



International Refereed Journal / Uluslararası Hakemli Dergi

# Karaelmas Eğitim Bilimleri Dergisi Karaelmas Journal of Educational Sciences

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/kebd>



## The COVID-19 Pandemic and Psychological Resilience: A Review of Graduate Thesis Written in Turkey

Okan BİLGİN<sup>1</sup>, Süleyman AKÇİL<sup>2</sup>, Mert YAVUZ<sup>3</sup>

**Received:** 14 November 2022, **Accepted:** 23 December 2022

### ABSTRACT

During the COVID-19 pandemic people experienced uncertainties that have caused various psychological symptoms such as fear and anxiety in particular. Although the COVID-19 pandemic negatively affected people's mental health, it has been known that there are also some protective factors as well. One of these factors is the concept of psychological resilience that is associated with positive psychology. In this context, the aim of the study is to examine the graduate theses written in Turkey about the COVID-19 pandemic and psychological resilience. In this study, in which the document analysis method was used, the graduate theses archived by the YÖK Publication Documentation Department were included in the analysis. A total of 23 graduate theses were examined in this study. The results of the study have showed that 22 graduate theses were written at master's level and 1 thesis was written in medical specialization with mostly young adults and adults. When the theses were examined, it was found that 16 theses were published in 2021 and 7 theses published in 2022. When the theses were analyzed in terms of department in which the study was conducted, it was found that 6 theses were written in the field of psychology, followed by 4 theses from each field of counseling, clinical psychology and nursing. When the subjects studied in the theses were examined, it was determined that the majority of the studies focused on psychological symptoms (depression, anxiety, stress levels, etc.) and COVID-19 fear. The findings obtained as a result of the study were discussed in the light of the existing literature and suggestions were made.

**Keywords:** Psychological Resilience, COVID-19, Document analysis.


**Ethical Committee Date / Number :** Ethics Committee Permission is not Required.


### EXTENDED ABSTRACT

#### *Purpose and Significance*

Although the COVID-19 epidemic, which has been a threat to our country as well as the rest of the world for about three years, has begun to lose its impact, it is evident that the negative effects of the epidemic have a negative impact on the mental health of individuals both during and after the pandemic. In fact, research on how the COVID-19 pandemic impacts people's mental health suggests that people of all ages are negatively impacted.

Protective factors have become significantly important in reducing the negative effects of COVID-19 on people's mental health. One of these factors is psychological resilience, which is one of the positive psychology principles that investigates the factors that contribute to human well-being. In this context, the purpose of the study is to examine the graduate theses written in Turkey about the COVID-19 pandemic and psychological resilience.

<sup>1</sup> Assoc. Prof.Dr., Zonguldak Bülent Ecevit University, Ereğli Faculty of Education, [bilgin.okan@gmail.com](mailto:bilgin.okan@gmail.com)  0000-0001-6233-4290

<sup>2</sup> Assist. Prof.Dr., Zonguldak Bülent Ecevit University, Ereğli Faculty of Education, [slymnakcil@gmail.com](mailto:slymnakcil@gmail.com)  0000-0004-4461-5093

<sup>3</sup> Master student, Duzce University, [mertavuz.6018@gmail.com](mailto:mertavuz.6018@gmail.com)  0000-0002-6040-4352

### *Methods*

The data were gathered from the graduate studies in the database of the YÖK Publication Documentation Department. As of the date of this study, 1286 studies indexed as "COVID-19" and 279 studies indexed as "Psychological Resilience" were initially found in the database. Then, among the theses, the theses on which COVID-19 (Coronavirus, Pandemic, Epidemic) and Psychological Resilience were studied together were separated, and a total of 23 graduate theses were included in the analysis.

Document analysis was used as a method of data analysis in this study. The graduate theses that made up the research sample were put into different groups based on the year they were written, the study group they were written for, the department they were written for, and the topics they covered.

### *Results*

According to the results of the study, the majority of graduate theses were written in 2021, and almost all of them were written at the master's level. Although only one study was conducted in the field of medical specialization, it was found that there were no doctoral-level theses on the topic. The majority of theses were written in psychology-related fields, followed by nursing and early childhood education departments. When the sample groups included in these theses were analyzed, it was determined that the majority of the theses focused on individuals in the adulthood period, followed by the adolescence period. According to the findings of the research, there was not a single study dedicated to those who had reached their senior years. When the topic areas of psychological resilience were examined in conjunction with the pandemic, it was found that the majority of theses focused on psychological symptoms such as depression, anxiety, and stress, followed by research on the fear of COVID-19.

### *Discussion and Conclusions*

Within the scope of this study, graduate theses written in our country were examined. The fact that this research was limited to graduate theses written in Turkey might be seen as a limitation of this study. It is believed that it will be valuable in future research to examine the articles and presentations studied on this topic in our country. In addition, the majority of studies on COVID-19 and psychological resilience in our country focus on the adult population. Thus, future research should also be conducted on individuals in other life stages as well.

Finally, the studies reveal that psychological resilience is a protective factor against negative psychological symptoms. In this context, it is deemed vital to develop content to strengthen psychological resilience for each age group and to implement it throughout the country via psychological counseling sessions, psychoeducational programs, etc.

# COVID-19 Pandemisi ve Psikolojik Sağlık: Türkiye’de Yazılan Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi

Okan BİLGİN<sup>1</sup>, Süleyman AKÇİL<sup>2</sup>, Mert YAVUZ<sup>3</sup>

**Başvuru Tarihi:** 14 Kasım 2022, **Kabul Tarihi:** 23 Aralık 2022

## ÖZET

COVID-19 pandemi sürecinde insanlar belirsizlik yaşamış ve bu belirsizlik insanlarda korku ve kaygı başta olmak üzere çeşitli psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasına sebep olmuştur. COVID-19 pandemi süreci insanların ruh sağlığını olumsuz etkilese de, bu süreçte bazı koruyucu faktörlerin de olduğu bilinmektedir. Bu faktörlerden biri de pozitif psikoloji ile ilişkisi olan psikolojik sağlık kavramıdır. Bu kapsamda çalışmanın amacı COVID-19 pandemisi ve psikolojik sağlık ile ilgili Türkiye’de yapılmış lisansüstü tezlerin incelenmesidir. Doküman incelemesi yönteminin kullanıldığı bu çalışmada, YÖK Yayın Dokümantasyon Daire Başkanlığı tarafından arşivlenen ve konu içeriği hem COVID-19 pandemi sürecini hem de psikolojik sağlığı bir arada ele alan lisansüstü tezler incelemeye dâhil edilmiştir. Bu doğrultuda toplam 23 lisansüstü tezi incelenmiştir. Yapılan çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre; tezlerin 22 tanesinin yüksek lisans düzeyinde, 1 tanesinin ise Tıpta Uzmanlık alanında hazırlandığı ve çalışma grubu olarak çoğunlukla genç yetişkin ve yetişkinlerin seçildiği görülmüştür. Çalışmalar incelendiğinde 16 tezin 2021, 7 tezin ise 2022 yılında yayınlandığı bulunmuştur. Yapılan tezler çalışmanın yapıldığı bölüm/anabilim dalı olarak analiz edildiğinde 6 tezin psikoloji alanında yapıldığı görülürken onu 4’er tez ile PDR, klinik psikoloji ve hemşirelik alanları izlemiştir. Tezlerde çalışılan konular incelendiğinde ise çalışmaların büyük bir çoğunluğunun psikolojik belirtiler (depresyon, anksiyete, stres düzeyleri vb.) ve COVID-19 korkusu konularında yoğunlaştığı tespit edilmiştir. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular mevcut literatür ışığında tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.


**Anahtar Kelimeler:** Psikolojik sağlık, COVID-19, Doküman inceleme.

**Etik Kurul İzni Tarih / Sayı :** Etik kurul izni gerektirmeyen çalışma

## 1. Giriş

Yaklaşık 3 yıldır tüm dünyayla birlikte ülkemizi de tehdit eden COVID-19 salgını her ne kadar etkisini kaybetmeye başlasa da salgının olumsuz etkilerinin pandemi sürecinde olduğu gibi pandemi sonrasında da bireylerin ruh sağlığını olumsuz etkilediği görülmektedir. Nitekim, COVID-19 salgınının kişilerin ruh sağlığını nasıl etkilediğine yönelik yapılan araştırmalar farklı yaş gruplarında yer alan bireylerin salgından olumsuz etkilendiğini ortaya koymaktadır.

Özer, Topal ve Odacı’nın (2022) yaptığı bir çalışmada pandemi döneminde ortaokul ve lise öğrencilerinin depresyon ve kaygı düzeyleri farklı değişkenlere göre incelenmiş, öğrencilerin depresyon ve kaygı düzeylerinin salgına yönelik endişelerin artmasıyla paralellik gösterdiği ve özellikle ergenlik dönemindeki lise öğrencilerinin depresyon ve kaygı düzeylerinin ortaokul öğrencilerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ergenlik dönemini yakın zamanda bitirmiş ve genç yetişkinliğe adım atmış bireylerin ruh sağlığı da COVID-19 dolayısıyla olumsuz etkilenmiştir. Örneğin, 26 farklı üniversitede okuyan öğrencilerin katıldığı bir çalışmada pandeminin öğrenciler üzerinde endişe, korku ve stres yarattığı sonucuna varılmıştır (Şengün, 2021). Her ne kadar COVID-19’un çocuk, ergen ve genç yetişkinlerin ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkilerinin olduğu yapılan farklı araştırmalarla ortaya konulmuş olsa da özellikle orta yaş ve üstü bireyler riskli grup olarak kabul edildikleri için pandeminin olumsuz psikolojik etkilerinin bu grubu yakından etkilemesi olasıdır. Nitekim orta yaş ve üstü kişilerin katıldığı bir nitel çalışmada, özellikle kronik rahatsızlığı olan ya da bağışıklığı zayıf olan kişilerin hasta olacakları yönünde endişelendikleri, korktukları ve gerekli olmasa dahi hastalıktan korunmaya yönelik sürekli tedbir aldıkları ortaya konmuştur (Aydın, Kutluan, Çakır ve Ünal, 2022). 65 yaş ve üstü kişilerle yapılan bir diğer araştırmada ise, sosyal izolasyon ve fiziksel aktivitelerin azalması gibi risk faktörlerinin de etkisiyle birlikte

<sup>1</sup> Doç.Dr., Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Ereğli Eğitim Fakültesi, [bilgin.ozkan@gmail.com](mailto:bilgin.ozkan@gmail.com)  0000-0001-6233-4290

<sup>2</sup> Dr. Ö.Ü., Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Ereğli Eğitim Fakültesi, [slymnakcil@gmail.com](mailto:slymnakcil@gmail.com)  0000-0004-4461-5093

<sup>3</sup> Yüksek Lisans öğrencisi, Düzce Üniversitesi, [merthyavuz.6018@gmail.com](mailto:merthyavuz.6018@gmail.com)  0000-0002-6040-4352

ileri yaştaki bu kişilerde depresyon ve anksiyete gibi olumsuz psikolojik sonuçların oluştuğu ortaya konmuştur (Yücens ve Büber, 2022).

Tüm bu bilgiler ışığında COVID-19 ile ilgili yapılmış araştırma sonuçları incelendiğinde pandemi süreci ve sonrasında toplumda yaşayan farklı yaş aralıklarındaki tüm bireylerin ruh sağlığını korumaya yönelik önleyici ve tedavi edici önlemlerin alınması noktasında hemfikir olduğu söylenebilir.

COVID-19'un insanların ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerinin azaltılması noktasında ise koruyucu faktörler önem kazanmaktadır. Bu faktörlerden birisi de insanın iyi oluş yollarını inceleyen Pozitif Psikolojinin kavramlarından olan psikolojik sağlamlıktır. Literatür incelendiğinde psikolojik sağlamlıkla ilgili farklı tanımların yapıldığı görülmektedir. Psikolojik sağlamlık, bireylerin kısa sürede olumsuz durumdan uzaklaşması, kendini toparlama ve normal yaşamlarına devam edebilmesi (Doğan, 2015), bireyin riskle birlikte gelen olumsuzluklar karşısında uyum sağlayabilmesi ve olumlu tutum sergileyebilmesi (Kararmak ve Siviş-Çetinkaya, 2011), olumsuz yaşam koşullarının üstesinden gelebilmesi (Oktan, 2008) olarak tanımlanmaktadır.

Psikolojik sağlamlık kavramının Latince de esnek olma anlamına gelen resilience kelimesinden Türkçeye yılmazlık (Öğülmüş, 2001), dayanıklılık (Taşgın ve Çetin, 2006), kendini toparlama gücü (Kararmak ve Siviş-Çetinkaya, 2011), kendini toparlayabilme yeteneği (Terzi, 2006) gibi farklı şekillerde çevrildiği de görülmektedir. Psikolojik sağlamlık kavramı kitlesel olarak toplumu etkileyen olayların yaşanması, kayıp-yas durumları, doğal afetler, salgın hastalıklar gibi korku ve kaygı uyandıran durumlarda ortaya çıkmaktadır (Doğan, 2015).

Psikolojik sağlamlık konusunda yapılan çalışmaların risk durumuna karşı bireyin uyum sağlaması üzerine yoğunlaştığı görülmektedir (Kararmak, 2006). Literatür incelendiğinde psikolojik sağlamlık ile ruh sağlığını olumsuz etkileyen depresyon, kaygı vb psikolojik belirtiler arasında negatif ilişkinin olduğunu gösteren birçok çalışma olduğu görülmektedir (Anlı ve Bilgin, 2022; Bilgin ve Taş, 2018; Dereceli, 2021; Önel, 2021).

COVID-19 pandemi sürecinde de koruyucu bir ruh sağlığı faktörü olarak psikolojik sağlamlık ile ilgili çok sayıda çalışma yapıldığı görülmektedir. Xu ve arkadaşlarının (2021) pandemi sürecinde yaptıkları bir çalışmaya göre psikolojik sağlamlıkla depresyon arasında negatif ilişki bulunmuştur. Başka bir çalışmada yüksek psikolojik sağlamlık ve aktif başa çıkma stillerine sahip olan bireylerin pandemi sürecinde daha düşük kaygı ve depresyona sahip oldukları görülmüştür (Song ve ark., 2021). Benzer şekilde Ran ve ark. (2020)'ın yaptıkları çalışmada psikolojik sağlamlık ile depresyon, kaygı ve somatizasyon belirtileri arasında negatif ilişki bulunmuştur. COVID-19 hastanesinde çalışan sağlık görevlileri ile yapılan başka bir çalışmada ise psikolojik sağlamlık ile yaşam kalitesi ve benlik saygısı arasında pozitif ilişki olduğu ortaya konmuştur (Franjic ve ark. 2021).

Tüm bu bilgiler ışığında psikolojik sağlamlığın pandemi sürecinde insanların ruh sağlığının olumsuz etkilenmemesi noktasında önemli bir faktör olduğu anlaşılmaktadır. Yapılan bu çalışmaların ortaya konulması ve bir arada ele alınarak incelenmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı da COVID-19 pandemisi ve psikolojik sağlamlık ile ilgili Türkiye'de yapılmış lisansüstü tezlerin incelenmesidir.

## 2. Yöntem

### 2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmış ve veriler doküman analizi ile toplanmıştır. Belgesel tarama olarak da bilinen doküman analizinde, var olan kayıt ve belgeler incelenerek veri elde edilmektedir. Doküman analizi, belli bir amaca dönük olarak kaynakları bulma, okuma, not alma ve değerlendirme işlemlerini kapsamaktadır (Karasar, 2005).

### 2.2. Örneklem

Araştırma kapsamında veriler YÖK Yayın Dokümantasyon Daire Başkanlığı veri tabanında yer alan lisansüstü çalışmalardan derlenmiştir. Öncelikle bu çalışmanın hazırlandığı tarih itibari ile veri tabanında konu alanı "COVID-19" olarak dizinlenen 1286 çalışma ve "Psikolojik Sağlamlık" olarak dizinlenen 279

çalışma bulunmuştur. Daha sonra tezler arasından konu olarak COVID-19 (Koronavirüs, Pandemi, Salgın) ve Psikolojik Sağlamlığın bir arada çalışıldığı tezler ayrılmış ve toplam 23 lisansüstü tez analize dahil edilmiştir.

### 2.3. Verilerin Analizi

Bu çalışmada veri analiz yöntemi olarak doküman analizi kullanılmıştır. Bu doğrultuda araştırma örneklemini oluşturan lisansüstü tezler yapıldığı yıl, çalışma grubu, yapıldığı bölüm/anabilim dalı ve birlikte çalışıldığı konu alanlarına göre ayrılarak çözümlenmiştir.

## 3. Bulgular

Bu çalışmada COVID-19 ve psikolojik sağlamlığın birlikte çalışıldığı toplam 23 lisansüstü tez örnekleme dâhil edilmiş ve bu tezler üzerinden doküman incelemesi yapılmıştır. Örnekleme dâhil edilen lisansüstü tezlerin yapıldıkları yıllara göre dağılımı Tablo 1’de gösterilmiştir.

**Tablo 1**  
Çalışmaların yapıldığı yıl

Yıl	Sayı
2021	16
2022	7

COVID-19’un ortaya çıkışından sonra COVID-19’un ruhsal anlamda olumsuz etkileri ve koruyucu faktörlerin çalışıldığı araştırmalar yapılmıştır. Koruyucu ruh sağlığı faktörlerinden biri olan psikolojik sağlamlığın COVID sürecinde ülkemizde yazılan tezlerde de çalışıldığı görülmektedir. Buna göre 16 tezin 2021 yılında, 7 tezin ise 2022 yılında yazıldığı görülmüştür. Tezin yazıldığı lisansüstü seviyesine göre dağılımı Tablo 2’de gösterilmiştir.

**Tablo 2**  
Çalışmaların yapıldığı lisansüstü seviye

Seviye	Sayı
Yüksek Lisans	22
Tıpta Uzmanlık	1
Doktora	-

COVID 19 sürecinde yapılan çalışmalarda psikolojik sağlamlık konusunu ele alan toplam 23 tezin 22 tanesinin yüksek lisans seviyesinde 1’inin ise Tıpta Uzmanlık alanında öğrenim gören öğrenciler tarafından yazıldığı görülmektedir. Bu süreçte bu konu hakkında yazılmış doktora düzeyinde herhangi bir teze ulaşılamamıştır. Konu ile ilgili yazılan lisansüstü tezlerin hangi bölüm/anabilimdalında yazıldığına ilişkin veriler Tablo 3’de gösterilmiştir.

**Tablo 3**  
Çalışmaların yapıldığı bölüm/anabilim dalı

Bölümler	Sayı
Psikoloji	6
Psikolojik Danışma ve Rehberlik	4
Klinik Psikoloji	4
Hemşirelik	4

Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği	1
Aile Hekimliği	1
Okul Öncesi	1
Çocuk Gelişimi ve Eğitimi	1
Hayat Boyu Öğrenme	1

Türkiye’de hazırlanan lisansüstü tezlerde Covid sürecinde psikolojik sağlamlığı araştıran çalışmaların yoğunluk olarak psikoloji ile ilgili bölümlerde hazırlandığı görülmektedir. Yapılan çalışmaların 14 tanesi psikoloji ile ilgili bölümlere aittir. Onu 5 çalışma ile Hemşirelik ile ilgili bölümler izlemektedir. Okul Öncesi, Çocuk Gelişimi, Hayat Boyu Öğrenme ve Aile Hekimliği bölümlerinde ise 1’er tezin hazırlandığı görülmektedir. Yapılan çalışmaların hangi yaşam döneminde yer alan bireylere yönelik olduğunun belirlenmesine yönelik bulgular Tablo 4’de gösterilmiştir.

**Tablo 4**

Çalışmaların yapıldığı örneklem grubu

Çalışma Grubu	Sayı
Çocuk	1
Ergen	4
Genç Yetişkin / Yetişkin	18
Yaşlılık	-

Tablo 4 incelendiğinde çalışmaların yetişkinlik döneminde yoğunlaştığı görülmektedir. 18-30 YAŞ aralığını kapsayan genç yetişkinlik ile 30-65 yaş aralığını kapsayan yetişkinlik döneminde toplam 18 tez hazırlandığı görülmektedir. Çalışmaların yoğunlaştığı bir diğer grup ise ergenlik dönemindeki bireylerdir. Bu dönemde yer alan bireylere yönelik 4 çalışmanın yapıldığı tespit edilmiştir. Çocukluk döneminde yapılan 1 çalışma var iken yaşlılık döneminde ise konu ile ilgili herhangi bir çalışmanın olmadığı görülmektedir. COVID sürecinde psikolojik sağlamlığın beraber çalışıldığı konu alanlarına ilişkin istatistik Tablo 5’de gösterilmiştir.

**Tablo 5**

Tezlerde psikolojik sağlamlık ile birlikte çalışılan konular

Konu	Sayı
Psikolojik Belirtiler (depresyon, anksiyete, stres düzeyleri)	12
Covid-19 Korkusu	5
İyi Oluş, Mesleki Tükenmişlik	2
Algı, Yaşamın Anlamı, Başa Çıkma, Mizaç, Mutluluk, Hayat Boyu Öğrenme, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Sosyal Destek, Duygu Düzenleme, Öz- Duyarlık, Umut, İş Stresi, Fonksiyonel Tutumlar	1

Tablo 5’e göre pandemi sürecinde yapılan psikolojik sağlamlık çalışmalarının beraber çalışıldığı konu alanlarının başında depresyon, anksiyete vb psikolojik belirtiler gelmektedir. Psikolojik sağlamlığın ruhsal belirtiler ile beraber çalışıldığı toplam 12 teze ulaşılmıştır. Daha sonra en çok çalışılan konu alanı ise COVID-19 korkusu olmuştur. Bu kapsamda yazılan toplam 5 tez bulunmaktadır.

#### 4. Sonuç, Tartışma ve Öneriler

COVID-19 pandemisi her alanda insanlar üzerinde olumsuz etkiler bırakmış ve bireylerin ruh sağlığı da bu süreçte etkilenen alanlardan birisi olmuştur. Bu noktada ise pandemi gibi olumsuz yaşam olayları karşısında koruyucu ruh sağlığı faktörleri önem kazanmıştır. Bu faktörlerden birisi de psikolojik sağlık kavramıdır. Bu çalışmada COVID-19 pandemisi ve psikolojik sağlamlığın bir arada çalışıldığı Türkiye’de yapılan lisansüstü tezler incelenmiş ve analiz edilmiştir.

Yapılan analiz sonucunda elde edilen bulgulara göre; hazırlanan tezlerin büyük bir kısmının 2021 yılında hazırlandığı ve tezlerin tamamına yakınının yüksek lisans düzeyinde olduğu görülmektedir. Yalnızca bir çalışma Tıpta Uzmanlık alanında hazırlanırken konu ile ilgili doktora düzeyinde bir çalışmanın olmadığı tespit edilmiştir. Yapılan tezlerin çoğunun psikoloji ile ilgili bölümlerde hazırlandığı görülürken onu hemşirelik ve okul öncesi bölümleri izlemektedir. Tezlerde çalışılan örneklem grubuna bakıldığında ise tezlerin çoğunlukla yetişkinlik döneminde yer alan bireyleri ele aldığı onu ergenlik döneminin izlediği belirlenmiştir. Çalışmalarda yaşlılık döneminde yer alan bireyler özelinde herhangi bir çalışma olmadığı bulunmuştur. İncelenen tezlerde pandemi sürecinde psikolojik sağlamlığın birlikte çalışıldığı konu alanlarına bakıldığında ise, tezlerin büyük bir kısmının depresyon, anksiyete, stres vb ruhsal belirtiler ile çalışıldığı onu COVID korkusu ile yapılan çalışmaların izlediği görülmektedir.

Yapılan bu çalışmada tezlerin birçoğunun yetişkin döneminde yer alan bireyler üzerinde yoğunlaştığı ve onu ergenlik döneminin izlediği görülmektedir. Tezlerde yaşlılık döneminde yapılmış herhangi bir çalışmaya rastlanmazken çocukluk döneminin ele alındığı sadece 1 (bir) çalışma olduğu görülmektedir. Oysa literatür incelendiğinde COVID-19 sürecinden her dönemdeki bireyin ruhsal anlamda olumsuz etkilendiği görülmektedir.

Yücens ve Büber (2022)’in 65 yaş ve üstü kişilerle yaptıkları araştırma sonucunda, sosyal izolasyon ve fiziksel aktivitelerin azalması gibi risk faktörlerinin de etkisiyle birlikte ileri yaştaki bu kişilerde depresyon ve anksiyete gibi olumsuz psikolojik sonuçların oluştuğu belirlenmiştir. Yine pandemi sürecinde yaşlılarla yapılan başka bir çalışmada, bu dönemde yer alan bireylerin sosyal izolasyon ve yalnızlıktan diğer yaşam dönemlerinde ki bireylere göre olumsuz anlamda daha fazla etkilendiği tespit edilmiştir (Hwang ve diğerleri, 2020). Yaşlılık döneminin yanı sıra pandemi sürecinden fazlasıyla etkilenen diğer bir dönem de çocukluk dönemidir. Çocuklar, yetişkinler kadar belirgin bir şekilde duygularını belli edemedikleri için bu dönemde ihmal edilen grup olmuşlardır. Oysa literatür incelendiğinde bu süreçte çocukların da ruhsal anlamda olumsuz etkilendiği görülmektedir. Duan ve arkadaşları (2020) yaptıkları çalışma sonucunda pandemi sürecinde çocukların kaygı, depresyon vb belirtiler gösterdikleri ayrıca akıllı telefon ve internet bağımlılığı düzeylerinde artış olduğu tespit edilmiştir. Yine çocukluk dönemi ele alınarak yapılan başka bir çalışmada Çinli çocukların salgın döneminde anksiyete, depresyon ve travma sonrası stres belirtilerinde artış olduğu bulunmuştur (Yue ve arkadaşları, 2020).

Yapılan çalışmadan elde edilen bir diğer bulguya göre tezlerin büyük bir çoğunluğunda psikolojik sağlık ile depresyon, anksiyete vb ruhsal belirtilerin bir arada çalışıldığı görülmektedir. Yapılan tezlerde psikolojik sağlamlığın ruhsal belirtiler ile negatif ilişkili olduğu ve pandemi döneminde koruyucu bir faktör olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu literatür ile benzerlik göstermektedir. Pandemi sürecinde yurtdışında yapılan birçok çalışmada da benzer bulgulara ulaşıldığı görülmektedir. Ran ve arkadaşları (2020)’nın yaptıkları çalışma sonucunda pandemi sürecinde psikolojik sağlamlığın anksiyete, depresyon ve somatik belirtiler ile negatif ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Pandemi sürecinde Türkiye’de yapılan başka bir çalışmada da psikolojik sağlık ile depresyon arasında negatif ilişki olduğu bulunmuştur (Karaşar ve Canlı, 2020). Anlı ve Bilgin (2022)’in çalışmasında da pandemi sürecinde yaşanan COVID-19 korkusu ve psikolojik sağlık arasında negatif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Özetle ülkemizde ve yurtdışında yapılan çalışmalar sonucunda pandemi sürecinin bireyleri ruhsal anlamda olumsuz etkilediği ve psikolojik sağlamlığın da bu noktada koruyucu bir faktör olduğu anlaşılmaktadır. Bu çalışma ile ülkemizde bu konuda yapılan lisansüstü tezler bir arada incelenmiş ve tartışılmıştır. Bu çalışmanın özellikle pandemi sürecinin olumsuz ruhsal etkilerinden kurtulabilmek için psikolojik sağlamlığın koruyucu gücü konusunda farkındalık kazandırmada önemli olduğu ve pozitif psikoloji ile ilgili çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

Bu çalışma kapsamında ülkemizde yapılmış olan lisansüstü tezler incelenmiştir. Bu çalışmanın yalnızca Türkiye’de yapılan lisansüstü tezler üzerinden yapılması araştırmanın bir sınırlılığı olarak görülebilir. Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda ülkemizde bu konuda çalışılan makale ve bildirimlerin de

incelenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca ülkemizde COVID-19 ve psikolojik sağlık ile ilgili yapılan çalışmaların çoğunluğunun çalışma grubu olarak yetişkinleri ele aldığı görülmektedir. Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda diğer yaşam dönemlerinde yer alan bireyler üzerinde de çalışmalar yapılması gerektiği söylenebilir.

Son olarak yapılan çalışmalar incelendiğinde psikolojik sağlamlığın olumsuz ruhsal belirtilere karşı koruyucu bir faktör olduğu görülmektedir. Bu kapsamda her yaş grubu için psikolojik sağlamlığı artırmaya yönelik bir içerik hazırlanarak ülke genelinde psikolojik danışma oturumları, psikoeğitim programları vb yollarla uygulama yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

## Kaynakça

- Anlı, G., & Bilgin, O. (2022). Serial Multiple Mediation of Self-Transcendence and Psychological Resilience in the Relationship between Fear of COVID-19 and Subjective Happiness in University Students. Online Submission, 9(7), 84-99.
- Armstrong, S. J., Porter, J. E., Larkins, J. A., & Mesagno, C. (2022). Burnout, stress and resilience of an Australian regional hospital during COVID-19: a longitudinal study. *BMC Health Services Research*, 22(1), 1-13.
- Aydın, D., Kutluana, Ö., Çakır, Ü. D. & Ünal, F. (2022). Changes in the lives of middle-aged adults and their educational needs during the Covid-19 pandemic. *Bartın University Journal of Faculty of Education*, 11 (2), 396-417. DOI: 10.14686/buefad.904162.
- Bilgin, O., & Taş, İ. (2018). Effects of perceived social support and psychological resilience on social media addiction among university students. *Universal journal of educational research*. 6(4): 751-758.
- Dereceli, Ç. (2021). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin covid 19 sürecinde algıladıkları stres düzeylerinin psikolojik sağlık üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(2), 74-81.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3 (1), 93-102.
- Duan, L., Shao, X., Wang, Y., Huang, Y., Miao, J., Yang, X., & Zhu, G. (2020). An investigation of mental health status of children and adolescents in china during the outbreak of COVID-19. *Journal of affective disorders*, 275, 112-118.
- Erhan, T. (2021). COVID-19 pandemi döneminde öz disiplini ve psikolojik sağlamlığın iş performansına etkisi. *Journal of the Cukurova University Institute of Social Sciences*, 30(3).
- Franjic, D., Franjic, I., Babic, D., & Spahalic, M. (2021). Association of resilience with quality of life and self-esteem in healthcare workers of covid-19 hospital. *Zdravstveni glasnik*, 7(2), 13-22.
- Hwang, T. J., Rabheru, K., Peisah, C., Reichman, W., & Ikeda, M. (2020). Loneliness and social isolation during the COVID-19 pandemic. *International psychogeriatrics*, 32(10), 1217-1220.
- Jiang, H., Yu, W., Lin, D., & Macnamara, B. N. (2022). Resilience of adolescents, though weakened during pandemic-related lockdown, serves as a protection against depression and sleep problems. *Psychology, Health & Medicine*, 27(9), 1977-1988.
- Kararmak, Ö. (2006). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-142.
- Kararmak, Ö., & Siviş-Çetinkaya, R. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlık üzerine etkisi: Duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 30-43.
- Karasar, N. (2005). Bilimsel araştırma yöntemi (17. Baskı). Ankara: Nobel yayın dağıtım.
- Karasar, B., & Canlı, D. (2020). Psychological resilience and depression during the COVID-19 pandemic in Turkey. *Psychiatria Danubina*, 32(2), 273-279.
- Litam, S. D. A., Ausloos, C. D., & Harrichand, J. J. (2021). Stress and resilience among professional counselors during the COVID-19 pandemic. *Journal of Counseling & Development*, 99(4), 384-395.
- Oktan, V. (2008). Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Öğülmüş, S. (2001) Bir kişilik özelliği olarak yılmazlık. I. Ulusal Çocuk ve Suç Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmaları, 29-30 Mart, Ankara.
- Önel, S. N. (2021). Covid-19 sürecinde öz duyarlılık ve psikolojik sağlık ile depresyon, anksiyete, stres arasındaki ilişkinin incelenmesi (Master's thesis, Işık Üniversitesi).
- Özer, Ş., Topal, N., & Odacı, H. (2022). Covid-19 pandemi sürecinde ortaokul ve lise öğrencilerinin depresyon ve anksiyete düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 20(2), 630-654.
- Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L. (2020). Psychological resilience, depression, anxiety, and somatization symptoms in response to COVID-19: A study of the general population in China at the peak of its epidemic. *Social Science & Medicine*, 262, 113261.



- Song, S., Yang, X., Yang, H., Zhou, P., Ma, H., Teng, C., Chen, H., Ou, H., Li, J., Mathews, C. A., Nutley, S., Liu, N., Zhang, X., & Zhang, N. (2021). Psychological resilience as a protective factor for depression and anxiety among the public during the outbreak of COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 11.
- Şengün, G. (2021). Farklı Üniversitelerde Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin COVID-19 Pandemi Sürecine Yönelik Görüşleri . *Uluslararası Karamanoğlu Mehmetbey Eğitim Araştırmaları Dergisi* , 3 (2) , 94-102 . DOI: 10.47770/ukmead.943044.
- Taşğın E, Çetin F.Ç. (2006). Ergenlerde major depresyon: risk etkenleri, koruyucu etkenler ve dayanıklılık. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi*, 13(2), 87-94.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini toparlama gücü ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 77-86.
- Xu, Y., Shao, J., Zeng, W., Wu, X., Huang, D., Zeng, Y., & Wu, J. (2021). Depression and creativity during COVID-19: Psychological resilience as a mediator and deliberate rumination as a moderator. *Frontiers in Psychology*, 12.
- Yue, J., Zang, X., Le, Y., & An, Y. (2020). Anxiety, depression and PTSD among children and their parent during 2019 novel coronavirus disease (COVID-19) outbreak in China. *Current Psychology*, 1-8.
- Yücens, B., & Büber, A. (2022). COVID-19 salgınının ileri yaştaki kişilerde psikolojik etkileri. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 15(2), 15-15.

### **Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı**

Araştırmacılar eşit oranda katkı sağlamışlardır.