

BÖLÜM 6

COVID-19 PANDEMİSİNİN PSİKOLOJİK ETKİLERİ RİSKLER VE KORUYUCU FAKTÖRLER

Zafer Güney ÇAĞIŞ¹
Murat YILDIRIM²

GİRİŞ

Salgın hastalıklar görüldükleri her dönemde insan yaşamını derinden etkileyen önemli toplumsal olaylardır. Herhangi bir hastalığın salgın durumu bir grup insan, toplum ya da bölge ile sınırlı olduğunda epidemi olarak adlandırılırken birden fazla ülke ya da kıta boyunca görüldüğünde pandemi olarak adlandırılır. Bir salgının pandemi olup olmadığı Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından ilan edilir ve hastalığın pandemi ilan edilmesinin çeşitli kriterleri vardır. DSÖ'ye göre herhangi bir salgının yeni bir virüs ya da mutasyon nedeniyle oluşması, insanlara kolayca geçebilmesi, insandan insana kolay ve sürekli olarak bulaşması pandemi ilanının önemli kriterlerini oluşturur.

Tarihsel süreçte çeşitli salgın hastalıkların meydana geldiği görülmektedir. Bunlardan bazıları veba, İspanyol gribi, kolera, tifüs, SARS (Şiddetli Akut Solunum Yolu Sendromu) ve MERS'tir (Orta Doğu Solunum Sendromu). Bu salgın hastalıkların her birinin önemli ekonomik, sosyal ve psikolojik etkisi olmuştur. Örneğin 14. yüzyılda Avrupada nüfusun neredeyse üçte birinin ölümüne neden olan veba, çalışma hayatında önemli değişikliklere neden olmuştur. Bu salgınla birlikte çalışanların istekleri göz önünde bulundurulmaya başlanmış, kadınların çalışma hayatındaki rolleri artmış ve insan kayıpları nedeni ile makinalı tarımın temelleri atılmıştır. Benzer şekilde İspanyol gribinin de I. Dünya Savaşının son bulmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Yakın tarihlerde yaşanan SARS salgınında ise karantina süreçlerinde insanlarda yoğun şekilde can sıkıntısı, hayal kırıklığı ve yalnızlık duyguları görülmüştür (Reynolds ve ark., 2008). Özellikle hastalığı geçiren bireylerde daha yüksek düzeyde stres belirtileri gözlenmiş ve

1 Araş. Gör., Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji AD.

2 Doç. Dr., Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Klinik Psikoloji AD.

görüldüğü pek çok çalışmanın (örn., Karaşar ve Canlı, 2020; Jansen, 2021) kesitsel araştırmalara ve öz beyan verilerine dayandığı görülmektedir. Bu nedenle sunulan bölümde ele alınan koruyucu psikolojik özelliklerin davranışsal etkilerinin incelenmesinin ve boylamsal çalışmaların yürütülmesinin, bu özelliklerin etkilerinin daha iyi anlaşılmasını sağlaması açısından yararlı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca SARS ve MERS gibi önceki salgın hastalıkların uzun süreli etkileri olduğu görülmüştür (Brooks ve ark., 2020). COVID-19 da dünya tarihinde toplumsal yapıyı değiştiren önemli ekonomik, sosyal ve psikolojik etkileri olan bir dönüm noktası olarak görülmektedir. Bu nedenle COVID-19'un bireylerdeki uzun süreli psikolojik etkilerinin neler olduğunun incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Alat, P., Das, S. S., Arora, A. ve Jha, A. K. (2021). Mental health during COVID-19 lockdown in India: Role of psychological capital and internal locus of control. *Current Psychology*, 1-13. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01516-x>
- Arslan, H. N., Karabekiroglu, A., Terzi, O. ve Dundar, C. (2021). The effects of the COVID-19 outbreak on physicians' psychological resilience levels. *Postgraduate Medicine*, 133(2), 223-230. <https://doi.org/10.1080/00325481.2021.1874166>
- Bai, Y., Lin, C. C., Lin, C. Y., Chen, J. Y., Chue, C. M. ve Chou, P. (2004). Survey of stress reactions among health care workers involved with the SARS outbreak. *Psychiatric Services*, 55(9), 1055-1057. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.55.9.1055>
- Baykal, E. (2020). COVID-19 bağlamında psikolojik dayanıklılık, kaygı ve yaşam doyum ilişkisi. *International Journal of Social and Economic Sciences*, 10(2), 68-80.
- Ben-David, A. ve Leichtenritt, R. (1999). Ethiopian and Israeli students' adjustment to college: The effect of the family, social support and individual coping styles. *Journal of Comparative Family Studies*, 30(2), 297-312.
- Bilge, Y. ve Bilge, Y. (2020). Koronavirüs salgını ve sosyal izolasyonun psikolojik semptomlar üzerindeki etkilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle baş etme tarzları açısından incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23(1), 38-51.
- Bonanno, G. A., Ho, S. M. Y., Chan, J. C. K., Kwong, R. S. Y., Cheung, C. K. Y., Wong, C. P. Y. ve Wong, V. C. W. (2008). Psychological resilience and dysfunction among hospitalized survivors of the SARS epidemic in Hong Kong: A latent class approach. *Health Psychology*, 27(5), 659-667. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.27.5.659>
- Brik, M., Sandonis, M. A., Fernández, S., Suy, A., Parramon-Puig, G., Maiz, N., Dip, M. E., Ramos-Quiroga, J. A. ve Carreras, E. (2021). Psychological impact and social support in pregnant women during lockdown due to SARS-CoV2 pandemic: a cohort study. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 100(6), 1026-1033. <https://doi.org/10.1111/aogs.14073>
- 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)
- Bruhn, J. G. ve Philips, B. U. (1984). Measuring social support: A synthesis of current approaches. *Journal of Behavioral Medicine*, 7(2), 151-169.
- Chua, S. E., Cheung, V., McAlonan, G. M., Cheung, C., Wong, J. W. S., Cheung, E. P. T., Chan, M. Y. T., Wong, T. K. W., Choy, K. M., Chu, C. M., Lee, P. W. H ve Tsang, K. W. T. (2004). Stress and psychological impact on SARS patients during the outbreak. *Canadian Journal of Psychiatry*,

49(6), 385–390. <https://doi.org/10.1177/070674370404900607>

- Cohen, S. ve Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Çağış, Z. G. ve Yıldırım, M. (2022). Understanding the effect of fear of COVID-19 on COVID-19 burnout and job satisfaction: a mediation model of psychological capital. *Psychology, Health & Medicine*, 1-11.
- Çetin, C., ve Anuk, Ö. (2020). COVID-19 pandemi sürecinde yalnızlık ve psikolojik dayanıklılık: Bir kamu üniversitesi öğrencileri örneklemini. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 170-189.
- Deniz, M. E. (2021). Self-compassion, intolerance of uncertainty, fear of COVID-19, and well-being: A serial mediation investigation. *Personality and Individual Differences*, 177, 110824. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110824>
- Deniz, M. E. ve Sümer, A. S. (2010). The evaluation of depression, anxiety and stress in university students with different self-compassion levels. *Eğitim ve Bilim*, 35(158), 115-127.
- Doğan, M. M. ve Düznel, B. (2020). Covid-19 özelinde korku-kayı düzeyleri. *Turkish Studies*, 15(4), 739-752.
- Dorman-Ilan, S., Hertz-Palmor, N., Brand-Gothelf, A., Hasson-Ohayon, I., Matalon, N., Gross, R., Chen, W., Abramovich, A., Afek, A., Ziv, A., Kreiss, Y., Pessach, I. M. ve Gothelf, D. (2020). Anxiety and depression symptoms in COVID-19 isolated patients and in their relatives. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 581598. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.581598>
- Erdoğdu, Y., Koçoğlu, F. ve Sevim, C. (2020). COVID-19 pandemisi sürecinde anksiyete ile umutsuzluk düzeylerinin psikososyal ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23.
- Ettman, C.K., Abdalla, S.M., Cohen, G.H., Sampson, L., Vivier, P.M. ve Galea, S. (2020) Prevalence of depression symptoms in US adults before and during the COVID-19 Pandemic. *JAMA Netw Open*, 3(9), e2019686. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.19686>
- Fiorilli, C., Benevene, P., De Stasio, S., Buonomo, I., Romano, L., Pepe, A. ve Addimand, L. (2019). Teachers' burnout: the role of trait emotional intelligence and social support. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02743>
- Grandi, A., Zito, M., Sist, L., Martoni, M., Russo, V. ve Colombo, L. (2022). Wellbeing in Workers during COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Self-Compassion in the Relationship between Personal Resources and Exhaustion. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1714-1730.
- Herzberg, D. S., Hammen, C., Burge, D., Daley, S. E., Davila, J. ve Lindberg, N. (1999). Attachment cognitions predict perceived and enacted social support during late adolescence. *Journal of Adolescent Research*, 14(4), 387-404. <https://doi.org/10.1177/0743558499144001>
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., Ballard, C., Christensen, H., Silver, R. C., Everall, I., Ford, T., John, A., Kabir, T., King, K., Madan, I., Michie, S., Przybylski, A. K., Shafran, R., Sweeney, A. ve Bullmore, E. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547-560. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1)
- Hong, X., Currier, G. W., Zhao, X., Jiang, Y., Zhou, W. ve Wei, J. (2009). Posttraumatic stress disorder in convalescent severe acute respiratory syndrome patients: a 4-year follow-up study. *General Hospital Psychiatry*, 31(6), 546-554. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2009.06.008>
- Hu, D., Kong, Y., Li, W., Han, Q., Zhang, X., Zhu, L. X., Wan, S. W., Liu, Z., Shen, Q., Yang, J., He, H. ve Zhu, J. (2020). Frontline nurses' burnout, anxiety, depression, and fear statuses and their associated factors during the COVID-19 outbreak in Wuhan, China: A large-scale cross-sectional study. *EClinicalMedicine*, 24, 100424. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100424>
- Huang, Y ve Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288, 11295410. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>

- Huremović, D. (2019). Mental health of quarantine and isolation. D. Huremović (Ed.) *Psychiatry of pandemics* içinde (s. 95-118). Springer.
- Jansen, P. (2021). Self-compassion and repetitive thinking in relation to depressive mood and fear of the future. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 51(2), 232-236. <https://doi.org/10.1007/s12662-021-00712-y>
- Jones, J. H. ve Salathé, M. (2009). Early assessment of anxiety and behavioral response to novel-swine-origin influenza A (H1N1). *PLoS One*, 4(12), e8032. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0008032>
- Kaba, İ. ve Keklik, İ. (2016). Students adaptation to university life, resilience and psychological symptoms. Hacettepe University Graduate School of Educational Sciences *The Journal of Educational Research*, 2(2), 98-113.
- Karaşar, B. ve Canlı, D. (2020). Psychological Resilience and Depression during the Covid-19 Pandemic in Turkey. *Psychiatria Danubina*, 32(2), 273-279. <https://doi.org/10.24869/psyd.2020.273>
- Kaya, B., (2020). Pandeminin ruh sağlığına etkileri, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23(2), 123-124.
- Kim, H. C., Yoo, S. Y., Lee, B. H., Lee, S. H. ve Shin, H. S. (2018). Psychiatric findings in suspected and confirmed middle east respiratory syndrome patients quarantined in hospital: a retrospective chart analysis. *Psychiatry Investigation*, 15(4), 355-360.
- Kirkpatrick, K. L. (2005). *Enhancing self-compassion using a Gestalt two-chair intervention* [Yayımlanmamış doktora tezi]. The University of Texas at Austin.
- Labrague, L. J. (2021). Psychological resilience, coping behaviours and social support among health care workers during the COVID-19 pandemic: a systematic review of quantitative studies. *Journal of Nursing Management*, 29(7), 1893-1905. <https://doi.org/10.1111/jonm.13336>
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y. ve ark. (2020) Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to Coronavirus disease 2019. *JAMA Netw Open*, 3(3), e203976 <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>
- Lam, M. H. B., Wing, Y. K., Yu, M. W. M., Leung, C. M., Ma, R. C., Kong, A. P. S., So, W. Y., Fong, S. Y. Y. ve Lam, S. P. (2009). Mental morbidities and chronic fatigue in severe acute respiratory syndrome survivors: Long-term follow-up. *Archives of Internal Medicine*, 169(22), 2142-2147. <https://doi.org/10.1001/archinternmed.2009.384>
- Lau, J. T., Yang, X., Pang, E., Tsui, H. Y., Wong, E. ve Wing, Y. K. (2005). SARS-related perceptions in Hong Kong. *Emerging Infectious Diseases*, 11(3), 417-424.
- Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N. ve Zhu, T. (2020). The impact of COVID-19 epidemic declaration on psychological consequences: a study on active Weibo users. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 2032-2041. <https://doi.org/10.3390/ijerph17062032>
- Luthans, F., Youssef, C. M. ve Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge* (Vol. 198). Oxford University Press.
- Masten, A. S., Morison, P., Pellegrini, D. ve Tellegen, A. (1990). Competence under stress: Risk and protective factors. J. Rolf, A. S. Masten, D. Cicchetti, K. H. Nuechterlein ve S. Weintraub (Eds), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* içinde (s. 236-256). Cambridge University Press.
- Murthy, S., Gomersall, C. D. ve Fowler, R. A. (2020). Care for critically ill patients with COVID-19. *Jama*, 323(15), 1499-1500. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.3633>
- Nakash, O., Nagar, M., Shoshani, A. ve Lurie, I. (2017). The association between perceived social support and posttraumatic stress symptoms among Eritrean and Sudanese male asylum seekers in Israel. *International Journal of Culture and Mental Health*, 10(3), 261-275. <https://doi.org/10.1080/17542863.2017.1299190>
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Neff, K. D. (2009). The role of self-compassion in development: A healthier way to relate to oneself. *Human Development*, 52(4), 211-214. <https://doi.org/10.1159/000215071>
- Neff, K. D. (2016). "The Self-Compassion Scale is a valid and theoretically coherent measure of sel-

- f-compassion": Erratum. *Mindfulness*, 7(4), 1009. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0560-6>
- Önal, B., Ateş, T., Öztürk, H. ve Çolak, Z. (2022). COVID-19 Salgın döneminde sağlık çalışanlarının algıladıkları sosyal destek ile durumluk kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(1), 34-43.
- Paucsik, M., Leys, C., Marais, G., Baeyens, C. ve Shankland, R. (2022). Self-compassion and savouring buffer the impact of the first year of the COVID-19 on PhD students' mental health. *Stress and Health*.
- Raiche, E. M. (2017). *The effects of resilience and self-compassion on symptoms of stress and growth resulting from combat exposure in service members* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. University of North Texas.
- Razai, M.S., Oakeshott, P., Kankam, H., Galea, S. ve Stokes-Lampard, H. (2020). Mitigating the psychological effects of social isolation during the COVID-19 pandemic. *BMJ*, 369. <https://doi.org/10.1136/bmj.m1904>
- Reynolds, D. L., Garay, J. R., Deamond, S. L., Moran, M. K., Gold, W. ve Styra, R. (2008). Understanding, compliance and psychological impact of the SARS quarantine experience. *Epidemiology & Infection*, 136(7), 997-1007. <https://doi.org/10.1017/S0950268807009156>
- Ruisoto, P., Ramírez, M. R., García, P. A., Paladines-Costa, B., Vaca, S. L. ve Clemente-Suárez, V. J. (2021). Social support mediates the effect of burnout on health in health care professionals. *Frontiers in Psychology*, 11, 623587.
- Stuijzand, S., Deforges, C., Sandoz, V., Sajin, C.T., Jaques, C., Elmers, J. ve Horsch, A. (2020) Psychological impact of an epidemic/pandemic on the mental health of healthcare professionals: a rapid review. *BMC Public Health*, 20(1), 1230-1248. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09322-z>
- Tian, F., Li, H., Tian, S., Yang, J., Shao, J. ve Tian, C., (2020). Psychological Symptoms of Ordinary Chinese Citizens Based on SCL-90 During the Level I Emergency Response to COVID-19, *Psychiatry Research*, 288, 112992. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112992>
- Toprak Ergönen, A., Biçen, E. ve Ersoy, G. (2020). COVID-19 salgınında ev içi şiddet. *Adli Tip Bülteni*, 25(özel sayı), 48-57
- Usher, K., Bhullar, N., Durkin, J., Gyamfi, N. ve Jackson, D. (2020). Family violence and COVID-19: Increased vulnerability and reduced options for support. *International Journal of Mental Health Nursing*, 29(2020), 549-552. <https://doi.org/10.1111/inm.12735>
- Van Hoek, A. J., Underwood, A., Jit, M., Miller, E. ve Edmunds, W. J. (2011). The impact of pandemic influenza H1N1 on health-related quality of life: a prospective population-based study. *PLoS One*, 6(3), e17030. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0017030>
- Wallace, C. L., Wladkowski, S. P., Gibson, A. ve White, P. (2020). Grief during the COVID-19 pandemic: considerations for palliative care providers. *Journal of Pain and Symptom Management*, 60(1), e70-e76. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.04.012>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S. ve Ho, R. C. (2020) Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729-1754. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- World Health Organization. (2022). *WHO coronavirus disease (COVID-19) dashboard*. <https://covid19.who.int/>
- Xiang, Y. T., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T. ve Ng, C. H. (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, 7(3), 228- 229. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8)
- Yıldırım, İ. (2004). Algılanan sosyal destek ölçeğinin revizyonu. *Eurasian Journal of Educational Research*, (17), 221-236.
- Youssef-Morgan, C. M. ve Luthans, F. (2015). Psychological capital and well-being. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 31(3), 180-188. <https://doi.org/10.1002/smi.2623>