



DERLEME / REVIEW

COVID-19 ve İzolasyon Sürecinin Çocuklar Üzerindeki Olası Psikososyal Etkileri

Possible Psychosocial Effects of the COVID-19 and Isolation Process on Children

Gözde AKOĞLU, Doç. Dr. , B. Tuğba KARAASLAN, Doç. Dr. 

¹İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi Bölümü

Kabul tarihi/Accepted: 17.05.2020

İletişim/Correspondence:

Gözde AKOĞLU, İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, Çiğli-İzmir

E-posta: gozde.akoglu@ikcu.edu.tr

Özet

Yeni Koronavirüs dünya çapında yaygınlaştıkça ulusal sağlık politikalarına bağlı olarak farklı ülkelerde izolasyon süreçlerine ilişkin önlemler alınmaya başlanmış, birçok ülkede sosyal mesafeyi koruma ve ev ortamında bireysel izolasyon gibi uygulamaların hayata geçirilmesi ile yayılmanın önlenmesi hedeflenmiştir. Ne var ki virüsün birincil olarak yaşlı nüfusu önemli ölçüde tehdit eden yaşamsal etkileri, yapılan birçok çalışmada yetişkin nüfusa odaklanılmasına, çocukların eğitim ve öğretim süreçleri dışındaki akut psikososyal gereksinimlerinin ise çoğu zaman göz ardı edilmesine neden olabilmektedir. Oysa yapılan çalışmalarda, pandemi gibi öngörülemez bazı durumların çocuklar üzerinde kısa ve uzun dönemli olumsuz psikososyal etkileri olduğu bildirilmiştir. Bu noktadan hareketle yazılan bu gözden geçirme çalışmasında, yaşanan pandemi sürecinin çocuklar üzerindeki olası psikososyal etkileri ilgili alanyazın eşliğinde ele alınmıştır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, pandemi, çocukluk dönemi, psikososyal etkiler.

Abstract

As the new Coronavirus becomes widespread around the world, precautions regarding the isolation processes have been taken in different countries depending on the national health policies, and in many countries preventing the spread was aimed by implementing practices such as individual isolation in the home environment. However, the vital effects of the virus that primarily threaten the elderly population can lead to focusing on the adult population in many studies, and the acute psychosocial needs of children outside the education and training processes can often be neglected. However, studies have reported that some unpredictable conditions such as pandemics have short and long-term negative psychosocial effects on children. In the present review study, which is written from this point of view, the possible psychosocial effects of the pandemic process on children are discussed with the related literature.

Keywords: COVID-19, pandemic, childhood, psychosocial effects.

Giriş

Yeni Koronavirüs (COVID-19), yaklaşık olarak 3 ay gibi kısa bir sürede küresel ölçekte bir yayılma göstermiş, başlangıçtaki vakaların %80'i Çin'de olmak üzere Mart ayının ilk haftasında dünya genelindeki vaka sayısının 100.000'in üzerinde olduğu bildirilmiştir (Jiao vd., 2020). Virüs dünya çapında yaygın hale geldikçe farklı ülkelerde, mevcut ulusal sağlık politikalarına bağlı olarak izolasyon süreçlerine ilişkin önlemler alınmaya başlanmış, birçok ülkede sosyal mesafeyi koruma ve ev ortamında bireysel izolasyon gibi uygulamaların hayata geçirilmesi ile yayılımın olabildiğince önlenmesi hedeflenmiştir. Ne var ki, yapılan bu düzenlemeler bireysel ve toplumsal yaşamın mevcut akışında önemli farklılıklara yol açarak toplumun tüm kesimlerini farklı düzeylerde etkilemiştir.

Alanyazında, belirsizlik, yoğun bir özgürlük kaybı ve belirsizliğe yönelik toleransın ortadan kalkması gibi durumların eşlik ettiği izolasyon sürecinin (evde izolasyon, izolasyon odası ya da yoğun bakım ünitesi gibi) var olan stres

etkenlerinin olası etkilerini artırıcı bir rol oynayabileceği, bununla birlikte, bu etkenlerin varlığının da izolasyon sürecinde yaşanabilecek kaygı ve korku gibi diğer bazı olumsuz duyguları tetikleyebileceği belirtilmektedir (Orru, Ciacchini, Gemignani ve Conversano, 2020). Ayrıca, karantinanın sıklıkla korku, kaygı, öfke ve hayal kırıklığı gibi olumsuz duyguların yaşanmasına neden olmasının yanı sıra, daha önce tanımlanan çeşitli ruhsal problemler nedeniyle tedavi görmekte olan bireyler açısından daha riskli bir süreci ifade ettiği vurgulanmaktadır (Brooks vd., 2020; Qiu vd., 2020). Virüsün birincil olarak yaşlı nüfusu önemli ölçüde tehdit eden yaşamsal etkileri, yapılan birçok çalışmada yetişkin nüfusa odaklanılmasına neden olmakta, çocukların eğitim ve öğretim süreçleri dışındaki akut psikososyal gereksinimleri çoğu zaman göz ardı edilebilmektedir. Ne var ki, özellikle dünya nüfusunun %42'sini oluşturan çocuklar ve gençlerin akut psikososyal gereksinimlerinin farkına varılmamasının, uzun dönemde küresel düzeyde bazı psikososyal problemlere yol

açabileceği öngörülmektedir (Dalton, Rapa ve Stein, 2020). Bu noktadan hareketle yazılan bu gözden geçirme çalışmasında, yaşanan pandemi sürecinin çocuklar üzerindeki olası psikososyal etkileri alanyazın eşliğinde ele alınmıştır. Olası psikososyal etkilere değinmeden önce, psikososyal iyilik halinin ne olduğunu ve psikososyal iyilik halini tehdit eden olası unsurları açıklamakta yarar vardır.

Psikososyal İyilik Hali ve Stres

Psikososyal iyilik hali, genel olarak bireyin, ailenin ya da bir topluluğun sahip olduğu maddi, bilişsel, duygusal ve manevi gücün, pozitif sosyokültürel ilişkiler ve pozitif bir ekonomik ve politik çevre ile birleştiği durumu ifade etmektedir (Nasaba vd., 2018). Yapılan çalışmalarda, psikososyal iyilik halinin çeşitli stres etkenleri ile sarsılabileceği, özellikle çocuklarda fiziksel, sosyal ve psikolojik iyilik halini sürdürmeye yönelik en koruyucu etkenlerden birinin, okul zamanında yapılandırılmış ve önceden planlanmış bir güne sahip olunması olduğu belirtilmektedir (Brazendale vd., 2017). Bu bağlamda COVID-19 salgını nedeniyle uygulanan izolasyon sürecinde çocukların akranları ile birlikte sürdürdükleri okul yaşantısından ve/veya sosyal etkileşimlerden zorunlu olarak yalıtılmalarının fiziksel, sosyal ve psikolojik iyilik hali üzerinde doğrudan risk yaratabileceği öne sürülmektedir (Di Giorgio, Di Riso, Mioni ve Cellini, 2020). Nitekim, enfeksiyon korkusu, hayal kırıklığı ve can sıkıntısı, yetersiz bilgi, arkadaşlar ve öğretmenler ile yüz yüze temasın olmayışı ve ev ortamında kişisel alan eksikliği, ailenin mali kayıplarının doğrudan ve dolaylı sonuçları gibi stres etkenlerine maruz kalma süresinin uzaması çocuklar ve ergenler üzerinde psikososyal açıdan daha büyük ve kalıcı problemlere yol açabilmektedir (Wang, Zhang, Zhao, Zhang ve Jiang, 2020). Bununla birlikte, yaşam tarzı değişiklikleri ve evde izolasyon sürecinin neden olduğu psikososyal stres, çocukların fiziksel ve zihinsel sağlıkları üzerinde olumsuz etkilerin artmasına neden olmaktadır. Brooks ve arkadaşları (2020) tarafından yapılan bir gözden geçirme çalışmasında, izolasyon ve/veya karantina sürecinde yaşanan psikolojik strese neden olabilecek, izolasyonun süresi, enfekte olma korkusu, hayal kırıklığı ve can sıkıntısı hissi, yetersiz ekonomik destek, yetersiz bilgi ve etiketlenme olmak üzere altı temel değişken sıralanmıştır. Araştırmacılar, yetişkinleri ve çocukları farklı düzeylerde etkileyebilecek bu değişkenlere ilişkin sorunların giderilmesi yoluyla stresin olumsuz etkilerinin azaltılabileceğine işaret etmişlerdir. Alanyazında yer alan birçok çalışma, olumsuz yaşam olaylarına bağlı olarak psikolojik stresin çocuklarda gözlenen zararlı etkilerini ortaya koymuş, bu tür durumlarda kaygı, depresyon, letarji, bozulmuş sosyal etkileşim ve iştah azalması gibi belirtiler ile yaygın olarak karşılaşıldığı belirtilmiştir (Jiao vd., 2020). Ayrıca uzun süreli stresin, stres semptomları geliştirme riskindeki artışın yanı sıra kısa ve uzun dönemde bellek güçlükleri ve hipokampus nöroplastisitesine yönelik hasarları da içeren bilişsel işleme üzerinde son derece olumsuz etkileri olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (McEwen, 1999; Orru, Ciacchini, Gemignani ve Conversano, 2020). Bununla birlikte, yapılan araştırmalarda, herhangi bir sağlık problemi nedeniyle karantinada kalan çocukların travma sonrası stres puanlarının karantinada kalmamış akranlarına kıyasla 4 kat daha fazla olduğu ortaya konulmakta, izole edilen ya da karantinada kalan çocukların %30'unun travma sonrası stres bozukluğu ölçütlerini karşıladıkları belirtilmektedir (Sprang ve Silman, 2013).

Pandeminin ise bir travma olup olmadığına ilişkin tartışmalar bulunmakla birlikte (Pfefferbaum ve North, 2020), geçmiş yıllarda SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) ve MERS (Middle-East Respiratory Syndrome) gibi virüslerin ya da diğer travmatik olayların neden olduğu yaşamı tehdit eden ve acil sağlık durumlarından kurtulanlarla yapılan çalışmalar, sağlık çalışanları da dahil olmak üzere ilerleyen dönemlerde yetişkinlerde ve çocuklarda yüksek oranda depresif bozukluklar ve travma sonrası stres bozukluklarının gözlemlendiğine ilişkin bulguları desteklemektedir (Carmassi, 2018; Di Giuseppe vd., 2020). Özellikle çocukların risk yaratan durumları ilişkin tepkilerinin belirlenmesi, gereksinimlerin hızlı ve uygun bir şekilde karşılanması bakımından önem taşımaktadır. Bu bağlamda, pandemi sürecinin çocuklar üzerindeki olası psikososyal etkilerine değinmekte yarar vardır.

Psikososyal Etkiler

Sağlık ve küresel ekonomi üzerinde büyük bir tehdit olarak algılanan COVID-19, hemen hemen her ülkede günlük yaşama yön veren pek çok kurum ve kuruluşun yanı sıra farklı kademelerdeki formal eğitim kurumlarının geçici süreyle kapatılması, yarı zamanlı çalışma, evden çalışma, sosyal izolasyon ve sosyal mesafeyi koruma uygulamaları gibi önemli düzenlemelerin yapılmasına neden olmuştur. Hayatın süregelen akışına ilişkin bu müdahaleler bireylerin günlük davranışlarını etkileyerek, kimi zaman panik ve kaygı hissetmelerine, kimi zaman da depresyon eğiliminde artışa neden olabilmektedir (Di Giuseppe vd., 2020).

Çocuklar, yetişkinlere kıyasla kendi gelişimsel, sosyal-duygusal, ruhsal ve davranışsal gereksinimlerini bağımsız bir şekilde karşılayabilecekleri kaynaklara erişim konusunda deneyim ve beceri eksiklikleri yaşadıklarından pandemi ve doğal afet gibi travmatik olaylardan önemli ölçüde etkilenen grupların başında gelmektedir (Schonfeld ve Demaria, 2015). Biyolojik afetler kapsamında kabul edilen pandemiler, diğer afetlerde olduğu gibi çocukları, yakınlarını kaybetme, rutinlerinden vazgeçmek zorunda kalma ve sosyal destekten uzaklaşma nedeniyle olumsuz etkilemekte, çocukların daha kırılgan hissetmelerine ve netlik ve öngörülebilirlik gereksinimi duymalarına neden olmaktadır. Bu bağlamda araştırmacılar, rutinlerin sürdürülmesinin çocukları rahatlattığını, kendilerini güvende hissetmelerini sağlamak açısından bu tür bir yaklaşımın öncelikli olduğunu vurgulamaktadırlar (Olness, Mandalakas ve Torjesen, 2015). Çocukların içinde buldukları yaş ve/veya gelişim dönemine pandemi gibi durumlarda yaygın olarak gösterdikleri tepkileri inceleyen çalışmalar ise, okul öncesi dönemdeki çocuklarda yaygın olarak isteksizlik, oyuna odaklanmada güçlük, biberon kullanımı, parmak emme, tuvalet kazaları gibi kronolojik yaş ve gelişim düzeyiyle uyumu olmayan bazı davranışların yanı sıra, anne-babadan ayrılmama gibi durumların gözlenebileceği belirtilmektedir (Imran, Zeshan ve Pervaiz, 2020). Okul çağındaki çocuklara yönelik bulgular ise korku ve kaygıda belirgin artış, kardeşlerle sorun yaşama, huzursuzluk, saldırganlık, psikosomatik şikâyetler, sorumluluklarını yerine getirmekten kaçınma, odaklanmada zorluk, uyku sorunları ve sosyal çekilme gibi davranışların gözlenebileceğine işaret etmektedir (Imran, Zeshan ve Pervaiz, 2020; Olness, Mandalakas ve Torjesen, 2015). Ergenlerde gözlenebilecek tepkilerin de okul çağında sergilenen davranışlara ek olarak isyan, risk alma davranışları, konsantrasyon eksikliği, bilinç bulanıklığı ve konfüzyonu kapsayabileceği belirtilmektedir (Olness, Mandalakas ve Torjesen, 2015).

Yukarıdakilere ek olarak araştırmacılar, anne babanın stres düzeyi artarken var olan kaynakların azalmasına bağlı olarak bu dönemde aile içi istismar olasılığının yükselebileceğine işaret etmekte (Coyne vd., 2020), özel gereksinimleri olan ve gelişimsel destek ve/veya eğitim alan çocukların var olan davranış problemlerinde, hizmet aldıkları kurumların pandemi nedeniyle geçici olarak kapanması ve devam etmekte olan programın kimi durumlarda kesintiye uğraması nedeniyle artış gözlenebileceği dşnlmektedir. Salgın öncesinde depresyon ve kaygı yaşayan çocukların da kendilerini çevrelerindeki ölüm ve hastalık haberleriyle boğulmuş hissedebilecekleri belirtilerek, COVID-19 şüphesiyle karantinaya alınan ya da tanılanan çocukların anne babadan ayrılma, etiketlenme, bilinmeyen bir hastalığa karşı korku ve sosyal izolasyon nedeniyle kaygı, akut stres ve uyum bozuklukları yaşayabilecekleri bildirilmektedir (Imran, Zeshan ve Pervaiz, 2020). Bir diğer önemli nokta ise, pandemi süreci ve bu süreçte yapılan düzenlemelerin gebelik süreci ve yenidoğan üzerindeki olası psikososyal etkileridir. Dünya Sağlık rgt tarafından salgın öncesinde yayınlanan raporda dünya çapında gebelerin yaklaşık %10'unun ve yeni doğum yapmış kadınların %13'nn başta depresyon olmak üzere çeşitli ruhsal sorunlar yaşamakta olduğu ifade edilmiştir (World Health Organization, 2020). Yapılan çalışmalarda, gebelik sürecinde anneleri COVID-19 salgınıyla karşı karşıya kalmış bebeklerin ileride yaşayabilecekleri sorunlar açısından göz önünde bulundurulmaları, salgın sürecinde gebe izlemlerinin sürdürülmesi ve ruh sağlığı hizmetlerine ulaşmalarının sağlanması gerektiği de vurgulanmaktadır (Zeng vd., 2020).

Görüldüğü üzere, psikososyal iyilik hali bakımından risk altında olan çocukların özellikleri farklılaşsa da riskin varlığı sregelmeindedir. Bu bağlamda çocukların özellikle travma sürecindeki tepkilerini değerlendiren çalışmalar yaygınlaşmakla birlikte, küresel lkte yaşanan salgın hastalıklar gibi yaşam olayları sırasında verdikleri tepkileri inceleyen araştırma sayısı görece sınırlıdır. Yapılan araştırmalarda, pandeminin özellikle korku ve dehşet gibi daha yoğun duyguların tetikleyicisi olarak insanların yaşamları üzerinde doğrudan etkili olabildiği belirtilmektedir. 2009 yılında yaşanan H1N1 salgını sırasında yapılan bir çalışmada, orta ya da şiddetli endişe yaşadığını ifade eden grup içinde çoğunluğu çocukların ve nevroitik ve somatoform bozuklukları olan hastaların oluşturduğu bulunmuştur (Page, Seetharaman, Suhail, Wessely, Pereira ve Rubin, 2011). Pandemi sürecinin başlangıcında (şubat 2020) Çin'in Shaanxi Eyaleti'nde yerel yetkililer tarafından yapılan bir n çalışmada da, 3-18 yaş arası toplam 310 çocuğun (168 kız, 142 erkek) psikolojik ve davranışsal sorunlar yaşayıp yaşamadıkları evrimii bir anket kullanılarak değerlendirilmiş, elde edilen sonuçlar çocukların yaygın olarak dikkat dağınlıklığı ve sinirliliğin yanı sıra, sarılmaktan ve salgın hakkında soru sormaktan kaçındıklarını ortaya koymuştur (Jiao vd., 2020). 12-18 yaşları arasında yaklaşık 8000 ğrenci ile evrimii değerleştirilen kesitsel bir çalışmanın verileri ise, Çin'deki lise öğrencileri arasında depresif belirtilerin %43, kaygı belirtilerinin %37 ve depresif belirtilere eşlik eden kaygı belirtilerinin görülme sıklığının %31 olduğunu ve COVID-19 farkındalık düzeyi ile bu belirtilerin varlığı arasında negatif bir ilişki olduğunu göstermektedir (Zhou vd., 2020). Çin'de 584 ergenle değerleştirilen bir başka çalışmada da, ergenlerin %40'ının pandemi sürecinde psikolojik sorun

yaşama eğiliminde olduğu belirlenerek yerel yönetimlerin gençlerin ruh sağlığını gclendirici müdahalelerde bulunması önerilmiştir (Liang vd., 2020). Doğrudan COVID-19 klinik bakımına dahil olan sağlık çalışanları ve çocukları için ise riskin daha fazla olduğu vurgulanmakta, sağlık çalışanlarının çocuklarının ayrılık, enfekte olma ve/veya anne-babalarını kaybetme korkusu ile baş etmeleri beklenmektedir (Holmes vd., 2020). İtalya'da COVID-19 klinik bakımında yer alan sağlık çalışanları ve çocukları ile yapılan bir araştırmanın sonuçları da anne babaları ile çocukların bildirimleri uyumlu olacak şekilde, çocukların yaklaşık üçte birinin travma sonrası stres bozukluğu açısından yüksek risk altında olduğunu göstermektedir (Davico vd., 2020).

Yaşanan pandemi, alınan önlemlere ve günlük yaşama ilişkin düzenlemelerin niteliğine paralel olarak küresel düzeyde bazı ortak duygusal ve davranışsal tepkilerin verilmesine neden olmakla birlikte, alanyazında, çocukların pandemiler de dahil olmak üzere travma yaratan pek çok durumda ve/veya kriz durumlarında verdikleri tepkilerin çeşitli etkenlere bağlı olarak değişiklik gösterdiği belirtilmektedir. Bu etkenler Tablo 1'de özetlenmiştir.

Tablo 1. Çocukların Kriz ve/veya Travma Durumlarında Verdikleri Tepkileri Belirleyen Etkenler

| |
|--|
| 1. Yaşanan olayın doğası ve ölüm, yıkım ve hasar miktarı |
| 2. Çocuğun kendisinin ve ailesinin mevcut duruma dâhil olma derecesi |
| 3. Çocuğun kendisinin ve tüm toplumun olayın yaşanmasından önceki dönemde olduğu gibi güvenli ve konforlu rutinelere dönebilmesi için geçen süre |
| 4. Stres etkeninin bir kez karşılaşılan ya da kronik bir olay olup olmaması |
| 5. Çocuğa bakım veren kişilerin başa çıkma beceri düzeyleri |
| 6. Çocukların önceden var olan zihinsel sağlık, gelişim düzeyi, temel duyarlılık ve başa çıkma becerileri |
| 7. Yaşanan olayı takip eden ikincil stres etkenlerinin ve kayıpların niteliği |

Kaynak: Schonfeld, D. J. & Demaria, T. (2015). Providing psychosocial support to children and families in the aftermath of disasters and crises. *Pediatrics*, 136(4), e1120-e1130.

Çocukların verdikleri tepkileri farklılaştıran etkenlerin bilinmesi risk miktarının belirlenmesi yoluyla nleme çalışmalarının yapılandırılması ve yüksek nitelikli, kriz odaklı müdahale yaklaşımlarının ve uygun psikososyal destek hizmetlerinin geliştirilmesi açısından büyük önem taşımaktadır. Bu bağlamda, çocuklara yönelik psikososyal destek odaklı doğrudan ve dolaylı müdahale çalışmalarına değinmekte yarar vardır.

Çocuklara Yönelik Psikososyal Destek Odaklı Doğrudan ve Dolaylı Müdahale alışmaları

Çocuklar yetişkinlerin duygusal durumlarına iyi uyum sağlamakla birlikte, açıklanamayan ve öngörülemeyen davranışlara maruz kalma çocuklar tarafından bir tehdit olarak algılanmakta ve kaygı ile sonuçlanmaktadır. Yaşanan pandemi de birçok toplum için belirsizliğin hkim olduğu karmaşık bir süreci beraberinde getirmiş, çocuklar için bu yönüyle kaygıya neden olabilecek değişkenler arasında yerini almıştır. Yapılan alışmalar, özellikle ev ortamında duygu odaklı konuşmaların olmamasının, çevrelerindeki yetişkinlerin duygusal durumları hakkında çocukların kaygı duymalarına yol açtığını, yaşanan kaygının ise çocukların olumsuz duygularla yalnız başlarına başa çıkmaya yönelmelerine ve kendi düşüncelerini paylaşmaktan kaçınmalarına neden olduğunu göstermektedir (Dalton vd., 2019; Dalton, Rapa ve Stein, 2020). Ayrıca araştırmacılar, anne babaların çoğunlukla çocuklarının pandemi sürecinde

yaşadıkları sıkıntıyı hafife aldıklarını ve bu nedenle farklı platformlarda ve/veya aile içinde pandemiye ilişkin çeşitli tartışmalara çocukların açık bir şekilde tanık olmalarında bir sakınca görmediklerini belirtmektedir (Pfefferbaum ve North, 2020). Konuyla ilgili araştırmalarda, anne babaların çocuklarının salgın sürecindeki tepkilerini dikkatle gözlemlemeleri, uykuya geçişte yaşanan güçlükler ve sık sık kabus görme gibi tepkilerin farkında olmaları ve uyku hijyeni, rahatlama yolları, stresi azaltmaya yönelik olumlu psikolojik tutumlar sergileme ve dikkati daha üretken ve olumlu bir yöne odaklama konusunda çocuklarına model olmaları önerilmektedir (Jiao vd., 2020). Bu bağlamda alanyazında, COVID-19 salgını sürecinde, biyolojik aşı çalışmalarının yanı sıra, yukarıda sıralanan nedenlere bağlı olarak, ailelerin çocuklarına nasıl model olacaklarına ve onların davranışlarını nasıl düzenleyeceklerine ilişkin “davranışsal aşı” desteğine de gereksinim olduğunu belirtilmektedir (Szabo vd., 2020; Usher vd., 2020).

“Çocuklar izolasyon sürecinde olumsuz duygular yaşayabilmektedirler. Psikososyal açıdan bu dönemdeki risk etkenlerinin bilinmesi önem taşımaktadır. Böylece kriz odaklı psikososyal destek hizmetlerinin geliştirilmesi sağlanabilecektir.”

Yapılan araştırmaların sonuçları, yapılandırılmış ve sistematik yaklaşımlarla pandeminin olası ve var olan olumsuz psikososyal etkilerinin ortadan kaldırılmasına yönelik müdahale programlarına duyulan gereksinime işaret etmektedir. Yakın tarihte, Çin Ulusal Sağlık Komisyonu (National Health Commission of China) tarafından, toplu tıbbi gözlem merkezlerinde karantinada olan çocukların temel günlük gereksinimlerinin ötesinde, ruh sağlıklarını da korumaya yönelik belli başlı müdahaleleri içeren bir rehber yayınlanmıştır. Bu rehberde, anne-baba ve çocuk arasındaki iletişimin artırılması, videolar ve resimli çocuk kitapları aracılığıyla çocukların hastalığa ilişkin bilgiye ulaşması, düzenli bir etkinlik programının hazırlanmasına ilişkin rehberlik edilmesi, çocukların üzüntü, kaygı, iştah kaybı yaşama ve uyku problemleri yaşama gibi belirtiler sergileyerek kendilerini ruhsal olarak iyi hissetmedikleri durumlarda vakit kaybetmeden çocuk ve ergen ruh sağlığı uzmanına yönlendirmek gibi önlemler yer almaktadır (Liu, Bao, Huang, Shi ve Lu, 2020). Ülkemizde ise birçok sağlık meslek örgütü ve sivil toplum kuruluşunun yanı sıra üniversitelerin ilgili birimleri tarafından çocuk ve ailenin psikososyal iyilik halinin sağlanmasına ve sürdürülmesine yönelik çeşitli öneriler çevrimiçi kanallar, radyo ve televizyon gibi bu süreçte sıkça kullanılan yazılı ve görsel medya unsurları aracılığıyla paylaşılmıştır. Ne var ki, diğer birçok ülkede olduğu gibi konuyla ilgili sistematik bir tarama ve /veya müdahale programının henüz başlatılmamış olduğu dikkat çekmektedir. Nitekim Türkiye Bilimler Akademisi (TÜBA) tarafından Nisan ayında hazırlanan “COVID-19 Pandemi Değerlendirme Raporu”nda (bkz. Türkiye Bilimler Akademisi COVID-19 Pandemi Değerlendirme Raporu, 2020) psikososyal sağlık göstergelerine ilişkin herhangi bir somut verinin yer almaması bu görüşü destekler niteliktedir.

Sonuç ve Öneriler

Çocukların yetişkinlere kıyasla çevresel risklere karşı görece savunmasız oldukları bilinmekte, yetişkinlikteki fiziksel

ve zihinsel sağlık yaşamının ilk yıllarındaki deneyimler ile ilişkilendirilmektedir. Bu bağlamda, tüm dünyayı etkisi altına alan salgın gibi “acil” durumlarda yaşanabilecek sorunları etkili bir şekilde ele almak ve bu yaşantıların kaygı ve korku gibi özellikle çocukların psikososyal gelişimleri üzerindeki uzun dönemli olumsuz etkilerinden kaçınmak için büyük çaba sarf etmek gerekmektedir (Wang, Zhang, Zhao, Zhang ve Jiang, 2020). Özellikle karantina ve/veya ev ortamında sosyal mesafeyi koruma ve izolasyon gibi uygulamaların başta çocuklar olmak üzere toplumsal psikososyal sağlık durumuna ilişkin uzun dönemli etkilerinin nicel ve nitel göstergelerle ortaya konulmasında yarar vardır.

Pandemi sürecinde genel olarak anne babalar için iş ve ev yaşantısı arasındaki sınırların tamamen ya da kısmen bozulmasına ek olarak formal eğitim yaşantısındaki çocukların uzaktan eğitim yoluyla ev ortamında öğrenimlerine devam etmek durumunda kalmaları aile içinde yeni düzenlemelerin yapılmasını gerekli kılmakta, gerek anne babalar gerek çocukları açısından dengeli ve sürdürülebilir bir yaklaşımın izlenmesi ise güçleşmektedir. Buna ek olarak, aile yapısı ve özellikle aile içi şiddet, ihmâl ve istismar yaşantıları gibi bireyin psikososyal iyilik hali üzerinde doğrudan olumsuz ve kalıcı izler bırakabilen farklı değişkenler de söz konusu olabilmektedir. Bu bağlamda bu olası değişkenleri de göz önünde bulundurarak yapılacak düzenlemelerin, kısa ve uzun dönemde olumsuz yaşantıları önleme potansiyelinin daha yüksek olduğu açıktır. Dolayısıyla pandemi gibi nedenlerle belirsiz bir süre kadar ev izolasyonunu gerektiren durumlar için oluşturulan acil eylem planlarına psikososyal destek hizmetlerinin de dâhil edilmesi, bu hizmetlerin farklı meslek gruplarının işbirliği ile ailelerin ekolojik özelliklerine göre yapılandırılması son derece önemlidir. Yapılan çalışmalardan elde edilen bulgular ışığında, aile ve çocukların psikososyal iyilik hallerinin sağlanması ve stres başta olmak üzere sağlıklı bir psikososyal gelişime yönelik çeşitli tehdit unsurlarının etkilerinin olabildiğince azaltılması amacıyla özellikle ruh sağlığı alanında çalışan profesyoneller başta olmak üzere, çocuk gelişimi, eğitim ve sağlık alanında çalışan diğer uzmanlara önemli görevler düşeceği öngörülmektedir. Bu bağlamda, virüsün yayılma hızını yavaşlatmayı hedefleyen akut reaksiyonların yanı sıra, uzun dönemli bir bakış açısı ile derin bir ekonomik durgunluktan doğacak olumsuz sonuçlar nedeniyle yaşanan stres temelli problemler, virüs nedeniyle enfekte olma ve hastaneye yatış deneyimi ya da bir yakının kaybı gibi etkenlere bağlı olarak travma sonrası stres bozukluğu, uyku bozuklukları ve depresyon gibi (Marazziti ve Stahl, 2020; Mucci, Mucci ve Diolaiuti, 2020) farklı yaş gruplarını etkileyebilecek problemleri de kapsayacak müdahale stratejilerinin ve/veya yaklaşımlarının geliştirilmesinde yarar vardır. Yapılacak müdahale çalışmalarının ailelerin öznel gereksinimlerine odaklanan, kapsamlı ve sürdürülebilir olması, elde edilen kazanımların kalıcılığı üzerinde önemli rol oynayacaktır.

Alana Katkı

Tüm dünyada COVID-19 ve psikososyal etkilerine yönelik önlemlerin sonuçları kuşkusuz ki uzun bir zaman diliminden sonra somut bir şekilde gözlenebilecektir. Ne var ki, geçmişte yapılan çalışmalardan yola çıkılarak risklerin öngörülebilmesi pandemi gibi belirsiz bir süre kadar ev izolasyonunu gerektiren durumlar için özellikle çocuklara sağlanan psikososyal destek hizmetlerini de kapsayan

sistematiik yaklaşımların geliştirilmesi bakımından önem taşımaktadır. Bu noktada bu gözden geçirme çalışmasının hâlihazırda çocuklar ve ailelerine yönelik psikososyal destek hizmetleri sunan ya da sunacak olan uzmanlara olası riskler ve alınabilecek önlemler konusunda katkı sağlayabileceği düşünölmektedir.

Çıkar Çatışması

Bu makalede herhangi bir nakdi/aynı yardım alınmamıştır. Herhangi bir kişi ve/veya kurum ile ilgili çıkar çatışması yoktur.

Kaynaklar

- Brazendale, K., Beets, M. W., Weaver, R. G., Pate, R. R., Turner-McGrievy, G. M., Kaczynski, A. T., Chandler, J.L., Bohnert, A., & von Hippel, P. T. (2017). Understanding differences between summer vs. school obesogenic behaviors of children: the structured days hypothesis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 100. doi: 10.1186/s12966-017-0555-2
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. doi:https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8
- Carmassi, C., Gesi, C., Corsi, M., Cremone, I. M., Bertelloni, C. A., Massimetti, E., & Dell'Osso, L. (2018). Exploring PTSD in emergency operators of a major University Hospital in Italy: a preliminary report on the role of gender, age, and education. *Annals of General Psychiatry*, 17(1), 17. doi: 10.1186/s12991-018-0184-4
- Coyne, L.W., Gould, E.R., Grimaldi, M. et al. (2020). First things first: Parent psychological flexibility and self-compassion during COVID-19. *Behavior Analysis in Practice*. https://doi.org/10.1007/s40617-020-00435-w
- Dalton, L., Rapa, E., & Stein, A. (2020). Protecting the psychological health of children through effective communication about COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(5), 346-347.
- Dalton, L., Rapa, E., Zieband, S., Rochat, T., Kelly, B., Hanington, L., Bland, R.i Yousafzai, & A.Stein, (2019). Communication with children and adolescents about the diagnosis of a life-threatening condition in their parent. *The Lancet*, 393(10176), 1164-1176.
- Davico, C., Ghiggia, A., Marcotulli, D., Ricci, F., Amianto, F. & Vitiello, B. (2020). Psychological impact of the COVID-19 pandemic on adults and their children in Italy. *Preprints with The Lancet*. http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3576933
- Di Giorgio, E., Di Riso, D., Mioni, G., & Cellini, N. (2020). The interplay between mothers' and children behavioral and psychological factors during COVID-19: An Italian study. Preprint. https://doi.org/10.31234/osf.io/dqk7h
- Di Giuseppe, M., Miniati, M., Miccoli, M., Ciacchini, R., Orrù, G., Lo Sterzo, R., Di Silvestre, A., Conversano, C. (2020). Defensive responses to stressful life events associated with cancer diagnosis. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 8(1). doi: 10.6092/2282-1619/mjcp-2384
- Holmes, E. A., O'Connor R., Perry, V.H., et al. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, doi: 10.1016/S2215-0366(20)30168-1
- Imran, N., Zeshan, M., & Pervaiz, Z. (2020). Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36 (COVID19-S4). https://doi.org/10.12669/pjms.36.COVID19-S4.2759
- Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M., & Somekh, E. (2020). Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic. *The Journal of Pediatrics*. doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013
- Liang, L., Ren, H., Cao, R., Hu, R., Qin, Z., Li, C. & Mei, S. (2020). The Effect of COVID-19 on Youth Mental Health. *Psychiatric Quarterly*. https://doi.org/10.1007/s11126-020-09744-3
- Liu, J. J., Bao, Y., Huang, X., Shi, J. & Lu, L. (2020). Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(5), 347-349.
- Marazziti, D. & Stahl, S.M. (2020). The relevance of COVID-19 pandemic to psychiatry. *World Psychiatry*, 19, 2. doi:10.1002/wps.20764.
- McEwen, B. S. (1999). Stress and hippocampal plasticity. *Annual Review of Neuroscience*, 22(1), 105-122. doi:10.1146/annurev.neuro.22.1.105
- Mucci, F., Mucci, N., Diolaiuti, F. (2020). Lockdown and isolation: psychological aspects of COVID-19 pandemic in the general population. *Clinical Neuropsychiatry*, 17 (2), 63-64.
- Nasaba, R., Tindyebwa, D., Musiime, V., Iriso, R., Ingabire, R., Nansera, D., & Duffy, M. (2018). Handbook on Counselling and Psychosocial Care For Children and Adolescents Living with and Affected by HIV in Africa. African Network for the Care of Children Affected by HIV/AIDS – ANECCA.
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *General Psychiatry*, 33(2). DOI : 10.1136/gpsych-2020-100213
- Olness, K., Mandalakas A. & Torjesen, K. (2015). How to Help the Children in Disasters. 4th ed. Health Frontiers, Kenyon, USA.
- Orru, G., Ciacchini, R., Gemignani, A., & Conversano, C.(2020). Psychological intervention measures during the COVID-19 pandemic. *Clinical Neuropsychiatry*, 17(2), 76-79.
- Page, L. A., Seetharaman, S., Suhail, I., Wessely, S., Pereira, J., & Rubin, G. J. (2011). Using electronic patient records to assess the impact of swine flu (influenza H1N1) on mental health patients. *Journal of Mental Health*, 20(1), 60-69.
- Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine*. doi: 10.1056/NEJMp2008017
- Schonfeld, D. J. & Demaria, T. (2015). Providing psychosocial support to children and families in the aftermath of disasters and crises. *Pediatrics*, 136(4), 1120-1130.
- Sprang, G., & Silman, M. (2013). Posttraumatic stress disorder in parents and youth after health-related disasters. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 7(1), 105-110.
- Szabo, T. G., Richling, S., Embry, D. D., Biglan, A. & Wilson, K. G. (2020). From helpless to hero: Promoting values-based behavior and positive family interaction in the midst of COVID-19. *Behavior Analysis in Practice*. https://doi.org/10.1007/s40617-020-00431-0
- Türkiye Bilimler Akademisi - TÜBA (2020). COVID-19 Pandemi Değerlendirme Raporu. http://www.tuba.gov.tr/files/yayinlar/raporlar/Covid-19%20Raporu-revize.pdf Erişim Tarihi:10.05.2020
- Usher, K., Bhullar, N., Durkin, J., Gyamfi, N. & Jackson D. (2020). Family violence and COVID-19: Increased vulnerability and reduced options for support. *International Journal of Mental Health Nursing* Doi: 10.1111/inm.12735
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J. & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945-947.
- World Health Organization – WHO (2020). Maternal Mental Health. Erişim tarihi: 10.05.2020 https://www.who.int/mental_health/maternal-child/maternal_mental_health/en/
- Zeng, L.N., Ceng, G.L., Yang, C.M. & Zeng, L. P.(2020). Mental health care for pregnant women in the COVID-19 outbreak is urgently needed. *Women and Birth*, https://doi.org/10.1016/j.wombi.2020.03.009
- Zhou, S., Zhang, L., Wang, L. et al. (2020). Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *European Child & Adolescent Psychiatry*. https://doi.org/10.1007/s00787-020-01541-4