

Bireylerin Koronavirüs Anksiyete Düzeylerinin Psikolojik Sağlamlıklarına Etkisi

The Effect of Individuals' Coronavirus Anxiety Levels on Their Psychological Resilience

Necla İrem ÖLMEZOĞLU İRİ¹, Fatma KORKMAZ²

ÖZ

Bu çalışmanın amacı; COVID-19 salgını sürecinde Türkiye’de yaşayan bireylerin sosyo demografik özellikleri ile koronavirüs anksiyete düzeyleri ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Kesitsel ve tanımlayıcı tipte olan çalışmanın evrenini, araştırmaya katılmayı kabul eden 15 yaş üstü bireyler oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında 425 bireye ulaşılmıştır. Araştırmanın verileri çevrimiçi anket yöntemi (Google Forms aracılığıyla) ile toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak; araştırmacıların hazırladığı “Kişisel Bilgi Formu” ile Lee (2020)’nin geliştirdiği ve Biçer ve diğerlerinin (2020) Türkçe ’ye çevirdiği “Koronavirüs Anksiyete Ölçeği (KAÖ)” ve Smith ve diğerlerinin (2008) geliştirdiği ve Doğan (2015)’nin Türkçe ’ye çevirdiği “Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)” kullanılmıştır. Verileri analiz etmek için ise SPSS 22 ve AMOS 24 istatistik paket programlarından yararlanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, öğrenciler, ev hanımları, kamu sektörü çalışanları, özel sektör çalışanları, serbest çalışanlar, emekliler ve işsizlerden oluşan gruplar içerisinde emeklilerin ve ev hanımlarının koronavirüs anksiyete düzeyleri anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca kadınların erkeklere göre koronavirüs anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüş ve kadınların psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan; katılımcıların eğitim durumu ve aylık gelirinin koronavirüs anksiyete ve psikolojik sağlamlık düzeylerini etkilemediği bulunmuştur. Son olarak, bu çalışma koronavirüs anksiyetesinin psikolojik sağlamlık üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı ve negatif yönde orta düzeyde etkisi olduğunu ve psikolojik sağlamlıkta meydana gelebilecek bir azalmanın %20’sinin koronavirüs anksiyetesi ile açıklanabileceğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Koronavirüs, Anksiyete, Psikolojik sağlamlık.

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the relationship between socio-demographic characteristics of individuals living in Turkey during the COVID-19 outbreak and coronavirus anxiety levels and psychological resilience. The population of the study, which is a cross-sectional and descriptive type, consists of individuals over the age of 15 who agree to participate in the study. 425 individuals were reached within the scope of the research. Data from the study was collected using the online survey method (via Google Forms). "Personal Information Form" developed by researchers, "Coronavirus Anxiety Scale (CAS)" developed by Lee (2020) and translated into Turkish by Biçer et al. (2020), and "Brief Psychological Resilience Scale (BRS)" developed by Smith et al. (2008) and translated into Turkish by Doğan (2015) were used as data collection tools. SPSS 22 and AMOS 24 package programs were used together in the analysis of the data. According to the results of the research, when examining students, housewives, public sector employees, private sector employees, freelancers, retirees and the unemployed group, the coronavirus anxiety levels of retirees and housewives were found to be significantly higher. In addition, women were found to have higher levels of coronavirus anxiety than men, and women were found to have lower levels of psychological resilience. On the other hand, it was found that the educational status and monthly income of the participants do not affect their Coronavirus anxiety and psychological resilience levels. In conclusion, this study reveals that coronavirus anxiety has a statistically significant and negatively moderate effect on psychological resilience and 20% of a decrease in psychological resilience can be explained by coronavirus anxiety.

Key Words: Coronavirus, Anxiety, Psychological resilience.

Araştırma için Gümüşhane Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 24/09/2020 tarih ve 2020/9 karar sayısıyla izin alınmıştır. Ayrıca bu araştırma için Sağlık Bakanlığı'ndan 20/12/2020 tarihinde gerekli araştırma izni alınmıştır.

¹Dr. Öğr. Üyesi, Gümüşhane Üniversitesi, Mülkiyet Koruma ve Güvenlik Bölümü, neclaolmezoglu@gumushane.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2997-3343

²Dr. Öğr. Üyesi, Kamu Yönetimi, Yozgat Bozok Üniversitesi, Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi, ftmttk1@gmail.com, ORCID: 0000-0003-0164-1136

İletişim / Corresponding Author: Necla İrem ÖLMEZOĞLU İRİ
e-posta/e-mail: neclaolmezoglu@gumushane.edu.tr

Geliş Tarihi / Received: 28.12.2021
Kabul Tarihi/Accepted: 20.06.2021

GİRİŞ

Çin'in Wuhan kentinde 2019 Aralık ayında ortaya çıkan ve Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından yeni bir koronavirüs (COVID-19) olarak duyurulan salgın hastalık kısa sürede ve beklenmedik şekilde tüm dünyayı etkisi altına almıştır.¹ Tüm dünyada virüs vakalarındaki ve ölüm sayılarındaki artışla birlikte alınan kısıtlama önlemleri, karantina uygulamaları, seyahat engelleri ile eğitime ara verilmesi gibi önlemler insanların çalışma yaşamından alışveriş, sosyalleşme ve geleceği planlama şekillerine kadar günlük yaşantılarında önemli değişimlere neden olmuştur.²⁻³ Diğer taraftan yaşanan bu ani değişim insanların psikolojik olarak sorun yaşamasına ve ruhsal olarak etkilenmesine neden olmuştur.⁴⁻⁵ Yakın tarihte Çin'de öğrenciler ve genel nüfus arasında yapılan araştırmalarda, katılımcıların yaklaşık % 25-35'inin COVID-19 salgını sırasında anksiyete (kaygı) semptomlarından veya psikolojik stresten muzdarip olduğu ortaya konmuştur.⁶⁻⁷⁻⁸⁻⁹ Benzer şekilde Li ve diğerlerinin (2020)¹⁰ yürüttüğü çalışmada da COVID-19 salgınının, insanların olumlu duygularını azalttığı, olumsuz duygularını arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Stresli bir süreç olarak ifade edilen salgın dönemlerinde insanlarda yaşanan endişe ve panik hali belirli bir süre sonra şiddetli anksiyeteye dönüşebilmektedir. Geçmiş salgınlar ve salgınlarla ilgili önceki çalışmalar (örn., Ebola 2014/2016, H1N1 2009/2010, kuş gribi 2006, SARS 2003) bu dönemlerde endişe veya anksiyetenin yaygın olduğunu göstermiştir.¹¹⁻¹³ Günümüzde COVID-19 salgınıyla mücadele edilmesi salgın ve ruh sağlığı konusunu yeniden gündeme taşımıştır.¹⁴ Bu açıdan bireylerde anksiyete düzeyinin saptanması ve bu sürecin nasıl yönetilebileceğine ilişkin bilgi sahibi olunması oldukça önemlidir.¹⁵ Anksiyete diğer adıyla kaygı, insan olmanın en temel evrensel duyguları arasında yer alan bir değer olarak kabul edilmektedir. Anksiyete köken olarak Yunanca'da merak, endişe ve korku anlamına gelen "anxietas" teriminden türetilmiştir.¹⁶ Spielberg anksiyeteyi, sinir sisteminin uyarılmasıyla ilişkili öznel bir gerginlik, sinirlilik ve endişe

hissi şeklinde tanımlamaktadır.¹⁷ Anksiyeteyi çok çeşitli duygusal ve davranış bozukluklarından biri olarak belirten Rachel ve Chidsey bir kişinin yüksek düzeyde anksiyete yaşamasını, onun yaşamını zora sokan ve yaşamını engelleyen bir durum olarak tanımlamaktadır.¹⁸ Koronavirüs anksiyetesi ise, belirli bir sağlık kaygısı biçimi veya ciddi bir tıbbi duruma yakalanma konusunda takıntılı ve mantıksız endişe olarak kavramsallaştırılabilir.

Diğer taraftan DSÖ Avrupa direktörü Kluge'a göre, koronavirüs anksiyetesi başta olmak üzere salgının psikolojik etkilerinin azaltılmasında bireylerin psikolojik sağlık düzeyi kritik öneme sahiptir.¹⁹ Ruh sağlığı açısından oldukça önemli bir kavram olan psikolojik sağlık, genel olarak aşırı stres veya travmaya veya olumsuz deneyime başarılı bir şekilde yanıt verme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Sıkıntıdan kolayca kurtulma ve olumsuz koşullarda olumlu duygular kullanabilme yeteneği olarak da tanımlanan psikolojik sağlık COVID-19 salgınının olumsuz etkilerinin azaltılmasında kilit rol üstlenmektedir.²⁰

Psikolojik sağlık (resilience) kavramı, Latince 'de esnek, elastik olma anlamına gelen "resilire" fiilinden türetilmiştir.²¹ Kavram, temelde matematik ve fizik bilimlerinde, bir malzemenin değişikliğe uğradıktan sonra yeniden eski dengesine dönmesini tanımlamak üzere kullanılmaktadır.²² Buna ek olarak kavramın, pozitif psikoloji alanında ruh sağlığı ile ilgili çalışmalarda da kullanıldığı görülmektedir. İnsanların olumlu özelliklerinin geliştirilmesine ve nihayetinde psikolojik sağlıklarının korunmasına odaklanan pozitif psikoloji biliminde kavram, olumsuz duygusal deneyimlerden geri dönme ve stresli deneyimlerin değişen taleplerine esnek bir şekilde uyum sağlama becerisi şeklinde tanımlanmaktadır.²³ Psikolojik sağlık konusunda literatürde üzerinde uzlaşılan bir tanım bulunmamasına rağmen yapılan tanımlamalarda iki kritik nokta üzerinde uzlaşıya varıldığı görülmektedir. Bu kritik

noktalardan ilki önemli bir tehdit ya da olumsuz bir duruma (riske) maruz kalmak ikincisi karşılaşılan olumsuz durum karşısında uyum gösterebilmektir.²⁴

Yapılan araştırmalar psikolojik sağlık düzeyleri iyi olan bireylerde anksiyete belirtilerinin daha az görüldüğünü göstermiştir.²⁵ COVID-19 salgınının olumsuz psikolojik sonuçlarını yönetmek için korku, kaygı ve stres gibi ilişkili psikolojik sonuçları araştırmak gerekmektedir. Bu nedenle bu çalışmada COVID-19 salgını nedeniyle

bireylerde oluşan koronavirüs anksiyetesi ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda kesitsel ve tanımlayıcı tipte bir araştırma gerçekleştirilmiştir. Çalışmada literatürden farklı olarak yapısal eşitlik modeli kullanılarak koronavirüs anksiyetesinin psikolojik sağlık üzerinde etkisi açıklanmaya çalışılmıştır. Bu açıdan araştırma sonuçlarının literatüre önemli bir katkı sunması beklenmektedir.

MATERYAL VE METOT

Materyal ve metot kısmında, evren ve örneklem, analiz yöntemi, kullanılan ölçekler ve ölçeklerin geçerlik ve güvenilirlik sonuçları ile araştırmaya ait etik izinlere ilişkin bilgiler yer almaktadır.

Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini araştırmaya katılmayı kabul eden 15 yaş üstü bireyler, örneklemi ise bu evren kapsamında Google forms

uygulaması kullanılarak çevrimiçi anket yöntemiyle ulaşılan 425 birey oluşturmaktadır. Örneklem ilişkin demografik dağılımlar Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1. Örneklem İlişkin Demografik Dağılımlar

Değişkenler	Frekans (425)	% (100,0)	Değişkenler	Frekans (425)	% (100,0)
Cinsiyet			Yapılan İş		
Kadın	239	56,2	Öğrenci	139	32,7
Erkek	186	43,8	Ev Hanımı	37	8,7
Medeni Durum			Kamu Çalışanı	96	22,6
Evli	185	43,5	Özel Sek, Çalışanı	91	21,4
Bekâr	240	56,5	Serbest Çalışan	20	4,7
Eğitim Durumu			Emekli	26	6,1
İlköğretim-Ortaokul	24	5,6	İşsiz	16	3,8
Lise	52	12,2	Aylık Gelir		
Ön Lisans-Lisans	272	64,0	0-2000 ₺	187	44,0
Lisansüstü	77	18,1	2001-3000 ₺	67	15,8
Yaş			3001-5000 ₺	98	23,1
15-20 Yaş	69	16,2	5001-7000 ₺	36	8,5
21-35 Yaş	224	52,7	7001 ₺ ve Üzeri	37	8,7
36-50 Yaş	90	21,2			
51 Yaş ve Üzeri	42	9,9			

Tablo 1’e göre, 425 katılımcının 239’u (%56.2) kadın, 186’sı (%43.8) erkek iken, 185’i (%43.5) evli, 240’ı (%56.5) bekârdır. Yaş gruplarına bakıldığında; katılımcıların büyük çoğunluğunun genç ve orta yaş gruplarından oluştuğu, eğitim durumuna bakıldığında ise büyük çoğunluğun ön lisans-

lisans eğitim düzeyinde olduğu görülmektedir. Bununla birlikte öğrencilerin en yüksek katılım oranına sahip olduğu, öğrencilerden sonra kamu sektörü ve özel sektör çalışanlarının diğer gruplara göre daha yüksek katılım gösterdiği gözlenmektedir. Son olarak aylık gelir açısından bakıldığında,

katılımcıların yaklaşık yarısının 0-2000 ₺ arasında gelire sahip olduğu, diğer katılımcılar arasında ise en fazla gelir aralığının 3001-5000 ₺ olduğu görülmektedir.

Kullanılan Ölçekler ve Analiz Yöntemi

Veri toplama aracı olarak; araştırmacıların hazırladığı “Kişisel Bilgi Formu” ile Lee (2020)’nin geliştirdiği ve Biçer ve diğerlerinin (2020) Türkçe ’ye çevirdiği “Koronavirüs Anksiyetesi Ölçeği (KAÖ)” ve Smith ve diğerlerinin (2008) geliştirdiği ve Doğan (2015)’in Türkçe ’ye çevirdiği “Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ)” kullanılmıştır.²⁶⁻²⁹ Nicel analiz yöntemi tercih edilen araştırmanın veri analizinde ise SPSS 22 ve AMOS 24 istatistik paket programlarından yararlanılmıştır. Ölçek geçerlik ve güvenilirlikleri için doğrulayıcı faktör analizi ve güvenilirlik analizi yapılmıştır. Bununla birlikte, demografik farklılıklar analizi kapsamında, iki grup

içeren değişkenler (cinsiyet ve medeni durum) için bağımsız örneklem t testi uygulanmış, ikiden fazla grup içeren değişkenler (yaş, eğitim durumu, yapılan iş ve aylık gelir) için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Post-hoc testi Tukey, LSD ve Games-Howell yöntemleri ile farklılıklar tespit edilmiştir. Daha sonra değişkenler arası ilişki tespiti için korelasyon analizi uygulanmış, koronavirüs anksiyetesinin psikolojik sağlık üzerindeki etkisini tespit etmek için ise yapısal eşitlik model analizi uygulanmıştır.

Ölçek Geçerlikleri ve Güvenirlikleri

Ölçek geçerliği için yapılan doğrulayıcı faktör analizinde koronavirüs anksiyete ölçeğinin 1. maddesi, psikolojik sağlık ölçeğinin ise 5. maddesi çok fazla modifikasyon oluşturarak ölçek geçerliklerini düşürdükleri için ölçeklerden çıkarılmıştır. Analizler sonucu elde edilen geçerlik ve güvenilirlik değerleri Tablo 2’deki gibidir.

Tablo 2. Ölçeklerin Geçerlik ve Güvenirlik Sonuçları

Değişkenler	χ^2/df ≤ 5	GFI ≥ 0.85	CFI ≥ 0.90	RMSEA ≤ 0.08	Boyut Sayısı	Madde Sayısı	Cronbachs’ Alpha
Koronavirüs Anksiyete Ölçeği	1.285	0.997	0.999	0.026	Tek boyut	4 madde	0.873
Psikolojik Sağlık Ölçeği	2.380	0.991	0.992	0.057	Tek boyut	5 madde	0.813

Tablo 2 incelendiğinde, yapılan geçerlik analizi sonuçlarının her iki ölçek için de iyi uyum değerlerine sahip olduğu, uygulanan güvenilirlik analizine göre ise, kullanılan ölçeklerin yüksek güvenilirlik düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırma için Gümüşhane Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu’nun 24/09/2020 tarih ve 2020/9 karar sayısı ile izin alınmıştır. Ayrıca bu araştırma için Sağlık Bakanlığı’ndan 20/12/2020 tarihinde gerekli izin alınmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu bölümde, oluşturulan araştırma modeli ve hipotezler kapsamında, bireylerin koronavirüs anksiyete düzeyleri ve psikolojik sağlık düzeylerinin demografik değişkenlere göre farklılık analizi sonuçları ile bağımsız değişken ve bağımlı değişken

arasındaki ilişki ve etki analizi sonuçlarına yer verilmektedir.

Demografik Değişkenlere Göre Farklılıkların İncelenmesi

Katılımcıların koronavirüs anksiyete ve psikolojik sağlık düzeylerinin cinsiyete,

medeni duruma, eğitim durumu ve aylık gelire göre farklılıkları Tablo 3’de

görülmektedir.

Tablo 3. Cinsiyete, Medeni Durum, Eğitim Durumu ve Aylık Gelire Göre Farklılıklar

Cinsiyet	Gruplar	Sayı	Ortalama	Standart Sapma	T	P
Koronavirüs	Kadın	239	2.06	0.86	3.181	0.002*
Anksiyetesi	Erkek	186	1.79	0.88		
Psikolojik	Kadın	239	3.18	0.88	-3.771	0.000*
Sağlamlık	Erkek	186	3.48	0.72		
Medeni Durum	Gruplar	Sayı	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Koronavirüs	Evli	185	2.01	0.85	1.365	0.173
Anksiyetesi	Bekâr	240	1.89	0.89		
Psikolojik	Evli	185	3.42	0.73	2.493	0.013*
Sağlamlık	Bekâr	240	3.23	0.89		
Eğitim Durumu	Gruplar	Sayı	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Koronavirüs	İlköğretim-	24	2.08	0.97	1.022	0.383
	Ortaokul					
Anksiyetesi	Lise	52	2.11	0.99	0.102	0.959
	Ön Lisans-Lisans	272	1.91	0.86		
	Lisansüstü	77	1.88	0.81		
	İlköğretim-	24	3.38	0.72		
Psikolojik	Ortaokul	24	3.29	0.76	0.679	0.607
	Lise	52	3.32	0.83		
	Ön Lisans-Lisans	272	3.28	0.90		
	Lisansüstü	77	3.28	0.90		
Aylık Gelir	Gruplar	Sayı	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Koronavirüs	0-2000 ₺	187	1.86	0.85	2.046	0.087
	2001-3000 ₺	67	1.92	0.83		
	3001-5000 ₺	98	2.16	0.94		
	5001-7000 ₺	36	1.88	0.94		
	7001 ₺ ve Üzeri	37	1.88	0.82		
Anksiyetesi	0-2000 ₺	187	3.25	0.86	0.679	0.607
	2001-3000 ₺	67	3.38	0.86		
	3001-5000 ₺	98	3.29	0.71		
	5001-7000 ₺	36	3.39	0.91		
	7001 ₺ ve Üzeri	37	3.45	0.78		

*: p<0.05 (İstatistiksel olarak anlamlı)

Tablo 3’e göre, uygulanan bağımsız örneklem t testi sonucunda, kadın ve erkekler arasında koronavirüs anksiyete düzeyleri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. Buna göre kadınların koronavirüs anksiyete düzeyleri erkeklerden anlamlı derecede daha yüksek iken erkeklerin ise psikolojik sağlamlık düzeyleri kadınlardan anlamlı derecede daha yüksektir. Konuyla ilgili yapılan benzer çalışmalarda da kadınların erkeklere göre daha yüksek bir depresyon ve anksiyete semptomları gösterdiği bulunmuştur.^{30,31,20} Artan ve diğerlerinin yaptığı çalışmada da kadınların

anksiyete düzeyi daha yüksek, psikolojik sağlamlık düzeyi ise daha düşük bulunmuştur.³² COVID-19 salgın döneminde Yazıcı Çelebi’nin yaptığı çalışmada da erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğunu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum, kadınların daha duygusal bir yapıda olması³³ ve ataerkil yapıya sahip toplumlarda erkeklerin daha korumacı ve güçlü yaklaşımlarının bir sonucu olarak daha çabuk toparlanma eğilimi içerisinde olması ile açıklanabilir. Ancak literatürde bu çalışma sonucundan farklı olarak Demir ve Çifçi’nin salgın sürecinde sokağa çıkma kısıtlaması bulunan lise

öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerini tespit etmek üzere yaptıkları çalışmada kadın katılımcıların psikolojik sağlık puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.³⁴ Aynı çalışmada bu bulgunun kız çocuklarının, ani ve istenmeyen risk faktörleri ortaya çıkması durumunda psikolojik ve davranışsal olarak daha yüksek düzeyde uyum gösterme becerilerine sahip olmalarından kaynaklanabileceği belirtilmiştir. Cinsiyet değişkeni açısından literatürde farklı sonuçların olması, yürütülen çalışmaların farklı örneklem gruplarında yapılmasıyla açıklanabilir. Doğrulan modelin diğer bulgusuna göre, evli ve bekârlar arasında, koronavirüs anksiyete düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmazken, evlilerin psikolojik sağlık düzeyleri bekârlardan anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Bu çalışmadan elde edilen medeni durum ve psikolojik sağlıkla arasındaki ilişki Yazıcı Çelebi'nin çalışmasıyla da örtüşmektedir. Buna göre, semptomlar açısından kendini kontrol etme davranışı evlilerde bekarlara göre daha fazladır.³³ Bu durum evlilerin eş ve çocukları için daha fazla endişe duyması ve bu konuda sorumluluk almasından

kaynaklanabilir. Bu çalışmanın bulgularıyla koronavirüs anksiyete düzeyi açısından benzer sonuçların elde edildiği Artan ve diğerleri tarafından yapılan çalışmada evli ya da bekar olma durumunun katılımcıların kaygı ve psikolojik sağlık düzeylerini etkilemediği görülmüştür.³²

Çalışma sonucunda elde edilen bir diğer sonuca göre, eğitim durumuna göre koronavirüs anksiyete düzeyleri ve psikolojik sağlık düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Bu çalışmanın sonucuna benzer olarak salgın döneminde Karal ve Gül Biçer tarafından yapılan çalışmada da bireylerin psikolojik sağlık düzeyi ile eğitim durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç bulunmamıştır.³⁵

Diğer taraftan katılımcıların aylık gelirlerine göre koronavirüs anksiyete düzeyleri ve psikolojik sağlık düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Artan ve diğerleri tarafından yapılan çalışmada salgın sebebiyle ekonomik endişeleri olan grubun anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu, psikolojik sağlık açısından ise herhangi bir fark olmadığı görülmüştür.³²

Tablo 4. Yaş Gruplarına Göre Farklılıklar

Değişkenler	Gruplar	Sayı	Ortalama	Standart Sapma	F	p	Fark (Tukey)
Koronavirüs Anksiyetesi	15-20 Yaş	69	1.70	0.87	3.377	0.018*	4-1
	21-35 Yaş	224	1.96	0.85			
	36-50 Yaş	90	1.95	0.90			
	51 Yaş ve Üzeri	42	2.23	0.90			
Psikolojik Sağlık	15-20 yaş	69	3.24	0.91	1.392	0.245	-
	21-35 Yaş	224	3.26	0.84			
	36-50 Yaş	90	3.44	0.78			
	51 Yaş ve Üzeri	42	3.42	0.63			
Değişkenler	Gruplar	Sayı	Ortalama	Standart Sapma	F	P	Fark (LSD)
Koronavirüs Anksiyetesi	Öğrenci	139	1.87	0.90	2.405	0.027*	2-5,7 6-1,3,5,7
	Ev Hanımı	37	2.16	0.90			
	Kamu Çalışanı	96	1.94	0.83			
	Özel Sek. Çalışanı	91	1.99	0.88			
	Serbest Çalışan	20	1.67	0.82			
	Emekli	26	2.35	0.96			
	İşsiz	16	1.56	0.56			
Psikolojik Sağlık	Öğrenci	139	3.15	0.91	2.904	0.009*	Fark (Games-Howell) 4-1
	Ev Hanımı	37	3.31	0.80			
	Kamu Çalışanı	96	3.29	0.83			
	Özel Sek. Çalışanı	91	3.60	0.70			
	Serbest Çalışan	20	3.14	0.67			
	Emekli	26	3.40	0.69			
İşsiz	16	3.25	0.82				

Tablo 4'e göre, uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda katılımcıların yaş gruplarına göre koronavirüs anksiyete düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktayken, psikolojik sağlık düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Buna göre, 51 yaş ve üzeri yaş grubunda bulunan katılımcıların yani ileri yaş bireylerin koronavirüs anksiyete düzeyleri 15-20 yaş grubunda olan katılımcılardan yani genç ve çocuklardan anlamlı derecede daha yüksektir. Yapılan çalışmada bu sonuçtan farklı bulgular elde edilmiştir. Çalışmada yaş açısından gençlerin daha fazla kaygı yaşadığı bildirilmiştir.^{36,37} Literatürden farklı sonuçlar elde edilmesinin nedeni araştırma zamanlarındaki farklılıklar olabilir. Bu çalışmanın yürütüldüğü dönemde ülkemizde 15-20 yaş arası bireyler için herhangi bir kısıtlamanın bulunmaması bir rahvet ortamı yaratmış olabilir. Son olarak katılımcıların yapılan işe göre koronavirüs anksiyete düzeylerinin ve psikolojik sağlık düzeylerinin farklılaştığı görülmüştür. Buna göre, ev hanımlarının koronavirüs anksiyete düzeylerinin serbest çalışanlar ve işsizlerden anlamlı derecede daha yüksek, emeklilerin koronavirüs anksiyete düzeylerinin ise öğrenciler, kamu çalışanları, serbest

çalışanlar ve işsizlerden anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte, özel sektör çalışanlarının psikolojik sağlık düzeyleri öğrencilerden anlamlı derecede daha yüksektir. Diğer taraftan araştırma kapsamında yapılan iş türüne göre koronavirüs anksiyetesi yüksekliği sırasıyla emekli, ev hanımı, özel sektör çalışanı, kamu çalışanı, öğrenci ve işsiz şeklindedir. Bu grup içerisinde en yüksek psikolojik sağlık düzeyi ise özel sektör çalışanlarındadır. Bu süreçte gerçekleştirilen bir başka çalışmada; pandemik kaygının psikolojik iyi oluş üzerindeki olumsuz etkisi kamuda yok denecek kadar az iken özel sektörde bu etkinin çok daha yüksek olduğu ve pandemik kaygının özel sektör çalışanlarını daha fazla sarstığı tespit edilmiştir.³⁸ Buradan hareketle çalışan grup içerisinde kamuya göre özel sektör çalışanlarının bu salgından daha fazla etkilendiği söylenebilir.

Değişkenler Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları

Bağımsız değişken olan koronavirüs anksiyetesi ile bağımlı değişken olan psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonuçları Tablo 5'de görülmektedir.

Tablo 5. Değişkenler Arasındaki İlişki Düzeyi ve Yönü

Korelasyon		Koronavirüs Anksiyetesi	Psikolojik Sağlık
	Pearson Korelasyon	1	-0.380**
Koronavirüs Anksiyetesi	Sig. (2-tailed)		.000
	N	425	425

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tablo 5'e göre, %1 anlamlılık düzeyinde koronavirüs anksiyetesi ile psikolojik sağlık arasında orta düzeyde anlamlı negatif yönlü ilişki gözlenmiştir ($R=-0.380$). Buna göre, koronavirüs anksiyetesinin psikolojik sağlamlığa etkisini tespit etmek için yapısal eşitlik modeli kurulmasında herhangi bir sakınca olmadığını söylemek mümkündür.

Yapısal Eşitlik Modeliyle Etki Analizi Sonuçları

Koronavirüs anksiyetesinin psikolojik sağlık üzerindeki etkisini gösteren yapısal eşitlik model analizine göre elde edilen bulgular kapsamında, koronavirüs anksiyetesinin psikolojik sağlık üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı ve negatif yönde orta düzeyde etkisinin olduğu, psikolojik sağlamlıkta meydana gelebilecek bir

azalmanın %20'sinin koronavirüs anksiyetesi ile açıklanabileceği tespit edilmiştir (Standardize $\beta=-0.439$, $R^2=0.193$, $p\leq 0.05$). Buradan hareketle, araştırma modeli ve hipotezleri test etmek için kurulan yapısal eşitlik modelinin doğrulandığını ifade etmek mümkündür.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma, koronavirüs anksiyetesinin psikolojik sağlık üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı ve negatif yönde orta düzeyde etkisinin olduğunu, psikolojik sağlamlıkta meydana gelebilecek bir azalmanın %20'sinin koronavirüs anksiyetesi ile açıklanabileceğini göstermiştir. Daha açık bir ifadeyle kişinin koronavirüs salgını döneminde yaşadığı anksiyete (kaygı) psikolojik sağlamlığını etkilemektedir. Elde edilen bu sonuç alan yazınla da örtüşmektedir. Buna göre; psikolojik sağlık düzeyleri yüksek olan bireyler, yaşamları açısından beklenmedik bir durum karşısında daha az anksiyete belirtisi göstermekte ve durum karşısında daha sakin kalabilmektedir.^{25,39} COVID-19 salgın sürecinde Artan ve diğerlerinin yaptıkları çalışmada da psikolojik sağlık arttıkça anksiyete düzeylerinin azaldığı ve katılımcıların psikolojik sağlık düzeyi arttıkça önleyici davranışlarda bulunma düzeyinin arttığı görülmüştür.³²

Yine bu süreçte Kasapoğlu'nun gerçekleştirdiği çalışmada psikolojik sağlık düzeyi yüksek olan bireylerin belirsizliğe tahammül düzeyinin arttığı, kaygı düzeylerinin ise azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.⁴⁰ Gerek bu çalışmada gerekse diğer çalışmalarda elde edilen bu bulgu salgının seyri açısından oldukça önemlidir.

Sonuç olarak; COVID-19 salgını tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de bireyleri fiziksel ve psikolojik olarak etkileyen ve etkilemeye devam eden bir sürecin yaşanmasına neden olmaktadır. Salgının

olumsuz etkileriyle başa çıkmada bireylerin psikolojik sağlık düzeyleri oldukça önemlidir. Bu açıdan sürece katkı sağlayacağı düşünülerek gerçekleştirilen bu çalışmada koronavirüs anksiyetesi ile psikolojik sağlık arasındaki ilişki incelenmiştir. Buna göre koronavirüs anksiyetesi ile psikolojik sağlık arasında istatistiksel açıdan anlamlı ve negatif yönde orta düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca bu etkide cinsiyet, medeni durum, yaş, yapılan iş türü gibi bazı demografik değişkenlerin etkisi olduğu bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar ve ilgili literatür ışığında özel sektör çalışanları başta olmak üzere sırasıyla kadın, emekli, ev hanımı ve yaşlı gibi hassas gruplardan başlanmak üzere bireylerde kaygıyı azaltıcı psikolojik sağlamlığı artırıcı çalışmaların yapılması önerilmektedir. Salgının neden olduğu anksiyete semptomlarının azaltılması ve psikolojik sağlamlığın artırılması için salgınla ilgili uzun süre haber izlenmemesi, düzenli egzersiz yapılması, sağlıklı beslenilmesi ve COVID-19 ile ilgili bilgi alma konusunda yalnızca bu konuda eğitim almış sağlık uzmanlarından tıbbi tavsiye alınması önerilmektedir. Ayrıca izolasyon ve karantina dönemlerinde telefon görüşmeleri veya video görüşmeleri yoluyla arkadaş veya aile ile iletişim halinde olmak, bu sürecin daha iyi yönetilmesine katkı sağlayabilir. Son olarak olabildiğince pozitif düşünmenin ve salgın tehdidini kabul edip gerekli önlemleri almanın bu sürecin sağlıklı atlatılabilmesine katkı sağlayacağı belirtilmelidir.

KAYNAKLAR

1. World Health Organization (WHO). (2020), March 11. WHO Director-General's Opening Remarks at the Media Briefing on COVID-19. Retrieved March 11. from <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19>.
2. Shanafelt, T, Ripp, J. and Trockel, M. (2020). "Understanding and Addressing Sources of Anxiety among Health Care Professionals during the COVID-19 Pandemic". *Journal of American Medical Association*, 323 (21), 2133-2134.
3. Lee, S.A, Mathis, A.A, Jobe, M.C. and Pappalardo, E.A. (2020). "Clinically Significant Fear and Anxiety of COVID-19: A Psychometric Examination of the Coronavirus Anxiety Scale". *Psychiatry Research*, 20, 290, 1-7.
4. Stankovska, G, Memedi, I. and Dimitrovski, D. (2020). "Coronavirus COVID-19 Disease, Mental Health and Psychosocial Support". *Society Register*, 4 (2), 33-48.
5. Wang, C, Pan, R, Wan, X, Tan, Y, Xu, L, Ho, C.S. and 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". *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (5), 1729.
6. Cao, W, Fang, Z, Hou, G, Han, M, Xu, X, Dong, J. and Zheng, J. (2020). "The Psychological Impact of The COVID-19 Epidemic on College Students in China". *Psychiatry Research*, 287, doi: 10.1016/j.psychres.2020.112934.
7. Huang, Y. and Zhao, N. (2020). Generalized Anxiety Disorder, Depressive Symptoms and Sleep Quality during COVID-19 Outbreak in China: A Web-Based Cross-Sectional Survey. *Psychiatry Research*, 288, doi:10.1016/j.psychres.2020.112954.
8. Wang, C, Pan, R, Wan, X, Tan, Y, Xu, L, Ho, C.S. and 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". *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (5), 1729.
9. Qiu, J, Shen, B, Zhao, M, Wang, Z, Xie, B. and Xu, Y. (2020). "A Nationwide Survey of Psychological Distress among Chinese People in The COVID-19 Epidemic: Implications and Policy Recommendations". *General Psychiatry*, 33, 100213.
10. Li, W, Yang, Y, Liu, Z, H, Zhao, Y, J, Zhang, Q, Zhang, L, Cheung, T. and Xiang, Y.T. (2020). "Progression of Mental Health Services during The COVID-19 Outbreak in China". *International Journal of Biological Sciences*, 16 (10), 1732-1738.
11. Jalloh, M.F, Li, W, Bunnell, R.E, Ethier, K.A, O'Leary, A, Hageman, K.M. and Redd, J.T. (2018). "Impact of Ebola Experiences and Risk Perceptions on Mental Health in Sierra Leone". *BMJ Global Health*. 3 (2), doi: 10.1136/bmjgh-2017-000471.
12. Lau, J.T.F, Griffiths, S, Choi, K.C. and Tsui, H.Y. (2010). "Avoidance Behaviors and Negative Psychological Responses in The General Population in The Initial Stage of The H1N1 pandemic in Hong Kong". *BMC Infectious Diseases*. 10 (139), doi: 10.1186/1471-2334-10-139.
13. Main, A, Zhou, Q, Ma, Y, Luecken, L.J. and Liu, X. (2011). "Relations of SARS-Related Stressors and Coping To Chinese College Students' Psychological Adjustment during the 2003 Beijing SARS Epidemic". *Journal of Counseling Psychology*. 58 (3), 410-423.
14. Erdoğan, A. ve Hocoğlu, Ç. (2020). Enfeksiyon Hastalıklarının Ve Pandeminin Psikiyatrik Yönü: Bir Gözden Geçirme. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23(1), 72-80.
15. Arden, M.A. and Chilcot, J. (2020). "Health Psychology and The Coronavirus (COVID-19) Global Pandemic: A Call For Research". *British Journal of Health Psychology*, Editorial. DOI:10.1111/bjhp.12414.
16. Köknel, Ö. (1989). *Kaygı Bozuklukları Genel ve Klinik Psikiyatri*. İstanbul: Nobel Tıp Yayını.
17. Spielberger, C.D. (1971). *Theory and Research on Anxiety. Anxiety and Behavior* (third ed.). New York: Spielberger Academic Press Inc,
18. Rachel, B. and Chidsey, A. (2005). *Assessment for Intervention: A Problem Solving Approach*. The Guilford Press, pp.26-32.
19. Kluge, H.H.P. (2020). Statement-Physical and mental health key to resilience during COVID-19 pandemic. 26 March 2020, Copenhagen, Denmark. <http://www.euro.who.int/en/media-centre/sections/statements/2020/statement-physical-and-mental-health-key-to-resilience-during-covid-19-pandemic>.
20. Tönül, Ö. (2020). "Koronavirüs (Covid-19) Salgını Sonrası 20-60 Yaş Arası Bireylerin Psikolojik Dayanıklılıklarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi". *Uluslararası Akademik Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*, 2 (2), 159-174.
21. Hunter, A.J. and Chandler, G.E. (1999). "Adolescent Resilience. Image". *Journal of Nursing Scholarship*, 31 (3), 243-247.
22. Hoşoğlu, R, Fırıncı Kodaz, A, Yılmaz Bingöl, T. ve Vural Batık, M. (2018). "Öğretmen Adaylarında Psikolojik Sağlık". *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14 (8), 219-239.
23. Block, J.H. and Block, J. (1980). The Role of Ego-Control and Ego Resiliency in The Organization Of Behavior W.A. Collins (Ed.), *Minnesota Symposium on Child Psychology*, Erlbaum, Hillsdale, NJ, 39-101.
24. Luthar, S.S, Cicchetti, D. and Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines For Future Work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
25. Fredrickson, B.L, Tugade, M.M, Waugh, C.E. and Larkin, G.R. (2003). "What Good Are Positive Emotions in Crisis? A Prospective Study of Resilience and Emotions Following The Terrorist Attacks on the United States on September 11th, 2001". *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (2), 365-376.
26. Lee, S.A. (2020). "Coronavirus Anxiety Scale: A Brief Mental Health Screener for COVID-19 Related Anxiety". *Death Studies*, 44 (7), 393-401.
27. Biçer, İ, Çakmak, C, Demir, H. ve Kurt, M.E. (2020). "Koronavirüs Anksiyete Ölçeği Kısa Formu: Türkçe Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması". *Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi*, 25 (Ek 1), 216-225.
28. Smith, B.W, Dalen, J, Wiggins, K, Tooley, E, Christopher, P. and Jennifer Bernard, J. (2008). The Brief Resilience Scale: Assessing The Ability to Bounce Back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200.
29. Doğan, T. (2015). "Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe Uyarlaması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması". *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3 (1), 93-102.

30. Mazza, C, Ricci, E, Biondi, S, Colasanti, M, Ferracuti, S, Napoli, C. and Roma, P. (2020). "A Nationwide Survey of Psychological Distress among Italian People During The Covid-19 Pandemic: Immediate Psychological Responses and Associated Factors". *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (9), 1-14.
31. Wang, Y, Wang, Y, Chen, Y. and Qin, Q. (2020). "Unique Epidemiological and Clinical Features of The Emerging 2019 Novel Coronavirus Pneumonia (COVID-19) Implicate Special Control Measures". *Journal of Medical Virology*, 92 (6), 568-576.
32. Artan, T, Atak, I, Karaman M. ve Cebeci, F. (2020). "Koronavirüs (COVID-19) Salgımında Sosyodemografik Özellikler, Psikolojik Sağlık Ve Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki". *Turkish Studies*, 15 (6), 79-94.
33. Yazıcı Çelebi, G. (2020). "Covid 19 Salgımına İlişkin Tepkilerin Psikolojik Sağlık Açısından İncelenmesi". *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (8), 471-483.
34. Demir, A. ve Çifçi, F. (2020). "Covid-19 pandemi sürecinde egzersizin lise öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerine etkisinin incelenmesi". *Sportmetre-The Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 18 (3), 169-179.
35. Karal, E. ve Gül Biçer, B. (2020). "Salgın Hastalık Döneminde Algılanan Sosyal Desteğin Bireylerin Psikolojik Sağlamlığı Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi". *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 10 (1), 129-156.
36. Moghanibashi-Mansourieh, A. (2020). "Assessing the Anxiety Level of Iranian General Population During COVID-19 Outbreak". *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 1-5.
37. 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, 1-3.
38. Çiçek, B. ve Almalı, V. (2020). "COVID-19 Pandemisi Sürecinde Kaygı Öz-Yeterlilik Ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki: Özel Sektör Ve Kamu Çalışanları Karşılaştırması". *Turkish Studies*, 15 (4), 241-260.
39. Hjemdal, O, Vogel, P.A, Solem, S, Hagen, K, Stiles, T.C. (2011). "The Relationship Between Resilience and Levels of Anxiety, Depression, and Obsessive Compulsive Symptoms in Adolescents". *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 18 (4), 314-321.
40. Kasapoğlu, F. (2020). "COVID-19 Salgını Sürecinde Kaygı İle Maneviyat, Psikolojik Sağlık Ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi". *Turkish Studies*, 15 (4), 599-614.