www.turkishstudies.net/turkishstudies

Turkish Studies

eISSN: 1308-2140

Research Article / Araştırma Makalesi

INTERNATIONAL
BALKAN
UNIVERSITY

Sponsored by IBU

Covid-19 Salgınında Bireylerde Algılanan Stres Düzeyi ve Kaygı Düzeyleri

Perceived Stress Level and Anxiety Levels in Individuals in Covid-19 Outbreak

Özkan Göksu* - Hatice Kumcağız**

Abstract: The aim of this study is to examine the levels of stress and anxiety perceived by individuals with COVID-19 outbreak according to various variables. For the research, written ethics committee permission was obtained from the Ondokuz Mayıs University Social and Human Sciences Research Ethics Committee on 17.04.2020 with the decision number 2020/163. Descriptive survey model is used in this research. The participants of the research are 303 people working in various professions in Giresun Province. Perceived Stress Scale, State-Trait Anxiety Scale and personal information form were used as data collection tools. The data of the research were collected through Google forms. Descriptive statistics were used in the analysis of the data. Independent variables t-test was used to compare variables with two parameters, and One Way ANOVA test was used to compare variables with more than two parameters. Pearson correlation analysis was used in the relationships between numerical variables. In the coronavirus epidemic process, it was found that 84% of anxiety and 87% of coronavirus epidemic increased hand washing habits. According to the results obtained from the research, it was determined that the level of stress perceived by the participants was moderate. In the research, it was found that there is a positive relationship between perceived stress and state anxiety and trait anxiety. It was determined that the perceived stress and anxiety levels of women were higher than that of men. It was also determined that perceived stress levels of singles were higher than married participants. In the study, it was found that there are significant differences between the individuals' perceived stress and anxiety levels according to age groups and occupations. According to other results obtained from the research, it is recommended to give psycho-education to effectively deal with traumatic situations in order to have a positive effect on the mental state of individuals.

Structured Abstract: The Covid-19 pandemic influenced the whole world and became the only agenda of all humanity. The Covid-19 outbreak that threatens people affects not only the inner world of people, but also social behavior and therefore social structure. Having knowledge about human behavior is important for health authorities to effectively respond and be prepared for the outbreak. Outbreaks like this increase the level of stress on individuals. This stress also increases the level of anxiety (Taylor et al. 2008).

Although there are many factors that affect stress and anxiety levels, health-related factors come first. It is important to know how this life-threatening health problem affects individuals' stress and anxiety

* Y. Lisans Öğr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Master Student, Ondokuz Mayıs University, Graduate Education Institute, Guidance and Psychological Counseling
ORCID 0000-0002-2592-4352

ozkangoksu28@gmail.com

** Doç.Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü
Ondokuz Mayıs University, Faculty of Education, Department of Educational Sciences
ORCID 0000-0002-0165-3535

haticek@omu.edu.tr

Cite as/ Atıf: Göksu, Ö. & Kumcağız, H. (2020). Covid-19 salgınında bireylerde algılanan stres düzeyi ve kaygı düzeyleri. *Turkish Studies*, 15(4), 463-479. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44397>

Received/Geliş: 22 June/Haziran 2020

Accepted/Kabul: 26 August/Ağustos 2020

Copyright © MDE, Turkey

Checked by plagiarism software

Published/Yayın: 30 August/Ağustos 2020

CC BY-NC 4.0

levels. Even the concept of the epidemic spreading among people can disrupt social flow. Individuals in fear and panic can be one of the biggest obstacles in controlling the epidemic. Predicting the anxiety and stress perception that may occur during the epidemic is important for the spread and control of the epidemic. It can be said that the results obtained from this research are important for emphasizing perceived stress and anxiety levels of individuals experiencing epidemic processes. It is thought that the results of the study will contribute to the literature. In this study, it was aimed to investigate the perceived stress levels and anxiety levels in individuals during the Covid-19 epidemic process according to variables such as gender, marital status, age and occupation.

Material and Method: Descriptive survey model is used in this research. For the research, written ethics committee permission was obtained from the Ondokuz Mayıs University Social and Human Sciences Research Ethics Committee on 17.04.2020 with the decision number 2020/163. The participants of the research are 303 people (51 % women, 49% man) working in various professions in Giresun province. The data created in Google forms were sent to people via e-mail. Perceived Stress Scale was used to developed by Cohen, Kamarck and Mermelstein (1983) and adapted to Turkish by Eskin et al. (2013) determine individuals' stress levels. Also, State-Trait Anxiety Scale was used to developed by Spielberger et al. (1970) and adapted into Turkish by Öner and Le Compte (1983) determine their anxiety levels.

Findings and Discussion: In this study, it was found that the anxiety levels of women were higher in Covid-19 outbreak compared to men. Lau et al. (2005) found that women perceive the disease more infectious and lethal and experience higher levels of anxiety. In this study, it was found that the perceived stress levels of individuals were moderately high in the Covid-19 process. The stress level of the participants varies in terms of gender. It was determined that the perceived stress levels of women were higher than men. Duan and Zhu (2020) found that women experienced more stress in the study, where they found that the Covid-19 outbreak increased individuals' stress and anxiety levels, as well as causing mental illnesses such as insomnia and anger. Zhang et al. (2020) worked with healthcare workers in the Covid-19 process and found that stress levels were higher in women.

According to the research result, there is a moderately positive significant relationship between stress level and anxiety levels. Mo et al. (2020) In their studies with nurses during the Covid-19 outbreak, a positive relationship was found between stress and anxiety levels. When the related literature is examined, similar results are seen (Hamlyn, Draghi and Ellis, 2007; Wang et al., 2020). The mean scores of the Perceived Stress Scale in the study differed by single and married participants and single participants were observed to be more stressed. Shevlin et al. (2020) stated that being married and having children during the Covid-19 outbreak raises the stress level. Statistically significant difference was not found between the state and trait anxiety point averages of married participants and the state anxiety point averages of single participants.

In this study, it was determined that there is a statistically significant difference between the Perceived Stress Scale mean scores by age variable in individuals. As a result the stress levels of the participants between the ages of 20-29 were higher. Cao et al. (2020a) found that stress and anxiety levels were high in their study with university students in China during the Covid-19 outbreak. In another study, Toreles et al. (2020) found that age-related stress levels changed and younger and older people experienced higher levels of stress.

In this study, there was no statistically significant difference between the state anxiety level score averages according to the age variable, however, there was a statistically significant difference between the mean scores of trait anxiety level by age variable. In the study, it was found that trait anxiety levels were higher in individuals in the 20-29 age group. Shevlin et al. (2020) examined mental health in the Covid-19 pandemic of British society and found that the level of anxiety was higher at a young age. Bohlken et al. (2020), in their research, worked with healthcare workers and found that young healthcare workers experience higher levels of anxiety. Joos (2020) examined the psychological variables experienced by individuals in the Covid-19 pandemic and found that anxiety levels of 20-30 year olds were higher. In the study, it was found that there was a statistically significant difference between the Perceived Stress Scale mean scores according to the occupations of the participants. While the nurses perceive stress at a high level, the stress levels of health officials and technicians are low. One of the explanations of this situation is that the nurses are at the forefront during the pandemic process.

Conclusion and Suggestions: In this study, it was found that the level of state and trait anxiety of individuals increased during the coronavirus epidemic process, single participants were more stressed, and there was a significant change in the level of stress and anxiety perceived by profession. According to the results obtained from the research, it is recommended to give psychoeducation to deal with traumatic situations effectively in order to have a positive effect on the mental state of individuals.

Keywords: Psychological Counseling, Stress, Anxiety, Epidemic, Covid-19 Outbreak

Öz: Bu araştırmanın amacı Covid-19 salgınında bireylerin algıladığı stres ve kaygı düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemektir. Araştırma tarama modelinde yapılmış, betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın çalışma grubunu Giresun ilinde çeşitli mesleklerde görev yapan 303 kişi (%51'i kadın, %49'u erkek) oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilen Eskin ve diğerleri tarafından (2013) Türkçeye uyarlanan Algılanan Stres Ölçeği ile Spielberger ve diğerleri (1970) tarafından geliştirilen Öner ve Le Compte (1983) tarafından Türkçeye uyarlanan Durumluk-Süreklilik Kaygı Ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma için Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 17.04.2020 tarihinde 2020/163 karar sayısı ile yazılı etik kurul izni alınmıştır. Araştırmanın verileri Google forms aracılığıyla toplanmıştır. Verilerin analizinde betimleyici istatistikler kullanılmıştır. İki parametreye sahip değişkenlere ilişkin karşılaştırmalarda bağımsız değişkenler t testi, ikiden fazla parametreye sahip olan değişkenlere ilişkin karşılaştırmalarda One Way ANOVA testi uygulanmıştır. Sayısal değişkenler arasındaki ilişkiler için Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırmanın katılımcılarının %51'nin kadın, % 43,6'sının 30-39 yaş aralığında, % 61,4'ünün lisans mezunu, % 89'unun herhangi bir ruhsal sorunu olmadığı, %67'sinin koronavirüs salgını sürecinde korunmaya çalıştığı, % 84'ünün koronavirüs salgını sürecinde kaygısının arttığı, %87'sinin koronavirüs salgını sürecinde el yıkama alışkanlığının arttığı bulunmuştur. Araştırmadan elde edilen sonuca göre katılımcıların algıladıkları stres düzeyinin orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Araştırmada bireylerde algılanan stres ile durumluk kaygı ve sürekli kaygı arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Kadınların algılanan stres ve kaygı düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bekar katılımcıların algılanan stres düzeyinin evli katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmada yaş gruplarına ve mesleklere göre bireylerin algılanan stres ve kaygı düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre bireylerin ruhsal durumlarına olumlu etki sağlamak amacıyla travmatik durumlarla etkili başedebilmeye yönelik psikoeğitim verilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Danışma, Stres, Kaygı, Salgın, Covid-19 Salgını.

Giriş

Dünyayı etkisi altına alan Covid 19 pandemisi bütün insanlığın tek gündemi haline gelmiştir. Birçok belirsizliğin yaşandığı bu süreçte salgın bireylerde yoğun bir strese neden olmaktadır (Lau vd., 2005). İnsan yaşamı tehdit eden Covid-19 salgını kişilerin sadece fizyolojik olarak değil psikolojik ve toplumsal yönden de derinden etkilemektedir. Küreselleşen dünyada hastalıkların yayılıp salgınlara neden olması ne yazık ki çok kolay ve hızlı bir şekilde gerçekleşmektedir. Virüslerin yol açtığı hastalıklar eski çağlardan beri bilinen ve insanları etkileyen önemli bir halk sağlığı sorunudur. Covid-19, insan ve hayvanlarda hastalığa neden olan büyük bir virüs ailesinin parçasıdır. Korona virüsler RNA virüsleridir. Bu virüslerin en önemli özelliği antijenik değişimdir. Bu değişime bağlı olarak büyük epidemilere veya pandemilere neden olabilirler. Bu salgınlar sonucunda, sağlığın bozulması, iş kaybı, eğitim sorunları, hastane başvurularında artış ve ölüm görülebilmektedir. Covid 19'un neden olduğu hastalık, yüksek ateş, öksürük, baş ağrısı, halsizlik, boğaz ağrısı, ishal belirtileri gösterir ve yüksek morbidite ve mortalite oranları ile tanımlanmaktadır (Dikmen vd., 2020).

İnsanlık tarihine bakıldığında salgın hastalık durumunda bireylerde ortaya çıkan davranış örüntülerinin birbirine benzemediği görülmektedir. Yaşamı tehdit eden salgınlar kişilerde içe kapanma ve diğer insanlarla araya mesafe koyma davranışını artırmaktadır (Thornhill ve Fincher,

2014). Bir salgın tehdidi karşısında insanların gösterecekleri davranışlar salgının yaygınlığını ve yayılma hızını en aza indirmek ve dolayısıyla olabilecek ölümleri azaltmak açısından önemlidir. Salgın sürecinde ortaya çıkan davranışlar hakkında bilgi sahibi olmak sağlık otoritelerinin salgınla etkili bir şekilde müdahale etmeleri ve olabilecek sorunlara hazırlıklı olmaları açısından önem taşımaktadır. Bu belirsizliğe karşı yaşanan stres kişilerin kaygılarının anlamlı düzeyde yükseldiği göstermektedir (Taylor vd., 2008).

Stres, organizmaya baskı yapan herhangi bir değişime karşı organizmanın verdiği tepki olarak tanımlanmaktadır (Selye, 1973). Lazarus ve Folkman (1984) stresi, çevre ile etkileşime bağlı ortaya çıkan tehlike halinin birey tarafından yorumlanma hali şeklinde ele almaktadır. Stres, akut ve kronik olarak ikiye ayrılmaktadır. Kısa süreli ortaya çıkan stresin organizmanın tehlikeye hazır hale gelmesini sağlayıp koruyucu olabileceği öne sürülmektedir. Kronik stresin ise birçok hastalığa neden olabileceği de belirtilmektedir (Şar, 2018). Uzun süreli stres, sitokin dengesini bozarak, immün koruyucu hücrelerin işlevini azaltarak, bağışıklık sistemini baskılayıcı rol oynamaktadır (Braham, 1998). Salgın sürecinde algılanan stres düzeyinin yüksekliği, insan bağışıklığı tarafından bilinmeyen bu Covid-19'un yaratacağı olumsuz etkileri artırabilir.

Stres, modern toplumlarda günlük yaşamda yoğun olarak bahsedilen, insanın yaşamının kaçınılmaz bir parçasıdır. Bireyler farkında olmasalar da genellikle yoğun bir stres altındadırlar (Akman, 2004). Stres, bireylerin fizyolojik ve psikolojik sağlıklarını olumsuz etkilemektedir (Lyon, 2012). Stres, çevrede olup bitenlere karşı bireyin duruma içsel ve dışsal olarak verdiği tepkiye bağlı olarak ortaya çıkmaktadır (Lazarus ve Folkman, 1984). Birey tehlike ile karşı karşıya geldiğinde farklı davranışlar sergilemektedir. Tehlike ile başedemeyeceğini düşündüğünde ondan uzaklaşarak kaçınma davranışı göstermektedir. Tehlike ile baş edebileceğini düşündüğünde ise tehlike durumu ile savaşarak varolan duruma adapte olmaya çalışmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2002). Çevreye uyum çabaları, içsel ve dışsal koşullar bireyin başa çıkmasını zorlaştırdığında hem beden hem de psikolojik olarak sınırlarının ötesinde bir yük oluşturur ve oluşan bu yük stres olarak tanımlanmaktadır (Cüceloğlu, 2000). Stresin bireyde kaygı yaşamasına neden olduğu düşünülmektedir.

Kaygı; endişe, sıkıntı, üzüntü duyulan düşünce, tasa olarak belirtilmektedir (TDK, 2020). Özellikle stresli durumlarda belirginleşen kaygı, kişinin kendini güvensiz olarak algıladığı durumlara karşı geliştirdiği doğal bir savunmadır (Öz, 2010). Kaygı evrensel olarak yaşama uyum düzeneğinin bir parçası olarak yaşanan bir duygudur. Yaşamın sürdürülmesi açısından gereklidir ve her insan hayatının bir evresinde bu duyguyu yaşamaktadır. Ancak, yoğun şiddetli ve uzun sürmesi, kişisel ve toplumsal işlevi olumsuz etkilemesi, algılama kavrama yeteneğini bozması açısından pek çok organik ve psikolojik hastalıkta görülmektedir (Öztürk, 2004).

Üzgün olma, başarısızlık duygusu, belirsizlik, sıkıntı, yargılanma gibi duyguları barındıran kaygıya, ilk çocukluk yıllarında ortaya çıkan ebeveyn kaybı, kardeş, doğum ya da ölüm, ayrılık, ani değişimler sebep olabilmektedir. Yetişkinlikte ise kariyer değişiklikleri, gebelik, evlilik, ebeveyn olma, boşanma, iflas, başarısızlık, tecavüz gibi olaylar kaygıya sebep olabilmektedir. Emeklilik, ergenlik, yaşlılık gibi yaşamsal dönemler, kültürel etmenler, göç, hastalık, ölüm gibi deneyimler kaygıya sebep olabilmektedir. Kişilerin saygı görmemesi, beklentilerin gerçekleşmemesi, reddedilme gibi benlik saygısını tehdit eden durumların da kaygıya neden olabileceği belirtilmiştir (Köknel, 2004). Kaygı bireyde bir duruma bağlı olarak ortaya çıkabileceği gibi, sürekli yaşanabilen bir durum olarak da görülebilmektedir. Belli bir duruma bağlı olarak ortaya çıkan kaygı durumu, durumluk kaygı olarak, sürekli yaşanabilen kaygı durumu ise sürekli kaygı olarak ifade edilmektedir. Durumluk kaygı, bireyin içsel ya da çevresel herhangi bir tehdit ile karşılaştığında ortaya çıkan ve tehdit ortadan kalktığında sonlanan bir korku durumu olarak tanımlanmaktadır. Çarpıntı, kızarıklık, terleme gibi bedensel belirtilerin eşlik ettiği huzursuzluk halidir. Sürekli kaygı, bireyin içsel ya da çevresel stres tehdidini genel olarak olumsuz şekilde yorumlama eğilimidir ve bir şekilde kişinin kaygıya olan yatkınlığını ifade eder. Kaygı düzeyleri sürekli olan bireyler,

durumsal ortaya çıkan kaygıyı, diğerlerinden daha yoğun bir şekilde yaşamaktadırlar (Türkçapar, 2012).

Stres ve kaygı düzeylerini etkileyen pek çok faktör olmakla birlikte bunların başında sağlık ile ilgili etmenler gelmektedir. Yaşamı tehdit eden bu sağlık probleminin bireylerin stres ve kaygı düzeylerini nasıl etkilediğinin bilinmesi, alınabilecek önlemler açısından önemlidir. Salgın kavramının insanlar arasında yayılmaya başlaması bile toplumsal akışı bozabilecektir. Korku ve panik içindeki toplumdaki bireyler salgının kontrol altına alınmasında en büyük engellerden biri olabilmektedir. Salgın süresince ortaya çıkabilecek kaygının ve stres algısının bilinmesi salgının yayılımı ve kontrol edilebilmesi açısından önem teşkil etmektedir. Bu kapsamda bu araştırmada Covid-19 salgını sürecinde bireylerde algılanan stres düzeyleri ile kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmadan elde edilen sonuçların salgın sürecinde bireylerin algılanan stres ve kaygı düzeylerine vurgu yapması bakımından önemli olduğu söylenebilir. Çalışmanın sonuçlarının alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmada temel olarak Covid-19 salgınının bireylerde algılanan stres ve kaygı düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu temel amaç çerçevesinde aşağıda belirlenen alt problemlere cevap aranmıştır:

- 1.Katılımcıların algılanan stres ve durumluk-sürekli kaygı düzeyleri nasıldır?
- 2.Katılımcıların algılanan stres ile durumluk-sürekli kaygı seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 3.Katılımcıların algılanan stres, durumluk-sürekli kaygı seviyeleri cinsiyetlerine göre farklılaşmakta mıdır?
- 4.Katılımcıların algılanan stres, durumluk-sürekli kaygı seviyeleri medeni durumlarına göre farklılaşmakta mıdır?
- 5.Katılımcıların algılanan stres, durumluk-sürekli kaygı seviyeleri yaşlarına göre farklılaşmakta mıdır?
- 6.Katılımcıların algılanan stres, durumluk-sürekli kaygı seviyeleri mesleklerine göre farklılaşmakta mıdır?

Yöntem

Araştırma Modeli

Covid -19 salgını süresince bireylerin yaşadıkları kaygı ve algıladıkları stres arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma tarama modelinde yapılmış, betimsel bir çalışmadır. Betimsel çalışmalar belirli bir durumun var olan hali ile ortaya konulmasıdır (Büyüköztürk vd., 2016).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir örnekleme kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi, araştırmacılara yakın ve erişilmesi kolay olan bir durumu belirleme şansı verdiği için seçilmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Bu kapsamda kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemine göre Giresun ilinde çeşitli mesleklerde görev yapan ve araştırmaya katılmada gönüllü 303 kişiye ulaşılmıştır. Araştırmanın verileri için Algılanan Stres Ölçeği, Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği ve kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Veri toplama işlemi için Google forms oluşturulmuş, e-mail aracılığıyla bireylere ulaşılarak gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubunu %51'i kadın (n=155), %49'u erkek (n=148) oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan 303 gönüllünün yaş ortalaması 35±9,6 (18-69yaş aralığı) olarak saptandı. Katılımcıların 2'si (%0.7) ilkokul mezunu, 4'ü (%1.3) ortaokul mezunu, 48'i (%15.8) lise mezunu, 186'sı (61,4) lisans mezunu, 63'ü (%20,8) ise lisansüstü mezunudur.

Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verilerinin toplanmasında, Algılanan Stres Ölçeği, Durumluk -Sürekli Kaygı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Algılanan Stres Ölçeği (ASO): Bireylerin yaşadıkları birtakım olayları ne derece stresli algıladıklarını anlayabilmek için oluşturulan ölçek Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması ilk Yerlikaya ve İnanç (2007) tarafından yapılmıştır. Daha sonra Eskin, Harlak, Demirkıran ve Dereboy (2013) tarafından Türkçeye uyarlama, güvenilirlik ve geçerlilik çalışması gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgulara ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .84, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .87 olarak hesaplanmıştır. 5'li likert tipinde derecelendirilen ölçek 14 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin toplamı ile oluşan puanlar yanıtlayıcının algıladığı stres düzeyini belirtmekle birlikte elde edilen yüksek puanlar algılanan stres düzeyinin yüksekliği anlamına gelmektedir (Eskin vd., 2013). Bu çalışmanın verilerinden elde edilen sonuca göre ölçeğin Cronbach α iç tutarlık katsayısı .79 olarak bulunmuştur.

Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri: Bireylerin durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeylerini belirleyebilmek amacıyla Spielberger ve diğerleri tarafından 1970 yılında geliştirilen ölçek iki kısımdan oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Öner ve Le Compte (1998) tarafından yapılmıştır. 20 maddeden oluşan durumluk kaygı ölçeği (DKÖ) bireylerin o anda hissettiklerini belirlemek amacıyla ve yine 20 maddeden oluşan sürekli kaygı ölçeği (SKÖ) bireylerin genel olarak hissettiklerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 4'lü likert tipi derecelendirmeden oluşmuş olup Alpha güvenilirliğinin .83 ile .87 aralığında, test-tekrar test güvenilirliğinin .71 ile .86 aralığında ve madde güvenilirliğinin .34 ile .72 aralığında değiştiği bildirilmektedir (Öner ve Le Compte, 1983). Bu çalışmada Cronbach α iç tutarlık katsayısı sürekli kaygı ölçeği için 0.94, durumluk kaygı ölçeği için .85 olarak hesaplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmaya katılan katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini betimlemek amacı ile araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formunda katılımcıların yaşı, cinsiyeti, öğrenim durumu, Covid -19 salgınında korunma, Covid -19 salgınındaki kaygı durumu ve Covid-19 salgınında el yıkama durumuna ilişkin bilgilerin yer aldığı altı soru bulunmaktadır.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın başlangıç aşamasında Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 17.04.2020 tarihinde 2020/163 karar sayısı ile yazılı etik kurul izni alınmıştır. Araştırmanın ölçme araçları Giresun ilinde yaşayan 320 kişiye Google forms aracılığıyla ulaştırılmıştır. Gönderilen ölçme araçlarından 311 tanesi katılımcılar tarafından doldurularak geri gönderilmiştir. Gönderilen ölçme araçları değerlendirilmiş ve hatalı doldurulan 8 ölçme araçları değerlendirme dışı bırakılmış ve kalan 303 ölçme aracı araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur.

Verilerin analizi

Veriler SPSS 20.0 (Statistical Package for Social Sciences) paket programı ile analiz edilmiştir. Araştırmada kullanılacak analizlerin belirlenebilmesi için öncelikle verilerinin normal dağılım gösterip göstermediği basıklık (skewness) ve çarpıklık (kurtosis) değerleri aracılığıyla incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda basıklık ve çarpıklık değerlerinin +2 ile -2 arasında olduğu belirlenmiştir. Ulaşılan bu değerlere göre araştırma verilerinin normal dağıldığı gösterdiği kabul edilmiş (Tabachnick ve Fidell, 2007) ve parametrik testler kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimleyici istatistiklerin yanısıra sayısal değişkenlerin arasındaki ilişkiler için Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Parametrik olan ikili değişkenlere ilişkin karşılaştırmalarda bağımsız değişkenler t testi uygulanmış, ikiden fazla olan grup değişkenlerinin karşılaştırmalarında Tek

Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve farklılığa neden grupların tespiti için de Post Hoc testlerden Tukey testi kullanılmıştır. Bu araştırmada istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<.05$ olarak değerlendirilmiştir.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde yapılan analizlerden elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Analizde ilk olarak araştırmanın değişkenlerinin birbirleriyle olan korelasyon analizleri yapılmıştır. Sonrasında katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, çocuk durumu, yaşanan yer ve mesleklere göre değişkenlerin farklılık gösterip göstermediğini değerlendirmek amacıyla yapılan analizlerden bahsedilmiştir. Analize ilişkin sonuçlar tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 1: Araştırmada Kullanılan Ölçeklere Ait Betimleyici İstatistikler

	N	Min.	Max.	Ortalama	Sd	Skewness	Kurtosis
Algılanan Stres	303	6	47	25,83	7,43	,105	-,076
Durumluk Kaygı	303	20	75	49,07	11,64	,019	-,311
Sürekli Kaygı	303	26	66	48,31	6,91	-,540	,313

Tablo 1’de katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)’nden aldıkları minimum toplam puan 6, maksimum puanın 47 olduğu; Durumluk Kaygı Ölçeği (DKÖ)’nden alınan minimum puanın 20, maksimum puanın 75 olduğu; Sürekli Kaygı Ölçeği (SKÖ)’nden alınan minimum puanın 26, maksimum puanın ise 66 olduğu görülmektedir. ASÖ’den alınan puanların ortalaması 25,83, standart sapması ise 7,43 olarak bulunmuştur. DKÖ’den alınan puanların ortalaması 49,07 ve standart sapması 11,64’dür. SKÖ’den alınan puanların ortalaması 48,31 ve standart sapması 6,91’dir.

Araştırma verilerinin normal dağılıma sahip olup olmadığı basıklık (skewness) ve çarpıklık (kurtosis) değerleri aracılığıyla incelenmiştir. ASÖ için basıklık değeri ,105 ve çarpıklık değeri -,076 olarak tespit edilmiştir. DKÖ için ise basıklık değeri ,019 ve çarpıklık değeri -,311’dir. SKÖ’den alınan puanların basıklık değeri -,540 ve çarpıklık değeri ise ,313’tür. Elde edilen değerlerin +2 ile -2 arasında olması verilerin normal dağıldığını gösterdiğine işaret etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Bu sonuçlara göre araştırma verilerinin analizinde parametrik testler kullanılmıştır.

Tablo 2: Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

Değişken		n	%
Cinsiyet	Kadın	155	51
	Erkek	148	49
Yaş	20-29	82	27,1
	30-39	132	43,6
	40-49	66	21,8
	50 ve üzeri	23	7,6
Eğitim Düzeyi	İlkokul	2	0,7
	Ortaokul	4	1,3
	Lise	48	15,8
	Üniversite	186	61,4
	Yükseklisans ve üstü	63	20,8
Ruhsal Bozukluk	Var	33	11
	Yok	270	89
Covid-19 Salgınından korunma	Evet	202	67
	Hayır	101	33
Kaygı	Kaygım Arttı	254	84
	Kaygım Azaldı	9	3
	Herhangi Bir Değişiklik Olmadı	40	13
El yıkama	Arttı	264	87
	Azaldı	1	0,3
	Herhangi Bir Değişiklik Olmadı	38	12,7

Tablo 2 incelendiğinde çalışma kapsamındaki bireylerin %51'nin kadın, % 43,6'sının 30-39 yaş aralığında, % 61,4'ünün lisans mezunu, % 89'unun herhangi bir ruhsal sorunu olmadığı, %67'sinin koronavirüs salgını sürecinde korunmaya çalıştığı, % 84'ünün koronavirüs salgını sürecinde kaygısının arttığı, %87'sinin koronavirüs salgını sürecinde el yıkama alışkanlığının arttığı görülmektedir.

Katılımcıların Stres, Durumluk ve Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular

Tablo 3: Algılanan Stres Ölçeği, Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçekleri'nden Alınan Puanlara ilişkin Betimleyici İstatistikler

Ölçekler	Puan Ortalamaları		
Durumluk Kaygı	Puan ortalaması	49,07±11,64	
	Kaygı yok (≤36 puan)	14,2(n=43)	
	Hafif kaygı (37-42 puan)	13,5(n=41)	
	Yüksek kaygı (≥43 puan)	72,3(n=219)	
Sürekli Kaygı	Puan ortalaması	48,31±6,91	
	Kaygı yok (≤36 puan)	6,6(n=20)	
	Hafif kaygı (37-42 puan)	12,9(n=39)	
	Yüksek kaygı (≥43 puan)	80,5(n=244)	
Algılanan Stres	Puan ortalaması (Ort.±SS)	Min -Mak.	Ort.±SS
		6-47	25,83±7,43

Tablo 3 incelediğinde katılımcıların Durumluk Kaygı Ölçeği puan ortalamalarının 49,07±11,64 olduğu ve bulgularan puan ortalamasının ise yüksek düzeyde kaygı semptomları ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Durumluk Kaygı Ölçeği'ne göre katılımcıların %72,3'ünün yüksek düzeyde ve %13,5'inin hafif düzeyde kaygı semptomlarına sahip olduğu belirlenmiştir. Bunun yanında Sürekli Kaygı Ölçeği puan ortalamalarının 48,31±6,91 olduğu ve bulgularan puan

ortalamasının yüksek kaygı semptomları ile ilişkili olduğu saptanmıştır. SKÖ'ne göre katılımcıların %80,5'inin yüksek düzeyde ve %12,9'unun hafif düzeyde kaygı semptomlarına sahip olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği puan ortalamalarının $25,83 \pm 7,43$ ve bu puan ortalamasının orta düzeyde algılanan stres düzeyi ile uyumlu olduğu bulunmuştur.

Algılanan Stres ile Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 4: Algılanan Stres, Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları

	Algılanan Stres		Durumluk Kaygı		Sürekli Kaygı	
	r	p	r	p	r	p
Algılanan Stres	-	-	,560	,000*	,539	,000*
Durumluk Kaygı	-	-	-	-	,483	,000*
Sürekli Kaygı					-	-

*p<.01

Tablo 4'e göre Algılanan Stres ile Durumluk Kaygı arasında $p<.01$ anlamlılık düzeyine göre $r=.560$ Sürekli Kaygı arasında ise $r=.539$ oranında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı arasında ise $p<.01$ anlamlılık düzeyine göre $r=.483$ oranında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Algılanan Stres, Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeylerinin Cinsiyet Açısından İncelenmesi

Tablo 5: Algılanan Stres, Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeylerinin Cinsiyete Göre t-Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	sd	p
Algılanan Stres	Kadın	155	27,56	7,35	4,27	301	,000*
	Erkek	148	24,01	7,09			
Durumluk Kaygı	Kadın	155	51,45	12,02	3,71	301	,000*
	Erkek	148	46,58	10,71			
Sürekli Kaygı	Kadın	155	49,43	6,86	2,94	301	,003*
	Erkek	148	47,12	6,78			

$P<.05$

Tablo 5 incelendiğinde kadın katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği puan ortalamalarının (27,56), erkek katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği Puan ortalamalarından (24,01) daha yüksek olduğu görülmektedir. Kadın ve erkek katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği'nden alınan puanların ortalamaları arasında oluşan bu farkın istatistiki olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p <.05$). Bu sonuca göre kadın katılımcıların daha stresli olduğu söylenebilir.

Kadın katılımcıların DKÖ puan ortalamalarının (51,45), erkek katılımcıların DKÖ puan ortalamalarından (46,58) daha yüksek olduğu görülmektedir. Erkek ve kadın katılımcıların DKÖ puan ortalamaları arasındaki bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p <.05$). Bu sonuca göre kadın katılımcıların durumluk kaygı seviyelerinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Kadın katılımcıların SKÖ puan ortalamalarının (49,43), erkek katılımcıların SKÖ puan ortalamalarından (47,12) daha yüksek olduğu görülmektedir. Erkek ve kadın katılımcıların SKÖ puan ortalamaları arasındaki bu farkın istatistiki olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p <.05$). Bu sonuca göre kadın katılımcıların sürekli kaygı seviyelerinin daha yüksek olduğu ifade edilebilir.

Algılanan Stres, Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeylerinin Medeni Durum Açısından İncelenmesi

Tablo 6: Algılanan Stres, Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeylerinin Medeni Duruma Göre t Testi Sonuçları

	Medeni Durum	N	Ort.	SS	t	sd	p
Algılanan Stres	Evli	208	25,10	7,21	-2,539	301	,012
	Bekar	95	27,42	7,68			
Durumluk Kaygı	Evli	208	49,39	11,71	,714	,301	,476
	Bekar	95	48,36	11,50			
Sürekli Kaygı	Evli	208	47,87	6,69	-1,644	,301	,101
	Bekar	95	49,27	7,32			

$P < .05$

Tablo 6 incelendiğinde bekar katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği puan ortalamalarının (27,42), evli katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği Puan ortalamalarından (25,10) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bekar ve evli katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği'nden alınan puan ortalamaları arasında oluşan bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$). Bu sonuca göre bekar katılımcıların daha stresli olduğu söylenebilir.

Evli katılımcıların DKÖ puan ortalamalarının (49,39), bekar katılımcıların DKÖ puan ortalamalarından (48,36) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ancak, bekar ve evli katılımcıların DKÖ puan ortalamaları arasındaki bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p > .05$). Bu sonuca göre evli ve bekar katılımcıların durumluk kaygı düzeylerinin birbirine yakın olduğu söylenebilir. Araştırmaya katılan bekar katılımcıların SKÖ puan ortalamalarının (49,27), evli katılımcıların SKÖ puan ortalamalarından (47,87) daha yüksek düzeyde olduğu görülmekte olup, bekar ve evli katılımcıların SKÖ puan ortalamaları arasındaki bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p > .05$). Bu sonuca göre bekar ve evli katılımcıların sürekli kaygı düzeylerinin hemen hemen birbirine yakın olduğu söylenebilir.

Algılanan Stres, Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeylerinin Yaşa Göre İncelenmesi

Tablo 7: Yaşa Göre Algılanan Stres, Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Sonuçları

		N, X ve SS Değerleri			ANOVA Sonuçları					
		N	X	SS		Kt	Sd	KO	F	P
Algılanan Stres	20-29 yaş	82	28,41	7,51	G.Arası	773,286	3	257,762	4,846	,003*
	30-39 yaş	132	24,87	7,33	Grup İçi	15905,130	299	53,194		
	40-49 yaş	66	25,16	7,11	Toplam	16678,416	302			
	50 ve üzeri	23	24,00	6,69						
	Toplam	303	25,83	7,43						
Durumluk Kaygı	20-29 yaş	82	49,21	11,76	G.Arası	708,122	3	236,041	1,755	,156
	30-39 yaş	132	48,04	11,59	Grup İçi	40223,132	299	134,526		
	40-49 yaş	66	51,71	12,08	Toplam	40931,254	302			
	50 ve üzeri	23	46,91	9,25						
	Toplam	303	49,07	11,64						
Sürekli Kaygı	20-29 yaş	82	50,31	6,84	G.Arası	551,399	3	183,800	3,957	,009*
	30-39 yaş	132	47,76	6,74	Grup İçi	13889,439	299	46,453		
	40-49 yaş	66	47,84	6,75	Toplam	14440,838	302			
	50 ve üzeri	23	45,60	7,25						
	Toplam	303	48,31	6,91						

$p < .05$

Tablo 7 incelendiğinde katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği puan ortalamalarının 20-29 yaş grubunun $X=28,41$; 30-39 yaş grubunun $X=24,87$; 40-49 yaş grubunun $X=25,16$; 50 ve üzeri yaş grubunun $X=24$ olduğu görülmektedir. Yapılan Tek Yönlü Varyans analizi sonucunda yaş değişkeni ile Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Grupların karşılaştırılmasına ilişkin bilgiler yapılan Post-hoc analizlerinden Tukey testi ile elde edilmiştir. Yapılan Tukey analizine göre 20-29 yaş aralığındaki bireyler 30-39 yaş ve 40-49 yaş aralığındaki bireylerden anlamlı olarak farklılaşmaktadır. 20-29 yaş aralığındaki bireyler 30-39 yaş ve 40-49 yaş aralığındaki bireylere daha fazla stres yaşamaktadırlar.

Yine aynı tabloda katılımcıların Durumluk Kaygı Ölçeği puan ortalamalarının 20-29 yaş grubunun $X=49,21$; 30-39 yaş grubunun $X=48,04$; 40-49 yaş grubunun $X=51,71$; 50 ve üzeri yaş grubunun $X=46,91$ olduğu görülmektedir. Yapılan Tek Yönlü Varyans analizi sonucunda yaş değişkeni ile Durumluk Kaygı Ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Katılımcıların Sürekli Kaygı Ölçeği puan ortalamalarının 20-29 yaş grubunun $X=50,31$; 30-39 yaş grubunun $X=47,76$; 40-49 yaş grubunun $X=47,84$; 50 ve üzeri yaş grubunun $X=45,60$ olduğu görülmektedir. Yapılan Tek Yönlü Varyans analizi sonucunda yaş değişkeni ile Durumluk Kaygı Ölçeği'nden alınan puanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Gruplar arası değerlendirme yapabilmek için Post Hoc analizlerden Tukey testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre 20-29 yaş grubundaki bireyler 30-39 yaş ve 50 ve üzeri yaş grubundaki bireylerden anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. 20-29 yaş grubundaki bireylerin sürekli kaygı düzeyleri 30-39 yaş ve 50 ve üzeri yaş grubundaki bireylerden anlamlı düzeyde yüksektir.

Algılanan Stres, Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeylerinin Mesleklere Göre İncelenmesi

Tablo 8: Mesleklere Göre Algılanan Stres, Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Sonuçları

Meslek	N	Algılanan Stres X	Algılanan Stres SS	Durumluk Kaygı X	Durumluk Kaygı SS	Sürekli Kaygı X	Sürekli Kaygı SS	ANOVA Sonuçları					
Çalışmıyor	22	27,68	7,47	49,72	11,28	50,54	8,84	Algılanan Stres					
Psikolog	28	25,85	6,88	45,03	11,70	46,92	7,51	G. Arası	1292,612	13	99,432	1,868	,033*
Hemşire	30	29,63	6,47	58,03	11,96	50,50	5,47	Grup içi	15385,804	289	53,238		
Mühendis	18	26,94	5,62	51,38	9,41	49,94	4,49	Toplam	16678,416	302			
Öğretmen	34	24,94	7,55	46,55	11,30	47,08	7,15	Durumluk Kaygı					
Akademisyen	26	25,50	6,76	46,84	8,70	48,19	6,14	G. Arası	4938,747	13	379,904	3,050	,000*
Hekim	7	29,28	9,19	48,85	14,66	47,28	9,99	Grup içi	35992,507	289	124,542		
Ebe	5	23,80	7,25	57,40	7,09	51,00	3,74	Toplam	40931,254	302			
Sağlık M./Teknisyen	13	21,00	8,44	48,07	15,40	46,76	9,28	Sürekli Kaygı					
Diyetisyen	6	22,00	7,58	45,66	12,94	47,00	8,78	G. Arası	908,454	13	69,881	1,492	,119
Öğrenci	12	28,25	6,16	45,66	11,68	51,16	7,05	Grup içi	13532,384	289	46,825		
Tıbbi Sekreter	8	27,87	6,89	59,62	12,21	53,12	7,19	Toplam	14440,838	302			
Güvenlik Görevlisi	9	25,22	5,67	49,11	11,16	47,00	6,72						
Diğer	85	24,60	7,93	47,68	10,42	47,12	6,14						
Toplam	303	25,83	7,43	49,07	11,64	48,31	6,91						

$p<0.05$

Tablo 8 incelendiğinde katılımcıların mesleklerine göre Algılanan Stres Ölçeği puan ortalamalarının hemşirelerin $X=29,63$, hekimlerin $X=29,28$, tıbbi sekreterlerin $X=27,87$, mühendislerin 26,94; öğretmenlerin $X=24,94$ şeklinde olduğu görülmektedir. Yapılan Tek Yönlü Varyans analizi sonucunda meslek değişkeni ile Algılanan Stres Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($p<0.05$). Gruplar arası değerlendirme yapabilmek için

Post Hoc analizlerden Tukey testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre hemşire ile sağlık memuru/teknisyen meslek grubundaki bireylerden anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Aynı tabloda katılımcıların mesleklerine göre Durumluk Kaygı Ölçeği puan ortalamalarının tıbbi sekreterlerin $X=59,62$, hemşirelerin $X=58,03$, ebelerin $X=57,40$ şeklinde olduğu görülmektedir. Uygulanan Anova testi neticesinde meslek değişkeni ile Durumluk Kaygı Ölçeği puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<.05$). Gruplar arası değerlendirme yapabilmek için Post Hoc analizlerden Tukey testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre hemşire ile psikolog, öğretmen, akademisyen ve diğer meslek gruplarındaki bireylerden anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Hemşire grubundaki bireylerin durumluk kaygı düzeyleri psikolog, öğretmen, akademisyen ve diğer meslek grubundaki bireylerden anlamlı düzeyde yüksektir.

Katılımcıların mesleklerine göre Sürekli Kaygı Ölçeği puan ortalamalarının tıbbi sekreterlerin $X=53,12$, öğrencilerin $X= 51,16$, ebelerin $X= 51.00$ şeklinde olduğu görülmektedir. Yapılan Anova testi sonucunda meslek değişkeni ile Sürekli Kaygı Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir ($p>.05$).

Tartışma ve Sonuç

Salgın hastalıkların insanlarda travmatik etki oluşturduğu ve devamında da bireylerde stres ve kaygı düzeylerinin yükseldiği görülmektedir (Joos, 2020). Bireylerin bir hastalık karşısında verecekleri tepkiler ve uyum süreci, hastalığı algılama biçimi ile ilişkilidir (Hekler vd., 2008). Dolayısıyla bir salgın durumunda stresin nasıl algılandığı ve buna bağlı ortaya koyacakları davranışlar, salgının yaygınlığı, yayılma hızı ve olası can kayıplarını azaltmak açısından önemlidir. Salgın durumunda toplumların nasıl davranacağı hakkında bilgi sahibi olmak, alınabilecek önlemler ve müdahale yöntemleri açısından değerlidir.

Bu araştırmada koronavirüs salgın sürecinde bireylerin algılanan stres ve kaygı düzeyleri ve aralarındaki ilişki değerlendirilmiştir. Ayrıca bireylerin algılanan stres ve kaygı düzeyleri cinsiyet, yaş ve meslek değişkenine göre incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre koronavirüs salgın sürecinde bireylerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin yükseldiği saptanmıştır. Katılımcıların %84'ü Covid-19 salgını sürecinde kaygılarının arttığını belirtmişlerdir

Yapılan araştırmada Covid-19 salgın sürecinde kadın katılımcıların kaygı düzeylerinin erkeklere katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde araştırma sonucunu destekleyen çalışmalara ulaşılmıştır. Lau ve diğerlerinin (2005) yapmış oldukları çalışmada, kadınların hastalığı daha bulaşıcı ve öldürücü algıladıkları ve daha yüksek düzeyde kaygı yaşadıklarını bulgulamışlardır. Yine benzer olarak Wang ve diğerleri (2020) de Covid-19 salgının ilk aşamasında ortaya çıkan psikolojik tepkiler ve ilişkili etmenleri inceledikleri çalışmalarının sonucunda kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde kaygı yaşadıkları bulunmuştur. Bir diğer çalışmada Çırakoğlu (2011), domuz gribi salgını sürecinde bireylerde kaygı ve kaçınma davranışlarını incelemiş, araştırma bulgusunda kadınların erkeklere göre daha kaygılı oldukları sonucuna ulaşmıştır. Ancak diğer taraftan ise bu sonuçlardan farklı olarak Zhang ve diğerleri (2020) sağlık çalışanları ile yaptıkları çalışmada Covid-19 salgınına yönelik kaygı ve depresyon düzeylerinin kadın ve erkeklerde farklılaşmadığı da belirlenmiştir. Sonuç olarak araştırma bulgusunun genel olarak alan yazın tarafından desteklendiği söylenebilir. Toplumsal cinsiyet rolleri gereği kadınlardan beklenen geleneksel rolleri gereği iş yaşamının getirdiği yükümlülükler, sorunlar sonucu kadınlar erkeklere kıyasla daha fazla yaşamlarında stresten olumsuz etkilenmektedirler. Kadınların yaşadıkları stresin kaygı düzeylerini arttırdığı düşünülmektedir. Bu durumun salgın sürecinde de devam ettiği şeklinde düşünülmektedir.

Yapılan araştırma bulgularına göre Covid-19 sürecinde bireylerin algılanan stres düzeyleri ise orta düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Katılımcıların stres düzeyi cinsiyet açısından farklılık göstermektedir. Kadınların algılanan stres düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu

bulgulanmıştır. Alan yazında araştırmanın sonuçlarına benzer bulgular bulunmaktadır. Duan ve Zhu (2020), Covid-19 salgınının bireylerin stres ve kaygı düzeylerini artırdığını bunun yanında uykusuzluk, öfke gibi ruhsal hastalıklara yol açtığını bulguladıkları çalışmada kadınların daha fazla stres yaşadıklarını tespit etmişlerdir. Zhang ve diğerleri (2020), Covid-19 sürecinde sağlık çalışanları ile çalışmış ve stres düzeylerinin kadınlarda daha yüksek olduğunu bulgulamışlardır. Wang vd. (2020) Covid-19 salgının ilk aşamasında ortaya çıkan psikolojik tepkiler ve ilişkili etmenleri inceledikleri çalışmalarında kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde stres yaşadıklarını bulgulamışlardır. Şahin ve diğerleri (2020) Covid-19 salgını sürecinde sağlık çalışanları ile yaptıkları çalışmada kadın sağlık çalışanlarının erkek çalışanlara kıyasla daha yüksek düzeyde stres yaşadıklarını bulgulamışlardır.

Araştırma sonucuna göre stres düzeyi ile kaygı düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bu bulgulara göre algılanan stres düzeyi yükseldikçe kaygı düzeyi de yükselmektedir. Mo ve diğerleri (2020) Covid-19 salgını sürecinde hemşirelerle yaptıkları çalışmalarında stres ve kaygı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu bulgulamışlardır. İlgili alan yazın incelendiğinde benzer sonuçlar görülmektedir (Hamlyn vd., 2007; Wang vd., 2020). Ulaşılan çalışmalara göre araştırma bulgusun alan yazın tarafından desteklendiği görülmektedir. Araştırma bulgusuna göre bireylerdeki algılanan stres arttıkça durumluk ve sürekli kaygı düzeyinin de artabileceği söylenebilir.

Araştırmada bekar ve evli katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği Puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu ve bekar katılımcıların daha stresli olduğu saptanmıştır. Shevlin ve diğerleri (2020), Covid-19 salgını sürecinde evli olmanın ve bakmakla yükümlü çocukların olmasının stres düzeyini yükselttiğini belirtmişlerdir. Evli katılımcıların durumluk ve sürekli kaygı puan ortalamaları ile bekar katılımcıların durumluk kaygı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Yapılan bu araştırmada bireylerde yaş değişkenine göre Algılanan Stres Ölçeği puanlarının ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. 20-29 yaş grubundaki bireylerin salgın sürecini daha stresli algıladıkları bulgulanmıştır. Sokağa çıkma yasağı ile özgürlüklerinin kısıtlanması, işini kaybetme ihtimali, yaşamını ve sevdiklerini kaybetme korkusu bu yaş aralığındaki bireylerin stresi daha yüksek algılamalarının sebepleri olabilir. Cao ve diğerleri (2020b), Covid-19 salgını sürecinde Çin'deki üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada stres ve kaygı düzeylerinin yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Başka bir çalışmada Toreles ve diğerleri (2020) yaşa bağlı stres düzeyinin değiştiğini ve genç yaşta olanlarla yaşlıların daha yüksek düzeyde stres yaşadıklarını bulgulamışlardır.

Bu araştırmada bireylerde yaş değişkenine göre durumluk kaygı düzeyi puanlarının ortalamaları arasında istatistiksel anlamda anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı, ancak yaş değişkenine göre sürekli kaygı düzeyi puan ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Çalışmada sürekli kaygı düzeyleri 20-29 yaş grubundaki bireylerde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına benzer bir çalışmada Shevlin ve diğerleri (2020), İngiltere toplumunun Covid-19 pandemisinde ruh sağlığını incelemiş ve kaygı düzeyinin genç yaşta daha yüksek olduğu bulgulamışlardır. Bohlken ve diğerleri (2020), yaptıkları araştırmada sağlık çalışanları ile çalışmış ve genç yaşta olan sağlık çalışanlarının daha yüksek düzeyde kaygı yaşadıklarını tespit etmişlerdir. Bir başka çalışmada Joos (2020) Covid-19 pandemisinde bireylerin yaşadıkları psikolojik değişkenleri incelemiş ve 20-30 yaşındaki bireylerin kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Alanyazında kaygı düzeyinin yaştan etkilenmediğini gösteren çalışmalarda bulunmaktadır (Erdur vd., 2006; Kutanis ve Tunç, 2013).

Yapılan araştırmada katılımcıların mesleklerine göre Algılanan Stres Ölçeği puanlarının ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Hemşireler stresi yüksek düzeyde algılayan, sağlık memuru ve teknisyenlerin stres düzeyleri düşük olarak

bulgulanmıştır. Hemşirelerin pandemi sürecinde ön cephede olmaları bu durumu açıklamalarından biri olabilir. Zhang ve diğerleri (2020), Covid-19 sürecinde sağlık çalışanları ile yaptıkları çalışmada ön hat sağlık çalışanlarının stresi daha yoğun yaşadıklarını bulgulamışlardır. Bir başka çalışmada Covid-19 sürecinde hemşirelerin yaşadıkları psikolojik problemleri inceleyen Shen ve diğerleri (2020), hemşirelerin yoğun bir baskı altında stres ve kaygı yaşadıklarını bulgulamışlardır. Bohlken vd. (2020), yaptıkları araştırmada sağlık çalışanları ile çalışmış ve hasta ile yakın teması olan sağlık çalışanlarının daha yüksek düzeyde stres gösterdiklerini tespit etmişlerdir. Bir başka çalışmada Cao ve diğerleri (2020a) Koronavirüs salgını sürecinde sağlık çalışanıyla yapılan bir çalışmada personelin %18,9'unda yüksek düzeyde stres belirtilerine rastlamıştır.

Araştırma sonucuna göre katılımcıların mesleklerine göre durumluk kaygı düzeyi puanlarının ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu, ancak sürekli kaygı düzeyi puan ortalamalarına bakıldığında ise aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Hemşireler, psikolog, öğretmen, akademisyen ve diğer meslek grubundaki bireylerden daha yüksek düzeyde durumluk kaygı gösterdiği bulgulanmıştır. Durumluk kaygı düzeyindeki bu yükseliş akut bir durumu ve hemşirelerin bu süreçte en riskli meslek gruplarından biri olduğunu göstermektedir. Alanyazın incelendiğinde Covid-19 salgını sürecinde yapılan çalışmalarda çalışmaya kapsamındaki bireylerin sağlık anksiyete düzeylerinin orta düzeyde olduğu, orta düzeyde kaygı yaşadıkları saptanmıştır (Ekiz, İlman ve Dönmez, 2020; Wang vd., 2020). Covid-19 salgını sürecinde Çin'de üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada katılımcılarda %21.3 hafif, %2.7 orta ve %0.09 yoğun düzeyde kaygı belirtileri yaşandığı belirlenmiştir (Cao vd., 2020b). Zhang ve diğerlerinin (2020) yaptıkları bir başka çalışmada, Covid-19 salgını sırasında tıbbi sağlık çalışanlarının tıbbi olmayan sağlık çalışanlarından daha fazla psikososyal sorunlara sahip olup olmadıklarını araştırdıkları çalışmada tıbbi olmayan sağlık çalışanlarının, tıbbi çalışan sağlık çalışanlarına göre daha fazla uykusuzluk, kaygı, depresyon ve Obsesif belirtiler gösterdikleri bulunmuştur. Başka bir çalışmada Ying ve diğerleri (2020) Covid-19 salgınının sağlık çalışanları ve yakınlarının ruh sağlığı durumunu ne şekilde etkilediğini incelemişler sağlık çalışanları ve yakınlarının depresyon ve kaygı düzeylerinin yüksek olduğunu bulgulamışlardır. Şahin ve diğerleri (2020) Covid-19 salgını sürecinde sağlık çalışanları ile yaptıkları çalışmada sağlık çalışanlarının kaygı düzeylerinin genel olarak yüksek olduğunu ancak mesleki bir farklılaşmanın olmadığını bulgulamışlardır. Bireylerin çalıştıkları sektörün algılanan stres ve kaygı düzeyleri ile anlamlı olarak farklılaşmadığı anlaşılmıştır.

Sonuç olarak bu araştırmada, koronavirüs salgını sürecinde bireylerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyinin yükseldiği, bekar katılımcıların daha stresli oldukları, mesleklere göre algılanan stres ve kaygı düzeyinde anlamlı değişiklik olduğu bulunmuştur. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre bireylerin ruhsal durumlarına olumlu etki sağlamak amacıyla travmatik durumlarla etkili başedebilmeye yönelik psikoeğitimin verilmesi önerilmektedir. Bunun yanı sıra alanda çalışan profesyonellerin salgını sürecinde yaşadıkları stres ve kaygının araştırılması ve bu konuda başetmelerini sağlamak amacıyla danışmanlık hizmetlerinin verilmesi, online psikolojik müdahale ve uygulamalar için programlar geliştirilmesinin uygun olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Akman, S. (2004). Stresin nedenleri ve açıklayıcı kuramlar. *Türk Psikoloji Bülteni*, 34-35, 40-55.
- Baltaş, A. & Baltas, Z. (2002). *Stres ve başa çıkma yolları*. Remzi Kitabevi.
- Bohlken, J., Schömig, F., Lemke, M.R., Pumberger, M. & Heller, S.G. (2020). Covid-19 pandemic: Stress experience of healthcare workers- A short current review *Psychiatrische Praxis*, 47(4), 190-197. <http://dx.doi.org/10.1055/a-1159-5551>
- Braham, B.J. (1998). *Ateş altında sakin kalabilmek, ffstres yönetimi*. Hayat Yayınları.

- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Cao, J., Wei, J., Zhu, H., Duan, Y., Geng, W., Hong, X. Jiang, J., Zhao, X. & Zhu, B. (2020a). A study of basic needs and psychological wellbeing of medical workers in the fever clinic of a tertiary general hospital in beijing during the covid-19 outbreak. *Psychotherapy and psychosomatics*. *Psychother Psychosom*, 89,252–254. <http://dx.doi.org/10.1159/000507453>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X. Dong, J. & Zheng, J. (2020b). The psychological impact of the covid-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Resesarch*, 287, 1-5. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Cohen, S., Kamarck, T. & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396. <http://dx.doi.org/10.2307/2136404C>
- Cüceloğlu, D. (2000). *İnsan ve davranışı*. Remzi Kitabevi.
- Çırakoğlu, O.C. (2011). Domuz gribi (H1N1) salgını ile ilgili algıların, kaygı ve kaçınma düzeyi değişkenleri bağlamında incelenmesi. *Türk Psikoloji Bülteni*, 26(67), 48-64.
- Dikmen, A.U., Kına, H.M., Özkan, S. & İlhan, M.N. (2020). Covid-19 epidemiyolojisi: Pandemiden ne öğrendik. *Journal of Biotechnology and Strategic Health Research*, Özel Sayı, 29-36. <http://dx.doi.org/10.34084/bshr.715153>
- Duan, L. & Zhu, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the Covid-19 epidemic. *The Lanset*, 7(4), 300-302. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30073-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30073-0)
- Erdur, B., Ergin, A., Turkcu, I., Parlak, I., Ergin, N. & Boz, B. (2006). A study of depression and anxiety among doctors working in emergency units in Denizli, Turkey. *Emergency Medicine Journal*, 23(10), 759-763. <https://doi.org/10.1136/emj.2006.035071>
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F. & Dereboy, Ç. (2013). Algılanan stres ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Güvenirlilik ve geçerlik analizi. *New Symposium Journal*, 51(3), 132-140.
- Ekiz, T., İlman, E. & Dönmez, E. (2020). Bireylerin sağlık anksiyetesi düzeyleri ile covid-19 salgını kontrol algısının karşılaştırılması. *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi*, 6(1), 139-154.
- Hamlyn, W.S., Draghi, L.R. & Ellis, J. (2007). Locus of control fails to mediate between stress and anxiety and depression in parents of children with a developmental disorder. *Autism*, 11(6), 489-501. <https://doi.org/10.1177/1362361307083258>
- Hekler, E.B., Lambert, J., Leventhal, E., Levethal, H., Jahn, E. & 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>
- Joos, A. (2020). Psychosomatic medicine and covid-19 pandemic. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 89, 263–264. <https://doi.org/10.1159/00050764>
- Köknel, Ö. (2004). *Kaygıdan mutluluğa kişilik*. Altın Kitaplar.
- Kutanis, R.U. & Tunç, T. (2013). Hemşirelerde benlik saygısı ile durumluk ve sürekli kaygı arasındaki ilişki: Bir üniversite hastanesi örneği. "İş, güç". *Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 15(2), 1-15.

- Lau, J.T.F., Yang, X., Pang, E., Tsui, H.Y., Wong, E. & Wing, Y.K. (2005). SARS-related perceptions in Hong Kong. *Emerging Infectious Diseases*, 11(3), 417-424. <https://doi.org/10.3201/eid1103.040675>
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stres, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lyon, B.L. (2012). Stress, coping, and health: A conceptual overview (update). In V.H. Rice (Ed.), *Handbook of stress, coping, and health: Implications for nursing research, theory, and practice*. Sage Publications, Inc.
- Mo, Y., Deng, L., Zhang, L., Lang, Q., Liao, C., Wang, N., Qin, M. & Huang, H. (2020). Work stress among Chinese nurses to support Wuhan for fighting against the COVID-19 epidemic. *Journal of Nursing Management*, 28, 1002-1009. <https://doi.org/10.1111/jonm.13014>
- Öner, N. & Le, Compte, A. (1983). *Durumluluk-sürekli kaygı envanteri el kitabı*. Boğaziçi Üniversitesi Matbaası.
- Öz, F. (2010). *Sağlık alanında temel kavramlar*. İmaj Yayınları.
- Öztürk, O. (2004). *Ruh sağlığı bozuklukları*. Nobel Tıp Kitapevleri.
- Selye, H. (1973). The evolution of the stress concept: The originator of the concept traces its development from the discovery in 1936 of the alarm reaction to modern therapeutic applications of syntoxic and catatoxic hormones. *American Scientist*, 61(6), 692-699.
- Shen, X., Zou, X., Zhong, X., Yan, J. & Li, L. (2020). Psychological stress of ICU nurses in the time of covid-19. *Critical Care*, 24, 200-203 <https://doi.org/10.1186/s13054-020-02926-2>
- Shevlin, M., McBride, O., Murphy, J., Miller, J.G., Hartman, T.K., Levita, L., Mason, L., Martinez, A.P., McKay, R., Stocks, T.V., Bennet, K. M., Hyland, P. Karatzias, T. & Bentall, R.P. (2020). *Anxiety, depression, traumatic stress, and covid-19 related anxiety in the uk general population during the covid-19 pandemic*. UK population mental health and covid-19, 1-25.
- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L. & Lushene, R.E. (1970). *STAI manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Şahin, T., Aslaner, H., Eker, O.O., Gökçek, M.B. & Doğan, M. (2020). Effect of COVID-19 pandemic on anxiety and burnout levels in emergency healthcare workers: a questionnaire study. *Research Square*, 1-22. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-32073/v1>
- Şar, V. (2018). Travmatik stres ve bedensel hastalıklar. V.Şar (Eds.), *Stres ve Bedensel Hastalıklar: Günümüzde Psikosomatik Tıp (1-5)*. Türkiye Klinikleri.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Pearson Education, Inc.
- Taylor, M.R., Kingsley, E.A., Garry, J. S. & Raphael, B. (2008). Factors influencing psychological distress during a disease epidemic: Data from Australia's first outbreak of equine influenza. *BMC Public Health*, 8, 347. <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-8-347>
- T.D.K. (2020). Türk dil kurumu. <https://sozluk.gov.tr>.
- Thornhill, R. & Fincher, C. L. (2014). The parasite-stress theory of sociality, the behavioral immune system, and human social and cognitive uniqueness. *Evolutionary Behavioral Sciences*, 8(4), 257-264. <https://doi.org/10.1037/ebs0000020>

- Toreles, J., O'Higgins, M., Maia, J.M. & Venrriglio, A. (2020). The outbreak of Covid-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, 66(4), 1-4. <https://doi.org/10.1177/0020764020915212>
- Türkçapar, H. (2012). *Bilişsel terapi: Temel ilkeler ve uygulama*. HYB Yayınları.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C.S. & 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. *Environmental Research and Public Health*, 17, 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- Ying, Y., Kong, F., Zhu, B., Ji, Y. & Lou, Z. (2020). Mental health status among family members of health care workers in ningbo, china during the coronavirus disease 2019 (covid-19) outbreak: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 20,379. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02784>
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2006). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık
- Zhang, W., Wang, K., Yin, L., Zhao, W., Xue, Q., Peng, M., Min, B., Tian, Q, Leng, H., Du, J., Chang, H., Li, W., Shangguan, F., Yan, T., Dong, H., Han, Y., Wang, Y., Cosci, F. & Wang, H. (2020). Mental health and psychosocial problems of medical health workers during the covid-19 epidemic in china. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 89, 242–250 <http://dx.doi.org/10.1159/000507639>