

COVID-19 Salgını Sürecinde Genç Olmak: Üniversite Öğrencilerinin Deneyimleri**Being Young During the COVID-19 Pandemic: Experiences of University Students**Araştırma Makalesi - Research Article***Hülya YÜKSEL**İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sosyoloji Bölümü, hulya.yuksel@idu.edu.tr,
ORCID Numarası|ORCID Numbers: 0000-0003-1975-2248**Doğa Selin USLUER**İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sosyoloji A.B.D., dogaauusluer@gmail.com,
ORCID Numarası|ORCID Numbers: 0000-0003-3673-1473**Öz**

Çin'in Wuhan kentinde başlayan ve hızla küresel bir pandemiye dönüşen COVID-19 salgını, bulaşıcı bir hastalık olarak dünya gündemine damgasını vurmuştur. Salgınla beraber ekonomiden sosyal yaşama dair birçok değişim yaşanmış ve salgın kapsamında çeşitli önlemler alınmıştır. Alınan tedbirler sonucu, salgının olumsuz etkilediği gruplardan biri de gençler olmuştur. Araştırma, COVID-19 salgını ve kısıtlamalarının üniversite öğrencilerinin yaşamları üzerindeki etkilerine odaklanmaktadır. Bu bağlamda üniversite öğrencilerinin sosyal hayatlarında, tüketim alışkanlıklarında, serbest zamanı kullanma biçimlerinde oluşan değişimler yanında, yüz yüze eğitimden uzaktan eğitim modeline geçişi nasıl deneyimledikleri, fiziksel hareketsizlik, sağlık sorunları ve bu sorunlarla baş etme süreçlerini gençlerin perspektifinden aktarmayı amaçlamaktadır. Öğrencilerin yaşadığı bu deneyimler sonucunda, geliştirdikleri baş etme pratikleri incelenerek, yaşanan sorunlara çözüm önerileri geliştirilmesi de amaçlanmıştır.

Çalışmada, İzmir Demokrasi Üniversitesinde eğitim gören öğrenciler arasından kolayda örnekleme tekniği kullanılarak seçilen 21 öğrenciyle yarı yapılandırılmış görüşme yapılmıştır. Elde edilen veriler betimsel analiz tekniğiyle analiz edilmiştir. Araştırmada, salgın sürecinde özgürlükleri kısıtlanan üniversite öğrencilerinin aile ilişkilerinin zedelendiği, sosyal ilişkilerinde tahammülsüzlükle baş ettikleri, serbest zaman kullanımlarında değişiklikler olduğu ve hasta olmaktan ziyade hastalık bulaştırma korkusu yaşadıkları sonuçlarına ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarından hareketle, benzer bir kriz durumunda gençlere zamanlarını daha iyi değerlendirebilecekleri ortamların sağlanmasının, gençlerin biyopsikososyal durumları üzerinde daha olumlu bir etki yaratacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimler: COVID-19, Üniversiteli gençler, Sosyal ilişkiler, Uzaktan eğitim, Sağlık.**Abstract**

The COVID-19 epidemic, which emerged in Wuhan, China and quickly turned into a global pandemic, has left its mark on the world agenda as an infectious disease. With the epidemic, many changes have occurred from economy to social life and various comprehensive measures have been taken. As a result of the measures taken, one of the groups negatively affected by the epidemic was young people. The current study is to reveal the effects of the COVID-19 epidemic and restrictions on the experiences and lives of university students. In this context, it aims to convey the changes in social life and consumption habits of university students, the changes in the way they use their free time, as well as how they experience the transition from face-to-face education to the distance education model, physical inactivity, health problems and the processes of coping with problems from the perspective of young people. As a result of these experiences, the coping practices developed by the students were examined and it was also aimed to develop solutions to the problems experienced.

In the study, semi-structured interviews were conducted with 21 students selected from among the students studying at İzmir Democracy University using the convenience sampling technique. The data obtained was analyzed with the descriptive analysis technique. The results of the research revealed that university students,

* Bu araştırma, TÜBİTAK "2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı 2021 yılı 1. Dönem Çağrısı" kapsamında desteklenmiştir. İzmir Demokrasi Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan 19/11/2021 tarihli ve 2021/11-02-06 Karar ve Sayı No ile etik kurul izni alınmıştır.

whose freedoms are restricted, have damaged family relations and cope with intolerance in their social relations, had changes in their use of leisure time, and had the fear of infecting loved ones than being sick. Based on the results of the research, it has been concluded that providing young people with environments where they can better use their time in a similar crisis will have a more positive effect on their biopsychosocial status.

Keywords: COVID-19, University youth, Social relations, Distance education, Health.

Giriş

Neolitik Çağ'dan beri görülen ve mikroorganizmaların sebep olduğu salgın hastalıklar, kimi zaman sınırlı bir bölgede ortaya çıkmış, kimi zaman da dünya geneline yayılmış (pandemi) ve birçok insanın ölümüne sebep olmuştur. Salgın hastalıkların, tarihte toplumlar üzerinde belirleyici ve önemli etkileri olmuştur. M.Ö. 2000'de Hitit Krallığı'nda ortaya çıkan veba salgını örneğinde görülebileceği gibi, veba başta Hititler olmak üzere birçok devletin yıkılmasına sebep olmuş, aynı zamanda Karanlık Çağ'ın başlamasına neden olmuştur.¹ Salgın hastalıkların ortak noktası, göz ardı edilmeyecek derecede sosyal, ekonomik ve politik etkilerinin olmasıdır. Çin'in Wuhan kentinde, 2019 yılının Aralık ayında ortaya çıkan COVID-19 ile salgın hastalıklara bir yenisi daha eklenmiştir. 11 Mart 2020 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) salgını pandemi olarak ilan etmiş ve o tarihten itibaren Türkiye de dahil olmak üzere, salgından korunmak adına dünyanın birçok yerinde kısıtlamalar ve yasaklar getirilmiştir.² Getirilen kısıtlamalar arasında sokağa çıkma yasağı, okulların kapatılması, her türlü yeme-içme yerlerinin paket servise geçmesi, eğlence mekanları dahil birçok mekanın kapatılması sayılabilir. Bu kısıtlamalar her ne kadar gerekli görülsede farklı toplumsal gruplar üzerinde psikolojik, sosyal ve kültürel boyutta olumsuz etkilere yol açmıştır.³ Kısıtlamalardan en çok etkilenen gruplardan biri de gençler olmuştur. Birleşmiş Milletler'in (BM) tanımına göre gençlik dönemi 12-24 yaş aralığıdır.⁴ Sosyolojik bağlamda incelendiğinde gençlik, toplumun büyük bir kısmını oluşturan toplumsal unsur veya aktördür.⁵ Gençlik, bir toplumun ekonomisinin ve biliminin gelişmesi, kültürlerinin aktarımı gibi birçok konuda önemli rol oynar. Bu bağlamda gençlerin yaşadığı sorunları ortaya çıkarmak ve bu sorunlara çözüm bulmak sağlıklı gençlerin yetişmesine zemin hazırlar. Toplumdaki gençlik kavramı en çok öğrenci statüsüyle ortaya çıkar. Bu noktada gençlik üzerine temellenen bu çalışmada, salgın sürecinin üniversite öğrencileri üzerindeki etkileri bütüncül bir şekilde ortaya konularak anlaşılmasına çalışılmıştır.

Dünya Sağlık Örgütü'nün 16 Ağustos 2023 tarihinde açıkladığı verilere göre, dünya genelinde COVID-19 kaynaklı 769.774.646 vaka tespit edilmiş olup 6.955.141 kişinin ölümüyle sonuçlanmıştır.⁶ Türkiye geneline bakılacak olursa son güncellenen vaka sayısı 17.042.722 olup, vefat sayısı ise 101.492'dir.⁷ Türkiye'deki ilk ölüm haberinden sonra virüsün yayılmasını engellemeye yönelik birtakım kısıtlamalar getirilmiştir. Bu doğrultuda alınan önlemlerin başında, 16 Mart 2020 tarihinden itibaren okulların kapatılması gelmiştir. Bu kısıtlamalar sonucunda, öğrenciler eğitimlerine uzaktan eğitim yoluyla devam etmiştir. Bu bağlamda ailenin sosyoekonomik statüsü daha fazla önem kazanmış; uzaktan eğitim için gerekli kaynakları olmayan öğrenciler, eğitim hayatlarına ara vermek veya eğitimlerini bırakmak zorunda kalmıştır. Uzaktan eğitimle birlikte öğrencilerin dersleri takip etme motivasyonu azalmış ve bazıları yeterli araç gereçlere ulaşamamıştır.⁸ Dolayısıyla bu süreçten en fazla etkilenenler, sosyoekonomik olarak daha dezavantajlı olan toplumsal gruplar olmuştur ve bu durum eğitimdeki mevcut eşitsizlikleri daha da derinleştirmiştir.⁹

Salgına yönelik alınan önlemler yalnızca eğitimle sınırlandırılmamış, aynı zamanda halka açık eğlence mekanları kapatılmış ve sportif faaliyetlere ara verilmiştir. Gençler bu kısıtlamalar sebebiyle, günlük hayatlarından uzaklaşmış ve yeni bir düzen arayışına girmişlerdir. Türkiye'de yapılan bir

¹ Kaleci ve Başaran 2020, 62.

² Tavukçu ve Eke 2021, 106.

³ Arıkan ve Aytekin 2022, 177.

⁴ Hacettepe Üniversitesi Gençlik Araştırmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi 2023.

⁵ Okumuş 2017, 2.

⁶ Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) 2023.

⁷ Sağlık Bakanlığı 2023.

⁸ Kaleci ve Başaran 2020, 16.

⁹ Özer 2022, 16.

araştırmada gençler, COVID-19 salgınından önce daha sosyal olduklarını belirtirken, aynı zamanda salgın döneminde geleceğe ilişkin planlarının da değiştiğini ve yaşamlarını yeniden planladıkları bir sürece girdiklerini anlatmışlardır. Bu dönemin onlar için ne yapacaklarını bilmedikleri bir zaman dilimi olduğunu da belirtmişlerdir.¹⁰ Bu kısıtlamalarla beraber tüm yaş gruplarında olduğu gibi gençlerin de serbest zaman aktiviteleri tamamıyla değişiklik göstermiştir. Kısıtlamalar, 20 yaş altı sokağa çıkma kısıtlamasıyla devam etmiş ve bununla beraber gençlerin aile ilişkileri ve sosyal ilişkileri olumsuz bir şekilde etkilenmiştir. Salgının başlamasıyla birlikte, ailesinden uzakta yaşayan birçok üniversiteli genç yeniden aile evine dönmüştür. Bu durum, gençlerin özgürlüklerini alışıktı olmadıkları şekilde kısıtlayarak, aile içi çatışmalara yol açmış ve aile içi şiddeti arttırmıştır.¹¹ “Evde Kal” sınırlandırmasıyla bireylerin fiziksel hareketliliği azalmış ve psikolojik sağlıkları bozulmuştur. Salecl’in 2011 yılında kaygı üzerine yaptığı tanıma göre; Kaygıyı getiren belirsizlikten dolayı kaygı korkudan daha güçlü bir duygudur.¹² Üniversite öğrencileri bu dönemde yaşadıkları korku ve kaygılarla baş etme yöntemi olarak, arkadaşlarıyla online veya görüntülü konuşmayı kullandıklarını ifade etmişlerdir.

Araştırmamızda üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgınından nasıl etkilendikleri farklı boyutlarıyla ele alınmıştır. Araştırmada üniversite öğrencilerinin salgın sürecindeki deneyimlerini kendi ifadeleriyle aktarmalarına olanak sağlanarak, salgından nasıl etkilendiklerini ortaya çıkartmak amaçlanmıştır. Bu amaçla üniversite öğrencilerine salgın sürecindeki sosyal ilişkileri, romantik ilişkileri, aile içi problemleri, sosyal medya kullanımı, zararlı madde kullanımı, uzaktan eğitime dair deneyimleri, serbest zaman kullanımı, fiziksel hareketsizlik ve yaşadıkları sorunlarla nasıl baş ettiklerine dair sorular sorulmuştur. Çalışma kapsamında aşağıda yer alan araştırma soruları ele alınmıştır:

1. COVID-19 salgınının üniversite öğrencileri üzerindeki etkileri nelerdir?
2. COVID-19 salgını üniversite öğrencilerinin sosyal ilişkilerini ve aile içi ilişkilerini ne şekilde etkilenmiştir?
3. COVID-19 salgını sürecinde üniversite öğrencilerinin serbest zaman kullanımlarında ve eğitime dair deneyimlerinde ne tür değişimler olmuştur?
4. COVID-19 salgını üniversite öğrencilerinin sağlık durumlarını nasıl etkilemiştir?
5. COVID-19 salgını sürecinde üniversite öğrencileri yaşadıkları sorunlarla nasıl baş etmişlerdir?

Yöntem

Araştırmada üniversite öğrencilerinin COVID-19 dönemindeki deneyimleri ve yaşamları ele alınarak karşılaştıkları sorunların saptanması ve bu sorunlarla nasıl baş ettiklerinin, gençlerin bakış açılarıyla ortaya konulması amaçlanmıştır. Araştırmada, salgının gençler üzerindeki etkilerini derinlemesine inceleyebilmek adına nitel araştırma deseni tasarlanmıştır.¹³ Bu doğrultuda gençlerin yaşadığı sorunları daha iyi anlayabilmek için 11.02.2022-05.06.2022 tarihleri arasında üniversite öğrencileriyle derinlemesine görüşmeler yapılmıştır. Derinlemesine görüşmeler konuyu mümkün olduğunca detaylandırmaya olanak sağlamıştır.¹⁴ Araştırmanın evreni İzmir Demokrasi Üniversitesi öğrencileridir. Araştırmanın örneklemini farklı fakülte ve bölümlerde eğitim gören 18-24 yaş aralığındaki gençler oluşturmuştur. Örneklem seçiminde kolayda örneklem tekniği kullanılmıştır. Bu örnekleme yönteminin tercih edilme nedeni vakit tasarrufu sağlamasıdır.¹⁵

Görüşmelerde kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu araştırma soruları çerçevesinde ve literatürden yararlanılarak hazırlanmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmasının amacı, çalışmaya katılan gençlere kendilerini ifade edebilmeleri için gerekli esnekliği sağlayabilmektir. Görüşme formu oluşturulduktan sonra üç pilot görüşme gerçekleştirilmiş ve bunun neticesinde sorularda birtakım değişikliklere gidilmiştir. Yenilenen görüşme formuyla bir pilot görüşme daha gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya başlamadan önce 19/11/2021 tarihinde İzmir Demokrasi Üniversitesi Etik Kurulu Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu’nun (Karar no: 2021/11-

¹⁰ Aktaş 2021, 36.

¹¹ Şener 2021.

¹² Şalece 2011, 26.

¹³ Tarhun 2000, 103.

¹⁴ Tekin 2012, 103.

¹⁵ Baltacı 2018, 259.

02-06) onayı alınmıştır. Buna ek olarak COVID-19 hakkında çalışma yapabilmek adına çalışma detayları Sağlık Bakanlığı'na¹⁶ gönderilmiş olup, gerekli izinler alındıktan sonra çalışmaya başlanmıştır. Görüşme yapılacak kişilere görüşmeye başlanmadan önce gönüllü katılım formu verilmiş ve aydınlatılmış onamları alınmıştır. Tüm katılımcılara, görüşmeyi istedikleri anda sonlandırabilecekleri, görüşmeye başlanmadan önce hatırlatılmıştır. Verilerin toplanması esnasında, veri kaybını önlemek amacıyla görüşmeler katılımcıların izniyle kayıt altına alınmıştır. Alınan ses kayıtları daha sonra yazılı ortama aktarılmıştır. Katılımcıların kimliklerini gizlemek adına araştırmaya katılan hiçbir katılımcının özel bilgileri alınmamış, katılımcılara gerçek kimliklerini gizleyen katılımcı numaraları verilmiştir. Görüşmeler sırasında yarı yapılandırılmış görüşme formuna bağlı kalınmış ancak gerekli durumlarda ek sorular sorularak konu detaylandırılmıştır. Görüşmeler yüz yüze ortamlarda gerçekleştirilmiştir. En kısa görüşme 14 dakika, en uzun görüşme ise 56 dakika sürmüştür.

Verilerin Analizi

Veri analizinde betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Betimsel analizin kullanılma nedeni katılımcıların ifadelerine doğrudan yer verilmesi ve bunun yanında görüşmeler neticesinde yorum yapmanın araştırma yapısıyla uygun olmasıdır. Araştırmada elde edilen ses kayıtları araştırmacılar tarafından deşifre edilerek yazılı döküme geçirilmiş ardından katılımcıların kişisel verilerinin korunması amacıyla katılımcılara kod adları verilmiştir. Verilerin analizi sürecinde ilk olarak veriler araştırmacılar tarafından tekrar tekrar okunmuş; ardından araştırma soruları ve ilgili literatür göz önünde bulundurularak ana temalar belirlenmiştir. Ana temaların oluşturulmasının ardından veriler yeniden değerlendirilerek alt temalar oluşturulmuştur. Daha sonra iki araştırmacı tarafından, üzerinde anlaşılacak tema ve alt temalar çerçevesinde veriler kodlanmıştır. Araştırmanın ilerleyen süreçlerinde ana temalar ve alt temalarda gerekli görülen bir takım değişikliklere gidilmiştir. Araştırma bulgularının sunumunda katılımcıların görüşlerini kendi perspektiflerinden yansıtmak amacıyla sık sık doğrudan alıntılara yer verilmiştir.

Araştırmada 11'i erkek 10'u kadın olmak üzere toplam 21 üniversite öğrencisi ile derinlemesine görüşmeler yapılmıştır. Öğrencilerin ailelerinin sosyo-ekonomik düzeyi açısından, oldukça geniş bir yelpaze oluşmuştur. Tablo 1'de çalışmaya katılan gençlerin demografik özellikleri verilmiştir. Katılımcı öğrencilerin yaşları 18-24 arasında değişmektedir. Katılımcıların %52.38'ini erkekler (11), %47.61'ini kadınlar (10) oluşturmaktadır. Ebeveynlerin eğitim düzeyleri incelendiğinde en düşük eğitim düzeyi ilkökullük en yüksek eğitim düzeyi ise lisans eğitimidir. En düşük hane halkı toplam geliri 3.300 TL iken en yüksek hane halkı toplam geliri ise 22.000 TL'dir.

Tablo 1. Gençlerin Demografik Özellikleri

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş	Bölüm	Doğum Yeri	Anne Eğitim Düzeyi	Baba Eğitim Düzeyi	Hane Halkı Toplam Geliri
K1	Kadın	21	Sosyoloji	İstanbul	Lise	Ortaokul	10.000
K2	Erkek	24	Sosyoloji	İzmir	Lisans	Lisans	22.000
K3	Erkek	21	Sosyoloji	İstanbul	Lise	Lisans	20.000
K4	Kadın	20	Hukuk	Çanakkale	Ortaokul	Lisans	13.00
K5	Kadın	23	Sosyoloji	Manisa	Lisans	Lisans	15.000
K6	Erkek	22	Hukuk	Erzincan	Ortaokul	İlkokul	3.300
K7	Erkek	21	Psikoloji	Balıkesir	Lisans	Lisans	20.000
K8	Kadın	18	Tarih	Mersin	Ortaokul	İlkokul	4.200
K9	Erkek	21	Dış Hekimliği	Van	Lise	Lisans	20.000
K10	Kadın	20	Psikoloji	Amasya	Lise	Lisans	6.000
K11	Erkek	20	Elektrik-Elektronik	İzmir	İlkokul	İlkokul	10.000
K12	Kadın	23	Tıp	İzmir	Lise	Lise	15.000
K13	Erkek	23	Özel Eğitim Öğretmenliği	İstanbul	İlkokul	Ortaokul	6.800
K14	Kadın	19	Özel Eğitim Öğretmenliği	Antalya	İlkokul	Lisans	7.000

¹⁶ (<https://bilimselarastirma.saglik.gov.tr/>)

COVID-19 Salgını Sürecinde Genç Olmak: Üniversite Öğrencilerinin Deneyimleri

K15	Kadın	18	Hemşirelik	İzmir	İlkokul	Lisans	6.000
K16	Kadın	20	İngilizce Öğretmenliği	Ağrı	İlkokul	İlkokul	4.500
K17	Kadın	20	Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi	İzmir	İlkokul	Lisans	13.000
K18	Erkek	21	Psikoloji	İzmir	İlkokul	İlkokul	10.000
K19	Erkek	21	Uluslararası İlişkiler	İzmir	Lisans	Lisans	20.000
K20	Erkek	18	Matematik	Konya	Lisans	Lisans	7.000
K21	Erkek	24	Maliye	Rize	İlkokul	Lise	20.000

Bulgular

COVID-19 sürecinde gençlerin karşılaştığı sorunlarla ilgili İzmir Demokrasi Üniversitesinde eğitim gören gençlerle yapılan derinlemesine görüşmelerden elde edilen veriler altı ana tema altında kodlanarak değerlendirilmiştir. Salgının sürecinin gençlerin yaşamında yarattığı değişimler ve bunların etkileri şu başlıklar altında incelenmiştir: (1) sosyal hayata etkisi, (2) tüketim alışkanlıklarına etkisi, (3) serbest zaman kullanımına etkisi, (4) uzaktan eğitimin etkisi, (5) sağlık sorunlarına etkisi ve (6) sorunlarla baş etme süreçleridir. Tablo 2’de 6 ana tema ve alt temalar listelenmiştir.

Araştırma bulgularına göre, gençlerin COVID-19 sürecindeki deneyimleriyle eğitim görülen bölüm, cinsiyet, ailenin eğitim düzeyi ve hane halkı toplam gelirinin, doğrudan bir ilişkisinin olmadığı görülmüştür. Buna karşın, gençlerin salgın sürecini geçirdikleri şehrin, gençlerin COVID-19 deneyimlerini doğrudan etkilediği görülmüştür. Şehir merkezinde yaşayan gençlerin sokağa çıkma kısıtlamalarına uyduğu ve bu kısıtlamalardan psikolojik olarak daha çok etkilendikleri gözlemlenmiştir. Salgın sürecini kırsal kesimlerde geçiren gençler ise sokağa çıkma kısıtlamalarına uymamış ve psikolojik olarak daha az zarar görmüştür. Aydın ve Köse’nin (2021) araştırmasına göre de şehir merkezinde yaşayan gençler salgın sürecini kırsal kesimde yaşayan gençlere göre daha zorlu geçirmiştir.¹⁷ Bozlu ve Güçlü’nün¹⁸ araştırma sonuçlarıyla benzer bir şekilde, katılımcılarımızın büyük çoğunluğunun salgın sürecinde aileleriyle birlikte yaşadıkları gözlemlenmiştir.

Tablo 2. COVID-19 Salgınının Üniversite Gençleri Üzerindeki Etkileri

Temalar	Sosyal Hayata Etkisi	Tüketim Alışkanlıklarına Etkisi	Serbest Zaman Kullanımına Etkisi	Uzaktan Eğitimin Etkisi	Sağlık Sorunlarına Etkisi	Sorunlarla Baş Etme Süreçleri
	Aile içi ilişkiler	Online satın alma davranışında yaşanan değişimler	Değişen serbest zaman aktiviteleri	Derslere odaklanamama ve başarının azalması	Sağlıksız beslenme ve kilo artışı	Aile içi sorunlarla baş etme
Alt Temalar	Sosyal ilişkiler	Zararlı madde kullanımındaki değişiklikler	Artan sosyal medya kullanımı	Geleceğe yönelik kaygıların artması	Psikolojik sorunlar	Sağlık sorunları ile baş etme
	Bireyselleşme ve yalnızlaşma					Hastalık korkusu ile baş etme

Tema 1- Sosyal Hayata Etkisi

¹⁷ Aydın ve Köse 2021, 351.

¹⁸ Bozlu ve Güçlü 2021.

Gençlerin COVID-19 salgın sürecinde sosyal hayatlarında birçok yeni deneyim yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Salgının sosyal hayata etkileri teması altında üç alt tema kodlanmıştır. Bunlar sırasıyla aile içi ilişkiler, sosyal ilişkiler, bireyselleşme ve yalnızlaşmadır.

Aile İçi İlişkiler

COVID-19 salgınının toplumun birçok yapısını etkilediği gibi, aile içi ilişkiler ve sosyal ilişkileri de derinden etkilediğini söylemek yanlış olmaz. Görüşmelerin çoğunda katılımcılar, COVID-19 döneminde aile içi ilişkilerinin ve arkadaşlık ilişkilerinin zedelendiğini dile getirmişlerdir. K5 adlı katılımcı, aile içi ilişkilerle ilgili düşüncelerini şöyle aktarmıştır:

“Aile, tam aile gibi olmayabiliyor, çok büyük kopmalar, birlikte zaman geçirmede kısıtlamalar ister istemez aile içerisinde kopukluklar oluşabiliyor.” (Kadın, 23).

Bu ifadelere benzer şekilde K1 ve K12 adlı katılımcılar ise kısıtlamalar nedeniyle aileleriyle sürekli aynı evde zaman geçirmek zorunda kalmalarıyla ilgili düşüncelerini şu şekilde ifade etmişlerdir:

“Bizim her zaman çok sağlıklı, çok iyi bir ilişkimiz vardı, virüs döneminde de çok sağlıklı ve iyi bir ilişkimiz vardı fakat bu artık fazlasıyla zedelenmeye başladı. Hani aynı evin içerisinde dört duvar arasında hiç dışarı çıkmadan birbiriyle görüşünce, insanlar arasında sorunlar daha fazla artmaya başlıyor benim görüşüme göre.” (Kadın, 21).

“Pandemi döneminde sürekli evde olup birbirimizden başka bir uğraş bulamadığımız için birbirimize sardık, her gün birbirimizi görmemiz bu kavgaları çok tetikledi.” (Kadın, 23).

Sokağa çıkma kısıtlamalarıyla birlikte, özgürlüğe en çok ihtiyaç duyulan yaşlarda, aile evinden üniversite için yeni ayrılmışken; zorunlu olarak yeniden aile evine geri dönmek gençlerin özgürlük alanının kısıtlanmasına neden olmuştur. Bunun sonucunda, aile bireyleri arasında tahammülsüzlük artmış ve aile içi ilişkiler zarar görmüştür. Katılımcıların birçoğu aileyle uzun süre zaman geçirmekten dolayı aile içi ilişkilerde sorunlar yaşadığını dile getirirken; aile içi ilişkilerinin güçlendiğini ifade eden az sayıda katılımcı olmuştur. Örneğin K2 adlı katılımcı ailesiyle hiçbir sorun yaşamadığını şu sözlerle ifade etmiştir:

“Hayır hiçbir sıkıntı yaşamadım, ben ailesiyle gayet mutlu ve sorunsuz yaşayan bir birey olduğum için yani bir baskı sıkıntı yaşamadım çünkü ailem kaçta girip çıktığıma, ne yiyip içtiğime pek karışmayan bireyler olduğu için benim için aile evi çok rahat bir ortamdı.” (Erkek, 24).

Ergül ve Yılmaz’ın¹⁹ çalışmasındaki bulgulara benzer biçimde K16 adlı katılımcı, COVID-19 salgını gibi olağanüstü bir süreçte aile içi ilişkilerinin daha da güçlendiğini şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Bizi daha da birleştirdiğini düşünüyorum, ilk başta çok iyi geçinemesek de sonrasında aile bağlarımızın güçlendiğini fark ettim” (Kadın, 20).

Bazı katılımcılar COVID-19 salgını sürecinde ailesiyle sorun yaşamadığını dile getirse de katılımcıların birçoğunun, kısıtlamalardan kaynaklı olarak aile içinde anlaşmazlıkların arttığı gözlemlenmiştir. Elde edilen verilerden, COVID-19 döneminde uygulanan kısıtlamaların aile bağlarında zayıflamalara ve hasarlara sebep olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sosyal İlişkiler

Gençlere COVID-19 döneminde arkadaşlık ilişkilerinin etkilenip etkilenmediği sorulmuştur. Gençler COVID-19’dan tüm dünyanın etkilendiğini ve bunun farkında olarak arkadaşlık ilişkilerini sürdürdüklerini ifade etmişlerdir. K1 adlı katılımcı bu süreçte arkadaşlık ilişkilerinin zarar görmediğini şöyle ifade etmiştir:

“Arkadaşlık ilişkilerimin zarar gördüğünü düşünmüyorum zaten yetişkin insanlarız, neyin ne olduğunu bilecek kapasitede insanlarız, salgın süreci atlattık, sadece biz değil bütün dünya atlattı ve ona göre davranmamız gerekiyordu. Pandemi sürecinde yüz yüze buluşmamış olabiliriz ama mesajlaşmalar ve görüntülü aramalar olsun, oynadığımız oyunlarda bile hep beraber konuşmamız olsun, benim pek arkadaşlarımla arama mesafe koymama sebep değildi bu süreç.” (Kadın, 21)

¹⁹ Ergül ve Yılmaz 2020.

K8 adlı katılımcı ise salgın öncesinde çok sosyal olduğunu ancak salgın dönemiyle beraber dışarı bile çıkmadığını ve arkadaşlık ilişkilerinin zarar gördüğünü şu sözleriyle dile getirmiştir:

“Salgın öncesinde daha fazla dışarı çıkan, daha fazla insanlarla muhabbet eden, sohbet eden yani iç dış sürekli birlikte olan ama salgından sonra mesafeli, kimseyle konuşmayan, dışarı bile çıkmayan biri oldum” (Kadın, 18)

COVID-19 salgınıyla birlikte gençlerin sosyalleşme biçimleri tamamen değişime uğramıştır. Bazı katılımcılar asosyal bir hale geldiklerini belirtirken, K4 adlı katılımcı ise salgın sonrası bile eski sosyal yaşamına dönmeye ilk planda zorlandığını ifade etmiştir:

“Şu an sosyal hayatımı yeni yeni kazanmaya başlıyorum. Normal hayata dönmeye başladığımızda daha çekingen başladım yani okulun ilk günü sınıfta konuşmaktan utandım.” (Kadın, 20)

Görüldüğü gibi COVID-19 salgını gençlerin aile ve arkadaşlık ilişkilerini önemli ölçüde etkilemiştir. Sosyal yaşamları değişen gençler, pandemi öncesi döneme göre daha çekingen ve asosyal olduklarını belirtmişlerdir.

Bireyselleşme ve Yalnızlaşma

İnsan sosyal bir varlıktır ve bunun sonucunda kişiler arası iletişime ihtiyaç duyar. İnsanlar toplumun üyesi olarak bir arada yaşamaya alışmışlardır. Topluluklar aynı zamanda mekansal açıdan da fiziksel yakınlığa ihtiyaç duyar.²⁰ Gençler için bu durum daha fazla önem arz etmektedir. COVID-19 salgını döneminde genel olarak gençlerin kendi tabirleriyle “kendi kabuklarına çekildikleri” ve insanlardan uzaklaşma ihtiyacı duyduklarını söylemek mümkündür. Gençler bu dönemde çok fazla düşündüklerini ve bunun sonucunda çok fazla insanı hayatlarından çıkardıklarını ve yola yalnız devam etmek istediklerini dile getirmiştir. K1 adlı katılımcı artan bireyselleşme durumunu şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Çoğu kişiyi hayatımdan çıkardığımı söyleyebilirim. Daha çok bir süre kendi kabuğuma çekildim, kendimi dinledim, gerçekten ne istiyorum diye düşündüm ve bunu uygulamaya koydum. Açıkçası gerçekten hayatımda bana rahatsızlık ve endişe veren insanları hayatımdan çıkarmak beni büyük ölçüde rahatlattı. Çöp kutusu gibiydim, bu çöp kutusunun üstü dolmuştu artık kokmaya başlıyordum, ben de bu çöpleri yavaş yavaş çözebildiklerimi çözdüm, çözemediklerimde orada kaldı fakat başka bir çöp kutusuyla onu değiştirdim.” (Kadın, 21).

Salgın döneminde gençlerin daha az sosyalleşmeleri nedeniyle yalnızlaştıklarını ve sosyal iletişimin azaldığını K5 adlı katılımcı şöyle aktarmıştır:

“Çevrenizdeki insanlar aileniz bile olsa önem arz etmemeye başlıyor sizin için çünkü yalnız bir şekilde bir şeyleri artık başardığınızı fark ediyorsunuz, onlar orda hep vardı şimdide varlar ama artık yalnız bir şeyler yapmam gerekiyor hayat yalnız ilerliyor gözüyle baktığım için artık sosyalleşmekten de bir adım gerideyim. Dışarıya karşı arkadaş gruplarımı kısıtlamaya çalıştım. Artık insanlarla çok aşırı bir iletişim kurmak istemiyorum daha çok yalnız, kendi alanımda kendi kendime vakit geçirmeyi daha çok seviyorum.” (Kadın, 23).

K2 adlı katılımcı ise salgın döneminde sokağa çıkma kısıtlamaları ve “evde kal” uygulamaları sonucunda asosyalleştiğini şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Genel olarak beni asosyalleştirdi gerçekten çünkü dışarı çıkamadığınızda sosyalleşemiyorsunuz. Bir etkinliğe katılamıyorsunuz, kafanız bir şeye bozuk olduğunda dağıtamıyorsunuz inanılmaz derecede asosyalleştiriyor ve bedenimi de asosyalleştiriyor.” (Erkek, 24).

COVID-19 sürecinde gençlerin %81'i sokağa çıkma kısıtlamalarına uyduğunu belirtirken, %41,2'si ise ailesini ve çevresini korumak için değil; yalnızca yaptırımı olduğu için kısıtlamalara uyduğunu belirtmiştir. K5 adlı katılımcı kısıtlama döneminin kendisi için en kötü dönem olduğunu şu sözleriyle ifade etmiştir:

“O dönem deliriyordum gerçekten deliriyordum yani bu benim için en sıkıldığım hayattan hiç zevk almadığım hatta artık hiçbir şey yapmak istemediğim, kendimi saksı gibi hissettiğim bir dönemdi.” (Kadın, 23).

²⁰ Bakman ve May 1980, 74.

K2 adlı katılımcı ise düştüğü boşluk hissini şu sözlerle ifade etmiştir:

“Pandemiyle beraber bir anda boşluğa düşmüş gibi hissettim. Yapacak hiçbir şeyim yok, kafamı bir şeylerle dağıtamıyorum, sürekli düşünmeye başlıyorum, depresif olduğum modlardan pandemiden önceki gibi çıkamıyorum çünkü bir yere gidemiyorum, bir etkinlik yapamıyorum.” (Erkek, 24)

Bazı katılımcılar kısıtlamaların ve yasakların yarattığı evde kalma zorunluluğunun yarattığı olumsuz duyguları ifade etmişlerdir. K7 kodlu katılımcı deneyimini şu şekilde dile getirmiştir:

“Dışarı çıkamama, insanın kendi ev ortamından uzaklaşmaması ilk başta güzel bir şey gibi gözüküyor, kendi konfor alanınızdan hiç ayrılmıyormuş gibi gözüküyorsunuz ama sonra şunu fark ettim konfor alanım dediğim yer benim öz irademle gittiğim yermiş aslında, orada zorunlu olarak tutsak kalmaya başladığım zaman konfor alanım diye bir şey kalmıyor hayatımda, yani kendi evimde rahatsız olmaya başladım (Erkek, 21)

Kısıtlamaların gelmesiyle beraber COVID-19 salgınının ciddiyetini farkına vardığını, kısıtlamaların çok korkutucu olduğunu ve risk algısını arttırdığını dile getiren K8 adlı katılımcı ise kısıtlamalar sonucunda kendisinde oluşan duyguları şöyle dile getirmiştir:

“Kısıtlamalar salgından daha kötü etkiledi diyebilirim çünkü salgın sürecinde bir şeyleri önlemeye çalışıyorsun, hasta olmayı engellemeye çalışıyorsun ama sokağa çıkma kısıtlaması çok daha gericiydi yani ülke genelinde hiç kimsenin sokağa çıkmaması, dışarıda kimsenin olmaması bu sanki gerçekten durumun çok daha ciddi olduğunu göstermesi gibiydi, korkunçtu, kötüydü yani.” (Kadın,18)

K12 adlı katılımcı ise kısıtlamalara uymasının sebebini COVID-19 sürecini bir an önce atlamak olduğunu dile getirerek düşüncelerini şöyle ifade etmiştir:

“Yasalara uymadıkça bu sürecin bitmeyeceğine olan bir inancım vardı, ömrüm boyunca bunu çekeceğime iki ay evde kapalı kalırım durumundaydım ve herkese bunu aşılamaaya çalıştım, eğer hiç kimse uymayıp böyle devam etseydi bu süreç daha uzun ve yıpratıcı olurdu.” (Kadın, 23).

Bireyselleşme ve yalnızlaşma konusundaki bulgularımız, Tokol ve Emirgil’in (2023) çalışmasıyla paralellik göstermektedir. Tokol ve Emirgil’in²¹ çalışmasında gençlerin COVID-19 döneminde kendilerini her zaman yalnız hissettikleri tespit edilmiştir. Salgının getirdiği izolasyon, sosyal mesafe gereklilikleri ve kısıtlamalar, katılımcıların sosyal etkileşimlerini azaltarak bireyselleşmeyi ve yalnızlaşmayı tetiklemiştir. Katılımcılar genel olarak hastalık ve hastalık süreçlerinden çok kısıtlamaların onları etkilediğini ifade etmişlerdir. Üniversite öğrencileri için salgının sağlığa yönelik etkilerinin yanı sıra kısıtlamaların getirdiği duygusal ve sosyal etkiler daha önemli hale gelmiştir.

Tema 2- Tüketim Alışkanlıklarına Etkisi

Üniversite öğrencilerinin salgın sürecinde tüketim alışkanlıkları da değişmiştir. Bu ana tema başlığı altında iki alt tema kodlanmıştır: Online satın alma davranışında yaşanan değişimler ve zararlı madde kullanımındaki değişiklikler. Bu dönemde gençlerin online alışveriş yapma oranı artmıştır. Birçok gencin ihtiyaç anlayışının ve alışveriş şeklinin de değiştiği söylenebilir. Ayrıca gençlerin alkol ve sigara kullanımının arttığı bu yöndeki alışkanlıklarının değiştiği tespit edilmiştir.

Online Satın Alma Davranışında Yaşanan Değişimler

Katılımcıların çoğu, salgın sürecinde online alışverişten çok sık yararlandıklarını ve bunun artık ihtiyaçtan çok hobi haline geldiğini ifade etmişlerdir.

K2 adlı katılımcı salgın öncesi döneme göre yaptığı alışverişin salgın döneminde yüksek oranda arttığını şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Pandemi döneminde tabi ki internette alışveriş daha fazla etkilendi çünkü yüz yüze yapamıyorduk, neredeyse yüzde yetmiş arttı diyebilirim.” (Erkek, 24).

²¹ Tokol ve Emirgil 2023.

K1 adlı katılımcı ise online alışverişi tercih etmediğini ancak salgın döneminde online alışveriş yaptığında ise bunun bireysel alışverişten çok ev için olduğunu ve bunun sebebinin evde çok fazla vakit geçirmek olduğunu şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Ben daha önce de çok alışveriş yapan bir insandım açıkçası, hatta COVID’in alışverişimi azalttığını dahi söyleyebilirim yani kendime daha çok ürün alırken işte kıyafet ve benzeri olsun artık daha çok ev içi dekorasyon ürününe para harcamaya başladım. Evde çok fazla vakit geçirdiğimiz için evin ortamını daha güzel görmek istiyor insan.” (Kadın, 21).

K3 adlı katılımcı online alışverişin, yaşadığı psikolojik sorunlara yardımcı olduğunu ve bununla beraber COVID-19 döneminde online alışveriş bağımlısı olduğunu şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Dediğim gibi COVID-19 psikolojik hasarlara yol açtı ve online alışveriş çok yardımcı oldu, online alışveriş bağımlısı oldum, özellikle Trendyol bağımlısı oldum, sürekli her gün on tane, on beş tane kargo geliyordu, yani böyle bir horder hastalığı gibi istifçilik gibi durmadan bir şeyler alma, kullanmadığım şeyleri alma, evde üç tane mesela tetris var. Yani saçma sapan eşyaları biriktirme gibi bir huyum olmuştu.” (Erkek, 21).

Çoğu katılımcı salgın öncesi dönemde online alışveriş sitelerini tercih etmediklerini ancak salgın süreciyle beraber online alışverişin hayatlarının bir parçası olduğunu ifade etmişlerdir. Buna örnek olarak K17 adlı katılımcının şu sözleri gösterilebilir:

“Salgından önce online alışveriş sitelerini kullanıyordum ama mağazaya gidip denemeyi daha çok tercih ediyordum ancak salgın döneminde daha çok alıştım, şu an mağazaya gitmiyorum mesela üşendiğim için.” (Kadın, 20).

Katılımcılarımızın ifadelerinde görüldüğü gibi COVID-19 salgını döneminde gençlerin ihtiyaç anlayışıyla birlikte tüketim kalıpları da değişiklik göstermiştir. Gençler vakit geçirmek için online alışverişe yönelmişlerdir.

Zararlı Madde Kullanımındaki Değişiklikler

Gençlerle yapılan görüşmelerde, COVID-19 salgını sürecinde birçok gencin sigara ve alkol kullanımında değişiklikler olduğu görülmüştür. Gençlerin birçoğu COVID-19 döneminde alkol kullanımının arttığını belirtmiştir. K4 adlı kullanıcı alkolü ilk defa COVID-19 döneminde dendiğini şu sözlerle ifade etmiştir:

“Rahatlamak istedim, düşünmek istemedim, bu şekilde ilk alkolümü almıştım.” (Kadın, 20).

K5 adlı katılımcı ise COVID-19 döneminin etkisiyle beraber alkole başlamamak için sigaraya başladığını şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Şöyle bir durum var daha önceden sigara kullanmıyordum ama salgın döneminde sigara kullanmaya başladım, yani sıkıldım ve alkole başlamamak için ister istemez bir şeye yöneliyorsunuz süreç içerisinde, sigara kullanmaya başladım. O şekilde devam etti, şu an ister istemez artma veya azalma gösterebiliyor.” (Kadın, 23).

Salgın dönemindeki karantina ve kısıtlamalar, üniversite öğrencilerinin alkol ve sigara gibi zararlı alışkanlıklara yönelmesine sebep olmuştur. Bunun nedenleri arasında sosyal etkileşimin azalması, belirsizliklerle başa çıkamama, duygu ve stres bozuklukları, evde daha fazla zaman geçirme ve sosyal aktivitelerin sınırlanması sayılabilir. Salgın döneminde gençler arasında alkol ve sigara tüketiminin artması; hem bireysel hem de toplumsal dinamiklerin karmaşık etkileşimleri sonucunda ortaya çıkmıştır.

Tema 3- Serbest Zamanı Kullanımına Etkisi

Salgın dönemindeki kısıtlama ve karantina süreçleri nedeniyle gençlerin hayatında oluşan önemli bir değişimde serbest zamanı kullanma konusunda olmuştur. Bu ana tema altında iki alt tema kodlanmıştır: Değişen serbest zaman aktiviteleri ve artan sosyal medya kullanımı. COVID-19 salgını sürecinde gelen kısıtlamalarla birlikte gençlerin serbest zaman aktiviteleri tamamen değişmiştir. Hayatları daha düzensiz hale gelen gençler, farkında olmalarına rağmen bu durumu engelleyememişlerdir. Bununla birlikte sosyal medya kullanımı artarak gençlerin hayatında daha büyük bir öneme sahip olmuştur.

Değişen Serbest Zaman Aktiviteleri

Çoğu katılımcı hala salgın öncesi yaşamına dönemediğini açıkça ifade etmiştir. Bazı gençler ise salgın sürecindeki kısıtlamalardan dolayı ev yaşamına alıştığını ve salgın sonrası dönemde de dışarı çıkmakta zorlandıklarını belirtmişlerdir. Salgından önce çok aktif bir yaşamının olduğunu ve salgınla birlikte bunun tamamen değiştiğini ifade eden K2 adlı katılımcı durumunu şu sözlerle ifade etmiştir:

“Pandemi öncesinde sosyal açıdan inanılmaz derecede aktiftim yani nerdeyse hiç boş günüm yoktu. Spor olsun, dil kursları olsun veya arkadaşlarımla yaptığım aktiviteler olsun, konserler olsun, tiyatrolar olsun, okul olsun sürekli doluydum fakat pandemiden sonra hayatım sadece okul ve ev olarak kaldı. Neredeyse hiç spor yoktu çünkü dışarı çıkmak yasak, açık alanda bile. Mesela bizim yaşadığımız yerde halka açık bir spor salonu var, orası yürüyüşlere bile kapatılmıştı. Maalesef bunlardan yararlanamıyordum o yüzden öncesi ve sonrası arasında inanılmaz büyük bir fark var. Öncesinde dediğim gibi hiç boş günüm yokken pandemi süreciyle beraber tam tersi, neredeyse dolu günüm olmadığını söyleyebilirim yani.” (Erkek,24).

COVID-19 salgını sürecinde günlük yaşamının sürekli aynı olduğunu ve monotonlaştığını K6 adlı katılımcı şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Bir günümü şöyle geçiriyordum zaten muhtemelen gece boyunca film izliyordum, oyun oynuyordum veya iş yapıyordum. Sabah o yüzden geç kalkıyordum, düzenli bir hayat stilim olduğunu söyleyemem, kalktığım gibi yine iş başı, oyun, yemek ve tekrar gece iş başı, gene yemek sürekli böyle bir süreç.” (Erkek, 21)

K1 adlı katılımcı ise salgın sonrası dönemde eski yaşamına tam olarak dönemediğini şu sözlerle belirtmiştir:

“Tamamen eski sosyal yaşamıma dönemedim, ne eski sosyal yaşamım ne de COVID-19 zamanındaki sosyal yaşamım gibiydi. Tam ikisinin ortası, dengelenmiş bir şekilde bir sosyal yaşamım vardı. Pandemi genel olarak her şeyimizi şekillendirdi, sosyal ilişkilerimizi, düşüncelerimizi ve artık normalleşme sürecinde nasıl davrandığımızı da değiştirdi. Çünkü COVID sürecinde büyük ölçüde dışarı çıkmadığımız için normalleşme sürecinde de artık eve alışmış oluyorsun hani evet her ne kadar dışarı çıksak da normalleşme sürecinde eski hayatımızdan daha az dışarı çıkmaya başladık. Daha çok evde durmaya başladık yani artık çıkabilirsiniz denilse de.” (Kadın, 21).

K15 adlı katılımcı serbest zaman algısının tamamen değiştiğini ve hiçbir şeyin eskisi gibi olmayacağına dair inancını şu sözleriyle belirlemiştir:

“Bence hiçbir şey hiçbir zaman eskisi gibi olmayacak çünkü şu anki yaşamımız kötünün iyisi diyebiliriz, hiçbir zaman en eskiye yani 2019 öncesine dönemeyeceğiz bence, bu yeni bir dönem.” (Kadın, 18).

Katılımcıların çoğu salgın sürecinde yeni hobiler edinmekten ziyade var olan hobilerinin de kaybolduğunu ifade etmişlerdir. Buna örnek olarak K17 adlı katılımcının şu sözleri verilebilir:

“Salgın sürecinde yeni hobiler edinmedim aksine var olan hobilerimde gitti. Ben dans kursuna gidiyordum, spor falan yapıyordum, kapandığı için gidemedim hiçbirine.” (Kadın, 20).

Katılımcıların salgın öncesi yaşam stiline geri dönemediklerini ifade etmeleri, salgının etkilerinin uzun vadeli olduğunu göstermektedir. Salgın dönemi, bireylerin günlük rutinlerini, alışkanlıklarını ve toplumsal etkileşimlerini kökten değiştirmiştir. Ayrıca, bazı gençlerin salgın sürecinde ev yaşamına alıştığını ifade etmesi, salgın döneminin bireylerin alışkanlıklarını ve önceliklerini yeniden şekillendirdiğini göstermektedir.

Artan Sosyal Medya Kullanımı

Birçok katılımcı salgın döneminde, sosyal medya kullanımında artış olduğunu ve günün önemli bir kısmını sosyal medyada geçirdiklerini belirtmişlerdir. Buna ek olarak artan sosyal medya kullanımının insanlar arasında hissizlik yaratma gibi negatif etkileri de söz konusudur.²² Artan sosyal medya kullanımı, serbest zaman aktivitelerini de değiştirmiş ve günlük aktivitelere yön vermiştir. K3 adlı katılımcı salgın döneminde sosyal medya kullanımında artış olduğunu şu sözleriyle ifade etmiştir:

²² Giden 2016, 656.

“Yani iki, üç saatten dört, beş saate çıktı hatta yedi, sekiz saat bile denilebilir yani bazen. Sosyal medyayı ne olarak tanımlıyorsanız, eğer bilgisayar oyunları da dahilse günde 10-12 saat de diyebiliriz, çünkü tüm gün ya bilgisayarın karşısında oyun oynuyorum ya discorddan arkadaşlarımla chat, sohbet ediyordum ya da Youtube dan bir şeyler izliyorum. Trendyoldan alışveriş yapıyorum. Günlerim tamamen böyle geçiyor yani, ya da dizi izliyorum.” (Erkek, 21).

K4 adlı katılımcı salgından önce sosyal medyayı çok kullanmadığını ancak salgın döneminde sosyal medya kullanımında ciddi bir artış olduğunu ve sosyal medya kullanımının salgın öncesi döneme kıyasla neredeyse dört kat arttığını şu sözleriyle belirtmiştir:

“Salgından önce sosyal medyayı çok kullanmıyordum, yani son zamanlar olarak söyleyeyim, dediğim gibi üniversite sınavına hazırlanıyordum zaten ama salgına göre şey yapmasam, hiçbir zaman salgın döneminde kullandığım kadar kullanmadım. Mesela örnek veriyorum, salgın öncesi 3-4 saatse, salgın dönemi 10-15 saat. Hiç uyumadığım, aralıksız hani gerçekten gözlerimin kıpkırmızı olduğu günler de oluyordu. Oyun oynuyorum, mesajlaşıyorum, discorda giriyorum, başka oyunlar oynuyorum, buydu hayatım.” (Kadın, 20).

Birçok genç COVID-19 dönemiyle beraber sosyal medya bağımlısı olduğunu ifade etmişlerdir. Bununla ilgili olarak K15 adlı katılımcı düşüncelerini şöyle ifade etmiştir:

“Sosyal medyayı pandemi öncesi daha az kullanıyordum, şu an bağımlısı oldum diyebilirim yani kolum bacağı oldu.” (Kadın, 18).

Buna karşın, COVID-19 salgını döneminde önce sosyal medyada çok zaman geçirdiğini ancak birkaç ay sonra sosyal medyada salgına dair yer alan ölüm haberleri gibi iç karartıcı COVID haberlerinden uzak durmak için kullanımını azalttığını ifade eden K5 adlı katılımcı ise deneyimini şöyle aktarmıştır:

“Sosyal medya kullanımımda çok büyük değişim oldu, bir an hepimiz evdeyiz alışmaya çalışıyoruz, adapte olmaya çalışıyoruz, yeni bir hayat kurmaya çalışıyoruz, evin içerisinde sosyal medyada sürekli şey var olumsuzluklar sürekli ölüm sayaçları, bir yerde salgının ne kadar arttığı, bir yerde işte ne biliyim COVID’i önlemek için bildirimler, hastalıktan korunmak için evde değiştirilmesi gereken şeyler dışarı çıkınca ne yapılması gerektiği, içeri girince ne yapılması gerektiğiyle alakalı bir akış var. İki ay sonra günde üç saat anca alıyordum elime telefonu çünkü sürekli bunlara denk gelmek, sürekli olumsuzluk, televizyonu kapatıyordum, sadece müzik dinlemek için bilgisayar açık oluyordu ya da derse girmek için ya da iş varsa işe girmek için, ekstra film izlemek için açık oluyordu ama sosyal medyayla insanlarla dışarıdan insanlarla iletişim kurmak istemiyordum çünkü sürekli olumsuzluklar arasındasın ve dışarıdan da sürekli olumsuzluk duyunca artık sıkılıyorsun. Artık hiçbir şey tat vermemeye başlıyor ve üzülmekten yoruluyorsun ister istemez, o yüzden uzaklaşmışım” (Kadın, 23).

Katılımcıların ifadelerine göre salgın sürecinde kafa dağıtmak ve serbest zaman geçirmek için sosyal medya platformlarına daha fazla yönelmesi, salgının yaşam tarzlarını ve alışkanlıklarını önemli oranda etkilediğini göstermektedir. COVID-19 döneminde gençlerin sosyal medya kullanımında oluşan artış konusunda araştırmamız, Fidancı, Aksoy ve Başer’in²³ çalışmasıyla benzer sonuçlara ulaşmıştır. Buna göre COVID-19 pandemi döneminde başta gençler olmak üzere teknoloji kullanımı zorunlu hale gelmiş, teknoloji bağımlılığı artmış ve yaygınlaşmıştır.

Tema 4- Uzaktan Eğitimin Etkisi

Salgın sürecinin etkilerinin en yoğun hissedildiği alan yüz yüze eğitimden uzaktan eğitime geçilmesi olmuştur. Bu ana tema altında iki alt tema kodlanmıştır: Derslere odaklanamama, başarının azalması ve geleceğe yönelik kaygıların artması.

Derslere Odaklanamama ve Başarının Azalması

COVID-19 kısıtlamalarıyla beraber yüz yüze eğitimden uzaktan eğitime geçilmesi birçok öğrenciyi olumsuz yönde etkilemiştir. Katılımcıların büyük bir kısmı, uzaktan eğitimi verimli bulmamış ve “çöpe giden zaman” olarak değerlendirmiştir. K4 adlı katılımcı uzaktan eğitimde çok fazla sıkıntı

²³ Fidancı, Aksoy ve Başer 2022.

yaşadığını ve birçok konuda geri kaldığını ifade etmiştir. Uzaktan eğitimi “hayattaki bir kayıp” olarak gördüğünü şöyle dile getirmiştir:

“Bence salgın sürecinde olan eğitim tamamen hayatımda bir kayıp oldu. Neden kayıp, çünkü online olan eğitim faydalı değil, ben bütün derslere girmeye çalıştım, ilk dönem hevesliydim, istediğim bölümü de okuyordum, çok heyecanlıydım ama ikinci dönem çok sevmeme rağmen dersleri götürememeye başladım. Konular birikmeye başladı ve sanal ortam olunca karşımdaki insan neyi anlayıp anlamadığımı anlamıyor. Yüz yüze olduğu gibi yorulup yorulmadığımı anlamıyor. 3-4 saat ders kaydım oluyordu benim, hani bunları ders anında bitirmek mümkün değil gerçekten, 3-4 saat ders işliyorsun, gerçek ortamda öyle olmuyor, soru soruyor muhabbet oluyor, ortam dağılıyor. Hani sanal ortam zaman açısından, teknolojiyi kullanmak açısından iyi ama eğitime katkı sağladığını düşünmüyorum. İnsanın sosyalliğini etkiliyor çekiniyorsun, hala da uyum sağlayabildiğim bir şey değil, birisi bana mikrofonu aç konuş dediğinde konuşam gelmiyor, ondan derslere girmiyorum.” (Kadın, 20).

Ekran karşısında birçok bilgiye ulaşmakta zorlandığını ve bu konuda ileriye yönelik kaygıları olduğunu açıkça ifade eden K5 adlı katılımcı kendini şu cümlelerle ifade etmiştir:

“Özellikle ilk dönemde çok çok zorlandım çünkü ekranın karşısındayım işte bir şey sorsam eğitimcim tam duyabilecek mi, ya da konuyu bölmüş olacak mıyım, arkadaşlarımı bununla ilgili ne düşünüyorlar, gözlemleyemiyordum. Biz ekran karşısında olduğumuz için çok bilgi eksikliğimiz var ve ödev formatında hazırladığımız için bütün sınavları artık hani onlar bize bir şey katmamışlar; biz aslında copy paste yapmışız sadece kopyala yapıştır yaparken bir şeyler öğrenmeyi unutmuşuz ve şu an en basic bilgilerde bile çok eksikliğimiz var ve toplamaya çalışırken bir yandan da günlük hayatın akışı olduğu için eksik kalıyor ister istemez. Yani eksik mezun olacağımızı düşündüğümüz için bazıları altta ders bırakıyor bilinçli olarak bir sene daha uzasın bir şeyler alabilelim diye, ama bu ilgisi olanlar için, ilgisi olmayan arkadaşlarımız zaten artık bitsin de kurtulalım derinde ya bitsin sadece bu diplomayı alalım buradan çıktuktan sonra bir şeyler yapalım bakış açısıyla devam ediyorlar.” (Kadın, 23).

K20 adlı kullanıcı uzaktan eğitimi verimsiz bulmasını şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Uzaktan eğitimde derslere evden girme isteğim yoktu, girsem de fazla odaklanamıyordum, anlayamıyordum, çok verimsizdi” (K20, Erkek, 18).

Yüz yüze eğitimi daha verimli bulan ancak uzaktan eğitimin, eğitim hayatını çok etkilemediğini ifade eden K2 adlı katılımcı şu sözlerle durumu açıklamıştır:

“Derslere kendimi verememek adına bir sorun yaşadım çünkü gerçekten yüz yüze eğitimle uzaktan eğitim arasında bir kere çok fark var. Ben dersi yüz yüze ve hocaya direk soru sorduğumda anlayabiliyorum online’da da direk soru sorabiliyoruz ama hocanın da haklı yönleri var, hangimize cevap verecek, uzaktan belirli bir neticede bize bilgi aktarabiliyor. Bu konuda biraz sıkıntılar yaşadım ama dönemi firesiz verdiğim için gayet mutluym.” (Erkek, 24).

Geleceğe Yönelik Kaygıların Artması

Çalışmaya katılan üniversite öğrencileri, uzaktan eğitim sırasında yaşadıkları iletişim sorunları ve derslere odaklanamama gibi sorunları dile getirerek; bunun derslerde geri kalmalarına ve gelecek kaygısı yaşamalarına yol açtığını söylemişlerdir. Bunlara karşın katılımcıların çok daha az bir kısmı ise uzaktan eğitimi zaman tasarrufu açısından verimli bulmuş ve sorun yaşamadıklarını ifade etmişlerdir. Bazı katılımcılar da uzaktan eğitimin zaman tasarrufu sağlaması nedeniyle hibrit eğitimin daha yararlı olacağını ifade etmişlerdir. K1 adlı katılımcı bu durumu şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Açıkçası yol benim için çok büyük problemdi. Yüz yüze eğitime geçtiğimizde sabah derslerine gerçekten gitme sayım ve girme sayım azaldı fakat online eğitimdeyken sabah derslerine düzenli bir şekilde katılabiliyordum ayrıca hani kalkıp kahvaltımı yapıyordum rahat rahat, kendime vakit ayırıyordum ve açıkçası yol çekmediğim için daha fazla ders çalışacak zamanım vardı diye düşünüyorum. Evin içinde olunca zaten hani insan yapacak çok bir şey bulamıyor, belirli hani hobilerime vakit ayırıyorum ama illa ki ders çalışacak boş bir zamanım da oluyor.” (Kadın, 21).

K9 adlı katılımcı ise uzaktan eğitimi verimli bulduğunu şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Ben pandemide daha iyi verim aldığımı düşünüyorum. Şöyle, pandemiden önce mesela bir dersi dinliyorduk ve o dersi sadece o an dinleyebiliyorduk, sonrası yok, şimdi o an uygun olmasak ya da

o an kendimi verimli hissetmiyorum, odaklanamazsam bile daha sonrasında izleyebiliyorduk.” (Erkek, 21).

Uzaktan eğitimi verimli bulan veya uzaktan eğitim sırasında sorun yaşamadığını dile getiren gençler de olmuştur; ancak çalışmaya katılan gençlerin birçoğu uzaktan eğitim sırasında derslerinden geri kaldıklarını ve uzaktan eğitimi yararlı bulmadıklarını ifade etmişlerdir. Bu çalışmada uzaktan eğitime dair literatürle benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Çevik’in (2023) çalışmasında da öğrenciler uzaktan eğitimi verimli bulmamış ve derslere odaklanamadıklarını belirtmişlerdir.²⁴ Sonuç olarak, yüz yüze eğitimden uzaktan eğitim modeline geçişin, üniversite öğrencilerinin motivasyonunu düşürdüğü, öğrenme sürecinin etkinliğini azalttığı ve dikkat dağınıklığı yaratarak eğitim deneyimleri olumsuz etkilediği görülmüştür. Ancak hibrit eğitim modelinin yüz yüze ve online eğitimi bir araya getirmesiyle, pandemi sonrası eğitim sistemine esneklik, zaman tasarrufu sağlayarak ve uzak mesafelere ulaşım sorunlarını ortadan kaldırarak erişilebilirliği arttırabileceği de göz önünde bulundurulmalıdır.

Tema 5- Sağlık Sorunlarına Etkisi

Gençlerin COVID-19 salgını sürecinde çeşitli sağlık sorunları yaşadıkları yapılan görüşmelerde ortaya çıkmıştır. Sağlık sorunları teması altında iki alt tema kodlanmıştır. Bunlar sırasıyla sağlıksız beslenme ve kilo artışı ve psikolojik etkilerdir.

Sağlıksız Beslenme ve Kilo Artışı

Salgın sürecinde gençlerin en çok sıkıntı yaşadığı bir diğer konunun fiziksel aktivite yetersizliğinden kaynaklı sağlık sorunları olduğu görülmüştür. Katılımcıların birçoğu ciddi şekilde kilo aldığını ve bunun rahatsız edici olduğunu ifade etmiştir. K2 adlı katılımcı COVID-19 salgını sürecinde fazla kilo aldığını şu sözlerle ifade etmiştir:

“İnanılmaz bir kilo aldım, aşırı bir kilo aldım yani kendimi hiçbir zaman bu kiloda görmemişim neredeyse 15 kilo kadar kilo aldım ve bu beni gerçekten artık yormaya başlamıştı merdiven çıkarken. Ondan sonra kalbimde hafif hafif bir çarpıntı oldu çokta kahve içtiğimden ayrıyeten. Bu sorunlar beni gerçekten ürkütmeye başlamıştı.” (Erkek, 24).

Katılımcıların bir çoğu, COVID-19 salgını sürecinde sağlıksız beslenmeyi alışkanlık haline getirdiğini ve pek fazla hareket etmediklerini ifade etmişlerdir. Bu durumla ilgili K8 adlı katılımcı şu sözleri söylemiştir:

“Yani sürekli odamdayım ve habire sadece bir şeyler izliyorum, doğal olarak yanında da sürekli bir şeyler yiyorum. Habire eve sipariş veriyorum ne biliyim pizza, hamburger. Oda sınırları içerisinden de pek çıkmadığımdan tüm gün yayılıp yatıyorum, bu yönden benim için kötüydü.” (Kadın, 18).

Yapılan görüşmeler sonucu gençlerin büyük bir çoğunluğunun COVID-19 salgını döneminde fiziksel hareketsizlikten kaynaklanan sağlık sorunları yaşadıkları ve sağlıksız beslenme sonucunda kilo artışı yaşadıkları görülmüştür. Bu anlamda salgının yaşamın bütün boyutlarını etkilediği tespit edilmiştir.

Psikolojik Sorunlar

Bu dönemde gençlerin hayatında fiziksel sağlık sorunlarına ek olarak birçok psikolojik sağlık sorunları da ortaya çıkmıştır. Katılımcıların birçoğu psikolojik sorunları nedeniyle ilaç kullanmaya ve psikolojik destek almaya başladıklarını dile getirmişlerdir. Kısıtlamalar sona erip hayat kısmen normale döndüğünde ise hastalıkların etkilerinin devam ettiğini şöyle ifade etmişlerdir:

“Ben normalde yani normalleşme sürecinde anksiyeteye sahip olduğumu fark ettim yaptığım bazı araştırmalarda vs. ve bunun için açıkçası psikiyatriye gittim artık hani sosyal ortamlara girerken belirli düzeyde çekinme her şeyden endişe duyma ister istemez düşündükçe kafamda hani bunlar yerleşmeye başlamış hani böyle açıkçası. Artık her şeyden çok fazla endişe duymaya başlamışım, sürekli kaygı yaşıyordum, uykularımdan gerekse bu kaygılar sebebiyle uyanıyordum ki bence bu büyük bir problem. Uykumdan düşünerek uyandığım zaman dedim ki hani bu böyle olmaz. Bende gerçekten değişim gözlemledim bir problem var dedim” (Kadın, 21).

²⁴ Çevik 2023.

“COVID oldumbu nedenle 1 ay boyunca belli dönemler hastanede yatmak zorunda kaldım çünkü bağışıklık sistemim artık COVID’i kaldırmamaya başladı. Terapi süresi ve tedavi süresi uzadı.Hatta COVID’den sonra epilepsi teşhisi aldım, şimdi obsesif hastalığım var onun da teşhisini yeni aldım. Salgından önceki gibi olmasa da hala pozitif bir insanım insanlarla iletişim kurmayı çok severim ama duygu durumumda değişmeler başladı ya birazcık çok mutluyum birkaç saniye sonra duygum bir anda değişip üzölmeye başlıyorum ya da işte sürekli zihnimde daha önce aştığım sorunlar ama hala dolandığını sürekli tekrarladığını hissediyordum.” (Kadın, 23).

Salgın döneminde üniversite öğrencilerinin hem fiziksel hem de psikolojik sağlık sorunlarına maruz kaldığı görölmüştür. Araştırma bulgularımız literatürle paralel bir şekilde COVID-19 döneminin gençlerin ruh sağlığını oldukça etkilediğini göstermektedir. Özellikle sokağa çıkma kısıtlamaları döneminde, eve kapanmayla birlikte fazla ekrana maruz kalma, sağlıksız beslenme ve kilo artışı gibi etkenler gençlerin depresyon oranlarında ciddi bir artışa yol açmıştır.²⁵ COVID-19 salgını tüm dünyada insanları gerek psikolojik gerekse fizyolojik olarak etkilerken, bu durumun etkilerini en çok hisseden gruplardan biri olan gençler, zor bir dönemden geçmiş ve intihar gibi riskli davranışların arttığı tetikleyici bir ortama maruz kalmışlardır.²⁶

Tema 6- Sorunlarla Baş Etme Süreçleri

Gençlerin COVID-19 salgın sürecinde sorunlar yaşadıkları ve bu sorunlarla farklı şekillerde baş etmeye çalıştıkları yapılan görüşmelerde ortaya çıkmıştır. Sorunlarla baş etme süreçleri altında üç alt tema kodlanmıştır. Bunlar sırasıyla aile içi sorunlarla baş etme, sağlık sorunlarıyla baş etme ve hastalık korkusuyla baş etmedir.

Aile İçi Sorunlarla Baş Etme

Katılımcıların birçoğu COVID-19 döneminde aile içi sorunlar yaşadığını ve bunun aile içi ilişkileri olumsuz yönde etkilediğini belirtmiştir. K12 adlı katılımcı yaşadığı aile içi sorunlarla baş etme yolu olarak ailesiyle iletişim kurmama yolunu seçtiğini şu sözlerle ifade etmiştir:

“Birbirimizle çok iletişim kurmayarak. Hepimiz odalara kapandık, bir süre iletişim kurmadık.” (Kadın, 23).

K13 adlı katılımcı ise yaşadığı aile içi sıkıntılarla baş etme yolu olarak başka şeylerle uğraşmayı ve arkadaşlarıyla görüşmeyi tercih ettiğini şöyle dile getirmiştir:

“Dışarı çıkma yasağı kalktığında bol bol dışarı çıkmaya, arkadaşlarımla buluşmaya, görüşmeye çalıştım. Böyle bir psikolojik anlamda kendime fayda oluşturmaya, daha mutlu olmaya çalıştım. Dersime çalıştım, sınavlarım vardı zaten yoğunum, bütün zamanımı derslere ayırdım, kendime geliştirmeye ayırdım. Video izledim, hobilerim hakkında bilgilerimi artırmaya çalıştım.” (Erkek, 23).

Bu araştırmada Çevik’in²⁷ bulgularıyla benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Salgın sürecinde gençlerin aile evine geri dönmeleriyle birlikte özgürlükleri büyük oranda kısıtlanmıştır. Gençler, aile evinde olabildiğince kendilerine özel alanlar oluşturmaya çalışarak bu durumla baş etmeye çalışmışlardır.

Sağlık Sorunları ile Baş Etme

COVID-19 sürecinde birçok katılımcı özellikle psikolojik anlamda sorunlar yaşadığını ve yaşanan sorunlarla baş etme yolu olarak uzman kişilerden destek aldıklarını belirtmişlerdir. Buna örnek olarak K1 adlı katılımcının şu sözleri gösterilebilir:

“Pandemi sürecinde açıkçası kendim çözmeye çalıştım fakat önünü alamayınca bir psikiyatriste gitmeye karar verdim.” (Kadın, 21).

Araştırmamıza katılan öğrencilerin yaş ve cinsiyet gibi özelliklerinin onların ruhsal sağlığında ayırt edici bir etkisi gözlemlenmemiş ancak, pandemide yaşadıkları bölgenin kırsal ya da kent olmasının salgın dönemini farklı deneyimlemelerine etki ettiği görölmüştür. Pandemiye kırsal alanda geçiren gençler psikolojik olarak daha iyi hissederken, pandemiye kentsel alanlarda geçiren gençler ise ruhsal açıdan daha negatif etkilenmişlerdir. Bunun nedeninin kırsal alanlarda sokağa çıkma kısıtlamasının daha

²⁵ Aksu vd. 2022.

²⁶ Köseköy ve Şahin 2023.

²⁷ Çevik 2023.

esnek olarak uygulanması olduğu düşünülmektedir. Araştırmamızda cinsiyetin ruh sağlığına etkisi konusunda fark yaratmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu konuda literatürde farklı bulgular mevcuttur. Korkutan'ın²⁸ çalışmasında, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha iyi bir psikolojik dayanıklılığa sahip olduğu ve pandemiyi erkek öğrencilere göre daha rahat bir şekilde geçirdikleri tespit edilmiştir.

Psikolojik sorunlara ek olarak birçok katılımcı COVID-19 sürecinde kilo aldığını ve bununla baş etme yolu olarak gıda tüketimlerini azalttıklarını ve evde spora başladıklarını ifade etmişlerdir. K7 adlı kullanıcı bu durumu şu sözlerle ifade etmiştir:

“Yememe içmeme çok daha fazla dikkat ettim, bir süre hiçbir şey yemedim, sanırım bu da kötü, bu da bir hastalık. Yani beslenmeme çok dikkat ettim, fazla bir şey yemedim ve olabildiğince evde spor yapmaya başladım.” (Erkek,21).

Çalışmaya katılan gençlerin bir çoğu salgın döneminde fazla kilo aldığını ve bunun neticesinde de ruh sağlığının olumsuz olarak etkilendiğini dile getirmişlerdir.

Hastalık Korkusu ile Baş Etme

COVID-19 salgının gençleri en çok zorlayan kısımlarından birinin de hastalık korkusu ve yakınları kaybetme endişesiyle baş etmek olduğu saptanmıştır. Gençlerin çoğu bu endişeyle baş etmenin yolunu hobilere vakit ayırmakta bulurken; bazıları da salgın sürecini herkesin yaşadığını ve herkesin aynı durumda olduğunu kendilerine hatırlatarak bu endişeyle baş etmeye çalıştıklarını ifade etmişlerdir. K5 adlı katılımcı endişe sürecini şu şekilde ifade etmiştir:

“Daralma noktası vardır ya o daralma noktasında mesela hemen eşyalarımı toplayıp spora gidiyorum çünkü motive olmam gerekiyordu bir şekilde, yani yaşayabilmek için ya da o anda kalabilmek için bunu yapmam gerekiyordu ve koşup salona gidip bu sefer kendimi harap ediyordum.” (Kadın, 23).

K1 adlı katılımcı ise, herkesin bu salgını yaşadığını düşünerek kendini telkin ettiğini, rahatsızlık veren insanları hayatından çıkardığını, ayrıca hobilerinin baş etme konusunda fazlasıyla yardımcı dokunduğunu şu sözleriyle ifade etmiştir:

“Yani aslında herkesin bunlarla baş ettiğini, herkesin böyle problemlerle baş ettiğini gözlemlerim ve bunların hani bazı şeylere benim elimden bir şey gelmediğini fark ettim. Böyle tabii ki böyle düşünmeye başlayınca da insan daha fazla rahatlamaya başlıyor. (Kadın, 21)

Hasta olmaktan çok başkalarına virüs bulaştırma korkusu yaşayan K5 adlı katılımcı düşüncelerini şöyle dile getirmiştir:

“Şöyle bir durum oluştu, bende hasta olurum değil de eğer taşıyıcıysam sevdiğim insanlara bulaştırırsam. Aile içinde bile ister istemez sadece odamda zaman geçirmek istiyordum, daha çok içe kapanıklık yarattı ister istemez çünkü kendi alanımdan dışarıya çıkmıyordum.” (Kadın, 23).

Gençlerin birçoğu hastalığa yakalanmaktan çok, hastalığı bulaştırma korkusuyla baş etmişlerdir. Araştırmanın bu bulgusu literatürle paralellik göstermektedir. Daha önce yapılan bir çalışmada, gençlerin virüsü yaydıkları şeklinde sosyal medyada hedef gösterilmesinin, yaşadıkları korkuyu daha da arttırdığı ve hali hazırda yaşadıkları ruhsal sorunların önünü açtığı sonuçlarına ulaşılmıştır.²⁹ K7 adlı kullanıcı yaşadığı hastalık korkusunun sosyal ilişkilerini de etkilediğini ve herkesten uzaklaştığını şu sözlerle ifade etmiştir:

“Dediğim gibi kendimi çektim, ikili ilişkilerde fazla yaklaşmama ya özellikle fiziksel temas, aile içi bireylerle baya azaltmaya çalıştım. Böyle baş etmeye çalıştım.” (Erkek, 21).

Benzer şekilde yaşadığı hastalık korkusunun sosyal ilişkilerini etkilediğini söyleyen K15 adlı katılımcı duygularını şöyle dile getirmiştir:

“İlk başlarda hani pandemi de artık insanlarla görüşmekten çekinmeye başladım hani insanlar artık benim için potansiyel bir virüstü, hani direk insan gördün mü kaç duyusuna girmiştin o yüzden tabii ki etkiledi.” (Kadın, 18).

²⁸ Korkutan, Menteş ve Korkutan 2023.

²⁹ Şahin 2022.

Görüldüğü gibi salgın döneminde gençler kendilerince baş etme mekanizmaları geliştirmişler ancak hastalık korkusu öğrencilerin sosyal ilişkilerini, fiziksel ve psikolojik sağlıklarını birçok açıdan olumsuz yönde etkilemiştir.

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Araştırmada COVID-19 salgını sürecinden üniversite öğrencilerinin sosyal, psikolojik ve fiziksel yönden olumsuz bir şekilde etkilendiği tespit edilmiştir. Uzaktan eğitime geçiş, ardından gelen kısıtlamalar ve karantina uygulamaları, üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgını süreci deneyimlerini oldukça zorlu hale getirmiştir. Sokağa çıkma yasağı ve kısıtlamaları, maske, mesafe ve hijyen kuralları, HES kodu gibi uygulamalar, bütün kafe ve restoranların kapanması gençlerin yaşamını önemli ölçüde sınırlandırmıştır. Bu kısıtlamalar nedeniyle evden dışarı çıkamamak gençlerin stresleriyle baş etmede zorluk yaşamalarına yol açmıştır.

Üniversiteye başlayarak ailelerinden ayrı bağımsız bir hayata başlayan gençler, kısıtlama ve karantina sürecinde aileleriyle yeniden bağımlı bir ilişkiye girmek zorunda kalmışlardır. Aileyle uzun zamanlar geçirmek zorunda kalmak, aile içi ilişkilerde sorunlara sebep olmuş ve aile üyelerinin birbirine karşı tahammülsüzlüklerinin arttığı görülmüştür. Aile içi ilişkilerle ilgili olarak araştırmamızda, Güngör ve Aşkın'ın³⁰ yaptıkları çalışmayla benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Güngör ve Aşkın'ın 2021 yaptığı çalışmada, pandemi döneminin aile içi ilişkilere zarar verdiği ortaya konmuştur.³¹ Pandemi öncesi dönemde de aileleriyle birlikte yaşayan üniversite öğrencilerinin ise bu durumdan daha az etkilendiği görülmüştür. Ergül ve Yılmaz'ın³² yaptıkları çalışmada ise bizim araştırma sonuçlarımızdan farklı olarak pandemi döneminde, aile içi ilişkilerin kuvvetlendiği ve aile bireylerinin birbirlerini daha çok destekleme güdüsünde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmamızda, kısıtlamalar nedeniyle arkadaşlık ilişkilerinin önemli ölçüde zayıfladığı, yüz yüze etkileşimin azaldığı ve arkadaşlıkların birçoğunun sona erdiği bulgularına ulaşılmıştır. Çoğu üniversite öğrencisinin salgın sürecinde arkadaşlık ilişkileri geri dönülemez şekilde hasar görmüştür. Kırsal kesimde yaşayan katılımcıların sokağa çıkma kısıtlamalarına, kentte yaşayan katılımcılara oranla daha az uyduğu ve psikolojik olarak daha az etkilendikleri gözlemlenmiştir. Bu noktada kentte ikamet edenler için, benzeri salgın süreçleri ve genel olarak toplum sağlığı açısından vakit geçirebilecekleri park/yeşil alan gibi açık hava mekanları artırılmasının önemi ortaya çıkmıştır. Salgın sonrası dönemde de katılımcılar salgın öncesine göre daha içine kapanık ve bireysel olduklarını ifade etmişlerdir. Gençler COVID-19 salgını sonucunda eskisine göre sosyalleşmekte zorlandıklarını, kalabalık içine girmekten çekinmeye başladıklarını ifade etmişlerdir. Gençler COVID-19 döneminde kendilerini sürekli yalnız hissettiklerini ve yalnızlık duygusuyla başa çıkamadıklarını, bunun neticesinde de psikolojik sorunlarının arttığını dile getirmişlerdir.

COVID-19 salgını sürecinde gençlerin alkol ve sigara gibi zararlı madde kullanımı davranışlarında bir takım değişiklikler meydana gelmiştir. Pandemi öncesi dönemde alkol veya sigara kullanmayan gençler, kısıtlamalar ve psikolojik sorunlardan dolayı alkol ve sigara kullanımına başlamıştır. Pandemi öncesi dönemde alkol veya sigara kullanan gençlerin ise pandemiyle beraber bu davranışlarında artış yaşadığı gözlemlenmiştir. COVID-19 salgını süresince gençlerin online alışveriş alışkanlıklarında da ciddi bir artış olduğu görülmüştür. Alışveriş bir ihtiyaçtan çok hobi haline gelmiş ve ev eşyası alışverişine daha çok bütçe ayrılmıştır. Araştırma bulgularımız Danışmaz'ın³³ çalışmasıyla paralel sonuçlara ulaşmıştır. Katılımcılar, COVID-19 öncesinde online alışveriş sitelerini tercih etmezken salgınla beraber online alışveriş bağımlısı olduklarını dile getirmişlerdir.

Salgın döneminde üniversite öğrencilerinin serbest zaman aktivitelerinin de tümüyle değiştiği görülmüştür. Günlük aktiviteler sürekli tekrarlanmaya başladığında katılımcılar, boşluğa düşme hissiyle karşı karşıya kalarak, günlerinin birçoğunu ekran karşısında geçirmeye başlamıştır. Bir çok gencin yeni hobiler edinmediği, aksine var olan hobilerini geliştirerek pandemiyle baş etmeye çalıştığı görülmüştür. Sosyal medya kullanımı konusunda ise COVID-19 salgını öncesi zamanla kıyaslandığında çok ciddi bir artış söz konusudur. Üniversite öğrencileri için salgın döneminde sosyal medya, önemli bir ihtiyaç

³⁰ Güngör ve Aşkın 2021.

³¹ Güngör ve Aşkın 2021.

³² Ergül ve Yılmaz 2021.

³³ Danışmaz 2020.

haline gelmiştir. Sosyal medya kullanımıyla ilgili olarak araştırmamızda, Öztürk'ün³⁴ çalışmasıyla benzer bulgular elde edilmiştir. Öztürk'ün çalışmasında sokağa çıkma kısıtlamalarının insanların ruh hallerini ani bir şekilde etkilediği ve bu durumun sosyal medya kullanımında artışa yol açtığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Bu çalışmada da benzer şekilde COVID-19 kısıtlamalarının gençleri sosyal medyaya yönlendirdiği ve internetin günlük rutinlerinin bir parçası haline geldiği görülmüştür.

COVID-19 salgını nedeniyle uzaktan eğitime geçilmesi, katılımcılarımızın çoğu tarafından olumsuz olarak değerlendirilmiş ve gelecek kaygılarının artmasına sebebiyet vermiştir. Uzaktan eğitimde erişim zorluğu, eğitimin sanal ortamda gerçekleşmesi ve isteksizlikten kaynaklı gençlerin eğitime katılımında azalma görülmüştür. Bu nedenle katılımcılar, uzaktan eğitimden verim alamadıklarını ifade etmiştir. Bu durumun gençlerin meslek seçimlerinde de önemli ölçüde etkili olacağı düşünülmektedir. Uzaktan eğitime geçiş ve gelen kısıtlamalarla birlikte gençlerin eğitim aldıkları bölüm konusunda endişeli oldukları ve gerçekten bu mesleği mi yapmak istiyorum düşüncesiyle baş başa kaldıkları görülmüştür. Ancak literatürde uzaktan eğitimin yararlı olduğuna dair bulgular da mevcuttur. Avcı'nın³⁵ çalışmasında, uzaktan eğitimin gençler için birçok açıdan yararlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Gelecekte yaşanabilecek benzer bir salgın durumunda, eğitim sürecinin kademeli olarak uzaktan eğitime geçmesi ve dersler sırasında kameraların açık olmasının zorunlu olması ve hibrit eğitim modelinin uygulanmasını; eğitim sürecinde yaşanan zorlukların önüne geçebileceği düşünülmektedir. Uzaktan eğitime geçilmesiyle birlikte gençlerin istihdama yönelik gelecek kaygıları da artmıştır. Tokol ve Emirgil'in (2023) çalışmasında COVID-19 salgının ülke ekonomileri ve işgücü piyasaları üzerinde yarattığı olumsuz etkiler nedeniyle gençlerin istihdama erişim konusunda mücadele etmek zorunda oldukları sorunların hızlı bir biçimde arttığı belirtilmiştir.³⁶ Bu sorunla mücadele etmek için gençlerin istihdamına yönelik çabaların artırılması, gençlerin geleceğe yönelik endişelerinin azalmasına yardımcı olacaktır. Bazı bölümlerde daha kısıtlı olan staj imkanlarının geliştirilmesi, öğrencilerin psikolojik ve akademik gelişimi konusunda katkı sağlayabilir.

Salgın döneminde üniversite öğrencilerinin hem fiziksel hem de psikolojik sağlık sorunlarına maruz kaldığı görülmüştür. COVID-19 salgını nedeniyle en sık karşılaşılan sağlık sorunu aşırı kilo alımı olmuştur. Bu dönemde gençlerin yeme alışkanlıkları değiştiği için, aşırı derecede kilo alımı meydana gelmiştir. Koç ve Bayar'ın³⁷ çalışmasında gençlerin kısıtlamalar nedeniyle hareketsiz kalmalarının yol açtığı bir diğer etkinin fazla besin tüketimi olduğu belirtilmiştir. Bu noktada, gençlerin fiziksel aktivitelerini arttırmaya yönelik çalışmalar yapılmasının, gençlerin ruh ve beden sağlığı gelişimini pozitif etkileyeceği düşünülmektedir. Bazı ülkeler, özellikle gençlerin salgın nedeniyle yaşadığı sıkıntılara çözüm amaçlı hatlar kurmuşlardır. Bu ülkelerden biri olan Polonya'da salgının gençlerin ruh sağlığı üzerine etkilerini azaltmak için hatlar kurulmuştur. Bu tarz desteklerin Türkiye'de de artması gençlerin yaşadıkları sıkıntılarla baş etmelerine katkı sağlayabilir. COVID-19'un üniversite öğrencilerinin sağlığına etkileri açısından psikolojik durumları üzerindeki etkisine bakıldığında, Şahin'in 2022 yılındaki çalışmasıyla benzer sonuçlara ulaşılmıştır.³⁸ Bu dönemde katılımcıların psikolojisi, hastalık korkusu ve karantinalardan dolayı olumsuz yönde etkilenmiş olup katılımcıların çoğu psikolojik tedaviye başladığını ifade etmiştir. Olası yeni bir salgında online sağlık ve psikolojik destek gruplarının oluşturulması gibi önlemler, gençlerin sağlığını korumada önemli bir rol oynayabilir.

Gençler salgın döneminde yaşadıkları aile içi sorunlarla baş etmek için, daha çok kendi kişisel alanlarına kapanma ve aile içi iletişimi en aza indirme yöntemini kullanmışlardır. Gençler salgın sürecinde yaşadıkları psikolojik sorunlarla baş etme yöntemi olarak hobilerine vakit ayırmışlardır. Hareketsizlik ve aşırı kilo alma sorununa karşı ise evde spor yapmaya çalışmışlardır. Salgın süresince gençler, hastalık korkusu yaşamaktan çok yakınlarına hastalık bulaştırma korkusuyla baş etmeye çalışmışlardır. Yaşanılan hastalık korkusuyla hobilere daha çok vakit ayırarak ve tüm dünyanın COVID-19 salgını yaşadığı farkındalığını kendilerine hatırlatarak bu sorunlarla baş etmeye çalıştıklarını ifade etmişlerdir. "Hastalığın insan sağlığı üzerindeki etkilerinin tam olarak bilinmemesi, bilgilerin eksik ve/veya yanlış olması, hastalığın ölüm riski taşıması, sürekli olarak salgınla ilgili olumsuz haberlere

³⁴ Öztürk 2021.

³⁵ Avcı 2021.

³⁶ Tokol ve Emirgil 2023.

³⁷ Koç ve Bayar 2020.

³⁸ Şahin 2022.

maruz kalma, hastalığa yakalanma, hastalığı sevdiklerine bulaştırma, onların hastalanması veya ölümü tüm bireylerin ruh sağlığını olumsuz şekilde etkilemiş ancak bu etki gençler ve çocuklarda yetişkinlere oranla daha fazla olmuştur.³⁹”

Gelecekte yaşanacak salgın gibi olağanüstü durumlarda, ilgili kurumların gençlere yönelik aktif olarak faaliyet gösteren programlar oluşturmaları, gençlerin sağlığı ve gelişimi açısından faydalı olacaktır. Özellikle üniversitelerin online platformlarda da gençleri buluşturması gençlerin iyi oluş hali için katkı sağlayabilir. Toplumun tüm kesimleri için online destek platformları ve istek-ihitiyaç platformlarının artırılması gerekmektedir. Buna ek olarak yürütülen her türlü destek programının tanıtımı iyi yapılmalıdır çünkü düzenlenen bir çok organizasyon ve destek programı, özellikle sosyal medyada çok zaman geçiren gençlere bile ulaşamamaktadır. Salgın ve benzeri felaketlerde toplumsal sorunların aşılması konusunda, sosyal politikalara ve mikro düzeyde bireylerin ihtiyaçlarına odaklanması önem arz etmektedir. Bu çalışmada, COVID-19 salgın döneminde yaşanan bir çok sorun, bütüncül olarak yorumlanmaya ve analiz edilmeye çalışılmıştır. Bu konuda gelecekte yürütülecek çalışmaların, gençlerin sorunlarla baş etme becerilerinin nasıl arttırılacağına ve sosyal, ekonomik olarak nasıl güçlendirilecekleri konusuna odaklanması gerekmektedir.

Destekleyen Kurumlar

Bu çalışma Tübitak 2209-A [Proje başvuru nod: 1919B012101395] projesi kapsamında desteklenmiştir.

³⁹ Aksu vd. 2022. 143-144.

Kaynakça

- Aksu, G. G., İncel, İ., Akar, A., Üstün, M.S, Cam, Z.D ve Toros, F. (2022). COVID- 19 Salgınının Çocuk ve Gençlerin Ruh Sağlığına Yansımaları, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 15 (Özel Sayı-1, 21. Mersin Pediatri Günleri), 142-150.
- Aktaş, G. (2021). Pandemi Sürecine Tanıklık Eden Gençler Üzerine Nitel Bir Çalışma: Üniversite Gençliği Örneği. Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, 54, 27-48.
- Arıkan, H. ve Aytekin, Ş. (2022). COVID-19 Pandemi Etkisi Araştırmaları Üzerine Sosyolojik Bir İnceleme. Habitus Toplum Bilim Dergisi, 3, 177-206.
- Avcı, A. (2021). Pandemi (COVID-19), Üniversite Öğrencileri ve Uzaktan Eğitim Deneyimi. Habitus Toplum Bilim Dergisi, 2, 71-83.
- Aydın, Y. ve Köse, M. (2021). COVID-19 Experience of Higher Education Students in Urban and Rural Areas. Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 46, 337-354.
- Baltacı, A. (2018). Nitel Araştırmalarda Örnekleme Yöntemleri ve Örnek Hacmi Sorunsalı Üzerine Kavramsal Bir İnceleme. Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 7, 231-274.
- Bauman, Z. ve May, T. (1990). Sosyolojik Düşünmek. (25. baskı). İstanbul: Ayrıntı.
- Çakıroğlu Çevik, A. (2023). Görünmeyen Çoğunluk “Birinci Nesil Üniversite Öğrencileri”nin COVID-19 Salgın Deneyimleri. Sosyoloji Araştırmaları Dergisi, 26 (1), 61-68.
- Dünya Sağlık Örgütü. (19.08.2023). COVID-19 Güncel Verileri. Erişim adresi: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Fidancı, İ., Aksoy, H. ve Ayhan, B. D. (2022). Nomofobi ve COVID-19 Pandemisi. Sürekli Tıp Eğitim Dergisi, 31(3), 237-240.
- Giddens, A. ve Sutton, P. (2016). Sosyoloji. (7.baskı). İstanbul: Kırmızı.
- Güngör, V. ve Aşkın, D. (2021). Afet ve Aile İçi İlişkiler: COVID-19 Pandemisinin Aile İçi Tartışma ve Şiddet Üzerindeki Etkileri. Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 10 (1), 46-55.
- Hacettepe Üniversitesi Gençlik Araştırmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi. (08.09.2023). Gençliğin Önemi. Erişim Adresi: <https://hugau.hacettepe.edu.tr/#:~:text=Gen%20C3%A7lik%20d%20C3%B6nemi%20UNESCO%20taraf%20C4%B1ndan%2015,aras%C4%B1n%C4%B1%20gen%C3%A7lik%20d%20C3%B6nemi%20olarak%20benimsemi%C5%9Ftir>.
- Koç, M. ve Bayar, K. (2020). COVID-19 Pandemisinde Fiziksel Aktivite ve Egzersizin Önemi. Karya Journal of Health Science, 1(2), 19-21.
- Korkutan, M., Menteş, N. ve Korkutan, M. (2023). COVID-19 Sürecinde Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklık Düzeylerinin İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma: Bitlis Örneği. Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. (32), 300-323.
- Kösesoy, C. ve Şahin, M. (2023). COVID-19 Pandemi Sürecinde İntihar: Vaka İncelemeleri. Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 25 (1), 29-48.
- Okumuş, E. (2017). Modern Toplumda Ahlak ve Gençlik. Gençlik Araştırmaları Dergisi, 5 (11), 79-100.
- Özer, M. (2022). Türkiye’de Eğitimi Yeniden Düşünmek. (1. baskı). İstanbul: Vakıfbank Kültür.
- Öztürk, A. (2021). COVID-19 Pandemi Sürecinde Bilişim Teknolojileri Bağımlılığı. Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7, 195-219.
- Salecl, R. (2011). Kaygı Üzerine. (4. baskı). İstanbul: Metis.

Şahin, H. (2022). COVID-19 Pandemisine Gençlerin Gözüyle Bakmak: Toplumsal Bağlar Bakımından Eleştirel Bir Söylem Analizi. *Ahi Evran Akademi*, 3 (1), 102-114.

Şener, T. COVID-19 Sürecinde Gençlerin İyilik Hali. Durum Raporu. UNFPA Turkey, 2021. Erişim adresi: https://turkey.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/unfpa_turkey_genclik_raporu_tr.pdf

T.C. Sağlık Bakanlığı. (19.08.2023). Genel Koronavirüs Tablosu. Erişim Adresi: <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66935/genel-koronavirus-tablosu.html>

Tavşancıl Tarkun, E. (2000). Nitel Araştırmalar. *Öneri Dergisi*, 3(14), 29-34.

Tavukcu, M. ve Eke, E. (2021). COVID-19 Pandemi Yönetim Süreci: Türkiye Perspektifi. *SDÜ Sağlık Yönetimi Dergisi*, 3, 116-133.

Tekin, H. H. ve Tekin, H. (2012). Nitel Araştırma Yönteminin Bir Veri Toplama Tekniği Olarak Derinlemesine Görüşme. *İstanbul University Journal of Sociology*, 3 (13), 101-116.

Telli Danışmaz, A. (2020). COVID-19 Salgınının Tüketicilerin Online Alışveriş Tercihine Etkisi. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 9 (2), 83-90.

Tokol, A. ve Emirgil, B. F. (2023). COVID-19 Salgını ve Gençler: Salgının Gençlerin İstihdamı, Eğitimi, Sağlığı Üzerine Etkileri ve Gençleri Korumaya Yönelik Düzenlemeler. *Çalışma ve Toplum*, 1(76), 43-77.