

COVID-19 Salgını Sırasında Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması

Alev ÜSTÜNDAĞ*

Öz

Araştırma, çalışan ve çalışmayan annelerin COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin belirlenmesi ve karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Araştırma iki aşamalı olarak gerçekleştirilmiş olup hem nicel hem de nitel araştırma teknikleri bir arada kullanılmıştır. Araştırmanın birinci aşamasında çalışan ve çalışmayan 420 anneye ölçek uygulanmış ve sonucunda da COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin çalışan ve çalışmayan annelerde farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Çalışmayan annelerin yaşadıkları stres düzeyinin çalışan annelere oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmanın ikinci aşamasında gönüllü 20 anne ile online görüşme yapılmıştır. Bu aşamada annelerin yaşadıkları stresi etkileyen faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yapılan görüşmeler sonucunda annelerin pandemi sürecinde yaşadıkları stres durumlarının temelinde çocuklarının olduğu tespit edilmiştir. Annelerin çocukları ile ilgili stres yaşadıkları alanlar sağlık, eğitim, ruh hali, sosyal ilişkiler ve önlem temaları kapsamında incelenmiştir. Sağlık temasının beş, eğitim temasının beş, ruh hali temasının beş, sosyal ilişkiler temasının beş ve önlem temasının da yirmi alt teması bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, stres ve ebeveynlik, annelik, anne, çocuk

Comparison of Stress Levels of Working and Unemployed Mothers During the COVID-19 Pandemic

Abstract

The research was conducted to determine and compare the stress levels experienced by working and non-working mothers due to the COVID-19 outbreak. The research was carried out in two stages and both quantitative and qualitative research techniques were used together. In the first phase of the study, 420 working and non-working mothers were administered the scale, and as a result, it was determined that the stress level they experienced due to the COVID-19 outbreak differed between working and non-working mothers. It was found that the stress level experienced by non-working mothers was higher than that of working mothers. In the second phase of the study, 20 volunteer mothers were interviewed online. At this stage, it was aimed to determine the factors affecting the stress experienced by mothers. As a result of the interviews, it was



Özgün Araştırma Makalesi (Original Research Article)

Geliş/Received: 26.04.2021

Kabul/Accepted: 19.09.2023

DOI: <https://dx.doi.org/10.17336/igusbld.928174>

* Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, Ankara, Türkiye. E-posta: alev.ustundag@sbu.edu.tr **ORCID** <https://orcid.org/0000-0001-5832-6810>

determined that their children were the basis of the stress situations mothers experienced during the pandemic process. The areas where mothers experience stress related to their children were examined within the scope of health, education, mood, social relations and precaution themes. Five sub-themes were determined in the health theme, five in the education theme, five in the mood theme, five in the social relations theme and twenty in the precaution theme.

Keywords: COVID-19, stress and parenting, motherhood, mother, child

Giriş

COVID-19 salgın hastalığının başlayıp yaygınlaşmasından bu yana, virüsün ülke geneline yayılmasını engellemek için Sağlık Bakanlığı tarafından bir dizi salgın önleme ve kontrol stratejisi geliştirilmiş ve uygulanmıştır (Sağlık Bakanlığı, 2020). Virüsün bulaşma ihtimalinin azaltılması için alınan önlemler insanların yaşamları üzerinde farklı etkilere sebep olabilmektedir. Yapılan araştırmalar korona virüs salgınının her yaşta bireyin korku, yalnızlık, panik, endişe ve depresyon yaşamasına sebep olduğunu ifade etmektedir (Duan ve Zhu, 2020).

Pandeminin aile dinamikleri üzerindeki etkisi şu anda bilinmemekle birlikte, ailelerin üçte birinden fazlasının COVID-19 önlemleri kapsamında evde karantinada kalmaktan kaynaklanan aile stresi konusunda çok veya aşırı derecede endişeli hissettikleri belirlenmiştir (Statistics Canada, 2020). COVID-19, toplumu tehdit eden tek küresel halk sağlığı sorunu olmasa da günümüzün çocukları ve aileleri üzerinde muhtemelen uzun vadeli olumsuz etkileri olacaktır. Küresel COVID-19 salgını, aile sisteminin dışından kaynaklanan bir stres kaynağıdır, ancak bu hastalığa ilişkin yenilik ve belirsizlik göz önüne alındığında, birçok ebeveyn ve çocuk için önemli bir stres unsuru olarak algılanması muhtemeldir (Chung, Lanier ve Ju, 2020). Virüse doğrudan maruz kalmamış ailelerin bile COVID-19 pandemisi kapsamında alınan bir dizi önlem ve hayatlarımızda meydana gelen değişiklikler sebebiyle virüsün dolaylı etkilerini yaşama olasılıkları yüksektir (Van Bavel ve ark., 2020). Aslında sadece sosyal izolasyon bile strese yakınlığı artırmaktadır ve hem zihinsel hem de fiziksel sağlık üzerinde olumsuz etkileri bulunmaktadır (Hawkey ve Cacioppo, 2010).

Virüsün bulaşmasını önleme kapsamında alınan tedbirler arasında esnek çalışma uygulaması bulunmaktadır. Okulların kapalı olması sebebiyle de bazı aileler çocuklarına bakarken ve onları eğitirken evden çalışmak gibi zorluklarla karşılaşmaktadır. Evden çalışma uygulamasının yanı sıra bazı aileler değişen ekonomi ve artan işsizliğin bir sonucu olarak daha fazla mali sıkıntı yaşayabilmektedir. Özetle; virüs bulaşma olasılığı, artan sosyal izolasyon, belirsizlik, destek hizmetlerine erişememe, uzaktan eğitim ve ekonomik zorluklar yaşama olasılığı gibi sebepler birçok ailenin stres yaşamasına sebep olabilir. COVID-19 sebebiyle değişen sosyal koşulların ebeveynlerin genel stres ve ebeveynlik algıları üzerinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Ebeveynlerin stres yaşayıp yaşamadıkları belirlenmeli ve bu konuda önleyici çalışmalar yapılmalıdır. Özellikle, uygulanabilir başa çıkma stratejileri ve destekleyici aile ortamları, stres yaşayan aileler için koruyucu faktörler olarak hizmet edebilir ve yaşanan stresin olası olumsuz sonuçlarını farklı şekilde etkileyebilir. Örneğin, ebeveynlerin algıladıkları kontrol, yaşadıkları stresi fark etmeleri ve başa çıkma yöntemleri geliştirmeleri üzerinde önemli bir rol oynamaktadır (Dijkstra ve Homan, 2016). Gerçekte kişinin yaşam olayları üzerinde etkisi olduğu inancı farklı psikolojik ve davranışsal sonuçlarla ilişkilidir. Mevcut olaylar üzerinde algılanan kontrol, genel stres, anksiyete ve

depresyondaki düşüşlerin yanı sıra yaşam olaylarına daha iyi uyum sağlama ile ilişkilidir (Grote ve ark., 2007).

Uyarlanabilir başa çıkma stratejilerine ek olarak, destekleyici aile ortamları da ebeveynlik bağlamında teşvik edici olabilir. Yapılan araştırmalar annenin aile desteği algısının daha az ebeveynlik stresi ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu nedenle daha fazla desteğe sahip ebeveynler, uygun desteğe sahip olduklarında pozitif ebeveynlik konusunda daha başarılı olurlar (Sanders ve ark., 2014).

Doğal afetler genellikle üç ana türe ayrılmaktadır (OFDA/CRED, 2006). Bunlar: 1) hava ile ilgili (sel, fırtına, aşırı sıcaklıklar); 2) jeofizikle ilgili (deprem, tsunami, volkanik patlama); 3) biyoloji ile ilgili (salgın hastalıklar, istila). Diğer doğal afetlerde olduğu gibi biyolojik afetler de aniden meydana gelmektedir ve uzun süreli etkileri, kısa ve uzun vadede çeşitli sonuçlar doğurmaktadır (Breslau, 2001). Breslau (2001)'a göre doğal afetlere maruz kalma, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), depresyon, anksiyete, uyku bozuklukları veya madde bağımlılığı dahil olmak üzere çeşitli sağlık sorunları geliştirme riskiyle ilişkilidir. Yaşanan olaya ve duruma atfedilen bireysel anlam; yaşanan olay, kişilik yapısı, mizaç, bireyin başa çıkma stratejileri, gelecekte beklenenleri ve biyolojik özellikleri arasındaki karmaşık etkileşimin sonucu olarak ortaya çıkmaktadır (Maj ve ark., 1989). Bu faktörler birbirleriyle iç içe geçmiş olup bireyin psikolojik yapısı ve yaşam kalitesi üzerindeki etkilidir (Maj ve ark., 1989). Psikolojik stres durumu yalnızca yaşanan olayın özellikleriyle ilişkili olmaktan çok, önceden var olan bireysel, ailevi ve sosyal risk faktörleri ile ilgilidir (Bland ve ark., 1996).

Literatür incelendiğinde ebeveyn tarafından algılanan stres, çocuklar üzerindeki etkisi, risk faktörleri ve koruyucu önlemlerle ilgili yapılan pek çok araştırmanın olduğu görülmüştür. Ancak, küresel pandemilerden kaynaklanan stres kaynaklarının genel stres ve ebeveynlik algısını ne ölçüde şekillendirdiğini incelemek için çok az araştırma yapılmıştır. Aslında COVID-19 salgını sebebiyle yaşanan stresle ilgili çok az makale yayınlanmıştır (Campbell, 2020; Prime, Browne ve Wade, 2020). Çocuklarla ve ailelerle çalışan meslek elemanlarının COVID-19'un aileler üzerindeki olası sonuçlarını anlaması son derece önemlidir. Bu nedenle çalışan ve çalışmayan annelerin COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin belirlenmesi ve karşılaştırılması bu araştırmanın temel amacını oluşturmaktadır.

Yöntem

Araştırma Modeli

Araştırma iki aşamalı olarak tasarlanmıştır. Bu nedenle nicel ve nitel araştırma yöntemleri bir arada kullanılmıştır. Araştırmanın birinci aşamasında, çalışan ve çalışmayan annelerin COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin belirlenmesi ve karşılaştırılması amaçlanmaktadır. Bu nedenle betimleyici araştırma modeli kullanılmıştır. Betimleyici araştırma, betimsel bir durum saptama niteliğinde olup, durum çalışmalarının "nasıl" ve "niçin" sorularını temel alarak, araştırmacının kontrol edemediği bir olgu ya da olayı derinlemesine incelemesine olanak verdiği söylemek mümkündür. Betimleyici araştırmalarda araştırma problemine bağlı olarak nicel ya da nitel veri toplama teknikleri kullanılabilir (Karasar, 2015).

Araştırmanın ikinci aşamasında, uygun örnekleme yöntemiyle seçilmiş olan 20 kişiyle (10 çalışan ve 10 çalışmayan anne) derinlemesine görüşme yapılmış ve örneklem grubunda bulunan annelerin COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres faktörlerinin ve başa çıkmak için belirledikleri yöntemlerin neler olduğu anlaşılmasına çalışılmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2005).

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Ankara İli Etimesgut İlçesi Bağlıca Mahallesiinde yaşamakta olan anneler oluşturmaktadır.

Araştırmanın birinci aşamasının örneklem grubu belirlenirken gelişigüzel örnekleme yönteminden yararlanılmıştır. Gelişigüzel örnekleme yönteminde araştırmacı, belirlenen örneklem büyüklüğüne göre evrenin bir parçasını seçebilmektedir.

Araştırmanın ikinci aşamasında nitel veri toplama yönteminden yararlanılmıştır. Çalışma grubunda Bağlıca Mahallesiinde yaşamakta olan 10 çalışan ve 10 çalışmayan anne bulunmaktadır (Yıldırım A, Şimşek, 2005; Karasar, 2015).

Verilerin Toplama Araçları

Araştırmanın birinci aşamasının temel veri toplama aracı Aydoğan (2014) tarafından geliştirilmiş olan Ebeveynlik Stres Ölçeğidir. Normal gelişim özelliklerine sahip olan çocukların ebeveynlerinin, ebeveyn olmaya ilişkin yaşadıkları stres durumunu belirlemek amacıyla geliştirilen ölçek 18 maddeden oluşmaktadır. Ebeveyn, ebeveyn-çocuk ilişkisi ve çocuğun özelliklerini içeren tek boyuttan oluşan bir yapıya sahiptir. Ebeveynlik Stres Ölçeği, beşli likert tipi değerlendirilen bir ölçme aracıdır. Ölçekten alınabilecek puan aralığı, 0-72 arasında olup, puanın yüksekliği ebeveynlik stres düzeyini göstermektedir.

Ölçeğe ilişkin yapı geçerliliğini incelemek için açımlayıcı faktör analizi tekniğinden yararlanılmıştır. Yapılan varimax döndürme sonrasında, tek faktörlü yapının toplam varyansın %63.436'sını açıkladığı görülmüştür. Aynı zamanda açımlayıcı faktör analizinden elde edilen yapıyı test etmek üzere, doğrulayıcı faktör analizi tekniği kullanılmıştır. Bununla birlikte ölçeğe ilişkin madde toplam korelasyonları ve güvenilirlik hesaplamaları için iç tutarlılık katsayısı incelenmiştir. Ölçeğin güvenilirlik için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı .96 olarak bulunmuştur (Aydoğan, 2014).

Araştırmanın ikinci aşaması görüşme tekniği kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Görüşme tekniği, bir araştırmaya dahil olan bireylerin belirli bir konu hakkındaki deneyimlerini, tutumlarını, duygularını, amaçlarını, düşüncelerini, yorumlarını, tepkilerini ve bakış açısını ortaya koyma yöntemi olarak tanımlanmaktadır. Bu yöntemde amaç, bireyin bakış açısını anlamaya ve ortaya çıkarmaya çalışmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2005).

Araştırmanın ikinci aşamasında görüşme tekniklerinden yapılandırılmamış görüşme tekniğinin kullanımı tercih edilmiştir. Yapılandırılmamış görüşme tekniğinin kullanımındaki amaç anneler için sınırlayıcı olmamaktır. Her ailenin dinamiği farklı olduğu için yaşadıkları stres yapıcı etkenlerin de farklı olabilme ihtimalleri bulunmaktadır. Bu nedenle görüşme soruları hazırlanmadan görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Ebeveynlerden izin alınarak her bir görüşme ses kaydına da alınmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2005).

Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırmanın birinci aşaması kapsamında çalışan ve çalışmayan annelerin COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin belirlenmesi için Ebeveynlik Stres Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır.

Araştırmaya başlamadan önce Bağlıca mahallesiinde yaşamakta olan çalışan ve çalışmayan annelerin bilgileri muhtarlık aracılığıyla alınmıştır. Ölçek uygulaması için online form oluşturma, posta kutuları, telefon görüşmesi, yüz yüze iletişim, muhtarlık ve site yöneticileri aracılığıyla formların dağıtılması gibi farklı yöntemler denenmiştir.

Evrenin büyüklüğüne göre belirlenen örneklem sayısına ulaşıncaya kadar ölçek doldurulması sürecine devam edilmiştir.

Uygulanan ölçek sonuçları SPSS 22 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışan ve çalışmayan annelerin ölçek sonuçları arasında fark olup olmadığını belirleyebilmek için t testi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

Araştırmanın ikinci aşamasında Bağlıca Mahallesinde yaşamakta olan 10 çalışan ve 10 çalışmayan anne ile yapılandırılmamış görüşme tekniği kullanılarak görüşme yapılmıştır. Her anne ile tek bir görüşme yapılmıştır ve görüşmeler 60 dakika sürmüştür. Görüşmeler gönüllü olan anneler ile gerçekleştirilmiştir.

Yapılan görüşmelerin analizi için üç yöntem bir arada kullanılmıştır. Öncelikle, görüşme kayıtlarından elde edilen veriler mümkün olduğunca özgün halleri korunmaya çalışılarak betimsel bir yaklaşımla sunulmuştur. Görüşme yapılan annelerin ifadelerinden doğrudan alıntılar yapılarak veriler sunulmuş ve böylelikle araştırmanın özgünlüğünün geçerliği sağlanmaya çalışılmıştır. Daha sonra elde edilen veriler içerik analizi yöntemi ile analiz edilmiştir. Benzerlik gösteren veriler için kodlar belirlenmiş, kodlardan kategoriler oluşturulmuş ve kategorilerden de temalar hazırlanmıştır. Üçüncü yöntem kapsamında ise, veriler araştırmacının yorumları kullanılarak analiz edilmiştir (Baltacı, 2017; Miles ve Huberman, 1994).

Araştırmanın ikinci aşamasının güvenilirliğini sağlamak için ayrıca elde edilen veriler üzerinden kodlayıcılar arası güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Bir diğer kodlayıcı tarafından görüşme ses kayıtları ve alınan notların en az %20'si incelenmiştir. İncelenen veriler ve kodlamalar üzerinden Güvenirlik=Görüş Birliği/(Görüş Birliği+Görüş Ayrılığı)X100 formülü ile analiz yapılmıştır (Miles ve Huberman, 1994).

Araştırmanın Etik Onayı

Araştırma için Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 11.09.2020 tarih ve 16/11 sayılı karar numarası ile Etik Kurul Onayı alınmıştır.

Bulgular

Araştırmanın Birinci Aşamasına İlişkin Bulgular

Demografik Bulgular.

Araştırmaya 210 tanesi çalışan, 210 tanesi çalışmayan toplamda 420 anne katılmıştır. Çalışan annelerin %26'sının bir çocuğu, %69'unun iki çocuğu ve %5'inin de 3 çocuğu bulunmaktadır. Çalışmayan annelerin %88'inin iki çocuğu, %12'sinin de üç çocuğu bulunmaktadır. Çocukların yaşı 7-12 arasında değişim göstermektedir. Çocukların yaşlarının dağılımı Tablo 1'de gösterilmektedir:

Çocuğun yaşı	Çalışan anne		Çalışmayan anne	
	n	%	n	%
7	25	12	45	20
8	40	19	30	15
9	35	17	35	17
10	35	17	35	17
11	30	15	40	19
12	45	20	25	12
Toplam	210	100	210	100

Tablo 1. Çocukların Yaşlarına Göre Dağılımları

Çocukların Genel Durumları ile İlgili Bulgular

Olumsuz Etkilenme Durumu:

Çalışan annelerin %86'sına göre COVID-19 çocuğunu olumsuz yönde etkilemişken, çalışmayan annelerin %88'ine göre çocukları olumsuz etkilenmiştir.

Davranış Değişikliği:

Çalışan annelerin %62'sine göre COVID-19 sürecinde çocuğunda meydana gelen farklı davranışlar olmuşken, bu oran çalışmayan annelerde %76 olarak tespit edilmiştir.

Uyku Düzeni:

Çalışan annelerin %55'ine göre COVID-19 sürecinde çocuğunun uyku düzeni olumsuz anlamda değişmemişken, çalışmayan annelerin %67'sine göre çocuğunun uyku düzeni olumsuz anlamda değişmiştir.

Yeme Alışkanlıkları:

Çalışan annelerin %42'sine göre COVID-19 sürecinde çocuğunun yeme alışkanlıkları değişmişken, çalışmayan annelerde bu oran %58 olarak tespit edilmiştir.

Mutlu Olma Hali:

Çalışan annelerin %57'sine göre COVID-19 sürecinde çocuğunun mutlu olma hali değişmişken, çalışmayan annelerin %62'sine göre çocukların mutlu olma halinde değişiklik olmamıştır.

Arkadaşlık İlişkileri:

Çalışan annelerin %54'üne göre COVID-19 sürecinde çocuğunun arkadaşlık ilişkileri değişmişken, çalışmayan annelerin %60'ına göre çocukların arkadaşlık ilişkilerinde olumsuz bir değişiklik olmamıştır.

Korku:

Çalışan annelerin %58'ine göre COVID-19 sürecinde çocuğunda daha önce olmayan korkular ortaya çıkmamışken, çalışmayan annelerin %57'sine göre çocuğunda daha önce olmayan korkular ortaya çıkmıştır.

Eğitim:

Çalışan annelerin %69'una göre COVID-19 sürecinde çocuğunun eğitime olan ilgisi değişmemişken, çalışmayan annelerin %55'ine göre çocuğunun eğitime olan ilgisi değişmiştir.

Araştırmanın birinci aşaması kapsamında çalışan ve çalışmayan annelerin COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin belirlenmesi için Ebeveynlik Stres Ölçeği uygulanmıştır. Çalışan ve çalışmayan annelere uygulanan bu ölçekte birbirinden bağımsız iki farklı örneklem grubunun ortalamalarının karşılaştırılması amaçlandığı için öncelikle normallik testi yapılmıştır. Normallik testi sonuçları Tablo 2'de yer almaktadır.

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Anne stres düzeyi	,248	420	,000	,766	420	,000

a. Lilliefors Significance Correction

Tablo 2. Normallik Testi Sonuçları

Araştırmaya 420 kişi katıldığı için Kolmogorov-Smirnov testi sonucu incelenmiş olup, annelerin stres düzeyi verilerinin anlamlılık değeri 0,000 olarak elde edilmiştir. Bu değer 0,05'ten küçük olması nedeniyle verilerin normal dağılım göstermediği söylenebilir. Veriler normal dağılım göstermediği için, annelerin stres düzeylerinin çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirleyebilmek amacıyla Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Test sonuçları Tablo 3'te yer almaktadır.

Değişken	Faktör	n	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	z	p
Anne çalışma durumu	Çalışıyor	210	173,81	36500,00	14345	-	,000
	Çalışmıyor	210	247,19	51910,00			

Tablo 3. Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Yapılan analiz sonucunda çalışan anneler ile çalışmayan annelerin stres düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Stres düzeyi çalışan ve çalışmayan annelerde farklılık göstermektedir. Çalışmayan annelerin COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin çalışan annelere oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmanın İkinci Aşamasına İlişkin Bulgular

Araştırmanın ikinci aşamasında anneler ile yapılandırılmamış görüşme tekniği kullanılarak görüşme yapılmıştır. Önceden belirlenmiş sorularla sınırlandırıcı olmamak adına bu tekniğin kullanımı tercih edilmiştir. Önceden belirlenmiş temalar üzerinde yoğunlaşmak yerine, yanıtlardan ortaya çıkan temalara göre alt kategoriler belirlenmiş ve tek tek maddeler temalara göre sıralanmıştır.

Yapılan görüşmelerin analizinde annelerin çocukları ile ilgili stres yaşadıkları temalar sağlık, eğitim, ruh hali, sosyal ilişkiler ve önlem olarak belirlenmiştir.

Sağlık tema analizinde beş alt tema belirlenmiştir. Bu alt temalar (a) Çocuğunun sağlığından endişe duyma, (b) Çocuğunun hastalanmasından endişe duyma/korkma, (c) Çocuğunun ölmesinden korkma, (d) Çocuğunun başkalarına hastalık bulaştırmasından korkma, (e) Ölmekten ve çocuğunu annesiz bırakmaktan korkma olarak tespit edilmiştir.

Eğitim tema analizinde beş alt tema belirlenmiştir. Bu alt temalar (a) Çocuğunun eğitimi hakkında endişe duyma, (b) Çocuğunun okuldan uzaklaşmasından endişe duyma, (c) Çocuğunun okula devam etmek istememesinden korkma, (d) Çocuğunun okul başarısının/notlarının düşmesinden korkma, (e) Çocuğunun akademik ortalamasının düşmesinden korkma olarak tespit edilmiştir.

Ruh hali tema analizinde beş alt tema belirlenmiştir. Bu alt temalar (a) Çocuğunun psikolojisinin bozulmasından endişe duyma/korkma, (b) Çocuğunun mutsuz olmasından endişe duyma, (c) Çocuğunun sıkılmasından korkma (d) Çocuğunun hastalığı takıntı haline getirmesinden korkma, (e) Çocuğunda ölüm ve hastalanma korkularının başlamasından endişe duyma olarak tespit edilmiştir.

Sosyal ilişkiler tema analizinde beş alt tema belirlenmiştir. Bu alt temalar (a) Çocuğunun arkadaşsızlıktan dolayı sosyal becerilerinde gerileme olmasından korkma, (b) Çocuğunun arkadaşlarından uzaklaşmasından korkma, (c) Çocuğunun yalnız kalmasından korkma, (d) Çocuğunun insanlardan uzaklaşmasından korkma, (e) Çocuğunun ekran bağımlısı olmasından korkma olarak tespit edilmiştir.

COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres alanları hakkında görüşmenin ardından annelerin yaşadıkları bu stresli durumlarla başa çıkabilmek için neler yaptıkları

üzerinde durulmuştur. Annelerin yaşadıkları stresle başa çıkma yöntemleri önlem teması kapsamında değerlendirilmiştir.

Önlem tema analizinde annelerin hem kendileri hem de çocukları için aldıkları önlemler hakkında açıklama yaptıkları belirlenmiştir. Belirlenen alt temalar (a) Olumsuz düşünmemeye çalışma, (b) Tedbirli davranma/tedbirlere uyma, (c) Çocuğu ile oyun oynama, (d) Çocuğunu güvenli açık alanlara götürme, (e) Çocuğu ile daha fazla vakit geçirme, (f) Çocuğunu rahatlatmak amacıyla anlayabileceği seviyede pandemi süreci hakkında bilgilendirme yapma ve ilgilenme, (g) Çocuğunun sevdiği etkinlikleri yapma (kitap okuma, film/dizi izleme, dans etme, spor yapma), (h) Evde fiziksel aktiviteyi artırma, (ı) Dua etme, (j) Örgü örme, (k) Temizlik kurallarına uyma/Sıkça evi temizleme, (l) Çocuğuna özel ders aldırma, (m) Çiftçiliğe başlama, (n) Bisiklet sürme, (o) Online derslere katılarak kendini geliştirme ve kendine odaklanma, (ö) Çocuğunun beslenmesini yakından takip etme, (p) Psikolojik destek alma, (r) Hobi edinme, (s) Yemek yapma, (t) Maske kullanma olarak tespit edilmiştir.

COVID-19 salgını sürecinde çocuklarının davranışlarında gözlemledikleri değişiklikler olup olmadığı sorusu ölçek uygulaması sırasında çocukların genel durumları ile ilgili kısımda yer almaktadır. Görüşmeler sonlandırılmadan önce annelere "Çocuğunuzun değişen davranışlarına örnek verebilir misiniz?" diye sorulmuştur. Verilen yanıtlardan örnekler aşağıda yer almaktadır:

A1: "Davranış sorunları ve enerjisi ile baş edememe gibi problemlerimiz oluyor"

A2: "Dışarı çıkma korkusu"

A3: "Gelecek kaygısı arttı. Sokağa çıkmak istemiyor"

A4: "Daha stresli, daha neşesiz, daha isteksiz, daha agresif, daha sıklıgan"

A5: "Tüm planlarını virüsün bitmesinden sonrasına planlıyor. Bazen geçip geçmeyeceğini sorguluyor. Aksam eve ulaştığımızda hemen sınımsız sarılamıyor. Oyunlarında COVID olan oyuncakları tedavi ediyor. Pelüş eşeğine çoraptan maske yaptığını gözlemledim"

A6: "Derslere karşı ilgisi azaldı. Sıklıganlık süresi kısaldı, sürekli evde olmaktan TV/tablet izlemeye eğilimi arttı"

A7: "Evde kaldığı için arkadaş bulmak ve devam ettirmekte zorlanıyor"

A8: "Okul olmasa da olur dedi. Daha önce çok severek gidiyordu. Ders çalışmak da istemiyor"

A9: "Kaygılı ve endişeli davranışları oldu. Daha hırçın davranışları oluştu"

A10: "Hareketsizlik, isteksizlik (yemek hariç) ..."

A11: "Yalnızlaştı. Oyun arkadaşı bulmakta zorlandı"

A12: "Şüpheli bir hal aldı. Panik başladı. Dışarıya çıkmak istemiyor. Hiçbir şeye dokunmak istemiyor. Uykusuz geceler geçirdik, derse olan ilgisi azaldı"

A13: "Tatminsizlik, güvensizlik, yalnızlık. Arkadaşları ile görüşmediği için bilgisayar da vakit geçiriyor sürekli bu da derslerini etkiledi çalışmak istemiyor"

A14: "Aslında önceden bu kadar el hijyenine dikkat etmiyorlardı evde kapalı olmak enerjilerini atamadığından stres ve sinirli oldular"

A15: "Geç yatmaya başladı. Korkularını paylaştı. Tikleri oluştu, konuşması azaldı, çok uyuyor. Daha içine kapanık oldu"

A16: "Sanal ortama ilgide artma sosyal ortama ilgide azalma. Agresif, sorumsuz, dağınık, internet bağılılığı"

A17: "Hastalık ve ölüm den bahseder oldu benim ve babanın ölmesinden tek başına kalacağından korkar oldu. Sosyal hayatını bitirdi...hasta olmaktan korkuyor"

A18: "Elini yeni yıkamış olsa bile benim ellerim kirli deyip tekrar yıkıyor bazen geçmiyor diye ağlıyor. Yaklaşık 3 ay süren bu durumu atlattık çok şükür. Son 1 aydır normal yıkıyoruz ellerimizi"

A19: "Zoom hayatının merkezine oturdu. Endişeleri arttı. Okulu çok özleyiyor. Arkadaşlarını çok özledi ama hiçbir kimseyle oyun oynayamaz oldu ya hastaysa diye, bu da onun psikolojisini her yönden etkiledi"

A20: "Altına çiş kaçıрма, yersiz korku, yeme bozukluğu, uyku düzensizliği... Azıcık öksürse COVID mi oldum diyor"

Tartışma

Bu çalışma çalışan ve çalışmayan annelerin COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin belirlenmesi ve karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Bu amaca ulaşabilmek için araştırma iki aşamalı olarak tasarlanmıştır. Araştırmanın birinci aşamasında annelere demografik bilgiler formu ve Ebeveynlik Stres Ölçeği uygulanmıştır. İkinci aşamada da çalışan ve çalışmayan on gönüllü anne ile yaşadıkları stres faktörlerini belirleyebilmek amacıyla online görüşme yapılmıştır. Araştırmanın birinci ve ikinci aşamasından elde edilen bulgular bir arada verilerek tartışma yapılmıştır.

Araştırmaya katılan çalışan ve çalışmayan annelerin çocuk sayıları ve çocuklarının yaşlarının dağılımı birbirine uyumluluk göstermektedir. Bu sonuç da annelerin annelik tecrübesi ve yaş konusunda birbirlerine uyumlu oldukları şeklinde yorumlanabilir. National Academies of Sciences (2016)'e göre ebeveynlik, çocuk gelişimine önemli şekillerde katkıda bulunmaktadır. Deater-Deckard (1998) ebeveyn stresini, ebeveynlerin kendilerinden ya da başkalarına karşı beklentilerinde tutarsızlık yaşamaları veya ebeveynlerin bu beklentilerini karşılayacak kaynaklara sahip olmadıkları zaman ortaya çıkan psikolojik bir tepki olarak tanımlamıştır. Yapılan araştırma sonucunda annelerin pandemi sürecinde yaşadıkları stres durumlarının temelinde çocukları olduğu tespit edilmiştir. Anneler COVID-19 ile hastalanmaktan ve tedavi için hastanede kalmaktan korkuyor, ancak korkuları kendileri ile ilgili değil, çünkü çocuklarına ne olacak, onlara kim bakacak, hayatları nasıl devam edecek, onlara da bulaştırır mıyım diye endişe ve kaygı yaşadıkları belirlenmiştir. Kısacası, annelerin yaşadıkları stresin temelinde hastalık değil çocuklarının sağlığı ve hayatının yer aldığı ve annelerin önceliğinin çocukları olduğu söylenebilir. Elde edilen bu bulgu literatür ile uyumluluk göstermektedir. Annelerin yaşadıkları stresin çevresel stres faktörleri (COVID-19) ve ebeveynlik rolleriyle ilişkili talepleri değerlendirmesinden kaynaklandığını söylenebilir.

Annelere göre çocuklarının hayatlarında meydana gelen olumsuz değişiklikler onların stres yaşamalarına sebep olmaktadır. Hem çalışan hem de çalışmayan annelere göre COVID-19 salgını çocuklarını olumsuz yönde etkilemiş ve davranışlarında olumsuz değişikliklere sebep olmuştur. Çocuklarda eskisine oranla daha çabuk sıkılma, sabırsızlık, keyifsizlik, hareketsizlik, isteksizlik, agresiflik, neşesizlik gibi davranışların ortaya çıktığı ifade edilmiştir. Annelerin yaşadıkları stresle başa çıkabilmek için hem kendileri hem de çocukları için çeşitli ve uygulanabilir önlemler aldıkları belirlenmiştir. Yapılan bir araştırma (Lauri Korajlija ve Jokic-Begic, 2020) pandeminin ilk aylarında ebeveynlerin, anne-baba olmayanlara göre daha fazla güvenlik davranışı sergilediğini göstermektedir. Bu nedenle anne olmanın tek başına stres kaynağı olabildiği söylenebilir.

Olumsuz değişikliklerin meydana geldiği bir diğer alan da uyku olarak belirlenmiştir. Okulların kapanması ve zorunlu haller dışında evden çıkmama sebebiyle çocukların eskisine oranla daha geç uyuduğu, daha geç uyandığı anneler tarafından ifade edilmiştir. Ayrıca, çocukların kâbus görmeye başladığı, uykuya dalmakta güçlük çektiği, gece boyunca birkaç kez uyandıkları ve gece ebeveynleri ile uyuma gibi isteklerinin ortaya çıktığı belirlenmiştir. Becker ve Gregory (2020) araştırmalarında benzer şekilde pandemi sürecinin çocukların uyku düzenini olumsuz hale getirdiğini bulmuşlardır. Uyku alışkanlıklarında meydana gelen değişikliklerin kalıcı mı yoksa geçici bir etkisinin olup olmadığı tartışılması gereken diğer konular arasında bulunmaktadır. Çocukların normal

eğitim hayatlarına döndüklerinde sabah uyanma ve akşam erken yatma konusunda zorluklar yaşayıp yaşamadıkları da araştırabilir.

Pandemi süreci boyunca çoğunlukla evde olmaları ve boş vakitlerinin fazla olması sebebiyle hem kendilerinin hem de çocuklarının eskisine oranla daha fazla yemek yeme eğiliminde oldukları, çok abur cubur, şeker, atıştırılacak ve asitli gıdalara yönelik taleplerinin arttığı ifade edilmiştir. Pandemi sebebiyle değişen aile düzenini çocuklara tam olarak anlatabilmek ve uygulayabilmek anneler için çeşitlik zorluklara sebep olmuş olabilir. Okulların kapanması, evden çıkmama, hastalık bulaşma riski, maske, sosyal mesafe ve temizlik gibi birçok önlem çocukların dünya düzenini tamamen değiştiren etkiye sebep olmuştur. Yaşanan süreç sadece çocukların değil yetişkinlerin de yeni dünya düzenine uyum sağlayabilmeleri için zaman gerektirmektedir. Çocukların okullarında olduğu gibi birçok ebeveynin de çalışma programları değişmiş olabilir. Daha fazla evde kalmanın oyalanacak aktiviteler bulma konusunda yetersizlik ve yemek yeme ihtiyacında artışa sebep olabileceği söylenebilir. Yapılan araştırma (Rundle ve ark., 2020; Becker ve Gregory, 2020) sonuçları da COVID-19 pandemisinin özellikle küçük apartmanlarda yaşayan çocukların fiziksel aktivite imkanlarını azalttığını, izolasyon ve korunma önlemlerinin hareketsizlik artışına ve yiyecek tüketimine neden olabileceğini ortaya koymuştur.

İçine kapanma, şüphecilik, panik, takıntılar, ölüm ve kaybetme korkusu, yalnızlaşma, altını ıslatma, ekran bağımlılığı, arkadaşlarından uzaklaşma sebebiyle sosyalleşme durumlarının olumsuz etkilenmesi ve tiklerin oluşması pandemi sürecinin çocukların ruh halleri üzerindeki olumsuz etkileri olarak anneler tarafından ifade edilmiştir. Çocuklarında gözlemledikleri bu olumsuz davranışların annelerin stres düzeyinin artmasında etkisinin olabileceği düşünülmektedir. Çünkü Brooks ve arkadaşları (2020) COVID-19 pandemisinin bireyler üzerinde artan psikolojik zorluklar yaratması sebebiyle ortaya çıkan davranış değişikliklerinin stresten kaynaklanabileceğini öne sürmüştür. Annelerin psikolojik sağlığının desteklenmesi de hem kendileri hem de çocukları için önemlidir. Karantina veya evde kalma kısıtlamaları sırasında psikolojik destek, danışmanlık ve sosyal hizmet çalışmalarının çok önemli olduğu, annelerin çocuklarında meydana gelen değişiklikler ile ilgili yaptıkları açıklamalarla bir kez daha ortaya çıkmıştır. Ülkemizde hem Sağlık Bakanlığı hem de Millî Eğitim Bakanlığının bu yönde çalışmalar başlattığı bilinmektedir. Yaşanan süreçte vatandaşların kaygı ve streslerini en aza indirebilmek için tüm illerde Sağlık Bakanlığı tarafından nisan ayı itibarıyla "Psikososyal Destek Hattı" kurulmuştur (Anadolu Ajansı, 2020). Millî Eğitim Bakanlığı tarafından nisan ayı itibarıyla de COVID-19'un öğrenciler, gençler ve aileler üzerinde yarattığı kaygı ve travmatik etkileri azaltmak amacıyla 81 ilde Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Bilgilendirme Hattı oluşturulmuştur (Millî Eğitim Bakanlığı, 2020). Annelerin yaptıkları açıklamalar çocuklarındaki korku ve kaygının ne derece önemli davranışsal sonuçları olduğunu ortaya çıkarmıştır. Görüşme yapılan annelerden sadece 5 tanesi verilen bu hizmetlerden haberdar olduğunu ifade etmiş, sadece 1 tanesi bu hizmetlerden faydalandığını belirtmiştir. Bakanlıklar tarafından verilen hizmetlerin toplum tarafından biliniyor olması, ulaşılabilir olması ve daha yaygın hale gelmesi gerektiği düşünülmektedir. Pandemi sürecinde karantina ve evde kalma virüsün bulaşmasının engellenmesi için etkili ve önemli önlemler arasında bulunsa da yapılan araştırma hem annelerin hem de çocukların yaşadıkları olumsuz durum ve davranışların etkisinin azaltılabilmesi için daha fazla destek hizmetlerine ihtiyaçları olduğunu göstermektedir. Fontanesi ve arkadaşlarının (2020) yaptıkları çalışma sonucunda da COVID-19 pandemi sürecinin ebeveynleri ve çocukları olumsuz etkilediği ve halk sağlığı önlemlerinin ebeveyn ve çocuklarda daha fazla hizmete ihtiyacı olduğunu göstermiştir.

Çocukların geleceği için eğitim hayatları oldukça önemlidir. Pandemi sürecinde uzaktan eğitime devam edilmesinin çocukların eğitime olan ilgisinin değişmesine sebep

olduğu belirlenmiştir. Çocukların ders çalışmak istemediği, okula gitmek istemediği, okulu gereksiz bulmaya başladıkları ve ödev yapmadıkları anneler tarafından ifade edilmiştir. Öğretmen Akademisi Vakfı (2020) tarafından yapılan araştırmada da benzer şekilde ebeveynler COVID-19 pandemi sürecinin çocukların eğitim durumunu olumsuz etkilediğini belirtmiştir.

Yapılan analiz sonucunda COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin çalışan ve çalışmayan annelerde farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Çalışmayan annelerin yaşadıkları stres düzeyinin çalışan annelere oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Pek çok ebeveyn, çocuklarının duygularını destekleyecek kadar sakin olmanın yanı sıra, çok sayıda belirsizlikle başa çıkarak kendi duygularıyla başa çıkmak için mücadele etmektedir. Elde edilen bu sonuç, çalışan annelerin iş hayatları nedeniyle sosyal ortamda bulunması ve arkadaşlarıyla fikir alışverişi yapabiliyor olmaları yaşadıkları stresi daha kontrol altına alabildiklerini düşündürmüştür. Çalışmayan annelerin tüm günü çocukları ile geçirmeleri ve çocuklarında meydana gelen olumsuz davranışlara daha fazla maruz kalmalarının stres düzeylerinin artmasında etkili olduğu söylenebilir.

Sonuç ve Öneriler

Araştırma, çalışan ve çalışmayan annelerin COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin belirlenmesi ve karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Araştırma iki aşamalı olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın birinci aşamasında çalışan ve çalışmayan annelere ölçek uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin çalışan ve çalışmayan annelerde farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Çalışmayan annelerin yaşadıkları stres düzeyinin çalışan annelere oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmanın ikinci aşamasında gönüllü 20 anne ile görüşme yapılmıştır. Bu aşamada annelerin yaşadıkları stresi etkileyen faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yapılan görüşmeler sonucunda annelerin pandemi sürecinde yaşadıkları stres durumlarının temelinde çocuklarının olduğu tespit edilmiştir. Annelerin çocukları ile ilgili stres yaşadıkları temalar sağlık, eğitim, ruh hali, sosyal ilişkiler ve önlem olarak belirlenmiştir. Sağlık temasının beş, eğitim temasının beş, ruh hali temasının beş, sosyal ilişkiler temasının beş ve önlem temasının da yirmi alt teması bulunmaktadır. Yapılan araştırma kapsamında verilebilecek öneriler aşağıda yer almaktadır.

- Annelerin hem sosyal hem de psikolojik olarak destek alabilecekleri toplumsal uygulamalar çoğaltılabilir ve hizmete ulaşım konusunda çalışmalar yapılabilir.
- Annelere çocukları ile ilişkilerini olumlu yürütebilecekleri destek çalışmaları ve programları geliştirilebilir.
- Çocukların süreci nasıl geçirdikleri ve nelerden etkilendiklerini ortaya çıkarabilecek araştırmalar yapılabilir.
- Babaların pandemi sürecine bakış açılarını ortaya koyan araştırmalar yapılabilir.

Sınırlılıklar

Araştırma çalışan ve çalışmayan annelerin COVID-19 salgını sebebiyle yaşadıkları stres düzeyinin belirlenmesi ve karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Bu nedenle Ebeveynlik Stres Ölçeği kullanılarak elde edilen verilerin sadece annelerin çalışma durumu değişkenine göre analiz edilmesi araştırmanın temel amacını ve sınırlılığını oluşturmaktadır.

KAYNAKÇA

ANADOLU AJANSI. (2020). *Psychosocial support line from the Ministry of Health to combat coronavirus*. <https://www.aa.com.tr/tr/koronavirus/saglik-bakanligindan-koronavirusle-mucadele-icin-psikososyal-destek-hatti/1789119>

AYDOĞAN, D. (2014). The association between relational resilience and relational cope with, parenting stress and relational professional help-seeking behavior on couples (Unpublished doctoral thesis). Gazi University, Turkey.

BALTACI, A. (2017). Miles-Huberman Model in Qualitative Data Analysis. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(1), 1-15.

BECKER, S. P., GREGORY, A. M. (2020). Editorial perspective: Perils and promise for child and adolescent sleep and associated psychopathology during the COVID-19 pandemic. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61:7;757-759

BLAND, S. H., O'LEARY, E. S., FARINARO, E., JOSSA, F., & TREVISAN, M. (1996). Long-term psychological effects of natural disasters. *Psychosomatic Medicine*, 58:18-24.

BRESLAU, N. (2001). The epidemiology of posttraumatic stress disorder: what is the extent of the problem? *Journal of Clinical Psychiatry*; 62(17):16-22.

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. *Lancet*, 395;912-920. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

CAMPBELL, A. M. (2020). An increasing risk of family violence during the Covid-19 pandemic: Strengthening community collaborations to save lives. *Forensic Science International: Reports*. 1-3. <https://doi.org/10.1016/j.fsisr.2020.100089>.

CHUNG, G., LANIER, P., & JU, P. W. Y. (2020). Mediating effects of parental stress on harsh parenting and parent-child relationship during coronavirus (COVID-19) pandemic in Singapore. *Journal of Family Violence*, 1-38. <https://doi.org/10.31219/osf.io.vnf4j>.

DEATER-DECKARD, K. (1998). Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(3);314-332. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x>

DIJKSTRA, M. T. M., & HOMAN, A.C. (2016). Engaging in rather than disengaging from stress: Effective coping and perceived control. *Frontiers in Psychology*, 7;415. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01415>.

DUAN, L., & ZHU, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The Lancet Psychiatry*, 7;300-302.

FONTANESI, L., MARCHETTI, D., MAZZA, C., DI GIANDOMENICO, S., ROMA, P., & VERROCCHIO, M.C. (2020). The effect of the COVID-19 lockdown on parents: A call to adopt urgent measures. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(1);79-81.

GROTE, N. K., BLEDSOE, S. E., LARKIN, J., LEMAY, E. P., JR., & BROWN, C. (2007). Stress exposure and depression in disadvantaged women: The protective effects of optimism and perceived control. *Social Work Research*, 31(1);19-33. <https://doi.org/10.1093/swr/31.1.19>.

HAWKLEY, L. C., & CACIOPPO, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2);218-227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>.

KARASAR, N. (2015). *Scientific Research Method*. Ankara: Nobel Publishing Distribution.

- LAURI KORAJLIJA, A., & JOKIC-BEGIC, N. (2020). COVID-19: Concerns and behaviours in Croatia. *British Journal of Health Psychology*, 25(4); 849–855.
<https://doi.org/10.1111/bjhp.12425>
- MAJ, M., STARACE F., CREPET P., LOBRACE S., VELTRO F., DE MARCO F., & KEMALI, D. (1989). Prevalence of psychiatric disorders among subjects exposed to a natural disaster. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 79:544-549.
- MILES, M. B. & HUBERMAN, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. New York: Sage Publications, Inc.
- MINISTRY OF HEALTH. (2020). New Coronavirus Disease (COVID-19).
<https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/>
- MINISTRY OF NATIONAL EDUCATION. (2020). *Against coronavirus trauma "psychosocial support call center" is at the service of our students and parents*.
<https://www.meb.gov.tr/koronavirus-travmasina-karsi-psikososyal-destek-cagri-merkezi-ogrenci-ve-velilerimizin-hizmetinde/haber/20617/tr>
- NATIONAL ACADEMIES OF SCIENCES, E. (2016). *Parenting Matters: Supporting Parents of Children Ages 0-8*. The National Academies Press.
<https://doi.org/10.17226/21868>
- OFDA/CRED INTERNATIONAL DISASTERS DATA BASE (EM-DAT). (2006). *Disaster statistics 1991- 2005*. Retrived from <http://www.unisdr.org/disaster-statistics/introduction.htm>
- PRIME, H., BROWNE, D. T., & WADE, M. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *The American Psychologist*, 75(5);631–643.
<https://doi.org/10.1037/amp00006660>.
- RUNDLE, A.G., PARK, Y., HERBSTMAN, J.B., KINSEY, E.W., & WANG, Y.C. (2020). COVID-19-Related School Closings and Risk of Weight Gain Among Children. *Obesity*, 28(6):1008-1009. doi:10.1002/oby.22813.
- SANDERS, M. R., KIRBY, J. N., TELLEGEN, C. L., & DAY, J. J. (2014). The Triple P-Positive Parenting Program: A systematic review and meta-analysis of a multi-level system of parenting support. *Clinical Psychology Review*, 34(4);337–357.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.04.003>
- STATISTICS CANADA. (2020). Canadian Perspectives Survey Series 1: Impacts of COVID-19. Retrieved April 18, 2020. https://www.statcan.gc.ca/eng/statistical-programs/document/5311_D1_V1
- TEACHERS ACADEMY FOUNDATION. (2020). Research on Everyday Practices, Perception and Training Needs During Pandemic Period.
file:///D:/SBU/MAKALE%20HAZIRLIKLANI/2021/EBEVEYN%20STRES/taramalar/PandemDonemindeGundelikPratikler_Algi_Egitim_%C4%B0htiyaclar%C4%B1_Ara%C5%9Ft%C4%B1rmaRaporu_.pdf
- VAN BAVEL, J.J., BAICKER, K., BOGGIO, P.S., CAPRARO, V., CICHOCKA, A., CIKARA, M., & WILLER, R. (2020). Using social and behavioural science to support COVID-19 pandemic response. *Nature Human Behaviour*, 4;460–471.
<https://doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z>.
- YILDIRIM, A., & ŞİMŞEK, H. (2005). *Qualitative research methods in the social sciences*. Ankara: Seckin Publications.

Summary

COVID-19 outbreak since the spread of the disease began, a series of measures by the Ministry of Health to prevent the spread of the epidemic virus in Turkey in general and control strategy was developed and implemented. Measures taken to reduce the possibility of transmission of the virus can cause different effects on people's lives. Studies show that the coronavirus epidemic causes people of all ages to experience fear, loneliness, panic, anxiety, depression.

While the impact of the pandemic on family dynamics is currently unknown, it has been determined that more than one-third of families feel very or extremely worried about family stress caused by staying in home quarantine under COVID-19 measures. While COVID-19 is not the only global public health problem threatening society, it will likely have long-term negative impacts on today's children and families.

The research is designed in two stages. Therefore, quantitative and qualitative research methods were used together. In the first phase of the research, it is aimed to determine and compare the stress level experienced by working and non-working mothers due to the COVID-19 outbreak. For this reason, a descriptive research model was used. Descriptive research is descriptive situation determination, and it is possible to say that case studies allow the researcher to examine a phenomenon or event that he cannot control, based on the "how" and "why" questions. Depending on the research problem, quantitative or qualitative data collection techniques can be used in descriptive studies.

In the second phase of the study, 20 volunteer mothers (10 working and 10 non-working) were interviewed and it was tried to determine stress factors mothers experienced due to the COVID-19 epidemic and to understand what the methods they used to deal with them. The universe of the research consists of mothers who live in Ankara Province Etimesgut District.

While determining the sample group of the first stage of the study, the random sampling method was used. In the random sampling method, the researcher can choose part of the universe according to the determined sample size. The sampling group of the first stage of the study includes 210 working and 210 non-working mothers. In the second stage of the study, qualitative data collection method was used. In the study group, there are 10 employees and 10 non-working mothers living in Bağlıca District.

The main data collection tool for the first phase of the study is the Parenting Stress Scale. The scale, which was developed to determine the stress situation of parents of children with normal development characteristics, is composed of 18 items. It has a structure consisting of a single dimension that includes the parent, parent-child relationship, and the characteristics of the child. Parenting Stress Scale is a five-point Likert type measurement tool.

The second stage of the research was carried out using the interview technique. Interview technique is defined as the method of revealing the experiences, attitudes, feelings, goals, thoughts, comments, reactions, and perspectives of individuals involved in research on a certain subject. The aim of this method is to understand and reveal the individual's point of view.

As a result of the first phase of the study, it was determined that the stress level they experienced due to the COVID-19 outbreak differed between working and non-working mothers. It was found that the stress level experienced by non-working mothers was higher than that of working mothers. In the second phase of the study, 20 volunteer mothers were interviewed. At this stage, it was aimed to determine the factors affecting the stress experienced by mothers. As a result of the interviews, it was determined that their children were the basis of the stress situations mothers experienced during the pandemic process. The themes that mothers experience stress related to their children are determined as health,

education, mood, social relations and precaution. The health theme has five sub-themes, the education theme has five, the mood theme has five, the social relations theme has five, and the prevention theme has twenty sub-themes. The suggestions that can be given within the scope of the research are given below:

- *The services that mothers can receive both social and psychological support can be increased.*
- *Mothers' access to social and psychological services can be facilitated.*
- *Support activities and programs can be developed for mothers to maintain positive relations with their children.*
- *Research can be conducted to reveal how children go through the pandemic process and what they are affected by.*
- *Research can be conducted to reveal fathers' perspectives on the pandemic process.*