

COVID-19 Pandemisi Döneminde Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Durumlarının Umutsuzluk Düzeylerine Etkisi

Effect of University Students Anxiety on Their Hopelessness Levels During the COVID-19 Pandemic Period

Hüseyin Tolga ÇAĞATAY¹, Serap SALİMOĞLU², Esin BAŞARAN³, Nalan ÖZHAN ELBAŞ⁴

ÖZ

Bu çalışma COVID-19 pandemi döneminde üniversite öğrencilerinin kaygı durumlarının umutsuzluk düzeylerine olan etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Tanımlayıcı tipte olan bu çalışma bir vakıf üniversitesinde Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulunda öğrenim gören 492 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Verilerin elde edilmesinde öğrencilerin demografik özelliklerinin sorgulandığı sorular, Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır. Veriler, sayı, ortalama, yüzdelik dağılımlar, standart sapma, One-Way ANOVA, t-test, Pearson korelasyon ve çoklu regresyon analizi ile değerlendirilmiştir. Çalışmaya katılan öğrencilerin ortalama durumluk kaygı puanı ($\bar{X}=41,79\pm 11,49$) orta düzeyde, sürekli kaygı puanı ($\bar{X}=42,71\pm 10,59$) ve umutsuzluk puanı ($\bar{X}=4,99\pm 5,07$) hafif düzeyde bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ile umutsuzluk düzeyleri arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür ($p<0,01$). Gerçekleştirilen regresyon analizi sonucunda durumluk ve sürekli kaygı değişkenlerinin, umutsuzluk puanlarındaki varyansı %44,5'i düzeyinde açıkladığı ortaya çıkmıştır ($p<0,05$). Çalışmadan elde edilen veriler değerlendirildiğinde, üniversite öğrencilerinin pandemi döneminde durumluk kaygı düzeylerinin ve sürekli kaygı düzeylerinin orta düzeyde, umutsuzluk düzeylerinin ise hafif düzeyde olduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arttıkça umutsuzluk düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir. Ayrıca sonuçlar sürekli kaygı ve durumluk kaygısının umutsuzluğu anlamlı düzeyde etkilediğini göstermektedir. Çalışmada, üniversite öğrencilerinin ruh sağlıklarını korumada üniversitelerin yeni stratejiler geliştirmelerinin gerekliliği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Durumluk Kaygı, Sürekli Kaygı, Umutsuzluk Düzeyi, Üniversite Öğrencileri

ABSTRACT

This study was conducted to determine the effect of university students' anxiety on their hopelessness levels during the COVID-19 pandemic period. This descriptive study was conducted with 492 students studying at Vocational School of Health Services at a foundation university. In order to obtain the data were used the questions in which the demographic characteristics of the students were also questioned, the State-Trait Anxiety Scale and the Beck Hopelessness Scale. In the evaluation of the data were used number, mean, percentile distributions, standard deviation, One-Way ANOVA, t-test, Pearson correlation and multiple regression analysis. The average state anxiety score ($\bar{X}=41.79\pm 11.49$) of the students participating in the study was found to be moderate, while the trait anxiety score ($\bar{X}=42.71\pm 10.59$) and hopelessness score ($\bar{X}=4.99\pm 5.07$) were found to be mild. It has been observed that there is a positive moderate relationship between the state and trait anxiety levels of university students and their hopelessness levels ($p<0.01$). As a result of the regression analysis, it was found that the variables of state and trait anxiety explained the variance in hopelessness scores at the level of 44.5% ($p<0.05$). When the data obtained from the study were evaluated, it was determined that the state and trait anxiety levels of university students were moderate and hopelessness levels were mild during the pandemic period. It was determined that as the state and trait anxiety levels of university students increased, their hopelessness levels increased. In addition, the results show that trait anxiety and state anxiety significantly predict hopelessness. In the study, it was concluded that universities should develop new strategies to protect the mental health of university students.

Keywords: COVID-19, State Anxiety, Trait Anxiety, Hopelessness Level, University Student

Başkent Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler ve Sanat Araştırma Kurulundan izin (Tarih: 30.04.2020, Sayı: 17162298.600-386) alınmıştır.

¹Dr.Öğr.Üyesi, Hüseyin Tolga ÇAĞATAY, Sağlık Yönetimi, Başkent Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik Programı, tolcagatay@hotmail.com, ORCID: 0000-0001-5228-3223

²Öğr.Gör., Serap SALİMOĞLU, Halk Sağlığı, Başkent Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik Programı, sbaytar@baskent.edu.tr, ORCID: 0000-0003-0589-1538

³Dr.Öğr.Üyesi, Esin BAŞARAN, Biyoloji, Başkent Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Anestezi Programı, ebasaran@baskent.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6193-3395

⁴Prof.Dr., Nalan ÖZHAN ELBAŞ, Cerrahi Hemşireliği, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, nelbas@baskent.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9125-3665

İletişim / Corresponding Author: Hüseyin Tolga ÇAĞATAY
e-posta/e-mail: tcagatay@baskent.edu.tr

Geliş Tarihi / Received: 29.07.2021
Kabul Tarihi/Accepted: 30.10.2022

GİRİŞ

Gençler, toplumun geleceği ve en sağlam güvencesidir. Ayrıca nesiller arası geçişte aracı rol üstlenmektedir. Nesillerin devamı sürecinin etkin sürdürülebilirliği ancak bedensel ve ruhsal iyilik hali tam olan sağlıklı gençlerle gerçekleşebilir. Günümüzde azımsanmayacak sayıda genç nüfus güvensizlik, ekonomik ve gelecek kaygıları, toplumsal beklentilerin karşılanamaması gibi problemlerin yanı sıra COVID-19 salgın hastalığıyla doğrudan ve/veya dolaylı olarak baş etmek zorunda kalmıştır.

Koronavirüs (COVID-19), Wuhan, Çin'de ortaya çıkan ve dünya genelinde 210 ülkeye yayılan, milyonlarca insanın hayatını tehdit eden salgın bir hastalıktır ve 2020 yılı içerisinde 84,5 milyon insanın enfekte olmasına ve 1 milyon 908 bin insanın ölümüne neden olmuştur.¹ Dünyayı etkisi altına alan ve almaya devam edecek gibi görünen bu hastalığın ülkelerin genç nüfuslarını bedensel ve ruhsal yönden olumsuz etkilemesi günümüz şartlarında kaçınılmaz bir hal almıştır.

Gençlik, 15-24 yaş aralığında orta ve geç ergenliği içerir. Fiziksel, psikolojik ve sosyal boyutlarda devam eden değişikliklerle karakterizedir. En son verilere göre 15 ile 24 yaş aralığı grubundaki genç nüfus Türkiye'nin nüfus toplamının yüzde 15,6'sını oluşturmaktadır.² Türkiye'nin sahip olduğu genç nüfusuyla bu yaşananlardan etkilenmesi doğal bir sonuçtur.

Uluslararası Çalışma Örgütü'nün, 112 ülkeden 12 bini aşkın genç ile gerçekleştirdiği analizde salgında gençlerin kaygı durumunu besleyecek birçok değişken olduğu görülmektedir. Gençlerin yüzde 70'inden fazlası salgının öğrenim hayatlarını olumsuz etkilediğini bildirmiştir. Anket ayrıca gençlerin yüzde 50'sinin anksiyete veya depresyona maruz kaldığını ortaya koymaktadır.³ UNICEF'in 8444 ergen ve gençle gerçekleştirdiği analizinde de benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Analizin sonucunda katılımcıların yüzde 73'ünün fiziksel ve

zihinsel sağlıkları ile ilgili destek isteme ihtiyacı hissettikleri belirlenmiştir.⁴

COVID-19 salgını, insanların fiziksel sağlığı ve yaşamları için ciddi tehditler oluşturmuştur. Ayrıca kaygı ve depresyon gibi çok çeşitli psikolojik sorunları tetiklemiştir. Kaygı “nesnel olmayan bir tehlikeye karşı duyulan endişe” olarak ifade edilir.⁵ Kaygı, yaygın olması ve bazı ruhsal hastalıkların yatkınlığına sebep olması nedeniyle üzerinde önemle durulması gereken ruh sağlığı problemlerinden biridir. Kaygı, durumluk ve sürekli kaygı olarak ikiye ayrılır. Durumluk kaygı; tehlikeli, istenmeyen durumlarda karşılaşıldığında ortaya çıkan bir kaygı çeşididir. Sürekli kaygı ise nesnel bir nedene bağlantılı olmama durumunda da varlığı hissedilen, bir nedenin varlığı durumunda ise durumdan orantısız bir biçimde uzun vadeli ve şiddetli hissedilen kaygıdır.⁵

COVID-19, gençlerde yetişkinlerde olduğu kadar ölümcül olmazken, bu yaş grubunda çok daha fazla psikolojik sıkıntıya neden olmaktadır.⁶

COVID-19 salgınının, genç nüfus üzerinde yarattığı baskının önemli bir nedeni virüs yayıcı olarak görülmeleridir. Gençlerin, konuyu hafife aldıkları ve belirlenen karantina kurallarına uymadıkları yönünde genel bir algı gelişmiştir. Bu algının nedeni, genç nüfusun birçoğunun enfekte olduğunun farkında olmayıp gündelik yaşantısına önlem almadan devam edebilmesidir. Özellikle asemptomatik vakaların yoğun olduğu bu yaş grubunda gençlere yönelik katı karantina önlemleri gençlerin ruh sağlığı üzerinde önemli bir risk kaynağı haline gelebilmektedir.⁷ OECD'nin araştırmasından elde edilen bulgular, sosyal mesafe ve karantina önlemlerinin gençler üzerindeki stres, endişe ve yalnızlığa neden olan önemli psikolojik etkilerini doğrulamaktadır.⁸ Öğrencilerin ruh sağlığını korumak, bir pandemi bağlamında oldukça kritik görünen bir halk sağlığı sorunudur.⁹

Umut, “geleceğe yönelik olarak olumlu beklentilere sahip olma duygusu” olarak ifade

edilmektedir. Bu duygu, insana gelecekte karşılaşılabileceği muhtemel olumsuz yaşantılarla baş edebileceği duygusunu aşıl原因arak mental sağlığını olumlu yönde etkilemektedir.¹⁰ Umutsuzluk ise bireyin kendisi ve geleceği hakkında olumsuz beklentiler içinde olma halidir.¹¹

COVID-19 salgını; işsizliğin şiddetlenmesine, eğitim ve öğretimin kesintiye uğramasına, gıda güvensizliğinin artmasına, sosyal hizmetlere erişimin engellenmesine, önceki afetlerde olduğu gibi, yüksek depresyon, anksiyete ve travma sonrası stres oranlarında artış beklentisine

sebeptir. Bireysel özgürlüklerin ve geçim kaynaklarının kısıtlanması birçok genç için korku, endişe ve umutsuzluk duygularını artırmaktadır.¹² Gençler, hedeflerine giden yol belirsizleştikçe umutlarını kaybetme eğilimi yaşamaktadır.¹³

Pandeminin sonuçlarının genç nüfusta derin etkileri olacağı düşüncesinden hareketle bu çalışma üniversite gençlerinin ruh sağlığı durumlarını salgın sırasında değerlendirmek, üniversitelerin salgın eylem planlarını oluştururken altyapı temellerine katkıda bulunmak amacıyla gerçekleştirilmiştir.

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın Tipi

Araştırma nicel araştırma yöntemi olup, tanımlayıcı tiptedir.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Çalışmanın evrenini bir Vakıf Üniversitesinde öğrenim gören Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencileri oluşturmaktadır. Veri toplama formu öğrencilerin tümüne iletilerek doldurularak beklenmiştir (N=836). Form iletiminde çevrimiçi yöntem kullanılmış olup elde edilen dönüt oranı %58,8 olmuştur (n=492).

Veri Toplama Aracı

Çalışma kapsamında hazırlanan veri toplama formu 3 bölümden oluşmaktadır.

İlk bölümde literatür taranarak oluşturulmuş soruların yanı sıra demografik özelliklerin de sorgulandığı sorular yer almaktadır.

İkinci bölümde Durumluk Sürekli Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek Spielberger ve arkadaşları tarafından 1970 yılında geliştirilmiş durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini 20'şer soru ile ayrı ayrı ölçek likert tipi bir ölçektir.¹⁴ Ölçeğin Türkiye'deki geçerlilik ve güvenilirliği Öner tarafından 1977'de gerçekleştirilmiştir.¹⁵

Üçüncü bölümde yer alan ölçek ise Beck Umutsuzluk ölçeğidir. Bu ölçek Beck ve arkadaşları tarafından ergenlerin ve yetişkinlerin umutsuzluk düzeyini ölçmek amacıyla 1974 yılında oluşturulmuştur.¹⁶ Türkçe'ye uyarlama ve geçerlilik ile geçerlik çalışmaları Seber ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilmiştir.¹⁷

Araştırmanın Etik Yönü

Çalışma, Başkent Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler ve Sanat Araştırma Kurulunda değerlendirilmiş ve onayı (Tarih: 30.04.2020, Sayı: 17162298.600-386) alınmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Çalışmanın örneklemini oluşturan 492 katılımcıya ilişkin sosyo-demografik özelliklerine ilişkin bulgular Tablo 1'de paylaşılmıştır. Buna göre katılımcıların yaş ortalaması $21,31 \pm 2,45$ olup; %69,7'si erkektir. Katılımcıların %78,5'inin en uzun yaşadığı yerin İl olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların %89,2'si kronik hastalığının

olmadığını ve %62,4'ü ailesinde kronik bir hastalık olmadığını bildirmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri (n=492)

	Sayı	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	343
	Erkek	149
Yaş	$21,31 \pm 2,45$	

Tablo 1 (Devamı).

		Sayı	Yüzde
En Uzun Yaşanılan Yer	Köy	19	3,9
	İlçe	87	17,7
	İl	386	78,5
Kronik Hastalık Durumu	Var	53	10,8
	Yok	439	89,2
Ailede Kronik Hastalık Durumu	Var	185	37,6
	Yok	307	62,4
Algılanan Sağlık Durumu	Kötü	9	1,8
	Ne iyi, ne kötü	144	29,3
	İyi	339	68,9
Algılanan Yaşam Kalitesi	Kötü	19	3,9
	Ne iyi, ne kötü	167	33,9
	İyi	306	62,2
Her gün COVID-19 salgınıyla ilgili en az bir haber okuyor veya seyrediyor musunuz?	Evet	474	96,3
	Hayır	18	3,7
Türkiye'deki salgın verilerini günlük takip ediyor musunuz?	Evet	462	93,9
	Hayır	30	6,1
Ailenizden ya da yakın çevrenizden Korona virus salgınına yakalanan herhangi biri var mı?	Evet	58	11,8
	Hayır	434	88,2
Bu sürecin çok uzayacağından endişe ediyor musunuz?	Evet	404	82,1
	Hayır	88	17,9

Tablo 2'de katılımcıların COVID-19 sırasında durumluk kaygı, sürekli kaygı ve umutsuzluk düzeyleri verilmiştir. Buna göre, üniversite öğrencilerinin ortalama durumluk kaygı puanı orta düzeyde ($\bar{X}=41,79$), sürekli kaygı puanı orta düzeyde ($\bar{X}=42,71$) ve umutsuzluk puanı hafif düzeyde bulunmuştur ($\bar{X}=4,99$).

Tablo 2. Katılımcıların COVID-19 Sırasında Durumluk Kaygı, Sürekli Kaygı ve Umutsuzluk Düzeylerinin Genel Analizi

	N	Min	Maks	\bar{x}	ss.
Durumluk Kaygı	492	20,0	74,0	41,79	11,49
Sürekli Kaygı	492	20,0	77,0	42,71	10,59
Umutsuzluk	492	0,00	20,0	4,99	5,07

Tablo 3'e göre katılımcıların 196'sı (%39,8) yüksek düzeyde durumluk kaygısına, 214'ü ise (%43,5) yüksek düzeyde sürekli kaygıya sahiptir. Sürekli ve durumluk kaygıda katılımcıların yarısından fazlasının orta ile yüksek düzeyde kaygı seviyesine sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Tablo 3. Katılımcıların Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri

Kaygı	Sayı	Yüzde
Sürekli Kaygı		
Yokluk veya Düşük Kaygı (20-37)	174	35,4
Orta Derecede Kaygı (38-44)	104	21,1
Yüksek Kaygı (45-80)	214	43,5
Durumluk Kaygı		
Yokluk veya Düşük Kaygı (20-37)	117	36
Orta Derecede Kaygı (38-44)	119	24,2
Yüksek Kaygı (45-80)	196	39,8

Tablo 4'te durumluk ve sürekli kaygı bağımsız değişkenlerinin umutsuzluk bağımlı değişkenini açıklama gücünü saptamak için gerçekleştirilen regresyon analizinin sonuçları yer almaktadır. Analiz sonucunda regresyon katsayısı ,668 olarak bulunmuştur. Durumluk ve sürekli kaygı değişkenleri, umutsuzluk puanlarındaki varyansı %44,5'i düzeyinde açıklamaktadır. 197,48 F değeri durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin umutsuzluğu anlamlı bir şekilde açıkladığını göstermektedir ($p<0,05$). Aynı tablodan elde edilen veriler sürekli kaygı ($t=10,506$; $p<0,000$; $p<0,05$) ve durumluk kaygının ($t=3,356$; $p<0,001$; $p<0,005$) umutsuzluğu anlamlı bir düzeyde etkilediğini göstermektedir.

Tablo 4. Katılımcıların Durumluk ve Sürekli Kaygı Değişkenlerinin Umutsuzluk Değişkenini Etkilemesine İlişkin Gerçekleştirilen Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken		
	t	Standardize Edilmiş β	P
Durumluk Kaygı	3,356	,170	,001
Sürekli Kaygı	10,506	,532	,000
F		197,48	
R		,668	
dzR ²		,445	

Katılımcıların durumluk ve sürekli kaygı ile umutsuzluk arasındaki ilişkiyi saptamak

için Pearson korelasyon testi yapılmıştır. Buna göre hem durumluk kaygı ($r=,567$; $p<0,01$) değişkeninin hem de sürekli kaygı ($r=,659$; $p<0,01$) değişkeninin umutsuzluk değişkeniyle arasında anlamlı pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Buna göre, üniversite öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arttıkça umutsuzluk düzeylerinin de arttığını söylemek mümkündür.

Katılımcıların durumluk kaygıları, sürekli kaygıları ile umutsuzluk düzeylerinin cinsiyet bazlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için bağımsız örneklem t-testi yapılmış ve sürekli kaygı değişkeninde cinsiyet puanları arasında anlamlı derecede farklılık olduğu belirlenmiştir ($t=-2,871$; $p=0,004$; $p<0,05$). Cinsiyeti kadın ($\bar{x}=43,615$) olanların “Sürekli Kaygı” düzeylerinin erkeklere göre ($\bar{x}=40,651$) daha yüksek olduğu anlaşılmıştır.

Katılımcıların durumluk kaygı, sürekli kaygı ve umutsuzluk düzeylerinin en uzun yaşanan yer değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucuna göre, “sürekli kaygı” ile “umutsuzluk” düzeylerinin en uzun yaşanan yere göre farklılığının istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($F=4,688$; $p=0,01$; $p<0,05$) ($F=4,462$; $p=0,012$; $p<0,05$). Anlamlı farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek amacıyla post hoc testlerinden LSD testi yapılmıştır. En uzun süre ilçede yaşayan öğrencilerin sürekli kaygı düzeyleri ($\bar{x}=45,851$) İllerde yaşayanlara göre ($\bar{x}=42,049$) daha yüksektir. Benzer durum öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri için de geçerlidir.

Katılımcıların durumluk kaygıları, sürekli kaygıları ile umutsuzluk düzeylerinin katılımcıların aileden ya da yakın çevreden Korona virüs salgınına yakalanan biri olup olmaması değişkeni ile farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Buna göre katılımcıların durumluk kaygı ($t=2,254$; $p=0,025$; $p<0,05$) ve sürekli kaygı ($t=2,044$; $p=0,041$; $p<0,05$) değişkenlerinin ailesinde

Koronavirüs salgınına yakalananların varlığı ve yokluğu arasında anlamlı derecede farklılık olduğu belirlenmiştir. Umutsuzluk değişkeninde ise bu anlamlı farklılık bulunmamıştır. Virüse yakalanan yakını olan öğrencilerin durumluk kaygı ($\bar{x}=45,379$) ve sürekli kaygı ($\bar{x}=45,569$) düzeyleri, olmayan öğrencilerinkine göre daha yüksektir.

Öğrencilerin durumluk kaygıları, sürekli kaygıları ile umutsuzluk düzeylerinin “Bu sürecin çok uzayacağından endişe etme” değişkeni ile farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Durumluk kaygı ($t=4,294$; $p=0,000$; $p<0,05$), sürekli kaygı ($t=3,874$; $p=0,000$; $p<0,05$) ve umutsuzluk düzeyi ($t=3,028$; $p=0,003$; $p<0,05$) değişkenlerinin her birinde yaşanan sürecin çok uzayacağı yönünde endişe edenler ve etmeyenler arasında anlamlı derecede farklılık olduğu belirlenmiştir. Bu sürecin çok uzayacağından endişe eden öğrencilerin durumluk kaygı ($\bar{x}=42,819$), sürekli kaygı ($\bar{x}=43,569$) ve umutsuzluk ($\bar{x}=5,287$) düzeyleri endişe etmeyenlere göre daha yüksektir.

COVID-19 salgını toplumlarda önemli sosyal, ekonomik ve tıbbi zorluklar yaratmaktadır. Özellikle kaygının salgın sırasında artması muhtemeldir. Bu da nüfusun genelinde psikolojik sıkıntılarla karşı karşıya kalmasına neden olmaktadır. Gençler de salgının ruh sağlığı sonuçlarına karşı savunmasız kalmaktadır.¹⁸ Ancak Z kuşağı olarak adlandırılan yaş grubuna özgü bazı özelliklerin özellikle salgınla mücadelede bu gençleri nüfusun geneline kıyasla avantajlı duruma getirdiği düşünülmektedir.

Dijital teknolojileri kullanmakta zorluk çekmeyen, dışarıda zaman harcamayı tercih etmeyen, ekonomik kaynaklı depresyonların gölgesinde yaşamaya alışmış olan Z kuşağı, beklenmeyen ve istenmeyen durumlarda yoğun kaygı hissedebilmesine rağmen kendi kendini yönlendirebilme ve yetebilme, bilgiyi hızlı bir şekilde işleyebilme, zor koşulları çözme eğilimi gösterebilme gibi karakteristik özelliklere sahiptir.^{19, 20} Her ne kadar gençler beklenmeyen olaylara karşı mücadelede diğer gruplara göre avantajlı durumda olsa da

COVID-19 pandemi sürecinin kaygı ve umutsuzluk düzeylerini etkilemesi kaçınılmazdır. Araştırma kapsamında katılımcıların genelinde kaygı düzeylerinin orta düzeyde, umutsuzluk düzeylerinin ise hafif düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Konuyla ilgili Amerika Birleşik Devletleri'nde gerçekleştirilen bir araştırmada, katılımcı üniversite öğrencilerinin büyük bir kısmının (%71) salgın dolayısıyla artan strese ve kaygı düzeylerine sahip olduğu bildirilmiştir.²¹ Baloran, özellikle pandemi ile yürürlüğe giren izolasyon durumunun üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerini artırdığı belirtmiştir.²² Wang ve Zhao'nun COVID-19'un çıktığı ileri sürülen Çin'de gerçekleştirdikleri çalışmada üniversite öğrencilerinin salgın sonrası kaygı düzeylerinin, salgın öncesi genel toplum kaygı seviyesinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmış ve pandeminin öğrenciler üzerinde olumsuz psikolojik bir etkiye sahip olduğu bildirilmiştir.²³ Benzer bir araştırmada tıp eğitimi alan Alman öğrencilerin COVID-19 döneminde ölçülen kaygı puanlarının ortalaması $45,12 \pm 4,73$ olarak bulunmuştur.²⁴

Ulusal düzeyde gerçekleştirilmiş çalışmalar incelendiğinde benzer sonuçlarla karşılaşmıştır. Türkiye'de pandemi sürecinde karantinaya alınan ergenlerin anksiyete düzeylerini etkileyen faktörleri tespit amacıyla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların durumluk kaygı puanı $43,17 \pm 5,86$, sürekli kaygı puanları ise $51,53 \pm 5,19$ olarak bulunmuştur.²⁵ Türker'in (2021) spor bilimleri alanındaki yükseköğretim öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği araştırmasında öğrencilerin %25,1'inde COVID-19 ile ilişkili anksiyete oluştuğunu raporlamıştır.²⁶ Cici ve Yılmazel'in hemşirelik öğrencileri ile gerçekleştirdikleri çalışmada, ise katılımcıların yarısından fazlasında kaygı ve durumluk kaygı saptanmıştır.²⁷

Pandemi döneminde 7143 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen bir çalışmada hafif, orta ve şiddetli anksiyeteye sahip olan öğrencilerin oranı sırasıyla %21,3, %2,7 ve

%0,9 olarak bulunmuştur. Ayrıca kentsel yaşamın üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerini azaltmaya yardımcı olduğu ileri sürülmektedir. Araştırmacılar bu durumu kentlerin sahip olduğu imkânlarla bağlamışlardır.²⁸ Elde edilen bu sonuçlar mevcut araştırma sonucunu desteklemektedir.

Umutsuzluk seviyelerinin araştırıldığı ulusal çalışmaların incelemesinde mevcut araştırmanın bulgularıyla örtüşen sonuçlara ulaşılmıştır. Hemen pandemi öncesinde gerçekleştirilen çalışmada üniversite öğrencilerinin (n=636) umutsuzluk düzeyleri hafif düzeyde ($\bar{X}=6,08$) bulunmuştur.²⁹ Ergüt'ün üniversite öğrencileriyle (n=160) yaptığı araştırmasında benzer bir umutsuzluk puan sonucuna ($\bar{X}=5,28$) ulaşılmıştır.³⁰ Kaygusuz ve Erensoy'un Tıp Fakültesi son sınıf öğrencileri (n=124) ile yaptıkları çalışmanın sonucunda da hafif düzeyde umutsuzluk puan skoru ($\bar{X}=6,29$) tespit edilmiştir.³¹ Mevcut çalışmanın bu araştırmalarla benzer sonuçlara sahip olmasını çalışmaya dâhil edilen kitlenin kuşak yapısının karakteristik özelliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Çalışmamızda durumluk ve sürekli kaygı değişkenlerinin umutsuzluk puanlarındaki varyansı %44,5'i düzeyinde açıkladığı tespit edilmiştir. Türkiye'de pandemi döneminde 2156 yetişkin gönüllü ile gerçekleştirilen çalışmada durumluk ve sürekli kaygı düzeylerindeki artış umutsuzluk düzeylerindeki artışın %28,9'unu açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.³² Zaman değişkeni açısından bakıldığında gençlerin geleceğe yönelik beklentilerinin yetişkinlere göre çok daha fazla olması beklenen bir durumdur. Pandeminin gençlerin geleceğine yönelik beklentiler önünde önemli bir engel oluşturduğu düşünülmektedir.

Çalışmanın sonucunda katılımcıların önemli bir kısmının salgına ilişkin gidişatı takip ettiği görülmektedir. COVID-19 farkındalığının bu yaş grubunda yüksek olması Z kuşağının dijital teknolojileri zorlanmadan kullanabilmeleri ve bilgiye ulaşmada herhangi bir engelle karşılaşmamaları ile açıklanabilir. Özellikle

genç nüfusun dijital teknolojileri daha etkin kullanabilmesi, yüksek düzeyde COVID-19 ile ilgili doğruluğu kanıtlanmamış bilgilere maruz kalmasına da neden olabilmektedir. Geçerliliği ve doğruluğu kanıtlanmamış bilgiye maruz kalmanın kaygı seviyesini arttırdığı bilinmektedir.^{33, 34} Yaşanılan salgın sürecinin çok daha uzayabileceğinden endişe eden katılımcıların durumluk kaygı, sürekli kaygı ve umutsuzluk düzeylerinin endişe etmeyenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum yoğun, kontrol edilmesi güç, doğruluğu kanıtlanmamış bilgilere maruz kalmayla açıklanabilir.

Çalışma kapsamında, ailesinde veya yakın çevresinde COVID-19 geçirmiş kişi ya da kişilerin bulunduğu gençlerin kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu anlaşılmıştır. Mevcut çalışma bulguları, daha önce gerçekleştirilmiş

araştırmaların benzer sonuçlarını desteklemektedir.³⁵⁻³⁷ Ailesinde ya da yakın çevresinde herhangi birinin enfekte olması durumunda yakınlarına zarar gelebilme endişesiyle katılımcıların konuya hassasiyet geliştirmesi beklenen bir sonuçtur.

Üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların %80'i salgının mental sağlığını olumsuz etkilediğini bildirmiştir.³⁸ Öğretimin çok büyük bir kısmının ani bir şekilde yüz yüze öğretimden çevrimiçi öğretime dönüştürülmek zorunda kalınması öğrencilerin mental sağlıklarının olumsuz etkilenmesinde büyük bir paya sahiptir. Bu haliyle salgının yükseköğretimdeki en önemli etkisinin öğrenimin genel metodolojisinde yarattığı radikal değişikliklerden kaynaklandığı söylenebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

COVID-19 salgını mücadelesinde ön saflarda görev alacak genç sağlık çalışan adaylarının mental sağlıklarının korunması özellikle hassasiyet gösterilmesi gereken bir konudur. Bu süreçte öğrenciler ruh sağlığı açısından desteğe ihtiyaç duymaktadır. Devlet politikalarına entegre edilmesi gereken bu desteğin verilmesinde üniversiteler önemli görevler üstlenmelidir. Üniversiteler kurumsal stratejilerini öğrencilerinin ruh sağlıklarını tam bir iyilik haline ulaştırabilmek için geliştirerek güncellemelidir.

Modern teknolojiyi kullanmada nispeten daha rahat olan genç nüfusun çevresine doğru bilginin yayılmasında merkezi rol üstlenebileceği düşünülmektedir. Gençlerin teknolojiyi rahat kullanmaları ile yanlış ve yanıltıcı bilgiye ulaşmaları da kolaylaşmaktadır. Bu nedenle genç nüfusun her düzeyde şeffaf ve güvenilir bilgiye ulaşmasını sağlamak için yetkililerin harekete geçmesi gerekmektedir.

KAYNAKLAR

1. WHO. (2020). "WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. World Health Organization COVID-19 Dashboard". Erişim adresi: <https://COVID19.who.int/> (Erişim tarihi: 28 Aralık 2020)
2. Türkiye İstatistik Kurumu. (2020). İstatistiklerle Gençlik, 2019. Ankara: TÜİK.
3. ILO. (2020). "Youth & COVID-19: Impacts on jobs, education, rights and mental well-being". Erişim adresi: https://www.ilo.org/global/topics/youth-employment/publications/WCMS_753026/lang--en/index.htm (Erişim tarihi: 8 Ocak 2021)
4. UNICEF. (2020). "The impact of COVID-19 on the mental health of adolescents and youth". Erişim adresi: <https://www.unicef.org/lac/en/impact-COVID-19-mental-health-adolescents-and-youth> (Erişim tarihi: 8 Ocak 2021)
5. Gökçe, T. ve Dündar, C. (2008). "Samsun Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde Çalışan Hekim ve Hemşirelerde Şiddete Maruziyet Sıklığı ve Kaygı Düzeylerine Etkisi". İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 15 (1), 25-28.
6. Patra, S. and Patro, B.K. (2020). "COVID-19 and Adolescent Mental Health in India". The Lancet Psychiatry, 7 (12), 1.
7. Power, E, Hughes, S, Cotter, D. and Cannon, M. (2020). "Youth Mental Health in The Time of COVID-19". Irish Journal of Psychological Medicine, 37, 301-305.
8. OECD. (2020). "Youth and COVID-19: Response, Recovery and Resilience". Erişim adresi: https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=134_134356-ud5kox3g26&title=Youth-and-COVID-19-Response-Recovery-and-Resilience (Erişim tarihi: 8 Ocak 2021)
9. Wathélet, M, Duhem, S, Vaiva, G, Baubet, T, Habran, E, Veerapa, E, Debien, C, Molenda, S, Horn, M, Grandgenevre, P,

- Notredame, C. and D'Hondt, F. (2020). "Factors Associated With Mental Health Disorders Among University Students in France Confined During the COVID-19 Pandemic". *JAMA Network Open*, 3 (10), 1-13.
10. Özmen, D, Dündar, P.E., Çetinkaya, A.Ç, Taşkın, O. ve Özmen, E. (2008). "Lise Öğrencilerinde Umutsuzluk Ve Umutsuzluk Düzeyini Etkileyen Etkenler". *Anatolian Journal of Psychiatry*, 9, 8-15.
11. Everson, S. A, Goldberg, D.E, Kaplan, G.A, Cohen, R.D, Pukkala, E, Tuomilehto, J. and Salonen, J. (1996). "Hopelessness and Risk of Mortality and Incidence of Myocardial Infarction and Cancer". *Psychosomatic Medicine*, 58 (2), 113-121.
12. Sinha, M, Kumar, M, Zeitz, L, Collins, P.Y, Kumar, S, Fisher, S, Foote, N, Sartorius, N, Herrman, H. and Atwoli, L. (2020). "Towards Mental Health Friendly Cities During and After COVID-19". *Cities and Health*, 1-4.
13. O'Leary, P, Young, A, Boddy, J. and Liang, J. (2020). "Feeling Hopeless? There Are Things You Can Do to Create and Maintain Hope in A Post-Coronavirus World". Erişim adresi: <https://blogs.griffith.edu.au/gci-insights/2020/06/22/feeling-hopeless-there-are-things-you-can-do-to-create-and-maintain-hope-in-a-post-coronavirus-world/> (Erişim tarihi: 10 Mayıs 2021)
14. LeCompte, A. ve Öner, N. (1975). "Durumluk-Sürekli Kaygı Envanterinin Türkçe'ye Adaptasyon ve Standardizasyonu ile İlgili Bir Çalışma". IX. Milli Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Çalışmaları, (s. 457-462). İstanbul.
15. Öner, N. (1977). Durumluluk ve Süreklilik Kaygı Envanterinin Türk Toplumunda Geçerliliği (Yayınlanmış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
16. Beck, A.T, Weissman, A, Lester, D. and Trexler, L. (1974). "The Measurement of Pessimism the Hopelessness Scale". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 861-865.
17. Seber, G, Dilbaz, N, Kaptanoğlu, C. ve Tekin, D. (1993). "Umutsuzluk Ölçeği: Geçerlilik ve Güvenirliliği". *Kriz Dergisi*, 1 (3), 139-142.
18. Gruber, J, Prinstein, J, Clark, A, Rottenberg, J, Abramowitz, S, Albano, M, Aldao, A, Chung, T, Davila, J, Forbes, E, Gee, G, Hall, C, Hallion, S, Hinshaw P, Hofmann, G, Hollon, D, Joorman, J, Kazdin, E, Klein, N, LaGreca, M, Levenson, W, MacDonald, W, McKay, D, McLaughlin, A, Mendle, J, Miller, B, Nock, M, Rozek, C, Schleider, L, Slavich, M, Teachman, A, Vine, V. and Weinstock, M. (2020). "Mental Health and Clinical Psychological Science in the Time of COVID-19: Challenges, Opportunities, and a Call to Action". *American Psychologist*, 1-18.
19. Taş, H.Y, Demirdöğmez, M. ve Küçüköğlü, M. (2017). "Geleceğimiz Olan Z Kuşağının Çalışma Hayatına Muhtemel Etkileri". *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7 (3), 1031-1048.
20. Çetin, C. ve Kararlar, S. (2016). "X, Y ve Z Kuşağı Öğrencilerin Çok Yönlü ve Sınırsız Kariyer Algıları Üzerine Bir Araştırma". *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 14 (28), 157-197.
21. Son, C, Hegde, S, Smith, A, Wang, X. and Sasangohar, F. (2020). "Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study". *Journal of Medical Internet Research*, 22 (9), 1-14.
22. Baloran, E.T. (2020). "Knowledge, Attitudes, Anxiety, and Coping Strategies of Students during COVID-19 Pandemic". *Journal of Loss and Trauma*, 25 (8), 635-642.
23. Wang, C. and Zhao, H. (2020). "The Impact of COVID-19 on Anxiety in Chinese University Students". *Frontiers in Psychology*, 11 (1168), 1-8.
24. Loda, T, Löffler, T, Erschens, R, Zipfel, S. and Herrmann-Werner, A. (2020). "Medical Education in Times of COVID-19: German Students' Expectations – A Cross-sectional Study". *Plos One*, 15 (11), 1-11.
25. Kılınçel, Ş, Kılınçel, O, Muratdağı, G, Aydın, A. and Usta, M.B. (2020). "Factors Affecting the Anxiety Levels of Adolescents in Home-Quarantine During COVID-19 Pandemic in Turkey". *Asia Pacific Psychiatry* (e12406), 1-6.
26. Türker, Ü, Yılmaz, A.K. and Bostancı, Ö. ve Şebin, K. (2021). COVID-19 Pandemisinde Spor Bilimleri Alanlarındaki Yükseköğretim Öğrencilerinin Anksiyete Düzeyleri Ve Egzersiz Bağımlılığı, Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 23 (4), 1-20.
27. Cici, R. and Yılmazel, G. (2020). "Determination of Anxiety Levels and Perspectives on the Nursing Profession Among Candidate Nurses with Relation to the COVID-19 Pandemic". *Perspectives in Psychiatric Care*, 57, 358-362.
28. 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 (112934), 1-5.
29. Bozkur, B, Kıran, B. ve Cengiz, Ö. (2020). "Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluk, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Gelecekte İş Bulmaya Yönelik Algı ve Özyeterliklerinin İncelenmesi". *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28 (6), 2401-2409.
30. Ergüt, Ö. (2020). "Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyi İle İş Deneyimi ve İş Bulma Beklentileri Arasındaki İlişkinin Sınıf Düzeyinde İncelenmesi". *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3 (38), 232-252.
31. Kaygusuz, T.Ö. and Erensoy, A. (2020). "Determination of Hopelessness Levels of Final Year Students of the Faculty of Medicine". *Tıp Eğitimi Dünyası*, 19 (58), 116-127.
32. Hacımusalar, Y, Kahve, A.C, Yaşar, A.B. and Aydın, M.S. (2020). "Anxiety and Hopelessness Levels in COVID-19 Pandemic: A Comparative Study of Healthcare Professionals and Other Community Sample in Turkey". *Journal of Psychiatric Research*, 129, 181-188.
33. Lee, J.J, Kang, K.A, Wang, M.P, Zhao, S.Z, Wong, J.Y, O'Connor, S, Yang, S.C. and Shin, S.S. (2020). "Associations Between COVID-19 Misinformation Exposure and Belief With COVID-19 Knowledge and Preventive Behaviors: Cross-Sectional Online Study". *Journal of Medical Internet Research*, 22 (11), 1-13.
34. Zhou, S.J, Zhang, L.G, Wang, L.L, Guo, Z.C, Wang, J.Q, Chen, J.C, Liu, M, Chen, X. and Chen, J.X. (2020). "Prevalence and Socio-Demographic Correlates of Psychological Health Problems in Chinese Adolescents During the Outbreak of COVID-19". *European Child and Adolescent Psychiatry*, 29, 749-758.
35. 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 (3165), 1-14.
36. Özdin, S. and Özdin, Ş.B. (2020). "Levels and Predictors of Anxiety, Depression and Health Anxiety During COVID-19 Pandemic in Turkish Society: The Importance of Gender". *International Journal of Social Psychiatry*, 66 (5), 504-511.
37. 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 (1729), 1-25.
38. ActiveMinds. (2020). "COVID-19 Impact on College Student Mental Health". Erişim adresi: <https://www.activeminds.org/wp-content/uploads/2020/04/Student-Survey-Infographic.pdf> (Erişim tarihi: 6 Nisan 2021)