

Makalenin Geliş Tarihi: 21.12.2020

1. Hakem Rapor Tarihi: 05.01.2021

2. Hakem Rapor Tarihi: 02.01.2021

Kabul Tarihi: 11.01.2021

## ERKEN DÖNEM COVID-19 PANDEMİSİNDE COVID-19 KORKUSU VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK (Araştırma Makalesi)

Yunus ALTUNDAĞ (\*)

### Öz

*Bu çalışmanın amacı Covid-19 korkusu ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca katılımcıların Covid-19 salgınının Türkiye'ye geldiği ilk dönem olarak kabul edilen Mayıs 2020 dönemindeki salgına ilişkin görüşlerinin incelenmesidir. Çalışma Mayıs 2020 döneminde yürütülmüştür. Çalışmaya 598'i kadın (%71.1), 243'ü erkek (%28.9) olmak üzere 841 kişi katılmıştır. Araştırma ilişkisel tarama modeline dayalı betimsel bir çalışmadır. Veri toplama araçları olarak Covid-19 Korkusu Ölçeği, Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Betimsel istatistiklerin yanında t-testi, ANOVA ve regresyon analizi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda kadınların erkeklere, kronik hastalığı olanların olmayanlara kıyasla daha fazla Covid-19 korkusuna sahip olduğu bulunmuştur. Bunun yanında salgının kişi üzerindeki etkisine ilişkin algısına ve salgındaki ekonomik değişimlere göre de Covid-19 korkusu ölçeğinden alınan puanların anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Ayrıca, Covid-19 ile ilgili haberleri daha fazla takip edenlerin Covid-19 korkusuna ilişkin puanları daha yüksektir. Son olarak psikolojik dayanıklılığın Covid-19 korkusunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Bulgular ilgili literatür kapsamında tartışılmıştır.*

**Anahtar Kelimeler:** Covid-19 Korkusu, Psikolojik Dayanıklılık, Covid-19 Salgını, Regresyon Analizi, Kaygı.

### *Fear of Covid-19 and Resilience during the Early Covid-19 Pandemic*

#### *Abstract*

*The aim of this study is to examine the relationship between fear of Covid-19 and resilience. In addition, Covid-19 to investigate the views of participants on pandemic began his first term as adopted in May 2020 during the pandemic in Turkey. The study*

\*) Dr. Arş. Gör., Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, (e-posta: yunusaltundag14@hotmail.com).  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2748-8862>

was conducted in May 2020. 841 people, 598 women (71.1%) and 243 men (28.9%), participated in the study. The research is a correlational, descriptive study. Covid-19 Fear Scale, Brief Resilience Scale and personal information form were used as data collection tools. T-test, ANOVA and regression analysis were used as well as descriptive statistics. Women compared to men and those with chronic illness compared to those without were found to have more Covid-19 fear. Pandemic-related economic changes and the perception of how the pandemic influences the person differentiated Covid-19 fear scores. In addition, those who follow news about Covid-19 more often score higher on fear of Covid-19. Finally, Resilience was found to be a significant predictor of Covid-19 fear. The findings obtained were discussed in the context of the relevant literature.

**Keywords:** Fear of Covid-19, Resilience, Pandemic of Covid-19, Regression Analysis, Anxiety.

## 1. Giriş

Aralık 2019 tarihinde Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıktığı kabul edilen Koronavirüs Çin ile birlikte tüm dünyada Covid-19 olarak ifade edilmektedir. Çok hızlı bir şekilde yayılım göstermesi sonucunda Mart 2020'de Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından Pandemi olarak ilan edilmiştir. Çalışmanın yürütüldüğü Türkiye'de ise ilk vaka 11 Mart günü Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı (T.C. SB) tarafından duyurulmuştur. Ardından tüm dünyada olduğu gibi Türkiye'de de bir takım tedbirler ve önlemler alınmıştır. Okullar hızlı bir şekilde tatil edilmiş, 20 yaş altı ve 65 yaş üzeri kişilere dışarı çıkma kısıtlaması gibi ciddi tedbirler uygulanmıştır. Birçok kurum ya da kuruluş çalışmalarını ya kısmi bir şekilde yürütmeye devam etmiş ya da tamamen durdurmuştur. Özellikle Haziran 2020 tarihine kadar ülkede büyük oranda ciddi kısıtlamalar yapılarak salgının yayılım hızı kontrol edilmeye çalışılmıştır. Çalışanların önemli bir kısmı ya dönüşümlü olarak çalışmaya devam etmiş ya da evlerinden uzaktan çalışma yöntemini kullanmıştır. Dünyada diğer ülkelerde olduğu gibi Türkiye'de de Haziran ayı itibariyle normalleşme süreci başlatılmış ve bireysel tedbirler alınmak kaydıyla kısıtlamalar büyük oranda kaldırılmıştır.

Çalışma Mayıs 2020'nin ortasında yürütülmüş ve çalışmanın yürütüldüğü dönemde Türkiye'deki günlük vaka sayıları 1000-1500 aralığında değişirken, 31 Mayıs 2020 tarihi itibariyle toplam pozitif vaka sayısı 163.942, toplam hayatını kaybeden sayısı 4.540 olarak rapor edilmiştir (T.C. SB, 2020). Yine 31 Mayıs 2020 günü itibariyle dünya genelinde ise toplam 2.950.724 pozitif vaka görülmüş, 384.935 kişinin yaşamını kaybettiği bildirilmiştir (Worldometer, 2020). Özellikle yaz döneminde yayılım hızı biraz azalan Covid-19 virüsü sonbahar döneminde yeniden hızlı bir yayılım göstermeye başlamıştır. 15 Aralık 2020 tarihinde Türkiye'deki toplam vaka sayısı 1.898.447, toplam hayatını kaybeden sayısı 16.881 olarak rapor edilirken; tüm dünyada aynı gün itibariyle toplam vaka sayısı 73.541.759, toplam hayatını kaybeden sayısı 1.635.421 olarak açıklanmıştır (Worldometer, 2020). Söz konusu sayılar salgının çok hızlı bir şekilde yayıldığını, vakaların ve ölenlerin katlanarak artmaya devam ettiği göstermektedir.

Covid-19 küresel salgını milyonları aşan insanın hayatını kaybetmesine neden olmaktadır. Bunun yanında başta sağlık ve ekonomi olmakla birlikte siyaset, turizm, ulaşım ve eğitim gibi çok çeşitli alanlarda olumsuz etkisi olduğu görülmektedir. Özellikle sosyal mesafe, izolasyon, yakın birisini kaybetme, enfekte olma, salgının seyrinin belirsizliği gibi durumların bireylerde olumsuz psikolojik etkiye sebep olduğu ileri sürülmektedir (Bhuiyan, Sakib, Pakpour, Griffiths, ve Mamun, 2020; Brooks vd., 2020). Covid-19'un oluşturduğu stresin depresyon, kaygı ve somatizasyon gibi çeşitli psikososyal sorunları değişen düzeylerde etkilediği ifade edilmektedir (Arslan ve Yıldırım, 2020; Gunnell vd., 2020; Satıcı, Kayis, Satıcı, Griffiths ve Can, 2020).

Tüm dünyayı etkisi altına alan bu küresel salgında devlet otoritelerinin daha çok salgını önleyecek, yavaşlatacak ya da kontrol altına alınmasına hizmet edecek arayışların içerisinde olduğu görülmektedir. Özellikle aşı ve ilaç çalışmalarına büyük önem verildiği görülmektedir (Dong, Hu ve Gao, 2020). Henüz salgının başlamasından bu yana bir yıl olmamasına karşın binlerce çalışma yapılmıştır. Bu çalışmaların önemli bir kısmının da Covid-19 salgınının psikolojik etkileri üzerinde durduğu görülmektedir. Kuşkusuz aşı ya da ilaç çalışmaları oldukça önemli olmakla birlikte salgının şu an ve salgın sonrasındaki psikolojik etkileri de toplum için önem arz etmektedir (Arslan, Yıldırım, Tanhan, Buluş ve Allen, 2020; Kasapoğlu, 2020). Salgının psikolojik etkileri hem salgın sürecindeki hem de salgın sonrası yapılacak psikososyal çalışmalar için zemin oluşturacaktır. Özellikle riskli yaşam koşulları sonrası ayakta kalabilme, yeniden toparlanabilme gibi anlamlara gelen psikolojik dayanıklılık kavramı bu noktada büyük önem arz etmektedir. Psikolojik dayanıklılık, kişinin zorlu yaşam koşulları karşısında yeniden toparlanabilmesi, problemlerin üstesinden gelebilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Garmezy, 1993). Bir başka tanımda ise risk altındaki bireylerin zor koşullar karşısında mücadele edebilmeleri, tüm zorluklara rağmen yeterli ve uyum içerisinde olmasıdır (Masten, 2014). Bu açıklamaya benzer bir başka tanımda ise "bireyin yaşadığı travma ya da sıkıntılı yaşantılarına karşı olumlu adaptasyon" olarak açıklandığı görülmektedir (Luthar, Lyman ve Crossman, 2014). Psikolojik dayanıklılık kavramına ilişkin tanımlara ve ilgili literatüre bakıldığında ortak noktalardan birisinin zorlu yaşantı ve risk altındaki bireyler olduğu görülmektedir. Bu boyutların psikolojik dayanıklılık çalışmalarında olması gerektiği yönünde genel bir kabul bulunmaktadır (Garmezy, 1993; Gizir, 2007; Masten, 2014). Bu çalışmanın yürütüldüğü dönemde var olan küresel salgın gerek sahip olduğu belirsizlikler, gerekse insan sağlığı ve yaşamını tehdit etmesi açısından tüm bireyler için bir risk faktörü olarak kabul edilmektedir. Benzer şekilde milyonlarca insanın hayatını kaybetmesine, hastalanmasına ve ağır fizyolojik, psikolojik, sosyal ve ekonomik sorunlar yaşamasına da sebep olabilmesi yönüyle oldukça zorlu bir yaşantı olarak kabul edilmektedir.

Bu çalışmanın amacı Covid-19 korkusu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca Covid-19 salgınının Türkiye'ye geldiği ilk dönem olarak kabul edilen Mayıs 2020 dönemindeki salgına ilişkin katılımcıların görüşlerinin incelenmesidir.

## 2. Yöntem

### 2.1. Araştırma Deseni

Çalışma nicel temelli ilişkisel tarama modeline dayalı bir çalışmadır. İlişkisel tarama modeline dayalı çalışmalarda amaç, çalışma kapsamında incelenen iki ya da daha fazla değişkenler arasındaki ilişkiyi betimlemek, neden-sonuç çıkarımlarına ya da yordayıcı olma durumlarına ilişkin birtakım çıkarımlarda bulunmaktır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2018).

### 2.2. Çalışma Grubu

Çalışmanın verileri 14-60 yaş aralığındaki gönüllü katılımcılar üzerinden elde edilmiştir. Pandemi döneminin özelliğine uygun olarak veriler elektronik formlar aracılığıyla toplanmıştır. Çalışmada uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Toplam 921 kişiden veri toplanmış ancak 65 kişinin verisi kontrol maddesinin doğru işaretlenmemesi, 15 kişinin verisi ise ölçek maddelerinin standart Z puanına dönüştürülmesi sonucu puan aralığı  $\pm 3.290$  olması nedeniyle 15 kişiye ait veri de çalışma dışında bırakılmıştır. Z standart puanlarının bu aralığın dışında kalması uç değer olarak kabul edildiği için çalışma dışında bırakılmıştır. Geriye kalan 841 kişi üzerinden veri analizi gerçekleştirilmiştir.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

*Covid-19 Korkusu Ölçeği*: Ahorsu vd., (2020) tarafından İran kültüründe geliştirilen bu ölçek (C-19KÖ) Türk kültürüne Saticı, Göcet-Tekin, Deniz, Saticı (2020) tarafından uyarlanmıştır. Ölçeğin orijinal çalışmasında tek boyutlu yedi maddelik tek boyut belirlenmiştir. Ölçeğin madde toplam korelasyon değerleri 0.47 ile 0.56 arasında değiştiği, faktör yük değerlerinin ise 0.66 ile 0.74 arasında yer aldığı bulunmuştur. İç tutarlık katsayısı ise  $\alpha = 0.82$  olarak hesaplanmıştır. Orijinalinde de beşli Likert olarak kullanılan ölçek Türk kültürüne uyarlama çalışmasında bir takım geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Bu çalışma da yapılan DFA sonucunda tek boyutlu ölçeğin uyum iyiliği değerleri  $\chi^2 = 42.286$ ,  $sd = 11$  ( $\chi^2 / sd = 3.84$ ),  $AGFI = 0.96$ ,  $GFI = 0.99$ ,  $CFI = 0.99$ ,  $RMSEA = 0.053$  ve  $RMR = 0.028$  olarak bulunmuştur. Madde toplam korelasyon katsayılarının 0.57 ile 0.72 arasında değiştiği, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise 0.87 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmadaki sonuçlar da dikkate alındığında ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçüme sahip olduğu söylenebilir.

*Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği*: Smith ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilen Doğan (2015) tarafından uyarlanan Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (KPDÖ) altı maddeden oluşan beşli likert tipi bir ölçme aracıdır. Uyarlama çalışmasında yapılan Açıklayıcı Faktör Analizinde (AFA) ölçeğin toplam varyansın %54'ünü açıklayan tek faktörlü bir yapıda olduğu, faktör yük değerlerinin ise 0.63 ile 0.79 arasında değiştiği bulunmuştur. Bu çalışma da yapılan DFA sonucunda ise tek boyutlu ölçeğin uyum iyiliği değerleri  $\chi^2 = 20.315$ ,  $sd = 6$  ( $\chi^2 / sd = 3.38$ ),  $AGFI = 0.97$ ,  $GFI = 0.99$ ,  $CFI = 0.99$ ,  $RMSEA = 0.058$  ve

RMR =0.015 olarak bulunmuştur. Madde toplam korelasyon katsayılarının 0.61 ile 0.70 arasında değiştiği, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise 0.86 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgulara göre ölçeğe ilişkin elde edilen sonuçların geçerli ve güvenilir bir ölçüme sahip olduğu söylenebilir

*Kişisel Bilgi Formu:* Katılımcıların cinsiyet, yaş düzeyi gibi demografik verilerinin yanında Covid-19 Pandemisine ilişkin görüşlerini öğrenmek için çeşitli yapılandırılmış sorulardan oluşmaktadır.

## 2.4. İşlem

Veriler Mayıs 2020 tarihinde, ülkede 65 yaş üstü yaşlılar ile 20 yaş altı gençlerin sokağa çıkma kısıtlaması ile birçok işletme ve kurumların kapalı ya da kısmi olarak çalıştığı Covid-19 Pandemisinin henüz ikinci ayında elektronik ortamda toplanmıştır. Gönüllü katılımcılardan toplanan ölçme araçlarına bir tane kontrol maddesi konulmuş ve kontrol maddesini hatalı dolduran 65 kişi çalışmanın dışında bırakılmıştır. Çalışmada öncelikle uç değer analizi yapılmış ve Z-standart puanına göre uç değer kabul edilen 15 kişinin verisi de çalışma dışında bırakılmıştır. İstatistiksel işlemler SPSS 24 ile AMOS 20 paket programları yardımıyla yapılmıştır. Verilerin her bir kategorideki Covid-19 Korkusu Ölçeği ile Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğine ilişkin dağılımının normalliği çarpıklık ve basıklık katsayıları ile incelenmiştir. Verilerin normal dağılım gösterdiği sonucuna varıldıktan sonra İlişkisiz Örnekler t-testi, Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA Basit Doğrusal Regresyon Analizi gibi parametrik teknikler kullanılmıştır.

## 2.5. Araştırma Etiği

Çalışma kapsamında elde edilen verilerde katılımcıların kişisel bilgileri gizli tutulmuştur. Katılımcılardan onay formu alınmış ve gönüllü katılım sağlanmıştır. Ayrıca hiçbir katılımcının zarar görmemesi için gerekli tedbirler alınmıştır. Çalışmaya başlamadan önce Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı Bilimsel Araştırma Platformundan 09.05.2020 tarihi itibarıyla izin alınmıştır. Ayrıca Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulunun 22.05.2020 tarihli 2020/5 kararı ile etik kurul onayı da alınmıştır.

## 3. Bulgular

Çalışma kapsamında katılımcılara cinsiyet, yaş düzeyi gibi demografik bilgilerin yanında Covid-19 Pandemisine ilişkin bazı konularda sorular sorulmuştur. Bunların yanında Pandeminin katılımcıların günlük yaşamındaki bazı temel değişiklikler anlaşılmasına çalışılmıştır. Kişisel bilgi formu ile elde edilen demografik bilgiler ile Covid-19 ile ilgili temel betimsel bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Katılımcılara İlişkin Temel Betimsel Sonuçlar

Değişkenler	Alt Kategoriler	N	Yüzde (%)
Yaş Düzeyi	14-20 arası	201	23,9
	21-40 arası	498	59,2
	41-60 arası	142	16,9
Cinsiyet	Kadın	598	71,1
	Erkek	243	28,9
Pandeminin başından bu yana sizin/ailenizin ekonomik durumu nasıl oldu?	Değişmedi	624	74,2
	Daha kötü oldu	195	23,2
	Daha iyi oldu	22	2,6
Pandeminin başından bu zamana kadar Covid-19 ile karşılaşma konusunda aşağıdaki hangi ifade sizi en iyi tanımlar?	Ailemde ya da tanıdıklarında covid-19 tanısı yok	688	81,8
	Yakın tanıdığım Covid-19 pozitif oldu	116	13,8
	Ailemden birisi Covid-19 pozitif oldu	19	2,3
	Covid-19 nedeniyle bir yakınımı kaybettim	18	2,1
Salgının sizin hayatınız üzerindeki etkilerini düşündüğünüzde aşağıdaki ifadelerden hangisi sizi en açıklar?	Salgın benim hayatımda bir değişikliğe neden olmadı	48	5,7
	Salgın benim hayatımı biraz olumsuz etkiledi	470	55,9
	Salgın benim hayatımı ciddi düzeyde olumsuz etkiledi	257	30,6
	Salgın benim hayatımı olumlu yönde etkiledi	66	7,8
Pandemi dönemindeki uyku düzeninizi hangi ifade en iyi tanımlar?	Uyku düzenim değişmedi	163	19,4
	Uyku düzenim biraz değişti	390	46,4
	Uyku düzenim tamamen değişti	288	34,2
Pandemi dönemindeki yeme-içme düzeninizi hangi ifade en iyi tanımlar?	Beslenme düzenim değişmedi	217	25,8
	Beslenme düzenim biraz değişti	467	55,5
	Beslenme düzenim tamamen değişti	157	18,7
Pandemi döneminde dijital araçları (internet, telefon vs.) kullanım miktarınız arttı mı?	Hayır	203	24,1
	Evet	638	75,9
Salgın sürecinde doğru bilgilere ulaştığınızı düşünüyor musunuz?	Evet	624	74,2
	Hayır	217	25,8
Covid-19 ile ilgili haberleri ne sıklıkla takip ediyorsunuz?	Gün içinde birkaç kez	650	77,3
	Her an takip ediyorum	135	16,1
	Hiç takip etmiyorum	56	6,7

	Tamamen bitemeyecek, sonraki aylarda/yıllarda tekrar ortaya çıkacak	364	43,3
Covid-19'un ne zaman son bulacağına ilişkin hangi ifade size daha yakın gelmektedir?	2-4 hafta içinde bitecek	39	4,6
	1.5-2 ay içinde bitecek	184	21,9
	3-4 ay sonra bitecek	143	17,0
	6 ay sonra bitecek	66	7,8
	Bir yıl sonra bitecek	45	5,4

Covid-19 Korkusu Ölçeği'ne ilişkin yapılacak analiz öncesi fark testleri yapılacak kategorilerde ölçeğin normal dağılım gösterip göstermediği çarpıklık ve basıklık katsayıları ile incelenmiştir. Normallik analizine ilişkin sonuçlar Tablo 2.'de özetlenmiştir.

**Tablo 2.** Covid-19 Korkusu Ölçeğinden Elde Edilen Puanlara Göre Çarpıklık ve Basıklık Sonuçları

Değişken	Alt Kategori	$\bar{X}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Cinsiyet	Erkek	15,79	5,35	,335	-,382
	Kadın	18,87	5,74	,059	-,420
Kronik hastalığınız var mı?	Evet	19,5	6,76	,018	-,797
	Hayır	17,76	5,63	,126	-,450
Pandeminin başından bu yana sizin/ailenizin ekonomik durumu nasıl oldu?	Değişmedi	17,62	5,54	,156	-,365
	Daha kötü oldu	19,43	6,41	-,049	-,757
	Daha iyi oldu	15,22	4,83	-,183	-1,052
Covid-19 ile ilgili haberleri ne sıklıkla takip ediyorsunuz?	Gün içinde birkaç kez	17,9	5,48	,129	-,457
	Her an takip ediyorum	19,7	6,49	-,040	-,535
	Hiç takip etmiyorum	14,67	6,24	,716	-,091
Salgının sizin hayatınız üzerindeki etkilerini düşündüğünüzde aşağıdaki ifadelerden hangisi sizi en açıklar?	Salgın benim hayatımda bir değişikliğe neden olmadı	15,33	5,57	,583	,281
	Salgın benim hayatımı biraz olumsuz etkiledi	17,86	5,45	,233	-,210
	Salgın benim hayatımı ciddi düzeyde olumsuz etkiledi	19,40	5,93	-,105	-,511
	Salgın benim hayatımı olumlu yönde etkiledi	15,16	6,16	,511	-,762

Tablo 2’deki Covid-19 Korkusu Ölçeğinden elde edilen puanların fark testleri yapılacak tüm alt kategoriler için yapılan çarpıklık ve basıklık katsayıları incelendiğinde tüm alt boyutlarda çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1 ile +1 aralığında değiştiği görülmektedir. Parametrik teknikleri kullanmak için temel varsayım olarak kabul edilen verilerin normal dağılım göstermesi gerekmektedir. Normal dağılım çarpıklık ve basıklık katsayılarının sıfır olduğu değeri ifade etmektedir. Ancak bu durumu sağlamak neredeyse imkânsızdır. Dolayısıyla çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $\pm 1$  aralığında olması normal dağılım için yeterli kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2010; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016). Hatta örneklem büyüklüğü arttıkça  $\pm 2$  aralığı normal dağılım için kritik olarak kabul edilmektedir (George ve Mallery, 2011; Kline, 2005). Dolayısıyla çalışmadaki Covid-19 korkusuna ilişkin ölçek puanlarının normal dağılıma sahip olduğu ve parametrik tekniklerin kullanımının uygun olduğu değerlendirilmiştir.

Covid-19 korkusunun cinsiyet ve kronik hastalık durumu gibi iki kategorili değişkenler için t-testi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3’de gösterilmiştir.

**Tablo 3.** Cinsiyet ve Kronik Hastalık Durumuna İlişkin Covid-19 Korkusu Ölçeğinden Alınan Puanlara Ait T-Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	$\bar{X}$	Ss	sd	t	p
Cinsiyet	Kadın	598	18,87	5,74	839	7,182	,000
	Erkek	243	15,79	5,35			
Kronik hastalığınız var mı?	Evet	104	19,50	6,76	839	2,86	,004
	Hayır	737	17,76	5,63			

$p < .01$

Tablo 3. İncelendiğinde Covid-19 Korkusu ölçeğinden alınan puanlar cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kadın katılımcıların ( $\bar{X}=18,87$ ) erkek katılımcılardan ( $\bar{X}=15,79$ ) daha yüksek Covid-19 korkusu puanına sahip olduğu bulunmuştur. Aynı tablodaki “kronik hastalığınız var mı” sorusuna “evet” ( $\bar{X}=19,50$ ) cevabını verenlerin “hayır” ( $\bar{X}=17,76$ ) cevabını verenlere kıyasla daha fazla Covid-19 korkusu puanına sahip olduğu görülmüştür.

Katılımcıların ikiden fazla kategorilerdeki durumlarına göre gruplar arasında anlamlı farkın olup olmadığı her bir alt değişken için İlişkisiz Örneklemeler için Tek Faktörlü Varyans Analizi (One-Way Anova) yapılmıştır. Ayrıca farkın hangi gruplardan kaynaklandığını tespit edebilmek amacıyla Scheffe karşılaştırma testi kullanılmıştır. Pandemi dönemindeki ekonomik değişime ilişkin ANOVA testi sonuçlarına Tablo 4. ‘de yer verilmiştir.



**Tablo 4.** Katılımcıların Covid-19 Korkusu Ölçeği'nden Alınan Puanların Pandemi Dönemindeki Ekonomik Değişim Değişkene Göre ANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Gruplararası	655,767	2	327,883	9,931	,000	Değişmedi-Daha
Gruplariçi	27667,929	838	33,017			Kötü Oldu
Toplam	28323,696	840				Daha İyi Oldu- Daha Kötü Oldu

Tablo 4.'deki ANOVA sonuçları incelendiğinde Covid-19 korkusu ölçeğinden alınan puanların katılımcıların pandemi dönemindeki ekonomik koşullarındaki değişime göre anlamlı bir farklılığa neden olduğu görülmüştür,  $F(2,838)=9,931$ ,  $p<,01$ . Buna göre ekonomik durumunu "değişmedi" ( $\bar{X}=17,62$ ,  $S=5,54$ ) ve "daha iyi oldu" ( $\bar{X}=15,22$ ,  $S=4,83$ ) olarak ifade edenlerin "daha kötü oldu" ( $\bar{X}=19,43$ ,  $S=6,41$ ) olarak ifade edenlerden daha düşük düzeyde Covid-19 korkusu puanına sahip olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların Covid-19 pandemisinin onların hayatını nasıl etkilediğine ilişkin algılarına göre Covid-19 korkusu puanları açısından bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Katılımcılara "Salgının sizin hayatınız üzerindeki etkilerini düşündüğünüzde aşağıdaki ifadelerden hangisi sizi en açıklar?" sorusu sorulmuş ve "Salgın benim hayatımda bir değişikliğe neden olmadı(1)", "Salgın benim hayatımı biraz olumsuz etkiledi(2)", "Salgın benim hayatımı ciddi düzeyde olumsuz etkiledi(3)", "Salgın benim hayatımı olumlu yönde etkiledi(4)" yanıtlarından birisini seçmeleri istenmiştir. Yapılan ANOVA testine ilişkin sonuçlar Tablo 5'de özetlenmiştir.

**Tablo 5.** Katılımcıların Covid-19 Korkusu Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Pandeminin Onların Üzerindeki Etkilerine İlişkin Algılarına Göre ANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Gruplararası	1386,127	3	462,042	14,357	,000	1-2, 1-3,
Gruplariçi	26937,569	837	32,183			2-3,2-4, 3-4
Toplam	28323,696	840				

Tablo 5.'deki ANOVA sonuçları incelendiğinde Covid-19 korkusu ölçeğinden alınan puanların Pandemi döneminin katılımcılar üzerindeki etkisine ilişkin algılarına göre anlamlı bir farklılığa neden olduğu görülmüştür,  $F(3,837)=14,357$ ,  $p<,01$ . Buna göre "Salgın benim hayatımda bir değişikliğe neden olmadı" ( $\bar{X}=15,33$ ,  $S=5,57$ ) yanıtı verenler ile "Salgın benim hayatımı biraz olumsuz etkiledi" ( $\bar{X}=17,86$ ,  $S=5,45$ ) ve "Salgın benim

hayatımı ciddi düzeyde olumsuz etkiledi” ( $\bar{X}=19,40$ ,  $S=5,93$ ) yanıtlarını verenler arasında anlamlı fark bulunmuştur. Benzer şekilde “Salgın benim hayatımı olumlu yönde etkiledi” ( $\bar{X}=15,16$ ,  $S=6,16$ ) yanıtını verenler ile “Salgın benim hayatımı biraz olumsuz etkiledi” ( $\bar{X}=17,86$ ,  $S=5,45$ ) ve “Salgın benim hayatımı ciddi düzeyde olumsuz etkiledi” ( $\bar{X}=19,40$ ,  $S=5,93$ ) yanıtlarını verenler arasında da anlamlı fark bulunmuştur. Ancak “Salgın benim hayatımda bir değişikliğe neden olmadı” ( $\bar{X}=15,33$ ,  $S=5,57$ ) yanıtını verenler ile “Salgın benim hayatımı olumlu yönde etkiledi” ( $\bar{X}=15,16$ ,  $S=6,16$ ) yanıtını verenler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Covid-19 haberlerini takip sıklığına göre Covid-19 Korkusu Ölçeği’nden alınan puanlar açısından anlamlı bir fark olup olmadığı incelenmiştir. Katılımcılara sorulan “Covid-19 ile ilgili haberleri ne sıklıkla takip ediyorsunuz?” sorulmuştur. Katılımcılardan “Gün içinde birkaç kez(1)”, “Her an takip ediyorum(2)”, “Hiç takip etmiyorum(3)” yanıtlarından birisini seçmeleri istenmiştir. Yapılan ANOVA testine ilişkin sonuçlar Tablo 6.’da verilmiştir.

**Tablo 6.** Katılımcıların Covid-19 Korkusu Ölçeği’nden Aldıkları Puanların Covid-19 ile ilgili Haberleri Takip etme Sıklığına Göre ANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Gruplararası	1014,872	2	507,436	15,571	,000	1-2, 1-3,
Gruplarıçi	27308,824	838	32,588			2-3
Toplam	28323,696	840				

Tablo 6’daki ANOVA sonuçları incelendiğinde Covid-19 korkusu ölçeğinden alınan puanların Covid-19 ile ilgili haberleri takip etme sıklığına göre anlamlı bir farklılığa neden olduğu görülmüştür,  $F(2,838)=15,571$ ,  $p<,01$ . Buna göre “Gün içinde birkaç kez” ( $\bar{X}=17,91$ ,  $S=5,48$ ) yanıtını verenler ile “Her an takip ediyorum.” ( $\bar{X}=19,70$ ,  $S=6,49$ ) ve “Hiç takip etmiyorum” ( $\bar{X}=14,67$ ,  $S=6,24$ ) yanıtlarını verenler arasında anlamlı fark bulunmuştur. Benzer şekilde “Her an takip ediyorum.” ( $\bar{X}=19,70$ ,  $S=6,49$ ) yanıtını verenler ile “Hiç takip etmiyorum” ( $\bar{X}=14,67$ ,  $S=6,24$ ) yanıtlarını verenler arasında da anlamlı fark bulunmuştur.

Çalışmanın bağımlı değişkeni olarak kabul edilen Covid-19 korkusu üzerinde Psikolojik dayanıklılığın yordayıcı etkisi olup olmadığını tespit etmek amacıyla basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz öncesi yapılan varsayım testlerinde hem psikolojik dayanıklılık hem de Covid-19 korkusu puanlarındaki çarpıklık ve basıklık katsayılarının  $\pm 1$  aralığında olduğu ve dolayısıyla normal dağılım gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca bağımlı değişken ile bağımsız değişken arasındaki doğrusal ilişki saçılım grafiği ile incelenmiş ve iki değişken arasında doğrusal bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Yapılan basit doğrusal regresyon analizine ilişkin sonuçlar Tablo 7.’de sunulmuştur.

**Tablo 7. Covid-19 Korkusunun Yordanmasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları**

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	T	p	R	R <sup>2</sup>
Sabit	29,042	0,816	-	35,608	,000	-	-
Psikolojik Dayanıklılık	-0,561	0,040	-0,433	-13,907	,000	-0,433	0,187

P&lt;,001

Tablo7.'de özetlenen Basit Doğrusal Regresyon analizi sonucuna göre Covid-19 korkusu ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki gözlenmiş (R = 0,433, R<sup>2</sup> = 0,187), psikolojik dayanıklılığın Covid-19 korkusu puanları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür (F<sub>(1-839)</sub> = 193,408, p<,001). Psikolojik dayanıklılığın Covid-19 korkusu puanlarındaki değişimin %19'nu açıkladığı bulunmuştur. Regresyon denklemindeki esas yordayıcı değişkenin katsayısının (B = -0,561) anlamlılık testi de psikolojik dayanıklılığın anlamlı bir yordayıcı olduğunu göstermektedir (p<,001)

#### 4. Sonuç ve Tartışma

Salgın hastalıkların insanlar üzerinde ciddi olumsuz etkilere neden olduğu ve onlar üzerinde travmatik etkiler oluşturduğu bilinmektedir (Göksu ve Kumcağız, 2020; Joos, 2020). Bireyin bir hastalık karşısında vereceği tepkiler ve hastalığa karşı uyumu ve söz konusu hastalığı algılama şekli ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Hekler vd., 2008). Bundan dolayı bireylerin salgın karşısındaki tutumları ve salgına ilişkin algıları salgının yayılma hızından salgın nedeniyle oluşan can kayıplarına kadar birçok konuda salgını kontrol etmede önem arz etmektedir. Salgına ilişkin elde edilecek bilgiler yapılacak önleme ve müdahale çalışmalarında yol gösterici olacaktır.

Bu çalışmada Covid-19 salgınının ilk dönemi olarak kabul edilen Mayıs 2020 döneminde Türk toplumundaki katılımcıların salgına ilişkin düşünceleri ile Covid-19 korkusu ve psikolojik dayanıklılık ilişkisi incelenmiştir. Bu kapsamda katılımcılara yöneltilen sorulardan elde edilen sonuçlar incelendiğinde pandeminin başından çalışmanın yapıldığı döneme kadarki süreçte 195 (%23,2) kişi ekonomik durumlarının kötüleştiğini belirtmiştir. Bu sonuç pandeminin henüz ikinci ayında katılımcıların 1/4'nün ekonomik olarak olumsuz etkilendiğini göstermektedir. Covid-19 ile karşılaşmaya ilişkin yöneltilen soruya katılımcıların çok önemli bir kısmı (%81,8) ailesinde ya da tanıdıklarında Covid-19 pozitif tanısı olmadığını ifade etmiştir. Tanıdığı (%13,8) ve ailesinden (%2,3) pozitif olanların sayısı ise oldukça düşük çıkmıştır. Bu sonuç da henüz salgının ilk dönemleri olması ve ciddi kısıtlamaların olmasından kaynaklanmış olabilir. Salgının etkisine ilişkin yöneltilen soruya katılımcıların %55,9'u "biraz olumsuz etkiledi" derken, %30,6'sı "ciddi düzeyde olumsuz etkiledi" şeklinde ifade etmiştir. Bunun yanında olumlu etkilediğini (%7,8) ya da hayatında bir değişikliğe neden olmadığını (%5,7) ifade edenlerin oldukça az olduğu

görülmüştür. Bu sonuca göre Covid-19 salgınına ilişkin katılımcıların çok önemli bir kısmının salgından negatif anlamda etkilendiğini düşündürmektedir. İnsan yaşamının günlük ritmindeki en önemli unsurlardan birisi de uyku düzenidir. Katılımcılara salgın dönemindeki uyku düzenindeki değişime ilişkin yöneltilen soruya %19,4'ü uyku düzeninin değişmediğini, %46,4'ü biraz değiştiğini ve %34,2'si tamamen değiştiğini ifade etmiştir. Benzer şekilde beslenme düzenindeki değişime ilişkin soruya katılımcıların %25,8'i beslenme düzeninin değişmediğini, %55,5'i biraz değiştiğini ve %18,7'si tamamen değiştiğini ifade etmiştir. Günlük hayatın en önemli iki ritmi olarak düşünülen beslenme ve uyku düzeninin katılımcıların çok önemli bir kısmında değiştiği görülmektedir. Beslenme ve uyku düzenindeki değişimler kişinin gündelik yaşantısında bozulmalara, motivasyon ve konsantrasyon gibi olumsuz sonuçlara neden olabilmektedir (Pandi-Perumal vd., 2020; Yu vd., 2017). Ayrıca kaygı ve depresyon gibi olumsuz psikolojik durumlarla da ilişkili olduğu bilinmektedir (Zahra, Ford ve Jodrell, 2014). Ayrıca daha fazla kanıtı ihtiyaç duyulmakla birlikte düzensiz ve geciken uyku ile düzensiz beslenme arasında da ilişki olduğu belirtilmektedir (Linnaranta vd., 2020). Katılımcıları paramedik bölümü öğrencilerinden oluşan bir diğer çalışmada ise Covid-19 salgınına ilişkin daha yoğun bilgi sahibi olanların daha az bilgi sahibi olanlara kıyasla daha fazla düzensiz beslendikleri bulunmuştur (Akyol ve Çelik, 2020). Katılımcılara sorulan “salgın döneminde dijital araçları kullanımınız arttı mı sorusuna %74,2'i arttığını ifade etmiştir. Günümüzde internet, telefon, tablet gibi dijital araçların aşırı kullanımı başta teknoloji bağımlılığı olmak üzere birçok olumsuz durumla ilişkilendirilmektedir (Altundag ve Bulut, 2017; Cocoradă, Maican, Cazan ve Maican, 2018). Bu sonuç salgın döneminin katılımcıların dijital yaşantısı üzerinde de risk oluşturduğunu düşündürmektedir. Salgın dönemindeki önemli noktalardan birisi de bilgilendirmedir. Katılımcıların %74,2'si salgınla ilgili doğru bilgilendirdiğini ifade etmektedir. Özellikle çalışmanın yürütüldüğü dönemde Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı tarafından günlük olarak salgına ilişkin bilgilendirmelerin yapılıyor olması katılımcıların önemli bir kısmının doğru bilgilendirildiğini düşünmeye sevk etmiş olabilir. Covid-19 ile ilgili haberleri ne sıklıkla takip ettiklerine ilişkin yöneltilen soruya katılımcıların %77,3'ü “gün içinde birkaç kez”; %16,1'i “her an takip ediyorum”; %6,7'si ise takip etmediğini ifade etmiştir. Bu sonuçlara bakıldığında katılımcıların çok önemli bir kısmının Covid-19 ile ilgili haberleri yakından takip ettikleri görülmektedir. Gerek sosyal medyada gerekse ulusal ve yerel basında günün her anı Covid-19 ile ilgili haber ve gelişmelerin paylaşıyor olması bu sonucun oluşmasında önemli bir faktör olabilir. Bunun yanında toplumun neredeyse tüm kesimlerini, hem sağlık hem de ekonomik açıdan her türlü iş kolu ve faaliyet yürüten bireyleri de yakından ilgilendirmesi nedeniyle haberlerin yakından takip edildiği düşünülebilir. Covid-19 salgınının ne zaman biteceğine ilişkin fikirleri sorulduğunda katılımcıların %43,3'ü “tamamen bitmeyecek, sonraki aylarda/yıllarda tekrar ortaya çıkacak” derken %4,6'sı “2-4 hafta içinde”; %21,9'u “1,5-2 ay içinde”; %17'si “3-4 ay sonra”; %7,8'i “6 ay sonra”; %5,4'ü “bir yıl sonra” biteceğine inandığını ifade etmiştir. Özellikle salgının ilk dönemi olması nedeniyle bilgilerin çok daha kısıtlı olması ve toplumun hayatını ciddi anlamda değiştirmiş olması gibi neden-

lerden ötürü katılımcıların yarısından fazlası salgının iki hafta ile bir yıl arasındaki bir sürede biteceğini düşünüyor olabilir. Ancak azımsanmayacak kadar bir kısım ise salgının bitmeyeceğini düşündüğü görülmektedir.

Covid-19 korkusunun cinsiyet ve kronik bir hastalığa sahip olup olmama durumuna göre yapılan analizde kadınların erkeklerden, kronik hastalığı olduğunu ifade edenlerin olmadığını söyleyenlere kıyasla daha fazla Covid-19 korkusuna sahip oldukları bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine ilişkin sonuç yapılan farklı çalışmalarla da benzerlik göstermektedir (Bitan vd., 2020; Broche-Pérez, Fernández-Fleites, Jiménez-Puig, Fernández-Castillo ve Rodríguez-Martin, 2020; Fitzpatrick, Harris ve Drawve, 2020). Bu durum kadınların Covid-19 salgının oluşturduğu kaygı, stres ve depresyon gibi psikolojik etkilerinin kadınlarda daha yoğun olduğunu ifade eden çalışmalarla da tutarlılık göstermektedir (Liu vd., 2020; Rossi vd., 2020). Ayrıca kadınların duygusal açıdan daha fazla incinebilir bir yapıda olması kronik hastalığa sahip katılımcıların Covid-19 korkusunun daha yüksek olması sağlık ile yapılan birçok yazılı ve görsel yayında önemli bir risk faktörü olarak ifade edilmesinden kaynaklanıyor olabilir. Yapılan yayınlarda Covid-19 salgınının en çok yaşlı ve kronik hastalığı bulunanları olumsuz etkilediği ifade edilmektedir. Ayrıca İsrail’de yapılan bir çalışmada da Covid-19 korku ile kronik hastalığa sahip olma arasında pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur (Bitan vd., 2020).

Salgın dönemindeki ekonomik durumdaki değişime göre Covid-19 korkusuna bakıldığında ise katılımcıların kendileri ya da ailesinin ekonomik durumlarını “olumlu yönde değişti” ya da “değişmedi” şeklinde ifade edenlerin “daha kötü oldu” şeklinde ifade edenlere kıyasla daha az Covid-19 korkusuna sahip oldukları bulunmuştur. Tarihteki diğer salgınlar gibi Covid-19 salgınında hem devletleri hem de bireyleri ekonomik açıdan olumsuz etkilediği kabul edilmektedir (Bingül, Türk ve Ak, 2020). Salgındaki gerek yaşam kayıpları, pozitif olma ya da temaslı olma gerekse yapılan kısıtlamalar hem bireysel hem de kurumsal olarak ekonomi üzerinde olumsuz etkisi olmaktadır. Bir diğer nokta salgındaki belirsizliğin ekonomik belirsizliğe etki edebilmesidir. Neredeyse dünyadaki tüm ülkeleri etkisi altına almış olması ve daha önceki salgınlara kıyasla gelişmiş ülkeleri de olumsuz etkilemiş olması gibi nedenlerle önceki salgınlardan ekonomik açıdan benzersiz olduğu da düşünülmektedir (Georgieva, 2020).

Covid-19 salgınının algılanan etkisine göre Covid-19 korkusu ölçeğinden alınan puanların da farklılaştığı bulunmuştur. Salgının hayatında bir değişikliğe neden olmadığını düşünenler ile salgının hayatlarını olumlu etkilediğini düşünenlerin olumsuz etkilediğini düşünenlere kıyasla daha az Covid-19 korkusu yaşadıkları bulunmuştur. Ayrıca olumlu etkilediğini düşünenlerle hayatında herhangi bir değişikliğe neden olmadığını düşünenler arasında Covid-19 korkusu açısından anlamlı fark olmadığı bulunmuştur. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde salgının etkilerine ilişkin sahip olunan algının Covid-19 korkusu üzerinde etkili olduğu söylenebilir. Buna benzer bir durumun Covid-19 haberlerini takip etme sıklığında da görülmektedir. “Gün içinde birkaç kez” yanıtını verenler ile “Her an takip ediyorum” ve “Hiç takip etmiyorum” diyenler arasında da Covid-19 korkusu

açısından anlamlı fark bulunmuştur. Covid-19 korkusu ölçeğinden alınan ortalama puanlar sırasıyla “her an takip edenler”, “gün içinde birkaç kez takip edenler”, “hiç takip etmeyenler” şeklindedir. Bu sonuçlara bakıldığında Covid-19 ile ilgili haberleri yoğun takip etme Covid-19 korkusu açısından risk taşımaktadır. Özellikle salgının ilk dönemlerinde başta sosyal medya olmak üzere farklı platformlarda yanlış bilgilendirmeler ortaya çıkmıştır (Aydın, 2020). Bu tür bilgiler de endişe ve kaygıya neden olabilmektedir. Bu noktada doğru, şeffaf ve hızlı bilgilendirmelerin önemi daha iyi anlaşılmaktadır.

Çalışmadaki son bulgu ise Covid-19 korkusu üzerinde psikolojik dayanıklılığın yordayıcı etkisidir. Yapılan regresyon analizi sonucunda Covid-19 korkusu ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca psikolojik dayanıklılığın Covid-19 korkusuna ilişkin puanlardaki değişimin %19’nu açıkladığı görülmüştür. Yapılan yeni bir çalışma da Covid-19 sürecindeki kaygı üzerinde psikolojik dayanıklılığın doğrudan ve dolaylı olarak negatif yönde etkisi olduğunu göstermektedir (Kasapoğlu, 2020). Benzer şekilde yapılan bir diğer model çalışmasında psikolojik dayanıklılığın doğrudan ya da dolaylı olarak Covid-19 korkusu üzerinden ve doğrudan öznel iyi oluş üzerinde etkili olduğu bulunmuştur (Satici, Kayis, Satici, Griffiths ve Can, 2020). Zorlu yaşam koşullarında ayakta kalabilme anlamına da gelen psikolojik dayanıklılık Covid-19 korkusu için de koruyucu bir faktör olarak görünmektedir. Nitekim Dünya Sağlık Örgütü’nün raporlarında da psikolojik dayanıklılığın Covid-19’un psikolojik etkileri ile başa çıkmada önemli bir araç olduğu ifade edilmektedir (Kluge, 2020). Elde edilen bu bulgular ışığında hem salgın dönemi hem de salgın sonrası psikososyal destek çalışmalarının önemi ortaya çıkmaktadır. Özellikle görsel, işitsel ve sosyal medya araçlarıyla toplumun psikolojik dayanıklılığını artıracak çalışma ve uygulamalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Çalışmanın bir takım sınırlılıkları bulunmaktadır. Özellikle çalışmanın verileri klinik olmayan bir örneklem üzerinde toplanmıştır. Bundan dolayı klinik vakalara genellenmesi uygun değildir. Bunun dışında çalışmadan elde edilen bulgular kendini ifadeye dayalı ölçeklerden elde edilmiştir. Dolayısıyla elde edilen bilgilerin kaynağı sınırlılık göstermektedir. Verilerin Pandemi koşullarında elektronik ortamda uygun örneklem yoluyla toplanmış olması da bir diğer sınırlılık olarak kabul edilebilir. Ancak tüm bunlara rağmen ruh sağlığı hizmeti yürüten profesyonellere, alan araştırmacılarına, toplum liderleri ve eğitimcilere de Covid-19 korkusu ile başa çıkmada katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### Kaynakça

- Ahorsu, D. K., Lin, C. Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., ve Pakpour, A. H. (2020). The fear of COVID-19 scale: development and initial validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1 (Online First). <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>
- Akyol, P., ve Çelik, A. (2020). Covid-19 salgını sürecinde paramedik öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının araştırılması. *Turkish Studies*, 15(4), 25-37 <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44386>

- Altundağ, Y., ve Bulut, S. (2017). Aday sınıf öğretmenlerinde problemlili akıllı telefon kullanımının incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(4), 1670-1682.
- Arslan, G., Yıldırım, M., Tanhan, A., Buluş, M., ve Allen, K. A. (2020). Coronavirus stress, optimism-pessimism, psychological inflexibility, and psychological health: Psychometric properties of the Coronavirus Stress Measure. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1(Online First). <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00337-6>
- Aydın, A. F. (2020). Post-Truth dönemde sosyal medyada dezenformasyon: Covid-19 (Yeni Koronavirüs) pandemi süreci. *Asya Akademik Sosyal Araştırmalar*, 4(12), 76-90. <https://doi.org/10.31455/asya.740420>
- Bhuiyan, A. I., Sakib, N., Pakpour, A. H., Griffiths, M. D., ve Mamun, M. A. (2020). COVID-19-related suicides in Bangladesh due to lockdown and economic factors: case study evidence from media reports. *International Journal of Mental Health and Addiction*, (Online First). <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00307-y>
- Bingül, B. A., Türk, A., ve Ak, R. (2020). Covid-19 bağlamında tarihteki büyük salgınlar ve ekonomik sonuçları. *Electronic Turkish Studies*, 15(4). 189-200 <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.44242>
- Bitan, D. T., Grossman-Giron, A., Bloch, Y., Mayer, Y., Shiffman, N., ve Mendlovic, S. (2020). Fear of COVID-19 scale: Psychometric characteristics, reliability and validity in the Israeli population. *Psychiatry Research*, 289(2020) 113100. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113100>
- Broche-Pérez, Y., Fernández-Fleites, Z., Jiménez-Puig, E., Fernández-Castillo, E., ve Rodríguez-Martin, B. C. (2020). Gender and fear of COVID-19 in a Cuban population sample. *International Journal of Mental Health and Addiction*, (Online First), 1-9. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00343-8>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., ve Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920 [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Büyüköztürk, S. (2010). *Veri analizi el kitabı*. (11. Baskı) Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara, Pegem Akademi Yayıncılık.
- Cocoradă, E., Maican, C. I., Cazan, A. M., ve Maican, M. A. (2018). Assessing the smartphone addiction risk and its associations with personality traits among adolescents. *Children and Youth Services Review*, 93, 345-354. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.08.006>

- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. (4. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlık ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Dong, L., Hu, S., ve Gao, J. (2020). Discovering drugs to treat coronavirus disease 2019 (COVID-19). *Drug Discoveries & Therapeutics*, 14(1), 58–60. <https://doi.org/10.5582/ddt.2020.01012>.
- Fitzpatrick, K. M., Harris, C., ve Drawve, G. (2020). Fear of COVID-19 and the mental health consequences in America. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), 17-21 <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000924>
- Garmezy, N. (1993). Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry*, 56(1), 127-136.
- George, D. ve Mallery, P. (2011). *SPSS for Windows Step by Step. A Simple Guide and Reference*. (4. Baskı). Boston: Pearson.
- Georgieva, K. (2020). *A Global Crisis Like No Other Needs a Global Response Like No Other*, [https://blogs.imf.org/2020/04/20/a-global-crisis-like-no-other-needs-a-global-response-like-no-other/?utm\\_medium=email&utm\\_source=govdelivery](https://blogs.imf.org/2020/04/20/a-global-crisis-like-no-other-needs-a-global-response-like-no-other/?utm_medium=email&utm_source=govdelivery) adresinden 20 Kasım 2020’de alınmıştır.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28). 113-128
- Göksu, Ö., ve Kumcağız, H. (2020). Covid-19 salgınında bireylerde algılanan stres düzeyi ve kaygı düzeyleri. *Electronic Turkish Studies*, 15(4), 463-479. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44397>
- Gunnell, D., Appleby, L., Arensman, E., Hawton, K., John, A., Kapur, N., ... ve Chan, L. F. (2020). Suicide risk and prevention during the COVID-19 pandemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 468-471. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30171-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30171-1)
- Hekler, E.B., Lambert, J., Leventhal, E., Levethal, H., Jahn, E. ve Contrada R.J. (2008). Commonsense illness beliefs, adherence behaviors and hypertension control among african americans. *Journal of Behavioral Medicine*, 31(5), 391-400. <https://doi.org/10.1007/s10865-008-9165-4>
- Hu, L. T., ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Joos, A. (2020). Psychosomatic medicine and covid-19 pandemic. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 89, 263–264. <https://doi.org/10.1159/00050764>



- Kasapoğlu, F. (2020). COVID-19 salgını sürecinde kaygı ile maneviyat, psikolojik sağlamlık ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Turkish Studies*, 15(4), 599-614. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44284>
- Kline, B. R. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: The Guilford Press,
- Kluge, H. H. P. (2020). Statement – Physical and mental health key to resilience during COVID-19 pandemic. <https://www.euro.who.int/en/media-centre/sections/statements/2020/statement-physical-and-mental-health-key-to-resilience-during-covid-19-pandemic>
- Linnaranta, O., Bourguignon, C., Crescenzi, O., Sibthorpe, D., Buyukkurt, A., Steiger, H., ve Storch, K. F. (2020). Late and instable sleep phasing is associated with irregular eating patterns in eating disorders. *Annals of Behavioral Medicine*, 54(9), 680-690 <https://doi.org/10.1093/abm/kaaa012>
- Liu, N., Zhang, F., Wei, C., Jia, Y., Shang, Z., Sun, L., ... ve Liu, W. (2020). Prevalence and predictors of PTSS during COVID-19 outbreak in China hardest-hit areas: Gender differences matter. *Psychiatry Research*, 287(2020), 112921. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112921>
- Luthar, S. S., Lyman, E. L., ve Crossman, E. J. (2014). Resilience and positive psychology. M. L. Karen D. Rudolph (Eds.) içinde, *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 125-140). Springer, Boston, MA.
- Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*, 85(1), 6-20. <https://doi.org/10.1111/cdev.12205>
- Pandi-Perumal, S. R., Monti, J. M., Burman, D., Ramanujam, K., BaHammam, A. S., Spence, D. W., ... ve Narashimhan, M. (2020). Clarifying the role of sleep in depression: A narrative review. *Psychiatry Research*, (Online First) 113239. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113239>
- Rossi, R., Succi, V., Talevi, D., Mensi, S., Niolu, C., Pacitti, F., ... ve Di Lorenzo, G. (2020). COVID-19 pandemic and lockdown measures impact on mental health among the general population in Italy. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 1-6.
- Satici, B., Gocet-Tekin, E., Deniz, M. E., ve Satici, S. A. (2020). Adaptation of the Fear of COVID-19 Scale: Its association with psychological distress and life satisfaction in Turkey. *International Journal of Mental Health and Addiction*, (Online First). <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00294-0>
- Satici, S. A., Kayis, A. R., Satici, B., Griffiths, M. D., ve Can, G. (2020). Resilience, hope, and subjective happiness among the turkish population: fear of Covid-19 as a mediator. *International Journal of Mental Health and Addiction*, (Online First) 1-16. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00443-5>

- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., ve Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 194-200.
- Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı (T.C.S.B). (2020). Covid-19 bilgilendirme sayfası/genel Koronavirüs tablosu. <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66935/genel-koronavirus-tablosu.html> adresinden 15 Aralık 2020 tarihinde alınmıştır.
- Worldometers (2020). Covid-19 Coronavirus pandemic. <https://www.worldometers.info/coronavirus/> adresinden 15 Aralık 2020 tarihinde alınmıştır.
- Yu, Y., Li, M., Pu, L., Wang, S., Wu, J., Ruan, L., ... ve Jiang, W. (2017). Sleep was associated with depression and anxiety status during pregnancy: a prospective longitudinal study. *Archives of Women's Mental Health*, 20(5), 695-701. <https://doi.org/10.1007/s00737-017-0754-5>
- Zahra, J., Ford, T., ve Jodrell, D. (2014). Cross-sectional survey of daily junk food consumption, irregular eating, mental and physical health and parenting style of British secondary school children. *Child: Care, Health and Development*, 40(4), 481-491. <https://doi.org/10.1111/cch.12068>