



Korona Virüs Salgını Sürecinde Yaşam Kalitesi ve Anksiyete Durumlarının Araştırılması

Yakup YAZICI¹, Osman İMAMOĞLU²

¹Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, yyazici@adu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0003-0468-4617>

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimler Fakültesi, osmani55@hotmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-6671-6042>

To cite this article/ Atf için:

Yazıcı, Y. ve İmamoğlu, O. (2021). Korona Virüs Salgını Sürecinde Yaşam Kalitesi ve Anksiyete Durumlarının Araştırılması,. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 146-155.

Özet

Bu çalışmada korona virüs salgını sürecinde yaşam kalitesi ve anksiyete durumlarının araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmaya 572 kadın, 579 erkek toplam 1151 kişi katılmıştır. İstatistiksel işlemlerde t-test, tek yönlü Anova ve LSD testleri kullanılmıştır. Bu çalışmada yaşam kalitesi puanları erkeklerde 15,05 ve kadınlarda 13,63 bulunmuştur. Anksiyete puanları ise kadınlarda 9,02 ve erkeklerde 7,53 olarak bulunmuştur. Cinsiyete göre erkeklerin yaşam kalitesi puanı kadınlardan yüksekken anksiyete puanının kadınlardan düşük olması istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0,001$). Medeni duruma göre Yaşam kalitesi ve anksiyete puanları benzerdir ($p > 0,05$). Öğrenim durumuna göre Yaşam kalitesi ve anksiyete durum puanları arasında istatistiksel anlamda farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$ ve $p < 0,001$). Televizyon ve internette Korona virüsle ilgili haberler ve yorumları günlük olarak 0-2 saat takip edenler büyük çoğunluktadır. Günlük 0-2 saat TV seyretme ve internette korona virüsle ilgilenenlerin edenlerin yaşam kalitesi puanı 3-4 saat ve 5 saat ve üzeri maruz kalanlara göre anlamlı şekilde düşük bulunmuştur ($p < 0,001$). Sosyal medyada korona virüs hakkında bilgiye maruz kalma durumlarına bakıldığında yaşam kalitesi puanları günlük izlenen saate göre anlamlı şekilde değişmiştir ($p < 0,001$). Sosyal medyada korona virüs haberlerin takibi ve izlenen sürenin anksiyete düzeyinde önemli bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Sonuç olarak, korona virüs salgını sürecinde yaşam kalitesi ve anksiyete durumları cinsiyete ve öğrenim durumuna göre farklı iken medeni duruma göre benzer olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca korona virüs salgını ile ilgili sosyal medyada haber ve açıklamaların insanların yaşam kalitesinin bozulmasına engel iken anksiyete durumlarında bir değişim sağlamadığı söylenebilir. Sosyal medyada korona virüs ile ilgili haber ve bilgilerin insanların daha fazla takip etmesi önerilir.

Anahtar Kelimeler: Depresyon, Anksiyete, Korona virüs, Sosyal medya, Cinsiyet.

Investigation of Quality of Life and Anxiety Situations During the Coronavirus Outbreak Process

Abstract

In this study, it was aimed to investigate the quality of life and anxiety states during the corona virus outbreak. A total of 1151 people, 572 women and 579 men, participated in the study. T-test, one-way Anova and LSD tests were used in statistical processes. In this study, the quality of life scores were found to be 15.05 for males and 13.63 for females. Anxiety scores were found as 9.02 for females and 7.53 for males. According to gender, the quality of life score of men was higher than women, while the lower anxiety score of women was found to be statistically significant ($p < 0.001$). Quality of life and anxiety scores are similar according to marital status ($p > 0.05$). A statistically significant difference was found between the quality of life and anxiety scores according to education level ($p < 0.05$ and $p < 0.001$). Those who follow news and comments about the Corona virus on television and the internet for 0-2 hours daily are in the vast majority. The quality of life score of those who

watch TV for 0-2 hours a day and deal with coronavirus on the Internet were found to be significantly lower than those who were exposed to 3-4 hours and 5 hours or more ($p < 0.001$). When looking at the exposure to information about the corona virus on social media, the quality of life scores significantly changed according to the daily watched hours ($p < 0.001$). It has been determined that the follow-up of corona virus news on social media and the time watched do not have a significant effect on anxiety level ($p > 0.05$). As a result, it was concluded that while the quality of life and anxiety levels were different according to gender and educational status during the coronavirus outbreak, they were similar according to marital status. In addition, it can be said that news and statements on social media about the corona virus epidemic prevent the deterioration of people's quality of life, but do not provide a change in anxiety situations. It is recommended that people follow more news and information about corona virus on social media.

Keywords: Depression, Anxiety, Coronavirus, Social media, Gender.

GİRİŞ

İnsanların yaşam tarzları umutsuzluk ve depresyon gibi psikolojik duygu faktörlerini üzüntü, keder, mutsuzluk, isteksizlik, stres, karamsarlık ve suçluluk gibi duyguların belirtisi olan depresyon semptomlarını arttırmaktadır (Saygın ve ark. 2011; Valtonen ve ark. 2010). Psikolojik sıkıntı, depresyon ve anksiyete belirtileri ile karakterize duygusal acı çekme durumu olarak tanımlanmıştır (Mirowsky ve Ross,2002; Drapeau ve ark.,2012). Özellikle depresyonun insanların fiziksel sağlığı üzerinde ve yaşam kalitesini azaltmada önemli bir etkisi olduğu düşünülmektedir (Arrerondo ve ark. 2012; Cooney ve ark. 2014). Depresyon ve anksiyete, öğrencilerin akademik performansı, aile bireyleri arası ilişkileri ve fiziksel aktiviteleri gibi önemli faktörler üzerinde olumsuz etki yaratmakta, onların tüm yaşam kalitesini düşürmektedir (Asl Hosseinzadeh ve ark.,2020).

Yapılan bazı çalışmalara göre salgın hastalıkların insanlarda büyük bir travma oluşturduğunu ve kaygı düzeyinin yükseldiğini göstermiştir (Lau et al., 2005; Taylor et al., 2008; Zhang et. al., 2020). Anksiyete herkesin zaman zaman yaşadığı korkuya benzer bir duygudur. Bu durumun sürekli olarak nedeni belli olmayan bir endişe duygusu olarak yaşanması ve algılanması yaygın anksiyete bozukluğunun esas özelliği olarak görülebilir (Gezgin, Çam, & Karademir, 2010). Yaygın anksiyete bozukluğu çoğu zaman gözden kaçırılan ve yeterince tanımlanamayan bir ruhsal bozukluktur. Yaygın anksiyete bozukluğu olan kişi sadece endişeli olmayıp, kaygıyı sürekli olarak hisseder (Dilbaz, 2005). Kişi bu durumda birçok olay ya da etkinlik karşısında aşırı sıkıntı ve kaygı yaşar. Yaygın anksiyete bozukluğunun Beck Depresyon Envanteri ile orta derecede ilişkili olduğu belirtilmiştir (Konkan ve ark.,2013).

Korona virüs-19 gibi pandemi boyutlarına ulaşan krizler, psikolojik problemler ve bozuklukları ile pozitif ilişkiye sahip olup, hastalığa yakalanma ihtimali nedeniyle insanların ağır stres yaşamalarına, panik atak, kronik anksiyete ve depresyon gibi psikolojik bozukluklara neden olabilir (Bao vd., 2020; Rajkumar, 2020; İmamoğlu ve Doğan,2020). Salman ve ark.,(2020) çalışmalarında üniversite öğrencilerinde %34 orta-şiddetli anksiyete ve %45 orta-şiddetli depresyon belirtileri belirlemişlerdir. Tespit edilen literatür korona virüs 19'un bireyin ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkisini bildirmektedir. Stresler arasında güvenlik algısı, tehdit ve bulaşma riski, bilinmeyene karşı bilgisizlik, karantina ve hapsetme, damgalama (belirli bir durum, kalite veya kişi ile ilişkili utanç işareti) ve sosyal dışlanma ile finansal kayıp ve iş güvensizliği bulunmaktadır (Hamouche,2020).Korona virüs 19'un patlak vermesi zihinsel sağlık sorunlarına neden olmuştur. Ulusal Sağlık Komisyonu, Korona virüs 19 salgını sırasında hastalar, sağlık personeli, tıbbi gözlem altındaki kişiler ve siviller için

psikolojik kriz müdahalesini teşvik etmek amacıyla kılavuz yayınlamıştır. Bununla birlikte, ne tür zihinsel bozuklukların yaygın olduğu ve nüfus arasında nasıl dağıldıkları bilinmemektedir. Bu nedenle, hem siviller hem de sağlık çalışanları için salgınla ilişkili zihinsel bozuklukların hızlı bir şekilde değerlendirilmesi gerekmektedir. Resmi açıklamalar, web sitelerinde ve sosyal medyada gözetim ve aktif vakalar hakkında günlük güncellemeler sunarak halkın önleme ve müdahale stratejileri konusundaki farkındalığını arttırmaya çalışmaktadır. Sosyal medya bilginin aşırı yüklenmesine yol açabilir ve bu da ruh sağlığı sorunlarına neden olabilir (Gao ve ark.,2020; Shultz ve ark.,2015). Dünya sağlık örgütü özellikle sosyal medya yoluyla yanlış bilgilendirme ve söylentiyi besleyen korku, endişe ve bu salgının altında yatan faktörleri belirlemenin önemine dikkat çekmiştir (Florian ve ark.,2020; WHO,2020). Önceki çalışmalar, dolaylı olarak medya yoluyla kitle travmasına maruz kalmanın, travma sonrası stres bozukluğu semptomlarının başlangıç oranlarını artırabildiğini göstermiştir (Neria ve Sullivan ,2011). Daha önce yapılan bir çalışmada, sosyal medyaya maruz kalmanın Güney Kore'deki MERS salgını sırasında risk algılamaları oluşturmakla olumlu ilişkili olabileceğini de göstermişti (Choi ve ark.,2017). Sosyal medya, Korona virüs 19 bilgisini güncelleyen ana kanallardan biridir (Bao ve ark.,2020). En son ulusal örneklem, Çin'de herhangi bir bozukluk (demans hariç), anksiyete bozuklukları ve depresif bozuklukların prevalansını %16,6, %7,6 ve % 6,9 olarak göstermiştir (Huang ve ark.,2019). Gao ve ark. (2020) Çin'de korona virüs 19 salgını sırasında depresyon görülme sıklığı (% 48,3), anksiyete (% 22,6) ile depresyon ve anksiyete bileşiminin (% 19,4) çok daha yüksek olduğunu bulmuştur. Amerika Birleşik Devletlerinde yapılan bir çalışmada, depresyon belirtilerinin yaygınlığının Korona virüs-19 sırasında pandeminin öncesine göre üç kat daha fazla olduğu gösterilmiştir (Ettman ve ark.,2020).

Bu çalışmada Korona Virüs Salgını Sürecinde Erişkinlerde Depresyon ve Anksiyete durumlarının bazı değişkenlere göre araştırılması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Ölçekler sosyal medya üzerinden uygulanmıştır. Çalışmaya 572 kadın ve 579erkek katılımcı iştirak etmiştir. Çalışmada kişisel bazı bilgiler yanında sosyal medyaya maruz kalma durumunu belirten soru ile beraber iki adet ölçek uygulanmıştır. Ölçekler olarak depresyon için WHO-Beş İyi Olma Endeksi'nin (WHO-5) Türkçe versiyonu ile; anksiyete için genel anksiyete bozukluğu ölçeğinin (GAD-7) Türkçe versiyonları uygulanmıştır.

WHO İyilik Durumu İndeksi:

Katılımcılardan bu olumlu duyguların varlığını son 2 haftada her zamandan (5 puan) hiçbir zamana kadar (0 puan) puanlı bir ölçekte raporlamaları istenir. Toplam puanın 13'ün altında olması depresyonu gösterir. Ham puan, beş cevaba ait sayılar toplanarak hesaplanır. Puanlama 0 ila 25 aralığıdır. 0 olası en kötü ve 25 ise olası en iyi yaşam kalitesini temsil eder (Gao ve ark.,2020).

Yaygın Anksiyete Bozukluğu testi-7:

Yaygın Anksiyete Bozukluğu testi -7 Spitzer ve ark. tarafından DSM-IV-TR ölçütlerine göre geliştirilmiş, yaygın anksiyete bozukluğunu değerlendiren kısa, öz bildirimle doldurulan bir

testtir (Spitzer ve ark.,2006).Konkan ve ark., (2013) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği yapılmıştır. Katılımcılara son 2 hafta boyunca her semptomdan ne sıklıkta rahatsız oldukları soruldu. Yanıt seçenekleri “hiç de değil”, “birkaç gün”, “günlerin yarısından fazlası” ve “neredeysse her gün” sırasıyla 0, 1, 2 ve 3 olarak değerlendirildi. 7 maddeli dörtlü likert (0=hiç, 1=Birçok gün, 2=günlerin yarısından fazlasında, 3=hemen hemen her gün) tipi bir ölçektir. Ölçekten edinilen toplam puanlar 5, 10, ve 15 sırasıyla hafif, orta ve ciddi anksiyete için kesme noktalarıdır (Kroenke ve ark.2007). 10 veya daha yüksek bir puan, kaygı vakalarını tanımlamak için makul bir kesme noktasını temsil eder (Gao ve ark.,2020).

Verilerin Analizi

Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 25,00 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını test etmek için Kolmogorov-Smirnov testi yapılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. İstatistiksel farklılıklar için bağımsız t- testi, tek yönlü Anova, ve LSD testleri kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Depresyon ve anksiyete puanlarının bazı değişkenlere göre karşılaştırılması

	Ölçekler	Sayı	Ortalama	St.sapma	t-test	
Cinsiyet	Yaşam kalitesi	Kadın	572	13.63	5.68	-4.04**
		Erkek	579	15.05	6.24	
	Anksiyete	Kadın	572	9.02	6.02	4.16**
		Erkek	579	7.53	6.10	
Medeni durum	Depresyon	Evli	451	14.73	6.80	1.75
		Bekar	700	14.09	5.42	
	Anksiyete	Evli	451	8.42	6.28	0.67
		Bekar	700	8.17	5.99	

**p<0.001

Tablo 2. Öğrenim durumuna göre depresyon ve anksiyete durumlarının karşılaştırılması

	Değişkenler	Sayı	Ortalama	St. sapma	F/LSD
Yaşam kalitesi	İlköğretim (1)	166	14.03	5.80	4.80*
	Lise (2)	574	14.18	6.58	
	Üniversite (3)	411	15.66	5.11	
Anksiyete	İlköğretim (1)	166	9.05	6.08	8.03**
	Lise (2)	574	8.72	6.36	
	Üniversite (3)	411	7.32	5.62	

*p<0.05 **p<0.001

Tablo 3. Gün içerisinde televizyon ve internette korona virüsle ilgili takip durumlarının depresyon ve anksiyeteye etkisinin karşılaştırılması

	Günlük İzlenen Saat	n	Ortalama	St.sapma	F/LSD
Yaşam kalitesi	0-2 saat (1)	867	13.87	6.13	11.69**
	3-4 saat (2)	173	15.43	4.96	
	5 saat ve üzeri (3)	111	16.32	5.95	
	Toplam	1151	14.34	6.00	
Anksiyete	0-2 saat (1)	867	8.26	6.11	0.08
	3-4 saat (2)	173	8.25	5.64	
	5 saat ve üzeri (3)	111	8.33	6.78	
	Toplam	1151	8.27	6.11	

**p<0,001

Tablo 4. Geçen hafta boyunca sosyal medyada korona virüs hakkında ne sıklıkla haber ve bilgiye maruz kalma durumlarının depresyon ve anksiyeteye etkisinin karşılaştırılması

	Günlük İzlenen Saat	n	Ortalama	St.sapma	F/LSD
Yaşam kalitesi	Asla ve arada bir (1)	576	13.81	5.11	13.70**
	Bazen (2)	225	13.14	6.85	1.2<3.4
	Genellikle (3)	263	15.87	5.92	
	Çok sık (4)	87	16.31	7.86	
Anksiyete	Asla ve arada bir (1)	576	8.26	5.73	2.55
	Bazen (2)	225	8.60	6.79	
	Genellikle (3)	263	7.61	6.00	
	Çok sık (4)	87	9.50	6.78	

**p<0.001

TARTIŞMA

Bu çalışmada yaş ortalaması kadınların 26,23 yıl ve erkeklerin 26,22 yıl şeklindedir. Katılımcıların yaş ortalamaları birbirine benzer iken erkek ve kadınların vücut ağırlıkları ve boy uzunlukları normalde olduğu gibi birbirinden anlamlı derecede farklıdır (p<0,001).

Önceki çalışmalar, bulaşıcı hastalıkların yaygınlığının, genel popülasyonda anksiyete, depresyon ve stres düzeylerini artırabildiğini göstermiştir (Aşkın ve ark.,2020). Erdoğan ve ark., (2020) yaptıkları Korona virüs-19 pandemisi sürecinde, kadın katılımcıların anksiyete düzeylerinin erkek katılımcılara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yamaner ve İmamoğlu (2020) Korona virüs sürecinde yapılan çalışmalarında cinsiyete göre erkelerin depresyon puanı kadınlardan yüksek iken anksiyete puanının düşük olması istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bu çalışmada yaşam kalitesi puanları erkeklerde 15,05 ve kadınlarda 13,63 bulunmuştur. Anksiyete puanları ise kadınlarda 9,02 ve erkeklerde 7,53 olarak bulunmuştur. Cinsiyete göre erkelerin yaşam kalitesi puanı kadınlardan yüksek iken anksiyete puanının kadınlardan düşük olması istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p<0,001). Mevcut çalışmada kadın katılımcıların daha yüksek anksiyete ortalamalarına sahip olması, ev ortamındaki görev ve sorumlulukların büyük ölçüde kadınlardan beklendiği bir toplumsal cinsiyet algısının varlığı ile açıklanabilir (Bilican,2011).

Kullanılan depresyon ölçeğine göre toplam puanın 13'ün altında olması depresyonu ve kötü yaşam kalitesini gösterir (Gao ve ark.,2020). Yine yaygın anksiyete bozukluğu ölçeğinden edinilen toplam puanlar 5, 10, ve 15 sırasıyla hafif, orta ve ciddi anksiyete için kesme noktaları olarak kabul edilir (Kroenke ve ark.,2007). Kroenke ve ark (2020) puanlamasına göre çalışmamızdaki anksiyete puanlarından erkekler ve kadınlarda ortaya yakın yaygın anksiyete bozukluğu olduğu söylenebilir. Bu değerlendirmelere göre araştırmamızdaki sonuçlara bakarak çalışmamızdaki kadınların yaşam kalitesi puanı onların depresyona girmeye yakın oldukları ve erkeklere göre daha fazla anksiyete içinde söylenebilir. Salgın dönemlerinde kadınların bazı psikolojik süreçleri daha olumsuz deneyimlediğini gösteren çalışmalar vardır (Taylor ve ark.,2008;Wang ve ark.,2020). Bu sonuç daha önce yapılan bu çalışmalar ile uyumludur.

Tian ve ark., (2020) salgın sürecinde Çin'de gerçekleştirdikleri araştırmada boşanmış veya dul kalmış bireylerin bu süreçte daha fazla obsesif kompulsif belirtiler, kişilerarası hassasiyet, fobik anksiyete ve psikotik belirtilere sahip olduğunu belirtmişlerdir. Gao ve ark (2020) çalışmalarında bekarların depresyon oranları evli olanlardan daha düşük çıkmıştır. Türkiye'de yapılan bir çalışmada yaşamsal anksiyete bozukluğu evlilerde bekarlara göre

anlamli derecede yuksek bulunmuştur (Özcan ve ark., 2006). Yamaner ve İmamoğlu (2020) alışmasında medeni duruma göre evli olan kişilerin bekar olan kişilere göre depresyon puanı daha yuksek ve anksiyete puanı ise daha düşük olması anlamli bulunmuştur. Bu çalışmada medeni duruma göre Yaşam kalitesi ve anksiyete durumları benzerdir ($p>0,05$).

Huckins ve ark. (2020) yaptıkları araştırmada, ğrencilerin Korona virüs-19 sürecinde özellikle anksiyete ve depresyon oranlarının daha fazla belirlenmiştir, Gao ve ark.,(2020) yaptıkları çalışmada düşük eğitimi (ortaokul ve lise) katılımcıların sosyal medyadan etkilenme oranının yuksek öğrenim düzeyine (yuksekokul ve yuksek lisans) sahip olanlardan daha düşük olduğunu belirtmiştir. İmamoğlu ve Yamaner (2020) alışmalarında eğitim seviyesine göre depresyon puanında farklılık bulunmaz iken, anksiyete puanı niversite eğitimiilerde daha düşük idi. Tian ve ark., (2020) salgın sürecinde Çin’de gerçekleştirdikleri araştırmada yuksek öğrenimden daha düşük eğitim seviyesine sahip bireylerin bu süreçte daha fazla obsesif kompulsif belirtiler, kişilerarası hassasiyet, fobik anksiyete ve psikotik belirtilere sahip olduğunu belirtmişlerdir. Bu çalışmada öğrenim durumuna göre göre Yaşam kalitesi ve anksiyete durum puanları arasında istatistiksel anlamda farklılık bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Üniversite ğrencilerinin yaşam kalitesi lise ve aşağısında olanlardan daha iyidir. Yine niversite öğrencileri lise ve aşağısındakilere göre daha az anksiyete içerisindedirler. Bu sonuca göre eğitim seviyesi arttıte korona virüs sürecinden daha az etkilenildiği düşünülmektedir.

Huckins ve ark., (2020) yaptıkları araştırmada, ğrencilerin Korona virüs-19 sürecinde özellikle anksiyete ve depresyon oranlarının daha fazla olduğunu ve bu oranların haber izlemeye harcanan zaman miktarıyla pozitif ilişkisi olduğunu belirlenmiştir. Korona virüs salgını sırasında, salgın hakkındaki dezenformasyon ve yanlış raporlar, sosyal medyada yayınlanması, insanların kafasını karıştırabilecek ve insanların ruh sağlığına zarar verebilecek birçok internet kullanıcıları arasında asılsız korkulara neden olmuştur. Bu durumlar insanları şaşırtabilir ve ruhsal olarak onlara verebilir (Florian ve Bro’nnimann,2020). Ayrıca, birçok vatandaş bulaşıcı sosyal ađ olan sosyal medyada korku, endişe, sinir, kaygı ve benzerlerini yaşayabilir. Bu nedenle, Dünya sağlık örgütünün salgınla ilgili ekibi daha geniş bir kitleye bilgi sunmak için ülkelerin iletişim bölümleriyle alışıyor (WHO,2020). Gao ve ark, (2020) alışması aynı zamanda katılımcıların% 82,0’sının sıklıkla sosyal medyaya ve sıklıkla sosyal medyanın ortaya çıkarması ile ilişkili olarak daha önceki çalışmalarla uyumlu yuksek anksiyete ve depresyon kombinasyonu oranlarına maruz kaldığını bulmuştur. Yamaner ve İmamoğlu (2020) alışmalarında Korona virüsle ilgili sosyal medyayı takip edenlerin depresyon puanı 3-4 saat ve 5 saat ve üzeri maruz kalanlara göre anlamli şekilde düşük ve Anksiyete puanı ise 5 saat ve üzeri sosyal medyaya maruz kalanlarda anlamli şekilde daha düşük bulunmuştur. Bu çalışmada gün içerisinde Televizyon ve internette Korona virüsle ilgili haberler ve yorumları günlük olarak 0-2 saat takip edenler büyük çoğunluktur. Günlük 0-2 saat TV seyretme ve internette korona virüsle ilgilenenlerin edenlerin yaşam kalitesi puanı 3-4 saat ve 5 saat ve üzeri maruz kalanlara göre anlamli şekilde düşük bulunmuştur ($p<0,001$). Anksiyete puanları ise benzerdir ($p>0,05$). Günlük korona virüs ile ilgili takip edilen saat sayısı arttıte yaşam kalitesinin yükseldiğini söyleyebiliriz. Korona virüs hakkında bilgilenmenin insanların psikolojik durumlarına olumlu yansıldığı düşünülmektedir.

Gao ve ark., (2020) yaptıkları çalışmada korona virüs salgını sırasında sık sık depresyon ve anksiyete kombinasyonu ile ilişkili olan yüksek zihinsel sağlık sorunları olduğunu belirtmişlerdir. Salgın etkisini azaltmak için doğru sağlık bilgileri sağlamaları gerektiği belirtilmiş ve sağlık bilgisinden memnuniyet daha yüksek olduğunda, insanlarda salgının psikolojik etkisinin ve stres, kaygı ve depresyon düzeylerinin daha düşük olduğu ileri sürülmüştür (Wang ve ark., 2020). Bu çalışmada geçen hafta boyunca sosyal medyada korona virüs hakkında bilgiye maruz kalma durumlarına bakıldığında yaşam kalitesi puanları günlük izlenen saate göre anlamlı şekilde değişmiştir ($p<0,001$). Genellikle ve çok sık izleyenlerin yaşam kalitesi puanları asla ve bazen izleyenlerden daha yüksektir. Sosyal medyada korona virüs ile ilgili haberleri takip ve ilgilenme saati artması insanların bilgilenmesini artırabilir. Bu bilgilendirme onların yaşam kalitelerinin bozulmasını azaltır veya depresyon durumuna girmesine engel teşkil edebilir. Ayrıca günlük izlenen saate göre anksiyete puanında değişim ise istatistiksel olarak önemsiz bulunmuştur ($p>0,05$). Sosyal medyada korona virüs ile ilgili bilgilenmenin Yaşam kalitesi üzerine olumlu etkisi olduğu düşünülürken bu anksiyete durumunda aynı şeyi düşünmemize imkân vermemektedir.

SONUÇ

Korona virüs salgını sürecinde yaşam kalitesi ve anksiyete durumları cinsiyete ve öğrenim durumuna göre farklı iken medeni duruma göre benzer olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca korona virüs salgını ile ilgili sosyal medyada haber ve açıklamaların insanların yaşam kalitesinin bozulmasına engel iken anksiyete durumlarında bir değişim sağlamadığı söylenebilir. Sosyal medyada korona virüs ile ilgili haber ve bilgilerin insanların daha fazla takip etmesi önerilir.

KAYNAKLAR

- Asl Hosseinzadeh N.R., Emamvırdı R., Çolakoğlu F.F., Dölek K. (2020). Koronavirüs (Covid-19) Pandemi Döneminde Dört Haftalık Online Bilinçli Farkındalık Yoga Uygulamasının Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlığı Üzerindeki Etkisi, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 13(72), 1065-1069.
- Aşkın R., Bozkurt Y., Zeybek Z. (2020). Covid-19 Pandemisi: Psikolojik Etkileri Ve Terapötik Müdahaleler, *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi Covid-19 Sosyal Bilimler Özel Sayısı Yıl:19 Sayı:37 Bahar (Özel Ek)*, 304-318.
- Bao Y, Sun Y, Meng S, Shi J, Lu L. (2020). 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. *The Lancet*. Feb 07, DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30309-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30309-3).
- Bilican V. Kadına yönelik ekonomik şiddet: Sivas ili (Cumhuriyet Üniversitesi) örneği. *Zeitschrift für die Welt der Türken/Journal of World of Turks* 2011;3:129-145. <https://www.acarindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423875057.pdf>
- Choi D-H, Yoo W, Noh G-Y, Park K. (2017). The impact of social media on risk perceptions during the MERS outbreak in South Korea. *Computers in Human Behavior*, 72, 422–31.

- Cooney, G.M., Dwan, K., Greig, C.A., Lawlor, D.A., Rimer, Waugh, F.R. ve Mead, G.E. (2014). Exercise for depression, *Advances in Psychiatric Treatment*, 20(1),
- Dilbaz N. (2005). *Anksiyete Bozukluklarındaki Son Gelişmeler*. Ankara: Pozitif Matbaacılık.
- Drapeau A, Marchand A, Beaulieu-Prevost D. (2012). Epidemio-logy of Psychological Distress. L L'Abate (Ed). *Mental Illnesses - Understanding, Prediction and Control*. Rijeka: InTech Europe, 105-134.
- Erdoğdu Y., Koçoğu F., Sevim C. (2020). An investigation of the psychosocial and demographic determinants of anxiety and hopelessness during COVID-19 pandemic, *Klinik Psikiyatri*, 23(Ek 1): 24-37
- Ettman, C.K., Abdalla, S.M., Cohen, G.H., Sampson, L., Vivier, P.M., Galea, S. (2020). Prevalence of depression symptoms in US adults before and during the COVID-19 Pandemic. *JAMA Netw Open* 3(9), e2019686.
- Florian Roth, Bro˘nnimann G. Focal Report 8: Risk Analysis Using the Internet for Public Risk Communication. <https://www.researchgate.net/publication/256126259>. (accessed Feb 12, 2020)
- Gao J, Zheng P, Jia Y, Chen H, Mao Y, Chen S, et al. (2020) Mental health problems and social media exposure during KORONA VİRÜS 19 outbreak. *PLoS ONE* 15(4): e0231924. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231924>
- Gezgin, H.,Çam, O., & Karademir, M. (2010). Yaygın Anksiyete Bozukluğu Tanılı Bireylere Verilen Psikoeğitimin Tedavideki Etkinliğinin İncelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 13,65-76
- Hamouche S. (2020). KORONA VİRÜS 19 and employees' mental health: stressors, moderators and agenda for organizational actions [version 1; peer review: awaiting peer review] *Emerald Open Research*, 2:15 (<https://doi.org/10.35241/emeraldopenres.13550.1>)
- Huang Y, Wang Y, Wang H, et al. (2019). Prevalence of mental disorders in China: a cross-sectional epidemiological study. *Lancet Psychiatry*, 6(3): 211–24. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(18\)30511-XPmid: 30792114](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30511-XPmid: 30792114)
- Huckins, J. F., daSilva, A. W., Wang, W., Hedlund, E., Rogers, C., Nepal, S. K., Wu, J., Obuchi, M., Murphy, E. I., Meyer, M. L., Wagner, D. D., Holtzheimer, P. E., & Campbell, A. T. (2020). Mental Health and Behavior of College Students During the Early Phases of the COVID-19 Pandemic: Longitudinal Smartphone and Ecological Momentary Assessment Study. *J Med Internet Res*, 22(6), e20185. <https://doi.org/10.2196/20185>
- İmamoğlu, O., Doğan, E. (2020). Korona Virüs salgınının öfke düzeyleri üzerine etkisinin bazı parametrelere göre araştırılması. *Turkish Studies*, 15(4), 555-563. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44383>
- Konkan R.,Şenormancı O.,Güçlü O.,Aydın E.,Sungur M.Z. (2013). Validity and Reliability Study for the Turkish Adaptation of the Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) Scale, *Archives of Neuropsychiatry*, 50, 53-58.

- Kroenke K, Spitzer RL, Williams JB, Monahan PO, Löwe B. (2007). Anxiety disorders in primary care: prevalence, impairment, comorbidity, and detection. *Ann Intern Med*, *146*, 317-325.
- Mirowsky J, Ross CE. (2002). Selecting outcomes for the socio-logy of mental health: Issues of measurement and dimensionality. *J Health Soc Behav*, *43*, 152-170.
- Lau, J.T.F., Yang, X., Pang, E., Tsui, H.Y. Wong, E. and Wing, Y.K. (2005). SARS Related Perceptions in Hong Kong. *Emerging Infectious Diseases*, *11*, 417-424.
- Neria Y, Sullivan GM. (2011). Understanding the mental health effects of indirect exposure to mass trauma through the media. *JAMA*, *306*(12):1374–5. <https://doi.org/10.1001/jama.2011.1358> PMID: 21903818
- Özcan, M., Uğuz, F., & Çilli, A. S. (2006). Ayaktan Psikiyatri Hastalarında Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Yaygınlığı ve Ek Tanılar. *Türk Psikiyatri Dergisi*, *17*, 276-285.
- Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry*, *52*, 102066. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>
- Salman, M., Asif, N., Mustafa, Z. U., Khan, T. M., Shehzadi, N., Hussain, K., Tahir, H., Raza, M. H., & Khan, M. T. (2020). Psychological Impact of COVID-19 on Pakistani University Students and How They Are Coping. *medRxiv*, 2020.2005.2021.20108647. <https://doi.org/10.1101/2020.05.21.20108647>
- Saygın, M., Yaşar, S., Çetinkaya, G., Kayan, M., Özgüner, M.F. ve Korucu, C.Ç. (2011). Radyoloji Çalışanlarında Depresyon ve Anksiyete Düzeyleri. *SDÜ Sağlık Bilimleri Dergisi*, *2*(3), 139-144.
- Shultz JM, Baingana F, Neria Y. (2015).The 2014 Ebola Outbreak and Mental Health: Current Status and Recommended Response. *JAMA*, *313*(6), 567–8. <https://doi.org/10.1001/jama.2014.17934> PMID: 25532102
- Spitzer RL, Kroenke K, Williams JB, Löwe B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Arch Intern Med*, *166*, 1092- 1097.
- Taylor, M. R., Kingsley, E.A., Garry, J. S. ve Raphael, B. (2008). Factors Influencing Psychological Distress During A Disease Epidemic: Data From Australia’s First Outbreak of Equine İnfluenza. *BMC Public Health*, *8*, 1-13.
- Tian, F., Li, H., Tian, S., Yang, J., Shao, J., ve Tian, C., (2020). Psychological Symptoms of Ordinary Chinese Citizens Based on SCL-90 During the Level I Emergency Response to COVID-19, *Psychiatry Research*, *288*, 112992. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112992>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X. Tan, Y., Xu, L., Ho, C.S., Ho, R.C. (2020) Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health* *17*(5), 1729.

- WHO. COVID 2019 PHEIC Global research and innovation forum: towards a research roadmap. <https://www.who.int/news-room/detail/12-02-2020-world-experts-and-funders-set-priorities-for-covid19-research>.
- WHO. Director-General's remarks at the media briefing on 2019 novel coronavirus on 8 February 2020. <https://www.who.int/dg/speeches/detail/director-general-s-remarks-at-the-media-briefing-on-2019-novel-coronavirus—8-february-2020>.
- Valtonen, M., Laaksonen, D.E., Laukkanen, J., Tolmunen, T., Rauramaa, R., Viinamäki, H., Mursu, J., Savonen, K., Lakka, T.A., Niskanen, L. ve Kauhanen, J. (2010). Sedentary lifestyle and emergence of hopelessness in middle-aged men. *European Journal of Preventive Cardiology*, 17(5), 524-9.
- Yamaner F., İmamoğlu O. (2020). Investigation of People's Depression and Anxiety Status in Corona Virus Outbreak Process, The 12th International Congress on Social Studies with Recent Researches Broceding Books, Cilt III – Volume III, 1276-1284, (Editor Board: Sami Baskın – Faruk Yamaner - Hatem Fahad Hanoo - Asad Layek), ISBN: 978-605-69948-6-9, <https://sosyalbilimler.info/tr>
- Zhang, W. R., Wang, K., Yin, L., Zhao, W. F., Xue, Q., Peng, M. et. al. (2020) Mental health and psychosocial problems of medical health workers during the COVID-19 epidemic in China. *Psychotherapy and Psychosomatic*, Apr 9, 1-9. doi: 10.1159/000507639.