 2013: 327).

1.2.2. A Kümesi Kişilik Bozuklukları

1.2.2.1. Paranoid Kişilik Bozukluğu

Patolojik bir güvensizlikle kendini gösteren, ortada şüphe duyacağı bir şey yokken gerçek durumdan uzaklaşarak, olayları değerlendirirken hezeyanların söz konusu olduğu bir kişilik bozukluğudur (Veague vd., 2007). Burada hasta, dışarıdan normal gözükmeyle birlikte belli bir alanda yeterince kanıtı olmamasına rağmen gerçeği çarpıtma ve değiştirme eğiliminde olduğu saptanmıştır. Sanrılı bozukluklar erkeklere oranla, kadınlarda daha sık görülmektedir. Şüphencilik, aşırı duyarlılık, alınganlık gibi özelliklere sahip olan paranoid hastalar gerçeklik algısının tamamen bozulmamış olması yönüyle halüsinasyon ve sanrılardan ayrılırlar (Öztürk ve Uluşahin, 2018: 249).

1.2.2.2. Şizotipal Kişilik Bozukluğu

Şizotipal kişilik bozukluğuna sahip olan bireyler, duygu ve düşüncelerini anlamada ve ifade etmede güçlük çekmektedirler. Somut olaylara karşı verilen duygusal tepkileri; duygusal kapasitenin sınırlı olmasından dolayı saçma, mantıksız, abartılı olabilir (Veague vd., 2007). Oldukça mesafeli, dışarıdan bakıldığında gergin, sosyal ilişkileri kopuk ve kendi içlerine dönmüş karakterlerdir. İnsanlar tarafından bu yönleriyle garip ve tuhaf olarak tanımlanabilirler. İnsanlar tarafından bu yönleriyle garip ve tuhaf olarak tanımlanabilirler. İnsanların onlara zarar vereceği algısı o kadar yoğundur ki bunun için herhangi bir kanıt arama gereksinimi duymazlar. Genelde aynı yerlerde olmak isterler, bilmedikleri ve tanımadıkları kişilerle birlikte olmak onlar için oldukça zorlayıcıdır (Öztürk ve Uluşahin, 2018: 429).

1.2.2.3. Şizoid Kişilik Bozukluğu

Şizoid kişilik bozukluğunda olan bireyler; insanlarla iletişim kurmaya ihtiyaç duymayan, tamamen iç dünyasına çekilmiş aile fertleriyle bile iletişim kurmanın anlamsız ve boş olduğunu düşünen bireylerdir (Fairbairn, 2013). Dışarıdan soğuk, kaçınan ve ilgisiz olarak görülebilirler. İnsanlarla ne kadar sıcak ilişkiler kurmak isteseler de, bir o kadar tehlike göreceklarini düşünüp uzak davranırlar. Genellikle kayıtsız davranışlar gösterirler ve içsel fantezileri oldukça fazladır. Eksantrik ve geleneksel değerlere karşı olan bir yanları vardır. Bu onları geleneksel tarzdan uzaklaştırarak kendi dünyalarına döndürür. Bu sebeple de belli alanlarda çok yetenekli olabilirler (McWilliams, 2013: 251).

1.2.3. B Kümesi Kişilik Bozuklukları**1.2.3.1. Antisosyal Kişilik Bozukluğu**

Genel olarak antisosyal kişilik bozukluğu olan bireylerin, bencil ve kendilerine dönük bir yaşantıları vardır. Vicdanlarının olmaması bu hasta grubunda ön plana çıkan bir semptomdur. Vicdanları olmadıklarından dolayı yaptıklarını yanlış olarak değerlendirmezler ve pişmanlık duymazlar (Fontaine, 2009: 364). Bu sebeple de insanların ne düşündüklerini umursamazlar. Kendi dürtüleri ve kendi istekleri ön plandadır. Madde kullanımına yatkınlık, kontrolsüz cinsel yaşantı, suça meyil oldukça fazla görülen özellikleri arasındadır. Yeniliklere ve farklı deneyimlere açıktırlar. Kişilerin bu tanıyı alabilmeleri için 18 yaşını doldurmuş olmaları gerekmektedir (Millon vd., 2020: 201).

1.2.3.2. Borderline Kişilik Bozukluğu

Hemen hemen her zaman bir kriz durumda olduğu görülen borderline hastalarda duygulanım dalgalanmalarıyla sıklıkla karşılaşılmaktadır. Aynı anda hem bağıllık hem düşmanlık hisseden bu hasta grubu düzensiz kişilerarası ilişki örüntülerine sahiptirler. Yalnızlığa karşı toleranslarının

oldukça düşük olduğu, zorlantılı bir biçimde sosyalleşmeye çalıştıkları, sıklıkla can sıkıntısı ve içsel boşluk duygusundan yakındıkları gözlenmektedir (Faraji, 2021: 7148). Şiddetli duygusal dalgalanmalar ve dramatik davranışlar sergilemekte, uç noktalara varan yargılarda bulunabilmektedirler. Diğer insanlara yönelik duygu ve tutumları kısa süre içinde dikkat çekici düzeyde ve açıklanamaz biçimde değişebilmektedir. Duygu dalganmaları tutkulu bir idealizasyondan, hor görme ve öfkeye doğru hızlı ve kesin şekilde, bir uçtan öteki uca savrulmalarla açığa çıkmaktadır. Bu kişilerde sıklıkla aşırı para harcama, kumar oynama, uygunsuz cinsellik ve yeme atakları gibi öngörülmesi güç şekilde aniden ortaya çıkan ve kişinin zarar görmesiyle sonuçlanma ihtimali yüksek olan davranışlarla karşılaşmaktadır (Kahraman, 2018: 12).

1.2.3.3. Histrionik Kişilik Bozukluğu

Histrionik kişilik bozukluğu, eski adıyla histeri psikanaliz ilk ele aldığı hastalıklardandır. Özellikle Sigmund Freud, yaşadığı dönemde bu hastalarla özellikle çalışmış ve önem vermiştir (Freud, 2013). İnsan ilişkilerini oldukça coşkulu yaşayan histrionikler, ilişkilerinde canlı, dışadönük ve göz önünde olmak isteyen kişiler olabilirler. Bu sebeple de toplum önünde daha çok görünecekleri meslekleri seçme eğilimindedirler. Oldukça baştan çıkartıcı, kışkırtıcı ve talepkâr olabilirler. Bununla birlikte yüzeysel ilişkiler kurma eğilimindedirler (McWilliams, 2013: 401). Histrionik olan bireyler sürekli ilgi görme gereksinimlerinde olmalarından ötürü partnerleri bu durumdan sıkılabilirler, duygusal ilişkiyi sonlandırabilirler ve sonucunda da histrionik birey başka ilişki için arayışa girmeye başvurabilir (Millon, 2020: 379). Histrionik kişilik bozukluğu olan bireyler, duygularını yoğun yaşamaktadırlar. Bu durum onların yaşamlarında çok fazla olaya karışmasına sebebiyet vermektedir. Bir olaydan bir olaya geçmektedirler. Adrenalin yaşamayı sevdikleri için birçok kriz durumunun içerisinde yer alabilirler. İnsanların onları görebileceği, toplum önünde oldukları görevleri almayı tercih etmektedirler (McWilliams, 2013: 415).

1.2.3.4. Narsisistik Kişilik Bozukluğu

Bencil ve kibirli yapıları sebebiyle etraflarındaki kişilere rahatsızlık verebilirler. Çevrelerinde kendilerini öven ve yücelten kişilerle birlikte olmayı seçen narsistik bireyler için, başka türlü davranan kişilerle birlikte olmak oldukça zordur (Millon vd., 2020: 426). İnsanların güzel yanlarını değersizleştirme eğilimleri vardır (McWilliams, 2013: 237). Narsisistik bireyler, hatalarını kabul etmekte ve sorumluluk almakta da oldukça zorlanırlar. Genel olarak hatalarıyla ilgili sorumluluğu başkasına verme eğilimindedirler. Kendilerini kusursuz görmelerinden ötürü hata yapabileceklerine genel olarak ihtimal vermezler. Hak

görme özelliği eş duyum kapasitesinin olmayışı ile birleşir. Bu durum istismara ve şiddete yol açabilmektedir (Rothschild vd., 1997: 271).

1.2.4. C Kümesi Kişilik Bozuklukları

1.2.4.1. Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluğu

Obsesif kompulsif bozukluk, herkesten daha fazla düzenli görünme halidir. Kişi, uzun saatler boyunca çalışabilir, kurallara uyar ve etik ilkelere sıkı sıkıya bağlıdır. Kurallara oldukça bağlıdır, kuralların dışına çıkmak istemez. Bu konuda katı ve inatçıdırlar. Buna ters düşen insanları eleştirebilir ve beğenmeyebilirler. Yanlış yapmaya karşı aşırı duyarlıdırlar. Kendi hatalarını tolere edemez ve kabullenemezler. Her şey kafalarında tasarladıkları ölçüde ve mükemmel şekilde olmalıdır. Onların tasarladıkları planlara uymak ve beklentileri karşılamak zordur. Bu durum çevrelerindeki kişiler için zorlayıcı ve çekilmez bir durum olarak adlandırılabilir. Bu sebeple çevrelerindeki insanlarla çatışma yaşayabilirler. Çoğu zaman kendileri gibi güzel iş yapamayacakları için, birine iş ve görev vermekten kaçınırlar. Öngöremedikleri ve tehlikeli buldukları her şey onlar için dehşet vericidir. Bu onların iş yaşamlarında oldukça başarılı olmasını sağlayabilir; ancak abartılı derecede olması katlanılmaz durumlara yol açabilir. Sürekli olarak koşullu inançları, -malı/-meli cümleleri hayatına hükmetmektedir. İç denetimi çok gelişmiş olan obsesif kompulsif bireylerin, bu özellikleri kendileri üzerinde de bir içsel denetim mekanizması oluşturmalarına sebebiyet vermektedir (Millon vd., 2020: 290-293).

1.2.4.2. Bağımlı Kişilik Bozukluğu

Bağımlı kişilik bozukluğu olan bireyler, hayatta ara rol oynuyor gibidirler. Başkalarının mutlulukları ve başkalarının hayatlarıyla daha çok ilgilidirler. Hayatta kendilerinden çok başkaları var gibidir. Kendi kararlarını alma noktasında da yakınlık gösterdikleri kişilere daha çok bağlıdırlar. Bağımlı kişilik bozukluğu olan bireyler, yakınlarının onay vermedikleri kararları almaktan çekinirler. Kendi yaşamlarını tek başlarına idare edemeyeceklerini düşündükleri için başkalarına bağımlı bir yaşam sürerler. Bu sebeple hayatlarındaki kişilerin her istediklerini yaparak yaşantılarının içinde tutmaya çalışırlar (Millon vd., 2020: 334). Bağımlı kişilik bozukluğu olan bireylerin, içerisindeki tutsaklık ve başkasına muhtaç olma durumlarıyla baş etmeyi öğrenmesi gerekmektedir. Bağımlı bireyler, başkalarına kendi benliğini teslim ederken kendi istek ve arzularından uzaklaşırlar. Burada kişinin kendi iç dünyasına yönelmesi ve kendisiyle olan ilişkisini iyileştirmesi kişinin önceliği olmalıdır (Yakın, 2014: 8).

1.2.4.3. Çekingen Kişilik Bozukluğu

Toplum içerisinde; ürkek, çekingen ve korkak gözükürler. İnsanlar tarafından nasıl görüldüklerine dair abartılı bir düşünce yapıları vardır. İnsanlar tarafından eleştirilmeye karşı aşırı duyarlıdırlar. Bu sebeple de eylemde bulunmakta ve toplum içerisinde aktif olmaktan çekinirler. Etrafları tarafından sessiz, sakin ve içekapanık olarak nitelendirilirler. Çoğu çekingen kişilik bozukluğu olan bireyler, kendilerini toplumdan soyutlayarak bir çözüm bulabilirler (Millon vd., 2020: 240). Çekingen kişilik bozukluğu olan bireylerin; utangaç, mahçup ve çekimsiz davranışları vardır. İnsanlar arasında rezil olacaklarına ve utanacaklarına dair yoğun korkuları vardır. Bu sebeple de insanlardan uzak durarak kendilerini koruma altına almaktadırlar. Çekingen bireylerin ailesi ve sosyal çevresi tarafından desteklenmeleri önemlidir. Bireye ona iyi gelecek aktiviteler konusunda desteklemek, bireylerin sosyalleşmesini kolaylaştıracaktır (Sevinçok vd., 1998: 24).

2. COVID-19 PANDEMİSİ VE KİŞİLİK BOZUKLUKLARI

Covid-19 pandemi döneminin kişilik bozuklukları üzerinde zorlayıcı etkileri bulunduğu varsayılmaktadır. Psikolojik dayanıklılığı yüksek bireyler zorlu yaşam olaylarına daha kolay uyum sağlarlar (Faraji, 2021: 7143). Bu dönemin psikolojik dayanıklılığı düşük kişilerde olumsuz duyguları tetiklediği söylenebilir (Çetin ve Anuk, 2020: 188).

Kişilik bozukluğu olan bireyler dünyaya daha zayıf bağlarla bağlıdırlar ve kişilerarası ilişkilerini yönetme becerileri diğer insanlara göre daha düşüktür (Konduz, 2015: 3). Bu sebeple tüm yaşamı, özellikle de ilişkileri ve yakınlığı önemli ölçüde etkileyen Covid-19 pandemi döneminin, kişilik bozuklukları üzerinde belli etkileri olduğu söylenebilir. Dünya, Covid-19 pandemi döneminde internet üzerinden yönetilir hale getirilmiştir (Can, 2020: 51). Korku, stres, endişe gibi duyguların tetiklendiği bu dönemde, insanlar ruhsal çöküntüler yaşamışlardır (Bozkurt vd., 2020: 304). Bu nedenle kişilik bozukluğu olan bireylerin, bu duygu durumu değişimden etkilendiği söylenebilir. Yapılan araştırmalara göre Covid-19 pandemi dönemiyle birlikte insanların uyuma ve uyku düzenleriyle ilgili olumsuz yönde değişen durumlar tespit edilmiştir. Araştırmalarda çoğu kişinin pandemi dönemi hastalıkla ilgili yoğun düşünceler içerisinde olduğunu belirlenmiştir (İşler, 2021: 2). Ölümle ve hastalık/sağlıkla ilgili anksiyetelerin pandemi döneminde arttığı görülmüştür. Bu sonuca pandemi döneminden daha önce yapılan çalışmalarla karşılaştırma yapılarak varılmıştır (Alioğulları, 2021: 49).

Dünya ile ilişkisi zayıf ve işlevsellikte zorluk yaşayan kişilik bozukluğuna sahip bireyler için Covid-19 pandemi döneminin oldukça zorlayıcı olduğu varsayılmaktadır. Kişilik

bozukluğu olan bireyler, sağlıksız savunma mekanizmalarına sahip olabilirler. Bu durum pandemi döneminde riskli durumlar oluşturabilmektedir. Pandemi döneminde hastalıkla mücadelede, psikolojik rahatsızlığı olan kişiler yeterince hassasiyet göstermeyebilir ya da diğer insanlara göre fazla hassasiyet gösterebilirler (Öztürk, 2021: 125). Bu durum salgınla mücadelede riskli durumlar oluşturabilmektedir.

A kümesi kişilik bozukluğuna sahip bireyler; paranoid kişilik bozukluğu, şizoid kişilik bozukluğu ve şizotipal kişilik bozukluğunda temel olarak bulunan kuşku, soğuk ve mesafeli örüntüleri vardır (APA, 2013: 330). Bu özelliklerinden dolayı sosyal mesafeden ve izolasyondan çok etkilenmedikleri söylenebilir. Yapılan araştırmalara göre, A kümesi; paranoid ve şizotipal kişilik bozukluklarının kuşku ve paranoid düşünceleri sebebiyle bu dönemden özellikle bilişsel anlamda kötü etkilenebilir. Bu döneme dair komplo teorileri üretebilir ve bu süreci kendilerine zorlaştırabilirler (Preti vd., 2020: 8). Pandemi döneminin psikoz gelişiminde de önemli bir yeri bulunmaktadır. Virüsü yüksek risk taşıyarak geçiren bireylerde psikotik ataklar görülmüştür. Bu durum şizofreni hastaları gibi psikotik bozukluklarda sürecin daha zorlu bir hal almasına sebebiyet vermektedir (Kırılı vd., 2020: 23). Salgın hastalık hakkında, A kümesi kişilik bozukluklarının özellikle şizotipal kişilik bozukluğu ve paranoid kişilik bozukluğunun kuşku ve tehdit algılarıyla ilgili abartılı düşünceleri olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Bu dönemde dışsal reel bir tehdit ile sağlıklı insanların anormal koşullara verilen normal bir tepki olarak paranoid düşünceler gelişirmesi beklenebilir. Şizoid kişilik bozukluğuna sahip bireylerin ise stres ile karşılaşma anında geri çekilme, fantezide doyum arama ve maddi dünyayı reddetme eğilimleri vardır. Şizoid bireyler kaygıları çok arttığında saklanmakta; bunu ya bir münzevinin inzivaya çekilmesine benzer şekilde dış dünyadan kendilerini yalıtarak ya da hayal dünyalarına geri çekilerek yapmaktadırlar (McWilliams, 2013: 254). Şizoid kişilik bozukluğuna sahip bireylerin pandemi koşulları haricinde de bir sosyal izolasyon içerisinde oldukları görülmektedir. Bu doğrultuda şizoid kişilik bozukluğu olan bireyleri pandemi döneminde yaşanan evden çalışma/okuma, zorunlu toplumsal ritüellere getirilen kısıtlama ve yasaklar gibi değişimlerden diğer kişilik bozukluğu kümelerinden farklı olarak memnun kalması beklenebilir.

B kümesi; histrionik, borderline, narsisistik, antisosyal kişilik bozuklukları ise daha dürtüsel ve duyguları odaklıdırlar. Bu sebeple bu dönemde yoğun duygusallık yaşayabilirler. Pandemi döneminde terk edilme, yalnız kalma korkularına sosyal izolasyon bu hastalar için

...

(akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

zarar verici olabilir (Preti vd., 2020: 5). Özellikle B kümesi kişilik bozukluklarından antisosyal kişilik bozukluğu olan bireylerde dürtüselliğini dışı vuramamalarından ötürü kendilerine zarar verme davranışları görülebilmektedir. Sosyal izolasyon, karantina kısıtlamaları iç dünyalarındaki öfkeyi kendilerine ve daha çok ailelerine yansıtmasına sebebiyet vermektedir. Sosyal ortamlarda bulunamamak ve aktif bir yaşam içerisinde olamamak antisosyal bireyleri olumsuz yönde etkilememektedir. Antisosyal kişilik bozukluğu ile birlikte kişide madde kullanımı da görülüyorsa, kişilerin kontrol duygusunu tekrardan kazanması zorlaşabilmektedir (Knox vd., 2021: 3). Yalnızlığa karşı toleransları oldukça düşük olan borderline kişilik bozukluğu hastaları, benliklerini öteki ile kurdukları ilişki üzerinden inşa ettiklerinden zorlantılı bir biçimde sosyalleşmeye çalışmakta, sıklıkla can sıkıntısı ve içsel boşluk duygusundan yakınmaktadır (Faraji, 2021: 7144). Covid-19 pandemi sürecinde, borderline kişilik bozukluğuna sahip bireyleri en istikrarsızlaştırıcı faktörün sosyal izolasyon olduğu tespit edilmiştir. Sosyal izolasyon ve karantina dönemleri bu dönemde borderline kişilik bozukluğu olan bireyler için hayatlarını düzenleme konusunda ötekine duydukları yoğun ihtiyaç dolayısıyla olumsuz bir faktör olmuştur (Starcevic ve Janca, 2022: 15). Özellikle tek başına yaşayan borderline bireylerin, ev içi düzenlemeler konusunda başarısız olduğu tespit edilmiştir. Tek başına yaşamak, ev içerisinde de yalnız kalmak borderline bireyleri zorlayan diğer bir faktör olmuştur (Alvaro vd., 2020: 306). Bu süreçte dış destek sistemlerinden ve dış dünyadaki dürtüsel eylemlerinden uzaklaşmak durumunda kalan borderline hastaların, sıklıkla şikayetçi oldukları “boşluk duygusunu ve can sıkıntısını” (Faraji, 2021: 7144), gidermek adına online alışverişi önemli ölçüde arttırmaları, online bahis sitelerine yönelmeleri, online partner bulma uygulamaları vb. ilişki odaklı uygulamalarda daha fazla vakit geçirmeye başlamaları ve uyumsuz yeme tutumlarında artış yaşanması beklenmektedir. Histrionik kişilik bozukluğu olan bireyler insan ilişkilerini oldukça coşkulu yaşamakta, ilişkilerinde canlı, dışadönük ve göz önünde olmak istemektedir. Bu sebeple de toplum önünde daha çok görünecekleri meslekleri seçme eğilimindedirler. Oldukça baştan çıkartıcı, kışkırtıcı ve talepkâr olabilmektedir (McWilliams, 2013: 402). Ötekinin ilgisini yoğun düzeyde ihtiyaç duyan histrionik kişilik bozukluğu hastalarının, pandemi süreci boyunca sosyal ilişkilerinden uzak kaldıkları gibi göz önünde olma ihtiyaçlarının önemli bir kısmını yüceltilmiş biçimde karşıladıkları iş/ofis ortamlarından da uzak kalmaları nedeniyle önemli düzeyde zorlanma yaşadıkları düşünülmektedir. Histrionik kişilik bozukluğu hastalarının özsayıları genellikle karşı cinsiyetteki kişilerin başta olmak üzere ötekilerin

kendilerine duyduğu ilgiye ve arzuya bağlıdır. Dolayısıyla pandemi döneminde gözlerden uzak bir yaşam sürdürmek durumunda kalan histrionik kişilik bozukluğu hastalarının benlik saygılarında düşüş ve çökkün duygulanım gibi depresif belirtiler geliştirmeleri beklenmektedir. Histrionik bireylerin bir diğer özsaygı oluşturma yolları ise risk altındaki çocuklara, yardıma muhtaç kişilere yardım ederek içlerindeki korkmuş çocuğa yardımcı olmak olduğundan (McWilliams, 2013: 403) pandemi döneminde yardım faaliyetlerine aktif katılım sergilemeleri ve sosyal sorumluluk projelerine katılımıyla kaygı ve depresif duygularına yönelik öz tedavi girişimlerinde bulunabilecekleri ve dönemi daha az yıkımla atlatabilecekleri düşünülmektedir (Kartal, 2020: 154). zor durumda olan ihtiyaç sahiplerine yardımda bulunmanın pandemi sürecini daha kolay atlattığımızda faydalı olabileceğini belirtmektedir.

C kümesi; obsesif-kompulsif, çekingen, bağımlı kişilik bozuklukları ise yoğun kaygı ve bulaşma korkusu düşüncelerinde artış olmaktadır. Obsesif kompulsif kişilik bozukluğunda (OKKB) temizlik, inatçılık, dakikliğe dikkat etme, içinde tutma eğilimleri öne çıkan meselelerdir (McWilliams, 2013: 368). OKB (obsesif kompulsif bozukluk)'li bireyler güvenlik ihtiyaçları sebebiyle diğer bireylere nazaran daha fazla kontrol davranışı gösterebilmektedir (Yıldırım ve Aşlar, 2020: 128). Bu doğrultuda koronavirüs hastalığının bulaşma riskini en aza indirmek için temizlik, el yıkama, hijyen konularında abartılı ve tekrarlayıcı davranışlarda bulunabilmektedirler. OKKB özellikle artmış kontrol ihtiyacı çerçevesinde OKB ile benzerlik göstermektedir (Türksoy vd., 2000: 93). Pandemi döneminde temizlik ve mesafe gibi önlemler hastalığa yakalanmayı kontrol etme arzusuna hizmet eder hale gelmiştir. Bu dönemde OKKB hastalarının artmış kontrol arzuları doğrultusunda temizlik ve mesafe gibi pandemi önlemlerine diğer bireylere kıyasla oldukça artmış düzeyde önem göstermeleri beklenmektedir. Makul ve haklı gördüğünde, obsesif kişi için öfke duygusu kabul edilebilir bir nitelik kazanabilmektedir (McWilliams, 2013: 371). Bu doğrultuda OKKB'li bireylerin pandemi döneminde gerekli sağlık ve temizlik önlemlerini almayan bireylere yönelik öfkelerinde artış olması bu durumun da başta ev halkı ile olan ilişkiler olmak üzere yakın ilişkilere bozulmaya yol açabileceği düşünülmektedir. Çekingen kişilik bozukluğu olan hastalar başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmeye karşı yoğun kaygı duyarlar ve bu doğrultuda yoğun toplumsal anksiyeteye sahiptirler (Sevinç vd., 1998: 25). C kümesi; obsesif-kompulsif, çekingen, bağımlı kişilik bozuklukları ise yoğun kaygı ve bulaşma korkusu düşüncelerinde artış olmaktadır. Bu dönemde esnek düşünme becerisine ve uyum yeteneklerini geliştirmeye ihtiyaç duymaktadırlar (Preti vb., 2020: 7). Kaygı yaratan

unsurdan kaçınmak kaygıyı hafifletirken, olumsuz pekiştirme ile söz konusu durumuyla tekrar karşılaşma halinde daha yüksek kaygı düzeylerinin ortaya çıkmasına neden olduğundan çekingen kişilik bozukluğu hastalarının Covid-19 pandemi tedbirleri doğrultusunda gerçekleştirilen sosyal kısıtlamalarla birlikte kaygı düzeylerinin daha düşük seyrettiği bir rahatlık dönemi yaşamaları ancak tekrar toplumsallaşma ile birlikte daha yüksek sosyal kaygı düzeyleriyle günlük hayata geri dönmeleri ve uyum problemleri yaşamaları beklenmektedir. Bununla birlikte çekingen kişilik bozukluğu hastaları pandemi dönemindeki sosyalleşme süreçlerinde, hijyen tedbirlerini ve/veya mesafe önlemini yeterince alıp almadıkları konusunda etraftaki bireylerin eleştirisine hedef olmak gibi kaygıları olabileceği, olası eleştirileri önlem için zorunlu sosyalleşmeleri anında söz konusu hususlara artmış önem gösterebilecekleri düşünülmektedir. Bağımlı kişilik bozukluğu olan bireyler ise pandemi şartlarının getirdiği kısıtlamalar dolayısıyla bağımlı oldukları kişilerle daha fazla vakit geçirebilme imkanı bulup daha yüksek iyilik hali belirtebilecekleri gibi yine pandemi şartları nedeniyle, özellikle ayrı ev uzak muhitte yaşama gibi fiziki görüşme imkanlarını daha da kısıtlayacak durumlar söz konusuysa artmış kaygı düzeyleri ve depresif duygulanım sergilemeleri beklenmektedir. Sevdiklerinden ayrı kalma konusunda zorluk yaşayan bağımlı bireylerin bu dönemde sevdiklerine yakın olması önemlidir. Bağımlı olduğu kişilerden uzakta olan bağımlı kişilik bozukluğuna sahip bireyler için ise bu dönem zorlayıcı olmaktadır (Eren, 2010: 36).

3. SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışma sonucunda, herhangi bir ruh sağlığı bozukluğu olmayan bireyler dâhil tüm insanlar üzerinde önemli ölçüde zorlayıcı etkileri olan Covid-19 pandemisinin kişilik bozukluğu olan bireyler için çok daha zorlayıcı olabildiği ve günlük işlevselliklerini, özellikle de sosyal işlevselliklerini olumsuz yönde etkilediği görülmüş ve anlaşılmıştır.

Pandemi sürecinde kişilik bozukluğu olan bireyler bireyselleştirilmiş tedavi yöntemlerine her zamankinden daha çok ihtiyaç duymaktadırlar. Bu gruba giren bireylerin pandemi döneminde esnek düşünebilme becerisine ve uyum yeteneklerini geliştirmeye olan ihtiyaçları da artmaktadır (Preti vd., 2020: 9). Bu hastalara yönelik başlıca yeni tedavi yöntemleri geliştirilerek, online ya da çevrimiçi ortamda kişilik bozukluğuna sahip bireyler desteklenmelidir. Hastaneye yatış gereken hastalarda gerekli mevcut şartlar oluşturularak, hastaların kolaylıkla tedavi imkânı bulunması sağlanmalıdır. Kişilik bozukluğuna sahip bireylerin bu süreçte takip edilmesi ve tedavi hizmetlerinden destek alması süreci daha kolay geçirmelerini sağlayacaktır (Lantz ve Blissett, 2021: 90). Fiziksel rahatsızlıkları

olan kişilere verilen tedavi imkânlarının, psikolojik rahatsızlık yaşayan kişilere de verilmesi toplum ruh sağlığının korunması açısından önemli bir yer tutmaktadır.

KAYNAKÇA

- Afacan, E. & Avcı, N. (2020). Koronavirüs (Covid-19) örneği üzerinden salgın hastalıklara sosyolojik bir bakış. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 1-14.
- Akthar, S. (2017). *Acının Kaynakları: Korku, açgözlülük, suçluluk, kandırma, ihanet ve intikam*.2. Baskı İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları..
- Alioğulları, A. (2021). *Covid-19 virüs salgını sırasında yetişkin bireylerde sağlık anksiyetesi, ölüm anksiyetesinin yaş ve cinsiyete göre incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Álvaro, F., Navarro, S., Palma, C., Farrriols, N., Alaga, F., Solves, L., & Riera, A. (2020). Clinical course and predictors in patients with borderline personality disorder during the COVID-19 outbreak: a 2.5-month naturalistic exploratory study in Spain. *Psychiatry research*, 292, 113-306.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Ruhsalbozuklukların tanıs ve Sayımsal el kitabı, beşinci baskı (DSM-5)*, Çeviri: Köroğlu, E., Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Arkar, H. (2008). Cloninger'in mizaç ve karakter boyutları ile kişilik bozuklukları arasındaki ilişki. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 115-124.
- Ayut, S., & Ayut, S. S. (2020). Covid-19 pandemisi ve travma sonrası stres bozukluğu temelinde sosyal hizmetin önemi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 1(1), 56-66.
- Beck, J.S. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond*. Guilford Press.
- Bingöl, M. (2020). Katillerin katili: Salgın hastalıklar. *Kadim Akademi SBD*, 4(1), 101-105.
- Bozkurt, Y., Zeybek, Z., & Aşkın, R. (2020). Covid-19 Pandemisi: Psikolojik etkileri ve terapötik müdahaleler. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(37), 304-318.
- Can, E. (2020). Koronavirüs (Covid-19) pandemisi ve pedagojik yansımaları: Türkiye’de açık ve uzaktan eğitim uygulamaları. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 11-53.
- Çetin, C., & Anuk, Ö. (2020). COVID-19 pandemi sürecinde yalnızlık ve psikolojik dayanıklılık: Bir kamu üniversitesi öğrencileri örnekleme. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 170-189.
- Çiçek, B., & Almalı, V. (2020). COVID-19 pandemisi sürecinde kaygı öz-yeterlilik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki: Özel sektör ve kamu çalışanları karşılaştırması. *Electronic Turkish Studies*, 15(4), 241-260.
- Değirmenci, B. (2020). Covid-19 algısının sosyal endişeler üzerindeki etkisinde “sıkıntıya dayanmanın” aracılık etkisinin incelenmesi. *Balkan and Near Eastern Journal of Social Sciences Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi* (6), 83-93.

...

(akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

- Duran, M. S., & Acar, M. (2020). Bir virüsün dünyaya ettikleri: Covid-19 pandemisinin makroekonomik etkileri. *International Journal of Social and Economic Sciences*, 10(1), 54-67.
- Emanuele, P., Fantı, E., Fabio, M., & Raffaella, C. (2020). Personality disorders in time of pandemic. *Current Psychiatry Reports*, 22(12), 1-9.
- Eren, N. (2010). Kişilik Bozuklukları ve Hemşirelik Girişimleri-Bölüm I. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1(1), 33-38.
- Fairbairn, W. R. D. (2013). *Schizoid factors in the personality* (1940). In *Psychoanalytic studies of the personality* (pp. 25-49). Routledge.
- Fairbairn, W. R. D. (2013). *Psychoanalytic studies of the personality*. London: Routledge.
- Faraji, H. (2021). Borderline kişilik bozukluğunun ergenlik döneminde belirlenmesine dair bir değerlendirme, *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 18(43): 7141-7166.
- Faraji, H. (2022). Depresyon ve İntihar. Güler, K. (Ed.) *Depresyona Klinik Bir Bakış* içinde (s.435-464). Ankara, Eğiten Kitap.
- Faraji, H., & Boran, N. B (2021). The relationship of psychological resilience and jealousy in adults, *Sosyal Araştırmalar ve Davranış Bilimleri Dergisi*, 7(13), 662-680.
- Fontaine, N., Carbonneau, R., Vitaro, F., Barker, E. D. & Tremblay, R. E. (2009). Research review: A critical review of studies on the developmental trajectories of antisocial behavior in females. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(4), 363-385.
- Hotar, N., Omay, R. E., Bayrak, S., Kuruüzüm, Z., & Ünal, B. (2020). Pandeminin toplumsal yansımaları. *İzmir İktisat Dergisi*, 35(2), 211-220.
- İŞKUR, Kısa Çalışma Ödeneği <https://www.iskur.gov.tr/isveren/kisa-calisma-odeneği/genel-bilgiler/>, 2020.
- İşler, A. (2021). *Covid-19 salgın sürecinde duygusal yeme ile metakognisyonlar, anksiyete ve obsesif inançlar arasında ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Johns Hopkins University, Erişim: 16.12.2021. <https://covidinfo.jhu.edu/>
- Kahraman, H. (2018). Klinik Bir Olgu Olarak Yalnızlık: Yalnızlık ve Psikolojik Bozukluklar. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(2) 1-24.
- Karakaş, M. (2020). Covid-19 salgınının çok boyutlu sosyolojisi ve yeni normal meselesi. *İstanbul University Journal of Sociology*, 40(1), 541-573.
- Karataş, Z. (2020). COVID-19 pandemisinin toplumsal etkileri, değişim ve güçlenme. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 3-17.
- Kartal, A., Ergin, E., & Kanmış, H. D. (2020). Covid-19 pandemik salgın döneminde yaşam kalitesini arttırmaya yönelik sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite önerileri. *Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(COVID-19), 149-155.

- Kırlı, U., Binbay, T., Elbi, H., & Alptekin, K. (2020). COVID-19 pandemisi ve psikotik belirtiler. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23, 1-5.
- Kırmızıgül, H. G. (2020). COVID-19 salgını ve beraberinde getirdiği eğitim süreci. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 283-289.
- Knox, D. M., Leshen, G. E., & Teisberg, M. B. (2021). Pandemic impacts on cluster B personality disorders in the us navy: A case study in context. *Military medicine*, 1-3. <https://doi.org/10.1093/milmed/usab441>
- Konduz, N. (2015). *DSM-5'e göre kişilik bozukluğu tanısı alan hastaların kişilerarası işlevsellikte yetersizlik düzeyleri* (Master's thesis, Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Lantz, M., & Blissett, K. A. (2021). "You are not doing enough for me" Personality Disorders in the Time of Covid-19. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 29(4), S89-S90.
- MacLeod, A. K., Williams, J. M., & Bekerian, D. A. (1991). Worry is reasonable: the role of explanations in pessimism about future personal events. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 478-486. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.4.478>
- McWilliams, N. (2013). *Psikanalitik tanı: Klinik süreç içinde kişilik yapısını anlamak*. İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Millon, T., Grossman, S., Millon, C., Meagher, S., Ramnath, R. (2020). *Modern yaşamda kişilik bozuklukları*, İstanbul Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Nar, M. Ş. (2020). Covid-19 salgını ve dönüşümün etkisi: Şimdi ve sonrası. *İmgelem*, 4(7), 363-382.
- Öngel, V., Tatlı, H. S., & Bozkurt, G. (2020). Küresel krizlerde kişilik özelliklerine göre sosyal medya algısı: COVID-19 örneği. *Turkish Studies*, 15(4), 827-851.
- Öz, F., & Yılmaz, B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Öztürk O. M, Uluşahin A. (2018), *Ruh sağlığı ve bozuklukları*, 11. Baskı, Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri,
- Öztürk, G. (2021). Covid-19 salgınına yönelik koruyucu sağlık davranışlarının kişilik yapıları ve savunma mekanizmaları üzerinden değerlendirilmesi. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 10(3), 564-579.
- Parıldar, H. (2020). Tarihte bulaşıcı hastalık salgınları. *Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dergisi*, 30, 19-26.
- Preti, E., DiPierro, R., Fantı, E. Madeddu, F., & Calatı, R. (2020). Personality disorders in time of pandemic. *Current psychiatry reports*, 22(12), 1-9.
- Robichaud, M., Dugas M. J. (2020). *Yaygın kaygı bozukluğu çalışma kitabı*, İstanbul: Psikonet Yayıncılık.
- Rothschild, B., Dimson, C., Storaasli, R., & Clapp, L. (1997). Personality profiles of veterans entering treatment for domestic violence. *Journal of Family Violence*, 12(3), 259-274.

- Samuels, J. (2011). Personality disorders: epidemiology and public health issues. *International Review of Psychiatry*, 23(3), 223-233.
- Serinçay, H., Mat, G., Ülger, E., Özçakır, A., Alper, Z., & Uncu, Y. (2021). Covid-19 pandemisinde travma sonrası stres bozukluğu: Aile hekimliği yaklaşımı. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 25(2), 37-46.
- Sertdemir, A. (2020). Türkiye'nin koronavirüsle mücadele performansı üzerine bir değerlendirme. *Nazilli İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 1(1), 15-26.
- Sevinçok, L., Dereboy, F. & Dereboy, Ç. (1998). Çekingen kişilik bozukluğunun klinik özellikleri ve tedavisi. *Klinik Psikiyatri*, 1(1), 22-26.
- Starcevic, V., & Janca, A. (2022). Personality dimensions and disorders and coping with the Covid-19 Pandemic. *Current opinion in psychiatry*, 35(1), 73-77. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000755>
- Taşdemir, E., & Karadeniz, B. Covid-19 Pandemisi Hakkında Sosyal Medyada Üretilen Yalan Haberleri Doğrulama Platformları Üzerinden Okumak: Teyit. Org Örneği. *Karadeniz Teknik Üniversitesi İletişim Araştırmaları Dergisi*, 11(2), 59-83.
- Taylor, S. (2019) *The psychology of pandemics: Preparing for the next global outbreak of infectious disease*. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing.
- Türksoy, N., Tükel, R., & Özdemir, Ö. (2000). Obsesif kompulsif kişilik bozukluğu olan ve olmayan obsesif kompulsif bozukluk hastalarında klinik özelliklerin karşılaştırılması. *Klinik Psikiyatri*, 3, 92-98.
- Veague, H. B., & Collins, C. E. (2007). *Personality disorders*. Infobase Publishing.
- Widiger, T. A. (1998). Personality disorders. In *Advanced personality* (pp. 335-352). Springer, Boston, MA.
- Yakın, D. (2014). Bağımlı Kişilik Örüntüsü ve Terapötik İşbirliği: Şema Odaklı Bilişsel Davranışçı Terapi Uygulaması. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 1(2), 1-13.
- Yıldırım, A., & Aşıl, R. H. (2020). Covid-19 salgınınında ruhsal bozukluğu olan bireylere Yaklaşım. *Yeni Koronavirüs Hastalığının Toplum Üzerin Etkileri ve Hemşirelik Yaklaşımları içinde* (ss. 120-131), Malatya: İnönü Üniversitesi Yayınevi.
- Yıldırım, S. (2020). Salgınların Sosyal-Psikolojik Görünümü: Covid-19 (Koronavirüs) Pandemi Örneği. *Electronic Turkish Studies*, 15(4), 1331-1551.
- Yiğit, B., & Büyükmumcu, S. (2021). Covid-19 Korkusu, kişilik özellikleri, iş performansı ve işten ayrılma niyeti arasındaki yordayıcı ilişkilerin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(Pandemi Özel Sayısı), 3414-3447.
- Yoo, J.H., (2020). The Fight Against The 2019-Ncov Outbreak: An Arduous March Has Just Begun. *J. Korean Med. Sci.*, 35-56 <https://doi.org/10.3346/jkms.2020.35.56>.
- Zafer, C. (2021). Yeni dünya düzeninin oluşumu: Ekonomik ve sosyolojik anlamda dünya düzeninin etkileri. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(40), 661-682.

Zimmerman, M., Rothschild, L., Chelminski, I. (2005). The prevalence of DSM-IV personality disorders in psychiatric outpatients. *American Journal of Psychiatry*, 162, 1911–1918.

Çatışma Beyanı: Bu çalışma ile ilgili taraf olabilecek herhangi bir kişi ya da finansal ilişki ve dolayısıyla herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Destek ve Teşekkür: Çalışmada herhangi bir kurum ya da kuruluştan destek alınmamıştır. Etik

Kurul Kararı: Bu araştırma, Etik Kurul Kararı gerektiren makaleler arasında yer almamaktadır.

Katkı Oranı: Yazarlar makaleye eşit oranda katkıda bulunmuştur.