



RESEARCH ARTICLE / ARAŞTIRMA YAZISI

A Study to Examine the Relationship Between Fear of COVID-19, Psychological Resilience, and Life Satisfaction

COVID-19 Korkusu, Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Bir Araştırma

Nurullah Yelboğa¹, Salih Aydın², Abdullah Işık³

Abstract:

The main purpose of this study is to examine the effects of fear of COVID-19 and life satisfaction on the psychological resilience of individuals. In this context, the relationship between the fears of COVID-19 and life satisfaction of adults, which emerged during the pandemic period, with their psychological resilience has been discussed. Personal Information Form, COVID-19 Fear Scale, Psychological Resilience Scale and Life Satisfaction Scale were used as data collection tools for this study. The research sample consists of a total of 263 individuals, 206 women (78.3%) and 57 men (21.7%). Frequency, Correlation and Regression Tests were applied by using SPSS 19 package program in the analysis of the data obtained after the application. According to the results of the research, the fear of COVID-19 negatively affects the psychological resilience levels of individuals; life satisfaction has a positive effect on psychological resilience levels. The results of the research were discussed within the framework of the literature and suggestions were made in this direction.

Keywords: Fear of COVID-19, Resilience, Satisfaction with Life

¹MSc, Artvin Çoruh University, Department of Social Work and Counseling, Artvin-Turkey, nurullah_yel06@hotmail.com
Orcid; 0000-0001-8281-7070.

²PhD, Artvin Çoruh University, Department of Banking and Finance, Artvin-Turkey, salihaydin@artvin.edu.tr, Orcid; 0000-0002-3817-1169.

³PhD, Sinop University, Department of Social Work, Sinop-Turkey, aisik@sinop.edu.tr, Orcid; 0000-0002-5339-2883.

Address of Correspondence/Yazışma Adresi: Nurullah Yelboğa, Artvin Çoruh University, Department of Social Work and Counseling, Artvin-Turkey, E-mail: nurullah_yel06@hotmail.com

Date of Received/Geliş Tarihi: 25.02.2022, **Date of Revision/Düzeltilme Tarihi:** 18.03.2022, **Date of Acceptance/Kabul Tarihi:** 25.03.2022, **Date of Online Publication/Çevrimiçi Yayın Tarihi:** 20.06.2022

Citing/Referans Gösterimi: Yelboğa, N., Aydın, S. & Işık, A. (2022). A Study to Examine the Relationship Between Fear of COVID-19, Psychological Resilience, and Life Satisfaction, *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry & Psychology*, 4(2): 180-188

© 2022 The Author(s). Published by Cyprus Mental Health Institute / Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology (www.ktpdgersi.com). This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 license which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, provided the original work is properly cited and is not used for commercial purposes. <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Öz:

Bu çalışmanın temel amacı, COVID-19 korkusunun ve yaşam doyumunun bireylerin psikolojik dayanıklılıklarına etkisini incelemektir. Bu kapsamda yetişkin bireylerin pandemi döneminde ortaya çıkan COVID-19 korkularının ve yaşam doyumlarının psikolojik sağlamlıkları ile ilişkisi ele alınmıştır. Bu amaca yönelik çalışmanın veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, COVID-19 Korkusu Ölçeği, Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma örneklemini 206 kadın (%78,3) ve 57 erkek (%21,7) olmak üzere toplam 263 birey oluşturmaktadır. Uygulama sonrasında elde edilen verilerin analizinde SPSS 19 paket programı kullanılarak Frekans, Korelasyon ve Regresyon Testleri uygulanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre bireylerin COVID-19 korkusu psikolojik sağlamlık düzeylerini negatif yönde; yaşam doyumları ise psikolojik sağlamlık düzeylerini pozitif yönde etkilemektedir. Araştırmanın sonuçları, literatür çerçevesinde tartışılmış ve bu doğrultuda öneriler getirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19 Korkusu, Psikolojik Sağlamlık, Yaşam Doyum

Giriş

Uygarlık tarihinden yaklaşık 4,5 milyon öncesine kadar atalarımızı tehdit eden hastalıkların izleri arkeolojik bulgulardan (iskelet kalıntılarından) sürüldüğünde, salgınların günümüze nispeten daha az olduğunu anlamak mümkündür. Örneğin avcı-toplayıcı olarak yaşayan grupların atık yığınları, virütik ya da bakteriyolojik enfeksiyonları oluşturacak veya su kaynaklarıyla hastalık bulaştıracak düzeye ulaşmamıştır. İnsanların yerleşik hayata geçmesi ve toprağı işlemesi bu durumun seyriyi değiştirmiş; toprak canlıları ve hayvanlarla temas neticesinde parazitler insan vücuduna erişebilmiştir. Yine sığır, koyun, keçi, at, köpek gibi hayvanların günlük yaşamın içine dahil edilmesi hayvan hastalıklarının insanlara bulaşmasına sebebiyet vermiştir. Ancak o tarihten 20. yüzyılın şafağına değin hastalıkların sebebi olarak birçok faktöre olasılık verilmesine rağmen mikropların hastalık nedeni olarak görülmesi düşünülmemiştir (Spellman, 2017, pp. 181–183).

Tarihsel süreçte özellikle uygarlıkların oluşmasıyla salgınların insanları daha ciddi derecede tehdit ettiği anlaşılmaktadır. Özellikle büyük kentlerin oluşması, ticaret ve savaş gibi unsurlar ise salgınların yayılım hızını arttırmıştır. Bu bakımdan günümüzdeki COVID-19 salgınının bu denli kısa sürede tüm dünyayı etkilemesine nüfusun dünya genelinde çoğunlukla kentlerde yaşıyor olması, uluslararası ticari ve turizm amaçlı seyahatlerin çok sık olması gibi unsurlar gösterilebilir (Yelboğa & Bayır Aslan, 2020).

Hastalığın dünya genelindeki mevcut durumu, insan yaşamını tehdit ettiğinden günlük yaşamı da ciddi derecede sınırlamakta ve etkilemektedir. Psikososyal bir varlık olan insan, bu tehdit karşısında korku ve kaygılar yaşamaktadır. Zira salgının tehdit boyutu insan yaşamına son vermeye salgın daha başladığı ilk andan beri ulaşmış durumdadır (Yelboğa & Açıkgöz, 2020). Söz konusu ölüm olduğunda ise insanın yok olma anksiyetesi gibi bir durum ortaya çıkmaktadır (Yalom, 2017).

İnsan, ölümlü bir varlıktır ve ölüm insani bir fenomendir (Ökten, 2016). Ancak insanoğlunun ölüme karşı savaşı hiç bitmemiştir. İnsanlık, yaşam sahnesinde yok olmaya karşı hep bir mücadele içinde olmuştur. Bu eylem ve mücadelesi ise onun hayatta kalma arzusundan gelmektedir. Başkasının ölümüne yaptığı tanıklık ise onun her seferinde kendi ölüm gerçekliğiyle yüzleştirmektedir (Bauman, 2018, p. 55). Her seferinde ölümle yüzleşmesi de onda derin bir korkuya neden olmaktadır (Yalom, 2017). Korku

nesnesi ise ölümle sonuçlanma riski taşıması sebebiyle salgınlar (COVID-19) olabilmektedir (Özgülç et al., 2021). Böylece COVID-19 korkusu, bireylerin yaşamını önemli ölçüde etkilemekte ve ona yön vermektedir. Dolayısıyla fiziksel bir sağlık sorununa COVID-19 korkusu ve onun etkileri gibi ruhsal problemlerin eklenmesi (Gencer, 2020) büyük bireysel ve toplumsal riskleri beraberinde getirebilmektedir. Bu tür riskli durumlarda ise bireylerin yaşam doyumunu azaltmakta ve yaşam kalitesi düşebilmektedir. Örneğin hemşireler üzerinde yapılan bir çalışmada yüksek ölüm kaygısının yaşam doyumunu düşürdüğü ve dolayısıyla yaşam memnuniyetlerini olumsuz etkilediği belirlenmiştir (Karabağ Aydın & Fidan, 2022).

COVID-19, bireylerin olağanın dışında yeni bir yaşam biçimiyle yaşamalarına neden olmaktadır. Örneğin, COVID-19 sürecinde artan işsizlik (Blustein et al., 2020), sosyal ilişki ve yaşantıda yaşanan değişimler (Yelboğa & Açıkgöz, 2020), gıda ve beslenme alışkanlıklarında yaşanan değişim (Özenoğlu et al., 2021) gibi pek çok açıdan insanların günlük yaşamlarına ve dolaylı olarak psikososyal yaşamlarına sirayet etmiştir. Bu yaşam şekliyle bireyler psikolojik anlamda farklı davranışlar sergileyebilmektedir. Aynı zamanda bu dönemde bireylerin yaşam doyumları ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişki yaşanan sürecin açıklanması bakımından önem arz etmektedir.

Bu anlamda bu çalışmanın temel amacı, bireylerin COVID-19 korkusunun ve yaşam doyumunun bireylerin psikolojik dayanıklılıklarına etkisini incelemektir. Bu kapsamda yetişkin bireylerin pandemi döneminde ortaya çıkan COVID-19 korkularının ve yaşam doyumlarının psikolojik sağlamlıkları ile ilişkisi ele alınmıştır. Bu amaçla makalede önce COVID-19 korkusu, yaşam doyumunu ve psikolojik sağlamlık kavramları üzerinde durulmuş; daha sonra araştırma verileri analiz edilerek bulgular yorumlanmış ve tartışılmıştır.

COVID-19 Korkusu

COVID-19'un yüksek enfeksiyon oranına sahip olması ve ölüm oranlarının da yüksek seyretmesi insanların endişe duymalarına sebebiyet vermektedir (Ahorsu et al., 2020). Örneğin 21.02.2022 tarih itibarıyla dünya genelinde 5.856.224 insan yaşamını yitirmiş ve yaklaşık 2 milyon insan son 24 saat içinde COVID-19'a yakalanmıştır (WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard, 2022). Böyle bir durumda salgın, bireylerin sadece sağlığını ve refahını etkilemekle birlikte, öte yandan korku, stres ve

endişe kaynağı da olmaktadır. Salgınların genel itibarıyla ciddi bir belirsizliği ortaya çıkarıyor olması ise sözü edilen korkunun derinleşmesine sebebiyet vermektedir (Reznik et al., 2021). Dolayısıyla genel anlamda salgınları insan sağlığını ve refahını tehdit eden bir olgu olarak değerlendirmek eksik bir yaklaşımdır. Bu tehditle birlikte salgının psikososyal etkilerini (Saladino et al., 2020) de göz önünde bulundurmamak gerekmektedir. Örneğin, hasta ve yakınlarının damgalanma ve dışlanması gibi bir durum görülebilmektedir ki bu, başlı başına stres ve depresyona, uyum problemlerine neden olmaktadır (Zhang et al., 2020). COVID-19 korkusu ise psikolojik bir sorun olarak yaşam doyumunu etkileyebilmektedir (Satici et al., 2021).

Psikolojik Sağlık

Psikolojik sağlık, olumsuz yaşantılar karşısında insanların "güçlü kalabilme" durumlarını ifade eden bir kavramdır. Özellikle olumsuz durumlar neticesinde ortaya çıkan risk faktörlerine karşı bireyleri koruma işlevi görmektedir. İnsanların sahip olduğu bu koruyucu kaynaklar ise onların yeni sürece uyumlarını kolaylaştırmaktadır (Kararımak, 2006). Bireylerin psikolojik sağlık ve dayanıklılıkları ise genel olarak birbirinden farklılık göstermektedir. Bireylerin sahip oldukları bu direnç düzeyi, COVID-19 sürecinde başa çıkmayı sağlaması sebebiyle önem taşımaktadır. ABD'de yapılan ve psikolojik sağlık/dayanıklılık, zihinsel sağlık, günlük davranış ve ilişkileri ölçen bir araştırmanın sonuçları, psikolojik sağlamlığın algılanan sosyal destek, egzersiz yapma, düzenli uyku ve ibadet etme gibi faktörlerden etkilendiği ve sözü edilen bu faktörlerin dayanıklılığı arttırdığını ortaya koymaktadır. Düşük düzeydeki psikolojik sağlamlığın ise COVID-19 hakkındaki korku ve endişeyi arttırdığı ifade edilmiştir (Killgore et al., 2020). Türkiye'de yapılan başka bir çalışmada dayanıklılığın, stresli durumlarla baş etmede motivasyonu arttırdığı ve COVID-19 korkusu, stres ve depresyonu azaltmada aracılık yaptığı ortaya çıkmıştır (Yıldırım & Arslan, 2020). Diğer yandan, COVID-19 korkusunun dayanıklılığı olumsuz yönde etkilediğine ilişkin çalışmalar da bulunmaktadır (Karataş & Tagay, 2021).

Yaşam Doyumu

Yaşam doyumunu; bireylerin yaşamının mutluluk, moral gibi açılardan değerlendirilmesi ve beklenti ve gereksinimlerin karşılanması anlamında kullanılmaktadır. Günlük yaşam seyri içinde olumlu duygu ve beklentilerin olumsuz, negatif durumlara göre ağır basmasıdır (Avşaroğlu et al., 2005).

Bireylerin yaşamsal dönem içerisinde karşılaştıkları problemler onları günlük yaşam kalitesini ve yaşam doyumlarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. İnsan yaşamında çok boyutlu etkilere sahip olan COVID-19 salgını bireylerin psikososyal yaşamlarını farklı düzeylerde etkilemektedir. Örneğin, Dymecka ve arkadaşlarının (2021), stresin pandemi sürecinde yaşam doyumunu nasıl etkilediği üzerine yaptıkları çalışmada COVID-19 korkusunun bireyin refahı üzerinde önemli etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Özellikle COVID-19 pandemisinin stresli ve bir belirsiz bir süreci yaşatması bireylerin günlük yaşamdaki düzenlerini değiştirmiş ve bir tür tutarsızlığa sebebiyet vermiştir. Bu tutarsız süreç ise bireylerin yaşam doyumuna ve dolayısıyla refahlarına olumsuz yönde yansımıştır. Yine başka bir çalışmada (Trzebiński et al., 2020), COVID-19 kaynaklı düşük stres, kaygı ve korkunun yaşamın anlamı, umut ve yaşam doyumuyla güçlü bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir.

Yöntem

COVID-19 korkusu, psikolojik sağlık ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin tespit edilmesine yönelik hazırlanan bu çalışmada verilerin elde edilme sürecinde Google Form'dan faydalanılmıştır. Etik kurul izni alınan bu çalışma Google Form'da hazırlanarak bireylere internet vasıtasıyla ulaştırılmıştır. Yetişkin bireylerin verdikleri cevaplar Google Form aracılığı ile toplanmış ve analize hazır hale getirilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 19 paket programı kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin tespit edilmesinde regresyon modeli kullanılmıştır. Regresyon analizinde bağımlı ve bağımsız değişken sayıları yapılacak olan regresyon analizini etkileyecektir. Bağımlı değişken sayısının bir, bağımsız değişken sayısının iki olması nedeniyle çoklu doğrusal regresyon modeli ile veriler analiz edilmiş ve bulgulara ulaşılmıştır.

Araştırmada yetişkin bireylerin COVID-19 korkuları ve yaşam doyumları ile psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişki tespit edilmeye çalışılmıştır. Bu kapsamda araştırmada bağımlı değişken olarak psikolojik sağlık düzeyi, bağımsız değişkenler olarak ise COVID-19 korkusu ve yaşam doyumları belirlenmiştir. Çoklu doğrusal regresyon modeli yardımı ile analiz edilen iki adet hipotez oluşturulmuştur. Bu hipotezler:

H1: Yetişkin bireylerin COVID-19 korkuları bireylerin psikolojik sağlık düzeylerini negatif yönde etkilemektedir.

H2: Yetişkin bireylerin yaşam doyumları bireylerin psikolojik sağlık düzeylerini pozitif yönde etkilemektedir.

Araştırmanın Katılımcıları

Çalışma kapsamında yetişkin bireylerin COVID-19 korkularının ve yaşam doyumlarının psikolojik sağlamlıkları ile ilişkisi incelenmiştir. Bu kapsamda Google Form'da hazırlanan anket formu farklı sosyal medya iletişim araçları kullanılarak online bir şekilde yetişkin bireylere ulaştırılmıştır. Yetişkin bireylere kartopu örneklem yöntemi ile ulaşılmış ve 263 yetişkin birey anket formunu cevaplayarak geri göndermiştir.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak anket yöntemi seçilmiştir. Araştırmada kullanılan anket formu dört kısımdan oluşturulmuştur. Birinci bölümde araştırmaya katılan yetişkin bireylerin demografik özelliklerini belirlemeye yönelik sorulara yer verilmiştir. İkinci kısımda bireylerin COVID-19 korkusunu ölçmeye yönelik sorular araştırmacılara sunulmuştur. Anket formunun üçüncü bölümünde bireylerin psikolojik sağlık düzeylerini belirlemeye yönelik sorular yer almaktadır. Son bölümde ise bireylerin yaşam doyum düzeylerini tespit etmek için bireylere sorular yönlendirilmiştir.

COVID-19 korkusu ölçeği Arpacı ve diğerleri (2020) tarafından geliştirilmiştir. COVID-19 korkusunu ölçmeye yarayan 20 adet soru araştırmacılara sunulmuştur. Psikolojik sağlık ölçeği Doğan (2015) tarafından geliştirilmiştir. Bireylerin psikolojik sağlık düzeyini belirlemek için araştırmacılara 6 adet soru yöneltilmiştir. Yaşam doyum ölçeği ise Köker (1991) tarafından oluşturulmuştur. Yaşam doyum ölçeği ile ilgili araştırmacılara 5 adet soru sorulmuştur.

Araştırmanın Etik Kurul Onayı

Araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılan anket formu bireylere ulaştırılmadan önce Artvin Çoruh Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kuruluna gerekli belgelerle başvurulmuş ve 25/11/2020 tarihinde kurul tarafından çalışmanın yapılabiliğine dair karar verilmiştir.

Verilerin Toplanması ve Çözümlemesi

Bu bölümde öncelikle araştırmaya katılım gösteren yetişkin bireylere ait demografik değişkenlere yer verilmiştir. Daha sonra araştırma kapsamında elde edilen verilerin analiz sonuçları aktarılmış ve elde edilen bulgular yorumlanmıştır.

Tablo 1: Demografik Değişkenlere Ait Frekans Analizi Sonuçları

	Kategoriler	N	%
Cinsiyet	Kadın	206	78,3
	Erkek	57	21,7
Yaş	18-22	121	46,0
	23-27	40	15,2
	28-32	38	14,4
	33-37	36	13,7
	38 ve üzeri	28	10,6
Eğitim	İlkokul-Ortaokul	6	2,3
	Lise	39	14,8
	Önlisans	123	46,8
	Lisans	57	21,7
	Lisansüstü	38	14,4
Medeni Durum	Evli	82	31,2
	Bekâr	181	68,8
Hane Geliri	2500 TL ve altı	76	28,9
	2501-4000 TL arası	78	29,7
	4001-5500 TL arası	41	15,6
	5501- 7000 TL arası	27	10,3
	7001 TL ve üzeri	41	15,6
İkame Yeri	Köy	48	18,3
	İlçe	100	38,0
	İl	115	43,7
Yaşanılan Bölge	Karadeniz	128	48,7
	Güneydoğu Anadolu	40	15,2
	Doğu Anadolu	37	14,1
	İç Anadolu	10	3,8
	Akdeniz	9	3,4
	Ege	9	3,4
	Marmara	30	11,4
	COVID Geçirme Durumu	Evet	18
Yakınlarınızın COVID Geçirme Durumu	Hayır	245	93,2
	Evet	145	55,1
	Hayır	118	44,9

Tablo 1'e göre araştırmaya katılan yetişkin bireylerin %78,3'ü kadın %21,7'si erkeklerden oluşmaktadır. Yetişkin bireylerin yaş dağılımına göre yapılan değerlendirmede araştırmaya katılan bireylerin %46'sı 18-22 yaş arası, %15,2'si 23-27 yaş arası, %14,4'ü 28-32 yaş arası, %13,7'si 33-37 yaş arası ve %10,6'sı 38 yaş ve üzeri yaşa sahiptir. Eğitim durumu değişkenine göre yapılan değerlendirmede ise katılımcıların %46,8'i önlisans düzeyinde bir eğitime sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların medeni durumlarına göre yapılan değerlendirmede bireylerin %68,8'i bekâr, %31,2'si evlidir. Hane geliri durumuna göre yapılan değerlendirmede katılımcıların yarısından fazlasının hane geliri 4000 TL'nin altındadır. İkamet yerine göre yapılan değerlendirmede katılımcıların %43,7'si ilde, %38'i ilçede ve %18,3'ü köyde yaşamaktadır. Bölgesel anlamda yapılan değerlendirmede katılımcıların neredeyse yarısının Karadeniz Bölgesinde yaşadığı tespit edilmiştir. Katılımcılara daha önce COVID-19 geçirip

geçirmediğine yönelik aktarılan soruya katılımcıların %93,2'si hayır yanıtını vermiştir. Katılımcılara yakınlarında herhangi birisinin COVID-19 geçirip geçirmediğine yönelik sorulan soruya ise katılımcıların %55,1'i evet yanıtını vermiştir. Çalışmaya katılım gösteren yetişkin bireylerin demografik değişkenlerine ait frekans sonuçları Tablo 1'de gösterilmiştir. Bu bilgiler aktarıldıktan sonra çalışmanın analiz için uygun olup olmadığına yönelik güvenilirlik analizi sonuçları Tablo 2'de aktarılmıştır. Güvenirlik analizi, ölçmede kullanılan testlerin, anketlerin veya ölçüklerin güvenilirliklerini değerlendirmek üzere geliştirilmiş bir yöntemdir (Kalaycı, 2018, pp. 403-405). Alpha (α) katsayısına bağlı olarak ölçeğin güvenilirliği aşağıdaki şekilde yorumlanmaktadır (Kalaycı, 2018, p. 405): $0.00 \leq \alpha < 0.40$ ise ölçek analiz için güvenilir değildir. $0.40 \leq \alpha < 0.60$ ise ölçeğin analiz için güvenilirlik seviyesi düşüktür. $0.60 \leq \alpha < 0.80$ ise ölçeğin analiz için güvenilirlik düzeyinin oldukça yeterli olduğu yorumu yapılır. $0.80 \leq \alpha < 1.00$ ise ölçeğin analiz için mükemmel düzeyde güvenilir olduğuna karar verilir.

Tablo 2: Güvenirlilik Analizi ve Sonuçları

Boyutlar	Cronbach's Alpha	İfade Sayısı
COVID-19 Korkusu	0,923	20
Psikolojik Sağlamlık	0,934	6
Yaşam Doyumu	0,653	5

Tablo 2'ye göre çalışmada kullanılan anket formunda yer alan 3 ölçeğin de güvenilirlik düzeyleri oldukça yeterli bulunmuştur. Elde edilen bu değerler araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilir olduğunu göstermektedir.

Bireylerin COVID-19 korkusu ile yaşam doyumlarının psikolojik sağlamlıkları ile ilişkisine yönelik değişkenler arasındaki korelasyon analizi sonuçları Tablo 3'te gösterilmiştir. Tablo 3'e göre bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile yaşam doyumları arasında ve yine psikolojik sağlamlık düzeyleri ile COVID-19 korkuları

arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Psikolojik sağlamlık değişkeni ile COVID-19 korkusu değişkeni arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki tespit edilmiştir ($r: -0,35, p < 0,05$). Yani bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri arttıkça COVID-19 korkularının azalacağı söylenebilir. Psikolojik sağlamlık değişkeni ile yaşam doyumunu değişkeni arasında ise pozitif yönlü zayıf bir ilişki tespit edilmiştir ($r: 0,18, p < 0,05$). Yani yetişkin bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinde meydana gelecek artış yaşam doyumlarını da arttıracaktır.

Tablo 3: Korelasyon Analizi Sonuçları

		Psikolojik Sağlamlık	COVID-19 Korkusu	Yaşam Doyumu
Pearson Korelasyonu	Psikolojik Sağlamlık	1,000	-0,353	0,186
Pearson Korelasyonu	COVID-19 Korkusu	-0,353	1,000	0,025
Pearson Korelasyonu	Yaşam Doyumu	0,186	0,025	1,000

p: 0,05

Çalışmada kullanılan değişkenler arasındaki ilişkinin tespit edilmesinde regresyon analizi kullanılmıştır. Bağımlı değişken üzerinde bağımsız değişkenlerin etkisini belirlemek için yapılan regresyon analizinde bağımsız değişken sayısına göre yapılan analiz değişmektedir. Çalışmada, bağımlı değişken üzerinde birden fazla bağımsız değişkenin etkisini incelemek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Çoklu regresyon analizinin basit doğrusal regresyon analizinden farkı, modelde birden fazla bağımsız değişken olmasıdır. Çoklu doğrusal regresyon modelini aşağıdaki gibi ifade edebiliriz (Gençtürk, 2009, p. 131).

$$Y_i = \beta_0 + \beta_1 X_{i1} + \beta_2 X_{i2} + \dots + \beta_n X_{in} + \epsilon_i$$

Y: Bağımlı değişken

X: Bağımsız değişken

β_0 : Bilinmeyen regresyon sabiti

β_1 : Birinci bağımsız değişkenin katsayısı

β_2 : İkinci bağımsız değişkenin katsayısı

β_n : n. bağımsız değişkenin katsayısı

ϵ : Hata terimi (Gözlenen değer-Tahmin edilen değer)

Çoklu doğrusal regresyon modeli doğrultusunda çalışmada kullanılan değişkenlerle birlikte model aşağıdaki gibi oluşturulmuştur.

$$\text{Psikolojik Sağlamlık} = \beta_0 + \beta_1 \text{COVID-19 Korkusu} + \beta_2 \text{Yaşam Doyumu} + \epsilon_i$$

Oluşturulan model kapsamında çalışmanın regresyon analizi sonuçları Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4: Regresyon Analizi ve Sonuçları

Bağımlı Değişken: Psikolojik Sağlamlık				
Model	B	Standart Sapma	t	p (sig.)
Constant	3,802	0,284	13,395	0,000
COVID-19 Korkusu	-0,483	0,077	-6,300	0,000
Yaşam Doyumu	0,177	0,051	3,441	0,001

p: 0,05

Psikolojik Sağlamlık = 3,802 – 0,483 COVID-19 Korkusu + 0,177 Yaşam Doyumu + ϵ

Tablo 4'te araştırmada kullanılan değişkenler arasındaki ilişkiyi analiz etmek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre;

H1: Bireylerin COVID-19 korkusu psikolojik sağlamlık düzeylerini negatif yönde etkiler. H1 hipotezi kabul edilmiştir (p<0,05). Dolayısıyla bireylerin COVID-19 korkularının yükselmesi ile birlikte psikolojik sağlamlık düzeyleri negatif yönde etkilenecektir. Baykal (2020), COVID-19 bağlamında psikolojik dayanıklılık, kaygı ve yaşam doyumu ilişkisini incelemiştir. Yapılan analiz sonucunda daha yüksek kaygı seviyelerinin daha düşük psikolojik dayanıklılık seviyelerine yol açtığı ve bunun da daha düşük yaşam doyumunu ortaya çıkardığı tespit edilmiştir.

H2: Bireylerin yaşam doyumları psikolojik sağlamlık düzeylerini pozitif yönde etkiler. H2 hipotezi kabul edilmiştir (p<0,05). Bireylerin yaşam doyumları arttığında paralel olarak psikolojik sağlamlık düzeyleri pozitif yönde etkilenecek artmaktadır. Tümlü ve Receptoğlu (2013), Kastamonu Üniversitesinde çalışan akademik personelin psikolojik dayanıklılıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma sonucunda akademik personelin yaşam doyumları ile psikolojik sağlamlıkları arasında orta düzeyde ve pozitif yönde bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Kılınç ve diğerleri (2019), KOAH'lı hastalarda psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla üniversite hastanesinde çalışma yapmışlardır. Araştırma sonucuna göre KOAH hastalarının psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki saptanmıştır. Çalışmalarda elde edilen bulgular ile bu çalışmanın sonucunda elde edilen bulgu paralellik göstermektedir. COVID-19 salgının ortaya çıkardığı korku psikolojisi bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini olumsuz etkilediği çalışmada da tespit edilmiştir Bu araştırmada COVID-19 korkusu, psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu değişkenler arasındaki ilişkinin ortaya konulması literatürdeki mevcut bilgiye katkı sağlayacağı düşünülmüştür. Literatürde daha çok psikolojik sağlamlık düzeyinin COVID-19 korkusunu nasıl ve ne yönde etkilediği araştırılmış ve psikolojik sağlamlığın/dayanıklılığın COVID-19 korkusunu azalttığı yönünde sonuçlara ulaşılmıştır (Killgore et al., 2020; Lindinger- Sternart et al., 2021; Yıldırım & Arslan, 2020). Başka bir çalışmada da COVID-19 korkusunun psikolojik sağlamlığı negatif yönde etkilediği ortaya çıkmıştır (Karataş & Tagay, 2021). Bu çalışmada ise yüksek COVID-19 korkusunun katılımcıların psikolojik sağlamlık düzeyini negatif yönde etkilediği belirlenmiştir. Dolayısıyla "H1: Bireylerin COVID-19 korkusu

psikolojik sağlamlık düzeylerini negatif yönde etkiler" yönündeki hipotez test edilmiş ve doğrulanmıştır. Çalışmanın bu sonucu literatürdeki çalışmalar tarafından da desteklenmektedir. Örneğin, Sadati ve diğerlerinin (Sadati et al., 2020) araştırma sonuçları psikolojik dayanıklılığın, COVID-19 sürecinde azaldığını göstermektedir. Yüksek düzeydeki dayanıklılık ise COVID-19'un duygusal yükünü hafifletmektedir (Lenzo et al., 2020). Zira bireylerin kaygı düzeyleri bireysel dayanıklılıkları sayesinde düşmektedir (Kimhi, Eshel, et al., 2020). Bu bakımdan COVID-19 korkusu sebebiyle bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri olumsuz yönde etkilenmekte ve bu durum duygusal açıdan iyilik hallerine zarar vermektedir. Neticede yaşam doyumları da bu faktöre bağlı olarak düşebilmektedir.

Pandemi sürecinde müdahalelerin çoğu salgının yayılmasını önlemeye, aşılarda ve diğer bazı tedbirler aracılığıyla bu amacı sağlamaya yönelik olmuştur. Ancak salgının, dünya ülkelerinin gelişimini, sosyo-ekonomik durumlarını (sanayi, üretim, turizm vb.) sektöre uğratmakla kalmayıp, toplumun kültürel dokularını, sosyal ilişkileri ve günlük yaşamı değiştiren/dönüştüren etkileri dikkate alındığında aynı zamanda toplumsal bir kriz olduğu da açıktır (Yelboğa & Açıkgöz, 2020). Bu ağır etkiler ise insanların günlük yaşam, denge ve uyumlarını değiştirerek ruhsal yapılarında da zedelenmelere ve derin izlere yol açmıştır. Dolayısıyla bireylerin güç durumlarla karşılaştıklarında başvurdukları baş etme kaynaklarını ifade eden psikolojik sağlamlık/dayanıklılıkları da yaşanan COVID-19 korkusu sebebiyle zayıflamıştır. Özellikle salgının ilk dönemlerinde açık ve somut bir tehlike arz eden hastalık, insanların dünya genelinde temel güvenlik duygularını zayıflatmıştır. Tehdit neticesinde bireylerin dayanıklılıkları zedelenerek kontrol kaybına neden olmuştur (Kimhi, Marciano, et al., 2020).

Psikolojik sağlamlığı, risk faktörleri (çevre ve bireyin özelliklerine göre değişir), koruyucu faktörler (risk ya da bir güçlüğün etkisini azaltan faktörler) ve olumlu sonuçlar (içsel ve dışsal faktörlerle elde edilen yeterlilik) gibi değişkenlerin belirlediği ifade edilmektedir (Ülker & Receptoğlu, 2013). Psikolojik sağlamlık düzeyini belirleyen bu faktörler dikkate alındığında da pandeminin bir risk faktörü olarak dayanıklılığı azalttığı ve aynı zamanda koruyucu faktörlerin etkisini minimize ettiği anlaşılmaktadır.

Çalışmanın diğer önemli sonucu da "H2: Bireylerin yaşam doyumları psikolojik sağlamlık düzeylerini pozitif yönde etkiler." şeklinde iddia edilen hipotezin analiz sonucunda kabul edilmesidir. Sağlık çalışanlarının psikolojik dayanıklılığını/sağlamlığını ölçen bir araştırmada, psikolojik sağlamlığın artması için sağlık çalışanlarının yaşam doyumlarının artması gerektiğine dikkat çekilmiştir (Bozdağ & Ergü, 2021). Bu araştırmanın bulguları çalışmamızın bulgularıyla paralellik göstermektedir.

Literatürdeki diğer bazı araştırmaların sonuçları ise, psikolojik sağlamlığın yaşam doyumuna olumlu etkisine işaret etmektedir (Gundogan, 2021; Liu et al., 2012). Pandemi sürecinde öğrenciler üzerinde yürütülen başka bir çalışmada ise psikolojik sağlamlığın/dayanıklılığın öğrencilerin yaşam doyumunu güvence altına alan bir faktör olduğu ortaya çıkmıştır (Rivera et al., 2021). Bu çalışmalar birlikte değerlendirildiğinde hem yaşam doyumunun psikolojik sağlamlığı etkilediği hem de yaşam doyumunun psikolojik sağlamlıktan etkilendiği söylenebilir. Bu bakımdan bu iki faktör arasında çift yönlü bir ilişkinin etkisini görmek mümkündür. Genel olarak da yaşam doyumunu ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif ilişkilerin olduğu (Alibekiroğlu et al., 2018; Durak, 2021) literatürde belirtilmektedir. Yaşamın olağan halinde devam ettiği durumlarda alan yazında belirtilen bu ilişki pandemi koşulları altında da kabul gören bir durum olmuştur. Pandemi sürecinde yapılan bir başka çalışmada da düşük psikolojik sağlamlık düzeyinin bu süreçten daha çok etkilenmenin yordayıcısı olduğu belirtilmiştir (Yazıcı-Çelebi, 2020). Dolayısıyla bu çalışmada yaşam doyumunun psikolojik sağlamlık üzerindeki pozitif yönlü etkisi tespit edilmiş ve yine öne sürülen COVID-19 korkusunun psikolojik sağlamlığa negatif yönlü etkisi doğrulanmıştır.

Son olarak, psikolojik sağlamlığın COVID-19 korkusu ve yaşam doyumundan etkilendiği söylenebilir. Psikolojik sağlamlığın çok yönlü etkileri ve birey yaşamına yansımaları birlikte düşünüldüğünde bireyin refahı ve yaşam kalitesinin artması için psikolojik sağlamlığın geliştirilmesi ve güçlendirilmesi önem taşımaktadır. Zira psikolojik sağlamlık, yaşam boyunca bireylerin deneyimledikleri ve gelecekte kendilerini bekleyen tüm sorunlar/riskler karşısında sahip oldukları dayanma ve baş etme kabiliyetidir. Dolayısıyla bu dayanma ve baş etme kaynağının tükenmemesi ve azalmaması için bireylerin güçlendirilmesi ve psikososyal açıdan desteklenmesi elzem bir durumdur.

Bu araştırmanın elde ettiği sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki öneriler getirilebilir:

Literatürde, pandemi sürecinde ruh sağlığını konu edinen birçok çalışma olmakla birlikte bireylerin ruh sağlığını korumaya yönelik politika ve uygulamaların sınırlı kaldığı görülmektedir.

Üniversiteler, ilgili dernekler ve devlet kurumlarınca çevrimiçi psikososyal destek verilebilir.

Dezavantajlı grupların bu süreçten daha fazla etkilendikleri göz önünde bulundurularak bu örneklem grupları üzerinden araştırmalar yürütülebilir.

Literatürde psikolojik sağlamlığın COVID-19 korkusuna etkisi daha sık araştırılmıştır. COVID-19 korkusu, yaşam doyumunu ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi ölçen araştırmalar mevcut olmakla birlikte sonraki araştırmalarda farklı değişkenler ve ölçüm araçları kullanılarak psikolojik sağlamlık ve COVID-19 korkusu farklı boyutlarda ele alınabilir.

COVID-19 korkusu, ölüm korkusu/anksiyetesi ve maneviyat/tinsellik arasındaki ilişki farklı örneklem üzerinden araştırılabilir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Yapılan çalışma esnasında bazı sınırlılıklara rastlanmıştır. Söz konusu sınırlılıklar şu şekilde açıklanabilir.

Birincisi, COVID-19'un doğası gereği araştırmanın verileri çevrimiçi platformlar aracılığıyla toplanmıştır. Bu bakımdan araştırma internet erişimine sahip, sosyal medya ve mail hesaplarını kullanan bireylerle sınırlıdır. İkincisi, araştırmanın kapsamı, gönüllü katılımcılarla sınırlıdır.

Beyannameler

Etik Onay ve Katılma İzni

Çalışmaya katılmayı kabul eden tüm bireylerden bilgilendirilmiş onay alınmıştır. Çalışmanın yürütülebilmesi için Artvin Çoruh Üniversitesi Etik Kurulundan 20/11/2020 tarihli ve 27643923-044-12438 sayılı onay alınmıştır.

Yayın İzni

Uygulanamaz.

Veri ve Materyallerin Mevcudiyeti

Uygulanamaz.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

Finansman

Uygulanamaz.

Yazar Katkıları

NY çalışmanın tasarımını oluşturmuştur. NY, SA veri toplama aşamasını yürütmüştür. SA verileri analiz etmiştir. NY makalenin taslağını oluşturmuş ve kritik revizyonunu üstlenmiştir. SA ve AI çalışmanın teknik ve materyal desteğini sağlamıştır. AI makalenin süpervizyonunu üstlenmiştir. AI makalenin son halini okumuş ve onaylamıştır.

Kaynaklar

Ahorsu, D. K., Lin, C. Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2020). The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/S11469-020-00270-8>

Alibekiroğlu, P. B., Akbaş, T., Bulut-Ateş, F., & Kirdök, O. (2018). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı etkisi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27(2), 1–17.

Arpacı, I., Karataş, K., & Baloğlu, M. (2020). The development and initial tests for the psychometric properties of the COVID-19 Phobia Scale (C19P-S). *Personality and Individual Differences*, 164. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2020.110108>

Avşaroğlu, S., Deniz, M. E., & Kahraman, A. (2005). Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu, İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 115–129.

Bauman, Z. (2018). Ölümlülük, Ölümsüzlük ve Diğer Hayat Stratejileri (3.). Ayrıntı Yayınları.

Baykal, E. (2020). Covid-19 Bağlamında Psikolojik Dayanıklılık, Kaygı ve Yaşam Doyum İlişkisi. *International Journal of Social and Economic Sciences*, 10(2), 68–80.

Blustein, D. L., Duffy, R., Ferreira, J. A., Cohen-Scali, V., Cinamon, R. G., & Allan, B. A. (2020). Unemployment in the time of COVID-19: A research agenda. *Journal of Vocational Behavior*, 119, 103436. <https://doi.org/10.1016/J.JVB.2020.103436>

Bozdağ, F., & Ergü, N. (2021). Psychological Resilience of Healthcare Professionals During COVID-19 Pandemic. *Mental & Physical Health*, 124(6), 2567–2586. <https://doi.org/10.1177/0033294120965477>

Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93–102.

- <https://www.tayfundogan.net/wpcontent/uploads/2016/09/KısaPsikolojikSağlamlıkOlcegi.pdf>
- Durak, İ. (2021). Psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide öz yeterliliğin aracı etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(78), 1175–1190. <https://doi.org/10.17755/ESOSDER.816639>
- Dymecka, J., Gerymski, R., & Machnik-Czerwik, A. (2021). How does stress affect life satisfaction during the COVID-19 pandemic? Moderated mediation analysis of sense of coherence and fear of coronavirus. *Psychology, Health & Medicine*, 27(1), 280–288. <https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1906436>
- Gencer, N. (2020). Pandemi Sürecinde Bireylerin Koronavirüs (Kovid-19) Korkusu: Çorum Örneği. *Uluslararası Sosyal Bilimler Akademik Dergisi*, 4(4), 1153–1172. <https://doi.org/10.47994/usbad.791577>
- Gençtürk, M. (2009). Finansal Kriz Dönemlerinde Makroekonomik Faktörlerin Hisse Senedi Fiyatlarına Etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(1), 127–136.
- Gundogan, S. (2021). The mediator role of the fear of COVID-19 in the relationship between psychological resilience and life satisfaction. *Current Psychology*, 40(12), 6291–6299. <https://doi.org/10.1007/S12144-021-01525-W>
- Kalaycı, Ş. (Ed.). (2018). SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri (8th ed.). *Dinamik Akademi*.
- Karabağ Aydın, A., & Fidan, H. (2022). The Effect of Nurses' Death Anxiety on Life Satisfaction During the COVID-19 Pandemic in Turkey. *Journal of Religion and Health*, 61(1), 811–826. <https://doi.org/10.1007/S10943-021-01357-9/TABLES/5>
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129–142.
- Karataş, Z., & Tagay, Ö. (2021). 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. *Personality and Individual Differences*, 172. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2020.110592>
- Killgore, W. D. S., Taylor, E. C., Cloonan, S. A., & Dailey, N. S. (2020). Psychological resilience during the COVID-19 lockdown. *Psychiatry Research*, 291, 113216. <https://doi.org/10.1016/J.PSYCHRES.2020.113216>
- Kimhi, S., Eshel, Y., Marciano, H., & Adini, B. (2020). Distress and Resilience in the Days of COVID-19: Comparing Two Ethnicities. *International Journal of Environmental Research and Public Health Article*, 17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113956>
- Kimhi, S., Marciano, H., Eshel, Y., & Adini, B. (2020). Recovery from the COVID-19 pandemic: Distress and resilience. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 50, 101843. <https://doi.org/10.1016/J.IJDRR.2020.101843>
- Kılınç, G., Yıldız, E., & Kavak, F. (2019). KOAH'lı hastalarda psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 10(2), 111–116. <https://doi.org/10.14744/phd.2019.60362>
- Lenzo, V., Quattropiani, M. C., Musetti, A., Zenesini, C., Freda, M. F., Lemmo, D., Vegni, E., Borghi, L., Plazzi, G., Castelnuovo, G., Cattivelli, R., Saita, E., & Franceschini, C. (2020). Resilience Contributes to Low Emotional Impact of the COVID-19 Outbreak Among the General Population in Italy. *Frontiers in Psychology*, 11, 3062. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2020.576485/BIBTEX>
- Lindinger- Sternart, S., ... V. K.-C. and, & 2021, undefined. (2021). COVID- 19 phobia across the world: Impact of resilience on COVID- 19 phobia in different nations. *Wiley Online Library*, 21(2), 290–302. <https://doi.org/10.1002/capr.12387>
- Liu, Y., Wang, Z., & Differences, Z. L. (2012). Affective mediators of the influence of neuroticism and resilience on life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 52(7), 833–838. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886912000335>
- Ökten, K. H. (2016). *Ölüm Kitabı: Ölüm Düşüncesinin Temel Metinleri* (2nd ed.). *Agora Kitaplığı*.
- Özenoğlu, A., Çevik, E., Çolak, H., Altıntaş, T., & Alakuş, K. (2021). Changes in nutrition and lifestyle habits during the COVID-19 pandemic in Turkey and the effects of healthy eating attitudes. *Mediterranean Journal of Nutrition and Metabolism*, 14(3), 325–341. <https://doi.org/10.3233/MNM-210562>
- Özgüç, S., Kaplan Serin, E., & Tanriverdi, D. (2021). Death Anxiety Associated With Coronavirus (COVID-19) Disease: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Omega*, 0(0), 1–34. <https://doi.org/10.1177/00302228211050503>
- Reznik, A., Gritsenko, V., Konstantinov, V., Khamenka, N., & Isralowitz, R. (2021). COVID-19 Fear in Eastern Europe: Validation of the Fear of COVID-19 Scale. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19(5), 1903–1908. <https://doi.org/10.1007/S11469-020-00283-3>
- Rivera, M., Shapoval, V., & Medeiros, M. (2021). The relationship between career adaptability, hope, resilience, and life satisfaction for hospitality students in times of Covid-19. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport and Tourism Education*, 29, 1473–8376. <https://doi.org/10.1016/J.JHLSTE.2021.100344>
- Sadati, A. K., Lankarani, M. H. B., & Lankarani, K. B. (2020). Risk Society, Global Vulnerability and Fragile Resilience; Sociological View on the Coronavirus Outbreak. *Shiraz E-Med J*, 21(4), 310–317. <https://doi.org/10.1038/nrmicro3439>
- Saladino, V., Algeri, D., & Auriemma, V. (2020). The Psychological and Social Impact of Covid-19: New Perspectives of Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 11, 2550. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2020.577684/BIBTEX>
- Satici, B., Gocet-Tekin, E., Deniz, M. E., & Satici, S. A. (2021). Adaptation of the Fear of COVID-19 Scale: Its Association with Psychological Distress and Life Satisfaction in Turkey. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19(6), 1980–1988. <https://doi.org/10.1007/S11469-020-00294-0/TABLES/4>
- Trzebiński, J., Cabański, M., & Czarnecka, J. Z. (2020). Reaction to the COVID-19 Pandemic: The Influence of Meaning in Life, Life Satisfaction, and Assumptions on World Orderliness and Positivity. *Journal of Loss and Trauma*, 25(6–7), 544–557. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1765098>
- Ülker, T. G., & Receptoğlu, E. (2013). Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 205–213. <https://doi.org/10.5961/jhes.2013.078>
- W. M. Spellman. (2017). *Ölümüm Kısa Bir Tarihi* (Çev.: Ahmet Bora Pekiner) (1st ed.). *Can yayımları*.
- WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard | WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard With Vaccination Data. (2022). <https://covid19.who.int/>
- Yalom, I. D. (2017). *Güneşe Bakmak Ölümle Yüzleşmek* (Çev. Zeliha Babayiğit).
- Yazıcı-Çelebi, G. (2020). Covid 19 Salgınına İlişkin Tepkilerin Psikolojik Sağlamlık Açısından İncelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 8, 471–483. <https://doi.org/10.21733/ibad.737406>
- Yelboğa, N., & Açıköz, N. (2020). Sosyal Hizmet Perspektifinden Kovid-19: Psikososyal Etkiler ve Sosyal Dönüşümler. *Turkish Studies*, 15(6). <https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.42958>

Yelboğa, N., & Bayır Aslan, Ş. (2020). Sosyal Sorun Olarak Salgın Hastalıklar ve Sosyal Çalışmanın Halk Sağlığını Koruma/Geliştirme Görevi Epidemics as Social Problems and the Duty of Social Work to Protect/Develop Public Health. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4(1). <https://www.who.int/about/who-we->

Yıldırım, M., & Arslan, G. (2020). Exploring the associations between resilience, dispositional hope, subjective well-being, and psychological health among adults during early stage of COVID-19. *PsyArXiv*, 34(6), 119–127.

Zhang, J., Wu, W., Zhao, X., & Zhang, W. (2020). Recommended psychological crisis intervention response to the 2019 novel coronavirus pneumonia outbreak in China: a model of West China Hospital. *Precision Clinical Medicine*, 3(1), 3–8. <https://doi.org/10.1093/PCMED/PBAA006>