ULUSLARARASI PANDEMİNİN RUH SAĞLIĞINA YANSIMALARI VE PSİKOSOSYAL BAKIM KONGRESİ

International Congress on Reflections of Pandemic on Mental Health and Psychosocial Care

"PANDEMİNİN RUHUMUZDA BIRAKTIĞI İZLER"

"Traces of the Pandemic in Our Souls"

Editörler

Prof.Dr. Fatma Öz

Doç. Dr. Sibel ASİ KARAKAŞ

PRSB 2021
Kongre Kitabı
Congress Book

KONGRE
ÇEVRİMİÇİ
24-25 HAZİRAN 2021

Atatürk Üniversitesi

Psikiyatri Hemşireleri Derneği

ISBN 978-625-7960-40-3

ERTUAL AKADEMİ YAYINCILIK
Sertifika No : 42997

İÇİNDEKİLER/CONTENTS	SAYFA NO/NUMBER PAGE
Davet Kongre Teması Invitation Congress Themes	3 4 5 6
Kurullar Committees	10-14 15-22
Bilimsel Program Scientific Program	24-28 29-33
Sözel Bildiri Sunum Planı Oral Presantation Plan	35-50
Açılış/Opening Ceremony	51-55
Sözel Bildiri Özetleri/Abstracts of Oral Presentation	153-413
Tam Metin Bildiriler/Full Text Presantation	415-608
Kongre Sonuç Bildirgesi/ Congress Final Declaration	610-611

DAVET

Değerli Meslektaşlarım,

Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı ve Psikiyatri Hemşireleri Derneği tarafından 24-25 Haziran 2021 tarihleri arasında düzenlenen (ÇEVRİMİÇİ KONGRE) – **"Uluslararası Pandeminin Ruh Sağlığına Yansımaları ve Psikososyal Bakım Kongresi**" ne davet etmekten mutluluk duyuyoruz.

PRSB 2021, pandemi, ruh sağlığı ve psikososyal bakım alanlarında önde gelen araştırmacıları bir araya getiren uluslararası bir platformdur. Bilimsel program, seçkin bilim insanlarının öncülüğünde açılış oturumları, alt disiplinlerin sunumları, genç bilim insanları ve lisansüstü öğrencilerin etkileşimini ve paylaşımını içermektedir.

PRSB, bilimsel oturumları aracılığıyla katılımcılarına ruh sağlığı alanındaki en son gelişmeleri keşfetme fırsatı sunmaktadır. Yeni disiplinler arası bilimsel işbirlikleri ve ağlar için dünyanın her yerinden uzmanları bir araya getiren ilk sanal platform olacaktır. Kongrenin geniş kapsamı nedeniyle PRSB, en önde gelen davetli konuşmacıların yer aldığı belirli araştırma alanına özel koordineli paralel oturumlar, sözlü sunumları ile katılımcılarına bilimsel ve güncel bir bilgilendirme festivali sunacaktır.

Koronavirüs salgınına yanıt olarak, PRSB 2021'i tamamen sanal bir etkinliğe dönüştürmeye karar verdik, WHO büyük toplantıların hala yüksek COVID-19 riski bildirdiğini ve ülkeler tarafından alınan seyahat kısıtlamaları kararlarının devam ettiğini öne sürdü. Kongremiz sanal bir platformda gerçekleştirilecek olsa da bilimsel bilgi içeriğinin tatmin edici olacağı bir kongre olacağını garanti ediyor, katılımcılara etkileşim ve güzel anılar biriktirme fırsatı sağlıyoruz.

Tüm meslektaşlarımızı, akademisyenlerimizi ve öğrencilerimizi, birlikte çalıştığımız ekip arkadaşlarımızla birlikte güçlenmek, iş birliğimizi artırmak ve deneyimlerimizi paylaşmak için kongremize bekliyoruz.

En derin sevgi ve saygılarımızla…

Kongre Başkanı
Doç. Dr. Sibel ASİ KARAKAŞ

Kongre Eş Başkanı
Prof. Dr. Fatma ÖZ

KONGRE TEMASI

“Pandeminin Ruhumuzda Bıraktığı İzler” ana başlığı altında;

- Covid-19 Pandemisi ve Ruhsal Sorunlar
- Covid-19 Pandemisi ve Kırılgan Gruplar (kadınlar, çocuklar, yaşlılar)
- Covid-19 Pandemisi, Sağlık Çalışanları ve Psikolojik Güçlenme
- Covid-19 Pandemisi Uyku Bozuklukları
- Covid-19 Pandemisi Depresyon ve İntiharlar
- Psikoeğitim ve Psikososyal Terapiler
- Covid-19 Pandemisi ve Son Dönem Psikoterapi Uygulamaları
- Covid-19 Pandemisi ve Ruh Sağlığını Güçlendirme
- Covid-19 Pandemisi Kayıp, Ölüm ve Yas

INVITATION

Dear Respected Colleagues,

We are pleased to invite you to participate in the VIRTUAL CONGRESS – "International Congress Reflections of Pandemic on Mental Health and Psychosocial Care", which will be organized by Ataturk University Nursing Faculty Mental Health and Disorders Nursing Department, Psychiatric Nursing Association between 24-25 June 2021.

PMHC 2021 is an international platform that brings together a collection of leading researchers in the field of pandemia, mental health, psychosocıal care. The scientific program will include opening sessions led by distinguished scientists, presentations of sub-disciplines, interaction and sharing of young scientists and graduate students.

PMHC will offer its participants the opportunity to discover the latest improvements in the field of mental health through its scientific sessions. It will be the first virtual platform to bring together experts from all over the world for new interdisciplinary scientific collaborations and networks. Due to the wide scope of the congress, PMHC will present a scientific and up-to-date information festival to its participants with coordinated parallel sessions, oral presentations specific to the specific research area, where the most prominent invited speakers make their presentations.

In response to the coronavirus outbreak, we decided to turn PMHC 2021 into a fully virtual event, with the WHO suggesting that large gatherings still reported high risk of COVID-19 and the travel restrictions decisions taken by countries continued. Although our congress will be held on a virtual platform, we guarantee that it will be a congress where the scientific information content will be satisfactory, provide the participants with the opportunity to interact and collect good memories.

We invite all of our colleagues, academics and students, as well as our teammates, to our congress to get stronger together, to increase our cooperation and to share our experiences.

We are looking forward to meeting you at PMHC!!

With our best regards,

Congress President
Assoc. Prof. Sibel ASİ KARAKAŞ

Congress Co-President
Prof. Dr.Fatma ÖZ

CONGRESS THEMES

Under the main theme “Traces of the Pandemic in Our Souls“;

- Covid-19 Pandemic and Mental Problems
- Covid-19 Pandemic and Vulnerable Groups (women, children, old people)
- Covid-19 Pandemic, Healthcare Professionals and Psychological Empowerment
- Covid-19 Pandemic Sleep Disorders
- Covid-19 Pandemic Depression and Suicides
- Psychoeducation and Psychosocial Therapies
- Covid-19 Pandemic and Recent Psychotherapy Applications
- Covid-19 Pandemic and Mental Health Strengthening
- Covid-19 Pandemic Loss, Death and Mourning

ULUSLARARASI PANDEMİNİN RUH SAĞLIĞINA YANSIMALARI VE PSİKOSOSYAL BAKIM KONGRESİ

International Congress on Reflections of Pandemic on Mental Health and Psychosocial Care

"PANDEMİNİN RUHUMUZDA BIRAKTIĞI İZLER"

"Traces of the Pandemic in Our Souls"

PRSB 2021
Kurullar
Committees

KONGRE
ÇEVRİMİÇİ

24-25 HAZİRAN 2021

Atatürk Üniversitesi

Psikiyatri Hemşireleri Derneği

ISBN 978-625-7960-40-3

KONGRE ONURSAL BAŞKANLARI

Prof. Dr. Ömer ÇOMAKLI

Prof. Dr. Gülten ÖZALTIN

Prof. Dr. Ayşe ÖZCAN

Prof. Dr. Çaylan PEKTEKİN

Prof. Dr. Gülşen TERAKYE

ÖNCEKİ DERNEK BAŞKANLARI

Prof. Dr. Çaylan PEKTEKİN

Prof. Dr. Nesrin AŞTI

Prof. Dr. Sevim BUZLU

Doç. Dr. Nurhan EREN

Prof. Dr. Yasemin KUTLU

Doç. Dr. Fahriye OFLAZ

KONGRE EŞ BAŞKANI

Prof. Dr. Fatma ÖZ

KONGRE BAŞKANI

Doç. Dr. Sibel ASİ KARAKAŞ

GENEL SEKRETERLER

Doç. Dr. Özlem ŞAHİN ALTUN

Doç. Dr. Meltem MERİÇ

DÜZENLEME KURULU BAŞKAN YARDIMCILARI

Dr. Öğr. Üyesi Hatice DURMAZ

Dr. Öğr. Üyesi Kübra GÖKALP

DÜZENLEME KURULU ÜYELERİ

Prof. Dr. Fatma ÖZ

Doç. Dr. Sibel ASİ KARAKAŞ

Prof. Dr. Ayşe OKANLI

Prof. Dr. Leyla KÜÇÜK

Doç. Dr. Figen İNCİ

Dr. Öğr. Üyesi Mine EKİNCİ

Dr. Öğr. Üyesi Eda AY

Dr. Öğr. Üyesi. Songül KAMIŞLI

Dr. Öğr. Üyesi Belgin VAROL

Dr. Arş. Gör. Zeynep ÖZTÜRK

Dr. Çağlar ŞİMŞEK

Uzm. Zeynep SÖKMEN

Uzm.Enes TAPLI

BİLİMSEL KURUL

Prof. Dr. Arzu Yıldırım, Yalova Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Aysun Babacan Gümüş, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Ayşe Okanlı, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Ayşegül Dönmez, Ege Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Besti Üstün, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Bridget Johnson, University of Glasgow, İskoçya

Prof.Dr. Cantürk Çapık, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Celale Tangül Özcan, İstanbul Sağlık ve Teknoloji Üniversitesi, Türkiye

Prof. Daniel Bressington, Charles Darwin University, Avusturalya

Prof. Dr. Dilek Kılıç, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Elanur Yılmaz Karabulutlu, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Fatma Demirkıran, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Fatma Güdücü Tüfekçi, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Fatma Öz, Lokman Hekim Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Fatma Yasemin Kutlu, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Türkiye

Prof. Dr. Gül Ünsal, Marmara Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Gülsüm Ançel, Ankara Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Gülşen Eryılmaz, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Havva Tel, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Hülya Arslantaş, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Hülya Bilgin, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Türkiye

Prof. Dr. Kadriye Buldukoğlu, Akdeniz Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Leyla Küçük, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Türkiye

Prof. Dr. Mağfiret Kaşıkçı, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Mahire Olcay Çam, Ege Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Mehtap Tan, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Meral Demiralp, Lefke Avrupa Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Meral Kelleci, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Mualla Yılmaz, Mersin Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Nadiye Özer, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Nazmiye Kocaman Yıldırım, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Nermin Gürhan, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Nesrin Aştı, Demiroğlu Bilim Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Neziha Karabulut, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Perihan Güner, İstanbul Bilgi Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Reva Balcı Akpınar Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Selma Doğan, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye

Prof. Dr. Sevim Buzlu, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Türkiye

Prof. Dr. Susanne Fogger, University of Alabama at Birmingham, ABD

Prof. Dr. Richard Gray, La Trobe University, Avusturalya

Prof. Dr. Zekiye Çetinkaya Duman, Dokuz Eylül Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Afife Yurttaş, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Arzu Yüksel, Aksaray Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Aslı Sis Çelik, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Ayla Kanbur, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Aysel Karaca, Düzce Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Birgül Özkan, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Burcu Arkan, Bursa Uludağ Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Dilek Avcı, Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Döndü Çuhadar, Gaziantep Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Duygu Hiçdurmaz, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Emel Bahadır Yılmaz, Giresun Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Emine Yılmaz, İnönü Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Esra Yıldız, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Fahriye Oflaz, Koç Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Fatma Eker, İstinye Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Figen İnci, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Funda Gümüş, Dicle Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Funda Kavak Budak, İnönü Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Gül Dikeç, Fenerbahçe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Türkiye

Doç. Dr. Gül Ergün, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Gülay İpek Çoban, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Gülçin Avşar, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Gülgün Durat, Sakarya Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Gülseren Keskin, Ege Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Halil Özcan, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Hatice Tambağ, Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Hava Özkan, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Kerime Bademli, Akdeniz Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Latife Utaş Akhan, Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Mehtap Kavurmacı, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Meltem Meriç, Lokman Hekim Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Mohammed Baqer Al-Jubouri, University of Baghdad, Irak

Doç. Dr. Nalan Gördeles Beşer, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Nazlı Hacıalioğlu Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Neslihan Günüşen, Dokuz Eylül Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Nihal Bostancı Daştan, Kafkas Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Nuray Dayapoğlu, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Nurgül Özdemir, Gaziantep Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Nurhan Eren, İstanbul Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Özlem Şahin Altun, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Satı Dil, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Seher Ergüney, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Selma Sabancıoğulları, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Serap Ejder Apay, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Serap Yıldırım, Ege Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Serpil Türkleş, Mersin Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Sevgi Nehir, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Sibel Arguvanlı Çoban, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Sibel Asi Karakaş, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Songül Duran, İzmir Demokrasi Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Şeyda Dülgerler, Ege Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Şükran Ertekin Pınar, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Yeter Sinem Üzar Özçetin, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye

Doç. Dr. Zeynep Karaman Özlü, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Arzu Sarıalioğlu, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Aydın, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Ayşegül Yayla, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Bahar Çiftçi, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Belgin Varol, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Dilek Gürçayır, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Eda Ay, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Esin Kavuran, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Fatma Kurudirek, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Fatma Tuygar Okutucu, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Filiz Ersöğütçü, Fırat Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Hacer Akgül Ceyhun, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Hasret Yalçınöz Baysal, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Hatice Durmaz, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Hatice Polat, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr Üyesi Karan Kverno, John Hopkins University, Amerika Birleşik Devletleri

Dr. Öğr. Üyesi Kübra Gökalp, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Mine Ekinci, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Nihan Türkoğlu, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Nurgül Karakurt, Erzurum Teknik Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Serap Sarı, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Sibel İba Yılmaz, Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Sonay Bilgin, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Songül Kamışlı, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Türkiye

Dr. Öğr. Üyesi Türkan Kadiroğlu, Atatürk Üniversitesi, Türkiye

Dr. Ayşegül Sarıoğlu Kemer, Türkiye

Dr. Ruth Malkinson, Tel Aviv University, İsrail

Dr. Setaç Zengil, Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Türkiye

Dr. Şerife Özdağ Verhees, Hollanda

Dr. Talal Bani Ahmad, Near East University, Ürdün

Irina Gruia, Centrul de Psihoterapie, Romanya

Kevin McKenna, Dundalk Institute of Technology, İrlanda

Shatha Salah Jasim, University of Baghdad, Irak

HONARARY COMMITTEE

Prof. Ömer ÇOMAKLI

Prof. Gülten ÖZALTIN

Prof. Ayşe ÖZCAN

Prof. Çaylan PEKTEKİN

Prof.Gülşen TERAKYE

PRESIDENTS OF THE ASSOCIATION

Prof. Çaylan PEKTEKİN

Prof. Nesrin AŞTI

Prof. Sevim BUZLU

Assoc. Prof. Nurhan EREN

Prof. Yasemin KUTLU

Assoc. Prof.Fahriye OFLAZ

CO-CHAIR

Prof. Fatma ÖZ

CHAIR

Assoc. Prof. Sibel ASİ KARAKAŞ

SECRETARY

Assoc. Prof. Özlem ŞAHİN ALTUN

Assoc. Prof. Meltem MERİÇ

CHAIRMAN ASISSTANT

Assist. Prof. Hatice DURMAZ

Assist. Prof. Kübra GÖKALP

COMMITTEE

Prof. Ayşe OKANLI

Prof. Leyla KÜÇÜK

Assoc. Prof. Figen İNCİ

Assist. Prof. Mine EKİNCİ

Assist. Prof. Eda AY

Assist. Prof. Songül KAMIŞLI

Assist. Prof. Belgin VAROL

PhD Zeynep ÖZTÜRK

PhD. Çağlar ŞİMŞEK

Msc. Zeynep SÖKMEN

Enes TAPLI

SCIENTIFIC ADVISORY COMMITTEE

Professor Arzu Yıldırım, Yalova University

Professor Aysun Babacan Gümüş, Çanakkale Onsekiz Mart University

Professor Ayşe Okanlı, Istanbul Medeniyet University

Professor Ayşegül Dönmez, Ege University

Professor Besti Üstün, Üsküdar University

Professor Celale Tangül Özcan, Istanbul Health and Technology University

Professor Daniel Bressington, Charles Darwin University

Professor Dilek Kılıç, Atatürk University

Professor Elanur Yılmaz, Karabulutlu, Atatürk University

Professor Fatma Demirkıran, Aydin Adnan Menderes University

Professor Fatma Güdücü Tüfekci, Atatürk University

Professor Fatma Öz, Lokman Hekim University

Professor Fatma Yasemin Kutlu, Istanbul University-Cerrahpaşa

Professor Gül Unsal, Marmara University

Professor Gülsüm Ançel, Ankara University

Professor Gülşen Eryılmaz, Atatürk University

Professor Havva Tel, Sivas Cumhuriyet University

Professor Hülya Arslantaş, Aydın Adnan Menderes University

Professor Hülya Bilgin, Istanbul University-Cerrahpaşa

Professor Kadriye Buldukoğlu, Akdeniz University

Professor Leyla Küçük, Istanbul University-Cerrahpaşa

Professor Martin Salzmann Erikson, The Swedish Red Cross University College

Professor Mağfiret Kaşıkçı, Atatürk University

Professor Mahire Olcay Çam, Ege University

Professor Mehtap Tan, Ataturk University

Professor Meral Demiralp, European University of Lefke

Professor Meral Kelleci, Sivas Cumhuriyet University

Professor Mualla Yılmaz, Mersin University

Professor Nadiye Özer, Atatürk University

Professor Nazmiye Kocaman Yıldırım, Bolu Abant İzzet Baysal University

Professor Nermin Gürhan, Tokat Gaziosmanpaşa University

Professor Nesrin Aştı, Demiroğlu Science University

Professor Neziha Karabulut, Atatürk University

Professor Perihan Güner, Istanbul Bilgi University

Professor Reva Balcı Akpınar Atatürk University

Professor Selma Doğan, Üsküdar University

Professor Sevim Buzlu, Istanbul University-Cerrahpaşa

Professor Susanne Fogger, University of Alabama at Birmingham

Professor Richard Gray, La Trobe University, Australia

Professor Zekiye Çetinkaya Duman, Dokuz Eylül University

Associate Professor Afife Yurttaş, Atatürk University

Associate Professor Arzu Yüksel, Aksaray University

Associate Professor Aslı Sis Çelik, Atatürk University

Associate Professor Ayla Kanbur, Atatürk University

Associate Professor Aysel Karaca, Düzce University

Associate Professor Birgül Özkan, Ankara Yıldırım Beyazıt University

Associate Professor Burcu Arkan, Bursa Uludağ University

Associate Professor Cantürk Çapık Atatürk University

Associate Professor Dilek Avcı, Bandırma Onyedi Eylül University

Associate Professor Döndü Çuhadar, Gaziantep University

Associate Professor Duygu Hiçdurmaz, Hacettepe University

Associate Professor Emel Bahadır Yılmaz, Giresun University

Associate Professor Emine Yılmaz, İnönü University

Associate Professor Esra Yıldız, Atatürk University

Associate Professor Fahriye Oflaz, Koç University

Associate Professor Fatma Eker, İstinye University

Associate Professor Figen İnci, Niğde Ömer Halis Demir University

Associate Professor Funda Gümüş, Dicle University

Associate Professor Funda Kavak Budak, İnönü University

Associate Professor Gül Dikeç, Fenebahçe University

Associate Professor Gül Ergün, Burdur Mehmet Akif Ersoy University

Associate Professor Gülay İpek Çoban, Atatürk University

Associate Professor Gülçin Avşar, Atatürk University

Associate Professor Gülgün Durat, Sakarya University

Associate Professor Gülseren Keskin, Ege University

Associate Professor Halil Özcan, Atatürk University

Associate Professor Hatice Tambağ, Hatay Mustafa Kemal University

Associate Professor Hava Özkan, Atatürk University

Associate Professor Kerime Bademli, Akdeniz University

Associate Professor Latife Utaş Akhan, Bandırma Onyedi Eylül University

Associate Professor Mehtap Kavurmacı, Atatürk University

Associate Professor Meltem Meriç, Lokman Hekim University

Associate Professor Nalan Gördeles Beşer, Niğde Ömer Halis Demir University

Associate Professor Nazlı Hacıalioğlu Atatürk University

Associate Professor Neslihan Günüşen, Dokuz Eylül University

Associate Professor Nihal Bostancı Daştan, Kafkas University

Associate Professor Nuray Dayapoğlu, Atatürk University

Associate Professor Nurgül Özdemir, Gaziantep University

Associate Professor Nurhan Eren, İstanbul University

Associate Professor Özlem Şahin Altun, Atatürk University

Associate Professor Satı Dil, Çankırı Karatekin University

Associate Professor Seher Ergüney, Atatürk University

Associate Professor Selma Sabancıoğulları, Cumhuriyet University

Associate Professor Serap Ejder Apay, Atatürk University

Associate Professor Serap Yıldırım, Ege Üniversitesi

Associate Professor Serpil Türkleş, Mersin University

Associate Professor Sevgi Nehir, Manisa Celal Bayar University

Associate Professor Sibel Arguvanlı Çoban, Zonguldak Bülent Ecevit University

Associate Professor Sibel Asi Karakaş, Atatürk University

Associate Professor Songül Duran, İzmir Demokrasi University

Associate Professor Şeyda Dülgerler, Ege University

Associate Professor Şükran Ertekin Pınar, Cumhuriyet University

Associate Professor Yeter Sinem Üzar Özçetin, Hacettepe University

Associate Professor Zeynep Karaman Özlü, Atatürk University

Assistant Professor Arzu Sarıalioğlu, Atatürk University

Assistant Professor Ayşe Aydın, Atatürk University

Assistant Professor Ayşegül Yayla, Atatürk University

Assistant Professor Bahar Çiftçi, Atatürk University

Assistant Professor Dilek Gürçayır, Atatürk University

Assistant Professor Eda Ay, Atatürk University

Assistant Professor Esin Kavuran, Atatürk University

Assistant Professor Fatma Kurudirek, Atatürk University

Assistant Professor Fatma Tuygar Okutucu, Atatürk University

Assistant Professor Filiz Ersöğütçü, Fırat University

Assistant Professor Hacer Akgül Ceyhun, Atatürk University

Assistant Professor Hasret Yalçınöz Baysal, Atatürk University

Assistant Professor Hatice Durmaz, Atatürk University

Assistant Professor Hatice Polat, Atatürk University

Dr.Karen Kverno

Assistant Professor Kübra Gökalp, Atatürk University

Assistant Professor Mine Ekinci, Atatürk University

Dr. Mohammed Baqer Al-Jubouri

Assistant Professor Nihan Türkoğlu, Atatürk University

Assistant Professor Nurgül Karakurt, Erzurum Teknik University

Assistant Professor Serap Sarı, Atatürk University

Assistant Professor Sonay Bilgin, Atatürk University

Assistant Professor Sibel İba Yılmaz, Erzurum Regional Training and Research Hospital

Dr. Şerife Özdağ -Holland

Dr. Talal Bani Ahmad- Jordon

Assistant Professor Türkan Kadiroğlu, Atatürk University

ULUSLARARASI PANDEMİNİN RUH SAĞLIĞINA YANSIMALARI VE PSİKOSOSYAL BAKIM KONGRESİ

International Congress on Reflections of Pandemic on Mental Health and Psychosocial Care

"PANDEMİNİN RUHUMUZDA BIRAKTIĞI İZLER"

"Traces of the Pandemic in Our Souls"

PRSB 2021 Bilimsel Program/ Scientific Program

KONGRE

ÇEVRİMİÇİ

24-25 HAZİRAN 2021

Atatürk Üniversitesi

Psikiyatri Hemşireleri Derneği

ISBN 978-625-7960-40-3

24 HAZİRAN 2021- PERŞEMBE	
09:30-10:00	**İSTİKLAL MARŞI** **SAYGI DURUŞU** **AÇILIŞ KONUŞMALARI** **Doç. Dr. Sibel ASİ KARAKAŞ, Kongre Başkanı** **Prof. Dr. Fatma ÖZ, Kongre Eş Başkanı** **Prof. Dr. Ömer ÇOMAKLI, Atatürk Üniversitesi Rektörü**
10:00 - 10:05	**Salgın ve Karantina Günlerinden Geçerken: Fotoğraflarla Yaşadıklarımız**
10:05 - 10:15	**Müzik Dinletisi**
10:15-10:50	**Konferans I** **"Pandemi ile Mücadelede En Önemli Gücümüz: Ruh Sağlığı"** **Prof. Dr. Ayşe OKANLI, TÜRKİYE**
10:50-11:00	**ARA**
11:00-12:00	**Panel I** **Pandemide En Sık Karşılaşılan Ruhsal Sorunlar ve Psikososyal Bakım** **"Pandemide Obsesif Kompulsif Bozukluk Fırtınası: Tedbir mi Yoksa Takıntı mı?"** **Prof. Dr. Ejder AKGÜN YILDIRIM, TÜRKİYE** **"COVID-19 Pandemisi Sırasında Obsesif Kompulsif Bozukluk"** **Assoc. Prof. Dr. Mohammed Baqer AL-JUBOURI and Shatha SALAH JASIM, IRAK** **"Pandemi Döneminde Biyolojik Ritim Sosyal Ritim Uyumsuzluğu ve Çözüm Önerileri"** **Prof. Dr. Yavuz SELVİ, TÜRKİYE** **Oturum Başkanları** **Prof. Dr. Sevim BUZLU, Prof. Dr. M. Olcay ÇAM**
12:00-13:00	**ÖĞLE ARASI**
13:00-13:30	**Konferans II** **"Pandemi Günlerinde Yaşlı Olmak"** **Prof.Dr. İsmet KIRPINAR,** **TÜRKİYE** **Oturum Başkanları** **Prof. Dr. Mehtap TAN, Prof. Dr. Nezihe UĞURLU**

13:30-13:45	**ARA**
13:45-14:45	**Panel II** **Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı: Yönetiyorlar mı? Tükeniyorlar mı?** **"Hemşire ve Hasta Gözüyle Pandemi Süreci"** **Doç. Dr. Sibel ASİ KARAKAŞ, Uzman Hemşire Duygu ÖZER, TÜRKİYE** **"COVID-19, Psikiyatri Hemşireleri ve Dayanıklılık" Assist. Prof. Karan KVERNO, AMERİKA** **Oturum Başkanları** **Prof. Dr. Fatma ÖZ, Prof. Dr. Selma DOĞAN**
14:45-15:00	**ARA**
15:00-15:30	**Konferans III** **"Pandeminin Matruşkası Salgın İçinde Salgın Var: Depresyon ve İntiharlar" Prof. Dr.Tamer AKER, TÜRKİYE** **Oturum Başkanları** **Prof. Dr. Havva TEL, Prof. Dr. Mualla YILMAZ**
15:30-15:45	**ARA**
15:45-16:15	**Konferans IV** **"COVİD-19 Salgını Sırasında Ergenlerde Esrar ve Alkol Kullanımı Riskinin Azaltılması" Prof. Dr. Susanne FOGGER, ABD** **Oturum Başkanları** **Prof. Dr. Hülya ARSLANTAŞ, Prof. Dr. Zekiye ÇETİNKAYA DUMAN**
16:15-16:30	**ARA**
16:30-17:30	**Sözel Bildiriler I**

25 HAZİRAN 2021 CUMA	
09:00-10:00	**Panel III** **Ruhsal Sorunlar ve COVID-19** **"Depresyon, Kişisel Koruyucu Ekipmanların Uygun Olmayan Kullanımıyla İlgilidir" Prof. Dr. Daniel BRESSINGTON, AVUSTRULYA** **"COVID-19 ve Psikoz" Prof. Dr. Richard GRAY, AVUSTURALYA** **"COVID-19 ve Psikiyatri Hizmetleri" Kevin MCKENNA, İRLANDA** **Oturum Başkanı** **Prof. Dr. Hülya BİLGİN, Prof. Dr. Gül ÜNSAL**
10:00-10:15	**ARA**
10:15-11:30	**Panel IV** **COVID 19 Pandemisinin Çocuk Ruh Sağlığı Üzerine Etkileri** **"Pandemi Döneminde Çocuk Olmak" Dr. Öğr. Üyesi Melike Ayça AY KAATSIZ, TÜRKİYE** **"Pandemi Döneminde İnternet Bağımlılığı" Dr. Ögr. Üyesi Nurgül KARAKURT** **"COVID-19 Pandemi Sürecinde Sağlık Çalışanı ve Ailesinin Ruh Sağlığı" Prof.Dr. Nesrin AŞTI, TÜRKİYE** **Oturum Başkanları** **Prof. Dr. Kadriye BULDUKOĞLU, Prof. Dr. Fatma DEMİRKIRAN**
11:30-11:45	**ARA**

11:45-13:00	**Panel V** **Pandemide Ruh Sağlığını Güçlendirmek: Psikoterapiler** **“Bizi Hayatta Tutan Ne?: Bireysel ve Toplumsal Düzeyde Farkındalık” Doç. Dr. Aysel KARACA, Öğr. Gör. Dilek DEMİREZEN, TÜRKİYE** **“Pandemi Sürecinin Psikoterapiye Yansımaları: Online Psikoterapi Uygulamaları ve Etik” Doç. Dr. Nurhan EREN, TÜRKİYE** **“Stresle Baş Etmede Online Psikoeğitim” Dr. Talal Bani AHMAD, ÜRDÜN** **“Psikodrama Eylem Halinde: Pandemi Sırasında Sağlıklı ve Zararlı İnsan İlişkileri” Irina GRUİA, UKRAYNA** **Oturum Başkanları** **Prof. Dr. Ayşegül DÖNMEZ, Prof. Dr. Esra ENGİN**

13:00-14:00	**Sözel Bildiriler II**
14:00-14:30	**Konferans** **“Pandemi ve Yas”** **Doç. Dr. İnci DOĞANER, TÜRKİYE** **Oturum Başkanları** **Prof. Dr. Fatma ÖZ, Prof. Dr. Perihan GÜNER**
14:30-14:45	**ARA**
14:45-15:45	**Panel VI** **Temassız Yas ve Pandemide Acıyı Paylaşamamak,** **“COVID-19 Yas Algımızı Nasıl Değiştirdi?”** **Dr. Ruth MALKINSON , İSRAİL** **“Yas ve COVID-19”** **Prof. Dr. Bridget JOHNSTON, İSKOÇYA** **“Kırılgan Gruplarda Pandeminin Etkileri: Hollanda Boyutu”** **Dr. Şerife ÖZDAĞ VERHEES, HOLLANDA** **Oturum Başkanları** **Prof. Dr. Leyla KÜÇÜK, Prof. Dr. Meral KELLECİ**
15:45-16:00	**ARA**
16:00-16:30	**KAPANIŞ OTURUMU ve ÖDÜL TÖRENİ**

24 June 2021- Thursday	
09:30-10:00	**INDEPENDENCE ANTHEM OF TURKEY** **STAND IN SLIENCE** **OPENING REMARKS** **Assoc. Prof. Sibel ASİ KARAKAŞ, Chairman of Congress** **Prof. Fatma ÖZ, Congress Co-Chairman** **Prof. Ömer ÇOMAKLI, Ataturk Univercity Rector**
10:00-10:05	**Going Through the Days of Epidemic and Quarantine: What We Live in Photos**
10:05-10:15	**Music Concert**
10:15-10:50	**Conference I** **"Our Most Important Power in Combating Pandemic: Mental Health"** **Prof. Ayşe OKANLI** **TURKEY**
10:50-11:00	**Break Time**
11:00-12:00	**Panel I** **Most Common Mental Problems and Psychosocial Care in Pandemic** **"Obsession Compulsif Disorder Storm in The Pandemic: Measure or Obsession?"** **Prof. Ejder AKGÜN YILDIRIM, TURKEY** **"Obsession Compulsion during the Pandemic of COVID-19"** **Assoc. Prof. Mohammed Baqer AL-JUBOURI and Master Student Shatha SALAH JASIM, IRAQ** **"Biological Rhythm, Social Rhythm Incompatibility and Solution Suggestions During The Pandemic Period " Prof. Yavuz SELVİ, TURKEY** **Modarators** **Prof. Sevim BUZLU, Prof. M. Olcay ÇAM**
12:00-13:00	**Break Time**
13:00-13:30	**Conference II** **"Getting Older in Days of Pandemic"** **Prof. İsmet KIRPINAR** **TURKEY** **Modarators** **Prof. Mehtap TAN, Prof. Nezihe UĞURLU**
13:30-13:45	**Break Time**

13:45-14:45	**Panel II** **Mental Health of Healthcare Professionals** **Are They Managing The Process? Or Are They Experiencing Burnout? "Pandemic Process From the Eyes of Nurses and Patients"** **Assoc. Prof. Sibel ASİ KARAKAŞ, Nurse Duygu ÖZER, TURKEY** **"Covid-19, Psychiatric Nursing and Resilience" Assist. Prof. Karan KVERNO, ABD** **Modarators** **Prof. Fatma ÖZ, Prof. Selma DOĞAN**
14:45-15:00	**Break Time**
15:00-15:30	**Conference III** **"The Matryoshka of the Pandemic There is an Outbreak in the Outbreak: Depression and Suicides"** **Prof. Tamer AKER** **Modarators** **Prof. Havva TEL, Prof. Mualla YILMAZ**
15:30-15:45	**Break Time**
15:45-16:15	**Conference IV** **"Risk Mitigation of Cannabis and Alcohol Use in Adolescents During The COVİD-19 Epidemic"** **Prof. Susanne FOGGER, ABD** **Modarators** **Prof. Hülya ARSLANTAŞ, Prof. Zekiye ÇETİNKAYA DUMAN**
16:15-16:30	**Break Time**
16:30-17:30	**Oral Presentations I**

25 June 2021- Friday	
09:00-10:00	**Panel III** **Mental Problems and COVID-19** **"Depression is Related ToSub-Optimal Use of Personal Protective Equipment (PPE)"** **Prof. Daniel BRESSINGTON, AUSTRIA** **"COVID-19 and Pscyhosis" Prof. Richard GRAY, AUSTRIA** **"COVID-19 and Psychiatric Services" Kevin MCKENNA, IRELAND** **Modarators** **Prof. Hülya BİLGİN, Prof. Gül ÜNSAL**
10:00-10:15	**Break Time**
10:15-11:15	**Panel IV** **The Effects of The COVID-19 Pandemic on Child Mental Health** **"Being a Child During a Pandemic Period" Assist. Prof. Melike Ayça AY KAATSIZ, TURKEY** **"Internet Addiction during the pandemic" Assist. Prof. Nurgül KARAKURT, TURKEY** **"Mental Health of Health Worker and Family in the Covid-19 Pandemic Process" Prof. Nesrin AŞTI, TURKEY** **Modarators** **Prof. Kadriye BULDUKOĞLU, Prof. Fatma DEMİRKIRAN**
11:15-11:30	**Break Time**
11:30-13:00	**Panel V** **Strengthening Mental Health in Pandemic: Psychotherapies** **"What Keeps Us Alive: Individual and Social Awareness (Mindfulness)" Assoc. Prof. Aysel KARACA, Lecturer Dilek DEMİREZEN, TURKEY** **"Reflections of Pandemic Process on Psychotherapy: Online Psychotherapy Practices and Ethics" Assoc. Prof. Nurhan EREN, TURKEY** **"Online Psychoeducation in Coping With Stress" Dr. Talal Bani AHMAD, JORDAN** **"Psychodrama in Action: Health and Toxic in Human Relations, During The Pandemic" Irina GRUIA, UKRAINE** **Modarators** **Prof. Ayşegül DÖNMEZ, Prof. Esra ENGİN**

13:00-14:00	**Oral Presentations II**
14:00-14:30	**Conference V** **"Pandemic and Grief"** **Assoc. Prof. İnci DOĞANER, TURKEY** **Modarators** **Prof. Fatma ÖZ, Prof. Perihan GÜNER**
14:30-14:45	**Break Time**
14:45-15:45	**Panel VI** **Contactless Grief and Sharing Pain in the Pandemic "How COVID-19 Has Changed Our Perception of Grief" Ruth MALKINSON, ISRAEL** **"Bereavement and COVID-19" Prof. Bridget Johnston, SCOTLAND** **"Effects of Pandemic on Vulnerable Groups: The Case of The Netherlands"** **Dr. Şerife ÖZDAĞ VERHEES, NETHERLANDS** **Modarators** **Prof. Leyla KÜÇÜK, Prof. Meral KELLECİ**
15:45-16:00	**Break Time**
16:00-16:30	**Closing and Award Ceremonies**

ULUSLARARASI PANDEMİNİN RUH SAĞLIĞINA YANSIMALARI VE PSİKOSOSYAL BAKIM KONGRESİ

International Congress on Reflections of Pandemic on Mental Health and Psychosocial Care

"PANDEMİNİN RUHUMUZDA BIRAKTIĞI İZLER"

"Traces of the Pandemic in Our Souls"

PRSB 2021
Sözel Bildiri Programı/
Oral Presentation Program

KONGRE
ÇEVRİMİÇİ
24-25 HAZİRAN 2021

Atatürk Üniversitesi

Psikiyatri Hemşireleri Derneği

ISBN 978-625-7960-40-3

24 Haziran 2021, Perşembe 16:30-17:50				
Sözlü Sunumlar-1 Oturum Başkanı: Prof. Dr. Elanur Yılmaz Karabulutlu				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-01	INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL RESISTANCE, PERCEIVED STRESS AND DEATH ANXIETY LEVELS AND DISEASE PROGRESS IN INDIVIDUALS WITH COVID-19 DIAGNOSIS	NURHAN EREN	16:30-16:37	Salon-1
PRSB-02	EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL RESILIENCE, TEAMWORK ATTITUDE, PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS AND BURNOUT LEVELS OF HEALTHCARE WORKERS WORKING IN PANDEMIC WARDS	YAĞMUR ZARARSIZ	16:37-16:44	Salon-1
PRSB-03	COVID-19 PANDEMİSİNDE YAŞÇILIK VE YAŞLI RUH SAĞLIĞI	MÜNİRE TEMEL	16:44-16:51	Salon-1
PRSB-04	COVID-19 PANDEMİSİNİN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN RUH SAĞLIĞINA ETKİSİ ÜZERİNE BİR DEĞERLENDİRME	ARZU DİKİCİ	16:51-16:58	Salon-1
PRSB-05	COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE PSİKİYATRİK BAKIM: TÜRKİYE'DEN BİR DURUM ÇALIŞMASI	SİBEL ÇAYNAK	16:58-17:05	Salon-1
PRSB-06	PANDEMİDE KENDİNE YARDIM ELİ: BİBLİYOTERAPİ	ESRA ERDOĞAN	17:05-17:12	Salon-1
PRSB-07	PANDEMİNİN YAŞLILAR ÜZERİNDEKİ PSİKOSOSYAL ETKİLERİ	CİHANGİR KARAKAYA	17:12-17:19	Salon-1
PRSB-08	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE RİSK ALTINDAKİ SAVUNMASIZ POPÜLASYON: MADDE BAĞIMLISI BİREYLER	SEVAL CÜCELER	17:19-17:26	Salon-1
PRSB-09	TÜRKİYE'DE COVID-19 SALGINI SIRASINDA HEMŞİRELERDE ANKSİYETE, DEPRESYON VE TRAVMA SONRASI STRES YAYGINLIĞI VE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER: KESİTSEL BİR ÇALIŞMA	TUĞBA PEHLİVAN	17:26-17:33	Salon-1
PRSB-99	HASTANE ÖNCESİ ACİL SAĞLIK ÇALIŞANLARININ YAŞADIĞI COVID 19 FOBİSİ VE İŞTEN AYRILMA NİYETİNİN BELİRLENMESİ	ZUHAL KAYA	17:33-17:40	Salon-1
PRSB-103	COVID-19 PANDEMİSİNİN HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNDE PSİKOSOSYAL VE RUHSAL ETKİLERİ	NİHAL BOSTANCI DAŞTAN	17:40-17:47	Salon-1

24 Haziran 2021, Perşembe 16:30-17:50				
Sözlü Sunumlar-2 Oturum Başkanı: Doç. Dr. Zeynep Karaman Özlü				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-10	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE KANSER HASTALARININ MENTAL SAĞLIKLARI: BİR SİSTEMATİK EŞLEŞME ÇALIŞMASI	KEVSER PAMUK	16:30-16:37	Salon-2
PRSB-11	COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE RUMİNASYON VE RUH SAĞLIĞINA ETKİLERİ	SİNEM ÖCALAN	16:37-16:44	Salon-2
PRSB-12	KALDIRILAMAYAN YÜKLER": PANDEMİ SÜRECİNDE KADINLARIN VÜCUT MEMNUNİYETSİZLİĞİ ÜZERİNE KALİTATİF BİR ÇALIŞMA	GÜLHAN KÜÇÜK ÖZTÜRK	16:44-16:51	Salon-2
PRSB-37	COVID 19 PANDEMİSİNDE KADINLARDA DUYGUSAL YEMENİN BELİRLEYİCİLERİ OLARAK KORONAVİRÜS ANKSİYETESİ VE STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARININ İNCELENMESİ	ADEVİYE AYDIN	16:51-16:58	Salon-2
PRSB-14	COVID 19 PANDEMİ SÜRECİNDE LİSE SON SINIF ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOSOSYAL VE REHBERLİK GEREKSİNİMLERİNİN BELİRLENMESİ	AYŞE GÖKOĞLU	16:58-17:05	Salon-2
PRSB-15	COVID-19 PANDEMİSİ VE FARKLI PSİKOLOJİK ETKİLERİ	HÜLYA TOSUN	17:05-17:12	Salon-2
PRSB-16	COVID19 PANDEMİ SÜRECİNDE RUH SAĞLIĞINI GÜÇLENDİRMEK: SANAT TERAPİSİ	GÜLAY MARAZ	17:12-17:19	Salon-2
PRSB-17	COVD-19 NEDENİYLE HASTANEYE YATIRILAN ÇOCUK HASTALARIN YAŞAM KALİTESİ	SEMRA BAYTURAN	17:19-17:26	Salon-2
PRSB-52	HEMŞİRELİK HAFTASINDA HEMŞİRELİK İLE İLGİLİ PAYLAŞILAN TÜRKÇE TWİTTER İLETİLERİNİN YAPAY ZEKA TEMELLİ DUYGU ÇÖZÜMLEMESİ	GÜL DİKEÇ	17:26-17:33	Salon-2
PRSB-35	COVID-19 PANDEMİSİ VE MADDE BAĞIMLILIĞI	FİLİZ ERSÖĞÜTÇÜ	17:33-17:40	Salon-2
PRSB-36	İSTANBUL'DA HİZMET VEREN BİR TOPLUM RUH SAĞLIĞI MERKEZİNE KAYITLI COVID-19 TANISI ALAN VAKALARA İLİŞKİN RETROSPEKTİF BİR DEĞERLENDİRME	GÜLTEN GÜLEŞEN	17:40-17:47	Salon-2

24 Haziran 2021, Perşembe 16:30-17:50				
Sözlü Sunumlar-3 Oturum Başkanı: Doç. Dr. Aysel Karaca				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-19	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN ANKSİYETE VE STRESLE BAŞETME DAVRANIŞLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ	ENES ÇALIŞKAN	16:30-16:37	Salon-3
PRSB-20	SAĞLIK BİLİMLERİ ALANINDAKİ ÖĞRENCİLERİN E- ÖĞRENMEYE YÖNELİK TUTUMLARI İLE BAŞARI MOTİVASYONLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ	ENES ÇALIŞKAN	16:37-16:44	Salon-3
PRSB-29	ACİL SAĞLIK HİZMETLERİ ÇALIŞANLARININ COVID-19 KORKUSU İLE SAĞLIK ANKSİYETESİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	DERYA ŞİMŞEKLİ BAKIRHAN	16:44-16:51	Salon-3
PRSB-22	COVID-19 SÜRECİNDE ACİL SERVİSTE ÇALIŞAN HEMŞİRELERİN ALGILADIKLARI STRES VE BAŞ ETME YÖNTEMLERİ	PINAR SEVDA GÜL	16:51-16:58	Salon-3
PRSB-32	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE EBELİK, HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN ALGILANAN STRES DÜZEYLERİ VE UZAKTAN EĞİTİM ALGISI	SEVGİ NEHİR	16:58-17:05	Salon-3
PRSB-31	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE FİLYASYON EKİBİNDE GÖREV ALAN SAĞLIK ÇALIŞANLARININ TRAVMA SONRASI GELİŞİM VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	ŞEYDA ERÇEL	17:05-17:12	Salon-3
PRSB-40	PANDEMİ DÖNEMİNDE PALYATİF BAKIM HASTASINA FAYE GLENN ABDELLAH'IN MODELİNE GÖRE HEMŞİRELİK BAKIMI: BİR OLGU SUNUMU	CEYLAN BEKER	17:12-17:19	Salon-3
PRSB-27	COVID-19 SÜRECİNDE ADÖLESANLARDA AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞININ YALNIZLIĞA ETKİSİ	AYSEL A.ÖZDEMİR	17:19-17:26	Salon-3
PRSB-28	HEMŞİRELERDEKİ COVID-19 KORKUSUNUN HEMŞİRELİK MESLEĞİNE BAĞLILIK VE TIBBİ HATA YAPMAYA ETKİSİ	DERYA ŞİMŞEKLİ BAKIRHAN	17:26-17:33	Salon-3
PRSB-112	PANDEMİ VE UYKU BOZUKLUKLARI	İBRAHİM AGKIF	17:33-17:40	Salon-3
PRSB-113	COVID -19 PANDEMİSİNDE UMUTSUZLUK	TUBA AYDIN	17:40-17:47	Salon-3

24 Haziran 2021, Perşembe 16:30-17:50				
Sözlü Sunumlar-4 Oturum Başkanı: Prof. Dr. Nermin Gürhan				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-21	COIİD-19 PANDEMİSİNİN SAĞLIK ÇALIŞANLARI ÜZERİNDEKİ PSİKOSOSYAL ETKİLERİ	KÜBRA NUR AKYÖN	16:30-16:37	Salon-4
PRSB-49	COVID-19 SÜRECİNDEKİ YAŞLI BİREYLERİN DAMGALANMA VE ANKSİYETEYE YÖNELİK DENEYİMLERİ	EDA ALBAYRAK	16:37-16:44	Salon-4
PRSB-24	COVID-19 TANILI HASTAYA NANDA VE JOYCE TRAVELBEE' NİN İNSAN İNSANA İLİŞKİ MODELİNE GÖRE HEMŞİRELİK BAKIMI: BİR OLGU SUNUMU	ASİMA ARŞİMET	16:44-16:51	Salon-4
PRSB-26	COVID-19 GEÇİREN AKADEMİSYENLERİN DUYGU-DIŞA VURUMLARI İLE COVID-19'A YÖNELİK KORKU DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ	AYSEL A. ÖZDEMİR	16:51-16:58	Salon-4
PRSB-51	COVID-19 PANDEMİSİNİN BİREYLERİN YEME DAVRANIŞLARINA ETKİSİ	ELİF DENİZ KAÇMAZ	16:58-17:05	Salon-4
PRSB-58	PANDEMİDE BİYOPSİKOSOSYAL MODEL BAĞLAMINDA ONKOLOJİK REHABİLİTASYON	NAHİDE AYHAN FİDANCIOĞLU	17:05-17:12	Salon-4
PRSB-13	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDEKİ ADÖLESAN ve İNTERNET BAĞIMLILIĞI	ARZU SARIALİOĞLU	17:12-17:19	Salon-4
PRSB-71	PANDEMİ DÖNEMİNDE SEREBRAL PALSİLİ ÇOCUKLAR VE AİLELERİ	MEHMET SADIK ÖZTANRIKULU	17:19-17:26	Salon-4
PRSB-125	PANDEMİ SÜRECİNDE NEUMAN SİSTEMLER MODELİNE GÖRE KANSER ve COVID-19 TANISI OLAN BİREYE UYGULANAN HEMŞİRELİK BAKIMI: OLGU SUNUMU	Sinem Fıstıkçıoğlu	17:26-17:33	Salon-4
PRSB-108	PSİKİYATRİ HASTALARININ PANDEMİ İLE İLGİLİ BİLDİRİMLERİ; REMİSYONDA OLAN VE ALEVLENME YAŞAYAN POLİKLİNİK HASTALARININ KARŞILAŞTIRILMASI	HACER AKGÜL CEYHUN	17:33-17:40	Salon-4

24 Haziran 2021, Perşembe 16:30-17:50				
Sözlü Sunumlar-5 Oturum Başkanı: Prof.Dr. Ebru Akgün Çıtak				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-41	COVID-19 SALGININ GENEL NÜFUSUN MADDE KULLANMA DURUMLARINA ETKİSİ: SİSTEMATİK İNCELEME	ZEYNEP ÖZTÜRK	16:30-16:37	Salon-5
PRSB-42	YAŞLI BİREYLERDE COVID-19 SALGINI SÜRECİNDE DEPRESYON VE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER: SİSTEMATİK İNCELEME	ZEYNEP ÖZTÜRK	16:37-16:44	Salon-5
PRSB- 43	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELERİN E-SAĞLIK OKURYAZARLIK DURUMU İLE TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU ARASINDAKİ İLİŞKİ	ZELİHA YÖNDEM	16:44-16:51	Salon-5
PRSB-44	COVID-19 TANILI HASTALARA BAKIM VEREN HEMŞİRELERİN TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	ZAHİDE GÜL YAZGI	16:51-16:58	Salon-5
PRSB-45	COVID-19 POZİTİF TANISI ALAN 65 YAŞ VE ÜZERİ HASTALARDA UMUTSUZLUK VE ÖLÜM KAYGISININ İNCELENMESİ	CEMAL ÖZALP	16:58-17:05	Salon-5
PRSB-30	COVİD-19 TANILI POSTPARTUM DÖNEMDEKİ KADININ ROY ADAPTASYON MODELİNE GÖRE HEMŞİRELİK BAKIMI	ASENA TAŞGIT	17:05-17:12	Salon-5
PRSB-46	TÜRKİYE'DE COVID-19 TANILI HASTALARA BAKIM VEREN HEMŞİRELERİN DENEYİMLERİ VE YAŞADIKLARI PSİKOSOSYAL SORUNLAR: NİTEL BİR ÇALIŞMA	ÖZLEM KAÇKİN	17:12-17:19	Salon-5
PRSB-47	COVID-19 PANDEMİSİNDE KRONİK PSİKİYATRİ HASTASINA BAKIM VERENLERİN DENEYİMLERİ	BURCU CEYLAN	17:19-17:26	Salon-5
PRSB-48	COVID-19 SALGINI SIRASINDA ANNE BABALARIN KAYGI DÜZEYİ	BURCU CEYLAN	17:26-17:33	Salon-5
PRSB-137	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE İHMAL EDİLEN YAŞLI BİREYLER	SELVER KARAASLAN	17:33-17:40	Salon-5
PRSB-138	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE SAĞLIK ÇALIŞANLARI VE ÇOCUKLARI İLE YAPILAN RESİM TERAPİSİNİN DUYGU İFADESİNE ETKİLERİ: PİLOT ÇALIŞMA	ARZU YALÇINKAYA	17:40-17:47	Salon-5

24 Haziran 2021, Perşembe 16:30-17:50				
Sözlü Sunumlar-6 Oturum Başkanı: Prof. Dr. Leyla Küçük				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-50	BİTMEK BİLMEYEN BİR KISIR DÖNGÜ… COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE ACİL SERVİSTE ÇALIŞAN HEMŞİRELERİN PSİKOSOSYAL GÜÇLÜKLERİ VE GEREKSİNİMLERİ	ÖZGÜ SERÇE	16:30-16:37	Salon-6
PRSB-33	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE ANKSİYETE VE YORGUNLUK	AYSU BULDUM	16:37-16:44	Salon-6
PRSB-18	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE YAŞANAN KORKUNUN MERHEMİ: ÖZ-ŞEFKAT	DUYGU ÖZER	16:44-16:51	Salon-6
PRSB-53	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE ÇOCUKLARDA SALGIN ALGISI VE ANKSİYETE	YURDAGÜL SELVİ	16:51-16:58	Salon-6
PRSB-54	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE COVID-19 İLE İLİŞKİLİ STRES, PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE RUHSAL BÜYÜME	EMİNE CİNCİOĞLU	16:58-17:05	Salon-6
PRSB-55	COVID-19 PANDEMİSİ VE YAŞ AYRIMCILIĞI; 65 YAŞ ÜSTÜ BİREYLER	EMİNE GÜDEN	17:05-17:12	Salon-6
PRSB-56	COVID-19 TANISI ALMIŞ BİREYLERDE HAYATIN ANLAM VE AMACI	HAMİT SAVCI	17:12-17:19	Salon-6
PRSB-34	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELERİN ANKSİYETE DÜZEYLERİ İLE STRESLE BAŞAÇIKMA STRATEJİLENİN DEĞERLENDİRİLMESİ	FİLİZ ERÖĞÜTÇÜ	17:19-17:26	Salon-6
PRSB-59	COVID-19 İLE ENFEKTE OLAN İLK HEMŞİRELERDEN BİRİ OLMAK: BİR OLGU SUNUMU	SÜMEYYE BİLGİLİ	17:26-17:33	Salon-6
PRSB-123	COVID-19 PANDEMİSİ SIRASINDA SAĞLIK PROFESYONELLERİNİN KİŞİSEL, AİLE VE İŞLE İLGİLİ ÖZELLİKLERİ İLE ÇALIŞMAYA TUTKUNLUK VE İKİNCİL TRAVMATİK STRES DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ	ÖZLEM KAÇKIN	17:33-17:40	Salon-6
PRSB-100	ACİL SERVİS BAŞVURU SAYISININ AZALMASININ SEBEBİ COVID-19 KORKUSU MU?	İBRAHİM ÖZLÜ	17:40-17:47	Salon-6
PRSB-102	POST TRAUMATIC GROWTH DURING COVID-19 OUTBREAK AND THE AFFECTING FACTORS: RESULTS OF A CROSS-SECTIONAL STUDY AMONG TURKISH NURSING STUDENTS	ESİN CERİT	17:47-17:54	Salon-6

24 Haziran 2021, Perşembe 16:30-17:50				
Sözlü Sunumlar-7 Oturum Başkanı: Doç. Dr. Özlem Şahin Altun				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-60	PANDEMİ SÜRECİNİN OLUMLU KATKILARI: YAŞAMIN SORGULANMASI ve YENİDEN YAPILANDIRILMASI	FATMA ÖZ	16:30-16:37	Salon-7
PRSB-148	ÖĞRENCİLERİN COVID-19 SÜRECİNDEKİ UZAKTAN EĞİTİM UYGULAMALARINA İLİŞKİN MEMNUNİYETLERİNİN VE YAŞADIKLARI GÜÇLÜKLERİN BELİRLENMESİ	Mehtap KAVURMACI	16:37-16:44	Salon-7
PRSB-74	HEMODİYALİZ HASTALARININ COVID-19 DÖNEMİNDE YAŞADIKLARI RUHSAL SORUNLAR	NAZLI KOŞUNALP	16:44-16:51	Salon-7
PRSB-61	ÖĞRENCİLERİN PANDEMİYİ YAŞAMA VE BAŞETME SÜRECİNİ DEĞERLENDİRMELERİ	HİLAL MERVE BELEN	16:51-16:58	Salon-7
PRSB-62	DAMGALANMANIN PANDEMİ HALİ: COVID-19 TANISI ALMIŞ BİREYLERDE DAMGALANMA VE YALNIZLIK	ELANUR VİCNELİOĞLU	16:58-17:05	Salon-7
PRSB-64	COVID-19 SÜRECİNDE YAŞANAN PSİKOLOJİK SIKINTI VE BRUKSİZM	HASAN ERKAN KILINÇ	17:05-17:12	Salon-7
PRSB-66	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE COVID-19 PANDEMİSİNİNFİZİKSEL VE RUHSAL SAĞLIK ÜZERİNE ETKİSİ	NUBİN COŞKUN	17:12-17:19	Salon-7
-38	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE SİBERKONDRİ, ANKSİYETE VE BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK	ADEVİYE AYDIN	17:19-17:26	Salon-7
PRSB-87	TÜRKİYE'DE COVID-19 TANILI HASTALARA BAKIM VEREN HEMŞİRE VE HASTA ARASINDAKİ ETKİLEŞİM VE YAŞAM DENEYİMLERİ: KALİTATİF BİR İKİLİ YAKLAŞIM	HİLAL ALTUNDAL	17:26-17:33	Salon-7
PRSB-76	COVID-19 PANDEMİSİNDE YAŞLI BİREYLERİN RUH SAĞLIĞI VE YAŞADIKLARI PSİKOSOSYAL SORUNLAR	ÇİÇEK EDİZ	17:33-17:40	Salon-7
PRSB-57	PANDEMİ DÖNEMİNDE 65 YAŞ ÜZERİNDEKİ BİREYLERDE YALNIZLIK VE SOSYAL İZOLASYONUN RUH SAĞLIĞINA ETKİLERİ VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ	Nihan ALTAN SARIKAYA	17:40-17:47	Salon-7
PRSB-140	COVID-19 PANDEMİSİNDE BAĞIMLILIK VE YAŞAM KALİTESİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN BELİRLENMESİ	EDA AY	17:47-17:54	Salon-7

24 24 Haziran 2021, Perşembe 16:30-17:50				
Sözlü Sunumlar-8 Oturum Başkanı: Doç. Dr. Meltem Meriç				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-77	TOPLUM RUH SAĞLIĞI MERKEZİNE DEVAM EDEN HASTALARIN COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDEN ETKİLENME DURUMLARI İLE İLİŞKİLİ FAKTÖRLERİN İNCELENMESİ	EMEL ERDENİZ	16:30-16:37	Salon-8
PRSB-79	COVID-19 SALGININDA HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN ANKSİYETE DÜZEYLERİ VE BAŞ ETME STRATEJİLERİ	EDA AY	16:37-16:44	Salon-8
PRSB-75	COVID-19 PANDEMİSİ SIRASINDA HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN E-ÖĞRENMEYE YÖNELİK TUTUMLARININ BELİRLENMESİ: KESİTSEL BİR ARAŞTIRMA	BEYZANUR TOPALLI	16:44-16:51	Salon-8
PRSB-82	ACİL SERVİSE BAŞVURAN KOAH HASTALARININ HASTALIK VE DİSPNE ŞİDDETİ İLE COVID-19 KORKUSU VE ÖLÜM KAYGISI DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİ	AYGÜL KISSAL	16:51-16:58	Salon-8
PRSB-83	PSİKOTERAPİSTLERİN ÇEVRİMİÇİ TERAPİLER İLE İLGİLİ GÖRÜŞLERİ VE DENEYİMLERİ-NİTELİKSEL BİR ÇALIŞMA	AYŞE GÜLSEN TEKER	16:58-17:05	Salon-8
PRSB-84	PANDEMİDE HASSAS GRUP: ÇOCUK VE ERGEN RUH SAĞLIĞI	CANSEV BAŞARAN	17:05-17:12	Salon-8
PRSB-68	COVID-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE YAŞLILARIN YAŞADIKLARI ANKSİYETE, KORKU VE YAŞAM KALİTELERİ ARASINDAKI İLİŞKİ	AHU AKSOY	17:12-17:19	Salon-8
PRSB-88	PANDEMİ DÖNEMİNDE SAĞLIK ÇALIŞANLARININ ANKSİYETE VE DEPRESYON DÜZEYİNİN AZALTILMASI: KİŞİSEL KORUYUCU EKİPMAN KULLANIMI	FATMA YEKTA ÜRKMEZ	17:19-17:26	Salon-8
PRSB-131	DEMANSLI BİREYLERE BAKIM VERENLERİN COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDEKİ DENEYİMLERİ: KALİTATİF BİR ÇALIŞMA	BARAN GÜL	17:26-17:33	Salon-8
PRSB-89	COVID-19 PANDEMİSİNİN YARATTIĞI YENİ BİR KAVRAM: ZOOM YORGUNLUĞU	MELTEM MERİÇ	17:33-17:40	Salon-8
PRSB-101	COVID-19 PANDEMİSİNİN MEME KANSERLİ KADINLARIN RUH SAĞLIĞI ÜZERİNE ETKİSİ	FATMA NUR DUMAN	17:40-17:47	Salon-8
PRSB-149	KORONASOMNİA(COVID-SOMNİA)	Serpil TAN	17:47-17:54	Salon-8

25 Haziran 2021, Cuma 13:00-14:00				
Sözlü Sunumlar-1 Oturum Başkanı: Prof. Dr. Arzu Yıldırım				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-116	COVID-19 PANDEMİSİNDE PSİKİYATRİ KLİNİKLERİ	Gülşen MOURSEL	13:00-13:07	Salon-1
PRSB-105	COVID-19 DÖNEMİNDE YAŞLILARIN YALNIZLIĞI	FECRA YILDIZ	13:07-13:14	Salon-1
PRSB-106	COVID-19 PANDEMİSİNDE SOSYAL MEDYA KULLANIMI	ELİF SOLMAZ	13:14-13:23	Salon-1
PRSB-107	PANDEMİDE YAŞLI OLMAK: SALGIN HASTALIK KAYGISI	TAYBET DOĞAN	13:23-13:30	Salon-1
PRSB-129	COVID-19 PANDEMİSİ KAYIP, ÖLÜM VE YAS	ÇİĞDEM AKPOLAT	13:30-13:37	Salon-1
PRSB-109	KORONAVİRÜS PANDEMİSİNDE YOĞUN BAKIM ÜNİTELERİNDEKİ SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA ALGILANAN STRESİN KAYGI VE UYKU KALİTESİNE ETKİSİ	DİLEK GÜRÇAYIR	13:37-13:44	Salon-1
PRSB-124	COVID-19 KADERCİLİK ÖLÇEĞİNİN TÜRK DİLİNDE GEÇERLİK VE GÜVENİRLİĞİ: METODOLOJİK BİR ÇALIŞMA	HATİCE DURMAZ	13:44-13:51	Salon-1

25 Haziran 2021, Cuma 13:00-14:00				
Sözlü Sunumlar-2 Oturum Başkanı Doç. Dr. Figen İnci				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-114	COVID-19 BOYUNCA KANSER HASTALARININ YAŞADIKLARI MENTAL SAĞLIK SORUNLARI	PINAR HARMANCI	13:00-13:07	Salon-2
PRSB-104	COVID-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE KADINLARIN PARTNER ŞİDDETİNE MARUZ KALMA DURUMLARI VE ŞİDDETE İLİŞKİN TUTUMLARI	NİHAL BOSTANCI DAŞTAN	13:07-13:14	Salon-2
PRSB-110	BİR EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİNDE COVID-19 TANISI ALAN HASTALARA BAKIM VEREN HEMŞİRELERİN TÜKENMİŞLİK DURUMLARI VE MESLEĞE BAĞLILIKLARININ BELİRLENMESİ	FATMA NUR DUMAN	13:14-13:23	Salon-2
PRSB-117	COVID-19 KRİZİNDE TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE PSİKİYATRİ HEMŞİRELİĞİ	HİLAL UÇAN	13:23-13:30	Salon-2
PRSB-119	COVID-19 PANDEMİSİNDE İNTİHAR OLASILIĞI	SİBEL TUT	13:30-13:37	Salon-2
PRSB-143	COVID-19 PANDEMİSİNDE YETİŞKİNLERİN İNTİHAR OLASILIĞININ BELİRLENMESİ	SİBEL TUT	13:37-13:44	Salon-2
PRSB-120	COVID-19 TANILI SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA STRES DÜZEYİ, BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ VE TRAVMATİK BÜYÜME DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ	SERCAN MANSUROĞLU	13:44-13:51	Salon-2
PRSB-121	COVID-19 SALGINI SÜRECİNDE HEMŞİRELİK VE YAŞLI BAKIMI BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN YAŞLI BİREYLERE İLİŞKİN TUTUMLARI İLE BAKIM VERMEYE HAZIR OLUŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	SERCAN MANSUROĞLU	13:51-13:58	Salon-2

25 Haziran 2021, Cuma 13:00-14:00				
Sözlü Sunumlar-3 Oturum Başkanı: Doç. Dr. Gül Dikeç				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-128	COVID-19'UN DİĞER YÜZÜ; OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK	SERPİL TAN	13:00-13:07	Salon-3
PRSB-130	PANDEMİ İLE MÜCADELEDE PSİKOLOJİK İLK YARDIM	ELANUR VİCNELİOĞLU	13:07-13:14	Salon-3
PRSB-132	COVID-19 PANDEMİSİNDE ÖN SAFTA ÇALIŞAN HEMŞİRELERDE MESLEKİ TATMİN, TRAVMATİK STRES BELİRTİLERİ, TÜKENMİŞLİK VE EŞDUYUM YORGUNLUĞUNUN İNCELENMESİ	KÜBRA NUR AKYÖN	13:14-13:23	Salon-3
PRSB-133	COVID-19 SÜRECİNDEKİ SAĞLIK ÇALIŞANLARININ BÜTÜNLEŞİK ANKSİYETE STRES DURUMLARI İLE YAŞAM KALİTELERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ	CEYDA BOL	13:23-13:30	Salon-3
PRSB-134	COVID-19 SALGININ RUHSAL ETKİLERİ: PSİKİYATRİ HEMŞİRELİĞİ PERSPEKTİFİNDEN BİR BAKIŞ	CEYDA BOL	13:30-13:37	Salon-3
PRSB-135	COVID-19 NEDENİYLE DAMGALANDIĞINI DÜŞÜNEN SAĞLIK ÇALIŞANLARININ, COVID-19 HASTALARINA YÖNELİK TUTUMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ	SEVGİ KÖROĞLU	13:37-13:44	Salon-3
PRSB-136	OBSESİF-KOMPULSİF BOZUKLUĞU OLAN BİREYLERDE COVID-19 PANDEMİSİ ESNASINDA SEMPTOMLARIN ŞİDDETİNİN VE YORDAYICILARININ BELİRLENMESİ	SEVGİ KÖROĞLU	13:44-13:51	Salon-3

25 Haziran 2021, Cuma 13:00-14:00				
Sözlü Sunumlar-4 Oturum Başkanı: Doç. Dr. Gülçin Avşar				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-139	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE STRESLE BAŞA ÇIKMA DÜZEYLERİ	HAKİME ASLAN	13:00-13:07	Salon-4
PRSB-144	PANDEMİ SÜRECİNDE KULLANILAN FARKLI ÖĞRETİM YÖNTEMLERİNİN HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIKLARI STRES VE MESLEKİ HAZIR OLUŞLUKLARI ÜZERİNE ETKİSİ	SATI DİL	13:07-13:14	Salon-4
PRSB-146	YA SONRA? COVID-19 VE TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU	BURCU KARAKÖSE	13:14-13:23	Salon-4
PRSB-147	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLİK TİPLERİ VE ALGILANAN STRESİN HEMŞİRELİK MESLEĞİNE YÖNELİK TUTUMLARINA ETKİSİ	GAMZE BULUT	13:23-13:30	Salon-4
PRSB-39	COVID-19 DÖNEMİNDE YAŞANAN TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU VE İLİŞKİLİ BAZI DEĞİŞKENLERİN BELİRLENMESİ	YEŞİM MAÇÇA	13:30-13:37	Salon-4
PRSB-23	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRLERİN YAŞADIĞI İŞ STRESİNİN AİLE YAŞAMINA ETKİSİ	YASEMİN ERDEN	13:37-13:44	Salon-4

25 Haziran 2021, Cuma 13:00-14:00				
Sözlü Sunumlar-5 **Oturum Başkanı: Doç. Dr. Meltem Meriç**				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-126	BİR ÜNİVERSİTE HASTANESİNDE EĞİTİM GÖREN HEMSİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN COVİD-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK VE ANKSİYETE DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ	TUĞÇE UÇGUN	13:00-13:07	Salon-5
PRSB-115	ÇOCUĞU OKULA GİDEN EBEVEYNLERİN COVİD-19 KORKU DÜZEYLERİ İLE ANKSİYETE, DEPRESYON VE STRES DURUMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ	ŞEYMA EŞKİ	13:07-13:14	Salon-5
PRSB-81	PRSB 81 COVID-19 PANDEMİSİ VE YAŞAM KALİTESİ ÜZERİNE YAPILAN YAYINLARIN ÖZELLİKLERİ VE ARAŞTIRMA EĞİLİMLERİ: BİR BİBLİYOMETRİK ANALİZ	ADEM SÜMEN	13:14-13:23	Salon-5
PRSB-80	COVİD-19 PANDEMİ SÜRECİNDE YAPILAN RUH SAĞLIĞI ARAŞTIRMALARININ İNCELENMESİ: BİBLİYOMETRİK ANALİZ	ADEM SÜMEN	13:23-13:30	Salon-5
PRSB-86	TÜRKİYE'DE COVID-19 PANDEMİSİ SIRASINDA BİREYLERİN DEPRESYON, ANKSİYETE, STRES DÜZEYLERİ VE BAŞA ÇIKMA TARZLARININ BELİRLENMESİ: WEB TABANLI KESİTSEL BİR ARAŞTIRMA	HİLAL ALTUNDAL	13:30-13:37	Salon-5
PRSB-122	SAĞLIK ALANINDA OKUYAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SAĞLIK OKURYAZARLIĞI DÜZEYLERİNİN COVİD-19 AŞISINA YÖNELİK TUTUMLARI ÜZERİNE ETKİSİ	NECMİ TÜRKMEN	13:37-13:44	Salon-5
PRSB-118	COVID-19 SALGINI SÜRECİNDE ERGENLERİN ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEK VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ARASINDAKİ İLİŞKİ: TÜRKİYE'DEN BİR ÇALIŞMA	SÜMEYYE EKİCİ	13:44-13:51	Salon-5

25 Haziran 2021, Cuma 13:00-14:00				
Sözlü Sunumlar-6 Oturum Başkanı: Prof. Dr. Satı Demir				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-95	KOVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE YOĞUN BAKIM VE ACİL HEMŞİRELERİ	BERRİN PAZAR	13:00-13:07	Salon-6
PRSB-85	COVID-19 PANDEMİSİ VE ÖZEL GRUPLAR; OTİZMLİ ÇOCUKLAR	TUBA SAÇIK	13:07-13:14	Salon-6
PRSB-73	COVID-19 KLİNİKLERİNDE ÇALIŞAN HEMŞİRELER HANGİ ROLLERİ ÜSTLENDİLER?	RABİA CEMRE KAMACI	3:14-13:23	Salon-6
PRSB-72	KORONAVİRÜS SALGINI DÖNEMİNDE AİLE İÇİ İLİŞKİLER	EDA ÇEKER	13:23-13:30	Salon-6
PRSB-127	COVID-19 HASTALIĞINA YAKALANMA KORKUSUNUN HEMŞİRELERİN SİGARA İÇME ARZUSU ÜZERİNE ETKİSİ	EDA ÇEKER	13:30-13:37	Salon-6
PRSB-141	COVID-19 DÖNEMİNDE SAĞLIK ÇALIŞANLARININ MERHAMET YORGUNLUĞU VE İŞ YERİNDEKİ MUTLULUĞU ARASINDAKİ İLİŞKİ	CANSEV BAŞARAN	13:37-13:44	Salon-6
PRSB-150	PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELİK EĞİTİMİ VE ZOOM YORGUNLUĞU	TUĞÇE KABAK	13:44-13:52	Salon-6

25 Haziran 2021, Cuma 13:00-14:00				
Sözlü Sunumlar-7 Oturum Başkanı: Doç. Dr .Özlem Şahin Altun				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-90	HEMŞİRELERİN KORONAVİRÜS ANKSİYETE DÜZEYLERİNİN VE ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEĞİN BELİRLENMESİ	SEVDA EFİL	13:00-13:07	Salon-7
PRSB-92	PANDEMİDE YAŞLI BİREY OLMAK	SONGÜL DURAN	13:07-13:14	Salon-7
PRSB-93	COVİD-19 PANDEMİSİNİN BİREYLERDE ALGILANAN BULAŞMA/KİRLENME BİLİŞLERİ ÜZERİNE ETKİSİ	NESLİHAN GÜLŞAH İZGİ	13:14-13:23	Salon-7
PRSB-96	COVİD-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE OBSESİF-KOMPULSİF BOZUKLUK (OKB) HASTALARININ DURUMU	FATMA TUYGAR OKUTUCU	13:23-13:30	Salon-7
PRSB-97	HEMŞİRELERDE KORONAVİRÜS SALGINI KAYNAKLI, ANKSİYETE, OBSESYON VE İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLERİN İNCELENMESİ	SÜMEYRA DEMİRELİ	13:30-13:37	Salon-7
PRSB-98	COVİD-19 DÖNEMİNDE CİNSİYETE DAYALI KADINA YÖNELİK ŞİDDET	FİLİZ YILMAZ	13:37-13:44	Salon-7
PRSB-63	PANDEMİ SÜRECİNDE DEPRESYON TANILI AİLE İÇİ ŞİDDET MAĞDURU KADININ TİDAL (GEL-GİT) MODELİNE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ VE HEMŞİRELİK: OLGU SUNUMU	BÜŞRA PARLAK	13:44-13:51	Salon-7

25 Haziran 2021, Cuma 13:00-14:00				
Sözlü Sunumlar-8 Oturum Başkanı: Doç. Dr. Yalçın Kanbay				
Bildiri No	**Bildiri Adı**	**Bildiriyi Sunacak Yazar**	**Sunum Saati**	**Sunum Salonu**
PRSB-142	COVID-19 HASTALARINA BAKIM VEREN HEMŞİRELERİN RUHSAL DURUM VE KORONA FOBİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ	Ümit AYAZ	13:00-13:07	Salon-8
PRSB-65	YOĞUN BAKIMDA COVID-19 VE İLERI EVRE OVER KANSER TANILI BİREYDE PSIKOSOSYAL BAKIM SÜRECİ: OLGU SUNUMU	LEYLA GÜNDOĞDU	13:07-13:14	Salon-8
PRSB-67	COVID-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE YAŞLILARIN YAŞADIKLARI ANKSİYETE, KORKU VE YAŞAM KALİTELERİ ARASINDAKI İLİŞKİ	AHU AKSOY	13:14-13:23	Salon-8
PRSB-111	COVID-19 PANDEMİSİNDE ANNE RUH SAĞLIĞININ BAĞLANMA ÜZERİNE ETKİSİ	MERVE ÇİL	13:30-13:37	Salon-8
PRSB-145	EBEVEYNLERİN COVID ANKSİYETESİNİN PREMATÜRE BEBEK TAKİPLERİ ÜZERİNE ETKİSİ	Filiz ÖZDEMİROĞLU	13:37-13:44	Salon-8
PRSB-70	COVID-19 PANDEMİSİ BOYUNCA KRONİK PSİKİYATRİK BOZUKLUĞA SAHİP BİREYLERE UYGULANAN TELEPSİKİYATRİK MÜDAHALELERE BAKIŞ	PINAR HARMANCI	13:44-13:51	Salon-8

ULUSLARARASI PANDEMİNİN RUH SAĞLIĞINA YANSIMALARI VE PSİKOSOSYAL BAKIM KONGRESİ

International Congress on Reflections of Pandemic on Mental Health and Psychosocial Care

"PANDEMİNİN RUHUMUZDA BIRAKTIĞI İZLER"

"Traces of the Pandemic in Our Souls"

PRSB 2021
Açılış/Opening Ceremony

KONGRE
ÇEVRİMİÇİ

24-25 HAZİRAN 2021

Atatürk Üniversitesi

Psikiyatri Hemşireleri Derneği

Sayın Rektörüm

Sayın Hocalarım

Çok kıymetli meslektaşlarım ve

Sevgili Öğrenciler

Kongremize hoş geldiniz.

Pandemi süreci başladığından beri ölümleri, nefes alamayan insanları ya da işlerini kaybeden, sevdiklerini göremeyen insanları konuştuk. Hem bedenimizde hem ruhumuzda derin izler bırakan bir süreç yaşadık. Biz bu olumsuzlukların bıraktığı izlere dokunabilmek için, çözümün küçük bir parçası olabilmek için yola çıktık.

Konuyla ilgili alanında uzman uluslararası ve ulusal konuşmacılarımızla yorgun zihinlerimizde yeni ufuklar açmayı diliyoruz.

Biz kongremizi ölümle yaşam arasındaki çizgide insanlara hem şifa, hem de bir tebessümle bile olsa umut dağıtan sağlık çalışanlarımıza ithaf ediyoruz.. Hekimlerimiz, hemşirelerimiz, gururla izlediğimiz öğrenci hemşirelerimiz, acil tıp teknisyenlerimiz, temizlik elemanlarımız, güvenlik elemanlarımız… İyi ki varsınız…

Konuşmamı bitirirken bize desteklerinden dolayı Atatürk Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Ömer Çomaklı'ya, Hemşirelik Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Mağfiret Kaşıkçı'ya, Değerli Hocamız Psikiyatri Hemşireleri derneği Prof. Dr. Fatma ÖZ'e ve Psikiyatri Hemşireleri Derneği Yönetim Kuruluna, her zaman bizimle olan değerli Hocam Prof. Dr. Ayşe Okanlı'ya ve düzenleme kuruluna,

Atatürk Üniversitesi Kurumsal İletişim birimine ve Yabancı Diller Yüksek Okuluna, çok teşekkür ederim.

Ve yüksek müsadenizle Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Psikiyatri Hemşireliği Ana Bilim Dalındaki yol arkadaşlarım Özlem Şahin Altun, Mine Ekinci Hocam, Hatice DURMAZ, Kübra GÖKALP, Eda AY ve Zeynep Öztürk'e çok teşekkür ederim.

Hem bilimsel hem zihinsel açıdan keyifli bir kongre olmasını diliyorum.

SİBEL ASİ KARAKAŞ

KONGRE BAŞKANI

Değerli katılımcılar,

Covid-19 2020 yılı mart ayından itibaren ansızın tüm Dünya'da olduğu gibi ülkemize de istenmeyen bir misafir olarak geldi ve yerleşti. …Umarım daha uzun sürmez…Covid-19, sadece hastalık olarak gelmedi, yaşamın her boyutunu etkiledi ve çok yaralar açtı. Ancak, yaşama dair farklı bakış açıları, anlayışlar ve beceriler de öğretti. Bunlar; teknolojinin yaşamın içinde olması, yeni yöntemlerin öğrenilmesi, mesai kavramının değişmesi ve mesailerin evlere taşınması vb.

Covid-19 salgını, toplumun her kesimi için risk oluşturmuştur. Meslektaşlarımız ve tüm sağlık çalışanları bu süreçte büyük bir özveri ile görevlerini sürdürmüş, salgına karşı verilen bu zorlu mücadelenin en ön saflarında yer almışlar halen de almaktadırlar.

Salgın beraberinde bilinmezlik, belirsizlik ve geleceği öngörememeye bağlı kaygı düzeyini artırmış, bu süreçte akut dönemdeki krizin yönetilmesi, yapılacakların organizasyonu ve koordinasyonu için, çok yönlü düşünmek ve bilimsel akıl ile ortak hareket etmenin gereği doğmuştur. Psikiyatri Hemşireleri Derneği olarak, bu noktada bize düşen sorumluluğun bilincinde olarak, ilk günden itibaren öncelikle meslektaşlarımızın psikososyal iyilik hallerinin korunması ve desteklenmesi amacıyla birçok çalışma gerçekleştirdik. Çünkü, sağlık hizmetlerini etkili sunabilmek için onların iyilik düzeyleri önemli idi.

Bireysel olarak ulaşabildiğimiz ya da bize ulaşan meslektaşlarımızla gerekli dayanışmayı sağladık. Ancak bu hizmetin kurumsal ve multidisipliner bakış açısıyla daha geniş kitlelere ulaşmasının gerekli ve doğru olacağına inandık. Bu bağlamda, Derneğimizin de içinde olduğu ruh sağlığı dernekleri platformu, İstanbul Valiliği ve İl Sağlık Müdürlüğü kapsamında Korona Virüs Online Psikososyal Destek Programı(KORDEP)'na dahil olduk. Bu hizmet için gönüllü olacak akademide ya da klinikte çalışan üyelerimize duyuruda bulunduk ve gönüllüleri oluşturduk. Bu gönüllüleri oluştururken öncelikli kriterimiz, en az Doktora düzeyinde olanlardan ayrıca danışmanlık ve terapi yaklaşımları konusunda eğitim alanları tercih ettik. Bunun için gelen talep fazlalığı bizi çok gururlandırdı. Gönüllüleri ilk aşamada, 46'sı İstanbul'dan olmak üzere 146 kişi ile sınırladık. Bu süreçte derneğimizi temsilen yönetim kurulundan 2 kişi, Ruh sağlığı meslek örgütlerini temsil eden üyelerle hizmetin nasıl olacağı konusunda online toplantılarla eğitildiler. Bu hizmet başlatılmadan önce, tüm gönüllülerimiz online toplantılar ile dernek yönetim kurulumuz tarafından hizmetin sunum şekli ve sürecin nasıl işleyeceği konusunda bilgilendirildiler. Tüm gönüllüler KORDEP kor grubundan alanına oldukça hakim eğiticiler tarafından online olarak 11-12 Nisan'da eğitildi.

KORDEP-İST çatısı altında oluşturulan hizmet modelinde salgın nedeni ile tedavi görenler, olağanüstü koşullar altında salgınla mücadele eden sağlık çalışanları ve evde kişisel izolasyonlarını sürdürmekte olan bireyler için oluşturulmuş **0850 305 00 34** destek hattıyla hizmet vermeye başladı. Bu hizmet ile; İstanbul Valiliği, İl Sağlık Müdürlüğü, Ruh sağlığı dernekleri, hastane çalışanları ile müthiş bir işe imza atıldı. Bu alt yapının sağlanması ve deneyim kazanılması bizler için değerli idi. Çünkü; devlet, kurumlar ve dernekler işbirliği ile gerçekleştirilen güçlü bir yapılanmanın kanıtı oldu ve tarih yazıldı.

Bu oluşum **birlikte güçlüyüz, birlikte başaracağız felsefesi** ile bir araya gelerek hizmeti amaçladı, bana göre bu aynı zamanda bir OKUL oldu. Hem de tüm ruh sağlığı çalışanlarını bir araya getiren ve bir arada tutan bir okul. Bu okul, gelmesini hiç istemediğimiz ancak başımıza gelecek afet, travma ve pandemiler için daha hazırlıklı, daha bilinçli ve organize hareket edecek bir ruh sağlığı ordusu da oluşturdu ve güçlenmemizi sağladı. Böylece, ortak akıl ve bilimsel doğru bilgi ile iyilik hareketi yaratıldı.

Psikiyatri Hemşireleri Derneği olarak hizmetimiz yalnızca KORDEP ile sınırlı kalmadı. Ülkemizde ilk vakanın tespit edilmesiyle birlikte derneğimiz, Türk Hemşireler Derneği ve özel dal hemşireleri dernekleri ile birlikte, meslektaşlarımıza yönelik bilgilendirme ve eğitim amaçlı alanda uzman kişiler tarafından yazılar yayınlamış, meslektaşlarımıza yönelik bilgilendirme, dayanışma ve destek içeren mesajları derneğimizin web sayfasından ve sosyal medya hesaplarından paylaşarak geniş kitlelere ulaştırmaya çalışmıştır. Güçlerin birleşimi ve birbirimizi kabul etmek önemli…

Zincirin halkası olarak bizler biliyoruz ki halkalardan biri olmaz ise hizmet aksar, tamamlanamaz. Hemşire, pandemi olmadan da sağlık hizmetinin verilmesinde 24 saat kesintisiz çalışan bir meslek üyesidir. Ansızın gelen pandemi, belki deneyimsiz ve genç meslektaşlarımı daha çok etkiledi. Hem ön saflarda çalışmak ve hizmet vermek hem de kendi yaşamına ilişkin kaygıları yönetmek, sorunlarını çözümlemek.

ICN, 2019 yılında "Hemşireler Hayat Kurtarır" sloganıyla sürdürülebilir kalkınma hedeflerini başarmada hemşirelerin, sağlık göstergelerindeki etkisinin önemini vurguladı. WHO, ICN ve ICM 2020 yılını hemşire ve ebe yılı olarak ilan etti. 2020 yılında pandemi, gerçekten de hemşirelik hizmetlerinin önemini ve görünürlüğünü daha da artırdı.

Tüm hemşireler ve psikiyatri hemşireleri mesleğin doğası gereği, kliniklerde hasta ve yakınları ile kriz yönetimi ve travma ile doğrudan ve kesintisiz çalışmaktadır. Hemşireler, pandemi sürecinde meslek eğitiminde aldıkları fizyolojiden patolojiye, farmakolojiden psikososyal boyuta kadar bilgi ve uygulama donanımı açısından ayrıca hastane ortamını en iyi bilen profesyoneller olarak çok şanslı idi… Çünkü bu donanımı zaten kazanmışlardı.

Tüm Dünya'nın yaşadığı bu tehdit, insan olarak hekim, hemşire ve diğer sağlık çalışanları için de geçerli, ancak bu çalışanlar bir profesyonel olarak kendi gereksinimlerini bir tarafa bırakıp hizmet etme sorumluluklarını yerine getirdiler ve getirmeye devam etmektedirler. Sağlık personeli iş yükünün de artışı ile birlikte psikososyal yönden desteklenmez ise tükenmişlik, kaygı ve depresyon yaşayabilirler. Bu da çalışanların hastalığı dolayısıyla hizmetin istenilen düzeyde yerine getirilememesine ve aksamasına yol açabilir. Bu bağlamda bilimsel kurul, hizmetin sağlanmasında üst akıl olarak yönlendirerek, içinden geçilen sürecin tüm boyutları ile değerlendirilmesini sağlamaya çalışsa da psikososyal boyutun ele alınmasında sınırlılık yaşanmıştır. Oysa biliyoruz ki böyle bir süreç, ancak söz edilen boyutun da ele alınarak planlamaların yapılması ile istendik düzeyde olur.

Tam da bu süreçte yararlı olacağını düşündüğümüz bu kongreyi düzenledik. Umarım hepimize yararlı olur. Bu fikri Atatürk Üniversitesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı Başkanı Doç. Dr. Sibel Asi Karakaş, Psikiyatri Hemşireleri Derneği yönetim kurul başkanı olarak benimle paylaştığında çok gerekli buldum ve heyecanlandım. Yönetim kurulumun da her zamanki desteği ile kısa sürede bu kongreyi birlikte düzenledik. Bu bağlamda bizi destekleyen Atatürk Üniversitesi Rektörlüğüne, emeklerini hiç esirgemeden uyum içinde, heyecanla çalışan düzenleme kurulundaki tüm arkadaşlarıma, değerli bilgilerini bizimle paylaşan konuşmacılara sonsuz teşekkür ediyorum…

Toplum olarak destek ve dayanışma ağları oluşturarak bu olumsuz deneyimden büyüyerek ve olgunlaşarak çıkmamız mümkündür. Ancak bunun için, yaşadığımız bu sürecin bize öğrettiklerini unutmadan, dersler çıkarmamız gerekir. **Bu salgının da en kısa zamanda en iyi şekilde yönetilerek ve kalıcı öğretiler sağlayarak bitmesi dileklerimle…**

FATMA ÖZ
KONGRE EŞ BAŞKANI

OBSESSION-COMPULSION DURING COVID-19

Mohammed Baqer AL-JUBOURI[1], PhD.
Shatha Salah JASEEM[2]
University of Baghdad / College of Nursing

Abstract

Since the beginning of COVID-19 pandemic, there are many changes have happened in people's life. This disease effects people's life from different aspects such as health, economy, education, etc. Regarding health, COVID-19 effects people's physical, psychological, and social's health. Health care providers, especially those who work in the front lines to face COVID-19, suffer from this disease more than others in the community, especially in the psychological manner. Lack of researches about the obsession-compulsion (OCD) among health care providers during the pandemic of COVID-19 makes the researchers conduct this study to cover this gap. This study aimed to determine the level of OCD among health care providers during the pandemic of COVID-19. Two hundred forty-eight physicians and nurses, who were selected by a non-probability (purposive) sampling method, participated in this descriptive study. Obsession with COVID-19 Scale was used to assess participants' obsession. COVID Stress Scale (the dimension of compulsive checking and reassurance seeking) was used to assess participants' compulsion. The results showed that 80.6% of health care providers had probable dysfunctional thinking about COVID-19 as they scored from 1-6 on Obsession with COVID-19 Scale, and 19.4 % of the participants had problematic symptoms as they scored above 7 on Obsession with COVID-19 Scale. Regarding compulsion, the results revealed that 78.6 % of the participants had mild to moderate compulsive and 13.7% had sever compulsion according to the "dimension of compulsive checking and reassurance seeking" in COVID stress scale. Although most of the study sample had probable dysfunctional thinking about COVID-19, the majority reported compulsion about dealing with COVID-19. This can lead to reduce the quality of patient care from health care providers. More studies are needed to be conducted in order to address the psychological effects of COVID-19 among health care providers and how to solve these issues in order to increase the caring quality.

Keywords: Obsession; Compulsion; Health care providers; COVID-19

HASTA GÖZÜYLE PANDEMİ SÜRECİ

Doç.Dr. Sibel ASİ KARAKAŞ
Atatürk Üniversitesi

Pandemi başlayalı 1 yıldan daha uzun bir süre geçmişti. Elimden geldiği kadar dikkat ettiğimi düşünüyordum. Buna rağmen 5 Nisan 2021'de Covid pozitiftim. Asıl sürpriz olan iki taraflı akciğer tutulumu vardı ve hastanede yatmam gerekiyordu.

Ateşim inatçı bir şekilde düşmüyordu ağrılarım vardı. Ağrı, halsizlik gibi semptomlara kronik rahatsızlığımdan dolayı alışıktım onun için hem ruhsal hem bedensel olarak kendimi iyi hissediyordum. Ancak birkaç gün sonra ateş, ağrı, uykusuz geceler, solunum şikayetleri de eklenince, akciğer tutulumu artınca ve kan değerlerim de kötü seyredince … Artık korkmaya başlamıştım.

Öğrencilerime "yoğun bakımın bir hasta için karabasan olduğunu anlatmıştım, parmaklarını bile hareket ettirememelerine rağmen her şeyi duyup hissettiklerini, bunun korkunç bir şey olduğunu onlara bir işlem yaparken isimleriyle hitap etmelerini, konuşmalarına dikkat etmelerini" vurgulardım. Ve şimdi kaçınılmaz son olan ölmekten değil ama yoğun bakımdan, entübe olmaktan çok korkuyordum. Aileme, arkadaşlarıma iyi olduğumu söylüyordum. Doktorum beni cesaretlendirmek için daha kötü olan hastalarını örnek gösteriyor iyi olduğumu söylüyordu, kendisine bir kez daha teşekkür ediyorum. Hemşire arkadaşlar tedavi ve takip için sık sık geliyorlardı. Evet ölümle yaşam arasındaydım yanımda ne ailem vardı, ne de onlarla bu süreci paylaşabiliyordum. Gördüğüm yegane insanlar bir çoğunu hayatımda ilk kez tanıdığım Enfeksiyon-1 servisindeki doktor, hemşire ve temizlik personeliydi. Belki ölüme yürürken yanımda onlar olacaktı. Odama her girdiklerinde "Günaydın Sibel Hanım" "İyi görünüyorsunuz Sibel Hanım" dediklerinde içime umut doluyordu.

Kötü olduğum bir gece kendime bile ifade edemediğim bir gerçeği hemşire hanıma cesaret edip söyledim "Çok korkuyorum" dedim ve sanırım saat gece 01.00'di. Hemşire Hanım tedavimi bitirdiği halde 1 saate yakın "iyileşen, hayata tutunan hastaları ve kolay kolay hiçbir hastalarını yoğun bakıma vermediklerini" anlattı. İnsanların ismini duyduğunda yanınızdan koşarak uzaklaşacağı bulaşıcı bir hastalığınız varken ve gün aşırı yoğun nöbetlerden bu denli yorulmuşken, hemşire hanım 1 saat yanımda kaldı ve benimle konuştu. Buna çoğu zaman ne aileniz ne arkadaşınız cesaret edebilir… Hayatım boyunca kendisini minnetle anacağım.

Son olarak uzunca bir süre tam olarak iyileşemiyorsunuz ama, hayata geri dönmekle alakalı ciddi bir farkındalık yaşıyorsunuz. Çocuklarınıza yemek yapmak, yediğiniz her lokma, her

sabah uyanmak artık daha da anlamlı…Hem ben, hem aldığım her nefes, hem yaptığım iş çok değerli.

Ve artık daha güçlüydüm. Bu mesleği önce sahada, sonra akademisyen olarak yaptığım için ruhlarına dokunduğum öğrencilerimin başka insanların ruhuna dokunduklarını düşünüyor hem mesleğimle hem meslektaşlarımla, hem öğrencilerimle gurur duyuyorum…

PANDEMIC PROCESS THROUGH THE EYES OF THE PATIENT

Assoc. Prof. Sibel ASİ KARAKAŞ
Ataturk University

More than a year had passed since the pandemic began. I thought I was paying as much attention as I could. Despite this, I was Covid positive on April 5, 2021. The real surprise was that there was bilateral lung involvement and I had to be hospitalized.

My fever did not go down stubbornly, I had pain. I was used to symptoms such as pain and weakness due to my chronic illness, so I felt good both mentally and physically. However, after a few days, when fever, pain, sleepless nights, respiratory complaints were added, lung involvement increased and my blood values worsened… I started to get scared. I used to explain to my students that "intensive care is a nightmare for a patient, they can hear and feel everything even though they cannot even move their fingers, it is a terrible thing. They should call them by their names while doing a procedure, and be careful with their speech". And now I was terrified not of dying, which is the inevitable end, but of being intubated, in intensive care. I was telling my family and friends that I was fine. To encourage me, my doctor was showing his worse patients as an example and saying that I was fine, I thank him once again. Nurse friends used to come frequently for treatment and follow-up. Yes, I was between death and life, I had neither my family with me, nor could I share this process with them. The only people I saw were the doctors, nurses and cleaning staff in the Infection-1 service, many of whom I met for the first time in my life. Maybe they would be with me as I walked to my death. Every time they entered my room, they said, "Good morning, Ms. Sibel" "You look good, Ms. Sibel", and I was filled with hope.

One night when I was bad, I dared to tell the nurse lady a truth that I could not express even to myself. Ms. Nurse explained that even though she had finished my treatment, patients who recovered in about 1 hour, cling to life, and that they did not easily give any of their patients to the intensive care unit. She stayed with me for an hour and talked to me when you had a contagious disease that people would run away from when they heard your name, and when you were so tired from the intense shifts during the day. Most of the time, neither your family nor your friends dare to do this… I will remember him with gratitude throughout my life.

Finally, you cannot fully recover for a long time, but you have a serious awareness of coming back to life. Cooking for your children, every bite you eat, waking up every morning is more meaningful now… Both me, every breath I take, and the work I do are very valuable.

And now I was stronger. Since I did this job first in the field and then as an academician, I think that my students, whose souls I touched, touched the souls of other people, I am proud of my profession, my colleagues and my students...

HEMŞİRE GÖZÜYLE PANDEMİ SÜRECİ

Uzm. Hem. Duygu ÖZER
SBÜ, Sultan II. Abdülhamid Han Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri ABD

Covid-19, Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıktıktan sonra kısa sürede tüm dünyayı etkisi altına alan ve hastalarda şiddetli pnömoniye sebep olan bir virüstür. Ülkemizde 10 Mart 2020'de ilk Covid-19 vakaları açıklanmış ve sonrasında vakalar artarak ilerlemiştir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından pandemi olarak ilan edilen Covid-19, ülkemizde de birçok alanı etkilemiştir. Şüphesiz ki etkilenen bu alanların başında sağlık sistemi gelmektedir.

Diğer tüm hastanelerde olduğu gibi çalıştığım hastanede de hızlıca Covid-19 klinikleri ve yoğun bakımları açılmıştır. Bir günde Covid-19 yoğun bakıma görevlendirildim ve yoğun bakımın açıldığı gün ilk nöbetimi tuttum. O ilk zamanlar bilinmez düşmana karşı cepheye sürülen askerler gibiydik ama karşımızdaki düşmanı o sürede iyi tanımıyorduk, nasıl savaşmalıydık bilmiyorduk. Hastaların durumu kötüydü, yeni, farklı tedavi yöntemleri deneniyordu. Net bir tedavisi yoktu. Covid-19'un erken döneminde yaşadıklarımız bir kriz ortamıydı ve biz bir an önce bu yeni şartlara uyum sağlamalıydık. Erken dönemde yoğun bir korku, çaresizlik, stres, anksiyete hissediyorduk. Hastaların durumunu gördükçe ve onlara etkili tedavi sunamayınca kontrol kaybı ve ümitsizlik de yaşadık.

Hastanelerde hemşire ihtiyacı o dönem çok daha bariz hissediliyordu. Yoğun bakımda görev aldığım o süreçte yeni atama ile gelmiş veya yoğun bakım deneyimi olmayan meslektaşlarımla çalışmak durumunda kaldım. Yoğun iş temposu arasında meslektaşlarımızı eğitmek durumunda kaldık. Kişisel koruyucu ekipmanlar ile kat kat giyinerek çalışmak durumunda kaldık. Yoğun bakımda hızlı davranmak gerekirken, hareketlerimiz kısıtlayan o kıyafetlerle saatlerce çalışmak zorunda kaldık. Kat kat eldivenlerimiz ile damar yolu açmaya, kan almaya çalıştık. Buğulanan gözlük camlarımız ile hemşire gözlemi yazmaya, ilaç tedavisi uygulamaya çalıştık.

Kısa süre sonra, birlikte çalıştığımız hemşire arkadaşlarımız virüse yakalanmaya başladı, doktor arkadaşımız yoğun bakımda hastamız olmuştu. Profesyonelliğimizi korumaya, meslektaşlarımıza en iyi bakımı sunmaya çalışıyorduk ama bu durum bizi duygusal ve ruhsal yönden en etkileyendi. Onlar için üzülüyorduk, kendimiz için korkuyorduk. Hasta olan meslektaşlarımızla birlikte belki de durumun ciddiyeti ile bir kez daha yüzleşmiş olduk.

Bu süreçte bizi duygusal olarak etkileyen bir diğer durumda hasta ve hasta yakınlarının yaşantıları idi. Ailesinden aniden ayrılıp yoğun bakıma yatırılan hasta o süreçte ailesinden haber alamamaktaydı, aynı durum hasta yakınları için de geçerliydi. Belki de hastasını veya ailesini bir daha göremeyecek, sesini duyamayacaktı. Yoğun bakımda ailesiyle görüşmek isteyen

hastalar, kapıda ağlayarak bekleyen hasta yakınları vardı. Bilinçli hastaları mümkün olduğunda aileleri ile telefonla görüştürdük, ancak bu süreçte anladık ki bu virüs hastalanınca tek başına bırakıyor ve tek başına bir ölüm veriyordu. Bunun farkına varmakta çok yıpratıcıydı. Ayrıca bu dönemde yaşam şeklimizde değişmek zorunda kaldı. Aylarca ailemizden, evimizden uzak kaldık. Yakın çevremiz, aile büyüklerimizden kaçar olduk. Onlara virüs taşırız, bulaştırırız diye korktuk. Virüsü bulaştırmamak için aylarca eşimizle, çocuğumuzla sadece telefonda görüşebildik.

Covid-19'un birinci yılını geride bırakırken artık yeni normalimiz buymuş gibi geliyor. Artık eski normalimiz çok uzak ve garip geliyor. Çalışma şartlarında da ilk dönem olağanüstü koşullar adı altında hizmetlerimizi veriyorduk, hastane yönetimi bu konuda titizlik ve özen gösteriyordu. Çalışma saatlerimizi olağanüstü şartlara uygun olarak mümkün olduğunca azaltmaya çalıştılar. Bugün hala aynı hizmetleri veriyoruz ancak bizim olağan şartlarımız artık buymuş gibi çalışıyoruz. İlk zamanlardaki çalışma saatlerimize verilen titizlik ve önem artık verilmiyor. Gün aşırı 24 saatlik nöbetler yazılabiliyor. Covid-19 klinik ve yoğun bakımları artık daha kolay açılıp, kapanabiliyor. Çünkü bu konuda deneyim sahibi olduk, kliniklerde temiz alan-kirli alan ayrımını daha kolay yapar olduk. Şimdi de aşı hizmetleri hız kazandı. Bu konuda hastanemiz çok iyi hizmet veriyor, ancak buraya da günlük veya haftalık görevlendirmeler oluyor. Çalışma yerlerimiz de bir süreklilik yok, çalışma yerlerimiz, sürelerimiz çok sık değişebiliyor.

Covid-19'un uzun dönem etkilerine bakıldığında anksiyete, depresyon, post travma stres bozukluğu, uyku bozukluğu ve tükenmişliğin sağlık çalışanların da arttığı bildirilmektedir. Meslektaşlarımla konuştuğumda da onlarda aynı şikayetleri dile getiriyorlar. Depresyon, anksiyete, tükenmişlik ve uyku bozuklukları sağlık çalışanların da çok sık görülmektedir. Bu gibi sorunların önüne geçmek adına çalışma koşullarının ve özlük haklarının iyileştirilmesi, hemşire sayısının arttırılması yapılabilir. Ayrıca hobilerle uğraşmak, sosyal destek sağlamak gibi alınacak bireysel önlemlerde sağlık çalışanlarının ruh sağlığını korumada etken olacaktır.

PANDEMIC PROCESS FROM NURSE'S PERSPECTİVES

Nurse Duygu ÖZER

SBÜ, Sultan II. Abdülhamid Han Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri ABD

Covid-19 is a virus that affected the whole world in a short time after it emerged in Wuhan, China, and caused severe pneumonia in patients. In our country, the first Covid-19 cases were announced on March 10, 2020, and then the cases increased. Declared as a pandemic by the World Health Organization (WHO), Covid-19 has also affected many areas in our country. Undoubtedly, the health system is one of the most affected areas.

As in all other hospitals, Covid-19 clinics and intensive care units were quickly opened in the hospital where I work. I was assigned to the Covid-19 intensive care unit in one day and held my first shift on the day the intensive care unit was opened. At that time, we were like soldiers who were driven to the front against an unknown enemy, but we did not know the enemy well at that time, we did not know how to fight. The condition of the patients was bad, new and different treatment methods were being tried. We experienced in the early period of Covid-19 was a crisis environment and we had to adapt to these new conditions as soon as possible. In the early period, we felt intense fear, helplessness, stress and anxiety. As we saw the condition of the patients and could not provide them with effective treatment, we experienced loss of control and despair.

The need for nurses in hospitals was felt much more clearly at that time. During that period when I was working in the intensive care unit, I had to work with my colleagues who were newly appointed or did not have intensive care experience. We had to train our colleagues in the intense work tempo. We had to work in layers with personal protective equipment. While it was necessary to act quickly in the intensive care unit, we had to work for hours in those clothes that restricted our movements. We tried to open an vascular access and take blood with our layered gloves. We tried to write nurse observations and administer medication with our fogged glasses.

Shortly after, our nurse friends we worked with started to catch the virus, our doctor friend became our patient in the intensive care unit. We were trying to maintain our professionalism and provide the best care to our colleagues, but this situation affected us the most emotionally and spiritually. We felt sorry for them, we were afraid for ourselves. Perhaps, together with our colleagues who were sick, we faced the seriousness of the situation once again.

In this process, another situation that affected us emotionally was the experiences of the patients and their relatives. The patient, who was suddenly separated from his family and hospitalized in the intensive care unit, could not hear from his family during that period, and the same was true for his relatives. Perhaps he/she would never see his/her patient or his/her family again, or hear his/her voice. There were patients who wanted to meet with their families in the intensive care unit, and their relatives were crying at the door. We made conscious patients talk to their families by phone whenever possible, but we realized in the process that this virus left them alone when they got sick and gave a death on their own. It was very frustrating to realize this. Also during this period our way of life had to change. We were away from our family and home for months. We have run away from our close circle and family elders. We were afraid that we would carry the virus and infect them. In order not to infect the virus, we could only talk to our spouse and child on the phone for months.

As we leave behind the first year of Covid-19, it feels like this is our new normal. Now our old normal feels so distant and strange. In the first period, we were providing our services under extraordinary conditions, and the hospital management showed meticulousness and care in this regard. They tried to reduce our working hours as much as possible in accordance with the extraordinary conditions. Today, we still provide the same services, but we work as if this were our usual conditions. The rigor and importance in the early days is no longer given. It is possible to write 24-hour shifts every other day. Covid-19 clinic and intensive care units can now be opened and closed more easily. Because we have experience in this matter, we can make the distinction between clean and dirty areas easier in clinics. Now, vaccination services have gained momentum. Our hospital provides very good service in this regard, but there are also daily or weekly assignments here. There is no continuity in our working places, our working places and times can change very often.

Considering the long-term effects of Covid-19, it is reported in the literature that anxiety, depression, post-traumatic stress disorder, sleep disorder and burnout increase in healthcare workers. When I talk to my colleagues, they also express the same complaints. Depression, anxiety, burnout and sleep disorders are also very common in healthcare workers. In order to prevent such problems, it is possible to improve working conditions and personal rights, and increase the number of nurses. In addition, individual measures to be taken, such as engaging in hobbies and providing social support, will be effective in protecting the mental health of healthcare professionals.

COVID-19, PSYCHIATRIC NURSING AND RESILIENCE

Karan KVERNO, PhD, PMHNP-BC, PMHCNS-BC, FAANP
John Hopkins University School of Nursing, Baltimore, MD

My name is Karan Kverno. I am very happy to join you for this important congress on psychiatric nursing and the coronavirus (COVID-19) pandemic.

I am a member of the psychiatric faculty at the Johns Hopkins University School of Nursing in Baltimore, MD (USA). Johns Hopkins Hospital first opened in 1889. (You can see in the slide that the front of the hospital has not changed much between then and now.) The Johns Hopkins School of Nursing, originally located within the hospital, was opened the same year. It wasn't until 1984 that we had our own building. Over the last three years, our building has been undergoing substantial renovations and will be re-opening once again for faculty and students this summer, as the restrictions for COVID-19 have lessened. (A model of the new building can be seen in the upper right corner of the slide.) When I joined the faculty of Johns Hopkins in 2013, they did not have a psychiatric mental health specialty, however they were interested. With grant funding, I led the development of an online accelerated program to provide psychiatric mental health education to primary care NPs, most of whom were overwhelmed by the mental health needs of their patients and insufficiently prepared to address them. The post-master's PMHNP program is now the most in-demand NP program at the School of Nursing.

What interested me about this congress is the goal of sharing our reflections of the global pandemic in relation to psychiatric nursing. As I reflect over the last 1 ½ years, I am acutely aware that my life was not in much danger compared to my colleagues in other areas of nursing practice, especially those in hospital-based and long-term-care practices. As a psychiatric NP working in outpatient psychiatry, I was able to shift to telemedicine. I continued to see the same patients that I've now known for years, most of whom have serious mental illnesses with multiple medical comorbidities – over a hospital video interface – rather than in person. Through the video, I saw my patients in their homes, sometimes with their families and pets. I learned more about their day to day lives and about the social and environmental factors that affect their mental and physical health. I witnessed their grief over the loss of family members to COVID-19. I also observed the resilience of many of my patients: their capacity to face loss and social isolation with the perspective gained from experiences over their lifetimes. But in the beginning of the pandemic, no one knew how long it would last and the devastating toll it would take on all of us. Eventually that resiliency, that ability to bounce back after each loss, was more difficult, even for my most resilient patients.

The relationship between mental health disorders and COVID-19 seems to be complex and bidirectional. From a review of electronic medical records across the U.S., Taquet and coworkers (2021a) found that persons with COVID-19 had a higher incidence of psychiatric and substance use disorders 3 and 6 months after diagnosis compared to persons with other respiratory illnesses. Pre-existing psychiatric disorders also increase the vulnerability to becoming ill with COVID-19 (Taquet, Luciano et al., 2021b), suffering more negative clinical health outcomes and long-term consequences from COVID-19 (Lee et al., 2020); and dying from COVID-19 (Li et al., 2020).

And for us, as psychiatric nurses, it has been especially difficult to fathom the loss of our colleagues who have died as a consequence of caring for others. A survey conducted in March 2021 (Kaiser Hospital News & The Guardian) found that nurses made up approximately 32% of all known health care staff deaths in the U.S. In January 2021, the International Council of Nurses (ICN) reported data from a survey that indicated mental distress rates of 60-80% among nurses in many countries. Contributing to the distress were concerns regarding personal protective equipment (PPE), fears of getting and spreading the virus, and exhaustion from working long hours with heavier caseloads and from being more socially isolated. The ICN raised concerns about future shortages in the global nursing workforce due to COVID-19 because of nurses leaving the profession due to exhaustion from prolonged stress (burnout) and a decrease in nurses wanting to enter the profession. The ICN called on all governments to take urgent action to ensure the physical and mental health of nurses and to develop policy responses to address the global nursing shortage.

Albert Einstein is quoted as saying: ***In the midst of every crisis, lies great opportunity***. So, as we reflect on this global crisis, let us also consider the opportunities that we have for growth as psychiatric nurses and as a profession.

As an example of opportunity that grew out of crisis, the advanced practice psychiatric nursing role arose in the U.S. as a response to the mental health care needs that followed WWII when approximately 500,000 soldiers returned from war with what was called “combat stress reaction”, now known as post-traumatic stress disorders (PTSD). Government funding was made available to form the National Institute of Mental Health and graduate programs in mental health care fields. One nurse educator at the time, Hildegard Peplau, EdD, RN, had trained with several well-known psychoanalysts at an old psychiatric hospital called Chestnut Lodge in Rockville, Maryland. One of them was a psychiatrist named Harry Stack Sullivan, the author of *Interpersonal Theory and Psychotherapy*. He believed that it was the interactions with significant others that determine one’s sense of security and sense of self. Dr. Peplau also came

to believe that interpersonal relations were central to the work of psychiatric nurses. She published her first textbook in 1952, titled *Interpersonal Relations in Nursing: A Conceptual Frame of Reference for Psychodynamic Nursing,* and in 1956, with grant funding from the National League of Nursing, she established the first advanced practice psychiatric nursing program in the U.S. A national certification exam and credential as a Psychiatric Mental Health Clinical Nurse Specialist (PMHCNS) followed later in the mid 1980s.

Other events in history shaped our advanced practice role as it is today in the U.S.: the psychiatric mental health nurse practitioner (PMHNP). Those included the emergence of the NP role (first in 1965) and the stronger focus on brain science and psychopharmacotherapies in the 1990s. The therapeutic relationship still remains a central competency for practice, but the certification exam for the PMHCNS was retired in 2015. Today, NPs have full practice authority in nearly half of our 50 states. The original Future of Nursing report published by the Institute of Medicine in 2011, called for nurses to practice to the full extent of their licensure and to lead change to advance health. The new Future of Nursing 2020-2030 (National Academies of Sciences, 2021) calls for all nurses to pursue the goal of health equity by 2030 by addressing population health and social and environmental determinants of health.

In 2020, Banksy, a famous and anonymous street artist in the United Kingdom (UK) gifted a painting of a young boy playing with a nurse superhero figure to the University Hospital Southampton General. This year the painting was sold in auction for record £14.4 million pounds – all to be donated to United Kingdom charities. The message included with the painting was a thank you to the nurses during the pandemic. In recognition of the work and sacrifices of nurses and other health care workers during the pandemic, the World Health Organization (WHO) added another year to recognize nurses and other health care workers. Now, unlike any other period in our lifetimes, there is a powerful realization of the value of nurses and the importance of mental health. In May of 2020, Dr. Tedros Adhanom, Director-General of the WHO (Kovacevic, 2020) warned of a rise in mental health conditions due to the pandemic. He called for governments to take action to invest in mental health, integrating mental health care into all pandemic responses. He called on all countries to invest in nurses now and for the future. This new positive focus on nursing and nursing leadership is important, timely and an opportunity for growth.

Resilience is defined as the process of adapting well in the face of adversity, trauma, tragedy, threats or significant sources of stress. Resilience is not a trait; it is learned. We can all become more resilient; we can empower others to be more resilient; and as a global profession of

psychiatric nurses, we can make meaningful contributions to the mental health and resilience of the populations we serve.

The American Psychological Association (2012) recommends the following four steps for building personal resilience. 1. Build connections by prioritizing relationships and joining groups. 2. Foster wellness with self-care, practicing mindfulness, and avoiding negative outlets (e.g., alcohol). 3. Find a purpose such as helping others, being proactive and progressing toward goals. 4. Embrace healthy thoughts by keeping things in perspective, accepting change, maintaining a hopeful attitude and learning from the past. And of course, seeking help, if needed.

In preparing for this talk, I came across an article by a psychiatrist in Zagreb, Croatia (Jakoljevic, 2020) that described our global response to the pandemic in relation to COVID-19 as a *collective hero's journey*. The use in psychology and psychiatry of the hero's journey comes from lifetime of works by the mythologist, Joseph Campbell. His book on his own life and hero's journey was published in 2008. I have often used the metaphor of a hero's journey with patients who have suffered significant stress. According to Campbell, our lives involve recurrent hero's journeys. The story always starts with the person who is struck by a traumatic event of some sort. At first, it seems that there is no way out. In mythological versions, there may be various dangerous aggressors that won't let the person pass through barriers to reach a desired goal. The person suffers distress and fear. Eventually, the person may need to seek help or identify new coping skills or find a secret weapon. And in the end, the person eventually gains the strength to get through the barricade and finds a new personal and meaningful gift (e.g., health, empowerment). I have found that my patients can relate to the hero's journey and the hopefulness it conveys.

William Churchill is quoted as saying: ***Never let a good crisis go to waste***.

that is - significant change in the culture and work processes of our organizations. The pandemic has helped us grow in our understanding of the effects of trauma on mental health. As leaders in psychiatric nursing we can use this opportunity to lead transformative change in our schools and health care systems. The evidence-based approaches are through psychological first-aid and the utilization of a trauma-informed approach.

Johns Hopkins University faculty member, George Everly, PhD, an expert in disaster mental health, crisis response and crisis intervention recommends three strategies for providing psychological first aid within an organization: 1) provide leadership focused on resilience; 2) structure crisis communications to provide credible and reliable information in a timely manner; and 3) create a continuum of staff support to assist in normalizing fears, advocating for personal

wellness and identifying mental health care resources for those who need them (Everly, 2017; Wu et al., 2020). We must also seek to avoid re-traumatizing persons with trauma histories. Because we do not know the personal histories of others, utilizing a trauma-informed approach with all patients or distressed persons is prudent. The principles for a trauma-informed approach share characteristics with psychological first aid (Substance Abuse and Mental Health Services [SAMHSA], 2014) include safety (physical and emotional), trustworthiness and transparency, empowerment, use of peer support and cultural, historical and gender responsiveness.

In April of 2020, the U.S. Centers for Disease Control recommended that states prepare to set up alternate care sites to deal with the expected surge in COVID-19 cases. In my state of Maryland, our governor established the Baltimore Convention Center as a site for COVID care. Johns Hopkins University was one of the partners and provided physicians and NPs to provide medical evaluation and treatment. One of the NPs, a graduate from our post-masters's PMHNP program, was concerned about the high prevalence of unmet mental health needs at the site and proposed a solution. With support from the JHU clinical team and the field hospital leadership team, she and another NP with both primary care and psychiatric NP training (dual competency and certification) organized and implemented a psychiatric consult service. They developed a psychiatric evaluation template for the field hospital's electronic medical record and worked with the pharmacists to build a stock of psychotropic medications. The JHU team social workers identify patients that need to be seen and refer them to the PMHNPs for psychiatric evaluation. The PMHNPs then evaluate the patients and report their findings and treatment recommendations back to the team and then initiate treatment. When patients have pre-existing mental health histories, their work includes case management to track down outside providers and coordinate care, making sure to facilitate a coordinated transition back to community psychiatry at discharge. The team also developed and implemented a support group option for all of their field hospital patients. Each group session includes psychoeducation and a coping skill activity, discussion and homework. The response of the interdisciplinary health care team, administration and patients has been overwhelmingly positive. I believe this example of nursing leadership in improving access to mental health care by integrating mental and physical health care services is extremely innovative and may serve as a model for other psychiatric nurses and teams.

In conclusion, we don't know what the ultimate psychiatric consequences of the pandemic will be, but this is a time for us to reflect, organize and prepare to contribute to the World Health Organization's (2020b) *Triple Billion Targets* by preventing and treating psychiatric disorders;

addressing social determinants of health through collaborative action; and responding to epidemics, disasters and humanitarian crises.

References

American Psychological Association. (2012). Building your resilience. Retrieved from: https://www.apa.org/topics/resilience

Brown, M. (2021, Mar). Banksy's NHS Covid superhero nurse gift sold for record £16.7m. *The Guardian*: https://www.theguardian.com/artanddesign/2021/mar/23/banksys-nhs-covid-gift-superhero-nurse-sold-for-record-167m.

Campbell, J. (1990). *The hero's journey: Joseph Campbell on his life and work*. New York, New York: Joseph Campbell Foundation.

Everly, G. S., & Lating, J. M. (2017). *The Johns Hopkins guide to psychological first aid.* Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.

Institute of Medicine (US) Committee on the Robert Wood Johnson Foundation Initiative on the Future of Nursing, at the Institute of Medicine. The future of nursing: Leading change, advancing health. Washington (DC): National Academies Press (US); 2011. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK209880/doi: 10.17226/12956

International Council of Nurses (ICN). (2021). The COVID-19 effect: World's nurses facing mass trauma, an immediate danger to the profession and future of our health systems. Retrieved from: https://www.icn.ch/news/covid-19-effect-worlds-nurses-facing-mass-trauma-immediate-danger-profession-and-future-our

Jakovljevic M. (2020). COVID-19 Crisis as a collective hero's journey to better public and global mental health. *Psychiatria Danubina*, *32*(1), 3–5. https://doi.org/10.24869/psyd.2020.3

Kovacevic, R. (2021). Mental health: lessons learned in 2020 for 2021 and forward. World Bank: Investing in Health. Retrieved from: https://blogs.worldbank.org/health/mental-health-lessons-learned-2020-2021-and-forward

Lee, S. W., Yang, J. M., Moon, S. Y., Yoo, I. K., Ha, E. K., Kim, S. Y., Park, U. M., Choi, S., Lee, S.-H., Ahn, Y. M., Kim, J.-M., Koh, H. Y., & Yon, D. K. (2020). Association between mental illness and COVID-19 susceptibility and clinical outcomes in South Korea: A nationwide cohort study. *The Lancet Psychiatry*, *7*(12), 1025–1031. https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30421-1

Li, L., Li, F., Fortunati, F., & Krystal, J. H. (2020). Association of a prior psychiatric diagnosis with mortality among hospitalized patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) infection. *JAMA Network Open*, *3*(9). https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.23282

National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. (2021). The future of nursing 2020-2030: Charting a path to achieve health equity. Washington, DC: The National Academies Press. https://doi.org/10.17226/25982

Peplau, H. (1952, 1991). *Interpersonal Relations in Nursing: A Conceptual Frame of Reference for Psychodynamic Nursing.* New York, New York, Springer Publishing Company, Inc.

Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2014). SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach. HHS Publication No. (SMA) 14-

4884. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration. Retrieved from: https://ncsacw.samhsa.gov/userfiles/files/SAMHSA_Trauma.pdf

Taquet, M., Luciano, S., Geddes, J. R., & Harrison, P. J. (2021). Bidirectional associations between COVID-10 and psychiatric disorder: Retrospective cohort studies of 62,354 COVID-19 cases in the US. *Lancet Psychiatry, 8*(2), 130-140. Doi: 10.1016/S2215-0366(20)30462-4.

Taquet, M., Geddes, J. R., Husain, M., Luciano, S., & Harrison, P. J. (2021). 6-month neurological and psychiatric outcomes in 236 379 survivors of COVID-19: A retrospective cohort study using electronic health records. *The Lancet. Psychiatry*, *8*(5), 416–427. Advance online publication. https://doi-org.proxy1.library.jhu.edu/10.1016/S2215-0366(21)00084-5

World Health Organization. (2020a). *WHO and partners call for urgent investment in nurses.* Retrieved from: https://www.who.int/news/item/07-04-2020-who-and-partners-call-for-urgent-investment-in-nurses

World Health Organization. (2020b). *State of the world's nursing: Investing in education, jobs and leadership.* Geneva: World Health Organization. Retrieved from: https://www.who.int/publications/i/item/9789240003279

Wu, A. W., Connors, C., & Everly, G. S., Jr (2020). COVID-19: Peer support and crisis communication strategies to promote institutional resilience. *Annals of Internal Medicine*, *172*(12), 822–823. https://doi-org.proxy1.library.jhu.edu/10.7326/M20-1236

PANDEMİNİN MATRUŞKASI SALGIN İÇİNDE SALGIN VAR: DEPRESYON VE İNTİHARLAR

Prof. Dr.Tamer AKER
Bilgi Üniversitesi

Ruhsal travmatik yaşantılar ve afetler ülke gündeminde sıklıkla yer alan önemli olaylardır. Doğal, insan kaynaklı veya kaza gibi etkenlerle ortaya çıkabilen bu olaylar, önemli toplum ruh sağlığı sorunlarına yol açmaktadır. COVID-19 pandemisiyle beraber potansiyel ölümcül yeni bir virüsle enfeksiyonun yarattığı belirsizlik özellikle pandeminin başlangıç döneminde insanlarda büyük stres ve kaygı yaratmıştır. Bununla birlikte, kişilerde korku, endişe, çaresizlik, tahammülsüzlük, çökkünlük ve mutsuzluk gibi ruhsal tepkilerin ortaya çıktığı görülmektedir. Kişilerin pandemi öncesi var olan ruhsal sorunları bu süreçte artabileceği gibi, pandemi sırasında ve sonrasında da kişilerde ruh sağlığı sorunları ortaya çıkabileceği unutulmamalıdır. Bu sunumda pandemi döneminde ruh sağlığı konusuna yer verilecektir.

PRESERVING A `CARE-FULL´ AND 'CONFLICT MINIMISED' MILIEU WITHIN PSYCHIATRIC INPATIENT SERVICES DURING PANDEMIC.

Kevin MCKENNA

The COVID-19 pandemic poses some unique challenges within mental health services. While much guidance has emerged, little practical guidance exists regarding the mitigating of potentially conflictual interactions within inpatient mental health settings.

This paper presents a four-tiered framework of preventive measures, including 'primary', 'secondary', 'tertiary' and 'recovery', specifically developed for inpatient mental health services. The framework was developed iteratively through engagement with frontline clinicians and service managers, synthesis of contemporary ethical and evidence-based best practice, and a structured review by international subject experts.

The framework integrates COVID-19 considerations into person-centred care planning, and structures proactive service planning by informing three distinct but interdependent outputs including:

- A critical appraisal of ethical decision making by considering the local service specific relevance and priorities of generic ethical guidance.
- A tiered COVID-19 care pathway that can be easily integrated into local services and existing person-centred care and crisis plans.
- A 'dynamic appraisal of service readiness' which pre-emptively identifies circumstances under which individual units, or services, might encounter particular difficulties.

The framework incorporates ethical and enlightened mental health praxis by aligning an integrated orgianisational response [McKenna 2008] with the core principles of the 'Safewards' model (Bowers 2014) and the trauma informed principles of trust, safety, collaboration, choice and empowerment (Harris and Fallot 2001).

The paper will briefly present the framework, with emphasis on the experiences of implementation in practice, and application of this learning beyond current pandemic.

Bowers, L. (2014) Safewards: a new model of conflict and containment on psychiatric wards, Journal of Mental Health Nursing, 2014. Aug. 21 (6): 499-508

Harris, M. and R.D. Fallot (2001) Using Trauma Theory to Design Service Systems. San Francisco, CA: Jossey Bass.

McKenna K (2008) Linking Service and Safety: together creating safer places of service. Strategy for management of aggression and violence within Irish health services. Dublin. Health Service Executive Available at https://www.hse.ie/eng/staff/resources/hrstrategiesreports/linking-service-safety.pdf

PANDEMİ DÖNEMİNDE İNTERNET BAĞIMLILIĞI

Dr.Öğr.Üyesi Nurgül KARAKURT
Erzurum Teknik Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Fakültesi

Tüm dünyayı etkisi altına alan covıd-19 tedbirleri kapsamında alınan sosyal izolasyon önlemleri bireylerin günlük vakitlerinin büyük bir kısmını evlerinde devam etmelerine sebep olmuştur. Bireylerin evde kaldıkları bu süreçte sosyal etkileşimlerinin azalması birtakım psikolojik ve sosyal problemleri beraberinde getirmiştir. Eğitim faaliyetlerinin kesintiye uğramadan devam edebilmesi, kurumların hizmetlerini sürdürebilmeleri, bireylerin bilgiye hızlı bir şekilde erişebilmeleri ve evde kalınan bu süreçte birçok sosyal aktivitenin gerçekleştirilebilmesi açısından bireylerin yaşamlarını kolaylaştırabilen internet kullanımının COVID-19 pandemi sürecinde yaygınlığı yadsınamayacak derecede artmıştır.

İnternet kullanımının bu denli artması internet bağımlılığı kavramını gündeme getirmiştir. İnternet bağımlılığına geçmeden önce;

BAĞIMLILIK NEDİR?

Kişinin kullandığı bir nesne veya yaptığı bir eylem üzerinde kontrolünü kaybederek onsuz bir yaşam sürdürememeye başlamasıdır

Genellikle bağımlılık denilince akla sigara, alkol, uyuşturucu gibi kimyasal maddeler gelmektedir ancak bunların yanı sıra davranış esaslı bağımlılıklar da söz konusudur. Davranışsal (eylemsel) bağımlılıklar; yeme bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, oyun bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı, internet bağımlılığı vb. bağımlılıkları kapsamaktadır.

İNTERNET BAĞIMLILIĞI

İnternet bağımlılığı'' kavramını ilk olarak 1995'te Dr.Goldberg kullanmıştır. Goldberg DSM-IV'te yer alan madde bağımlılığı ölçütlerini, kontrol edilemeyen internet kullanımına uyarlamıştır.

Young (1998) da patolojik kumar oynama ölçütlerini temel alarak internet bağımlılığı ölçütlerini belirlemiştir.

Bu konuda ''internet bağımlılığı'' terimini çalışmalarında kullanmaya başlayan Goldberg(1995) ve Young(1998) daha sonraları ''patolojik internet kullanımı'' kavramını kullanmışlardır.

Young, internet bağımlılığı tanısı konulabilmesi için tanımlanan sekiz ölçütten beşinin karşılanmasını yeterli görmüştür.

Young'un internet bağımlılığı ölçütleri:

1. internet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılması planlanan bir sonraki etkinliği düşünme, vb.),
2. istenilen keyfi almak için giderek daha fazla oranda internet kullanma gereksinmesi duyma,
3. internet kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması,
4. internet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, çökkünlük veya kızgınlık hissedilmesi,
5. Başlangıçta planlanandan daha uzun süre internette kalma,
6. Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşama, eğitim veya kariyer ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atma ya da kaybetme,
7. Başkalarına (aile, arkadaşlar, terapist, vb.) internette kalma süresi ile ilgili yalan söyleme,
8. interneti sorunlardan kaçmak veya olumsuz duygulardan (örneğin, çaresizlik, suçluluk, çökkünlük, kaygı) uzaklaşmak için kullanma.

İNTERNET BAĞIMLILIĞININ BELİRTİLERİ ŞU ŞEKİLDE SIRALANABİLİR;

- Bireylerin internet kullanımlarını kontrol etmekte güçlük yaşamaları, gün içerisinde internetten uzak kaldıkları zamanlarda zihinsel olarak sürekli internetle meşgul olmaları
- İnternete bağlı kaldığı süreyi kısıtlamaya çalıştığı halde bunu bir türlü başaramama
- İnternet bağlantısının sıklıkla kontrol edilmesi
- İnternette aşırı vakit geçirme nedeni ile okul, aile iş hayatı olumsuz şekilde etkilenmeye başladığı halde kullanımı sürdürme,
- İnternet bağlantısının kullanıldığı cihazları yanından ayıramama (Akıllı telefon tablet, bilgisayar vs.)
- Yüz yüze iletişimin sınırlı tutulması ve akıllı cihazlarla iletişimin tercih edilmesi
- İnternet bağlantısının kullanıldığı cihazlar için çok para harcama
- İnternete erişilemediğinde öfke, sinirlilik ve saldırganlık gibi yoksunluk durumlarının ortaya çıkması
- İnternete bağlı kalabilmek için aileye ya da yakınlara VAKİT AYIRMAMA gibi davranışlar…

İLETİŞİMDE İNTERNET BAĞIMLILIĞI

Covıd-19 pandemisi sürecinde bireylerin gerçek yaşamlarında kişilerarası ilişkiler kurmakta zorluk yaşamaları ve bu ihtiyaçlarını internet üzerinden gidermeye çalışmaları beraberinde problemli internet kullanımı açısından risk oluşturduğu söylenebilir.

Aynı şekilde caplan da bireylerin gerçek yaşamda kendilerini yalnız hissetmelerinin, sosyal becerilerde yetersiz olmalarının problemli internet kullanımına neden olabileceğini ifade etmiştir.

AİLE İLİŞKİLERİNDE İNTERNET BAĞIMLILIĞI

Ailenin bir arada olduğu durumda, kişinin başkalarının varlığını dikkate almayarak acil bir durum olmadığı halde internet ile meşgul olması aile üyelerini öfkelendirip onların tepki vermelerine yol açabilir. Çünkü insanlar mobil cihazlarını mesajlar, sosyal medya, haber güncellemeleri veya diğer uygulamalar için kontrol ettiklerinde, muhtemelen sözlü ve sözlü olmayan davranışlarla diğerlerini yok sayacaklardır.

SAĞLIĞA ETKİLERİ

İnternetle meşgul olan birey bazı gereksinimlerini zamanında karşılamayı erteler ve bu ertelemenin tekrarlanması da fizyolojik, bilişsel ve sosyal sorunların oluşmasına sebep olmaktadır.

Telefonun kötüye kullanımının fiziksel ve psikolojik sonuçları arasında; kas-iskelet sistemi ile ilgili bozukluklar, ağrı, günlük rutinlerdeki bozulma, uyku bozuklukları, fiziksel aktivitenin azalması, stres, yoksunluk, akademik performansın azalması, yalnızlık ve iletişim becerilerindeki sorunlar, aile ve sosyal ilişkilerde değişiklikler bulunmaktadır.

BU KAPSAMDA;

Covıd-19 pandemisi sürecinde bireylerin sosyal etkileşimlerinin azalması, sosyal destek mekanizmalarının güçsüzleşmesi, hareketsiz kalmaları ve psikolojik olarak problemler yaşamaları problemli internet kullanımı açısından risk oluşturabileceğine yönelik çalışmalar yapılmıştır.

Ayrıca Bireylerin COVID-19 pandemisi sürecinde yaşadıkları bu psiko-sosyal belirtiler problemli internet kullanımı riskini oluşturabileceğine ve bireylerin problemli internet

kullanımı durumunu yaşamaları sonucunda ise farklı olumsuz psiko-sosyal belirtiler yaşamalarına neden olabileceğine dair çalışmalarda mevcuttur.

Bu döngünün devam etmesi bireylerin COVID-19 pandemisi sürecinde internet bağımlılığı konusunda psiko-sosyal olarak olumsuz durumlar yaşamasına neden olabileceğini ve bu durumun bireylerin ruh sağlığı açısından risk oluşturabileceğini gözler önüne sergilemektedir.

AYRICA YAPILAN ÇALIŞMALAR;

Sokağa çıkma kısıtlılıkları ve sosyal izolasyon önerileri özellikle çevrimiçi oyun gibi dijital eğlence tüketimini arttırdığı AYRICA çevrimiçi oyun etkinliğinde ve oyun ile ilgili internet trafiğinde yaklaşık %70'lik artış olduğunu bildirmiştir.

Özellikle sosyal izolasyonun ve evde kalmanın önerildiği bu dönemde stresi hafifletmek için sağlıksız oyun kalıpları geliştirilmesi, uyku düzeninin bozulması ve sedanter davranışların artması aşırı oyun oynaması ile fark edilmeyen bir kısır döngüye dönüşebilmekte OLDUĞUNA DAİR ÇALIŞMALAR MEVCUTTUR.

Lin ve arkadaşlarının morfometrik MRI çalışmasında internet oyun bağımlılarının bilateral inferior frontal girus, sol singulat girus, insula, sağ prekuneus ve sağ hipokampuslarında azalmış gri cevher hacmi, inferior frontal girus, insula, amygdala ve ön singulatlarında azalmış beyaz cevher hacmine rastlanmıştır. Araştırmacılar bu bölgelerin davranışal inhibisyon, karar verme, emosyonel düzenleme ile ilgili olduğunu ve internet oyunu oynama bozukluğu olanlarda bu nöropsikolojik işlevlerde bozukluk olabileceğini iddia etmişlerdir.

ÇALIŞMALARDA DİKKAT ÇEKEN VE YAYGINLIĞI ARTAN İNTERNET BAĞIMLILIK TÜRLERİNDEN BAZILARI İSE;

- İnternet kumar bağımlılığı;
- İnternet porno bağımlılığı;
- Siber-Shopping / internetten alışveriş yapma bağımlılığı;
- Siberkondria/Sağlıkla ilişkili aşırı internet kullanımı
- Problematik cep telefonu kullanımı;.

BU TÜR internet bağımlılığı oranlarında da pandemi sürecinde oldukça yükseldiği yapılan çalışmalarda vurgulanmıştır.

Ailelerin söylediklerinden ziyade yaptıklarıyla şekil alan çocukların da gözünün önünde sürekli İNTERNETLE ilgilenen ebeveynler çocuklarını ihmal etmelerinin yanı sıra teknolojik cihazlara olan ilgiyi arttırdıklarına dair çalışmalarda İNTERNET BAĞIMLILIĞININ ÇOCUKLARDAKİ durumuna dikkat çekmektedir.

Ayrıca; Ebeveynlerinde depresyon öyküsü olan çocuk ve ergenlerde internet bağımlılığının daha sık OLDUĞUNA DAİR ÇALIŞMALARDA MEVCUTTUR.

Yaşam doyumunun ve özdenetimin düşük olması, kendini baskılayamama, daha az işbirliği kurma, grup çalışmasında zorlanma, depresif mizaç, anksiyete ve somatizasyonun yüksek olması çocuk ve ergenlerde internet bağımlılığı riskini arttırıyor olabileceğine DAİR ÇALIŞMALARDA YER ALMAKTADIR.

OLGU SUNUMU;

Olgu 16 yaşında erkek hasta çocuk ve ergen psikiyatrisi polikliniğine babası ve emniyet güçleri ile beraber acil olarak başvurur. Ev içinde ailesine yönelik saldırgan davranışları bulunan olgunun son 2 yıldır, internet üzerinden oynanan çevrimiçi bir oyun oynadığı, gitgide bilgisayar başında geçirdiği sürenin arttığı, son olarak günde 20 saat kadar bu oyunu oynadığı, evden çıkmadığı, okulu bıraktığı, uyku süresinin azaldığı, sadece yemek yemek için ara verdiği ya da bazen odasında yemeğini yediği öğrenilmiş. Bilgisayar başında sürekli bir şeyler atıştırdığı için son 1 yılda 20 kg kadar kilo almış. vücut ağırlığı 92 kg'a ulaşmış.

İnternetin kesildiği ya da aile tarafından bilgisayara sınır konulduğu zaman eşya ve aile üyelerine yönelik saldırganlığı olduğu öğrenilir. Aile üyeleri ile daha az iletişim kurduğu, hiçbir arkadaşıyla görüşmediği, hiçbir sosyal faaliyete katılmadığı bildirilmiş. Gelişim öyküsü normal olan hastanın, aileden ve kendisinden alınan geçmişe yönelik bilgilere göre hastada otizm spektrum bozukluğu, obsesif kompülsif bozukluk, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu, madde kullanım bozukluğu, duygudurum bozukluğu gibi internet ve oyun bağımlılığında sık olarak görülebilen bozukluklar düşünülmemiş. Fakat sosyal anksiyete bozukluğu boyutunda olmasa da eskiden beri biraz çekingen ve içe kapanık olduğu bildirilmiş. Psikiyatrik muayenesinde oldukça anksiyöz görünen hastanın kendine bakımı azalmış.

Afekti kısmen donuk, düşünce içeriği kısıtlı, kısık ses tonuyla konuşup ve düşünce akışı yavaşlamış. düşünce içeriğinde intihar düşünceleri ya da depresif temalar mevcut değil fakat oyundan ayrı kalmak ile ilgili korku ve endişelerden bahsettiği vurgulanmış. Algı bozukluğu tariflenmeyip. soyutlama, yargılama, kısa-uzun süreli bellek muayenelerinde bozulma

saptanmamış. İç görüsü kısmen mevcut olup fazla oyun oynadığının farkında olup bırakma konusunda motivasyonun olmadığı ve bu durumun okul, aile işlevselliğine verdiği zararın farkında olmayıp oyun ve internetten uzak kaldığında anksiyete artışı, çarpıntı, ellerde titreme, göğüste sıkışma hissi, sinirlilik tariflenmiş.

Bundan dolayı bilgisayardan uzak kalabileceği bir yere gitmiyormuş. Saldırganlık, aşırı oyun oynama, işlevsellikte ve sağlığında bozulma, anksiyete artışı olan olgu prodromal psikotik bozukluk ve internet oyun bağımlılığı ön tanılarıyla, ailesinin onayı ile çocuk ve ergen psikiyatrisi servisine yatırılarak bilişsel davranışçı yaklaşım, psikofarmakolojik tedavi ile halen takip edilmeye başlanmıştır.

YAPILAN ÇALIŞMALAR VE OLGU SUNUMU DURUMUN CİDDİYETİNİ GÖZLER ÖNÜNE SERERKEN PEKİ NELER YAPILABİLİR?

Patolojik ve problematik internet kullanımı ile normal internet kullanımını ayırmak zor olabilir.

Sağlıklı internet kullanımı olan bireyler, yüz yüze yaşantılarıyla sanal yaşantılarını bütünleştirmişlerdir, internet üzerindeki hayatlarından gerçek hayattaki aile ve arkadaşlarına söz etmektedirler, internet ortamına kendi gerçek kimlikleri, ilgileri ve becerileri ile katılmaktadırlar, internette konuştuğu insanlarla normal yaşantılarında da görüşürler, gerçek dünyadan tanıdıkları kişilerle aynı zamanda e-posta ya da sohbet ortamlarında da ilişkiye geçerler.

İnternet bağımlılığı ve ilişkili bozukluklar yavaş ve sinsice gelişen bozukluklardır. İnterneti kişinin hayatından tamamen çıkarmak mümkün olmadığından ve teknolojinin faydalarından yararlanmak da adına koruyucu önlemler büyük öneme sahiptir.

BU KAPSAMDA;

Öncelikle kişinin bunu bir sorun olarak kabul etmesi ve bu durumla ilgili bir farkındalık geliştirmesi çok önemlidir. Bağımlılık neye olursa olsun bağımlıktır. Kişinin hayatındaki hangi boşluğun ikamesi olarak İNTERNETİ kullandığını ve ona bağımlı olduğunu anlaması, o konuda hayatını değiştirip dönüştürmesi ya da yenilemesi için bir fırsat olabilir.

BİREYDE internet ile ilişkili;

- Tolerans, çekilme belirtileri,
- Aşırı meşguliyet,
- İşlevsellik kaybı,
- Okul ya da işin aksatılması,

- Kontrol kaybı,
- Engellendiğinde agresyon ya da kendine zarar verme düşünceleri
- Uyku ve beslenmeyi engelleyecek düzeyde

internet kullanımı olup olmadığı sorgulanmalıdır.

BU TESPİTLERDEN SONRA İNTERNET KULLANIMINDA BAĞIMLILIĞA GİTMEMESİNE YÖNELİK NELER ÖNERİLEBİLİR?

- Ekran zamanının bilincinde olmak, akıllı telefon, bilgisayar, televizyon veya video oyun konsolu gibi ekranlı tüm cihazların kullanılması için harcanan süreyi düzenlemek
- Teknolojiden bağımsız etkinliklerde bulunurken cihazları ulaşılması zor yerlere koymak ve cihazların bildirimleri ve ilişkili seslerini kapatmak
- Çalar saat, kol saati gibi analog teknik araçların kullanılması
- Çevrimiçi etkinlikleri kontrol etmekte önemli zorluklar yaşanıyorsa bağımlılık sınırına gelmeden yardım isteyebilmek veya bu kapsamda kendine sınırlar koyabilmek çok önemlidir.
- Pandemi sürecinde teknoloji kullanımı konusunda belirtilen bu öneriler KAPSAMINDA TEKNOLOJİ DETOKSU KAVRAMI GÜN YÜZÜNE ÇIKMAKTADIR.

TEKNOLOJİ DETOKSU!

Teknoloji detoksu' yapmak İNTERNET BAĞIMLILIĞINDA iyi bir çözüm olabilir. Teknoloji size değil, siz ona hükmedin ve hiç olmazsa ara sıra hayatınızdan teknolojiyi çıkarın ve çıkardığınızdaki halinizi gözlemleyin

Peki çocukları İNTERNET BAĞIMLILIĞINDAN korumak için neler yapabilirizzz?????

ÇOCUKLAR İÇİN NELER YAPILABİLİR?

- Çocukların davranışlarının izlenmesi ve düzenlenmesi çok önemlidir ve en önemli davranış kural koyarak düzenlemeler yapılmasıdır.
- Ebeveynler rol modelidir; sosyal medya kullanımı, internette amaçsız sörf gibi kendi teknoloji kullanımları ile ilgili davranışlarını düzenlemek, çocukların da kendi kontrolünü sağlamasına yardımcı olabilir.
- Ebeveynler ayrıca çocuklarının teknoloji alışkanlıklarına aktif olarak katılmaları önerilir. Ebeveynlerin bu konuda istekli olması, çocukların kontrol edilebilir teknoloji kullanımını arttırmasına ve aşırı kullanımlarını düzenlemelerine yardımcı olacaktır.
- Laptop yerine taşınamayan masa üstü bilgisayarların kullanımı,
- Bilgisayarın salon ya da oturma odası gibi yalnız kalınmayan ve açık bir ortamda olması,
- Ebeveynlerin İNTERNETİ eğlence, rahatlama, stres azaltma için değil, iş, yerinde sosyal iletişim, bankacılık hizmetleri, eğitim gibi yararlı ve günlük pratiği kolaylaştıracak şekilde kullanmaları ve çocuğu da bu yönde teşvik etmeleri,
- Wifi bağlantının sürekli açık olmaması, bilgisayarın sürekli açık olmaması
- İnternet ya da oyun için zaman ve sınır kurallarına mutlaka uyulması,
- Aile içi iletişimin arttırılması,
- Ebeveynlerin çocuğun uygun ve yararlı şekilde internet kullanmasını desteklemesi ve bununla ilgili olumlu geri bildirim vermesi,
- İnternet filtresi kullanılması öneriler arasında sıralanabilir.

- BUNUN DIŞINDA…..

ÇOCUĞUMUZU OYUNA YÖNLENDİRELİM…

Çocuğun doğal dürtülerinden biri olan oyun, kendiliğinden şekillenen, onun öğrenmesini, geliştirmesini ve enerjisini atmasını sağlayan keyifli bir etkinliktir. Çocuk oyun oynarken çevresindeki pek çok kişiyi taklit eder. Bu da onlara yaşam tecrübesini arttırmak için olanak sağlar.

BIZLERIN NASIL BIR IŞI VARSA VE HER SABAH GIDIP BÜYÜK BIR CIDDIYETLE ÇALIŞIYORSAK, ÇOCUKLARIMIZIN IŞININ DE OYUN OLDUĞUNU ASLA UNUTMAYALIM.

Oyun yoluyla çocuk, bir toplum içinde yaşamanın kurallarını, paylaşmayı, yardımlaşmayı, saygı göstermeyi öğrenir. Çocuğa kendini rahat ve huzurlu olabileceği bir oyun ortamı oluşturmak önemlidir. Böyle bir ortamda çocuk yaş özelliklerine göre bazen bir arkadaşıyla, bazen büyükleriyle, bazen de tek başına oynamayı tercih eder. Oyun yoluyla zihinsel, bilişsel, sosyal ve dil gelişimlerini hızlandırır.

BİZLERE DÜŞEN ÇOCUKLARA Evde uygun oyun ortamı sağlamaktır. Burada en büyük görev ebevynlere düşmektedir. Anne babaların çocuğun oyununa saygı göstermeyi, zaman zaman yalnız, isterse arkadaşları ile oynaması için fırsatlar oluşturmayı en önemlisi de onunla başbaşa oyun oynamayı unutmaması gerekir. Bizler çocuklarımıza oyun yoluyla bazı sorumlulukları aşılayabilir ya da kuralları öğretebiliriz.

SON SÖZLER…

Günümüz çocukları teknolojinin içinde doğuyor. Bunu hepimiz biliyoruz. Şimdi bu durumu bizlerin nasıl yorumladığını daha iyi anlamak için başka bir gerçeği daha ortaya koymak lazım: Biz teknolojinin içinde doğmadık. Hepimiz yaş kemale erdikten sonraki dönemde, yani lise ve üniversite yıllarında ya da iş hayatına yeni atıldığımız dönemlerde tanıştık teknolojiyle. Belki bu yüzden küçücük çocukların hatta el kadar bebelerin teknolojiyle ilişki kurmasından şaşkınlıkla karışık -ilk kez gördüğümüzden olsa gerek- tuhaf bir zevk alıyoruz.

ÇOK FARKLI VE ZEKİ BIR NESİL YETİŞİYOR DUYGUSU KAPLIYOR İÇİMİZİ. BELKİ BU YÜZDEN BİR SÜRÜ ANNE BABA, “OĞLUM 3 YAŞINDA TAM BİR PROFESYONEL GOOGLE KULLANICISI”, “BİZİMKİ EGİTİCİ ÇİZGİ FİLMLER İZLİYOR, ÇOK FAYDASI VAR” GİBİ TUHAF GURURLANMALAR YAŞIYORUZ.

Çocukların gelişim çağında teknolojiye (televizyon, bilgisayarlar, cep telefonları, tabletler) uzun saatler maruz kalmasının zararlarıyla (gelişimi ve öğrenmeyi olumsuz etkilemesi, obezite ve saldırganlığa sebep olması, radyasyon emisyonu vs.) ilgili çok sayıda araştırma yayınlanmaktadır.

Ancak, buna rağmen çocuğunu teknolojiden uzak tutmak için çaba gösteren çok az sayıda anne baba var. Aksine çocuğuna dördüncü ya da beşinci yaş gününde tablet almayı hayal eden anne baba sayısı hiç de az değil.

Dünyada ve ülkemizde pek çok anne-baba teknolojiyle çocuklarını yarıştırıp, gidecekleri okulların sınıflarının televizyon, bilgisayarlarla donatılması konusunda istekte buluna dursun, teknolojinin ana vatanı Silikon Vadisi’nin göbeğinde E-Bay, Google, Apple, Yahoo ve Hewlett-

Packard gibi teknoloji devlerinin çocuklarını göndermeyi tercih ettikleri bir okul, kendini teknolojiden tamamen arındırmayı seçiyor. Bu okul, Waldorf School of the Peninsula.

Bu okulda hiç teknoloji yok. Bilgisayar ekranı, televizyon ya da akıllı tahtalar yerine eski karatahtalar, tebeşirler, kağıt ve kalem var. Öğrenmenin diğer temel malzemeleri ise örgü ve dikiş iğneleri ve bazen de çamur. Bunun dışında bolca oyun odaklı öğrenme ve hikaye anlatma var.

Sonuç olarak; çocuğun anne-babasıyla geçireceği vaktin yerini hiçbir teknolojik (öğretici diyerek gururlandığımız çizgi filmler, bilgisayarlar) ürün almamalı. Çünkü teknolojik ürünler (televizyon, bilgisayar, tablet vb.) çocuğunuzu hissedemez, dokunamaz, şevkatle saramaz, sevgiyle kucaklayamaz, gözünün içine bakarak ne istediğini ne istemediğini anlayamaz….

KAYNAKLAR

1. Abel, T., & McQueen, D. (2020). The COVID-19 pandemic calls for spatial distancing and social closeness: not for social distancing! International Journal of Public Health, 1(1).
2. Açıkgöz, Ö., & Günay, A. (2020). The early impact of the Covid-19 pandemic on the global and Turkish economy. Turkish Journal of Medical Sciences, 50, 520–526.
3. American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (2013) American Psychiatric Association, Arlington, VA.
4. Arısoy Ö (2009) İnternet bağımlılığı ve tedavisi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar 1:55-67.
5. Atmaca M (2007) A case of problematic Internet use successfully treated with an SSRI–antipsychotic combination. Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry 31: 961-962.
6. Alimoğlu, O., & Erol, C. I. (2020). Covid-19 pandemisi sırasında genel cerrahi uygulamalarına yaklaşım. Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi, 25(1), 102–110.
7. Avşaroğlu, S., & Akbulut, Ö. F. (2020). Sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. International Social Sciences Studies Journal, 6(65), 2879–2902.
8. Batıgün AD, Hasta D (2010) İnternet bağımlılığı: yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. Anadolu Psikiyatri Dergisi 11:213-219.
9. Bilge, Y., & 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.
10. Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. The Lancet, 395, 912–920.
11. Elhai, J. D., Yang, H., McKay, D., & Asmundson, G. J. (2020). COVID-19 anxiety symptoms associated with problematic smartphone use severity in Chinese adults. Journal of Affective Disorders, 274, 576–582.
12. Eskici, G. (2020). Covid-19 pandemisi: Karantina için beslenme önerileri. Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi, 25(1), 124–129.
13. Güner, H. R., Hasanoğlu, İ., & Aktaş, F. (2020). COVID-19: Prevention and control measures in community. Turkish Journal of Medical Sciences, 50, 571–577.
14. Hatun, O., Dicle, A. N., & Demirci, İ. (2020). Koronavirüs Salgınının Psikolojik Yansımaları ve Salgınla Başa Çıkma. Electronic Turkish Studies, 15(4), 531–554.

15. King, D. L., Delfabbro, P. H., Billieux, J., & Potenza, M. N. (2020). Problematic online gaming and the COVID19 pandemic. Journal of Behavioral Addictions.
16. Király, O., Potenza, M. N., Stein, D. J., King, D. L., Hodgins, D. C., Saunders, J. B., & Abbott, M. W. (2020). Preventing problematic internet use during the COVID-19 pandemic: Consensus guidance. Comprehensive Psychiatry, 100, 1–4.
17. Ko, C. H., Yen, J. Y., Chen, C. C., Chen, S. H., & Yen, C. F. (2005). Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents. The Journal of Nervous and Mental Disease, 193(11), 728–733.
18. LaRose, R., Lin, C. A., & Eastin, M. S. (2003). Unregulated Internet usage: Addiction, habit, or deficient selfregulation? Media Psychology, 5(3), 225–253.
19. Lepido Daniele, Rolander Niclas. Fortnite Gamers Stuck at Home Strain Italy's Network [Internet]. Bloomberg. 2020 [cited 2020 Jun 26]. Available from: https://www.bloomberg.com/news/articles/20 20-03-12/housebound-italian-kids-strain-net work-with-fortnite-marathon
20. Li, C., Dang, J., Zhang, X., Zhang, Q., & Guo, J. (2014). Internet addiction among Chinese adolescents: The effect of parental behavior and self-control. Computers in Human Behavior, 41, 1–7.
21. Liu, C. Y., & Kuo, F. (2008). A study of internet addiction through the lens of the interpersonal theory. Cyberpsychology & Behavior, 10(6), 799–804.
22. Milli Eğitim Bakanlığı. (2020). Salgın hastalık dönemlerinde psikolojik sağlamlığımızı korumak. http://www.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2020_03/30112459_ailecocuk.pdf
23. Nazlı, S. (2018). Aile danışmanlığı. Anı. Ögel, K. (2012). İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
24. Özdemir, Y., Kuzucu, Y., & Ak, Ş. (2014). Depression, loneliness and internet addiction: How important is low self-control? Computers in Human Behavior, 34, 284–290.
25. Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. General Psychiatry, 33(2), 1–3.
26. Öztabak, M. Ü. (2018). Problemli İnternet Kullanımı Olan Ergenlerin İnternet Kullanımına İlişkin Duygu ve Görüşlerinin İncelenmesi. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 8(15), 1022–1055.
27. Patrick Shanley. Gaming Usage Up 75 Percent Amid Coronavirus Outbreak, Verizon Reports [Internet]. Hollywood Reporter. 2020 [cited 2020 Jun 26]. Available from: https://www.hollywoodreporter.com/news/ga ming-usage-up-75-percent-coronavirus-outb reak-verizon-reports-1285140
28. Razzoli M, Pearson C, Crow S, Bartolomucci A. Stress, overeating, and obesity: Insights from human studies and preclinical models. Neurosci Biobehav Rev. 2017;76:154–62.
29. Stephen Bijan. Twitch viewership is up because of global coronavirus lockdowns [Internet]. The Verge. 2020 [cited 2020 Jun 26]. Available from: https://www.theverge. com/2020/3/18/21185114/twitch-youtube-live streaming-streamelements-coronavirus-quar antine-viewership-numbers

30. Şen, E. (2020). Global virus of the digital village Covid-19 and senism. Avrasya Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi, 7(3), 176–204.

INTERNET ADDICTION DURING THE PANDEMIC

Asisstant Professor Nurgül KARAKURT

Erzurum Technical University/Faculty Of Health Sciences

The social isolation measures taken within the scope of the covid-19 measures that affect the whole world have caused individuals to continue at home for a large part of their daily time. The decrease in social interactions of individuals during this period of staying at home has brought along some psychological and social problems. İnstitutions' ability to continue their services, individuals can access information quickly and in this process of staying at home, many social activities realization the prevalence of internet use, which can make individuals' lives easier, has increased undeniably during the COVID-19 pandemic process.

The increase in internet use has brought the concept of internet addiction to the agenda before switching to internet addiction;

WHAT IS ADDICTION?

It is when a person loses control over an object they use or an action they do, and they cannot live without it.

Chemical substances such as cigarettes, alcohol, and drugs usually come to mind when addiction is mentioned, but there are also behavioral-based addictions. Behavioral (operational) addictions; food addiction, shopping addiction, game addiction, computer addiction, internet addiction etc. includes dependencies.**?**

INTERNET ADDICTION

The concept of "Internet addiction" was first used by Dr. Goldberg in 1995. Goldberg adapted the substance addiction criteria in the DSM-IV to uncontrolled internet use.

Young (1998) also determined criteria for internet addiction based on criteria for pathological gambling.

Goldberg (1995) and Young (1998), who started to use the term "internet addiction" in their studies on this subject, later used the concept of "pathological internet use".

Young deemed it sufficient to meet five of the eight criteria defined for the diagnosis of internet addiction.

Young's criteria for internet addiction:

1. excessive mental preoccupation with the Internet (constantly thinking about the Internet, daydreaming about activities done on the Internet, thinking about the next activity planned on the Internet, etc.),

2. needing to use the internet more and more to get the desired enjoyment,

Unsuccessful attempts to control, reduce, or stop internet use

4. Feeling restless, depressed or angry when internet use is reduced or completely stopped,

5. Staying on the Internet longer than originally planned,

6. Having problems with family, school, work and friends, jeopardizing or losing an education or career opportunity due to excessive internet use,

7. Lying to others (family, friends, therapist, etc.) about the time spent on the Internet,

8. Using the Internet to escape from problems or to distract from negative emotions (for example, helplessness, guilt, depression, anxiety).

SYMPTOMS OF INTERNET ADDICTION CAN BE RANKED AS FOLLOWS;

• Individuals having difficulty in controlling their internet use, being mentally busy with the internet during the day when they are away from the internet.

• inability to do so despite trying to limit the time he/she stays connected to the internet.

• Frequent checking of internet connection

• Continuing to use the ınternet even though school, family and work life are negatively affected due to excessive time spent on the ınternet,

• Not being able to separate the devices that use the internet connection (smart phone, tablet, computer, etc.)

• Limiting face-to-face communication and preferring communication with smart devices

• Don't spend a lot of money on devices using internet connection

• The emergence of deprivation states such as anger, irritability and aggression when the ınternet is not accessible

• Behaviors such as not takıng tıme with family or relatives to stay connected to the ınternet.

INTERNET ADDICTION IN COMMUNICATION

It can be said that during the Covid-19 pandemic, individuals have difficulties in establishing interpersonal relationships in their real lives and trying to meet these needs over the internet poses a risk in terms of problematic internet use.

Likewise, Caplan stated that individuals' feeling lonely in real life and their inadequacy in social skills may cause problematic internet use.

INTERNET ADDICTION IN FAMILY RELATIONS

In the situation where the family is together, the person's preoccupation with the Internet without taking into account the presence of others, even though it is not an emergency, may anger the family members and cause them to react. Because when people check their mobile devices for messages, social media, news updates or other apps, they will likely ignore others with verbal and nonverbal behavior.

EFFECTS ON HEALTH

The individual who is busy with the ınternet postpones meeting some of his needs on time, and the repetition of this delay causes physiological, cognitive and social problems.

The physical and psychological consequences of phone abuse include; musculoskeletal disorders, pain, disruption in daily routines, sleep disorders, decreased physical activity, stress, deprivation, decreased academic performance, loneliness and problems in communication skills, changes in family and social relationships

IN THIS SCOPE;

During the covıd-19 pandemic, studies have been conducted to suggest that individuals' reduced social interactions, weakening of social support mechanisms, being inactive and experiencing psychological problems may pose a risk in terms of problematic internet use.

İn addition, there are studies showing that these psycho-social symptoms experienced by individuals during the covıd-19 pandemic may create the risk of problematic internet use and that individuals experience different negative psycho-social symptoms as a result of experiencing problematic internet use.

The continuation of this cycle reveals that individuals may experience psycho-socially negative situations regarding internet addiction during the covıd-19 pandemic, and this situation may pose a risk for individuals' mental health.

ALSO WORKS DONE;

Curfews and social isolation recommendations increase the consumption of digital entertainment, especially online gaming, also reported an approximately 70% increase in online gaming activity and gaming-related internet traffic.

There are studies showing that developing unhealthy play patterns, disrupting sleep patterns and increasing sedentary behaviors can turn into an unnoticed vicious circle, especially in this period when social isolation and staying at home are recommended.

İn the morphometric mrı study of lin et al., decreased gray matter volume in the bilateral inferior frontal gyrus, left cingulate gyrus, insula, right precuneus and right hippocampus, and decreased white matter volume in the inferior frontal gyrus, insula, amygdala and anterior cingulates of internet game addicts were found. researchers have claimed that these regions are related to behavioral inhibition, decision making, and emotional regulation and that these neuropsychological functions may be impaired in those with internet gaming disorder.

SOME OF THE TYPES OF INTERNET ADDICTIONS THAT ATTRACTED ATTENTION AND INCREASED IN THE WORKS;

- Internet gambling addiction;
- Internet porn addiction;
- Cyber-shopping / online shopping addiction;
- Cyberchondria/health-related excessive internet use
- Problematic cell phone use;

It has been emphasized in studies that such internet addiction rates have increased considerably during the pandemic process.

Parents who are constantly interested in the INTERNET in front of their children, who are shaped by what their families do rather than what they say, draw attention to the situation

of INTERNET ADDICTION IN CHILDREN in studies that show that they increase the interest in technological devices as well as neglecting their children.

Also; There are studies showing that internet addiction is more common in children and adolescents whose parents have a history of depression.

It has been included in the studies that low life satisfaction and self-control, inability to suppress oneself, less cooperation, difficulty in group work, high depressive temperament, anxiety and somatization may increase the risk of internet addiction in children and adolescents.

CASE REPORT;

Case A 16-year-old male patient urgently applies to the child and adolescent psychiatry outpatient clinic with his father and security forces. The case, who had aggressive behaviors towards his family at home, has been playing an online game played on the internet for the last 2 years, the time spent in front of the computer gradually increased, he played this game for 20 hours a day, he did not leave the house, he dropped out of school, his sleep time decreased, he only had to eat. It has been learned that he takes a break for lunch or sometimes eats in his room. He gained 20 kg in the last 1 year because he was constantly snacking on the computer. body weight reached 92 kg.

When the internet is cut off or the computer is limited by the family, it is learned that he has aggression towards things and family members. It was reported that he communicated less with his family members, did not see any of his friends, and did not participate in any social activities. According to the history of the patient with a normal developmental history, from the family and from him, disorders that can be seen frequently in internet and game addiction such as autism spectrum disorder, obsessive compulsive disorder, attention deficit hyperactivity disorder, substance use disorder, mood disorder were not considered. However, although not in the dimension of social anxiety disorder, it has been reported that he was a bit shy and introverted for a long time. The patient, who appeared quite anxious in his psychiatric examination, had decreased self-care.

His affect is partially dull, his thought content is limited, he speaks in a low tone and his thought flow is slowed down. There are no suicidal thoughts or depressive themes in his thought content, but it is emphasized that he talks about fears and worries about staying away from the game. Perception disorder is not described. No impairment was detected in abstraction, judgment, and short-long-term memory examinations. Anxiety, palpitations, tremors in the hands, a feeling of tightness in the chest, and irritability were described when the insight is

partially present and when he is aware of playing too much and has no motivation to quit, and when he is not aware of the damage it causes to school and family functionality, and stays away from games and the internet.

That's why she didn't go to a place where she could stay away from the computer. The patient with aggression, excessive gaming, deterioration in functionality and health, increased anxiety was admitted to the child and adolescent psychiatry service with the pre-diagnoses of prodromal psychotic disorder and internet game addiction, with the approval of his family, and is still being followed up with a cognitive behavioral approach and psychopharmacological treatment.

WHAT CAN BE DONE WHEN THE STUDIES AND CASE REPORT LOOK AT THE SERIOUS CONDITION?

It can be difficult to distinguish between pathological and problematic internet use and normal internet use.

Individuals with healthy internet use have integrated their face-to-face lives with their virtual lives, they talk about their lives on the internet with their family and friends in real life, they participate in the internet environment with their real identities, interests and skills, they meet with people they talk to on the internet in their normal lives, they also talk to people they know from the real world. They also interact in e-mail or chat environments.

Internet addiction and related disorders are disorders that develop slowly and insidiously. Since it is not possible to completely remove the Internet from one's life, protective measures are of great importance in order to benefit from the benefits of technology.

IN THIS SCOPE;

First of all, it is very important for the person to accept this as a problem and develop an awareness of this situation. Addiction is addiction no matter what. It can be an opportunity for a person to understand which gap in his life he uses and is dependent on the INTERNET as a substitute, to change, transform or renew his life in that regard.

associated with the Internet in an INDIVIDUAL;

- Tolerance, withdrawal symptoms,
- Excessive preoccupation,
- Loss of functionality,
- Disruption of school or work,

• Loss of control,

• Thoughts of aggression or self-harm when inhibited

• At a level that interferes with sleep and nutrition

Internet use should be questioned.

AFTER THESE FINDINGS, WHAT CAN BE RECOMMENDED FOR NOT GOING TO DEPENDENCE ON INTERNET USE?

- Being conscious of screen time, regulating the time spent using all devices with screens such as smartphones, computers, televisions or video game consoles.
- Putting devices in hard-to-reach places and turning off notifications and associated sounds of devices when engaging in tech-independent activities
- Using analog technical tools such as alarm clock, wrist watch
- If there are significant difficulties in controlling online activities, it is very important to be able to ask for help before reaching the limit of addiction or to set limits in this context.
- THE CONCEPT OF TECHNOLOGY DETOX IS COMING TO THE SUNDAY WITHIN THE SCOPE of these recommendations regarding the use of technology during the pandemic process

TECHNOLOGY DETOX!

Doing a 'technology detox' can be a good solution to INTERNET ADDICTION. Technology does not dominate you, you dominate it and at least occasionally remove technology from your life and observe what you do when you remove it.

So what can we do to protect children from INTERNET ADDICTION?????

WHAT CAN BE DONE FOR CHILDREN?

- It is very important to monitor and regulate children's behavior and the most important behavior is to make regulations by setting rules.
- Parents are role models; Regulating their own technology use behaviors such as social media use and aimless surfing on the internet can help children gain self-control.
- Parents are also encouraged to actively participate in their children's technology habits. Parents' willingness in this regard will help children increase their use of controllable technology and regulate their excessive use.
- Use of desktop computers that cannot be carried instead of laptops,
- The computer is in an open environment such as a living room or a living room,

- Parents should use the INTERNET not for entertainment, relaxation, stress reduction, but in a way that facilitates useful and daily practice such as work, on-site social communication, banking services, education, and encourage the child in this direction,
- Wifi connection is not always on, the computer is not always on
- Complying with the time and limit rules for the internet or the game,
- Increasing communication within the family,
- Parents' support for the child's appropriate and beneficial use of the internet and giving positive feedback about it,
- Using internet filter can be listed among the suggestions.

EXCEPT THIS…..

LET'S DIRECT OUR CHILD TO THE PLAY…

Play, which is one of the natural impulses of the child, is an enjoyable activity that takes shape spontaneously and allows him to learn, develop and throw his energy away. The child imitates many people around him while playing. This allows them to increase their life experience.

HOW WE HAVE A JOB AND IF WE GO EVERY MORNING AND WORK WITH GREAT SERIOUSNESS, LET'S NEVER FORGET THAT OUR CHILD'S JOB IS PLAY.

Through play, the child learns the rules of living in a society, sharing, helping each other and showing respect. It is important to create a play environment where the child can feel comfortable and peaceful. In such an environment, the child prefers to play sometimes with a friend, sometimes with his elders, and sometimes alone, depending on his age characteristics. It accelerates their mental, cognitive, social and language development through play.

LOSE TO US TO CHILDREN

To provide a suitable gaming environment at home. Here, the biggest task falls to the parents. Parents should not forget to respect the child's play, to create opportunities for him to play alone or with his friends from time to time, and most importantly, to play alone with him. We can instill some responsibilities or teach our children the rules through play.

FINAL WORDS…

Today's children are born into technology. We all know this. Now, in order to better understand how we interpret this situation, it is necessary to reveal another fact: We were not born into technology. We all met with technology in the period after we reached maturity, that

is, in high school and university years, or when we were just starting out in business life. Maybe that's why we take a strange and surprisingly strange delight - probably because it's the first time we've seen it - when small children and even babies as big as hands associate with technology.

THE EMOTION OF A VERY DIFFERENT AND INTELLIGENT GENERATION IS GROWING WITH US. MAY BE THAT'S WHY MANY PARENTS ARE EXPERIENCED, LIKE " MY SON IS 3 YEARS OLD, A FULL PROFESSIONAL GOOGLE USER", "OURS WATCHES EDUCATIONAL CARTOONS, IT'S VERY USEFUL".

Many studies have been published on the harms (negative effects on development and learning, causing obesity and aggression, radiation emission, etc.) of long hours of exposure to technology (television, computers, mobile phones, tablets) in children's developmental age.

However, there are very few parents who make an effort to keep their children away from technology. On the contrary, the number of parents who dream of buying a tablet for their child on his fourth or fifth birthday is not few.

Even though many parents in the world and in our country want their children to compete with technology and request that the classrooms of the schools they will go to be equipped with televisions and computers, they continue to send their children to technology giants such as E-Bay, Google, Apple, Yahoo and Hewlett-Packard in the heart of Silicon Valley, the homeland of technology. a school of their choice chooses to completely free itself from technology. This school is the Waldorf School of the Peninsula.

There is no technology in this school. Instead of computer screens, televisions or smart boards, there are old blackboards, chalk, paper and pencil. Other essential materials for learning are knitting and sewing needles and sometimes mud. Apart from that, there is a lot of game-oriented learning and storytelling.

As a result; The time that the child will spend with his parents should not be replaced by any technological (cartoonies, computers, which we are proud to call educational) products. Because technological products (television, computer, tablet, etc.) cannot feel, touch, hug your child with affection, hug them with love, cannot understand what they want by looking into their eyes…

KAYNAKLAR

31. Abel, T., & McQueen, D. (2020). The COVID-19 pandemic calls for spatial distancing and social closeness: not for social distancing! International Journal of Public Health, 1(1).
32. Açıkgöz, Ö., & Günay, A. (2020). The early impact of the Covid-19 pandemic on the global and Turkish economy. Turkish Journal of Medical Sciences, 50, 520–526.
33. American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (2013) American Psychiatric Association, Arlington, VA.
34. Arısoy Ö (2009) İnternet bağımlılığı ve tedavisi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar 1:55-67.
35. Atmaca M (2007) A case of problematic Internet use successfully treated with an SSRI–antipsychotic combination. Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry 31: 961-962.
36. Alimoğlu, O., & Erol, C. I. (2020). Covid-19 pandemisi sırasında genel cerrahi uygulamalarına yaklaşım. Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi, 25(1), 102–110.
37. Avşaroğlu, S., & Akbulut, Ö. F. (2020). Sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. International Social Sciences Studies Journal, 6(65), 2879–2902.
38. Batıgün AD, Hasta D (2010) İnternet bağımlılığı: yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. Anadolu Psikiyatri Dergisi 11:213-219.
39. Bilge, Y., & 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.
40. Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. The Lancet, 395, 912–920.
41. Elhai, J. D., Yang, H., McKay, D., & Asmundson, G. J. (2020). COVID-19 anxiety symptoms associated with problematic smartphone use severity in Chinese adults. Journal of Affective Disorders, 274, 576–582.
42. Eskici, G. (2020). Covid-19 pandemisi: Karantina için beslenme önerileri. Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi, 25(1), 124–129.
43. Güner, H. R., Hasanoğlu, İ., & Aktaş, F. (2020). COVID-19: Prevention and control measures in community. Turkish Journal of Medical Sciences, 50, 571–577.
44. Hatun, O., Dicle, A. N., & Demirci, İ. (2020). Koronavirüs Salgınının Psikolojik Yansımaları ve Salgınla Başa Çıkma. Electronic Turkish Studies, 15(4), 531–554.
45. King, D. L., Delfabbro, P. H., Billieux, J., & Potenza, M. N. (2020). Problematic online gaming and the COVID19 pandemic. Journal of Behavioral Addictions.
46. Király, O., Potenza, M. N., Stein, D. J., King, D. L., Hodgins, D. C., Saunders, J. B., & Abbott, M. W. (2020). Preventing problematic internet use during the COVID-19 pandemic: Consensus guidance. Comprehensive Psychiatry, 100, 1–4.
47. Ko, C. H., Yen, J. Y., Chen, C. C., Chen, S. H., & Yen, C. F. (2005). Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents. The Journal of Nervous and Mental Disease, 193(11), 728–733.
48. LaRose, R., Lin, C. A., & Eastin, M. S. (2003). Unregulated Internet usage: Addiction, habit, or deficient selfregulation? Media Psychology, 5(3), 225–253.

49. Lepido Daniele, Rolander Niclas. Fortnite Gamers Stuck at Home Strain Italy's Network [Internet]. Bloomberg. 2020 [cited 2020 Jun 26]. Available from: https://www.bloomberg.com/news/articles/20 20-03-12/housebound-italian-kids-strain-net work-with-fortnite-marathon
50. Li, C., Dang, J., Zhang, X., Zhang, Q., & Guo, J. (2014). Internet addiction among Chinese adolescents: The effect of parental behavior and self-control. Computers in Human Behavior, 41, 1–7.
51. Liu, C. Y., & Kuo, F. (2008). A study of internet addiction through the lens of the interpersonal theory. Cyberpsychology & Behavior, 10(6), 799–804.
52. Milli Eğitim Bakanlığı. (2020). Salgın hastalık dönemlerinde psikolojik sağlamlığımızı korumak. http://www.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2020_03/30112459_ailecocuk.pdf
53. Nazlı, S. (2018). Aile danışmanlığı. Anı. Ögel, K. (2012). İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
54. Özdemir, Y., Kuzucu, Y., & Ak, Ş. (2014). Depression, loneliness and internet addiction: How important is low self-control? Computers in Human Behavior, 34, 284–290.
55. Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. General Psychiatry, 33(2), 1–3.
56. Öztabak, M. Ü. (2018). Problemli İnternet Kullanımı Olan Ergenlerin İnternet Kullanımına İlişkin Duygu ve Görüşlerinin İncelenmesi. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 8(15), 1022–1055.
57. Patrick Shanley. Gaming Usage Up 75 Percent Amid Coronavirus Outbreak, Verizon Reports [Internet]. Hollywood Reporter. 2020 [cited 2020 Jun 26]. Available from: https://www.hollywoodreporter.com/news/ga ming-usage-up-75-percent-coronavirus-outb reak-verizon-reports-1285140
58. Razzoli M, Pearson C, Crow S, Bartolomucci A. Stress, overeating, and obesity: Insights from human studies and preclinical models. Neurosci Biobehav Rev. 2017;76:154–62.
59. Stephen Bijan. Twitch viewership is up because of global coronavirus lockdowns [Internet]. The Verge. 2020 [cited 2020 Jun 26]. Available from: https://www.theverge. com/2020/3/18/21185114/twitch-youtube-live streaming-streamelements-coronavirus-quar antine-viewership-numbers
60. Şen, E. (2020). Global virus of the digital village Covid-19 and senism. Avrasya Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi, 7(3), 176–204.

COVİD-19 PANDEMİ SÜRECİNDE SAĞLIK ÇALIŞANI VE AİLESİNİN RUH SAĞLIĞI

Nesrin AŞTI
Demiroğlu Bilim Üniversitesi

Özet

21 Yüzyıl'da kitlesel ölümlere neden olan Covid -19 pandemisi her ne kadar küresel bir sorun olarak ele alınmış olsa da süreç, coğrafyalara ve kültürlere göre farklı yaşanmış ve yaşanmaktadır. Covid -19 pandemisi sürecinde sağlık çalışanı ve ailesinin ruh sağlığı ve sorunlarına, ülkemizin kültürel yapısına uygun olarak kaleme aldığım öyküme göre değineceğim. Çözüm ve önerilerimi de yine ülkemiz koşullarına uygun bir şekilde vermeğe çalışacağım. Öykümdeki sağlık çalışanı, çocukları ve yaşlı annesi ile yaşayan ve Covid yoğun bakım ünitesinde çalışan bir hemşiredir. Henüz okula başlamamış oyun çağında bir oğlu ve ilkokul beşinci sınıfta okuyan ve kardeşine ablalık yapan bir kızı vardır. Pandemi öncesi bu ailenin sorunları; parçalanmış aile, baba ve dede figürü ve etkileşimi olmayan çocuklar, yoğun çalışan, emeğinin karşılığını alamayan ve çocuklarına zaman ayıramayan bir anne, kronik hastalığa ve yaşlılığa bağlı olarak torun bakımında zorlanan bir anneanne olarak sıralanabilir. Pandemi günlük yaşamımızda olduğu kadar eğitim, çalışma ve sosyal etkileşim alanlarında ani değişime neden olmuştur. Beklenmeyen bu değişimlere hazırlıksız yakalanan bizler; yaşımıza, cinsiyetimize, eğitimimize, iş alanımıza, din ve sosyoekonomik düzeyimize göre bireysel, ailesel, kurumsal ve toplumsal olarak uyum sağlama gayretlerini sürdürmekteyiz. Korona hastalığı algısını, hastalıkla mücadeleye yönelik tutumu yaş, deneyim, bilgi ve bilinçli olmak etkiler.

Anahtar Kelimeler : Covid-19,Sağlık Çalışanı, Çocuk, Aile, Ruh sağlığı

Öykü

"COVID-19 Pandemisinde Sağlık Çalışanının Çocuğu Olmak"

Kardeşim, korona illeti yüzünden sokağa çıkıp arkadaşlarıyla top oynayamamaktan, anneannemin, günde bilmem kaç kez? Ellerini yıka! Tembihlerinden bıkmış, sebepli sebepsiz mızmızlanıyor, ağlıyordu. Baharla coşan çiçeklerin kokusu, kuşların cıvıltısı biz çocukları parka, sokağa çağırıyordu. Anneannem, koltuğunun altına topu kıstırıp kapıya yönelen erkek kardeşimi görünce, kaşlarını çatarak" Kaç defa söyleyeceğim. Bu illetin kökü kazınıncaya kadar sokağa çıkmak, arkadaşla oyun yasak!" Başını iki yana sallayıp tespihini çekerken bize de ezberlettiği 'La havle ve la kuvvete illa billahil aliyyil azim'i mırıldanıp sabır bardağını taşırmamağa çalışarak "Anneniz de her gün hastaneden arayıp tembihliyor, " dedi…

Kardeşim, sokağa çıkmayı yine başaramamıştı. Topa öfkeyle öyle bir tekme attı ki ; seken top havalandı, anneannemin tepesinden geçerken tereddüt eder gibi durdu, anneannem kardeşime "yasak!" diye bağırınca da yasağı delmeye karar verdi ve - havalansın diye açık bırakılan- pencereden dışarıya , sokağa 'pat!' diye düştü. Oyuna koşan çocuklar gibi boş sokakta, yokuş aşağı zıplaya zıplaya , döne döne gözden kayboldu. Anneannem, bıyık altından gülerek "Topa yasak yok !" dedi… Salya sümük tepinen "Ben annemi istiyorum, ben topumu istiyorum !"diyen kardeşimi anneannem, kucağına aldı, öptü, ninni söyler gibi dua ederek kucağında salladı.

Anneannemin gülyağı kokan göğsüne yumulan kardeşim sakinleşince ”Anneanneciğim, Allah, bizim dualarımızı duyuyor mu?” diye sordu. Anneannem kardeşime daha sıkı sarılıp duasına sesli devam ederken başını salladı.” Öyleyse, dualarında ona söyle; bu illet, bizim sokağımıza gelmesin .”

Annemle görüşemediğimiz gecelerin sayısı arttıkça -anneannemin odamıza uğrayıp dualı, öpücüklü hayırlı gecelerinden sonra -kardeşim, benim yatağıma gelir oldu. Her gece olduğu gibi bu gece de annemizin bizim için uydurduğu ‘iyilik perisi’ masalını anlatmamı istedi. Bitiremeden birbirimize sarılarak uykuya daldık. Rüyamda annemi görüyorum, bana ‘çok hastamız var. Onlara bakmaktan size bakamıyorum, ama onlar iyileşince de sizi görmüş gibi seviniyorum,’ diyordu. Tam ona sarılacaktım ki, kardeşimin ‘anne, anne! ‘diye ağlaması ile uyandım. Zihnimden ‘annem bize de bakmalı, bakmalı,’ diye tekrarlıyordum…

Komşumuz Adile nine, korona olmuş, evinde tutuluyordu. Zaman zaman annem gibi giyinmiş sağlıkçılar evine girip çıkıyorlardı. Anneannem, onun evine bakan pencereyi kapattı ve “ Sakın açmayın! Bu meret havadan geliyor ,“ diyerek bizi de sıkı sıkı tembihledi… Anneannem, öğle namazı arkasından üç defa Yasin okur. Bu, benim -iyilik perisi görevim- için yeterli zamandı. Zavallı Adile ninenin yanında ne kızı ne de torunu vardı. Anneannem, Adile ninenin de çok sevdiği patatesli gül böreğinden yapmıştı. Komşulara verilecek öteberi için biriktirdiğimiz -naylon- kutu içine birkaç tane koyarak sessizce evden çıktım. Adile nine pek sevindi, böreklerin hepsini iştahla bitirdi. Ayrılırken ; ” Gelen sağlıkçılara benim buraya geldiğimi sakın söylemeyin, yoksa anneannem size yemek gönderemez,” dedim… Adile nineye bir defa daha gittim. Yorgun görünüyordu, bana “Kızım ağzımın tadı yok, iştahım da yok, herhalde yuttuğum bir avuç ilaçtan,” dedi. Gülümseyerek yanına oturdum.” Adile nineciğim, iyileşmek için yemelisiniz. Anneannem bu yemeği sizin için yaptı, yemezseniz çok gücenir ”…

Bu gece kardeşime ’iyilik perisi’ masalını anlatamayacak kadar yorgundum, her yerim ağrıyordu… Rüyamda annemi görüyorum… Yüzümü okşayarak ”Nasılsın Gülperi?”diyor. “Anneciğim, gözün neden mavi? Bana hep Peri derdin. ” Annem kayboluverdi… ”Anne anne !” Gözlerimi açtım. Maskeli, tulumlu sağlıkçılar ve gözü yaşlı anneannem. Nefesimi zor almama rağmen gülümseyerek heyecanla sordum ; ”Beni annemin hastanesine götürüyorsunuz değil mi?”..

Her yer bembeyaz ve sis içinde… Hışırtılı sesler, beyazlar içinde uçar gibi yürüyen maskeli melekler. Aralarında hangi melek, annem acaba? Seçemiyorum, hanginiz annemsiniz ? Diye sormak istiyorum, ama sesim çıkmıyor. Üzerime eğilmiş iki melek, birisini tanıyorum sanki, sevgiyle bakan maviş gözler , “Gülperimiz bu gün nasıl, bakalım?” diyor…

Benden sonra bitişik yatağa eğiliyorlar. “Canım arkadaşım, kızın Gülperi yanı başında yatıyor. Allah aşkına gözlerini aç! Ona da bak, iyileştir!” Anneciğim hastalara bakmaktan çok yorulduğu için yanı başımda uyuyor olmalı. Maviş gözlü melek, onu benim için uyandırmağa çalışıyor sanki. Sonra diğer melek, mavişe “Bana yardım et, karyolasını kızınınkine yaklaştıralım,” diyor. “Neden ki? ” ..

Ayrı yataklarda da olsa annemin yanındaydım. Eskisi gibi el ele birlikte uyuyoruz…

Yağmur buğusu camdan bakıyor gibiyim. Anneciğimin elinin eskisi kadar sıcak olmadığını hissediyorum, sıkıca da tutmuyor…Anneciğim çok yorgun, derin uykuda, eli de battaniyesinin dışında, üşümüş diye düşünüyorum. Ama neden bütün melekler koşuşuyordu? Öğretmenimin verdiği ödev aklıma geldi; ‘ölü gibi uyumak’ yok yok ‘uyur gibi ölmek’ hangi deyimdi

öğretmenimin açıklayın, dediği ? Zihnimde donmuş kelimeler gözüme, ciğerime ok gibi saplanıyordu. "Allah'ım anneannemin dualarını kabul et! Annem uyansın! "..
*Bir el sıkış hissettim ya da bana öyle geldi. Anneciğim "Canım Peri'm ben cennete uçuyorum, sen burada, kardeşinin iyilik perisi olarak kalmalısın," dedi. Elini çeker-ler-ken havada gülücüğü asılı kaldı. Koşuşmalar dondu… Hıçkırıklar hışırtılı soluklara karıştı…***"**

Öyküdeki sağlık çalışanı, çocukları ve yaşlı annesi ile yaşayan ve Covid yoğun bakım ünitesinde çalışan bir hemşiredir. Henüz okula başlamamış oyun çağında bir oğlu ve ilkokul beşinci sınıfta okuyan ve kardeşine ablalık yapan bir kızı vardır.
Pandemi öncesi bu ailenin sorunları; parçalanmış aile, baba ve dede figürü ve etkileşimi olmayan çocuklar, yoğun çalışan, emeğinin karşılığını alamayan ve çocuklarına zaman ayıramayan bir anne, kronik hastalığa ve yaşlılığa bağlı olarak torun bakımında zorlanan bir anneanne olarak sıralanabilir.
Pandemi günlük yaşamımızda olduğu kadar eğitim, çalışma ve sosyal etkileşim alanlarında ani değişime neden olmuştur. Beklenmeyen bu değişimlere hazırlıksız yakalanan bizler; yaşımıza, cinsiyetimize, eğitimimize, iş alanımıza, din ve sosyoekonomik düzeyimize göre bireysel, ailesel, kurumsal ve toplumsal olarak uyum sağlama gayretlerini sürdürmekteyiz. Korona hastalığı algısını, hastalıkla mücadeleye yönelik tutumu yaş, deneyim, bilgi ve bilinçli olmak etkiler.
Öyküdeki oğlan çocuğu, 5 yaşında oyun çağı çocuğu olup Piaget'in Bilişsel Gelişim dönemine göre İşlem Öncesi dönemdedir. Bu yaş çocuklar ben-merkezcidir ve başka birinin gözüyle olaylara bakamaz. Herhangi bir durumun, olayın, olgunun birden fazla özelliğine dikkat edebilme becerisi gelişmemiştir. Başka bir değişle bu yaş çocuğun sorunu - ne hastalık ne ölüm ne de annenin çok çalışması değil- sokakta arkadaşları ile oyun oynayamamadır. Düşüncelerinde cansız nesnelere canlılık atfetmek (animizm) ve doğa olaylarına birilerinin sebep olduğunu düşünmek söz konudur. Mantık yürütebilir ancak olayları sadece bir yönleriyle düşünebilir. Pandemi nedeni ile sokakta ve parkta oyun oynaması engellenmiş, baba figürü ve sevgisi yoksunluğuna anne özlemi eklenmiş bu çocuk; göremediği, anlayamadığı bu mikrobun kendi sokaklarına uğramaması için anneannesinin dualarına sığınmıştır. Anne özlemini ise anne rolünü üstlenmiş ablası ve anneannesi ile gidermektedir.[1,2]
Öyküdeki kız çocuğu, 12 yaşında olup Piaget'in Bilişsel Gelişim Dönemi'ne göre Soyut İşlemsel dönemdedir. Soyut problemleri mantıksal yollarla çözebilir. Göreli ve karşılaştırmalı düşünür. Düşüncede tümdengelim kullanabilir ve mantıksal ayırımlar yapabilir ve kendi ahlaki anlayışlarını geliştirme uğraşı içine girerler. Başka bir değişle; pandemi sürecinde virüsü, bulaşma yollarını ve izolasyonu anlayan, kardeşinin dışarıda top oynamasına izin verilmemesine bağlı gösterdiği öfkenin farkında olan, hep hastanede olan annesinin' iyi uykular öpücüğü ve masalından' yoksun kalan kardeşine anne gibi davranan, hem kendi hem de kardeşinin anne özlem sorununu gidermek için "hemşirenin çocuklarını değil, ama hasta olanı kolayca görebildiği "mantığını yürüten bir ergendir.[1,2]
Öyküdeki anneanne, Torunların bakımından ve evin düzeninden sorumlu yaşlı bir kadındır. Biyolojik kurama göre hücrelerinin yıprandığı ve işlevselliğinin azaldığı; sosyolojik kurama göre yaşamında inzivaya çekildiği, psikososyal kurama göre de benliğini ve kendini gerçekleştirdiği bir dönemi yaşamaktadır. Fonksiyonel kayıplar, ilgi kaybı, sosyal çevre kaybı, ekonomik kayıp, aile üyelerinde kayıp gibi birçok kayıpların yaşandığı kırılgan

yaşlı grubunda bir anneannedir. Bu süreçte torunlarını hastalıktan uzak tutmaya çalşmakta, kızı için endişe etmekte, yaşlılığın getirdiği hastalıkla boğuşmaktadır Dedesiz ve babasız iki çocuğunun ve yaşlı annesinin tüm sorumluluğu omuzlarında olan ve Covid hastanesinde çalışan hemşire kızı için hasta olacak, ölecek korkusu yaşamaktadır. Pandemi sürecinde komşu, cami, dışarı ilişkileri kısıtlanmış olan bu yaşlı kadın; torunlarını hastalıktan koruma, evde tutma, anne hasretini giderme uğraşında oldukça zorlandıkça üstesinden gelebilmek için sık sık maneviyata sığınan bir anneannedir.[1,2]

Öyküdeki hemşire anne, yetişkin yaşamın sorumluluğunu (anne, çalışan olarak) üstlenmiş, yakın ilişki sorunu ve ayrılık yaşamış ve aile sorumluğu ve iş yükü fazla olan genç bir kadındır. Pandemi sürecinde yoğun çalışmaya bağlı yorgunluk, hasta olma, çocuklarına ve yaşlı annesine hastalık bulaştırma endişesi, çocuklarını özleme, yanlarında olamadığı için ve yaşlı annesine bu konuda fazla yüklendiği için suçluluk hissetmekte , ölüm ve çocuklarının geleceği ile ilgili korku ve endişeler yaşamaktadır.[1,2]

COVID-19 pandemisinin insanların ruh sağlığı üzerine etkileri, öykümdeki etkilerle benzerlik göstermekte olup şu şekilde özetlenmektedir:

Okul öncesi çocuklarda: Davranış ve becerilerde gerileme, anne babaya aşırı yapışma ve ayrılamama, uyku sorunları, iştahsızlık, korkular, yatak ıslatma, zarar verici davranışlar, yabancılardan aşırı korkma, nedeni bilinmeyen ağrılar, konuşma sorunları.

Okul çocuklarında ve ergenlerde : huzursuzluk, saldırganlık, aşırı yapışma, kabuslar, belirgin konsantrasyon sorunları, yapması beklenen aktiviteleri yapamama,

Özellikle ergenlerde-döneme özgü birçok duygusal ve fiziksel değişiklik devam etmekte olduğu için- salgına bağlı zorunlu olarak evde kalma, kısıtlanma durumu; uyku ve yeme sorunları, aşırı huzursuzluk, saldırganlık, içe kapanma, üzüntü, yoğun kaygı, oyun ve madde bağımlılığı gibi riskli davranışlara neden olabilmektedir.

Psikosoyal Yaklaşım;

Endişelerini dile getirmek için çocuklarla iletişim kurma, yalnızlığı azaltmak için işbirlikçi oyunlar oynama, masal, öykü okuma, resim yapma, fiziksel aktiviteyi teşvik etme ve müziğin yararlı olduğu düşünülmektedir.

Korkuyu ve diğer psikolojik etkileri azaltmak için karantinaya alınan çocukların, istedikleri zaman mobil cihazlar aracılığıyla ebeveynleriyle iletişim kurabilmesine olanak sağlanmalıdır.[1,3,4,2,5,6]

Yetişkinlerde ;

Salgın yaşama korkusu ,geçim ile ilgili korkular,evden çıkma ile ilgili korkular,aile veya yakınların hastalanacağı duygusu, öksürük veya hapşırma gibi semptomları olan kişilere yönelik damgalanma, antibiyotik, analjezik ve anti-alerjik ilaçlar, yüz maskeleri, dezenfektanlar gibi malzemeleri istifleme zorunluluğunu duyma, her türlü medya platformunun etkisi ile büyüyen panik ve psikolojik stres, karantinaya alınan ya da gönüllü izolasyon uygulayan bireylerin aylarca aile fertleri ile aynı ortamda kapalı kalması erişkinlerin sıkışmış hissetmesine, öfke ya da başka duygusal tepkiler ortaya çıkmasına neden olabilmektedir.[2,6]

Yaşlılarda;

COVID19 sebebiyle uygulanan sosyal kısıtlamalarının yanı sıra, kesintiye uğramış sağlık hizmetleri ile sağlığın kötüleşmesi, sosyal çevrelerinin azalması, eş veya arkadaşların ölümü ile yalnız kalma durumunda değersizlik duygularının artması ile yaşlı insanlar yük olduklarını

düşünmeye başlayabilirler. Bu yaş grubundaki bireylere zorunlu olmayan seyahatlerden ve akrabalara ve arkadaşlara gereksiz ziyaretlerden kaçınmasının önerilmesi gibi kısıtlamaların daha fazla yalnızlığa, izolasyona, zihinsel ve fiziksel işlev kaybına neden olabilmektedir. . Karantina; yalnızlık, sevdikleri ile fiziksel mesafeli olma gibi etkenlere bağlı artan stres , kardiyovasküler sistem ve bağışıklık üzerinde zararlı etkilere yol açabilir . Duyusal ve bilişsel yetersizlikler nedeniyle, COVID-19 durumu ile ilgili güncel bilgilerden habersiz olan yaşlı bireyler yetersiz önlemlerle kendilerini riske atabilirler. Okur yazar olmayan ve bilişsel yetersizliği olan yaşlı bireyler, kısıtlamalarda temel ihtiyaçları ya da tıbbi bakımları için gerekli yardım alamama riski taşırlar ve kendilerini yalnız ve terk edilmiş hissedebilirler.[6]

Psikososyal Yaklaşım;

Hastalık ve tedbirler hakkında bilgilendirme
Sosyal destek grupları ile sağlık, temel gereksinim tedarikinde yardım,
Görüntülü iletişim yollarında yardım,
Düzenli sağlık ziyaretleri yapmak gibi planlanmalıdır.[1,3,2,6]

Sağlık Çalışanlarında;

COVID-19 savaşında ön cephede yer alan sağlık çalışanları için yorgunluk, tükenmişlik, hayal kırıklığı, enfeksiyon riski ve bulaşma korkusu vardır.
Sağlık çalışanları salgın sürecinde, çevrelerine (aile, arkadaş, meslektaş) virüs bulaştırmaktan korkar, yaşadıkları belirsizlik yüzünden kaygıları yükselir ve virüs taşıma olasılığından dolayı dışlanma ve damgalanmaya uğrarlar. Bu yaşantıları nedeniyle sağlık çalışanları yüksek düzeyde stres, anksiyete ve depresyon belirtileri yaşarlar.[3,7]

Sağlık çalışanlarına ruhsal destek ;

- Beslenme,barınma,dinlenme ve güvenli donanım temini,görüntülü iletişim olanaklarının sağlanması,
- Toplu psikoeğitim,
- Toplu gevşeme etkinlikleri,
- Grup ruhsal sorun paylaşımı,
- Bireysel sorun paylaşımı,
- Psikiyatrik değerlendirme ve muayene şeklinde düzenlenmelidir.[6] .

Sağlık çalışanlarına sosyo-ekonomik ve yasal destek ;

- Sağlık çalışanı ve özellikle hemşire maaşlarının arttırılması,
- Covid-19 pandemi sürecinde ek ödemelerin arttırılması,
- Küçük çocukları olan hemşirelerin Covid birimlerinde çalıştırılmaması,
- Covid -19'un meslek hastalığı olarak kabul edilmesi şeklinde düzenlenmelidir.[3,7]

Kaynak

1.Aştı N.(2021)Covid-19 Pandemisinde Sağlık Çalışanının Çocuğu Olmak,https://www.akademikakil.com/covid-19-pandemisinde-saglik-calisaninin-cocugu-olmak/nesrinasti/, www.akademikakil.com.tr.2021
2.Kardeş VÇ.,(2020)Pandemi Süreci ve Sonrası Ruhsal ve Davranışsal Değerlendirme. Türk Diyab Obez / Turk J Diab Obes / 2020; 2: 160-169, DOI 10.25048/tudod.754693(https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1157644)
3.Aştı N.(2020)Gücümüz Zincirin En Zayıf Halkası Kadardır,www.akademikakil.com.tr.2020

4.Aştı N.(2012)Stres ve Yönetimi,Hemşirelik Esasları Kitabı,(Edt Türkinaz Aştı), ISBN:978-975-01795-7-0,Akademi Basın ve Yayıncılık,ss:1118-1134.
5.Mersin S.(2016) Kişilik Gelişimi Kavramları.Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliğinin Temelleri(Townsend M C., Çeviri Edt .:Özcan CT,Gürhan N.)ISBN978-605-9942-41-6,6. Baskı,Akademi Kitapevi,Ankara, 2016, ss:10-31
6.https://psikiyatri.org.tr/TPDData/Uploads/files/COVID19_Pandemi_PsikiyatrikTedavilerTPDRTACB-05052020.pdf
7.www.genelsaglikis.org.tr/.../2021/03/Pandemi-ve-Kadın-Sağlık-Çalışanları_Rapor.pdf)

DURING THE COVID-19 PANDEMIC, THE MENTAL HEALTH OF THE HEALTH WORKER AND HIS FAMILY

Nesrin Asti
Demiroglu Bilim University
Nursing School,

Abstract

Although the Covid-19 pandemic, which caused mass deaths in the 21st century, has been treated as a global problem, the process has lived and experienced differently according to geographies and cultures. During the Covid-19 pandemic, I will address the mental health and problems of the health worker and her family according to my story, which I have written in accordance with the cultural structure of our country. I will also try to give my solutions and proposals in accordance with the conditions of our country. The health worker in my story is a nurse who lives with her children and elderly mother and works in the Covid intensive care unit. She has a play-age son who has not yet started school and a daughter who is in fifth grade of primary school . The problems of this family before the pandemic can be listed: Children who do not have father and grandfather figure and interaction as a fragmented or divorced family ; a mother who works hard, does not get paid for her efforts and cannot make time for her children, and a grandmother who has difficulty in the care of grandchildren due to chronic disease and old age.

The pandemic has caused a sudden change in education, work and social interaction as well as in our daily lives. Those of us caught unprepared for these unexpected changes; We continue to strive to adapt individually, familially, institutionally and socially according to our age, gender, education, field of work, religion and socioeconomic level. The perception of corona disease, attitude towards fighting the disease affects age, experience, knowledge and being conscious.

Key Words : Covid-19,Health worker,Child,Family,Psychological health

Although the Covid-19 pandemic, which caused mass deaths in the 21st century, has been treated as a global problem, the process has lived and experienced differently according to geographies and cultures. During the Covid-19 pandemic, I will address the psycho-social health and problems of the health worker and his family according to my story, which I have written in accordance with the cultural structure of our country. I will also try to give my solutions and proposals in accordance with the conditions of our country.

Story

"Being the Child of a Health Worker in the COVID-19 Pandemic"

Author:Nesrin Asti

My brother was sick of being unable to go out on the street and play ball with his friends because of the corona disease ,also he was tired of my grandmother's frequent words to wash his hands, whining and crying for no reason. The smell of spring-inducement flowers, the chirping of birds, beckoned children to the park, to the street. When my grandmother saw my brother with the ball under his arm , leading to the door - frowning, "How many times do I have to tell you? It's forbidden to go out on the street until this thing is eradicated, no games with friends!" As she shook her head and pulled her rosary, she mumbled ''La havle ve la kuvvete illa billahil aliyyil azim' and she said that your mother calls from the hospital every day and says she wants us to be careful.

My brother didn't make it out on the street again. He kicked the ball so furiously that he said, "I'm not going to do that." The bouncing ball took off, stood hesitant as it passed over my grandmother's top, and when my grandmother shouted 'forbidden! Like children running to the game, on the empty street, jumping downhill, bouncing and disappearing. My grandmother laughed under the moustache and said, "No ball!" ... "I want my mom, I want my ball!" My grandmother held my brother, kissed him, waved him in his arms, praying like a lullaish. When my brother, who put his face on my grandmother's rose-scented chest, calmed down, he asked, "Grandma, does God hear our prayers?" My grandmother nodded as she hugged my brother more tightly and continued her prayers aloud." So tell him in your prayers; Don't let this bad germ come to our street."

The number of nights we couldn't see my mother had increased. My brother started coming to my bed to sleep, after my grandmother's prayerful, kissy good night. Like every night, he asked me to tell the fairy godmother tale that our mother made up for us. We fell asleep hugging each other before we could finish. I dream about my mother, and she says, "We have a lot of patients. I can't look after you from caring for them, but when they get better I'm happy to see you,' she

said. I was just about to hug her, "Mom, Mom! 'I woke up crying. I was repeating in my mind 'my mother should look after us, she should look after us,' ...

Our neighbor, granny Adile, was being held at her house due to covid. From time to time, paramedics dressed as my mother would come and go in and out of her house. My grandma closed the window overlooking her house and said, "Don't open it! This bad germ comes from the air ," she said, and she warned us firmly... My grandmother reads Yasin three times after noon prayers. That was enough time for me to do my duty as a fairy godmother. Poor Adile granny didn't have a daughter or granddaughter with her. My grandmother cooked potato pie, which granny Adile loved. I quietly left the house, putting in a plastic box. Granny Adile was delighted, she finished all the pies with an appetite. When you leave; "Don't tell the medics that I'm here , or grandma won't be able to send you food," I said... I went to granny Adile one more time. She looked tired, and she said, "My dear girl, my mouth has no taste, I don't have an appetite, probably from a handful of drugs I've swallowed." I sat next to her with a smile." Adile granny, you have to eat to get better. My grandmother made this dish for you, she will be very offended if you do not eat "...

Tonight I was too tired to tell my brother the fairy tale of the 'fairy godmother', I was all aching... I dream about my mother... "How are you, Gulperi?" Says. "Mommy, why is your eye blue? You always called me Fairy. "My mother disappeared... "Mom, Mom!" I opened my eyes. The paramedics in masks and overalls and my tearful grandmother. Even though I could barely breathe, I smiled and asked excitedly ; "You're taking me to my mother's hospital, aren't you?"... It's all white and smog... Rustling voices, masked angels walking like they're flying in white. What angel is my mother among them? I can't choose, which one of you is my mother? I want to ask you, but I'm quiet. Two angels leaning over me, as if I know one of them, the blue eyes looking lovingly say, "How is our Gülperi today?"

After me, they bend over to the next bed. "My dear friend, your daughter Gulperi is lying next to you. Open your eyes for God's sake! Look at her, heal her!" Mommy must be sleeping next to me because she's so tired of taking care of patients. It's like the blue-eyed angel is trying to wake her up for me. Then the other angel says, "Help me, let's get her cot closer to your daughter's." "Why?" ...

I was with my mother, even in separate beds. We sleep hand in hand like before...

I feel like I'm looking out the window in the rain mist. I feel like mommy's hand isn't as hot as it used to be, and it's not holding tight... Mommy's very tired, she's in deep sleep, and her hand is out of her blanket, I think she's cold. But why were all the angels running? I thought of my teacher's homework on idioms; 'sleeping like a dead' or 'dying like sleep', which my teacher

said? In my mind, frozen words were sticking arrows in my eyes, lungs. " My God, accept my grandmother's prayers! Let mom wake up! "..

I felt a hands-off, or so it seemed to me. Mommy said, "Dear Fairy, I'm flying to heaven, you must remain here as your brother's fairy godmother." Her smile hung in the air as she pulled her hand. The runs froze... Sobs mingled with wheezing breaths...

The health worker in the story is a nurse who lives with her children and elderly mother and works in the Covid intensive care unit. She has a play-age son who has not yet started school and a daughter who is in fifth grade of primary school.

The problems of pre-pandemic in this family can be listed as a divorced family, the children without father and grandfather figures, a mother who works hard, does not get paid for her efforts and cannot make time for her children, and a grandmother who struggles in the care of grandchildren due to chronic illness and old age.

The pandemic has caused a sudden change in education, work and social interaction as well as in our daily lives. Those of us caught unprepared for these unexpected changes; We continue to efforts to adapt individually, familially, institutionally and socially according to our age, gender, education, field of work, religion and socioeconomic level. The perception of corona disease and the attitude towards fighting the disease affected by age, experience, knowledge and being conscious.

The boy in the story is a 5-year-old and play-age boy, and he is in the period of pre-procedure according to Piaget's Cognitive Development . Children of this age are egocentric and can't look at things through someone else's eyes. The ability to pay attention to more than one feature of any situation, event, phenomenon has not developed. In other words, the problem of this age child - neither disease nor death nor the mother's hard work - is that he cannot play with his friends on the street. In their thoughts, it is possible to attribute vitality to inanimate objects and to think that someone caused natural phenomena. He can reason, but he can only think about things in one way or another. Due to the pandemic, he was banned from playing ball in the street and in the park, and mother's longing was added to his lack of father figure and love, and he seeks help from his grandmother's prayers to prevent this microbe, which he could not see or understand, from stopping on his own streets. He satisfies her mother's longing with her older sister who have taken on the role of mother[1,2]

The girl in the story is 12 years old and in the period of social-operational according to Piaget's Cognitive Development . She can solve abstract problems in logical ways. she thinks relatively and comparatively. They can use a whole sense of thought and make logical distinctions and strive to develop their own moral understanding. In other word ; She is a

teenager who understands the virus, the ways of transmission and isolation, who is aware of his anger at not being allowed to play ball outside, who acts like a mother to her brother who deprived that goodnight kiss. And also is who carries out the logic that a nurse mother can take care of her child as she takes care of other patients if her child is sick, to solve the mother's longing problem. [1.2]

The grandmother in the story is an old woman in charge of the care of the grandchildren and responsible for housework. According to biological theory, her cells are worn out and their functionality is reduced; According to sociological theory, she is living in a period in the self-actualization ;according to psychosocial theory, she is a grandmother in the fragile elderly group who had many losses such as functional losses, loss of interest, loss of social environment, economic loss, loss of family members. In this process; she tries to keep her grandchildren away from the disease, worries about her daughter, struggles with the disease brought on by old age, has the full responsibility of her two children without father, grandfather , mother and also fears that she will be sick and die for her nurse daughter who works in covid hospital. This elderly woman, whose relations are restricted to neighbors, mosques and outside during the pandemic; She is a grandmother who often prays to protect her grandchildren from disease, keep them at home, and satisfy maternal longing. [1.2]

The nurse mother in the story is a young woman who taken responsibility for adult life as a mother and employee, has close relationship problems , and has a lot of family responsibility and also workload. In the pandemic process, she feels fatigue due to hard work,she has the anxiety of being sick and being infection of her children and her elderly mother, she longs for her children, she feels guilty for not being there for them and being too her elderly mother and she has fears and concerns about death and the future of her children. [1.2]

The effects of the COVID-19 pandemic on people's mental health are similar to those in my story and are summarized as follows:

In preschoolers; regression in behavior and skills, excessive adhesion to parents and inability to leave, sleep problems, loss of appetite, fears, bed wetting, damaging behaviors, extreme fear of strangers, pains of unknown cause, speech problems.

In school children and adolescents ; restlessness, aggression, over-adhesion, nightmares, concentration problems, inability to perform the activities expected to do.

Especially in adolescents, as many emotional and physical changes specific to the period are continuing, the necessity of staying at home due to the epidemic, the condition of restraint , sleep and eating problems, excessive restlessness, aggression, introversion, sadness, intense anxiety, play and substance abuse can cause risky behaviors.

Psychosocial Approach;

It is thought that communicating with children to express their concerns, playing collaborative games to reduce loneliness, reading fairy tales, stories, painting, promoting physical activity and music are useful.

To reduce fear and other psychological effects, quarantined children should be allowed to communicate with their parents at any time via mobile devices. [1,3,4,2,5,6]

In adults;

Fear of experiencing epidemics, fears about livelihood, fears about leaving the house, feeling that family or relatives will get sick, stigma for people with symptoms such as coughing or sneezing, hearing the necessity to stack materials such as antibiotics, analgesics and anti-allergic drugs, face masks, disinfectants, panic and psychological stress that grows with the influence of all kinds of media platforms, quarantine or voluntary isolation of individuals in the same environment for months can cause adults to feel stuck, anger or other emotional reactions. [2.6]

In the elderly;

In addition to the social restrictions imposed due to COVID19, elderly people may start to think that they are a burden with interrupted health services, worsening health, decreased social circles, and increased feelings of worthlessness in the case of being alone with the death of spouses or friends. Restrictions such as recommending that individuals in this age group avoid non-essential travel and unnecessary visits to relatives and friends can lead to greater loneliness, isolation, loss of mental and physical function. Quarantine; increased stress due to factors such as loneliness, physical distance with loved ones can lead to harmful effects on the cardiovascular system and immunity. Due to sensory and cognitive impairments, elderly individuals who are unaware of current information about the COVID-19 situation can put themselves at risk with inadequate measures. Elderly individuals who are literate and have cognitive impairment risk not receiving basic needs or medical care in the restrictions and may feel lonely and abandoned.[6]

Psychosocial Approach;

Information about diseases and precautions

Health with social support groups, assistance in the supply of basic necessities,

Help in video communication paths,

It should be planned as making regular health visits. [1,3,2,6]

Health Workers;

For healthcare workers who are at the forefront of the COVID-19 war, there is fatigue, burnout, frustration, risk of infection and fear of transmission.

Health workers are afraid of infecting their environment (family, friends, colleagues) during the epidemic, their anxiety increases due to the uncertainty they experience and they are excluded and stigmatized due to the possibility of carrying the virus. Due to these lives, health workers experience high levels of stress, anxiety and depression symptoms. [3.7]

Mental support for health workers;

- Nutrition, housing, rest and safe equipment supply, providing video communication opportunities,
- Psychoedication,
- Group relaxation activities,
- Group mental problem sharing,
- Individual problem sharing,
- It should be arranged in the form of psychiatric evaluation and examination. [6.]

Socio-economic and legal support for health workers;

- Increasing the salaries of health workers and especially nurses,
- Increasing additional payments during the Covid-19 pandemic,
- Nurses with young children are not employed in Covid units,
- It should be regulated as covid-19 is considered a occupational disease. [3.7]

Resources

1.Aştı N.(2021)Covid-19 Pandemisinde Sağlık Çalışanının Çocuğu Olmak,https://www.akademikakil.com/covid-19-pandemisinde-saglik-calisaninin-cocugu-olmak/nesrinasti/, www.akademikakil.com.tr.2021

2.Kardeş VÇ.,(2020)Pandemi Süreci ve Sonrası Ruhsal ve Davranışsal Değerlendirme. Türk Diyab Obez / Turk J Diab Obes / 2020; 2: 160-169, DOI 10.25048/tudod.754693(https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1157644)

3.Aştı N.(2020)Gücümüz Zincirin En Zayıf Halkası Kadardır,www.akademikakil.com.tr.2020

4.Aştı N.(2012)Stres ve Yönetimi,Hemşirelik Esasları Kitabı,(Edt Türkinaz Aştı), ISBN:978-975-01795-7-0,Akademi Basın ve Yayıncılık,ss:1118-1134.

5.Mersin S.(2016) Kişilik Gelişimi Kavramları.Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliğinin Temelleri(Townsend M C., Çeviri Edt .:Özcan CT,Gürhan N.)ISBN978-605-9942-41-6,6. Baskı,Akademi Kitapevi,Ankara, 2016, ss:10-31

6.https://psikiyatri.org.tr/TPDData/Uploads/files/COVID19_Pandemi_PsikiyatrikTedavilerTPDRTACB-05052020.pdf

7.www.genelsaglikis.org.tr/.../2021/03/Pandemi-ve-Kadın-Sağlık-Çalışanları_Rapor.pdf)

BİZİ HAYATTA TUTAN NE?: BİREYSEL VE TOPLUMSAL DÜZEYDE FARKINDALIK

***Doç.Dr. Aysel KARACA**

***Öğr. Gör. Dilek DEMİREZEN**

***Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü Psikiyatri Hemşireliği AD.**

İnsanlar nasıl yemek, cinsellik ve diğer birincil ihtiyaçlarına karşı güçlü bir ihtiyaç duyuyorlarsa, geleceğe dair bilgilere de ihtiyaç duyarlar. Beynimiz belirsizliği tehdit olarak algılar ve kesinlik yaratan şeyler dışındaki her şeye odaklanmamızı engelleyerek kendini korumaya çalışır. COVİD 19 da dünya gündemine girdiği zamandan beri bilme ihtiyacı daha da artmıştır. Pandemi gibi olası olmayan ve rutinlerimizi ve planlarımızı tahmin edemeyeceğimiz şekilde etkileyen durumlarda belirsizlik duygusu hissedilebilir. Belirsizliğe tahammülsüzlük (intolerance of uncertainty), bireyin gerçekleşme olasılığından bağımsız olarak gelecekteki olumsuz olayların potansiyel oluşumunu kabul edilemez olarak görme eğilimi olarak tanımlanır.

Belirsiz ya da güvensiz hissettiğimizde, beynimiz dopamin sistemlerini aktive ederek kendini korumaya almaya çalışır. Hızlı dopamin salınımı ise kişileri ödüllere teşvik ettiği gibi cezbedici şeyleri daha da çekici kılar ve beyin beden için konforlu bir alan arayışına girer. Örneğin, zamanında uykuya dalmak yerine bir bardak daha fazla alkol tüketmeye yönelmek ya da büyük tepsi tatlıya yönelmek gibi.

Riskleri öngörebilmek ve olumsuz sonuçları önceden önleyebilmek açısından en kötü senaryoları (felaket senaryoları) göz önünde bulundurmak yararlı olabilir. Fakat bu stres verici düşüncelere inanmak, felaket senaryolarını gerçek hayatta yaşanıyormuşçasına duygu yüklü tepkiler verme eğilimini artırır. Belirsizliğin zıttı belirlilik değil, mevcudiyet yani var olan/gerçek durumdur.

Korkutucu ve bilinmeyen geleceği düşünmek yerine, dikkati alınan nefese, bedene getirmek, nasıl hissettiğimizi gözlemlemek, bu duyguları bedeninizde nerede hissettiğimizi fark etmek, kontrolden çıkmış gibi hissettiren her şeye karşı dış uyarıcıları kapatmak iç dünyamızda şu anda ve burada neler olup bittiğine odaklanmak gerekir.

Mindfulness (Farkındalık) Kavramı

Mindfulness (farkındalık) kavramı dünyada son yıllarda oldukça ilgi çekmeye başlamıştır. Jon Kabat Zinn'e göre bu durum oldukça umut vaadedicidir çünkü hepimiz yaşamımızda elle tutulmayan ama gerekli bir unsurdan yoksunuz ve bunun özlemini çekiyoruz. Hatta zaman zaman bu yoksunluğumuzun tümüyle farkına varıyor, onu yaşama geçirmek ve gerektiği gibi

yaşamak için hakkımız ve gücümüz olduğunu düşünüyoruz. Bu çerçeveden bakıldığında farkındalık sadece iyi bir olmanın ötesindedir. "*Evet yaşamının daha fazla farkına varacağım, daha az yargılayıcı davranacağım ve her şey yoluna girecek. Bu neden daha önce aklıma gelmedi*?" Bu tür düşünceler gelip geçer ve süreklilik göstermezler. Yaşamın daha fazla farkında olmak ve daha az yargılayıcı davranmak iyi bir fikir olsa da yalnızca böyle düşünerek bir yere varamıyoruz. Aslına bakarsanız, böyle düşünmek kendimizi yetersiz bulmanıza ve kontrolü kaybetmenize yol açabilir. Farkındalığın etkili olabilmesi için bundan beklentisi olan kişinin tümüyle kendini adaması gerekir. Bir başka deyişle farkındalık, bir "*uygulamadır*". İyi bir fikir veya zekice bir yöntem veya gelip geçici bir heves olmanın ötesinde, bir tür varoluştur. Aslında bu binlerce yıl öncesinden gelen Budist meditasyonunun esasını oluşturan ama dikkate ve bilince dayanan esasıyla evrensel nitelik kazanan bir görüştür. Farkındalık uygulamasının, kişinin sağlığı ve mutluluğu üzerinde güçlü bir etkisi vardır. Bunun bilimsel ve tıbbi alandaki kanıtları birçok araştırmada gösterilmiştir. Eğer bu konuya kendimizi adar, yılmadan ve disiplinli olarak uygularken aynı zamanda her anını belli bir rahatlama ve hafiflikle algılarsanız (şefkat ve nezaketle) son derce yararlı olur.

Hayatımızın büyük kısmında kendimizi "yapma"ya kaptırırız, bir şeyleri yapmaya, bir şeyden hızla bir yere geçmeye ya da aynı anda birden fazla iş görmeye. Hayatlarımız sıklıkla öyle güdümlü bir hal alır ki, şu andan daha iyi bir geleceğe ulaşmak için mevcut anın üstünden durmadan geçeriz. Bir şeyleri yapılacaklar listesinden silmek için yaşar, sonra günün sonunda son derece bitkin bir şekilde yatağa serilir ve ertesi sabah tekrar yerimizden fırlayıp kendimizi koşu bandının üstünde buluruz. Bu yaşam şekli hem kendi kendimize, hem başkalarının bize, hem de bizim başkalarına dayattığımız, çoğunlukla sürekli el altında olan dijital teknolojiye bağımlılığımızla günbegün büyüyen beklentilerle iyice karmaşık bir hal alır. Dikkatli olmazsak, var olan insandan ziyade sürekli bir şeyler yapan ve bir şeylere insana ve kimin neden yaptığını unutmamamız çok kolay olur. Farkındalık burada devreye girer. Farkındalık dikkat ve bilinçlilik uygulamalarıyla "yapma"modundan "var olma" moduna geçmenin mümkün olduğunu hatırlatır. İşte o zaman eylemlerimiz, varlığımızdan kaynaklanıp daha bütüncül ve etkili bir hal alabilir. Dahası kendi bedenimizde ve hayatta olduğumuz tek anda, yani şu anda bulunmayı öğrendikçe kendimizi bu denli yormaya bir son veririz.

Farkındalık çeşitli, zihin durumlarının oynadıkları oyunları, beden üzerindeki etkilerini ve anbean nasıl hissettiklerini görmektir. Sadece her an "şu an" değildir. Yaşamak dediğimiz, farkındalığın kilit rol oynayabildiği bu maceranın müfradatı her zaman (olanlardan hoşlansak da hoşlanmasak da) şu anda önümüze serilenlerden oluşur.

Jon Kabat- Zinn'e göre farkındalık; bilinçli olarak şimdiki an içinde ve yargılayıcı olmadan belirli bir şekilde dikkati yönlendirme becerisidir. Şu anda mevcut anın içinde bireyin kendisinde veya çevresinde olup bitenleri olduğu haliyle, yargılamadan, merakla, değiştirmeye çabalamadan gözlemlemektir, fark etmektir. Farkındalık an'da fark edilenleri nasıl bir tutumla ele alınacağını deneyimsel olarak öğretir. Yani yargıları fark etmeyi, algılar içindeki geçmiş ve gelecek etkilerini görmeyi, acı zamanlarında bireyin kendisine ve başkalarına şefkatli olabilmeyi ve kabulü. Kısacası tüm fark ettiğimiz acı tatlı yaşamsal deneyimleri nasıl karşıladığımızın aslında bu yoldaki en önemli belirleyici olduğunu vurgular. İnsanın aklına gelen her düşünceye tepki vermemeyi öğrenmesi yani düşüncelerine yakalanmadan ve düşüncelerinin esiri olmadan yaşayabilmesi farkındalık kavramının özünü oluşturmaktadır. Düşünceler ile birleşmeden, neyin düşünce, neyin gerçek olduğunun ayırımını yaparak yaşayabilme, insanın sakin ve dingin bir yaşam sürdürebilmesi için gerekli en temel özelliktir. Viktor Frankl (1959), uyarıcı ve yanıt arasında bir boşluk olduğundan bahsetmiştir. İnsanın durumlara karşı verdiği yanıtları seçme özgürlüğü bu boşluktadır. Farkındalık, olaylar ve hakkındaki düşünce ve duygular her ne kadar otomatik gelişiyor gibi görünse de müdahale edilebildiğini söyler. Müdahale edilebilecek yolardan biri dünyaya olan bakışın değişmesidir. Dünyadan beklentimizi değiştirdiğimizde zihnimizi yargılardan ve bunlara bağlı gelişsen olumsuz duygulardan arındırabiliriz. Farkındalık pratikleri yargı ve beklentiden uzak olarak zihni bu ana odaklar, burada ve şimdi deneyimlerinin gelişmesine olanak verir. Böylece dünya ve kendimiz ile olan ilişkilerimizi iyileştirir ve günlük yaşamdaki stres büyük ölçüde rahatlar. Farkındalık aynı zamanda açgözlülük, nefret, yanılsama ve ben odaklı olmanın önüne geçebilir. Farkındalık toplumun esenliğini, dürüstlük ve bilgeliğini desteklemektedir. Daha da önemlisi, ebeveynliğine farkındalık katması, bir yandan kendi hayatlarımızda gelişmeye ve büyümeye devam ederken çocukları desteklemeye katkı sağlamaktadır.

BİR MİNDFULNESS PRATİĞİ

Nefes Farkındalığı

Öncelikle kendinize rahat bir oturma pozisyonu seçin..

Yerde, matta veya sandalyede oturmayı tercih edebilirsiniz.

Gözlerinizi kapatmak ya da açık tutmak isteyebilirsiniz…

Şu an bulunduğunuz yere doğru bilinçli bir geçiş yapıyorsunuz.

Vücudunuza ve oturma postürünüze iniş yapıyorsunuz.

Kalçalarınız, bacaklarınız, ayaklarınız oturduğunuz noktaya temas ediyor.

Temas eden noktaların farkında olun…

Oturduğunuz yerin farkında olun…oturma pozisyonda olmanızı sağlayan omurganızı fark edin…

Omurganız kuyruk sokumunuzdan boyun bölgenize doğru uzanıyor, aşağıdan yukarıya uzanan omurganızın uzunluğunu fark edin…

Omuzlarınızın rahat ve gevşemiş olmasına izin verin. …

Kollarınız, bilekleriniz elleriniz rahat…

Elleriniz, bilekleriniz nerde rahat hissediyorsanız oraya koyabilirsiniz.

Yüzünüzü kontrol edin aktif veya gergin olan kaslarınızı da rahatlatmak isteyebilirsiniz.

Hem dik hem de asil bir şekilde otururken aynı zamanda rahatlayın…

Vücudunuz rahatken zihniniz daha uyanık ve daha burada olur.

Şimdi dikkatinizi nefesinizin hareketlerine yönlendirin.

Şu an nefesinizi en rahat nerde fark ediyorsanız oraya dikkatinizi verin

Karnınızda, midenizin olduğu yerde, göğsünüzün üzerinde veya burun deliklerinizde..

Ve nazikçe nefesinizin hareketlerinin farkında olun..

Nefes aldığınızda vücudunuzun hafif yukarıya doğru kalktığını ve nefes verirken hafifçe indiğini fark edin …

Unutmayın nefes zaten kendi yolunu bulur..

Nefese müdahale etmenize gerek yok..

Zaten siz en mükemmel şekilde nefes alıp veriyorsunuz..

Aldığınız her nefes daha önce deneyimlemediğiniz bir nefes , bunu bilin…

Nefesinizi merakla izleyebilirsiniz.... Aa bu uzun bir nefes, ya da aaa bu kısa bir nefes…

Her aldığınız nefes ve verdiğiniz nefeste bunu fark edin, uyanık olun ve burada olun….

Belki de nefesinizin zaman zaman değiştiğini fark ediyorsunuz..

Bazen daha hızlı bazen daha yavaş…..ritmi değişebilir.

Nefesiniz zaman zaman değişebilir ve bunda hiç sorun yok..

Nefesinizi uygulamanın bir çapası gibi kullanabilirsiniz.

Her defasında nefesin merkezine geldiğinizde burada, bu anın içinde mevcut olduğunuzu fark edin..

Zihniniz uzaklaşırsa, yani bazı düşüncelerin içine dalarsa nefesiniz yardımıyla onu tekrar buraya, bu anın içine getirebilirsiniz…Çünkü nefesimiz bu andadır.

KAYNAKLAR

Belge, J. (2019). *Bir grup yetişkinde depresif semptomlar, anksiyete semptomları ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkinin belirlenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bilici.M.(2020). *Covid 19 ve Ruh Sağlığı, Sağlık Düşünces,ve Tıp Kültürü Platformu*, 57. Sayı. https://www.sdplatform.com/Dergi/1368/COVID-19-ve-ruh-sagligi.aspx.

Dugas, M. J., Gosselin, P., & Ladouceur, R. (2001). *Intolerance of uncertainty and worry: investigating specificity in a nonclinical sample.* Cognitive Therapy and Research, 25, 551–558.doi:10.1023/a:1005553414688

Kabat-Zinn, J. (2013). *Full catastrophe living, revised edition: how to cope with stress, pain and illness using mindfulness meditation*. Hachette uK.

Kabat-Zinn, J. (2019). *Yeni başlayanlar için farkındalık*. Pegasus yayınlar, İstanbul.ISBN:978-605-299-686-7.

Ögel, K., Atalay, Z., & Ameli, R. (2016). *25 farkındalık dersi: şimdi sağlıklı yaşama zamanı*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Sungur Z.H. (2020). *Belirsizlikle barışmak, kaygı ve endişeyi yönetmek* (Korona Günlükleri). Büyükada yayıncılık ISBN:978-605-917-752-8

WHAT KEEPS US ALIVE: AWARENESS AT THE INDIVIDUAL AND COMMUNITY LEVEL

*** Associate Professor. Aysel KARACA**

***Inst. Dilek DEMiREZEN**

***Duzce University, Faculty of Health Sciences, Department of Nursing, Department of Psychiatric Nursing.**

Just as people have a strong need for food, sex, and other primary needs, they also need information about the future. Our brain perceives uncertainty as a threat and tries to protect itself by preventing us from focusing on anything but certainty. The need to know has increased even more since COVID 19 entered the world agenda. A sense of uncertainty can be felt in unlikely situations, such as a pandemic, that affect our routines and plans in ways that we cannot predict. Intolerance of uncertainty is defined as the tendency of the individual to see the potential occurrence of future negative events as unacceptable, regardless of the possibility of their occurrence.

When we feel uncertain or insecure, our brain tries to protect itself by activating dopamine systems. The rapid release of dopamine, on the other hand, encourages rewards and makes temptations more attractive, and the brain seeks a comfortable space for the body. For example,

grabbing one more glass of alcohol instead of falling asleep on time, or grabbing a large tray of desserts.

It may be useful to consider worst-case scenarios (disaster scenarios) in order to predict risks and prevent negative consequences in advance. But believing these stressful thoughts increases the tendency to react emotionally to disaster scenarios as if they were happening in real life. The opposite of uncertainty is not certainty, but presence, that is, the existing/real state.

Instead of thinking about the frightening and unknown future, it is necessary to focus on what is happening in our inner world, here and now, to bring attention to the breath, to the body, to observe how we feel, to notice where we feel these emotions in your body, to turn off external stimuli against everything that feels out of control.

Mindfulness Concept

The concept of mindfulness has started to attract a lot of attention in the world in recent years. According to Jon Kabat Zinn, this is very promising because we all lack and yearn for an intangible but necessary element in our lives. In fact, from time to time, we are fully aware of this deprivation, and we think that we have the right and power to actualize it and live it as it should. From this perspective, awareness is more than just being good. “Yes, I will become more aware of the life, be less judgmental, and everything will be fine. Why didn't I think of this before?" Such thoughts come and go, and they are not permanent. While it's a good idea to be more aware of life and be less judgmental, we're not getting anywhere just by thinking like that. In fact, thinking this way can make you feel inadequate and it can make you lose control. For awareness to be effective, the person who expects it must be fully committed. In other words, awareness is a *“practice”*. Beyond being a good idea or clever method or fad, it is a kind of an existence. In fact, this is a view that forms the basis of Buddhist meditation from thousands of years ago, but has gained a universal character with its basis of attention and consciousness. Mindfulness practice has a powerful effect on one's health and happiness. Evidence of this in the scientific and medical field has been demonstrated in many studies. It will be extremely beneficial if you apply it in a devoted, unyielding and disciplined manner, while at the same time perceiving each moment with a certain relaxation and lightness (with compassion and kindness). For most of our lives, we get immersed in “doing”—doing things, moving quickly from one thing to another, or doing more than one thing at a time. Our lives often become so driven that we constantly go over the present to reach a better future than the present. We live to clear things off our to-do list, then at the end of the day we lie down in bed extremely exhausted, and the next morning we jump up and find ourselves on the treadmill. This way of life is further complicated by our dependence on digital technology, which is often

always at hand, and the growing expectations that we impose on ourselves, others on us, and ourselves on others. Awareness comes into play here. It reminds us that it is possible to switch from the "doing" mode to the "being" mode with attention and mindfulness practices. Then our actions can become more holistic and effective due to our existence. Moreover, as we learn to be present in our own body and in the only moment we are alive, that is, we stop tiring ourselves so much.

Awareness is seeing the various mental states at play, their effects on the body, and how they feel moment by moment. It's not just "now" all the time. The curriculum for this adventure we call living, where awareness can play a key role, always consists of what is unfolding before us right now (whether we like what is happening or not).

According to Jon Kabat-Zinn, awareness is the ability to consciously direct attention in the present moment in a certain way without judgment. It is observing and noticing what is going on in the individual or around them in the present moment, as it is, without judging, with curiosity, without trying to change it. Awareness teaches experientially how to deal with what is noticed in the moment. That is, recognizing judgments, seeing past and future effects in perceptions, being compassionate to oneself and others in times of pain, and acceptance. In short, it emphasizes that how we face all the bitter and sweet life experiences we notice is actually the most important determinant on this path. Learning not to react to every thought that comes to mind, that is, being able to live without being caught in his thoughts and not being a prisoner of his thoughts, constitutes the essence of the concept of awareness. Being able to live by distinguishing what is thought and what is real, without combining with thoughts, is the most basic feature necessary for a person to lead a calm and serene life.

Viktor Frankl (1959) mentioned that there is a gap between the stimulus and the response. It is in this space that man has the freedom to choose his responses to situations. Awareness says that events and thoughts and feelings about them can be intervened even though they seem to develop automatically. One of the ways to intervene is to change the view of the world. When we change our expectations from the world, we can purify our minds of judgments and negative emotions if we develop them. Mindfulness practices focus the mind on these main points, free from judgment and expectation, allowing experiences of here and now to flourish. Thus, it improves our relationship with the world and ourselves, and the stress of daily life is greatly relieved. Mindfulness can also prevent greed, hatred, illusion, and self-centeredness. Awareness promotes the well-being, honesty and wisdom of the community. More importantly, adding

awareness to parenting contributes to supporting children as they continue to develop and grow in our own lives.

A MINDFULNESS PRACTICE

Breath Awareness

First, choose a comfortable sitting position.

You can choose to sit on the floor, on the mat, or in a chair.

You may want to close your eyes or keep them open…

You are making a conscious transition to where you are right now.

You are landing on your body and sitting posture.

Your hips, legs, feet touch the point where you are sitting.

Be aware of the contact points…

Be aware of where you are sitting…be aware of your spine, which allows you to be in a sitting position…

Your spine extends from your tailbone to your neck area, notice the length of your spine extending from bottom to top…

Let your shoulders be relaxed and loosed…

Your arms, wrists and hands are comfortable…

You can put your hands and wrists wherever you feel comfortable.

Check your face, you may also want to relax active or tense muscles.

Relax while sitting upright and dignified at the same time…

When your body is relaxed, your mind is more alert and more present.

Now direct your attention to the movements of your breath.

Pay attention to where you feel your most comfortable breathing right now.

On your belly, where your stomach is, on your chest or in your nostrils.

And gently be aware of the movements of your breath.

Notice that your body rises slightly as you inhale and descends slightly as you exhale...

Remember, the breath already finds its own way.

You don't need to interfere with your breathing.

You are already breathing in the most perfect way..

Every breath you take is a breath you have never experienced before, know this...

You can watch your breath with curiosity.... Oh, this is a long breath, or ah, this is a short breath...

Notice it with every breath you take and exhale, be alert and be here….

Maybe you notice that your breathing changes from time to time.

Sometimes faster, sometimes slower…..the rhythm can change.

Your breathing can change from time to time and that's okay.

You can use your breath as an anchor of the practice.

Each time you come to the center of the breath, realize that you are present here in this moment. If your mind wanders away, that is, if it is immersed in certain thoughts, you can bring it back here, into this moment with the help of your breath… Because our breath is in this moment.

REFERENCES

Belge, J. (2019). *Bir grup yetişkinde depresif semptomlar, anksiyete semptomları ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkinin belirlenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bilici.M.(2020). *Covid 19 ve Ruh Sağlığı, Sağlık Düşünces,ve Tıp Kültürü Platformu*, 57. Sayı. https://www.sdplatform.com/Dergi/1368/COVID-19-ve-ruh-sagligi.aspx.

Dugas, M. J., Gosselin, P., & Ladouceur, R. (2001). *Intolerance of uncertainty and worry: investigating specificity in a nonclinical sample*. Cognitive Therapy and Research, 25, 551–558.doi:10.1023/a:1005553414688

Kabat-Zinn, J. (2013). *Full catastrophe living, revised edition: how to cope with stress, pain and illness using mindfulness meditation*. Hachette uK.

Kabat-Zinn, J. (2019). *Yeni başlayanlar için farkındalık*. Pegasus yayınlar, İstanbul.ISBN:978-605-299-686-7.

Ögel, K., Atalay, Z., & Ameli, R. (2016). *25 farkındalık dersi: şimdi sağlıklı yaşama zamanı*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Sungur Z.H. (2020). *Belirsizlikle barışmak, kaygı ve endişeyi yönetmek* (Korona Günlükleri). Büyükada yayıncılık ISBN:978-605-917-752-8

PANDEMİ SÜRECİNİN PSİKOTERAPİYE YANSIMALARI: ONLİNE PSİKOTERAPİ UYGULAMALARI VE ETİK

Doç. Dr. Nurhan EREN

***İÜ İstanbul Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD Sosyal Psikiyatri Servisi Çapa/İstanbul**

Giriş

Çin'in Hubei eyaleti Wuhan kentinde 2019 Aralık ayında ortaya çıkan yeni COVID-19 salgını epidemi şeklinde başlayarak, kısa zaman içinde pandemiye dönüşmüştür. Bir buçuk yılı aşkın bir süredir hala etkisini göstermeye devam eden pandemi tüm dünyada yaşamı ağır sekteye uğratmıştır.[1] Hastalık etkeninin bulaştırıcı özelliğinin yüksek olması, dünyanın çeşitli bölgelerinden yayılan yeni mutant virüslerin varlığı, çeşitli aşılar üretilse de henüz toplumda istenen seviyede bağışıklığın sağlanamamış olması, hastalığın olumsuz klinik prognozu, özelikle 65 yaş ve üzeri başta olmak üzere hemen her yaş grubunda öldürücü sonuçlarının görülmesi, covid- 19 pandemisini 21. yüzyılın en önemli sağlık sorunu haline getirmiştir.

Bu dönemde insanlık iki önemli görünmez düşmanla savaşmaktadır: COVID-19 virüsü ve virüsün yayılmasını önlemek için uzmanların önerdiği karantina ve izolasyon talimatlarını takip ederken yaşanan, stres ve travmanın neden olduğu veya tetiklediği ruhsal sağlık sorunları.

Salgının yarattığı ruhsal sorunlar

Salgın dünyanın tüm bölgelerinde yaşamı tehdit eden fiziksel hastalıkların yanı sıra birçok psiko-sosyal sorunlara da neden olmaktadır.[1,2,3]

Bu psikososyal sorunların en önemlileri;

- Kendisinin ve yakınlarının hastalanması ve ölmesi ile ilgili korkular,
- Sevdiklerini koruyamama, onlara virüs bulaştırma ve sevdiklerini kaybetme korkusu,
- Hastalık kapma endişesiyle diğer sağlık sorunları için sağlık kurumlarına başvurmaktan çekinme,
- İzolasyon koşullarından dolayı çaresizlik, sıkıntı, yalnızlık, anlamsızlık ve depresif belirtiler,
- Hastalıkla ilişkilendirilip toplum tarafından dışlanma ya da temaslı olarak değerlendirilip karantina altına alınma korkusu,
- Geçim kaynaklarını kaybetme, izolasyonda iken çalışamama, işten çıkarılma korkusu,

- Karantina uygulaması nedeniyle sevdiklerinden ve bakım verenlerden ayrı olma, yalnızlık korkusudur.

Uzun dönemde sosyal yaşamın kısıtlanması, kişiler arası ilişkilerin zayıflaması, psikiyatri kliniklerine gidilememesi ya da başvuruların ertelenmesi nedeniyle anksiyete, depresyon, alkol ve madde kullanım bozuklukları da dahil olmak üzere ruhsal hastalıklarda şiddetlenme ya da nüksetmeler görülebilmektedir. Aynı zamanda eski alışkanlıklardan vazgeçerek yaşam biçiminde değişiklik yapılma zorunluluğu, yapılan planların aksaması veya tamamen iptal edilmesi, maddi- manevi kayıplar bireylerin yeni durumlara uyum sağlamada birçok sosyal sorunla karşı karşıya kalmasına yol açmaktadır.[2,3]

Covıd-19 salgını sırasında ortaya çıkan ruh sağlığı sorunlarının tüm dünyada ciddi oranda artışı, toplum sağlığını olumsuz anlamda etkilemiş, buna karşılık, yüzyüze görüşmeye dayalı klasik psikoterapi yöntemlerinin uygulanması riskli hale gelmiştir. Ruh sağlığını korumaya ve iyileştirmeye dair ihtiyacın ve taleplerin ciddi şekilde artması, yenilikçi ve yaratıcı yaklaşımların kullanılması ihtiyacını da beraberinde getirmiş, bu dönemde öne çıkan en önemli değişim, tüm alanlarda dijitalleşmenin artması, tele/online sağlık ve ruh sağlığı hizmetleri ve değişen koşullarda geliştirilen psikoterapi uygulamaları olmuştur.[4,5,6]

Belli ilkeler doğrultusunda, bir kurama bağlı olarak danışanla birlikte anlaşmaya varılmış terapötik bir çerçevede, yüzyüze bir iletişim yoluyla gerçekleştirilen psikoterapi uygulamaları yerini pandeminin gölgesinde hızla yeni yöntem ve uygulamalara bırakmak zorunda kalmıştır. Ancak pandemi döneminde teknoloji kullanımı yoluyla psikoterapi hizmetlerinin sürmesine olanak sağlayan bu yeni uygulamalar aynı zamanda birçok etik sorunu da beraberinde getirmiştir.

Online Psikoterapi Uygulamaları ve Etik

İnternet tabanlı psikoterapi (e-therapy; e-terapi), genellikle internet üzerinden bir danışan ile bir terapist (e-terapist) arasındaki etkileşim olarak tanımlanır. E-terapi, danışanların erişmesi için yapılandırılmış, web tabanlı bir tedavi programının kullanımını ve bir terapistin yardımını içerir. E-terapi, e-danışmanlık, ruh sağlığına dair bilgi içeren web siteleri, kendi kendine tedavi, destek grupları ve çevrimiçi sağlık taraması ve değerlendirmeleri gibi farklı hizmet türleri vardır.[4,5,6,7,8]

Online terapi uygularken, ruh sağlığı sorunları olan bazı bireylerin, yüz yüze terapiye kıyasla online terapiye daha az uygun olabileceğini akılda tutmak önem taşımaktadır. Gerçeklik algısında sorunlar yaşayan, intihar düşünceleri olan, çalışma anında şiddet veya cinsel taciz

mağduru olan, yüksek oranda ikincil ve/veya komorbid ağır psikiyatrik rahatsızlıklar yaşayan bireylerle online terapide bazı zorluklar yaşanabilir. Bu tür sorunları olan bireylerin uygun şekilde belirlenip yönlendirilmesini sağlamak için kapsamlı ve titiz klinik değerlendirmeler gereklidir.[9,10,11]

Online terapide dikkat edilmesi gereken bazı etik ilkeler vardır. Psikoterapiye başlamadan önce kapsamlı bir değerlendirme yapılmalı, mümkünse yüzyüze bir görüşme sağlanmalı ve aşağıda belirtilen konularda işbirliği sağlanmalıdır:

- Online psikoterapi, acil durumlar ve hastane tedavisi gerektiren durumlar dışındaki sorunlarınız için uygundur. İlk görüşmede bu durumun değerlendirmesi yapılarak uygun durumda online psikoterapi desteği verilir.
- Psikoterapi gizlilik ilkesine bağlı olarak sürdürülür. Online ortamda izinsiz kayıt ve ekran görüntüsü alma ile psikoterapi esnasında odada başka kişilerle seansı paylaşma psikoterapinin gizliliğine ve güvenli sürmesine engeldir. Bu durumların oluşmamasından danışan ve terapist birlikte sorumludur.
- Önceden internet bağlantısının sağlandığı ve kullanılan cihazın şarjının yeterli olduğu kontrol edilmelidir.
- Sanat psikoterapi oturumlarında kameranın görüş açısı ayarlanabilir olmalı veya 2. bir kamera ile sanat üretme süreci ekrana/terapiste veya grup üyelerine yansıtılmalıdır.
- Seans sırasında belli bir düzen, aynı oda ve ortam sağlanmalı, giyim ve mekan terapiyi sürdürmeyi engellememelidir. (Ör: Gecelikle yatak odasında bağlanma, yatar vaziyette olma, araba içinde, açık alanda, sokakta bağlanma, çay, kahve veya yemek yeme vb.. durumlar olmamalıdır.)
- Eğer sanat vb. terapi çalışmaları yürütülüyorsa kullanılacak sanatsal malzeme için önceden danışan ile birlikte planlama yapılmalı ve seans için malzemelerin nasıl temin edileceği belirlenmelidir.
- Online şehirler hatta ülkeler arası psikoterapi olanaklı hale gelmiştir. Bu anlamda psikoterapinin sürekliliğinin sağlanması açısından danışanın sorumlulukları vardır. (Ör: Seans ücretinin seanstan önce yatırılması, 24 saat önceden iptal edilmeyen seans ücretinin ödenmesi, saat farkının dikkate alınması vb.)

Kaynaklar

1. Serafini G, Parmigiani B, Amerio A, Aguglia A, Sher L, Amore M. The psychological impact of COVID-19 on the mental health in the general population. QJM. 2020;113(8):531–7. doi: 10.1093/qjmed/hcaa201.
2. Bozkurt Y, Zeybek Z, Aşkın R. Covid-19 pandemisi: psikolojik etkileri ve terapötik müdahaleler. İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2020; Covid19-Özel Ek:304-318. https://dergipark.org.tr/en/pub/iticusbe/issue/55168/753233
3. Zandifar A, Badrfam R, Yazdani S. et al. Prevalence and severity of depression, anxiety, stress and perceived stress in hospitalized patients with COVID-19. J Diabetes Metab Disord 2020;19:1431–1438. https://doi.org/10.1007/s40200-020-00667-1
4. Castelnuovo G, Gaggioli A, Mantovani F, Riva G. From psychotherapy to e-therapy: the integration of traditional techniques and new communication tools in clinical settings. Cyberpsychol Behav. 2003;6(4):375-82. doi: 10.1089/109493103322278754. PMID: 14511449.
5. Rochlen AB, Zack JS, Speyer C. Online therapy: review of relevant definitions, debates, and current empirical support. J Clin Psychol. 2004;60(3):269-83. doi: 10.1002/jclp.10263. PMID: 14981791.
6. Abbott JAM, Klein B & Ciechomski L. Best practices in online therapy. Journal of Technology in Human Services, 2008;26(2-4), 360–375. doi:10.1080/15228830802097257
7. Ybarra ML, Eaton WW. Internet-based mental health interventions. Ment Health Serv Res. 2005;7(2):75-87. doi: 10.1007/s11020-005-3779-8. PMID: 15974154.
8. Alavi N, Yang M, Stephenson C, Nikjoo N, Malakouti N, Layzell G, Jagayat J, Shirazi A, Groll D, Omrani M, O'Riordan A, Khalid-Khan S, Freire R, Brietzke E, Gomes FA, Milev R, Soares CN. Using the online psychotherapy tool to address mental health problems in the context of the covıd-19 pandemic: protocol for an electronically delivered cognitive behavioral therapy program. JMIR Res Protoc 2020;9(12):e24913. doi: 10.2196/24913
9. Mallen MJ, Vogel DL, Rochlen AB. The practical aspects of online counseling: ethics, training, technology, and competency. The Counseling Psychologist. 2005;33(6):776-818. doi:10.1177/0011000005278625

10. Suler J. Assessing a person's suitability for online therapy: the ISMHO clinical case study group. International Society for Mental Health Online. Cyberpsychol Behav. 2001;4(6):675-9. doi: 10.1089/109493101753376614. PMID: 11800174.
11. Stoll J, Müller JA and Trachsel M. Ethical ıssues in online psychotherapy: A narrative review. Front. Psychiatry 2020;10:993. doi: 10.3389/fpsyt.2019.00993

REFLECTIONS OF THE PANDEMIC PROCESS ON PSYCHOTHERAPY: ONLINE PSYCHOTHERAPY PRACTICES AND ETHICS

Assoc. Prof. Nurhan EREN

*** IU Istanbul Faculty of Medicine, Department of Mental Health and Diseases, Social Psychiatry Service Capa / Istanbul**

Introduction

The new COVID-19 outbreak, which emerged in Wuhan, China's Hubei province in December 2019, started as an epidemic and turned into a pandemic in a short time. The pandemic, which has been continuing to show its effect for more than a year and a half, has severely disrupted life all over the World[1]. The high contagious nature of the disease agent, the presence of new mutant viruses spreading from various parts of the world, the lack of immunity at the desired level in the population even though various vaccines have been produced, the unfavorable clinical prognosis of the disease, its lethal consequences in almost every age group, especially in 65 years and over, has made the covid-19 pandemic the most important health problem of the 21st century.

During this period, humanity is fighting two important invisible enemies: the COVID-19 virus and mental health problems caused or triggered by stress and trauma, experienced while following the quarantine and isolation instructions recommended by experts to prevent the spread of the virus.

Mental problems caused by the epidemic

The epidemic causes many psycho-social problems as well as life-threatening physical diseases in all parts of the World.[1,2,3]

The most important of these psychosocial problems are;

- Fears about himself and his relatives getting sick and dying,
- Fear of not being able to protect loved ones, infecting them with viruses and losing their loved ones,
- Do not hesitate to apply to health institutions for other health problems with the fear of Covid-19 contamination,
- Helplessness, distress, loneliness, meaninglessness and depressive symptoms due to isolation conditions,
- Fear of being associated with the disease and ostracized by the society or being considered as contact and quarantined,
- Fear of losing their livelihood, not being able to work while in isolation, being fired,

- Fear of being separated from loved ones and caregivers, and loneliness due to the quarantine practice.

In the long term, mental illnesses, including anxiety, depression, alcohol and substance use disorders, may be exacerbated or relapsed due to restriction of social life, weakening of interpersonal relationships, inability to attend psychiatry clinics, or postponement of referrals. At the same time, the necessity of making changes in the lifestyle by giving up old habits, the disruption or cancellation of the plans made, material and moral losses cause individuals to face many social problems in adapting to new situations[2,3].

The serious increase in mental health problems all over the world during the Covid-19 pandemic has negatively affected public health, while the application of classical psychotherapy methods based on face-to-face interviews has become risky. The serious increase in the need and demands for protecting and improving mental health has brought with it the need to use innovative and creative approaches. The most important change that stood out in this period was the increase in digitalization in all areas, tele/online health and mental health services, and psychotherapy practices developed under changing conditions.[4,5,6]

In the shadow of the pandemic, psychotherapy practices, carried out through face-to-face communication in a therapeutic framework agreed with the client in line with principles based on a certain theory, had to give way to new methods and practices. However, these new practices, which allow the continuation of psychotherapy services through the use of technology during the pandemic period, have also brought along many ethical problems.

Online Psychotherapy Practice and Ethics

Internet-based psychotherapy (etherapy; e-therapy) is generally defined as the interaction between a client and a therapist (e-therapist) over the internet. E-therapy involves the use of a structured, web-based treatment program for clients to access and the assistance of a therapist. There are different types of services, such as e-therapy, e-counselling, websites with mental health information, self-treatment, support groups, and online health screenings and assessments.[4,5,6,7,8]

When practicing online therapy, it is important to keep in mind that some individuals with mental health problems may be less suitable for online therapy than face-to-face therapy. There may be some difficulties in online therapy with individuals who have problems in their perception of reality, suicidal thoughts, victims of violence or sexual abuse, and high rate of secondary and/or comorbid severe psychiatric disorders. Comprehensive and rigorous clinical

evaluations are required to ensure that individuals with such problems are appropriately identified and guided.[9,10,11]

There are some ethical principles to be observed in online therapy. Before starting psychotherapy, a comprehensive assessment should be made, a face-to-face meeting should be provided if possible, and cooperation should be ensured on the following issues:

- Online psychotherapy is suitable for your problems other than emergencies and situations that require hospital treatment. In the first interview, this situation is evaluated and online psychotherapy support is given when appropriate.
- Psychotherapy is carried out in accordance with the principle of confidentiality. Sharing the session with other people in the room during psychotherapy by unauthorized recording and taking screenshots in the online environment prevents the confidentiality and safe continuity of psychotherapy. The client and the therapist are jointly responsible for these situations.
- Before the online session starts, it should be checked that the internet connection is provided and the device used is charged enough.
- A certain order, the same room and environment should be provided during the session, and clothing and space should not interfere with continuing the therapy. (For example: There should not be situations such as being tied up in the bedroom in a nightgown, being in a lying position, being tied up in the car, outdoors, on the street, eating tea, coffee or eating etc.
- If works such as art therapy are carried out, the art materials to be used should be reported and planning should be done. It should be determined how the materials will be procured for the session.
- Online city and even international psychotherapy has become possible. In this sense, the client has responsibilities in terms of ensuring the continuity of psychotherapy. (Ex: Paying the session fee before the session, paying the session fee that cannot be canceled 24 hours in advance, taking the time difference into account, etc.)

References

1. Serafini G, Parmigiani B, Amerio A, Aguglia A, Sher L, Amore M. The psychological impact of COVID-19 on the mental health in the general population. QJM. 2020;113(8):531–7. doi: 10.1093/qjmed/hcaa201.

2. Bozkurt Y, Zeybek Z, Aşkın R. Covid-19 pandemisi: psikolojik etkileri ve terapötik müdahaleler. İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2020; Covid19-Özel Ek:304-318. https://dergipark.org.tr/en/pub/iticusbe/issue/55168/753233
3. Zandifar A, Badrfam R, Yazdani S. et al. Prevalence and severity of depression, anxiety, stress and perceived stress in hospitalized patients with COVID-19. J Diabetes Metab Disord 2020;19:1431–1438. https://doi.org/10.1007/s40200-020-00667-1
4. Castelnuovo G, Gaggioli A, Mantovani F, Riva G. From psychotherapy to e-therapy: the integration of traditional techniques and new communication tools in clinical settings. Cyberpsychol Behav. 2003;6(4):375-82. doi: 10.1089/109493103322278754. PMID: 14511449.
5. Rochlen AB, Zack JS, Speyer C. Online therapy: review of relevant definitions, debates, and current empirical support. J Clin Psychol. 2004;60(3):269-83. doi: 10.1002/jclp.10263. PMID: 14981791.
6. Abbott JAM, Klein B & Ciechomski L. Best practices in online therapy. Journal of Technology in Human Services, 2008;26(2-4), 360–375. doi:10.1080/15228830802097257
7. Ybarra ML, Eaton WW. Internet-based mental health interventions. Ment Health Serv Res. 2005;7(2):75-87. doi: 10.1007/s11020-005-3779-8. PMID: 15974154.
8. Alavi N, Yang M, Stephenson C, Nikjoo N, Malakouti N, Layzell G, Jagayat J, Shirazi A, Groll D, Omrani M, O'Riordan A, Khalid-Khan S, Freire R, Brietzke E, Gomes FA, Milev R, Soares CN. Using the online psychotherapy tool to address mental health problems in the context of the covıd-19 pandemic: protocol for an electronically delivered cognitive behavioral therapy program. JMIR Res Protoc 2020;9(12):e24913. doi: 10.2196/24913
9. Mallen MJ, Vogel DL, Rochlen AB. The practical aspects of online counseling: ethics, training, technology, and competency. The Counseling Psychologist. 2005;33(6):776-818. doi:10.1177/0011000005278625
10. Suler J. Assessing a person's suitability for online therapy: the ISMHO clinical case study group. International Society for Mental Health Online. Cyberpsychol Behav. 2001;4(6):675-9. doi: 10.1089/109493101753376614. PMID: 11800174.
11. Stoll J, Müller JA and Trachsel M. Ethical ıssues in online psychotherapy: A narrative review. Front. Psychiatry 2020;10:993. doi: 10.3389/fpsyt.2019.00993

ONLINE PSYCHOEDUCATION IN COPING WITH STRESS

Dr. Talal Bani AHMAD

Human new lifestyles are filled with stress and strain, that's why this present century is named stress era. Stress is a person's psychological response to the demands and challenges that exist on something that is faced beyond one's capacity or resources (Colquit et al., 2011). Stress is also the reaction of our body to the pressures of a circumstance or life event which called stressor. There are a lot of factors that can function as stressors during pandemic such as loss of a loved one, relationship breakdown, unanticipated financial difficulties and loss of job which are from the top ten reasons of stress.

Coping is related to a range of cognitive and behavioral techniques used by individuals to control their tension and eliminate internal or external demands. In response to a traumatic event, coping serves as a way for people to restoring senses of control in their setting (Roy, 2009). Studies show that coping (primary and secondary) allows the effects of stress on maladjustment to be buffered or intensified, depending on ethnicity groups members, circumstances and society contexts (Alexander et al., 2015). There are a number of coping strategies used by individuals with stressful experiences based on their conditions and cultures. The psycho-educational stress management services focus on helping people improve stress management, coping and reduction skills, "e.g. mindfulness training, exercise, cognitive behavioral therapy.. etc. For several factors, online psychoeducational stress management program is a promising alternative to face-to-face therapy. The internet's global reach is gradually rising (e.g. 85 percent of people aged 16 to 74 in Europe are using the Internet). A lot of meta-analysis indicated, for a variety of routes, including depression, anxiety, stress and in prevention of mental health illnesses, web-based services can be as successful as traditional face to face program (Montero-Marín et al., 2016; Botella et al., 2015; Sander et al., 2016; Heber et al., 2017). Additionally, these methods are suitable and successful for different groups such as kids, students and older adults (Preschl et al., 2012; Farrer et al., 2013; Ebert et al., 2015). Online interventions tend to provide many advantages to mental health promotion compared to stress-related assistance usually offered (Christensen and Hickie, 2010; Kazdin and Rabbitt, 2013; Kazdin and Blase, 2011).

In some places and situations such as pandemic, online therapies are a realistic alternative to face-to-face therapies because their existing barriers such as costs, availability of services, waiting time, transportation and stigma can be resolved, thus reducing health disparities. Furthermore, as young people immersed in the digital world, the Internet can be powerful and

effective tools to enforce preventative measures on mental wellbeing (Baños et al., 2017). The online psycho education agenda is therefore readily accessible, high anonymity and its accessibility 24/7, Internet adoption has increased rapidly and is more cost-effective and less stigmatizing than conventional face-to-face programs, particularly for youngsters (Penetrasi and Perilaku, 2017). Everyone who visits a mental health provider will receive this stigma internationally, even though it is not a mental illness. Furthermore, studies report that most students use of web to get information's and assistance about emotional and mental health problems.

Web-based online activities may take various forms but mostly include e-mail, video or audio training, projects and individual input, in line with a default plan (Beacon, 2013), For several mental and physical disorders, these can be self-pace or completed, offering each scientific support for a range of online therapies. Cavanagh et al. (2013) analyzed whether a self-led online procedure based on mindfulness improved the college students' perceived stress and anxiety/depression, participants showed valuable decrease in post-test stress and stress symptoms of depression and worry (ds=.24 -.37). This research suggested the potential to improve the stress management and mental health through online and pace activities based on concentration. Another recent meta-analysis in 24 studies has shown that online psychoeducational therapy was effective in reducing psychological distress in the form of anxiety and/or depression, using cognitive, compartmental and consciousness-based approaches (Regehr et al., 2012).

Social networking in this significant population is another internet-based application that has the prospect of screening. More than 85% of adults aged 18 to 29 visit social networking sites such as Facebook (Madden, 2018). The prevention and the treatment of a wide spectrum of mental ills has been shown as effective in internet and mobile interventions (Sander et al., 2016; Ebert et al., 2017; Andersson et al., 2014; Andrews et al., 2010; Königbauer et al., 2017; Olthuis et al., 2015; Richards and Richardson, 2012; Zachariae et al., 2015; Ebert et al., 2015a & 2015b).

PANDEMİ VE YAS

Doç. Dr. İnci DOĞANER

Psikiyatrist, Psikoterapist

Psikoantropolojik ve Diyalojik Açıdan Korona

Evren ve insanlık tarihlerinin önemli bir kesitindeyiz. Dünya sağlıkçıları, tüm insanlığa yönelen, kendi küçük ama etkisi büyük bu virüsü, tabi ki "sağlığı tehdit eden bir etken" olarak ele alıp, onunla "savaşmak" için elinden geleni fazlasıyla yapıyor. Aşılar gelişti. Dünyanın bilim insanları, kurulları ve ekipleri tam mesai iş başında.

Episteme: Nesne etken- sonuçlar- ortadan kaldırma modeli (determinist pozitif bilim)

Ben bu konuşmamda, bu belirlenimci ve nesnel bilimci şapkamı bir yana koyacağım; Morenocu (Moreno JL, 1934) gelenekten gelen; kozmik insan antropolojik felsefesini, Ben-Sen karşılaşma etiğini benimsemiş bir psikoterapist olarak diyalektik/ karşıtıyla birlikte düşünme ve refleksif/ kendi üstüne dönen düşünce felsefe yaklaşımlarını; "Gilgameş-Enkidu Yas Modeli" (Doğaner 2018) adını verdiğim; yası, psikoterapi yoluyla danışanla birlikte çalışmak için kullanılabilecek bir modeli de kullanarak, konuyla ilgili düşünce ve hatta bu arada bazı duygularımı sizlere aktaracağım.

Önce, bu "fenomen"i, iki kutuplu mantık/ diyalojik çatışma modeli kullanarak kutuplar haline dönüştürelim. Tezi, korona/ "taç" olan bu çatışmanın antitezi nedir? Konuşma sonunda bunu "hasat çelengi" olarak göstereceğim. Bu imge-simge-arkerol modeli adını verdiğim algoritmayla uyumludur (Doğaner, 2021, baskıda). Burada taç imgesini güç ve kontrol olarak sembol düzeyine, "kral-kraliçe" ve "padişah" olarak arke-role getirmiş oluyorum. Artı-anlam (Riceour 1973/ T2007) olarak da görebileceğimiz "çelenk imgesi," birlik, dayanışma, sadeleşme olarak halkaya doğru sembolleşiyor ve Yunan "Eros," "Dionysos" arketiplerine (psikanalizde) ve Sümer "Attis," Mısır "Osiris" ve Yunan "Demeter", arke-rollerine (psikodramada) tarafımdan uzatılmış oluyor.

Yas

Can Kaybı

Her yarım saatte bir, bir sağlık çalışanını kaybediyoruz. Cemil Hoca (1 Nisan 2020, Psikodramanın 99. Doğum Gününde öldü), Dilek Hemşire (30 Mayıs, 2020'da öldü) Türkiye'de ilk kaybettiğimiz sağlıkçılar. Dilek Hemşirenin 34 haftalık bebeği sezaryenle

alınmıştı, insanlığın bu oğlu 20 günlükken taburcu oldu. Şimdi, umarım yaşıyordur, bugünlerde 1 yaşını yeni geçti.

Yas doğal mı, hastalık mı sorusunu uzmanlar soruyor. Bu soruyu soranların başında biyolojik modellerle çalışan «doktorlar» geliyor. «Psikanaliz tarih gibidir, bir yorumdur,» (Ricoeur P, 1965/ T 2007) savı bizi psikoterapiye başka türlü bakma olanağı sağlıyor. Bizi yorum ve dil felsefelerine de doğru yöneltiyor. Yeni bir bilime çağırıyor. Bunun öncüleri arasında psikodramatik atamız J. L. Moreno da var. Ben psikodrama ailesinde bu atanın dördüncü kuşaktaki torunlarından birisiyim. Benim modelim tamamen metaforik postmodern bir model; kendilik kuramıma da (Doğaner İ, 2020) zemin hazırlayan, uygulamalarımdan beslenmiş bir çalışma.

Elizabeth Kübler-Ross Modeli (kaynak McCoyd LM ve Walter CA 2016; ayrıca bkz: Doğaner 2018) psikiyatri ve psikoloji uzmanlarımızın en çok benimsediği modeldir. Kendisi aslında yas yaşayan değil ölüme gitmekte olan kanser hastalarıyla ilgili araştırmalar yapmıştır. "Ölüm Kraliçesi," diye de anılır. İÖPÇU/ DABDA akronimini/ kısaltmasını bileceksiniz, Denial/ İnkar, Anger/ Öfke, Bargaining/ Pazarlık, Depression/ Çöküntü, Acceptance/ Kabul ve uzlaşma diye sıraladığı aşamalı modeli kullanır. Bu metapsikolojik dilin günlük söylemlerimizdeki şekillerini şu biçimlerde görürüz: "Abartıyorlar, yok öyle bir şey. Bana bir şey olmaz. Ya bir şey olursa? Neden rakamları saklıyorlar? Neden herkese maddi yardım yok? Ne kadar duyarsızlar. Neden maske takmıyorlar? Önlem alırsam bir şey olmaz. Başka ne yapmalıyım? Bu hepimizi derinden etkileyecek. Uyumlanma sürecimiz sürüyor."

Sizlerin Hocası Olcay Çam ve arkadaşlarının kitaplaşan değerli çalışmalarını da kaynaklarım arasına ekledim. İlgilenenler için çok yararlı olacaktır kanısındayım.

Yas kuramlarını McCoyd ve Walter mükemmel şekilde kategorize ettiler, sınıfladılar. Bu çalışmalarını ben "Gilgameş-Enkidu Yas Modelinde" sizlere özetlemeye çalıştım. Modern ve Modern Sonrası/ Post Modern olarak ikiye ayırdılar: İş temelli (Freud, Lindemann, Worden modelleri) aşama temelli (Kübler- Ross, Bowlby, Strobe ve Strobe). İkili süreç (Strobe ve Schut), iletişim ve yorum (Neimeyer, Klass ve Dennis), öykü anlatma (White ve Epston) yargısızlık temelli (McCoyd ve Walter), anlam oluşturma (Neimeyer) şeklinde çok kısaca özetlenebilir. Kitabımda psikanalitik (Volkan V,) varoluşçu (Yalom I) psikodramatik (Blatner A, Figusch Z, Figueria B, Dayton T, Doğaner İ) yas işi çalışmalarından da söz ediyor, pek çok olgu örneği de aktarıyorum.

Akademik çalışma yapmak isteyen arkadaşlara konuyla ilgili "ambigious grief/ muğlak yas" kategorisini de takip etmelerini önereceğim. B. K. Şimşek ve arkadaşları şu anda bu konuyla ilgili bir çeviri kitap hazırlama işi içindeler.

Büyük Ölçekte Bir Yas

Artık sadece "canların" değil, insanlığın "şimdi-burada" mevcutlarının ve kehanetler aracılığıyla öngörülmüş şekilde "gelecek hayallerinin" kaybından söz ediyoruz.

Yoruma Dair ve Yorum Kuramı (Ricoeur 1965, Ricoeur 1973)

Arkeoloji (Freud 1917) -teleoloji (Hegel 1807) diyalektik/ diyalojisinde, geçmişimizden geleceğe uzanıyor bu çizgi.

İmge-Simge-Arkerol Kuramı -Metaforik bir Kuram- (Doğaner 2021)

Taç imgesini sembol ve arke-rolleriyle birlikte geleceğimiz için bir umuda taşıyacağız. Bu çatışmadan "sağ çıkmaya" çalışacağız. Bakalım protagonistimiz/ başkahramanımız olarak "kozmik insan" nereye varacak?

İnsanoğlunun önceki narsistik kayıplarına doğru ufak bir yolculuk yapalım:

ünya merkezliden, güneş merkezli insana geçtik. (Kopernicus epistemesi)

İlahi bir türden, sıradan ve evrimleşen sıradan bir türe geçtik (Genious/ deha – genius/ tür Darwin epistemesi) sonra yine yaratıcılık mevzusu açıldı "spontan- yaratıcı" tür olduk, "artı gerçeği" kazandık. (Moreno epistemesi).

Üçüncü narsistik yıkımımızı Freud yaptı: Bilinçle değil bilinçdışıyla yönetiliyorduk. (Bilinç-bilinçdışı sembolik topografisi) Freud "arzu-kültür" diyalektiğini açtı. Dilin doğuşuyla açılan simge dünyasını keşfetti (fort-da oyunu; yok olan anne oyunla buradaydı, çocuk yası böyle tutuyordu).

Arkeolojimiz, mezarlarımız, yazı (ilk kaynak Sümer).

İlk kral kahramanımız (Gilgameş ve Enkidu, me-other: öteki ben, anne), taptığımız tanrılar, insanlık durumumuz, kral ve kraliçelerimiz, padişah ve şehzadelerimiz, veba maskemiz, birey/ özne/ başkahraman.

Bugünkü toplumsal "durumumuzu" kolektif-psikoloji açısından nasıl karşıladığımızı anlamak için kullanabileceğimiz "göstergeler" var mı? Neden "travma" sözcüğünü seçmediğimi merak

eden olacak mı? “Olayın”, “durumun” yarattığı kitlesel ruh halleri nerelerden okunmalı? Eskiyen bir dönemin “yası” nasıl tutulmalı?

Ne Kaybediyoruz, Nasıl Karşılıyoruz, Nereye Varabiliriz?

Kolektif Göstergeler

Ben mit, masal, sinemanın ve günlük ritüellerin kültürlerarası farklılıklar için iyi bir kaynak olacağı tezimi 2003 Uluslararası Grup Psikoterapileri Birliği (Doğaner ve Atauz) kongresinde sunmuştum. O çizgiyi burada sürdürmek istiyorum.

Pandemide “cenaze ve düğün” törenlerine bir göz atalım.

“Reklamlar” yeni ritüellerinden birisidir. Modernite ve post modernitede reklam “dinsel ritüellerin” yerini almıştır. Beş vakit kılmıyor, elli vakit izliyoruz. Adeta kendimize tapıyoruz. Alıyor, yiyor, içiyor, takıp takıştırıyoruz. Doyuyor, güzelleşiyor, mutlu oluyoruz. Günah falan da çıkarmıyoruz. Ölmüyoruz da. Cenaze malzemesi reklamı yoktur. Dünyaya acı çekmeye değil, mutlu olmaya geldik. Anı dolu yaşamayı sadece mutlulukla eşleştirdik. Diğer “olumsuz duygulara (!)” ne gerek var?

“Sanatı takip et” Travma: FEPTO Alt-Grup Atölye Çalışmasında öne attığım bir tezdir (Doğaner 2013).

“İletişim ve iş biçimleri.”

Seçtiğim dört göstergeyi bizi gösteren bir ayna olarak yorumladık, anlamlandırdık. “Sosyal ayna evresi başladı,” tezini/ varsayımını geliştirdik.

Taç Döneminin Yasını Nasıl Tutsak?

Gelin tarihteki ilk yazılı yas nasıl tutulmuş, bu ilk örneğe, arketipe, “ilk-yas tutan”a (arke-rol) bir bakalım. Bize örnek olsun, kendimizi anlayabilelim, kendimizi bilelim. İşte şimdi bir psikodramatik rol (kurgulanmış rol, destanlaşmış bir kişinin yazılı eser haline gelmiş öyküsü, yazılı tarihteki ilk yas metni) ile birlikteyiz. Gilgameş. Eser sanatçı dostum Kadriye Özelmas tarafından benim için yapılmıştır, ©İnci Doğaner.)

Saydam No 74-85, burada Destanın kendilik gelişimi açısından sunum ve yorumu yapılmaktadır. “Kendilik Kuramı” (Doğaner 2020) ve “Bağ Kuramı” (Doğaner 2021) için referanslarda gösterilen kitaplardan yararlanılabilir.

Sonuç

Yorum kuramı açısından Eros'a antik bir tanrı olarak değil sevgi teması diye yorumlayarak erek bilimsel/ teleolojik bir artı anlam olarak ulaşır Ricoeur. İmge- simge- arkerol kuramında ben güç, denetim odaklı olmaktan çıkıp spontanlık-yaratıcılık, birlik dayanışma, paylaşım odağını seçerek yasımızı tamamlayamaya ilerlemeyi bir iyileşme seçeneği olarak önermiş oluyorum.

"Taç" imgesi "çelenge" dönüşüyor. Kral-kraliçe ve padişah arke-rolleri grup ve halka sembolüne yolu açıyor. Bunun spontan yaratıcı insan ve grup, kozmik insan sembol kümesi içinde yer alıyor. Yeni insan için arke-tipler psikanaliz basamağında Eros ve Dionysos ve yeni arke-roller psikodrama basamağında Attis, Osiris, Demeter oluyorlar.

Bu sunumda ilk kez "İmge-Simge-Arkerol Kuramı"na bir dördüncü basamak olarak artı-anlam ve artı- rol kavramlarını şimdilik bir taslak düzeyinde eklemiş bulunuyorum. Bu konu "Psikodramatik Söylem" adını alacağını düşündüğüm yeni kitabımın konusu olacaktır kanısındayım.

Şimdi bir olgu sunumuyla bu yazımı tamamlıyorum.

Olgu Sunumu (Gilgameş Enkidu Yas Modeli sayfa: 190- 199'da yer alan bir olgudur. Onayı alınan gerçek bir olgudur. Konferansta özet olarak 3-5 dakikada anlatılacaktır.)

GE Yas Modelindeki Olgu 2: Yol Gösteren

Emekli öğretmen, ona isminin anlamıyla tutarlı şekilde Yol Gösteren adını veriyorum. Yol Gösteren, 63 yaşında. Bekâr. 90 yaşındaki teyzesiyle yaşıyor. İlk kez psikiyatrik yardım alıyor. Güçlü, becerikli biri ve hala sevilen, akıl danışılan emekli bir öğretmen! Şimdi yaşadığı kasabada uzun yıllar öğretmenlik yapmış. Yetişkin olmuş esnaf ve memur eski öğrencilerinin ona hala gösterdiği saygı hoşuna gidiyor. Onlar adeta gurur duyduğu evlatlar. Bir de çiçekleri var çok sevdiği. Her sabah onlarla konuşuyor. Kankası olan üç arkadaşı var şehirde; onlarla buluşup "güzel" şeyler konuşuyorlar, kitaplar, romanlar, ilişkiler. Üç aydır çektiği uykusuzluk ve kaygı, yorgunluk onu bana getirmiş. Beş yıl önce kanserden kaybettiği, tüm kardeşlere ablalık etmiş ablası onu çok etkilemiş. Dört bekâr kız kardeş imişler. Teyze de hiç evlenmemiş. Teyze hala sapasağlam imiş! Kendisi yirmi iki yıl önce meme kanserinden ameliyat olmuş. O sırada annesi de kanser tedavisi görüyormuş ve onu kaybetmişler. Şimdi de Ankara'daki ablası kalp rahatsızlığı, ritim bozukluğu nedeniyle sık sık acile gidiyormuş. Ona da bir şey olacak diye çok korkuyormuş. Son beş ayda altı kez acile gitmek zorunda kalan ablası, her kötülediğinde onu yanına çağırıyor; birlikte kaldığı diğer kız kardeşten çok ona güveniyor ve onu

bırakmamasını istiyormuş. Onlar Ankara'daki kalp doktorunu bırakıp gelemiyorlarmış. Kendisi teyzesiyle kalmayı tercih ediyor, ayrıca küçük kasabadaki yaşamı çok seviyormuş. Ölen ablası da yazın gittiği küçük deniz kentinde aniden ölmüş. Ankara'daki kız kardeşleriyle ilgili olan bu ikilemle uykuları kaçmış ve ilk kez yardım almaya karar vermiş. Çalışmamız 15 günde bir gerçekleşiyor. Üçüncü seansımızda, beş yıl önce ölen abla ile psikodramatik bir veda sahnesi yapıyoruz:

İ: Evet, şimdi ablanı bu sandalye temsil ediyor. Karşına koyuyorum. Mesafeyi sen ayarla. Şu taburede ben oturacağım. Biraz arkanda olacağım. Elimi senin sırtına değince "sen" oldum, senin ağzından konuşuyorum demektir. Elimi koymadığımda görüşmeci ya da yönetici rollerinden birinde olacağım. Ablanın adı ne?

YG: Faydalı Kişi. (Bu ismi de ben verdim, anlamla tutarlı/ İD)

Sahneyi iki karşılıklı sandalye ile kuruyoruz; eşleme taburemde "ben" olarak oturuyorum.

İ: Onunla hangi zamanda konuşmak istersin? Ölmeden önceki bir yaşı? Ölmeden önceki son dakikalar? Şimdiki ruhu?

YG: Şimdi gelmiş.

İ: Güzel. İşte geldi. Ona ne söylemek istersin?

Not: Burada, ben sadece sandalyeyi abla olarak kullanıyorum. Başka bir yol da sandalyenin üzerine onun yerine bir kumaş, bir nesne koymak da olabilirdi. Kendi uygulamalarım içinde, özellikle ikili sahnelerde her zaman nesne kullanmanın bir artısı olduğunu görmediğimden, pratik kolaylık açısından boş sandalyeyi üstüne oturarak kullanılacak şekilde tercih ediyorum. Bir yol da sandalye arkasında durup elleriyle onunla bağ kurarak sandalyeyi antagonist/ protagonist yapmaktır. Seansı ayakta sürdürmek bireysel seanslarda gruba göre daha zordur. Sonuçta pek fark etmediğini kendi çıkarımlarımla ölçtüğüm için son zamanlarda bunu tercih ediyorum. Oyuna kolay giremeyen, kafası karışabilecek danışanlarla nesneler seçilebilir. Ayrıca birden çok kişinin bulunduğu sahnelerde nesneler kullanmak kolaylık yaratacaktır.

YG: Ah ablacım, ah! Ne çok şey borçluyuz sana. (Duraklama) Çok ani gittin. Hiç beklemiyordum.

İ: (eşliyorum): Sana borçluyum. Sen benim için…

YG (susuyor, ısınıyor)

İ (görüşmeci rolündeyim): Neler yaptı senin için, sizin için, anlat ona.

YG: Sen hepimizden büyüktün. Sen okurken Ankara'ya taşındık. Babam çiftçi idi, okuyamamış, hepimiz okuyalım istedi. Sen kazandığın tüm parayı bizim okumamıza verdin. Hepimizi sen okuttun sayılır. Babam tutturamadı, geri döndüler annemle. Bize sen baktın sayılır. Beşimiz de sana çok şey borçluyuz.

İ (eşliyorum): Sana çok minnettarım.

YG: Evet çok minnet doluyum.

İ (eşliyorum): Seni kaybetmek…

YG: Seni kaybetmek çok ağır oldu. Aniden gittin. O deniz kasabasındaki evi ne kadar özenle hazırlamıştın. Tadını çıkartamadın (Ağlamaya başlar).

İ (eşliyorum): Çok üzülüyorum.

YG: Çok üzgünüm çok. Seni öyle çok özlüyorum ki. (Sessizlik) Biliyor musun, senden sonra ablam kalp hastalığına yakalandı. İkisi oradalar, Ankara'da. O da ölecek diye çok korkuyorum. Ne yapacağımı bilmiyorum. Gitmeli miyim yanlarına?

İ (eşliyorum): Sana soruyorum bunu çünkü…

YG: Çünkü sen hep bize ne yapmamız gerektiğini söylerdin. Sen hep bilirdin.

İ (eşliyorum): Sensiz biraz eksik hissediyorum.

YG: Aslında tam öyle de değil. Ne istediğimi biliyorum ama…

İ (eşliyorum): … ama açıkça hayır demeye korkuyorum.

YG: Evet, evet, sorun bu. Kırmaktan, üzmekten, reddediyor olmaktan korkuyorum. (Sessizlik) Bu senle de böyle oldu.

İ (eşliyorum): Senin benim ne yapacağımı söylemen ve benim hayır diyememem beni…

YG: … beni yordu. Kendi düşüncelerimi ve duygularımı dinlemekte zorlandım. (Sağ elini yumruk yapar, sol eliyle sağ elini üstünden kavrar.)

İ (eline işaret ediyorum, görüşmeci rolündeyim): Ellerin ne diyor? Sağ elin yumruk oldu, sol elin onu tutuyor. Söze çevirsek ellerin ne diyor?

YG: Ne diyor?

İ: Biraz kızıyorum diyor olabilir mi? Kendi gücünü bastırıyor gibi.

YG: Evet, bu olabilir. Sanırım, kızgınım. Kendim olmama pek izin vermediler, vermiyorlar. Hep yapılması gereken bir şey var. Bir doğru var hep, o yapılmalı.

İ: Söyle ona.

YG: Bu aile hep vicdan yaptı. Kötü olduğumu söylersiniz diye hep korktum. Kendimi bastırdım.

İ: (eşliyorum) Sana biraz kızgınım…

YG: Sana da kızgınım Ankara'dakine de. Ona panik yaptığını söyleyeceğim. Kalbi o kadar hasta değil aslında. Psikiyatriste gitmesi gerek.

İ: (eşliyorum) Kırmaktan korktuğum için söylemiyorum. Ama bak şimdi sana söyledim.

YG: Evet, bunu hiç söylememiştim.

İ: Rol değiştir.

İ: Merhaba FK. Kardeşin seni çağırdı. Hoş geldin. Onu duydun. Ne söylemek istersin?

FK olarak YG: Onu çok sevdim. Haklı biraz fazla karıştım onlara. Çoluğum çocuğum yerine koydum.

İ: (FK'ya): Şimdi, şu anda ne hissediyorsun? FK: Şaşırdım, bana hiç söylemedi kızdığını.

FK rolünden YG'ye: Üzgünüm.

İ: Rol değiştir.

YK: Bunu duymak iyi geldi abla.

İ: Başka ne söylemek istersin? Birazdan göndereceğiz onun ruhunu.

YK: Sana teşekkür ederim abla. Gitmeden önce keşke sarılabilseydim, sarılabilsem sana.

İ: Şimdi ben bedenimi onun ruhuna ödünç vereceğim. Böylece sarılıp veda edebilirsin ablana.

İ (FK rolüne giriyorum)

YK ablasını oynayan bana sarılır. Ağlaması yeniden başlar.

YK: Hoşça kal abla. Seni artık rahat bırakmalıyım. Hoşça kal. Huzur içinde ol. Gözün arkada kalmasın. Ben ne yapacağımı biliyorum.

Abla rolünde onunla kucaklaşıyor ve bir süre sonra ayrılıyorum. Pencereyi açıp, üstümden abla rolünü dışarı silkeliyorum. “Huzur içinde ol FK”, diyorum, ardından rolü üstümden çıkarmak için “Ben İnci’yim, ben İnci’yim, ben İnci’yim” diyerek pencereyi kapatıyorum.

İ: Şimdi terapist İnci’yim. Sandalyeyi de rolden çıkarıp, yerine koyabilirsin. (Bu arada ben de de tabureyi odadaki eski yerine yerleştiriyorum). Süreci değerlendiriyoruz. “Kendi rolünde olmak, onun rolünde olmak nasıldı? Neler iyi geldi? Şaşırdığın şeyler oldu mu?” Özellikle, kendi kızgınlığını bu kadar bastırmış olduğunu ilk kez fark ettiğini söylüyor. Bu onun için en şaşırtıcı noktadır. Danışan, bu seanstan sonra artık rahat uyumaktadır. Çok rahatlamış olduğunu ifade etmektedir. Yaşadığı yeri bırakmamaya karar vermiştir. Ne istediğini biliyor ve kendisine bunu seçme hakkını rahatlıkla veriyordur. Ankara’daki ablaya bir psikiyatristten randevu almışlardır. “Bu yıl boyunca ayda bir kez size gelmeye devam etmek istiyorum,” der. Anlaşırız.

Değerlendirme Rol çözümlemesi

Protagonisti terapiye getiren rol: Açık: İkilemdeki kız-kardeş (Kendi seçtiğini yapan ile Ankara’daki kız kardeşlerini kırmamak için hayır diyemeyen arasında) Örtük/ tam ifade edilmeyen rol: Yası donmuş kız-kardeş.

Seanstaki roller:

İlk açılanlar: Üzüntü ve özlemde kalmış yaslı kız kardeş; destek ve doğrulanma arayan küçük kardeş.

Derin eşlemelerle erişilen: Yönetilmeye karşı suskun ve kızgın kalmış, içte tepkili küçük kardeş (yaşam boyu).

Gelişen rol: Hayır diyebilen, kendi seçiminin arkasında duran, doğru yolu seçen (kız kardeşim ölmüyor, hastalığının ruhsal bileşenine sahip çıkmalı), derin empati kuran; kendini gören, vedalaşabilen.

Diyalektik kutuplaşma: İçsel: Söz dinleyen küçük/ seçim yapan yetişkin/olgun Görünen: Söz dinleyen Kardeş/ Doğruları Kendi Bilen Fedakâr Abla Sentez/ Dönüşüm: Uygulu çocuktan aklı hür, vicdanı hür bireye doğru Kritik an: (Moment): Yumruktan yani bedenden duyguya geçiş ve bastırdığını fark etme anı

Başka yorumlar: Bu yönetimde, vedalaşma sırasında abla rolüne girmem eleştirilebilir. Bunun genellikle aktarım almak konusunda risk yaratığı bilinmektedir. Ancak, benim deneyimlerim, özellikle Türk toplumunda dokunma ve sarılmanın çok önemli olduğu sonucunu çıkarmama yol

açtı. Özellikle kadın hastalarımla vedalaşmada ve bazı başka noktalarda artık antagonist rolüne girmekten kaçınmıyorum. Erkek danışanlarda genellikle bir minder vererek ona sarılmalarını söylüyorum. Kadınlarla bedensel temas genellikle daha kolay oluyor ve daha az riskli. Bence, bu kucaklaşma, tıpkı bebek yoğun duygularla sarsıldığında ona kucak vermek gibi. Bu karşılıklı ilişkiyi, sen-ben ilişkisini sağlıyor. "Hasta ve doktor/ terapist" değil, "ben İnci ve sen Yol Gösteren insan insana eşitiz"i de uygulamaya sokuyor. Tabi ki aktarımlar konusunda farkındalık içinde olmak çok önemli. Genç psikodramatistler alabilecekleri erotik aktarımlar, idealize edici aktarımlar, taciz edilmişlik aktarımları konusunda oldukça farkındalık içinde olmalılar. Hele de henüz psikodramatik sosyometrik psikoterapi felsefesinin tüm öğelerini derinden birleştirmiş durumda değillerse kendilerini insan olarak ortaya koymada çok da cesur olmamalıdır. Danışanın gözünde yetersiz, yetkin olmayan bir yardım-veren rolüne düşebilirler. Terapistin ne yaptığı değil "ne olduğu"nun önemini Ella Mae, Moreno'nun ısınma ile ilişkisini anlatırken vurgular. Ella Mae Moreno için şöyle der: "Onun ısınma yaptırmaya ihtiyacı yoktu. Mesele ne yaptığı değil ne olduğuydu."

Gilgameş-Enkidu modeli ile değerlendirme: Önce kendine duygu konuşma izni veriyor. Asa (terapistin eşlemeleri) ve aslan postu ile (sahneleme cesareti) yola çıkıyor. Akrep adamların kapısını tuttuğu Maşu dağına varıyor. Burada "söz dinleme" "kendini dinleme" karşıtlığı ikiliği oluşturuyor. Dağın içinde bilinçdışını bedeni aracılığıyla tanıyor ve hiç kullanmadığı kızgınlığı, kendi yumruğunda görüyor. "Nehirde" yıkanıyor. Kalan kardeşlere de yasını bulaştırıp, ölürler diye korktuğu anlaşılıyor. Korkuyu da yıkıyor, temizliyor. Ölene veda edince, büyük olan güçlüdür, ikileminden geçip gönül kapısına varıyor. Zehir, "Sevdiğini hayır diyerek üzme," ise panzehir, "Kendi isteğin olarak dile getir, bu kırıcı değil ki!". Daha önce taşıdığı kızgınlık boşalmasaydı danışan bu dile geçemez, "Beni boğmayın, hayır diyorum size," şeklindeki saldırgan dile mahkûm olurdu; çünkü agresyon/ kızgınlık dil ile boşalmak zorunda kalırdı. Gilgameş, bu yolculukta, kanımca bahçedeki "taşı", yani kendini bulma aşamasında aradığını bulmuş ve yolculuğu tamamlamış oluyor. Kendilik aşamaları: Öz aşaması ve kendini bulma aşaması

KAYNAKLAR

Çam O, Bilge A ve Kesin (2010) Gidenler ve Geride Kalanlar, Egetan Yayınları, İzmir.

Doğaner İ, Atauz S (2003) Workshop: Legends, myths, fairytales and daily practices as tools for searching differences and similarities among cultures; IAGP Congress, Istanbul.

Doğaner İ (2013) FEPTO AM, Subgroup Workshop participant, Santander, Spain.

Doğaner İ (2018) Gilgameş-Enkidu Yas Modeli. Ben-Sen Etiği. Duvar Yayınevi, İzmir.

Doğaner İ (2020) Psikodramatik Psikoterapide Değişim ve Dönüşümler: Bir Kendilik Gelişimi Kuramı. Duvar Yayınevi, İzmir.

Doğaner İ (2021) Dört Plasenta, Dört Doğum: Bir Bağ Kuramı Açısından Psikodramatik Psikoterapide Değişim ve Dönüşümler, Duvar Yayınevi, İzmir.

Doğaner İ (2021) İmge-Drama. Kurs Notları. Duvar Yayınevi (Yayına Hazırlanıyor), İzmir.

McCoyd LM, Walter CA (2016) Grief and Loss Across the Lifespan. A Biopsychosocial Perspective. Springer Publishing Company.

Moreno JL (1934) Kim Sağ Çıkacak? Çeviri İnci Doğaner. İzmir Psikodrama Derneği Yayınları, (2021) (Yayına Hazırlanıyor), İzmir.

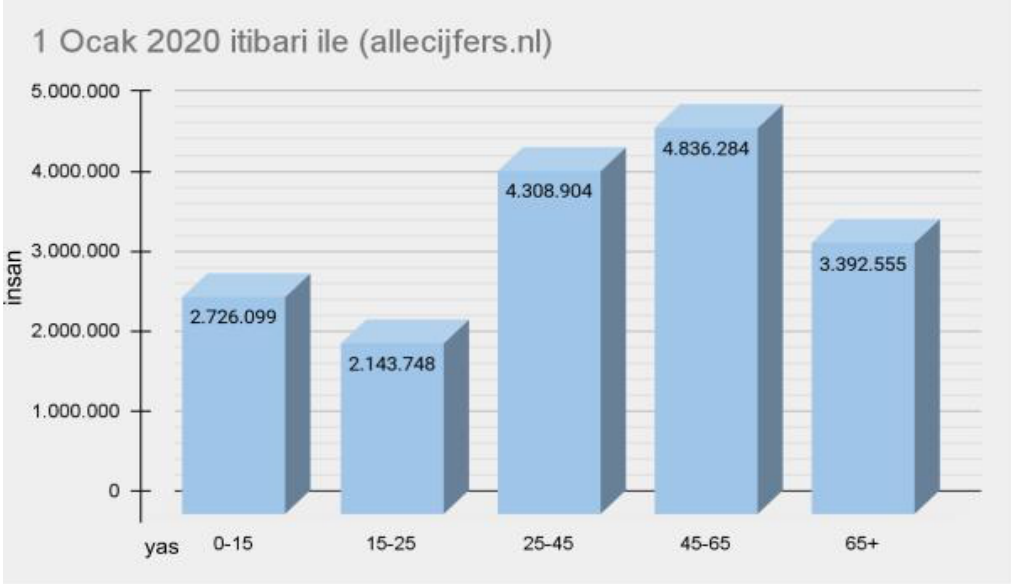
Ricoeur P (1965) Yoruma Dair. Freud ve Felsefe. Çeviri Necmiye Alpay (2007), Metis Yayınları, İstanbul.

Ricoeur P (1973) Yorum Teorisi. Söylem ve Artı Anlam. Çeviri Gökhen Yavuz Demir (2007), Pinhan Yayıncılık, İstanbul.

KIRILGAN GRUPLARDA PANDEMİNİN ETKİLERİ: HOLLANDA BOYUTU

Dr. Şerife ÖZDAĞ VERHEES, HOLLANDA

Öncelikle sizlere Hollanda'dan seslenmem nedeniyle kısa bir genel bilgi vermek istiyorum. Hollanda'nın nüfusu 17.500.000. Nüfusun büyük çoğunluğunun 25 yaş ve üzeri grubun oluşturduğunu ve özellikle 45 ve üzeri yaş grubunun toplamının oldukça yüksek olduğunu söyleyebiliriz. Bu yaş grubundakilerin Covid -19 bulaşımı açısından riskli grup olduğunu da hatırlatarak bu tabloya bakmanızı rica ediyorum[1].



Çin'de 2019 yılının sonlarında başlayan bu pandemiyi, biz de önceleri bir bilim kurgu filmini izliyormuş gibi Hollanda'dan izlemeye başladık. Pandeminin bizim buraya da ulaşacağını hiç düşünmeden, normal hayatımıza, seyahatlerimize devam ettik. Şubat ayı sonunda Güney Hollanda bölgesinde her yıl düzenlenen karnaval kutlamaları sırasında, sokak, bar ve kafelerde büyük insan kalabalıkları bir araya geldi. Yine bu dönemde okulların bir hafta tatil olması nedeniyle pek çok insan başka ülkelere seyahate çıktılar ve yine büyük kısmı da kayak tatili için İtalya, Avusturya, Fransa gibi ülkelere gitti.

Tatil dönüşünün hemen ertesinde Covid -19 vakaları, özellikle benim yaşadığım Güney Hollanda bölgesinde görülmeye başlandı. Tatilden dönüşlerde yapılan aile ziyaretlerinin ardından, yaşlı grupta, bakım evlerinde bulaşma, hastaneye yatış ve ne yazık ki ölümler birdenbire arttı. Sağlık personelini koruyacak maske, eldiven ve dezenfektan konusunda gerekli önlemler daha önceden alınmadığı için sıkıntı vardı ve özellikle yoğun bakım ünitelerindeki doluluk, otoriteleri endişelendirecek boyutta idi. 12 Mart 2020'de ilk önlemler alınmaya başladı. Yaşlı bakım yurtlarının ziyaretçilere kapatılması, evde ziyaretçi kabul etme sınırlaması, evden çalışmaya teşvik vb. Giderek önlemler kişileştirildi ve okulların online eğitime geçmesi,

bar ve restoranların kapatılması, alışveriş yerlerinin önce sınırlı sayıda müşteri almaşı ve sonrasında tamamıyla kapatılması ardından vaka sayılarındaki düşüş nedeniyle Mayıs ortalarında önlemlerde bir gevşeme oldu.

Seyahat kısıtlaması olmadığı için, pek çok kişi seyahatlere gitti. Ağustos ayı sonunda vakalardaki artış ile yeniden önlemlerde sıkılaştırma zorunluluğu doğdu. Kristmas ve yılbaşı döneminde giderek arttırılan önlemler 2021 yılında gece sokağa çıkma kısıtlamaları, uzun süre online eğitim yapan okulların yarı online yarı yüz yüze eğitim yapılması gibi önlemlerle bugüne gelindi[2].

Şu anda Hollanda'nın Covid -19 tablosu :(3 Rivm.nl)

Haftalık	Covid-19 sayılar	19/25 Mayıs 2021
	Hafta	Hafta
Yeni vaka	25.255	35.142
Hastaneye yeni yatış	830	1.224
Yoğun bakıma yeni yatış	186	241

Uzun süren corona krizi ve yaşamımıza getirdiği kısıtlamalar, ruhsal yakınmalarda artışa ve dolayısıyla da bu soruna ilişkin bir perspektif oluşturma gereksinimini doğurdu.

Pandemi ile hayatımızdaki değişiklikler:

Ellerin yıkanması:

Bu pandemi önlemi, bir hijyen kuralı olarak ellerin yıkanması alışkanlığının geliştirmesi acısından olumlu bakılacak olsa bile, ellerinizi sürekli yıkayın mesajı özellikle obsesif kompülsif kişilik özelliği ve obsesif kompülsif bozukluk öyküsü olanların semptomlarını arttırabilir. Bu mesaj ile ellerin yıkanması potansiyel bir sorun eyleminden ziyade mantıklı bir koruma eylemi olarak görülebilir ve daha da önemlisi bu tür aşırı davranışlar toplumsal olarak kabul görebilir. Bu da kişinin yardım arama davranışını geciktirebilir ve tedaviyi zorlaştırabilir. Nitekim Covid – 19 döneminde OKB'li bireylerle ilgili vaka çalışmaları literatürde bulunmaktadır. Bu yayınlarda OKB'li hastaların anksiyete ve kompülsif davranışlarının yakından takip edilmesi ve erken dönemde müdahale edilmesi için, aile hekimlerinin daha dikkatli olması önerilmiştir [4].

Tüm bunların yanında kendi öz bakımlarını yapmakta dahi güçlük yaşayan ciddi psikiyatrik bozukluğu olan hastaları, ellerini düzenle yıkanmasına ikna etmek, bakım verenler açısından ayrı bir problem oluşturmaktadır.

Maske kullanımı:

Pandeminin başından beri bulaşmanın önlenmesi için maske kullanımı önerildi. Başlangıçta yaşanan maske bulma sorununa rağmen, ilerleyen zamanlarda maske geniş ölçüde kullanılmaya başlandı. Maske bizi virüs bulaşışından korumasına karşılık, etkili iletişim kurmamızda engeller oluşturmaktadır. Karşımızdaki kişinin duygulanımını anlamamızı zorlaştırmaktadır.

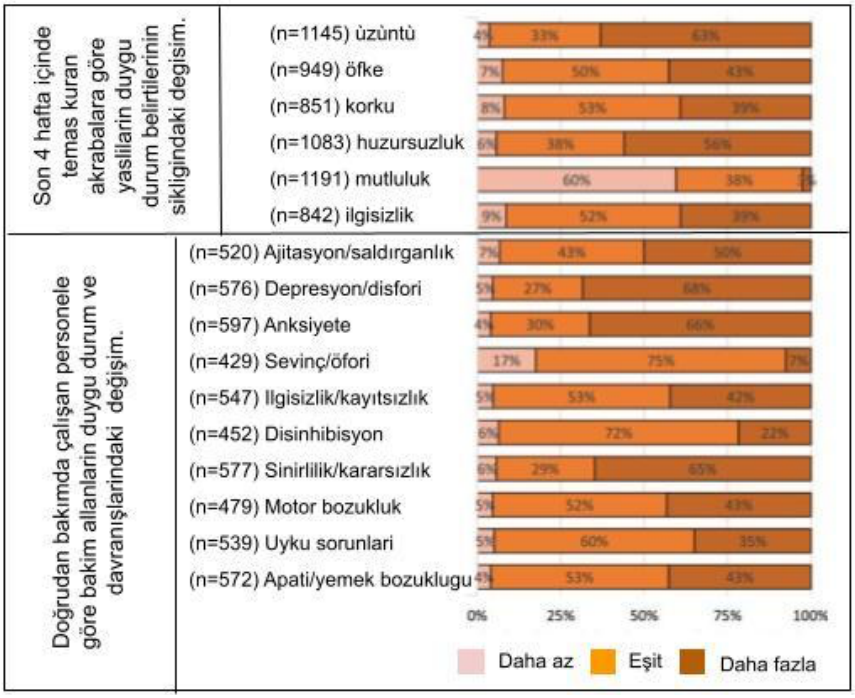
Hollanda'da Ulusal Ruhsal Sağlık Platformu ruhsal olarak kırılgan gruplardaki kişiler ve yakınlarının, Covid -19 un ve önlemlerinin, onların günlük ve ruhsal yaşamlarına ve bakımlarına etkisini araştırmış. Anketi cevaplayanların %47'si maske takmanın yaşamlarını olumsuz etkilediğini, % 22'si bazı geçmiş travmalarını yeniden yaşadıklarını, panik, korku ve klostrofobi belirtilerinin arttığını, dissosiyasyon yaşadıklarını belirtmişlerdir. Nonverbal iletişimi zorlaştırdığını, hatta imkânsızlaştırdığını, iletişim kurarken kendilerini güvende hissetmediklerini, anlaşılıp anlaşılmadıklarından emin olamadıklarını söylemişlerdir. Bu arada duyma sorunu olan bireylerin yaşadıkları güçlüğü de göz ardı etmemeliyiz. %16'sı nefes almakta güçlük çektiklerini ifade ederken, %25'i ruhsal hastalıkları nedeniyle diğer kişilere garip gelen bazı yüz ifadelerini ve mimiklerini saklama olanağı verdiği için olumlu bulduklarını söylemişlerdir [5].

Sosyal mesafe, ziyaretçi kısıtlaması

Hollanda'da Covid – 19 un büyük ölçüde ilk görülmeye başladığı yerler yaşlı bakım evleri oldu. Birdenbire bakim evinde kalan pek çok yaşlıda virüs saptandı ve ölümler görüldü. Önlem olarak hemen bu evlere ziyaretçi yasağı getirildi. Halka da yaşlı grubundakilere virüsün bulaşmasını önlemek adına ziyaretlerin gerekli olmadıkça yapılmaması tavsiye edildi. Bakım evlerinin içindeki bazı sosyal aktivite alanları ve gündüz bakım ve aktivite üniteleri kapatıldı. Yaşlıların aile ve yakınları ile iletişimi, telefon, video veya camdan görüşme olarak sınırlandı.

Bu önlemler yaşlı bireyleri bir anda sosyal izolasyona itti. Yapılan çalışmalarda 5 yaşlıdan 4'ünün kapanma önlemleri ile kendilerini yalnız hissettikleri ortaya çıkmıştır[6].

Yapılan başka bir araştırmada da bakım verenlere ve bakım evlerinde kalanların yakınlarına kapanma sürecinden sonraki 6- 10 haftalık süreçte, bakım evlerinde kalanların duygu ve davranışlarındaki değişime ilişkin görüşleri araştırılmıştır



Görüldüğü gibi katılımcılar yaşlıların kısıtlamadan sonra daha fazla duygusal yalnızlık depresyon yaşadığını duygu ve davranışlarında önemli değişiklikler olduğunu belirtmişlerdir. Bu pilot çalışmanın sonunda, sosyal izolasyonun özellikle yaşlılar için mantaliteyi arttıracak ciddi bir sorun olduğu hatırlatılarak gerekli önlemlerin alınması önerilmiştir[7].

Mind grubunun yaptığı çalışmada katılımcıların %60'i ziyaretçi kısıtlamasının yaşamlarını olumsuz etkilediğini ifade etmişlerdir. Kısıtlama nedeniyle evlerine kimin gelip gelemeyeceğini seçmek zorunda olmalarının stres yarattığını, çocuklarını ve torunlarını özellikle dini bayramlarda aynı anda görememenin çok üzüntü yarattığını belirtmişlerdir. %8'i ise bu kısıtlama nedeniyle kendilerini daha rahat hissettiklerini, arkadaşlarını veya yakınlarını ziyarete gitmemeleri için iyi bir gerekçe olarak gördüklerini söylemişlerdir[5].

Bulaştan korunmak için diğer kişilerle aramıza en azından 1,5 metrelik mesafe koymamız, el sıkışma ve sarılma gibi fiziksel kontaklardan kaçınmamız pandeminin başından beri tavsiye edildi.

Bilimsel olarak da kanıtlanmıştır ki; dokunma ve dokunulma duygusu bireyleri rahatlatarak mutlu olmalarına yardımcı olur. Ancak Covid-19 nedeniyle kaçınmamız önerilen fiziksel kontaka ve mesafe önlemi, özellikle yalnız yasayan kişileri etkilemektedir. Aile içinde bireyler birbirlerine dokunarak bu ihtiyaçlarını karşılamakta iken, yalnız yaşayanlar için bu durum, iki seneye yaklaşan pandemi sürecinde giderek büyük bir eksiklik olarak karşımıza çıkmaktadır. Trimbos Enstitüsünün yaptığı bir çalışmada bireylere yaşamlarında şu anda en çok neye ihtiyaç duydukları sorulmuştur. Çok büyük bir çoğunluğu sosyal kontakt ve gelecek perspektifi olarak cevap vermişlerdir[8].

Sosyal mesafe ve fizik kontakt kısıtlaması önleminin uygulamaya konulması bazı psikiyatri hastaları veya bilişsel yeti eksikliği olan bireyler için kolay ve anlaşılabilir olmayabilir. Örneğin ciddi psikotik problemleri olan bir hastanın 1,5 metrelik mesafeyi korumasını sağlamak bakım verenleri zor durumlara sokabilir [9].

Evden çalışma:

Kişilerarası teması mümkün olduğunca sınırlayarak, virüsün bulaşımını önlemek düşüncesi ile, çalışanlara evden çalışmaları tavsiye edilmiştir. Başlangıçta; işe geliş gidişlerde harcanan zamanın başka şeyler için kullanılabileceği ya da evde daha flexibel çalışabilecekleri gibi düşüncelerle bu öneri olumlu karşılandı. Ancak ilerleyen zamanlarda bireylerin kişisel ve iş gelişimini ve aile ilişkilerini etkilediği ortaya konmuştur. Dijital çalışma, çalışanların kompüter kullanma yeteneklerini geliştirme zorunluluğunu ortaya çıkardı. Çocukların ve diğer bireylerin de olduğu bir ev ortamında konsantre olup çalışmanın zorluğu, sakin çalışabilmek için kendine ait bir ortam yaratamama gibi sorunlarla karşı karşıya geldiler. Bu da zaman zaman aile içindeki ilişkileri de olumsuz etkileyen bir stres kaynağı olarak karşımıza çıkmaktadır[6].

Özellikle bir kurumda yeni çalışmaya başlayan bireylerde, kendini kuruma ait hissetmeme duygusu, çalışma arkadaşları ile iletişim eksikliği belirtilen sorunlar arasındadır[6].

Online eğitim:

Covid -19 un özellikle ortaokul- lise ve yüksek öğretim alan gençlerden ailelerine bulaştığı ortaya konmasından sonra, okullar kapatılarak online eğitime geçilmiştir. Bu da gençler için yeni sorunlar ortaya çıkararak kırılganlıklarının artmasına yol açmıştır[10]. 18 – 27 yaş grubundaki gençlere pandeminin yaşamlarını etkileyip etkilemediği sorulmuş. Bu soruya 2019 yılında evet cevabi verenlerin oranı %72 iken; bu oran 2021 yılında %86' ya çıkmıştır. Yüz yüze eğitimdeki gibi uygun desteğin ve eğitimin sağlanamaması, eğitim alanların motivasyonunun düşmesine neden olmuştur. Spor aktivitelerindeki sınırlamalarla beraber sosyal becerileri gerileyen çocuk ve gençlerde, giderek artan depresyon belirtileri ortaya çıkmaktadır. 18- 27 yaş grubu ile yapılan bir araştırmada, katılımcıların %44'ü kendini ruhsal olarak sağlıksız, %46'sı yalnız olarak ifade etmişlerdir[11].

Aileler özellikle öğrenme ve davranış bozukluğu olan çocuklarına, ev ortamında yeterli desteği verememe endişesi yasamakta olduklarını ifade etmişlerdir. Kendilerini yetersizlik ve suçlu hissettiklerini belirtmişlerdir [6].

18-27 yaş grubundakilere ev ortamından mutlu olup olmadıkları sorulmuş; 2019 da %88'i mutlu olduğunu ifade ederken, 2021'de sadece %58'i evet cevabı vermiştir. Evdeki mutsuzluklarının nedenini; ortamın kalabalık olması, her gün aynı saatte aynı şeyleri yapıyor olmaları nedeniyle kendilerini hapishanede gibi hissetmeleri, ev bireyleri arasında yaşanan

gerginliklerin sıklıkla tartışma ile sonuçlanması olarak belirtmişlerdir. Mart 2019'da kendini mutlu olarak ifade edenlerin oranı %87 iken Mart 2021'de %53 olmuştur. Gençlerin %67'si gelecek kaygısı yaşadığını, %60'i daha az aktif olduklarını ve spor yapmadıklarını, %33'u daha sağlıksız beslendiğini, %39'u uyku sorunları yaşadığını söylemişlerdir[11].

Dükkânların, restoran ve barların kapatılması: Covid-19 vakalarının artması ile, ilave önlem olarak yaşam için gerekli malzemeleri satan dükkânların haricindeki dükkânlar, bar ve restoranlar kapatıldı. Bu durum özellikle gençlerin part-time çalışma olanağını ortadan kaldırdı. Ek gelirini kaybetme, özellikle tek başına yaşayan gençler için yeni sorunlar doğurdu. Gençler daha çok; kendi yaşamını yönetme ve gelecek endişesi yaşamaya başladı [10]. Yaşlıların online alışverişte yeterli olmadıklarını düşünürsek; bu durum ihtiyaçlarının karşılanması sorununu ortaya çıkarıyor. Yaşlı bireyler için alışveriş yapmak ya da dükkânları gezmek bir gevşeme yöntemi, aktivite, evden dışarı çıkmak için bir gerekçe olarak görülürken, kapanma ile bu olanak ellerinden alınmış oldu. Yaşlı bireyler giderek daha da büyük bir sosyal izolasyonun içine düştüler. Nitekim gençler kadar, yaşlılar da bu pandemi sürecinden en olumsuz etkilenen kırılgan grup olarak karşımıza çıkmaktadır.

Evde yaşayan yaşlı bireylerde, pandemi sırasındaki kısıtlamalar nedeniyle, başkalarıyla etkileşimlerinin sinirlendirilmiş olması neticesinde, duygusal yalnızlığın eskisine göre daha yaygın olduğu ortaya konmuştur. Yaşlıların 4'e biri corona önlemleri öncesine göre daha fazla yalnızlık yasadıklarını belirtmişlerdir. Bu oran 2015- 2020 yılları arasında 10'da 1idi[12] Belçika'da kapanma döneminin sonuna doğru (Haziran 2020) yaşlı bireylerde depresif semptomlar, yakınlarını kaybetme nedeniyle ciddi yaş süreci yaşama çok sık görülmeye başlamıştır. Genellikle 70 yaş üstü grubundaki hastalar, gün boyu hareketsiz durma (katatoni), herhangi bir duygulanım ifadesi göstermeme (apati), yemek yemeği tamamıyla reddetme, değersizlik ve suçluluk sanrıları gibi ciddi şikâyetlerle yakınları tarafından hastaneye getirilmişti. Hasta yakınları belirtilerin aslında pandeminin başlangıcı ile başladığını, ancak giderek şiddetlendiğini, pandemi korkusu ile hemen hastaneye gelmeyi erteleddiklerini belirtmişlerdir. Hastalara psikotik depresyon tanısı konuldu. Hastalar EKT tedavisi ile kısa sürede düzelip taburcu edildiler. Özellikle yaşlılarda mevcut olan somatik hastalıklar ve virüsün tedavisi için şu an kesin bir tedavisinin bulunmaması, hastalığa yakalanma endişesini arttırmaktadır. Bunun yanında sevdiklerine bulaştırma ve onların hayatını tehlikeye atma düşüncesi de anksiyeteyi arttırmaktadır. Televizyon ve gazetelerde sürekli yayınlanan pandemi ve ölüm haberleri durumu daha da ciddileştirmektedir[13].

Restoran ve barların kapanması ile alkol kullanma alışkanlığında bir azalma olduğu düşünülürse de Hollanda'da daha önce dışarıda alkol alma alışkanlığı olan kişilerin, bu kez küçük gruplarla evlerde içmeye devam ettikleri, hatta belki de daha az ücret ödemeleri nedeniyle daha fazla içtikleri gözlemlenmiştir[6].

Gündüz ve / veya gece sokağa çıkma kısıtlamaları: Hollanda'da pandemi süresince tam kapanma ya da gündüz sokağa çıkma kısıtlaması yaşamadık. Ancak özellikle kış ayları boyunca saat 22.00'de başlayan gece sokağa çıkma kısıtlaması uygulandı. Bununla beraber evde ziyaretçi kısıtlaması da devam ediyordu. Restoran ve barlar kapalıydı. Özellikle genç grup arasında bu kuralların uygulanmasına yönelik sorunlar yaşandı. Gençler gece sokağa kısıtlaması öncesinde bir öğrenci evinde toplanıp sosyal gruplar oluşturmaya başladılar. Gençler arasında covid-19 virüsünün yayılımı giderek arttı. Belki de bunların sonucu olarak 2020 yılının başında gençlerin yaşam kalitelerine verdikleri puanların ortalaması 7,7 iken, Şubat 2021'de bu ortalama 6,0'ya inmiştir. Mart 2020'de kendini diğer bireylerle bağlı olduğunu hissetme duygusu %70 iken, bu oran Şubat 2021 de %50'ye inmiştir. Yalnız yaşayan gençlerde yalnızlık duygusu %27 olarak saptanmıştır. Sigara ve diğer maddelerin kullanımında da artış olduğu gözlenmiştir. Bunun nedeni olarak da online eğitim, sosyal etkileşimlerinin çok kısıtlanmış olması, iş bulma sorunları ve özellikle son dönemlerde gençler arasındaki bulaşmalarda artış ve karantinalar gösterilmektedir[14]. Daha önceden ruhsal sorunlar yaşayan bireylere, kış ayları döneminde, sokağa çıkma kısıtlaması ile ilgili görüşleri sorulduğunda; %44'ü bir sorun olarak görmediğini belirtirken, %3'ü ise ruhsal yaşamlarını olumsuz etkilediğini ifade etmiştir. Kısıtlamanın yaşamını etkilediğini söyleyenler, panik atak yaşadıklarında sokağa çıkamamaktan endişe yaşadıklarını, kendilerini hapsedilmiş gibi hissettiklerini, gece gelen intihar düşünceleri ile nasıl baş edeceklerini bilemediklerinden, kendilerini güvende hissetmediklerini, savaş dönemlerini hatırladıklarını, belli bir saatte evde olma zorunluluğunun streslerini arttırdığını belirtmişlerdir [5]. Psikiyatrik tanısı olan bireyler de pandemi süreçlerinde kırılgan gruptadır. 2017 yılında Çin ve Güney Kore'de yapılan çalışmalarda, pandemi sürecinde psikiyatrik hasta gruplarındaki morbidite ve mortalite, genel nüfusa göre daha yüksek olarak bulunmuştur[10-14]. Sağlıklı olmayan yaşam alışkanlıkları, hastaların kullandığı psikiyatrik ilaçların yan etkileri ya da bu ilaçların virüs tedavisinde kullanılan ilaçlarla etkileşimi, psikiyatri hastalarının normal zamanlarda dahi, somatik yakınmaları için tıbbi destek aramada gecikmeleri ve sıklıkla ruhsal sorunları nedeniyle uygun desteğin verilememesi, bu bireylerin kırılganlığını arttırmaktadır [9-15]. Pandemi önlemlerinin psikiyatrik tanı almış bireylerin yaşamlarına etkisini belirlemek amacıyla yapılan bir çalışmada katılımcıların yarısı pandemi öncesine göre daha fazla anksiyete, depresyon panik atak

yaşadıklarını ve uyku bozukluğu problemlerinin arttığını ifade etmişlerdir. %45 i corona önlemlerinin günlük yaşamlarını çok fazla etkilediğini, önlemler nedeni ile günlük yaşam rutinlerini kaybettiklerini aktivitelerinin sınırlandığını ve kendilerini daha çok izole hissettiklerini belirtmişlerdir. Terapi gruplarına getirilen sınırlılıklar, günlük destek ünitelerinin kapanması ve yüz yüze görüşmelerdeki sınırlılıklar tedavi sürecini etkilemektedir [5].
Bunun yanında Covid-19 sürecinin başlangıç dönemlerinde aile hekimlerinin hastaları psikiyatriste sevke etme sayısında büyük bir düşüş olduğu gözlenmiştir. Aile hekimleri öncelikli olarak enfeksiyonu kontrol altında tutmayı hedeflemiş olsalar bile, psikiyatrik hizmete ulaşmadaki gecikme, özellikle pandemi sürecinde, bireylerin durumunda kötüye gitmeye neden olabileceği gibi tedavi sürecinin uzaması veya yeni sorunların eklenmesine neden olabilir. Elbette ki bu durum psikiyatri hizmeti veren kurumların gelecekteki yükünü arttıracaktır [17].

Covid -19 önlemleri psikiyatri kliniklerinde de çeşitli sorunlara yol açmıştır. Bir psikiyatri hemşiresi, pandemi önlemlerinin başlangıcından itibaren tuttuğu günlükte, psikiyatri kliniğinde yaşadıklarını anlatmıştır. Pek çok hasta, klinik içindeki özgürlüklerinin kısıtlandığı (örneğin izinli çıkma) gerekçesi ile tedaviyi yarıda bırakarak taburculuklarını talep etmişlerdir. Özellikle PTSS tanısı almış hastalar bu durumdan çok etkilendiklerini ifade etmişlerdir. Sürekli aynı kliniğin içinde olmaları nedeniyle hastalar arasındaki irritasyonlar artmaktadır[18].

Bazı hastalar ise herkesin kısıtlamalara dahil olması nedeniyle, kendisini daha iyi hissettiklerini, içeride olmanın artık kendilerine bir cezalandırılmış duygusu yaşatmadığını belirtirken, alkol ve madde bağımlısı olan hastaların maddeye ulaşımı daha güçleştiğinden tedaviye olumlu etkisi olmuştur. Ancak bazı hastalar için sosyal mesafenin korunması ve fizik temas önlemlerine uymak sorun oluşturmuştur[18].

Bu tur büyük çaplı virüs pandemilerinin, sağlık sistemine çok fazla yük getirdiği bilinmektedir. Bu da sağlık çalışanlarının fiziksel sağlığını tehlikeye attığı kadar, ruhsal sağlığını da olumsuz etkilemektedir. Sağlık çalışanlarının bu yükü nerede ise iki yıla yaklaşan bir süredir taşıyor olmaları, özellikle uzun dönemde önemli olumsuz sonuçlara yol açabilir[19].
2020 Haziran -Temmuz ayı döneminde, ruhsal sağlık hizmeti veren profesyonellerin, pandemi sürecinden nasıl etkilendiğini ortaya koymak amacı ile bir araştırma yapılmıştır. Çalışanlar Covid -19 öncesinde hastalarla %87,7 oranında yüz yüze iletişim kurarken bu oran pandemi ile %58,9'a düşmüştür. Ev ziyaretlerinde de %59,3 düşme olduğu gözlenmiştir. Buna rağmen iş yükleri için verdikleri puanlama 7,01'den 8,14'e çıkmıştır.

Pandemi nedeniyle iş ortamındaki değişiklikleri hastalara anlatma ve kabul ettirmenin güçlüğü, Covid – 19 protokollerinin yaşama geçirilmesindeki alışma süreci, bulaşma ve karantina nedeniyle çalışabilen meslektaşlarının sayısındaki düşme gibi nedenlerle iş yüklerinin ve stresinin arttığını belirtmişlerdir. %24,2'sinin son 4 hafta içinde kendisini ruhsal olarak sağlıksız hissettiği saptanmıştır. Bu oran genel Hollanda toplumunun verilerine göre 2 kat olması nedeniyle ciddiye alınması gereken bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. %1,1'i bu süreçte sürekli ve ciddi olarak yaşamına son verme düşünceleri olduğunu, %32,3'u pandemi öncesine göre göre daha fazla uyku sorunu yaşadıklarını, %6,9'u daha fazla sigara içtiklerini, %13,7'si daha fazla alkol tükettiklerini belirtmiştir. (20)

Sağlık çalışanlarının bu uzun suren süreçte fiziksel ve ruhsal sağlığını korumak için "Başka birine bakım verirken kendini unutma" adını verdikleri bir kampanya başlatmışlardır. Bu kampanyada üç P başlığı altında önlemleri sıralamışlardır.

1- Prevention (Önlem): Sağlık çalışanlarının burnout yaşamasını önleyecek bir protokol geliştirilmesi
2- Psikososyal destek: Özellikle Covid – 19 hastalarına bakım verme ve ailelerine bulaştırma anksiyesi ile baş etmelerine yardım
3- PTSS: Çalışanların PTSS belirtilerinin dikkatle gözlenmesi ve erken dönemde önlemlerin alınması [19].

Yukarıda bahsedilenlerden anlaşılacağı üzere pandemi süreçleri pek çok grubu, özellikle ruhsal anlamda olumsuz etkilemektedir. İngiltere'de İspanya gribinden sonra 1919 – 1920 de yapılan çalışmalarda, nörolojik ve psikiyatrik problemlerde artış saptanmıştır. Norveç'te yapılan çalışmalarda da, psikiyatri kliniklerine yatış oranı, pandemiden sonraki altı yıl boyunca yedi kat arttığı belirlenmiştir [21].

Kapanma önlemleri nedeniyle, özellikle uzun dönemde, ekonomik krizler yaşanabilir. İnsanlar işini kaybedebilir. Hollanda'da yapılan çalışmalarda, ekonomik krizler döneminde intihar vakalarında artış olduğu saptanmıştır[21].

Tüm bu nedenlerle şimdiden geleceğe ilişkin önlemler alınmalıdır. Özellikle aile hekimlerinin ve ilk basamakta çalışan hemşirelerin dikkati, sorunların büyümeden önlenmesine yardımcı olabilir.

Kırılgan grupta olan bireylerin (Gençler, yaşlılar, psikiyatrik tanısı olan bireyler vb.) kısa ve uzun dönemde, yaşayabilecekleri ruhsal problemler açısından dikkatli olunmalıdır. Bu dönemde bireylerin gösterdiği normal ve aşırı stres tepkilerine karşı uyanık olunmalıdır. Covid-19 tanısı almış bireyler ve yakınları, zihinsel engelliler, mülteciler, yakından izlenmeli, evdeki

şiddet ve istismar (çocuk ve kadına), alkol ve madde bağımlılığı, intihar yönelimi, yalnızlık duygusu, sosyal izolasyon, belirtileri gözden kaçırılmamalıdır [22,23,24].

KAYNAKLAR

1- Allecijfers.nl, Informatie over Nederland,www. allecijfers.nl/nederland/

2- Rijksoverheid, Coronavirus Tijdlijn, www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-tijdlijn

3- RIVM Nederland, Weekcijfers Covid-19, https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/weekcijfers-covid-19

4- Jansen T., C. Bervoets C.; Nieuw ontstane obsessieve-compulsieve stoornis ten gevolge van de COVID-19- pandemie; casusbeschrijving; Tijdschrift voor psychiatrie oktober 2020; www.tijdschriftvoorpsychiatrie.nl/assets/articles/62-2020-10-artikel-jansen.pdf

5- Mind Landelijk Platform Psychische Gezondheid; Wat zijn de gevolgen van de lockdown voor jou?, Zesde peiling van de invloed van corona op het leven van psychisch kwetsbare mensen en hun naasten Zesde peiling 17 februari tot 4 maart 2021; https://mindplatform.nl/media/5959/download/Gevolgen%20van%20de%20lockdown%206e%20peiling.pdf?v=1

6- Van Hasselt N.,De Beurs D., Shields L., Mentaal gezond de coronacrisis door: zeven adviezen,Trimbos Instituut, https://www.trimbos.nl/kennis/corona/mentaal-gezond-door-de-crisis;

7- Van der Roest H., Prins M., ve arkadaşları; The impact of Covid-19 measures on well-being of older long-term care facility residents in the Netherlands,Jamda, Kasim 2020, https://www.jamda.com/article/S1525-8610(20)30789-1/fulltext

8- De Beurs D., Trimbos Instituut; Voortdurende coronacrisis leidt tot toename psychische klachten en behoefte aan perspectief; https://www.trimbos.nl/actueel/nieuws/bericht/voortdurende-coronacrisis-leidt-tot-toename-psychische-klachten-en-behoefte-aan-perspectief

9- Luykx J.J., Tijdink J.K. ve arkadaşları, Aandacht voor psychiatrie en psychofarmaca tijdens de COVID-19-pandemie, Tijdschrift voor Psychiatrie juni 2020, https://www.tijdschriftvoorpsychiatrie.nl/assets/articles/62-2020-6-artikel-luykx.pdf

10- De Man J., Rens E. ve arkadaşları, Het effect van de Covid-19 – lockdown op de mentale gezondheid van Jongeren, Neuron, 2020,vol.26, https://dial.uclouvain.be/pr/boreal/object/boreal%3A244507/datastream/PDF_01/view
11- GGD Noord en Oost Gelderland, Kwetsbare groepen in coronatijd Update februari 2021, https://www.ggdnog.nl/media/2079/factsheet-kwetsbare-groepen-update-februari-2021.pdf
12- Kanpen J.E.P., Corona bindt ouderen met een lichamelijke beperking meer aan huis en doet emotionele eenzaamheid toenemen, NIVEL Kennis voor betere zorg, https://www.nivel.nl/nl/nieuws/corona-bindt-ouderen-met-een-lichamelijke-beperking-meer-aan-huis-en-doet-emotionele#:~:text=09-02-2021
13- Roosens E., De Fruyt J. ve arkadaşları, Melancholie bij ouderen in tijden van Covid-19, Tijdschrift voor psychiatrie eylul 2020, https://www.tijdschriftvoorpsychiatrie.nl/assets/articles/62-2020-9-artikel-roosens.pdf
14- Riksuniversiteit Groningen, Mentale gezondheid daalt tot dieptepunt sinds begin coronacrisis, https://www.rug.nl/news/2021/02/mentale-gezondheid-daalt-tot-dieptepunt-sinds-begin-coronacrisis
15- Van H.L., Dom G., Psychiatrie en de Covid-19 crisis, Tijdschrift voor psychiatrie, nisan 2020, https://www.tijdschriftvoorpsychiatrie.nl/assets/articles/62-2020-4-artikel-vandom.pdf
16- Van Helvoort M.A., VanDee V. ve arkadaşları, Beloop van Covid-19 -infecties en impact op mentale gezondheid; opzet van een landelijk casusregister, Tijdschrift voor psychiatrie eylul 2020, https://www.tijdschriftvoorpsychiatrie.nl/issues/556/articles/12317
17- De Nederlanse GGZ, Covid-19: Bedreiging voor mentale gezondheid, https://www.denederlandseggz.nl/nieuws/2020/covid-19-bedreiging-voor-mentale-gezondheid
18- Van Wamel A., Lockdown in een psychiatrische kliniek. Hoe gaat het?, Trimbos Instituut, nisan 2020, https://www.trimbos.nl/actueel/blogs/blog/lock-down-in-een-psychiatrische-kliniek-hoe-gaat-het
19- De Vroege L., Gribling G., Van Den Broek A., 'Vergeet jezelf niet, als je voor een ander zorgt'; mentale ondersteuning van zorgprofessionals tijdens de COVID-19- crisis, Tijdschrift voor psychiatrie, haziran 2020, https://www.tijdschriftvoorpsychiatrie.nl/assets/articles/62-2020-6-artikel-devroege.pdf

20- Van Bon-Martens M., Van Doesum S.L. ve arkadaşları , Impact van de coronacrisis op het werk en welzijn van de professionals voor psyhische hulp, Eind Rapport, Trimbos Instituut, https://www.trimbos.nl/docs/e29d8edf-ed93-43a6-9183-6884ff52c679.pdf
21- Riilieu, Inventarisatie Nederlandse Covid-19 onderzoeken: Preventie en zorg&brede maatschappelijke vraagstukken Rapportage nr. 7, https://www.rivm.nl/sites/default/files/2020-10/Kennisintegratie%20nr.%207%20COVID-19%20gerelateerd%20onderzoek.pdf
22- Nederlandse Huisartsen gemeenschap Covid-19, Psychosociale zorg, https://corona.nhg.org/psychosociale-zorg/
23- Elich J., Nieuwe cijfers: neerslachtiger, meer slaapproblemen en gedachten aan de dood door corona,Trimbos Instituut mayis 2020, https://www.trimbos.nl/actueel/nieuws/bericht/neerslachtiger-meer-slaapproblemen-en-gedachten-aan-de-dood-door-corona#
24- Sociaal en Cultureel Planbureau, Maatschappelijke gevolgen van corona, Verwachte gevolgen van corona voor de psychische gezondheid, Haziran 2020, https://www.psynip.nl/wp-content/uploads/2020/07/Verwachte-gevolgen-van-corona-voor-de-psychische-gezondheid-webversie.pdf

HOW COVID19 HAS CHANGED OUR PERCEPTION OF GRIEF?

Ruth MALKINSON, PhD.

International Laboratory for the Studies of Grief, Bereavement and Resilience

Haifa University

My presentation is not an evidenced-based one; rather, it is my attempt to reflect on the COVID19 Pandemic from a clinical and personal perspective. Reading experts' reflections and their efforts to conceptualize pandemic grief as highlighted my realization that all of us around the world are in "the same boat" of fear of being exposed to COVID19 and fear of losing someone close as its result .

In my presentation I will briefly talk about the current state of the art of grief and bereavement following a loss through death, with specific attention to our understanding of what comprises adaptive grief and that of complicated grief, and traumatic bereavement via the lenses of the Two Track Model of Bereavement (TTMoB) ; a brief touch of CBT-REBT grief therapy.

How the pandemic has changed our perception of grief will be viewed from a multi-systemic perspective of world-wide spread of COVID19 resulting in a world-wide threat unlike "local" wars, terror or natural disasters that had an indirect effect on us. Covid19 implied that we are all at risk of being affected – a Pandemic anxiety and Pandemic grief following a loss to COVID19 or during that time imposing a need to re-evaluate our understanding of the unique circumstances and their outcomes. The next step has been to identify and assess specific needs and symptoms followed by an urgent need to develop intervention programs.

A multi systemic perspective of global grief requires a global orientation of corporation to develop prevention of grief epidemic and intervention programs to increase resilience to be adopted on the national, community, family and individual levels.

REFERENCES

Malkinson, R. (2007). Cognitive grief therapy: Constructing a rational meaning to life following loss. New York: W.W. Norton

Rubin, S.S., Malkinson, R., & Witztum, E. (2012). *Working with the bereaved: Multiple lenses on loss and mourning*. New York: Routledge.

Rubin, S.S**.,** Malkinson, R., & Witztum, E. (2020). Traumatic Bereavements: Rebalancing the Relationship to the Deceased and the Death Story Using the Two-Track Model of Bereavement. https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyt.2020.537596/full

ULUSLARARASI PANDEMİNİN RUH SAĞLIĞINA YANSIMALARI VE PSİKOSOSYAL BAKIM KONGRESİ

International Congress on Reflections of Pandemic on Mental Health and Psychosocial Care

"PANDEMİNİN RUHUMUZDA BIRAKTIĞI İZLER"

"Traces of the Pandemic in Our Souls"

PRSB 2021
Sözel Bildiriler
Oral Presentation

KONGRE
ÇEVRİMİÇİ
24-25 HAZİRAN 2021

Atatürk Üniversitesi

Psikiyatri Hemşireleri Derneği

ISBN 978-625-7960-40-3

PRSB-01

COVID-19 TANISI ALMIŞ BİREYLERDE RUHSAL DAYANIKLILIK, ALGILANAN STRES VE ÖLÜM KAYGISI DÜZEYLERİ İLE HASTALIK SEYRİ ARASINDAKİ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Nurhan Eren*, Yağmur Zararsız**, Alpay Medetalibeyoğlu**, Gülnur Evmek**, Sevilay Acar*

İÜ İstanbul Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD Sosyal Psikiyatri Servisi Çapa/İstanbul

E-posta: nurhaneren@yahoo.com

****İÜ İstanbul Tıp Fakültesi İç Hastalıkları AD, Acil Dahiliye Birimi, Çapa/İstanbul***

E-posta: akdenizyagmur1@gmail.com

E-posta: alibeyoglualpay@gmail.com

E-posta: gulnurevmek@hotmail.com

E-posta: sevilayacar95@gmail.com

Özet

Amaç: Bu araştırmada, covıd-19 tanısıyla hastanede tedavi edilen hastaların ruhsal dayanıklılık, algılanan stres ve ölüm kaygısı düzeyleri ile hastalık seyri arasındaki ilişkileri incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışma tanımlayıcı-niceliksel ve ilişki arayıcı desende tasarlanmıştır. Araştırma 01.08. ve 01.11.2020 tarihlerinde İÜ İstanbul Tıp Fakültesi Hastanesi'nde Covid-19 tanısı ile yatarak veya ayaktan tedavi gören 304 hasta ile gerçekleştirilmiştir. Veri toplama sürecinde hastalara, yüzyüze görüşme yoluyla; Sosyodemografik ve Hastalık Seyri Formu, Psikolojik Dayanıklılık, Algılanan Stres ve Ölüm Kaygısı Ölçeği uygulanmıştır. Veriler SPSS 22 programında analiz edilmiştir. Tanımlayıcı veriler frekans, yüzdelikler, aritmetik ortalama ile gösterilmiş, N>30 ve 2 değişkende Bağımsız Gruplar T testi, n>30 ve 3 ve üstü değişkende Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), n≤30 ve 2 değişkende Mann Whitney-U; n≤30 ve 3 ve üstü değişkende Kruskal Wallis analizleri ve karşılaştırmalarda Ki-kare ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Etik kurul ve bakanlık onayı alınmıştır.

Bulgular: Hastaların 162(%53.3)'sinin kadın, 116(% 38.2)'sinin 46 yaş ve üstü, 113(%37.2)'sinin pandemi servisinde, 12(%3.9)'unun yoğun bakım servisinde yattığı, 4(%1.3), kişinin entübe olduğu, 149(%49.0)'unun tamamen, 134(%44.1)'ünün kısmen iyileştiği 21(%6.9)'inin şikayetlerinin devam ettiği, 201(%36.6)'inin tüm tedavi ekibinin, 119(%21.7)'unun hemşirelerin ilgi düzeyini iyi buldukları görülmüştür. Hastaların 173(%56.9)'ünün orta düzeyde ölüm kaygısı yaşadığı, psikolojik dayanıklılık 57.23±12.14 ve algılanan stres düzeylerinin 26.77±6.68 olduğu görülmüştür. Kruskal Wallis-H analizine göre, Algılanan Stres (x^2=21,205; p<,001) ve Ölüm Kaygısı Ölçeği puanlarının (x^2=8,024; p<,05) Covid-19 tedavisinden sonra hastalık seyri değişkeni ile anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur

Sonuç: Çalışma sonuçları covid 19 tanısı ile tedavi gören hastalarda, ölüm kaygısı, algılanan stres düzeyleri ve psikolojik dayanıklılık arasında ilişki olduğu, hastalarda görülen psikolojik

etkileri azaltmak için tedavinin yanısıra psikolojik yardım ve sağlık eğitimi desteği sağlanmasının önemli olduğu önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Algılanan Stres, Ölüm Kaygısı, Psikolojik Dayanıklılık

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL RESISTANCE, PERCEIVED STRESS AND DEATH ANXIETY LEVELS AND DISEASE PROGRESS IN INDIVIDUALS WITH COVID-19 DIAGNOSIS

Abstract

Aim: In this study, it was aimed to examine the relationship between mental resilience, perceived stress and death anxiety levels and the course of the disease in patients treated in hospital with a diagnosis of covid-19.

Methods: The study was designed in a descriptive-quantitative and relationship-seeking design. Research was conducted on 01.08.2020 and on 01.11.2020 at IU Istanbul Medical Faculty Hospital with 304 patients who were inpatient or outpatient with the diagnosis of Covid-19. Data collection proceeded, through face-to-face application of Sociodemographic and Disease Prognosis Form, Psychological Resilience, Perceived Stress and Death Anxiety Scale. The data analyzed with SPSS 22 software. Descriptive data were shown with frequency, percentages, arithmetic mean. When N>30 Independent Groups T test for 2 variables and One-Way Analysis of Variance (ANOVA) for 3 or more variables were used. When N>30, Mann Whitney-U for 2 variables and Kruskal Wallis analyzis and Chi-square and Pearson correlation analysis for 3 or more were used. Ethics committee and ministry approval was obtained.

Results: 162(53.3%) of the patients were female, 116(38.2%) were 46 years old and above, 113(37.2%) were hospitalized in the pandemic services, 12(3.9%) were hospitalized in the intensive care unit, 4(1.3%)) the patient was intubated, 149(49.0%) completely recovered, 134(44.1%) partially recovered, complaints of 21(6.9%) were continued. 201(36.6%) were satisfied with the interest level of the whole treatment tea and 119(21.7%) of nurses. It was observed that 173(56.9%) of the patients had moderate death anxiety, mean psychological resilience was (x^2=57.23±12.14) and mean perceived stress level was (x^2=26.77±6.68). According to Kruskal Wallis-H analysis, Perceived Stress (x^2=21.205;p<.001) and Death Anxiety Scale scores (x^2=8.024;p<, 05) were found to differ significantly with the disease course variable after Covid-19 treatment.

Conclusion: The results of the study suggest that there is a relationship between death anxiety, perceived stress levels and psychological resilience in patients treated with a diagnosis of Covid-19, and it is important to provide psychological assistance and health education support in addition to treatment to reduce the psychological effects observed in patients.

Key Words: Covid-19, Perceived Stress, Death Anxiety, Psychological Resilience

PRSB-02

PANDEMİ SERVİSLERİNDE ÇALIŞAN SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK, EKİP ÇALIŞMASI TUTUMU, RUHSAL BELİRTİ VE TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

Nurhan Eren*, Yağmur Zararsız**, Alpay Medetalibeyoğlu**,

****İÜ İstanbul Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD Sosyal Psikiyatri Servisi Çapa/İstanbul***

E-posta: nurhaneren@yahoo.com

*****İÜ İstanbul Tıp Fakültesi İç Hastalıkları AD, Acil Dahiliye Birimi, Çapa/İstanbul***

E-posta: akdenizyagmur1@gmail.com

E-posta: alibeyoglualpay@gmail.com

Özet

Amaç: Bu araştırmanın amacı; pandemi servislerinde çalışan sağlık çalışanlarının psikolojik dayanıklılık düzeyleri, ekip çalışması tutumları, ruhsal belirti ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmanın evrenini bir üniversite hastanesinde Ağustos-Kasım 2020 döneminde, en az 4 hafta süre ile pandemi servislerinde çalışan sağlık çalışanları, örneklemini ise çalışmaya katılmayı kabul eden 86 kişi oluşturmuştur. Çalışma tanımlayıcı-niceliksel ve ilişki arayıcı desendedir. Veriler yüzyüze görüşme ve online anket yoluyla, Kişisel Bilgi Formu, Ekip Çalışması Tutumları, Kısa Semptom Envanteri, Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık ve Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile toplanmıştır. SPSS 22 programı kullanılmış, tanımlayıcı veriler frekans, yüzdelikler, aritmetik ortalama ile gösterilmiştir. Karşılaştırmalarda Ki-kare testi ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların 72(%83.7)'si kadın, 43(%50)'ü 20-26 yaş aralığında, 59(%68.6)'u çekirdek ailede, 54(%62.8)'ü hemşire, 55(%64)'i, 3-5 ay süredir pandemi servisinde çalışmakta, 64(%74.4)'ü görevi olduğu için çalıştığını bildirmekte, 47(%54.7)'si maddi bir destek almadığını, 72(%83.7)'si aile ve çocuk desteği almadığını, 55(%64)'i konaklama ve ulaşım desteği almadığını, 64(74.4)'ü manevi destek almadığını, 46(%53) mesleki destek almadığını, 83(%96.5)'ü koruyucu ekipman desteği aldığını belirtti. Pandemi sonrası yaşam değişkeninde sağlık çalışanlarının 49%57)'u normal yaşamına dönebileceğini, 22(%25.6)'sinin ise bir süre iş ortamından uzaklaşmak istediği görüldü. Psikolojik Dayanıklılık($\overline{x}$=54.49± 9.50), Ekip Çalışması Tutumları($\overline{x}$=112.74±12.35), Kısa Semptom Envanteri($\overline{x}$ =59.71±51.91), Tükenmişlik Ölçeği alt boyutlarından Duygusal Tükenme($\overline{x}$=17.98±9.23), Duyarsızlaşma($\overline{x}$=5.93±4.61), Kişisel Başarı($\overline{x}$=10.85± 6.86) bulunmuştur. Ölçekler arasındaki ilişkilere bakıldığında; psikolojik dayanıklılık ile ekip çalışması tutumları(r=,379; p<,01), psikolojik dayanıklılık ile kısa semptom envanteri (r=-,458; p<,01), psikolojik dayanıklılık ile Maslach tükenmişlik (r=-,690; p<,01) ve bazı alt boyutlar arasında anlamlılık bulunmuştur.

Sonuç: Çalışma sonuçları sağlık çalışanlarının çoğunluğunun 3 aydan daha uzun süredir pandemi servislerinde çalıştığını, orta düzeyde psikolojik dayanıklılık gösterdiğini, ruhsal sorunlar yaşadıklarını ve duygusal tükenme düzeylerinin yüksek olduğunu, psikolojik dayanıklılıkla ekip çalışması, tükenmişlik ve ruhsal belirtiler arasında ilişki olduğunu göstermektedir. Pandemi servislerinde çalışmanın rotasyonla sürdürülmesi, çalışanlara ivedilikle mesleki, kişisel ve psikososyal destek sağlanması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Çalışanları, Ekip Tutumu, Psikolojik Dayanıklılık, Tükenmişlik, Ruhsal Belirti

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL RESILIENCE, TEAMWORK ATTITUDE, PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS AND BURNOUT LEVELS OF HEALTHCARE WORKERS WORKING IN PANDEMIC WARDS

Abstract

Aim: The purpose of this research is to examine the relationships between the psychological resilience levels, teamwork attitudes, psychological symptoms and burnout levels of healthcare workers working in pandemic wards.

Methods: The population of the study consisted of doctors, nurses and auxiliary staff in pandemic wards for at least 4 weeks in a university hospital between August-November 2020, and the sample of 86 healthcare workers who agreed to participate in the study. The study had a descriptive-quantitative and relationship-seeking research design. The data were collected through face-to-face interviews and online questionnaires including Personal Information Form, Teamwork Attitudes, Brief Symptom Inventory, Resilience Scale for Adults and Maslach Burnout Scale. The obtained data were analyzed using SPSS 22 software descriptive data were shown with frequency, percentages, and arithmetic mean, Chi-square test and Pearson correlation analysis were used for comparisons.

Results: 72(83.7%) of the participants were female, 43(50%) were between the ages of 20-26, 59(68.6%) were in the nuclear family, 54(62.8%) were nurses, 55(64%) have been working in the pandemic service for 3-5 months, 64(74.4%) stated that they worked because of their duty, 47(54.7%) did not receive any financial support, 72(83.7%) did not receive family and child support, 55(64%) stated that they did not receive accommodation and transportation support, 64(74.4) did not receive moral support, 46(53%) did not receive professional support, and 83(96.5%) received protective equipment support. In the post-pandemic life variable, it was observed that 49(57%) healthcare workers could return to their normal life and 22(25.6%) wanted to get away from the work environment for a while. Scale scores; Psychological Resilience($\overline{x}$=54.49±9.50), Teamwork Attitudes($\overline{x}$=112.74±12.35), Brief Symptom Inventory($\overline{x}$=59.71±51.91) and Emotional Exhaustion($\overline{x}$=17.98±9.23), Depersonalization($\overline{x}$=5.93±4.61), Personal Accomplishment ($\overline{x}$=10.85±6.86) from Burnout Scale sub-dimensions. When the relationships between the scales are examined; psychological resilience and teamwork attitudes (r =, 379; p <, 01), psychological resilience and short symptom inventory (r = -, 458; p <, 01), psychological resilience and Maslach burnout (r = - .690; p <.01) and between some sub-dimensions, significance was found.

Conclusion: The results of the study indicate that the majority of the healthcare professionals have been working in pandemic wards for more than 3 months, showed moderate psychological resilience, had mental problems and had high levels of emotional exhaustion and there is a relationship between psychological resilience and teamwork, burnout and mental symptoms. It is recommended to continue working in pandemic services with rotation and to provide professional, personal and psychosocial support to employees immediately.

Key Words: Healthcare Workers, Teamwork Attitudes, Psychological Resilience, Burnout, Psychological Symptom

PRSB-03

COVID-19 PANDEMİSİNDE YAŞÇILIK VE YAŞLI RUH SAĞLIĞI

Münire TEMEL[1]

[1]Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Tekirdağ / Türkiye, E-Posta:muniretemel@nku.edu.tr

Özet

Yaşçılık, bireylerin sadece yaşlarından dolayı, sistematik biçimde ayrımcı ve dışlayıcı tutum ve davranışlara maruz kalmalarıdır. Yaşçılık kavramı ilk olarak Butler (1969) tarafından kullanılmıştır. Butler, yaşçılık kavramı ile gençlerin yaşlılara yönelik ayrımcı tutumlarını ifade etmiştir. Butler'den sonra yaşçılığı daha geniş anlamda tanımlayan ve ele alan yaklaşımlar ortaya çıkmıştır. Günümüzde yaşçılık aile içi, sosyal hayat, çalışma yaşamı, sağlık bakım hizmetleri, biyolojik ve psikolojik çeşitli boyutlarda ele alınmaktadır. Yaşçılık kültürel, sosyo-ekonomik, politik, kurumsal ve medya gibi çeşitli faktörlerle ilişkili bulunmaktadır.

Tüm dünyanın son bir yılı aşkın süredir en önemli sorunlarından biri Covid-19 Pandemisi olmuştur. Pandemi esas olarak sağlık alanını ilgilendiren bir durum olmakla birlikte, dünya genelinde ekonomik, politik, sosyal ve psikolojik açıdan ciddi sonuçlara yol açmıştır. Pandemiyle birlikte yaşçılık kavramı daha fazla gündeme gelmiştir. Özellikle hastalığın ilk ortaya çıktığı zamanlarda ağır ve ölümcül olguların 65 yaş ve üzeri bireylerle ilişkilendirilmesi nedeniyle yaşlı nüfusa dikkat artmıştır. Hastalıktan korunma gerekçesiyle belli kısıtlamalar uygulanan yaşlı bireyler, özellikle genç nüfus tarafından hastalığın kaynağı gibi algılanmaya başlamıştır. Yaşlıları tehlikeli ve uzak tutulması gereken bir grup olarak kabul eden bu algı süreci, daha sonra ayrımcılık söylemleri ve tutumlarına dönüşmüştür. Yaşlı bireylere yönelik dalga geçen yaklaşımlara, genç nüfusun refahı için sağlık bakım hizmetlerinden feragat etmelerini talep eden sözlere, nefret söylemlerine ve zorbalık türünde davranışlara rastlanmıştır. Bir yandan hastalığa yakalanma endişesi, bir yandan kısıtlamaların ve sosyal izolasyonun yarattığı gerginlik, diğer yandan ayrımcı tutumlar, yaşlıların pandemi sürecinde fiziksel, sosyal ve ruhsal açıdan ilave sorunlar yaşamasına neden olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Yaşlı, Yaşçılık, Covid 19, Yaşlı ruh sağlığı

AGEISM AND ELDERLY MENTAL HEALTH IN COVID-19 PANDEMIA

Abstract

Ageism is the systematic exposure of individuals to discriminatory and exclusionary attitudes and behaviors just because of their age. The concept of ageism was first used by Butler (1969). Butler expressed the discriminatory attitudes of young people towards the elderly with the concept of ageism. After Butler, approaches that define and address ageism in a broader sense have emerged. Today, ageism is discussed in various dimensions within the family, social life, working life, health care services, biological and psychological. Ageism is associated with various factors such as cultural, socio-economic, political, institutional and media.

Covid-19 Pandemic has been one of the most important problems of the world for more than a year. Although the pandemic is a situation that mainly concerns the health field, it has caused serious economic, political, social and psychological consequences all over the world. With the pandemic, the concept of ageism has come to the fore more. Attention to the elderly population has increased due to the association of severe and fatal cases with individuals aged 65 and

above, especially when the disease first appeared. Elderly individuals, who are subject to certain restrictions for protection from the disease, have started to be perceived as the source of the disease, especially by the young population. This perception process, which accepts the elderly as a dangerous group that should be kept away, later turned into discriminatory discourses and attitudes. There have been mocking attitudes towards older people, words demanding that they give up health care services for the welfare of the young population, hate speech and bullying. On the one hand, the anxiety of getting sick, the tension created by the restrictions and social isolation on the one hand, and the discriminatory attitudes on the other, caused the elderly to experience additional physical, social and mental problems during the pandemic process.

Key Words: Elderly, Ageism, Covid 19, Elderly mental health

PRSB-04

COVID-19 PANDEMİSİNİN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN RUH SAĞLIĞINA ETKİSİ ÜZERİNE BİR DEĞERLENDİRME

Arzu DİKİCİ[1], Ezgi Hasret KOZAN[2]

[1]Üsküdar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta: arzu.dikici03@gmail.com

[2] Üsküdar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta: e.h.kozan@gmail.com

Özet

Bir yılı aşkın süredir dünyayı etkisi altına alan Covid-19 pandemisi tarihte benzeri görülmemiş küresel etkilere neden olmaktadır. Covid-19 pandemi süreci Dünya'da "yeni normal" kavramını gündeme getirmiş ve hayatın her alanında radikal değişikliklere yol açmıştır. Yeni normal kavramı ile birlikte ülkelerin gelişmişlik düzeyine bakmaksızın dünya genelinde, sosyal, ekonomik, siyasal önlemler alınmış, bu önlemlerin sonuçları birçok alanda görülmeye başlanmıştır. Enfeksiyonun yayılmasını önlemek için pandeminin başladığı ilk günlerden itibaren zorunlu karantina, kısıtlama, fiziksel mesafe kuralları, sosyal izolasyon gibi önlemler hayatın içine dahil olmaya başlamıştır. Bu önlemlerin başında yüz yüze eğitimin sonlandırılması ve uzaktan eğitim sistemine geçiş yer almaktadır. Pandemiden önce uzaktan eğitim yapılabilir mi yapılamaz mı diye tartışılırken artık uzaktan eğitimin nasıl daha etkili yapılacağı tartışılır olmuştur. Eğitim sistemindeki bu hızlı dönüşüm hem eğitimcilerin hem de öğrencilerin kısa sürede uyum sağlamalarını ve sisteme dahil olmalarını gerektirmiştir. Bu dönüşümün, içinde bulundukları dönem itibariyle savunmasız sayılan bireyler olan üniversite öğrencilerini ruhsal açıda etkilemesi kaçınılmazdır. Bu önlemlerinin süresinin uzaması, belirsizlik, özgürlüklerin sınırlandırılması, öğrencilerde ruhsal belirtilerin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu dönemde öğrencilerde görülen ruhsal belirtilerin belirlenmesi ve bu belirtilere yönelik olarak öğrencilerin ruh sağlıklarını geliştirme, koruma ve tedaviye odaklanan çözüm yollarının belirlenmesinin önemi ortaya çıkmıştır.

Bu derleme, Covid-19 pandemisinin üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı üzerine etkisinin ve olası çözüm önerilerinin değerlendirilmesi amacıyla literatür bilgisinin gözden geçirilmesini amaçlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Covid 19 pandemisi, üniversite öğrencileri, ruhsal sağlığı

AN EVALUATION ON THE EFFECT OF COVID-19 PANDEMIA ON THE MENTAL HEALTH OF UNIVERSITY STUDENTS

Abstract

The Covid-19 pandemic, which has been affecting the world for more than a year, causes unprecedented global effects in history. The Covid-19 pandemic process brought the concept

of "new normal" to the agenda in the world and caused radical changes in all areas of life. With the concept of the new normal, social, economic and political measures have been taken throughout the world, regardless of the development level of the countries, and the results of these measures have begun to be seen in many areas. In order to prevent the spread of infection, precautions such as mandatory quarantine, restriction, physical distance rules, social isolation have started to be included in life since the first days of the pandemic. At the beginning of these measures are the termination of face-to-face

PRSB-05

COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE PSİKİYATRİK BAKIM: TÜRKİYE'DEN BİR DURUM ÇALIŞMASI

Buket ŞİMŞEK ARSLAN[1], Sibel ÇAYNAK[2], Ahmet GÖKTAŞ[3], İlkay KESER[4], Kadriye BULDUKOĞLU[5]

[1]Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Burdur / Türkiye, buketsmsk@gmail.com

[2]Akdeniz Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Antalya / Türkiye, sibeltimur86@hotmail.com

[3]Bitlis Eren Üniversitesi, Sağlık Yüksek Okulu, Bitlis / Türkiye, agoktas.85@gmail.com

[4]Akdeniz Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Antalya / Türkiye, i.k.keser@gmail.com

[5]Akdeniz Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Antalya / Türkiye, kadriyebuldukoglu@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma, COVID-19 pandemisi sürecinde verilen psikiyatrik bakımı psikiyatri kliniğinde/birimlerinde çalışan hemşirelerin bakış açısıyla değerlendirmek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini Türkiye'nin güneyinde yer alan Antalya ili merkezindeki psikiyatri kliniklerinde/birimlerinde çalışan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 11 hemşire oluşturmuştur. Araştırmanın verileri Kişisel Bilgi Formu ve bireysel derinlemesine görüşmeler yapmak amacıyla oluşturulmuş Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu aracılığıyla elde edilmiştir. Görüşmeler online olarak yapılmış olup, Sağlık Bakanlığı'ndan COVID-19 bilimsel araştırma izni, Akdeniz Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan Etik Onay alınmıştır. Kalitatif verilerin analizinde, betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların %90.9'u kadın olup, yaş ortalamaları 42.09'dur. Betimsel analiz sonucu, COVID-19 pandemisi sürecinde verilen psikiyatrik bakım ile ilgili altı ana tema ve 28 alt tema belirlenmiştir. Çalışmadan elde edilen bulgular, pandemi koşullarına göre yapılan düzenlemelerin psikiyatrik bakımı olumsuz yönde etkilendiğini göstermektedir.

Sonuç: Pandemi koşulları nedeniyle yapılan düzenlemeler psikiyatrik bakımın niteliğini olumsuz yönde etkilemektedir. Pandemi koşullarına göre düzenleme yaparken aynı zamanda psikiyatrik bakımın sürekliliğini sağlayacak planlamalara ihtiyaç vardır.

Keywords: *Psychiatric care, psychiatric nursing, COVID-19 pandemic, qualitative study*

PSYCHIATRIC CARE DURING COVID-19 PANDEMIC: A CASE STUDY FROM TURKEY

Abstract

Aim: This study was conducted to analyze the psychiatric care provided during COVID-19 pandemic situation from the viewpoint of employed nurses in psychiatric settings.

Method: One of the qualitative research methods, case study method, has been utilized in this study. Research sampling consisted of 11 volunteer nurses working in psychiatric settings within the center of Antalya city located in the south of Turkey. Research data were obtained via Personal Information Form and Semi-structured Interview Form being designed to hold personal in-depth interviews. The interviews were conducted online, and COVID-19 scientific research permission from the Ministry of Health and Ethical Approval from the Akdeniz University Clinical Research Ethics Committee Approval were obtained. Descriptive analysis method was employed in the analysis of qualitative data.

Results: 90.9% of the participants were female and their mean age was 42.09. At the end of descriptive analysis, six main themes and 28 subthemes were identified in relation to the psychiatric care provided during COVID-19 pandemic situation. Findings obtained from the study demonstrated that regulations formed in line with pandemic conditions negatively impacted psychiatric care.

Conclusions: Regulations that are designed in line with pandemic conditions can impact psychiatric care negatively. While implementing regulations on the basis of pandemic conditions, it is correspondingly critical to come up with the kind of plans which can assure the continuity of providing psychiatric care.

Keywords: *Psychiatric care, psychiatric nursing, psychiatric settings, COVID-19 pandemic, qualitative study*

PRSB-06

PANDEMİDE KENDİNE YARDIM ELİ: BİBLİYOTERAPİ

Sevgi Dinç[1], Esra Erdoğan[2]

[1]Karabük Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Karabük/Türkiye, E-posta: sevgidinc@karabuk.edu.tr

[2]Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Samsun Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Samsun/Türkiye, E-posta: es.erdogan@hotmail.com.tr

Özet

Derlemenin amacı Covid-19 pandemi süresince bireylerin psikolojik olarak kendini desteklemesinde terapötik bir yöntem olarak kullanılabilecek bibliyoterapi ve etkinliği hakkında bilgi sunmaktır.

Bibliyoterapi insanların duygusal ve fiziksel sorunları, yaşamlarındaki değişikler ile başa çıkmalarına ve iç görü kazanmalarına yardımcı olur. Aynı zamanda kendini geliştirme, anlama veya iyileştirme potansiyelini ifade eden çok yönlü ve uygun maliyetli kendi kendine bir yardım şeklidir.[1,2,3,4,5] Kendi kendine yardım "başkalarının yardımı olmadan kendine yardım etme veya kendini geliştirme eylemlerini ifade etmektedir.[6,7] Birey terapistten bağımsız olarak yapılandırılmış bir kitap aracılığıyla çalışır. Bibliyoterapi de eser seçimi danışanın kişisel özelliklerine, sahip olduğu kültüre ve deneyimlediği duruma uygun olarak seçilmelidir.[2,5] Literatüre baktığımızda bibliyoterapi bireylerin yaşamındaki günlük sorunlarında ya da duygusal ve psikolojik sorunların çözümünde ruh sağlığı uzmanları, hemşireler ve eğitimciler tarafından etkili bir şekilde kullanılmaktadır.[4,5,8] Bibliyoterapi her yaş (çocuk, ergen, yetişkin) grubunda hem bireysel hem de grup terapisi için uygun bir yöntem olarak görülmektedir.[1,2,5,7,8] Bibliyoterapinin, depresyon[9], anksiyete bozuklukları, panik atak, yaşlılık depresyonu, uyku sorunları, tıbbi rahatsızlığı olan hastalardaki psikososyal sorunlar[4]; psikolojik sağlamlılık[10] aile yükünde ve bakım verme deneyiminde iyileşme[11] gibi geniş bir yelpazede kullanımının etkin olduğu çalışmalarda bildirilmektedir.

Sonuç olarak bibliyoterapi, Covid-19 salgınının olağanüstü durumuyla ve ruh sağlığının korunması açısından zorluklarla başa çıkmanın bir yolu olarak terapötik bir araç olarak kullanılabilir. Pandemi sürecinde bireylerin psikolojik danışmanlık hizmetlerine erişimlerinin zor olabileceği göz önüne alındığında bibliyoterapi daha kolay erişim, daha düşük maliyet ve daha fazla esneklik sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Bibliyoterapi, pandemi, Covid-19, psikoterapi, kendine yardım

SELF-HELP HAND IN PANDEMIA: BIBLIOTHERAPY

Abstract

The purpose of this review is to provide information about bibliotherapy and its effectiveness, which can be used as a therapeutic method in supporting individuals' psychological self-support during the Covid-19 pandemic.

Bibliotherapy helps people to cope with emotional and physical problems, changes in their lives and gain insight. It is also a versatile and cost-effective form of self-help that expresses the potential for self-improvement, understanding or improvement.[1,2,3,4,5] Self-help "refers to the actions of self-help or self-improvement without the help of others.[6,7] The individual works through a structured book independently from the therapist. In bibliotherapy, the book should be chosen in accordance with the client's personal characteristics, culture and experienced situation. Bibliotherapy is used effectively by mental health professionals, nurses and educators to solve daily problems of individuals or emotional and psychological problems.[4,5,7] Bibliotherapy is suitable for both individual and group therapy in all age groups (children, adolescents, adults). [1,2,5,7,8] It is reported in studies that bibliotherapy is effective and can be used in a wide range of ways including depression[9], anxiety disorders, panic attacks, elderly depression, sleep problems, psychosocial problems in patients with medical illness[4]; psychological resilience[10], family burden and care experience[11]

Consequently, bibliotherapy can be used as a therapeutic tool, as a way of dealing with the emergency of the Covid-19 outbreak and the challenges in terms of maintaining mental health. Considering that it may be difficult for individuals to access psychological counseling services during the pandemic process, bibliotherapy provides easier access, lower costs and more flexibility.

Keywords: Bibliotherapy, pandemic, Covid-19, psychotherapy, self-help

PRSB-08

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE RİSK ALTINDAKİ SAVUNMASIZ POPÜLASYON: MADDE BAĞIMLISI BİREYLER

Seval CÜCELER[1], Başak DÜLGER[2] Mualla YILMAZ[3]

[1]Toros Üniversitesi, Hemşirelik Bölümü, Mersin/Türkiye, E- Posta: seval.cuceler@toros.edu.tr

[2]Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin/Türkiye, E-Posta: basakdulger@hotmail.com

[3]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Mersin/Türkiye, E-Posta: mualley69@mersin.edu.tr

Özet

Covid 19 pandemisi halk sağlığını tehdit etmenin yanı sıra, tüm insanlık üzerinde baş edilmesi güç psikososyal etkilere neden olmaktadır. Bu süreçte, bağımlılık davranışlarında artma riski, enfeksiyona yakalanma riski ve komplikasyonlar nedeniyle savunmasız popülasyon içinde yer alan madde bağımlısı bireyler ise daha fazla psikososyal yükten muzdarip olmaktadır. Madde bağımlısı bireylerin çoğu kardiyovasküler ve solunum sistemi hastalıkları, zayıflamış bağışıklık sistemi, kronik enfeksiyon hastalıkların yanında bir dizi psikiyatrik eş tanıya sahiptir ve bu bireyler tıbbi sorunların yanında iş ve aile kaybı, evsizlik, kötü konut koşulları, dışlanma, yalnızlık, kişiler arası ilişkilerde bozulma gibi psikososyal problemler yaşamaktadır. Genel popülasyona kıyasla, daha kötü sağlık alışkanlıkları, temiz su ve sabuna sınırlı erişimleri vardır. Tüm bunlar, madde bağımlısı bireyleri Covid 19 enfeksiyonuna karşı daha duyarlı hale getirmekte ve pandemi sürecinde risk altında olduğunu göstermektedir. Öyle ki, madde bağımlısı bireyler bu zorlu süreçte olumsuz duyguları ile baş edebilmek için maddeye sığınabileceği gibi, pandemiyle ilişkili stres, kaygı ve izolasyon nedeniyle madde kullanımları artabilir. Öte yandan, pandeminin beraberinde getirdiği sosyal ve ekonomik değişimler madde bağımlısı bireylerin tedaviye erişimini ve uyumunu zorlaştırabilir, uygulanan izolasyon önlemleri madde bağımlılığında nükslere ve madde bağımlısı bireylerin tedavi motivasyonunu sürdürmede güçlük yaşamasına neden olabilir. Bireylerde bu süreçte yoksunluk ve deliryum gibi akut problemler ortaya çıkabilir. Bunun yanı sıra, hastane kaynaklarının yetersiz olduğu durumlarda, damgalanma nedeniyle madde bağımlısı bireylere Covid 19 tedavisinde öncelik tanınmayabilir. Ayrıca, uygulanan izolasyon önlemlerinin aile içi bağları arttırmasının yanında aile içi şiddete de olanak verdiği düşünüldüğünde, özellikle alkol olmak üzere madde kullanımına bağlı olarak aile içi şiddet riskinin artması da dikkate değerdir. Covid 19 pandemisinin madde bağımlısı bireyler üzerindeki etkisine yönelik henüz yeterli bilimsel kanıt bulunmamakla birlikte, Covid 19 ve madde bağımlılığına ilişkin literatür gelişme aşamasındadır. Madde bağımlısı bireylere bakım veren hemşireler, Covid 19 pandemisinin bireyler için getireceği risklerin farkında olmalı ve bu riskleri hemşirelik bakım planında ele alarak uygun psikososyal girişimler planlamalıdır. Tele-tıp uygulamalarının yaygınlaştığı şu süreçte, hemşireler madde bağımlısı bireylerin yaşadığı sorunlara yönelik tele-tıp uygulamalarına öncülük etmeli, aileyi bakıma dahil ederek aile temelli eğitim planlamalı, aile içi şiddetin önlenmesi, gözetimi, raporlanması ve müdahalesi için bireylere yüz yüze, telefonla ya da çevrimiçi destek sağlamalıdır. Covid 19 pandemisi ve madde bağımlılığına ilişkin güncel literatürü takip etmeli ve araştırmalar yaparak literatüre katkı sunmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Madde bağımlılığı, Covid 19, hemşirelik

VULNERABLE POPULATION AT RISK IN THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS: SUBSTANCE ADDICTIVE INDIVIDUALS

Abstract

In addition to threatening public health, the Covid 19 pandemic also causes psychosocial effects that are difficult to cope with on all humanity. In this process, substance addicted individuals in the vulnerable population suffer from more psychosocial burden due to the increased risk of addictive behaviors, risk of infection and complications. Most of the substance addicted individuals have cardiovascular and respiratory system diseases, weakened immune system, chronic infectious diseases as well as a series of psychiatric comorbidities and these individuals experience psychosocial problems such as loss of work and family, homelessness, poor housing conditions, exclusion, loneliness, and deterioration in interpersonal relationships, in addition to medical problems. Compared to the general population, they have worse health habits and limited access to clean water and soap. All these make substance-addicted individuals more susceptible to Covid 19 infection and show that they are at risk during the pandemic process. Such that, substance addicted individuals may take shelter in order to cope with their negative emotions during this difficult process, and their substance use may increase due to stress, anxiety and isolation related to the pandemic. On the other hand, the social and economic changes brought about by the pandemic may complicate the access and compliance of substance addicts to treatment, and the isolation measures applied may cause relapses in substance addiction and difficulty in maintaining the treatment motivation of substance addicts. In this process, acute problems such as withdrawal and delirium may occur in individuals. In addition, in cases where hospital resources are insufficient, substance-addicted individuals may not be given priority in Covid 19 treatment due to stigma. In addition, considering that the isolation measures implemented allow domestic violence as well as increasing family ties, it is noteworthy that the risk of domestic violence increases due to substance use, especially alcohol. Although there is not enough scientific evidence for the effect of the Covid 19 pandemic on substance addicted individuals, the literature on Covid 19 and substance addiction is under development. Nurses who care for substance-addicted individuals should be aware of the risks that the Covid 19 pandemic will bring for individuals and plan appropriate psychosocial interventions by considering these risks in the nursing care plan. should plan family-based education by involving the family in care, and provide face-to-face, telephone or online support to individuals for the prevention, surveillance, reporting and response of domestic violence. They should follow the current literature on the Covid 19 pandemic and substance abuse and contribute to the literature by doing research.

Key Words: Substance addiction, Covid 19, nursing

PRSB-09

COVID-19 SIRASINDA HEMŞİRELERDE ANKSİYETE, DEPRESYON VE TRAVMA SONRASI STRES YAYGINLIĞI VE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER: KESİTSEL BİR ÇALIŞMA

Zehra AYDIN[1], Tuğba PEHLİVAN[2]

[1]Fenerbahçe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta: zehraydin@gmail.com

[2]Koç Üniversitesi Hastanesi, Eğitim Hemşiresi, İstanbul / Türkiye, E-Posta: tpehlivan14@ku.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı, COVID-19 pandemisi sırasında ön cephede çalışan hemşirelerin anksiyete, depresyon ve travma sonrası stres düzeylerini belirlemek ve ilişkili risk faktörlerini incelemektir.

Yöntem: Araştırma kesitsel tasarımda yapıldı. Araştırma İstanbul ilinde, özel ve devlet hastanelerinde, acil ve yoğun bakım ünitesi dahil COVID-19 tanılı hastaların yer aldığı diğer servislerde çalışan hemşirelerle yapıldı. Amaçlı örnekleme yöntemi kullanılarak araştırma 244 hemşire ile yürütüldü. Hemşireler 7 Ağustos-25 Aralık 2020tarihleri arasında Google Formlar aracılığıyla online olarak oluşturulan ankete katılmaya davet edildi. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS) ve Olayların Etkisi Ölçeği (IES-R) kullanılarak toplandı. Veriler bilgisayar ortamında SPSS 26 programında ki-kare, t testi, çok değişkenli regresyon analizleri yapılarak değerlendirildi. Çalışma için etik kurul izni alınmıştır.

Bulgular: Katılımcıların %48'inin anksiyete (10.63±4.55), %68'inin depresyon (10±5.02) ve % 51.2'sinin travma sonrası stres (33.45±16.89) düzeylerinin ölçek kesme değerinin üzerinde olduğu bulundu. Araştırmada çoklu lojistik regresyon analizi ile; yetersiz kurumsal desteğin anksiyete ve depresyonun bir yordayıcısı olduğu belirlendi. Haftalık çalışma saatlerinde her 1 puanlık artış depresyon puanında % 5'lik bir artışa neden olmaktadır. Hemşirelerin çalıştığı bölüm (acil servis) ile COVID-19 teşhisi konan meslektaşlara sahip olma, travma sonrası stresin iki yordayıcısı olarak saptanmıştır.

Sonuç: COVID-19 pandemisi sırasında hemşirelerin anksiyete, depresyon ve post-travmatik stres düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Hemşirelerin ruh sağlığını etkileyen en çarpıcı prediktörlerin haftalık çalışma saati ve kurumsal destek olduğu sonucuna varılmıştır. Çalışma, pandemi döneminde çalışan hemşirelere psikososyal desteğin planlanmasında literatüre katkı sunacaktır. Ayrıca bu çalışma ile, kurum yöneticilerinin, hemşireleri psikososyal açıdan değerlendirmesi, yüksek risk saptanan hemşirelerin erken dönemde tespit edilerek gerekli desteğin sağlanmasına vurgu yapmaktadır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Hemşireler, Depresyon, Anksiyete, Travma sonrası stres, Prevalans, İlişkili faktörler

PREVALENCE AND ASSOCIATED FACTORS OF ANXIETY, DEPRESSION, AND POST-TRAUMATIC STRESS AMONG FRONTLINE NURSES DURING COVID-19: A CROSS-SECTIONAL STUDY

Abstract

Aim: The aim of the study was to analyze frontline nurses' levels of anxiety, depression and post-traumatic stress during the COVID-19 pandemic and related risk factors.

Methods: A web-based survey was conducted in a cross-sectional design. A total of 244 nurses working with patients diagnosed with COVID-19 at inpatient service, emergency department or intensive care unit of private and public hospitals in Istanbul Province were selected using convenience sampling. All participants were invited to complete the questionnaire via Google Forms from August 7, 2020, to December 25, 2020. Multivariable logistic regression was used to identify the predictors of anxiety, depression, and post-traumatic stress. Data was collected using The Personal Information Form, the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS), and the Impact of Event Scale-Revised (IES-R). Data were analyzed using SPSS software version 26.0 by performing chi-square, t test, multivariate regression analysis. Ethics committee approval was obtained for the study.

Results: 48% of participants had anxiety (10.63±4.55) levels higher than cut-off value while 68% had higher depression (10±5.02) levels, and 51.2% had higher post-traumatic stress (33.45±16.89) levels. In the study, multiple logistic regression revealed *organizational* support (inadequate) as a predictor of anxiety; and of depression. For each 1-point increase in the working hours per week, there was a 5% increase in depression score. Two predictors of post-traumatic stress were the COVID-19 unit that nurses working in and having colleagues diagnosed with COVID-19.

Conclusion: During the COVID-19 pandemic, it was determined that nurses had high levels of anxiety, depression and post-traumatic stress. It was concluded that the most striking predictors affecting nurses' mental health were weekly working hours and organizational support. The study contributes to the literature for planning psychosocial interventions that can be implemented to frontline nurses. In addition, it demonstrated the importance of institutional management, early identification of high-risk nurses and providing organizational support.

Key Words: COVID-19, Nurses, Depression, Anxiety, Traumatic stress, Prevalence, Associated factors

PRSB-10

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE KANSER HASTALARININ MENTAL SAĞLIKLARI: BİR SİSTEMATİK EŞLEŞME ÇALIŞMASI

Kevser Pamuk[1], Hacer Alemdar[2], Aysel Karaca[3]

[1]Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Şuhut Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Afyonkarahisar/Türkiye, e-posta: kevser.pamuk@afsu.edu.tr

[2]Düzce Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Düzce/Türkiye, e-posta: hacercetin@duzce.edu.tr

[3]Düzce Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Düzce/Türkiye, e-posta: ayselkaraca0905@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı COVID-19 pandemi sürecinde kanser tedavisi alan hastaların mental sağlık durumları ile ilgili yayınlanan uluslararası çalışmaların özelliklerini, yöntemlerini ve genel eğilimlerini belirlemektir.

Yöntem: Ocak 2020-Mayıs 2021 tarihleri arasında COVID-19 pandemi sürecinde kanser hastalarının mental sağlığı ile ilgili uluslararası çalışmalar sistematik eşleşme yöntemi ile incelenmiştir. Bu kapsamda çalışmalar incelemenin planlanması, geliştirilmesi ve belgelendirilmesi şeklinde üç fazda gerçekleştirilmiştir. Çalışma verileri için araştırma sorularına dayalı bir inceleme protokolü geliştirilmiştir. Araştırmanın verileri SPSS (Armonk, NY:IBMCorp) version 22.0 paket programında yapılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde ortalama, standart sapma ve yüzdelik olmak üzere tanımlayıcı istatistikler kullanıldı. Bu çalışma, literatür taraması olduğu için etik kurul onayı gerektirmemektedir.

Bulgular: Pandemi sürecinde kanser hastalarının mental sağlığı ile ilgili 20 çalışmaya ulaşıldı. Yayınlanan çalışmaların 19'u kesitsel, 1'i kohort tipte dizayn edilmiştir. Yapılan çalışmaların %75'inin amacı pandemi sürecinin kanser hastalarının mental sağlıkları üzerindeki etkisini belirlemekti. Örneklem sayısı ortalama 821,95±170,6 idi. Çalışmaların 6'sı hastane, 10'u kanser merkezi ve 4'ü diğer birimlerde yapılmıştır. Çalışmaların %30'unda Hasta Sağlığı Anketi ve Yaygın Anksiyete Bozukluğu-7, %20'sinde Olayların Etkisi Ölçeği, %15' inde Uykusuzluk Şiddeti İndeksi ile verilerin elde edildiği belirlenmiştir. Çalışmaların %85' i yetişkin hastaları, %15'i pediatrik hastaları kapsamaktadır. İncelenen çalışmalarda pandemi sürecinde hastaların ortalama %44,1'inde anksiyete, %35,8'inde depresyon, %42,2'sinde uyku bozuklukları ve %76,7'sinde virüs bulaşma endişesi olduğu belirlendi. Bu süreçte kanser hastalarının ortalama %37,9'unun tedavisinin kesintiye uğradığı görüldü.

Sonuç: Pandemi sürecinde kanser hastalarının depresyon belirtileri gösterdiği, orta düzeyde anksiyete yaşadıkları ve uyku problemleri olduğu belirlendi. Kanser hastalarının pandemi sürecinde endişelerinin farkına varılmalı ve psikolojik destek gereksinimleri karşılanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: kanser, hasta, COVID-19, pandemi, mental sağlık

MENTAL HEALTH OF CANCER PATIENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC: A SYSTEMATIC MAPPING STUDY

Abstract

Objective: The aim of this study is to determine the characteristics, methods, and general trends of published international studies on the mental health status of patients receiving cancer treatment during the COVID-19 pandemic.

Method: International studies on the mental health of cancer patients during the COVID-19 pandemic process were examined by a systematic mapping method between January 2020 and May 2021. In this context, the study was carried out in three phases: Planning, developing, and documenting the examination. A review protocol for study data was developed based on study questions. The analysis of the study data was performed in the SPSS package program (Armonk, NY: IBMCorp version 22.0). Descriptive statistics such as mean, standard deviation, and percentage were used in the evaluation of the data. Since the study is a database scanning, it does not require ethics committee approval.

Results: A total of 20 studies conducted during the pandemic period on the mental health of cancer patients were reached. While 19 of the published studies were designed as cross-sectional, one of them as cohort type. The aim of 75% of the studies was to determine the effect of the pandemic process on the mental health of cancer patients. The mean sample size was 821.95 ± 170,6. Six of the studies were carried out in hospitals, 10 in cancer centers, and four in other units. Tools used for the data collection were the Patient Health Questionnaire and Generalized Anxiety Disorder-7 in 30% of the studies, Impact of Events Scale in 20%, Insomnia Severity Index in 15%. While 85% of them were conducted with adult patients, 15% were with pediatric patients. In the studies examined, 44.1% of the patients were determined to have anxiety, 35.8% depression, 42.2% sleep disorders, and 76.7% concern about being infected with the virus during the pandemic process. An average of 37.9% of cancer patients had their treatment interrupted in this period.

Conclusion: Cancer patients were found to show signs of depression, have moderate levels of anxiety and sleep disorders during the pandemic period. Concerns of cancer patients should be recognized during the pandemic process and their needs for psychological support should be met.

Keywords: Cancer, patient, COVID-19, pandemic, mental health

PRSB-11

COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE RUMİNASYON VE RUH SAĞLIĞINA ETKİLERİ

Sinem ÖCALAN[1], Yeter Sinem Üzar-Özçetin[2],

[1]Hacettepe Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ankara / Türkiye, E-Posta: sinem.cln@hotmail.com

[2] Hacettepe Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ankara / Türkiye, E-Posta: sinem_uzar@hacettepe.edu.tr

Özet

Tüm dünyayı hızla etkisi altına alan COVID-19 pandemisi, yüksek bulaşıcılık ve ölüm oranları, asemptomatik belirtilerle başlaması, öngörülmez geleceği ve henüz bir tedavisinin bulunamaması sebebiyle insanları fiziksel, bilişsel, ruhsal ve sosyal olarak etkilemektedir. Bu etkiler, bireylerin sürece yönelik çeşitli düşüncelere karşı yoğun uğraş vermesi ile sonuçlanabilmektedir. Ruminasyon adı verilen, bireylerde stres yaratan durumlarda ortaya çıkabilen bu yineleyici ve rahatsız edici düşünce tarzı, bireylerin ruh sağlıklarını etkilemektedir. Ruminatif düşünceler bazen istemli bazen ise istemsiz olarak akla gelmekte, girici ve amaçlı ruminasyon olarak ikiye ayrılmaktadır. Girici ruminasyon olayın hemen ardından ortaya çıkan, çaresizlik, üzüntü ve korku gibi duygusal sıkıntıları ortaya çıkartan ruminasyon türü iken; amaçlı ruminasyon ise daha geç ortaya çıkan, yaşanılan olayın kavranmasında, başa çıkma becerilerinin geliştirilmesinde bireye yardımcı olan ruminasyon türü olarak tanımlanmaktadır. Genellikle yaşanılan sürecin anlamlandırılmasında ve yönetilmesinde önemli rolü olan ruminatif düşüncelerin kontrol edilemediği taktirde, kişilerin tüm yaşam alanlarını etkileyebildiği görülmektedir. Özellikle COVID-19 pandemisinde bireylerin hastalanma, bir başkasına hastalık bulaştırma, sürecin devamı, kişisel koruyucu ekipmanların yeterliliği, geleceğe ilişkin belirsizlik gibi konular insanlarda yoğun endişeye ve beraberinde çeşitli düşüncelerin zihinlerinde dönmesine neden olabilmektedir. Ruminatif düşünceler uygun işlendiklerinde bireylerin süreçten güçlenerek çıkmalarına neden olabilmekte ve olumlu düşüncelerle yer değiştirebilmektedir. Dolayısıyla COVID-19 pandemisinde bireylerin sürece ilişkin ruminatif düşünce sistemlerinin anlaşılması önem arz etmektedir. Bu derlemede, COVID-19 pandemisi sürecinde ruminasyon kavramı ve bu kavramın ruh sağlığı üzerine olası etkilerinin açıklanması amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, koronavirüs, ruh sağlığı, ruminasyon, salgın

RUMINATION AND ITS IMPACT ON MENTAL HEALTH DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

The COVID-19 pandemic, which has been rapidly affecting the entire world, affects people physically, cognitively, spiritually, and socially due to its high contagiousness and mortality rates, its onset with asymptomatic symptoms, its unpredictable future, and the lack of a cure. These effects may result in individuals struggling intensely against various thoughts about the process. This repetitive and disturbing way of thinking, called rumination, which can occur in individuals' stressful situations, can adversely affect their mental health. Ruminative thoughts are sometimes brought to mind voluntarily and sometimes unintentionally, and they are divided into intrusive and deliberate rumination. While intrusive rumination is a type of rumination that

occurs right after the event and reveals emotional distress such as helplessness, sadness and fear; deliberate rumination is defined as a type of rumination that occurs later and helps the individual in understanding the event and developing coping skills. It is seen that if ruminative thoughts, which generally have an important role in the meaning and management of the process experienced, cannot be controlled. Especially in the pandemic, subjects such as getting sick, infecting others, uncertainity, the adequacy of protective equipment, can cause intense anxiety in people with various thoughts. When ruminative thoughts are managed appropriately, they can empower individuals to exit the process and be replaced by positive thoughts. Therefore, during the pandemic, it is important to understand individuals' ruminative thinking systems regarding the process. This review aimed to explain the concept of rumination during the pandemic and its possible effects on mental health.
Key Words: COVID-19, coronavirus, mental health, rumination, outbreak.

PRSB-12

"KALDIRILAMAYAN YÜKLER": PANDEMİ SÜRECİNDE KADINLARIN VÜCUT MEMNUNİYETSİZLİĞİ ÜZERİNE KALİTATİF BİR ÇALIŞMA

Kamuran ÖZDİL[1] Gülhan KÜÇÜK ÖZTÜRK [2]

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Nevşehir Türkiye, e-mail: kamuranozdil2008@gmail.com

[2]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Semra ve Vefa Küçük Sağlık Bilimleri Fakültesi, Nevşehir Türkiye, e-mail: glhnkck@hotmail.com

Özet

Amaç: Pandemi döneminde kadınların beden algılarının değerlendirildiği ve konuya ilişkin kadınların duygu, düşünce ve deneyimlerini açıklaştıran çalışmalar literatüre katkı sağlarken okuyuculara da yararlı olacağı düşünülmektedir. Bu çalışma pandemi sürecinde kadınların beden algısı konusundaki görüşlerini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: İçerik analizi yöntemi kullanılarak yapılan nitel bir çalışmadır. Amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenmiş, genç yetişkinlik ve yetişkinlik yıllarında olan (18-40 yaş arası) 10 kadın ile görüşülmüştür. Araştırmada veriler, kişisel bilgi formu ve yarı yapılandırılmış görüşme formuyla derinlemesine görüşme yapılarak toplanmıştır. Veriler içerik analizi yöntemi ile çözümlenerek temalar oluşturulmuştur. Araştırmanın uygulanabilmesi için etik kurul izni ve katılımcılardan bireysel onam alınmıştır.

Bulgular: Çalışmada kadınların yaşları 20-39 arasında değişmekte olup 10 kişiden sekizinin evli, tamamının okur yazar olduğu, yedisinin gelir düzeyinin orta düzey olduğu belirlenmiştir. Araştırmada 3 ana tema ve 8 alt tema ortaya çıkmıştır. Temalar; memnuniyetsizlik (Beğenmeme Olumsuz algılama, Pandemi döngüsü), kaldırılamayan yük (Karmakarışık, Değişmeyen baskı) ve kısıtlanma (Kafes, Öz ihmal, Yardım) olarak belirlenmiştir. Kadınlar pandemi sürecinin bedenleri üzerindeki olumsuz etkileri ve yardıma ihtiyaçları olduğunu belirtmişlerdir.

Sonuç: Tüm dünyada değişimlere neden olan pandeminin kadınların bedenleri üzerinde olumsuz etkilere yol açarak kadınların fiziksel, ruhsal ve sosyal sağlığını olumsuz etkilediği söylenebilir. Pandemi sürecinin belirsizliği göz önüne alındığında kadın sağlığı dolayısıyla toplum ve ruh sağlığı açısından getireceği risklerde öngörülebilir. Çalışmadaki sonuçlar kadınlara sunulan sağlık hizmetlerinin planlanmasında, uygulanmasında ve böylece bakım kalitesinin geliştirilmesinde kullanılabilir. Pandeminin yarattığı mevcut ve olası olumsuz etkilerle mücadele etmek için daha fazla araştırma yapılması önerilir.

Anahtar Kelimeler: Pandemi, Kadın, Vücut Memnuniyetsizliği, Kalitatif Çalışma

"UNBEARABLE BURDENS": A QUALITATIVE STUDY ON BODY DISSATISFACTION OF WOMEN DURİNG PANDEMIC

Abstract

Aim: It is thought that studies that evaluate women's body perceptions during the pandemic period and clarify the feelings, thoughts and experiences of women on the subject will contribute to the literature and will also be useful to the readers. This study was conducted to determine the views of women on body image during the pandemic process.

Method: This study was a qualitative study conducted using the content analysis method. 10 women (between 18-40 years old) who were determined by the purposive sampling method were interviewed. The data were collected using a semi-structured interview form and analyzed using the method of content analysis. Permission was obtained from participants and the ethics committee of the university for the research.

Results: The ages of women in the study ranged from 20 to 39, and it was determined that eight of the 10 people were married, all of them were literate, and seven of them had medium income. Three main themes and eight subthemes were emerged. Themes; dissatisfaction (Dislike, Negative Perception, Pandemic cycle), unbearable burden (Tangled, Unchanging pressure), and restraint (Cage, Self-neglect, Help). Women expressed that the pandemic process had negative effects on their bodies and needed help.

Conclusion: It can be said that the pandemic, which caused changes all over the world, negatively affects women's physical, mental and social health by causing negative effects on women's bodies. Considering the uncertainty of the pandemic process, the risks it will bring in terms of women's health and social and mental health can be predicted. The results of the study can be used in the planning and implementation of health services offered to women and thus improving the quality of care. Further research is recommended to combat the current and potential negative effects of the pandemic.

Key Words: Pandemic, Woman, Body Dissatisfaction, Qualitative Study

PRSB-14

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE LİSE SON SINIF ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOSOSYAL VE REHBERLİK GEREKSİNİMLERİNİN BELİRLENMESİ

Sevda UZUN[1], Ayşe GÖKOĞLU[2]

[1]Gümüşhane Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Gümüşhane / Türkiye, sevdauzun50@gmail.com
[2]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, İstanbul / Türkiye, gkgl.ayse@gmail.com

Özet
Amaç: Bu araştırma, covid 19 pandemi sürecinde lise son sınıf öğrencilerinin psikososyal ve rehberlik gereksinimlerinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir.
Yöntem: Nitel araştırma modelinin durum çalışma deseni kapsamında görüşme yöntemi kullanılarak yapılan araştırmada, veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla toplanmıştır.
Bulgular: Elde edilen bulgulara göre, pandemi sürecinde öğrencilerin öğretmenleriyle yüz yüze iletişim kuramadıkları ve bu süreçte yaşadıkları zorluklarla baş etmek için aile üyelerinden destek aldıkları belirlenmiştir. Bireylerin pandemi sürecinde motivasyonlarının olumsuz etkilendiği ve anksiyete yaşadıkları bu durumdan dolayı meslek seçimlerini değiştirdikleri saptanmıştır. Ayrıca lise son sınıf öğrencilerinin pandemi sürecinde internet ve sosyal medya kullanımını artırdığı belirlenmiştir**.**
Sonuç: Araştırma sonucunda, Covid 19 pandemisinde lise son sınıf öğrencilerinin psikososyal ve rehberlik gereksinimlerinin yeterince karşılanmadığı saptanmıştır.
Anahtar Kelimeler: Pandemi, öğrenci, psikososyal gereksinimler

DETERMINATION OF PSYCHOSOCIAL AND COUNSELING NEEDS OF HIGH SCHOOL SENIOR STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS

Abstract
Aim: This research was carried out to determine the psychosocial and guidance needs of high school senior students during the covid 19 pandemic process.
Methods: In the research conducted using the interview method within the context of the case study design of the qualitative research model, the data were collected through a semi-structured interview form.
Results: According to the findings, it was determined that students could not communicate with their teachers face-to-face during the pandemic process and that they received support from family members to cope with the difficulties they experienced in this process. It has been determined that individuals' motivation during the pandemic process was negatively affected

PRSB-15

COVID-19 PANDEMİSİ VE FARKLI PSİKOLOJİK ETKİLERİ

Hülya TOSUN[1]

[1]Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi/ Türkiye, E-Posta: hulya.tosun@ksbu.edu.tr

Özet

COVID-19 salgını, bireysel ve toplum düzeyinde ruh sağlığını olumsuz etkilemiştir. Salgın sürecinde tüm çabalar hastalığın zorlu taraflarına yöneldiği için toplumun psikolojisi göz ardı edilmiştir. Virüsün sıkça mortaliteye neden olması, ekonomik yükler yaşanması toplumda histeriye, küresel bir psikolojik bozukluk olan "Koronafobi" ye neden olmuştur. Toplumun farklı kesimlerinde ruh sağlığı sorunları oluşmuş ya da derinleşmiştir. Ekonomik, sosyal ve psikolojik anlamda risk grubu olan kişilerde depresyon, anksiyete ve intihar oranları artmıştır. Kapanma süreçlerinde yakın partner şiddeti, buna bağlı acil servis başvuruları artmış ancak korku nedeni ile yardım ve destek arama çabaları azalmıştır. Beslenme bozuklukları ve olumsuz beden saygısı artmıştır. Yaşlı bireyler toplum tarafından daha çok ötekileştirilmiştir. Olağandışı bir yaşam önerisi nedeni ile çocuklarda stres bozuklukları oluşmaktadır. Kanser hastaları izolasyon nedeni ile depresif durumlar ve geleceğe güvensizlik duyguları yaşamaktadır. Klinikte çalışan sağlık çalışanlarında hastalığa yakalanma veya bulaştırma korkusu, tükenmişlik, anksiyete gelişmiş ve madde bağımlılığında artış riski oluşmuştur. Özellikle Çin toplumu başta olmak üzere kültürel özellikleri nedeni ile bazı topluluklara karşı damgalama ve yabancı düşmanlığı rapor edilmektedir.

Toplumun farklı katmanlarında oluşan bu psikososyal sorunlarla daha iyi başedilebilmesi için bu sorunların Türk toplumunda da derinlemesine analiz edilmesi gerekmektedir. Elde edilen sonuçların klinisyenler ve diğer paydaşlar tarafından hızlı bir psikososyal yaklaşım programı hazırlanmasına katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: *COVID-19, psikolojik etkiler, koronafobi*

COVID-19 AND ITS DIFFERENT PSYCHOLOGICAL EFFECTS

Abstract

The COVID-19 pandemic has negatively impacted mental health at the individual and community level. The psychology of the society was ignored, as all efforts were directed towards the difficult aspects of the disease during the epidemic process. Frequent mortality and economic burdens caused by the virus have hysteria in the society and "Coronaphobia" which is a global psychological disorder. Mental health problems have occurred or deepened in different segments of the society. The rates of depression, anxiety and suicide have increased in people with economic, social and psychological risk groups. During the closure period, intimate partner violence and related emergency service admissions increased, but efforts to seek help and support decreased due to partner fear. Nutritional disorders and negative body esteem are increased. Older individuals are more marginalized by the society. Stress disorders occur in children due to an unusual life proposition. Cancer patients experience depressive states and feelings of distrust for the future due to isolation. Fear of contracting or transmitting the disease, burnout, anxiety developed in healthcare workers working in the clinic, and there

was an increased risk of substance addiction. Stigma and xenophobia are reported against some communities due to their cultural characteristics, especially the Chinese society.

In order to better cope with these psychosocial problems that occur in different layers of the society, these problems should also be analyzed in depth in Turkish society. It is thought that the results obtained will contribute to the preparation of a rapid psychosocial approach program by clinicians and other stakeholders.

Key Words: *COVID 19, psychologıcal effects, coronaphobia*

PRSB-16

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE RUH SAĞLIĞINI GÜÇLENDİRMEK: SANAT TERAPİSİ

Gülay MARAZ[1] Özlem ŞAHİN ALTUN[2],

[1] Erzurum Bölge Eğitim Araştırma Hastanesi / Erzurum / Türkiye, E- posta: marazgulay96@gmail.com

[2] Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi / Erzurum / Türkiye, E- posta: elif.gokhan@atauni.edu.tr

Özet

Koronavirüs (Covid 19) hastalığı ateş, öksürük, nefes almada güçlük gibi fizyolojik semptomları bulunan bulaşıcı bir hastalıktır. Hastalık bireyleri yalnızca fizyolojik olarak değil psikolojik olarak da etkilemektedir. Hastalığı deneyimleyen bireylerde depresyon, anksiyete, stres, uykusuzluk, travma sonrası stres bozukluğu gibi psikolojik problemler bildirilmektedir. Bu sürecin sağlıklı atlatılabilmesi için fiziksel problemlerin yanı sıra bireylerin psikolojik problemlerinin de ele alınması ve tedavi edilmesi gerekmektedir. Pandemi sürecinde bireylerin psikolojik problemleri çevrimiçi terapilerle tedavi edilmeye çalışılmıştır. Çevrimiçi terapilerde kullanılan tedavi yöntemlerinden biri de sanat terapisidir. Sanat terapisi psikoterapötik bir iletişim ile yaratıcılığı kullanarak sanat yolu ile bireylerin, ailenin, toplumun yaşamını zenginleştiren bütünleştirici bir ruh sağlığı hizmetidir. Terapi, bir sanat terapisti tarafından yapılmakta olup bireylerin bilişsel, duyumsal işlevlerini geliştirmeyi, benlik saygısını, öz farkındalığı arttırmayı bireyin yaşamındaki çatışma ve sıkıntıları çözmeyi, duygusal direnci arttırmayı amaçlamaktadır. Sanat terapisinin, bireylerin sağaltım ve iyileşme sürecinde geçerli ve etkili olduğu birçok araştırma ile kanıtlanmıştır. Bu sebeple sanat terapisi, korona virüs hastalığının psikolojik yükünü taşıyan bireylerde uygulanabilir bir tedavi olarak kabul edilmekte ve birçok araştırmada kullanıldığı görülmektedir. Bu derlemede, Covid-19 pandemi sürecinde bireylerde oluşan psikolojik problemlerin tedavisinde kullanılan sanat terapisi ile ilgili çalışmalar incelenecektir. Ayrıca hasta ile en çok vakit geçiren hemşirelere, hemşirelik bakımında sanat terapisini hastalarına öğretmeleri ve deneyimlemelerini sağlamaları konusunda farkındalık kazandırılacaktır.

Anahtar Kelimeler: Covid 19, Sanat Terapisi, Hemşirelik

STRENGTHENING MENTAL HEALTH IN THE COVID 19 PANDEMIA PROCESS: ART THERAPY

Abstract

Coronavirus (Covid 19) disease is an infectious disease with physiological symptoms such as fever, cough, difficulty in breathing. The disease affects individuals not only physiologically but also psychologically. Individuals in this period have psychological problems such as depression, anxiety, stress, insomnia, post-traumatic stress disorder. In order to survive this period in a healthy way, psychological problems of individuals as well as physical problems should be addressed and treated. During the pandemic period, psychological problems of individuals were attempted to be treated with online therapies. One of the treatment methods used in online therapies is art therapy. Art therapy is an integrative mental health service that uses creativity through art and enriches the lives of individuals, families and society. It is made

by an art therapist and aims to improve individuals' cognitive and sensory functions, increase self-esteem, self-awareness, solve conflicts and troubles in the individual's life, and increase emotional resistance. It has been proven with many studies that art therapy is valid and effective in the healing and recovery process of individuals. For this reason, art therapy is accepted as a viable treatment for individuals who carry the psychological burden of coronavirus disease and it has been used in many studies. In this review, studies on art therapy used in the treatment of psychological problems in individuals during the Covid-19 pandemic duration will be examined. In addition, the awareness about teaching and experiencing art therapy in nursing care will be created in the nurses who spend the most time with the patients.
Keywords: Covid 19, Art Therapy, Nursing

PRSB-17

COVID-19 NEDENİYLE HASTANEYE YATIRILAN ÇOCUK HASTALARIN YAŞAM KALİTESİ

Semra BAYTURAN[1], Şermin YALIN SAPMAZ[2], Burcugül KARASULU[3], Fatoş ALKAN [4]

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk enfeksiyon BD, Manisa / Türkiye, E-Posta:drsemrasen@gmail.com

[2] Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk Psikiyatrisi ABD, Manisa / Türkiye, E-Posta:drserminyalin@gmail.com

[3] Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk sağlığı ve hastalıkları BD, Manisa / Türkiye, E-Posta:burcugul.karasulu@cbu.edu.tr

[4] Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk kardiyoloji BD, Manisa / Türkiye, E-Posta:drsemrasen@gmail.com

Özet

Amaç:COVID-19 hastalarının psikolojik etklenmeleri ile ilgili birçok yayın bulunmakla birlikte çocukluk çağında COVID-19 nedeniyle hastaneye yatırılan hastaların yaşam kalitesi ile ilgili çalışma sayısı azdır.

Yöntem: COVID-19 tanısı ile hastaneye yatırılmış 43 ebeveyn ve hasta, en az 6 ay boyunca diabetesmellitus tip 1 nedeniyle hastanemizde takip edilen 38 hasta ve sağlıklı, COVID-19 geçirmemiş 38 katılımcı ve ailesi çalışmaya alınmıştır. Sosyodemografik bilgi formu, çocuklar için yaşam kalitesi ölçeği, çocuk ve ebeveyn için güçler ve güçlükler anketi(GGA), DSM-5 düzey 2 uyku ölçeği aile ve katılımcılara hastaneye yatışları sırasında doldurtuldu. Çalışmaya 6-18 yaş üstü ilk kez enfeksiyon geçiren ve hastanede yatmakta olan, yazılı onam veren hastalar alınmıştır.

Bulgular: COVID-19, DM ve kontrol gruplarının yaş, cinsiyet açısından anlamlı fark saptanmadı. Tüm COVID-19 hastalarının COVID-19 PCR sonuçları pozitif olarak saptandı. Sadece bir hastada yoğun bakım yatışı gerekti. Ebeveynler de her üç grup arasında yaş cinsiyet, mezun oldukları okul, babanın çalışma durumu açısından anlamlı fark saptanmadı ancak kontrol grubu anneleri diğer iki gruba göre çalışan annelerden oluşmaktaydı (p=0.000). GGA toplam puanı, etkilenme puanı ve alt ölçek puanları açısından hem ebeveynlerin çocuk adına doldurduğu hem de 11-17 yaş arası ergenlerin kendi adına doldurduğu formlarda üç grup arasında fark saptanmadı. Uyku açısından yapılan değerlendirmede de 3 grup arasında anlamlı fark saptanmadı.Çocuklar için yaşam kalitesi ölçek puanları değerlendirildiğinde ebeveynlerin bildiriminde fiziksel sağlık toplam puanı açısından farklılık saptandı. En düşük fiziksel sağlık puanı diyabet grubunda iken en yüksek puan covid hasta grubunda idi. Psikosoyal sağlık puanı ve toplam ölçek puanı açısından anlamlı fark saptanmadı.

Sonuç: Akut dönemde hastaneye yatırılan çocuk hastalarda ruhsal belirtiler açısından fark saptanmamıştır. İlginç olarak ebeveynlerin bildiriminde fiziksel sağlık açısından en yüksek işlevsellik covid hasta grubunda bildirilmiştir. Gözlemsel uzun vadeli çalışmalara ihtiyaç vardır.

Anahtar Kelimeler: Yaşam kalitesi, COVID-19, diabetes mellitus.

QUALITY OF LIFE IN HOSPITALIZED CHILDREN DUE TO COVID-19

Abstract

Aim: Although there are many publications about the psychological effects of COVID-19 patients, there are few studies on the quality of life of patients hospitalized due to COVID-19 in childhood.

Methods: Parents and patients hospitalized with the diagnosis of COVID-19 (n=43), patients who were followed up in our hospital for at least 6 months with diabetes mellitus type 1(n==38) and healthy participants and their families with no COVID-19 infection history (n=38) were included in this study. Sociodemographic information form, quality of life scale for children, parent and self completed strengths and difficulties questionnaire (SDQ), DSM-5 level-2 sleep scale were completed by the family and participants during their hospitalization. Patients over the age of 6-18 years who had an infection for the first time and were hospitalized were included in the study. Written consent was obtained.

Results: There was no significant difference between COVID-19, DM and control groups in terms of age and gender. COVID-19 PCR results of all COVID-19 patients were found to be positive. Intensive care hospitalization was required in only one patient. There was no significant difference between the three groups in terms of age, gender, graduation school, and fathers' employment status, but the control group consisted of working mothers compared to the other two groups ($p = 0.000$). The SDQ Parent completed SDQ and self completed SDQ total difficulties score and subscale scores were not different between the three groups. In the evaluation made in the sleep scores, there was no significant difference between the 3 groups. When the quality of life scale scores for children were evaluated, a difference was found in terms of physical health total score in the notification of the parents. The lowest physical health score was in the diabetes group, the highest score was in the COVID-19 patient group. There was no significant difference in terms of psychosocial health score and total scale score.

Conclusion: No difference was found in terms of mental symptoms in pediatric patients hospitalized in the acute period. Interestingly, in the report of the parents, the highest functionality in terms of physical health was reported in the covid patient group. Observational long-term studies are needed.

Key Words: Quality of life, COVID-19, diabetes mellitus.

PRSB-18

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE YAŞANAN KORKUNUN MERHEMİ: ÖZ-ŞEFKAT

Özlem ŞAHİN ALTUN[1], Duygu ÖZER[2]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/Türkiye, E-posta: ozlemsahinaltun@gmail.com

[2]Sultan II. Abdülhamid Han Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri ABD, İstanbul/Türkiye, E-posta: ozerduygu39@gmail.com

Özet

Covid-19, insan sağlığı üzerinde hayati fizyolojik etkiler oluşturmasının yanı sıra ciddi ruhsal etkiler de ortaya çıkarmaktadır. Artan ölüm sayıları, ortaya çıkan yeni mutasyonlar ve hala pandemi süreci ile ilgili olan belirsizlikler insanların korku duymasına sebep olmaktadır. Bu dönemde farklı kesim ve yaş gruplarıyla yapılmış çalışmalarda, insanların artık kendilerini güvende hissetmedikleri ve yüksek düzeyde korku duyduklarını ifade ettikleri belirtilmektedir. Ayrıca yaşanılan korkunun, ilerleyen zamanlarda kişilerde ciddi fiziksel ve ruhsal hastalıklara yol açtığı da bildirilmektedir. Bu dönemde toplumun ruh sağlığını korumada etkin rol alan psikiyatri hemşirelerinin, bireylere öğretecekleri etkili baş etme teknikleri, pandemi gibi olumsuz bir süreçte dahi korkunun ortaya çıkmasına engel olacaktır. Bu bağlamda, Covid-19 korkusuyla baş etmede yardımcı olabilecek potansiyel kavramlardan biri olarak karşımıza öz-şefkat çıkmaktadır. Öz-şefkat, kişinin zor zamanlarda, güçlükler yaşadığında ya da zayıf anlarında kendisine karşı duygusal anlamda destekleyici ve anlayışlı olmasıdır. Bu zorlu zamanlardan geçerken bireyin kendisine göstereceği öz-şefkat bu dönemde yaşadığı Covid-19 korkusunun ve yol açtığı ruhsal sorunların merhemi olabileceği düşünülmektedir. Ancak bu konuda yapılmış çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Bu derleme, Covid-19 pandemi sürecinde bireylerin korkuları ile öz-şefkat düzeyleri arasındaki ilişkiyi değerlendiren çalışmaları birlikte incelemek amacıyla yapılmıştır. Bu bağlamda, PubMed, PubMed Central (PMC), Science Direct, Google Scholar veritabanları taranmış ve bu konuda yapılmış sadece 3 çalışmaya ulaşılmıştır. Yapılan çalışmalar incelendiğinde, öz-şefkat düzeyi yüksek olan bireylerin Covid-19 korkusunu daha az yaşadıkları görülmektedir. Ayrıca öz-şefkatin, Covid-19 korkusunun bireyin ruh sağlığı üzerinde yarattığı olumsuz etkileri de azalttığı bildirilmektedir. Bu konuda yapılmış çalışmaların sonuçları, hasta ile en çok vakit geçiren hemşirelere, hemşirelik bakımında öz-şefkat kavramını hastalarına öğretmeleri ve deneyimlemelerini sağlamaları konusunda farkındalık kazandıracaktır.

Anahtar kelimeler: Covid-19, korku, öz-şefkat.

THE OINTMENT OF THE FEAR IN THE COVID-19 PANDEMIA PROCESS: SELF-COMPASSION

Abstract

Covid-19, as well as the creation of vital physiological effects on human health raises serious psychological effects. Increasing death numbers, emerging new mutations and uncertainties still related to the pandemic process cause people to fear. In studies conducted with different segments and age groups in this period, it is stated that people no longer feel safe and have a high level of fear. It is also reported that the fear experienced causes serious physical and mental illnesses in the future. In this period, psychiatric nurses active in the field of the community mental health protection, effective coping techniques they taught individuals, even in such a

negative process will prevent the emergence of pandemic fears. In this context, self-compassion emerges as one of the potential concepts that can help in dealing with the fear of Covid-19. Self-compassion is emotionally supportive and understanding towards oneself in difficult times, difficulties or weak moments. It is understood that the self-compassion that the individual will show to him/her, especially when going through these difficult times, may be the ointment of the fear of Covid-19 and the mental problems it causes. However, it is seen that the number of studies on this subject is limited. This review was conducted to examine studies evaluating the relationship between individuals' fears and self-compassion levels during the Covid-19 pandemic process. In this context, PubMed, PubMed Central (PMC), Science Direct, Google Scholar databases were scanned and only 3 studies on this subject were reached. When the studies are examined, it is seen that individuals with high levels of self-compassion experience less fear of Covid-19. In addition, it is reported that self-compassion reduces the negative effects of fear of Covid-19 on the mental health of the individual. The results of the studies conducted on this subject will raise awareness of the nurses who spend the most time with the patient to teach and experience the concept of self-compassion in nursing care.
Key words: Covid-19, fear, self-compassion.

PRSB-19

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN ANKSİYETE VE STRESLE BAŞETME DAVRANIŞLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Filiz ERSÖĞÜTÇÜ[1], Nurdilan ŞENER[2], Enes CALIŞKAN[3]

[1]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/Türkiye, Eposta: filizersogutcu@gmail.com

[2]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/Türkiye, E-posta: nurdilansener@outlook.com

[3]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/Türkiye, E posta: enesclskn23@gmail.com

Özet

Amaç: Sağlık çalışanlarından hasta ile en sık temas halindeki ekip üyesi olan hemşirelerin çok büyük risk altında olup salgının fiziksel ve psikolojik çeşitli sonuçlarından etkilenmeleri muhtemeldir. Geleceğin hemşireleri olma yolunda olan aday hemşirelerin de bu süreçten etkilenmeleri beklenen bir sonuçtur. Bu çalışmada Covid-19 pandemi sürecinde aday hemşirelerin anksiyete düzeyleri ile stresle başa çıkma stratejilerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır

Yöntem: Tanımlayıcı kesitsel araştırma desenindeki bu çalışma 15 Haziran 2020- 28 Eylül 2020 tarihleri arasında Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim görmekte olan 281 öğrenciyle ile tamamlanmıştır. Verilerin toplanmasında çevirim içi anket yöntemi kullanılarak Kişisel Bilgi Formu, Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği(SBTÖ) uygulanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalamalarının 20,75± 2,54 olduğu, cinsiyet dağılımında 224 kişi ile kadınların çoğunluğu (%79.7) oluşturduğu ve katılımcıların yarısına yakınının (%45,9) hemşirelik 1. sınıf öğrencisi olduğu tespit edilmiştir. BAÖ toplam puanının (7,61±7,03) olduğu, SBTÖ kendine güvenli yaklaşım alt boyutu puan ortalamasının (1,75±0,51), iyimser yaklaşım alt boyutu puan ortalamasının (1,49±0,33), çaresiz yaklaşım alt boyutu puan ortalamasının (1,15±0,38), boyun eğici yaklaşım alt boyutu puan ortalamasının (1,01±0,38) ve sosyal destek arama alt boyutu puan ortalamasının (1,46±0,40) olduğu saptanmıştır. BAÖ toplam puanı ile SBTÖ iyimser yaklaşım alt boyutu puan ortalaması ve yaş arasında iki yönlü negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($p<0.05$).

Sonuç: Bu çalışmada stresle başa çıkmada iyimser yaklaşımı benimseyen ve yaşça daha genç olan öğrencilerin stresli olaylar karşısında anksiyete belirti ve bulgularını daha az sıklıkla gösterdiği anlaşılmıştır. Ayrıca stresle başa çıkma noktasında çaresiz ve boyun eğici yaklaşım tarzı gösteren öğrencilerin, stresli olaylar karşısında anksiyete belirti ve bulgularını daha sık ve yoğun yaşadığı saptanmıştır. Bu nedenle öğrencilerin stresle başa çıkma stratejileri konusunda farkındalık düzeyinin arttırılması gereklidir. Bu amaç doğrultusunda eğitim programlarının yanı sıra, hemşirelik öğrencilerinin başa çıkma becerilerini geliştirmek üzere psiko-eğitimsel ve psikolojik danışma sunulabilir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Anksiyete, Stresle başa çıkma

ASSESSMENT OF NURSING STUDENTS' ANXIETY AND STRESS COPING BEHAVIORS DURING THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS

Abstract

Aim: Nurses, who are the team members most frequently in contact with the patient among healthcare professionals, are at great risk and are likely to be affected by various physical and psychological consequences of the epidemic. It is an expected result that prospective nurses, who are on their way to become the nurses of the future, are also affected by this process. In this study, it was aimed to evaluate the anxiety levels and stress coping strategies of the prospective nurses during the Covid-19 pandemic process.

Methods: *This study in a descriptive cross-sectional research design was completed with 281 students studying at the Faculty of Health Sciences between June 15, 2020 - September 28, 2020. Personal Information Form, Beck Anxiety Inventory (BAI) and Stress Coping Styles Scale (SCSS) were used to collect data using online questionnaire method.*

Results: *It was determined that the average age of the participants was 20.75 ± 2.54, the majority of women (79.7%) with 224 people in the gender distribution, and nearly half of the participants (45.9%) were first year nursing students. BAI total score (7.61 ± 7.03), self-confident approach sub-dimension mean score (1.75 ± 0.51), optimistic approach sub-dimension mean score (1.49 ± 0.33), helpless approach sub-dimension mean score (1.15 ± 0.38), sub-dimension mean score (1.01 ± 0.38) and seeking social support sub-dimension mean score (1.46 ± 0.40). It was observed that there was a two-way negative significant relationship between the BAI total score and the mean score of the SCSS optimistic approach sub-dimension and age ($p < 0.05$).*

Conclusion: *In this study, it was found that younger students who adopted an optimistic approach to cope with stress showed less frequent anxiety symptoms and signs in the face of stressful events. In addition, it was found that students who showed a desperate and submissive approach to coping with stress experienced the symptoms and symptoms of anxiety more frequently and intensely in the face of stressful events. For this reason, it is necessary to increase the level of awareness of students about strategies for coping with stress. In line with this purpose, psycho-educational and psychological counseling can be offered to improve nursing students' coping skills in addition to educational programs.*

Key Words: Covid-19, Anxiety, Coping with stress

PRSB-20

SAĞLIK BİLİMLERİ ALANINDAKİ ÖĞRENCİLERİN E- ÖĞRENMEYE YÖNELİK TUTUMLARI İLE BAŞARI MOTİVASYONLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Filiz ERSÖĞÜTÇÜ[1], Enes CALIŞKAN[2], Maral KARGIN[3]

[1]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/ Türkiye, Eposta: filizersogutcu@gmail.com

[2]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/ Türkiye, E-posta: enesclskn23@gmail.com

[3]Kıbrıs İlim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Girne/ Kıbrıs, E posta: maral.k2109@gmail.com

Özet

Amaç: COVID-19 pandemisi ile birlikte eğitim-öğretim metodunda yeni bir döneme geçilmiş ve okullarda yıllardır devam eden alışılagelmiş yüz yüze eğitim terkedilerek, çoğu öğrenci için yeni bir yöntem olan uzaktan eğitim yöntemi kullanılmaya başlanmıştır. Çoğu öğrenci için çok yeni olan bu eğitim süreci, öğrencilerin e-öğrenmeyi tanımalarına ve buna yönelik tutum geliştirmelerine neden olmuş ve öğrencilerin başarı motivasyonunu da etkilemiştir. Bu çalışmada sağlık bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin e-öğrenmeye yönelik tutumları ile başarı motivasyonları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı kesitsel araştırma desenindeki bu çalışma Kasım 2020- Aralık 2020 tarihleri arasında Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim görmekte olan 575 öğrenciyle ile tamamlanmıştır. Verilerin toplanmasında çevirim içi anket yöntemi kullanılarak; Kişisel Bilgi Formu, Beklenti-Değer Teorisini Temel Alan Başarı Motivasyonu Ölçeği(BDTÖ) ve E-Öğrenmeye Yönelik Tutum Ölçeği(EÖYT) uygulanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalamalarının (20,92±2,88) olduğu, çoğunluğun kadın ve hemşirelik bölümü öğrencisi olduğu tespit edilmiştir. BDTÖ toplam puanın (28,87±6,47) olduğu, EÖYT toplam puanının (56,07±9,29) olduğu bulunmuştur**.** BDTÖ toplam puanı ile EÖYT toplam puanı, EÖYT yatkınlık alt boyutu ve yaş arasında iki yönlü pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($p<0.05$).

Sonuç: Çalışma öğrencilerin e-öğrenmeye yönelik tutumlarının ve başarı motivasyonu düzeylerinin ortalama seviyede olduğunu göstermiştir. Öğrencilerin başarı motivasyonu düzeyi arttıkça e-öğrenmeye yönelik olumlu tutumlarının da arttığı görülmüştür. Sonuç olarak, sağlık bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin motivasyon düzeylerinin e-öğrenmeye devam etme ve başarılı olmalarında önemli bir faktör olduğu görülmüştür. Bu nedenle e-öğrenme sürecinde öğrencilerin başarılı olabilmesi ve başarılı olduğu durumda bu başarının sürekliliğinin sağlanabilmesi için, öğrencilerin ödül ve teşvik sistemleri ile desteklenmesi önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: E-öğrenme, Başarı motivasyonu, Pandemi

THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTITUDES TOWARDS E-LEARNING AND SUCCESS MOTIVATIONS OF STUDENTS IN THE FIELD OF HEALTH SCIENCES

Abstract

Aim: With the COVID-19 pandemic, a new era has started in the education-training method and the usual face-to-face education that has been going on in schools for years has been abandoned, and the distance education method, which is a new method for most students, has begun to be used. This educational process, which is very new for most students, has caused students to recognize e-learning and develop an attitude towards it, and has also affected students' motivation for success. In this study, it was aimed to determine the relationship between the attitudes towards e-learning and success motivation of students studying in the field of health sciences.

Methods: *This study in a descriptive cross-sectional research design was completed with 575 students studying at the Faculty of Health Sciences between November 2020 and December 2020. By using the online survey method in collecting data; Personal Information Form, Achievement Motivation Scale Based on Expectation-Value Theory (BDTÖ) and Attitude Scale Towards E-Learning (EÖYT) were applied.*

***Results*:** It was determined that the average age of the participants was 20.92 ± 2.88, mostly women and students of the nursing department. It was found that the total score of BDTÖ was (28.87 ± 6.47), and the total score of EÖYT was (56.07 ± 9.29). It was observed that there was a two-way positive significant relationship between the total score of the BDTÖ and the total score of EÖYT, the susceptibility sub-dimension of EÖYT, and age ($p < 0.05$).

Conclusion: *The study showed that students' attitudes towards e-learning and their motivation for success are at average levels. It was observed that as the motivation level of students increased, their positive attitudes towards e-learning also increased. As a result, it has been observed that the motivation levels of the students studying in the field of health sciences are an important factor in continuing e-learning and being successful. For this reason, it may be suggested that students be supported with reward and incentive systems in order to ensure that students are successful in the e-learning process and to ensure the continuity of this success in case they are successful.*

Key Words: E-learning, Motivation for success, Pandemic

PRSB-21

COVID-19 PANDEMİSİNİN SAĞLIK ÇALIŞANLARI ÜZERİNDEKİ PSİKOSOSYAL ETKİLERİ

Kübra Nur AKYÖN[1], Eda AY[2]
[1] Erzurum İl Sağlık Müdürlüğü, Erzurum Bölge Eğitim Ve Araştırma Hastanesi ,Türkiye kub_ak.6@outlook.com
[2] Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Erzurum / Türkiye, edaay25@gmail.com

Özet

Covid-19 pandemisi birçok fiziksel hasara neden olmakla birlikte tüm insanlığı psikososyal olarak da etkilemiştir. Özellikle salgının en ön safında çalışan sağlık çalışanları, psikososyal olarak en çok etkilenen grup olmuşlardır. Doktorlar, hemşireler ve diğer sağlık çalışanları günümüze kadar yaşanan tüm salgın hastalıklarda en çok stres yaşayan ve salgının psikolojik sonuçlarına en çok maruz kalan grup olmuşlardır. Bu derleme, sağlık çalışanlarının pandemi döneminde karşılaştığı psikososyal sorunların literatür taranarak incelenmesi amaçlanarak hazırlanmıştır.

Küresel tehdit oluşturan covid-19 sürecinin uzamasına bağlı olarak sağlık çalışanlarında, artan iş yüküne bağlı tükenmişlik düzeyinde artma, iş doyumunda azalma, uyku problemleri, öfkeyi kontrol edememe gibi sorunların oluşması, pozitif hastalarla yakın temasta olmaları nedeniyle toplum tarafından damgalanmaya maruz kalma, bulaş korkusuna ve uzayan çalışma saatlerine bağlı eve gidememeleri nedeniyle aile içi ilişkilerinde bozulma, kişisel koruyucu ekipman kullanımı nedeniyle oluşan cilt sorunları ve tüm bunların sonucu olarak da depresyon, stres ve anksiyete bozuklukları gibi psikiyatrik bozukluklar meydana gelmektedir. Kadınlarda, ve evli olan hemşirelerde bu risk daha yüksek oranda bulunmuştur.

Hijyen koşullarının uygunluğu, koruyucu ekipmanlara yeterli erişim, dengeli çalışma–dinlenme saatleri, pandemi ekip üyeleri arasındaki sosyal ve duygusal destek ilişkileri ve yönetim birimlerinden sağlanan destekleyici hizmetler koruyucu faktörler arasındadır. Sağlık çalışanlarının stigmatizasyona karşı korunması ve toplumsal olarak desteklenmesi psikososyal sağlıklarını korumada etkili olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Psikososyal Sorunlar, Sağlık Çalışanları, Pandemi

PSYCHOSOCIAL EFFECTS OF COVID-19 PANDEMIA ON HEALTHCARE PROFESSIONALS

Abstract

Covid-19 pandemic caused many physical damages, but also psychosocially affected all humanity. Especially health workers working at the forefront of the epidemic have been the most psychosocially affected group. Doctors, nurses and other healthcare professionals have been the group that has experienced the most stress and the psychological consequences of the epidemic in all epidemic diseases to date. This review has been prepared with the aim of

examining the psychosocial problems faced by healthcare workers during the pandemic period by scanning the literature.

Due to the prolongation of the global threat covid-19 process, healthcare workers have problems such as an increase in the level of burnout due to increased workload, a decrease in job satisfaction, sleep problems, inability to control anger, being stigmatized by the society due to their close contact with positive patients, fear of contamination and Due to the inability to go home due to prolonged working hours, deterioration in family relationships, skin problems caused by the use of personal protective equipment, and as a result of all these, psychiatric disorders such as depression, stress and anxiety disorders occur. This risk was found to be higher in women and nurses who were married.

Protective factors include compliance with hygiene conditions, adequate access to protective equipment, balanced work-rest hours, social and emotional support relationships between pandemic team members and supportive services provided by management units. Protecting healthcare workers against stigmatization and supporting them socially will be effective in protecting their psychosocial health.
Key Words: Covid-19, Psychosocial Problems, Healthcare Employees, Pandemic

PRSB-22

COVID-19 SÜRECİNDE ACİL SERVİSTE ÇALIŞAN HEMŞİRELERİN ALGILADIKLARI STRES VE BAŞ ETME YÖNTEMLERİ

NURGÜL KARAKURT[1], PINAR SEVDA GÜL[2],

[1]Erzurum Teknik Üniversitesi, Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: **nurgultercanli@ymail.com**

[2]Erzurum Şehir Hastanesi, Erzurum/ Türkiye, E-Posta:pinargul1694@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma ile; Covid-19 sürecinde acil sağlık hizmetlerinde görevli hemşirelerin algıladıkları stres ve baş etme yöntemlerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmanın evrenini, 15.04.2021-01.05.2021 tarihleri arasında araştırmaya dâhil edilme kriterlerini taşıyan, gönüllü olan Erzurum Şehir Hastanesi'nin acil sağlık hizmetlerinde görevli hemşireler oluşturmaktadır (N:179). Herhangi bir örnekleme belirleme yöntemine gidilmeden evrenin tamamına ulaşılmak hedeflenerek araştırmaya katılmayı kabul eden 155 hemşire araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Covit-19 şartlarından dolayı acil servisteki çalışma yoğunluğu dikkate alınarak araştırma verileri onlıne şekilde surveey programı kullanılarak yapılmıştır. Çalışmaya öncesi sağlık bakanlığından gerekli izinler ve etik kurul izni (sayı:B.30.2.ATA.0.01.00/) alınmıştır. Çalışmada Sosyo- demografik Veri Formu, Algılanan Stres ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği kullanılmıştır. Verilere SPSS 22 paket programı kullanılarak istatistik analiz uygulanmıştır.

Bulgular: Acil serviste görevli hemşirelerin Algılanan Stres Düzeyi Ölçek puanının ortalamanın üzerinde olduğu ve Algılanan Stres Düzeyi Ölçeği puanları arttıkça Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçek alt boyutları olan İyimser Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım, Sosyal Desteğe Başvurma Yaklaşım Alt Boyutları puanlarının azaldığı, Algılanan Stres Düzeyi Ölçeği puanları arttıkça Çaresiz Yaklaşım, Boyun Eğici Yaklaşım Alt Boyutları puanlarının da arttığı saptanmıştır. Ayrıca; hemşirelerin Algılanan Stres Düzeyi Ölçek puanları ile Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçek puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

Sonuç: Acil servis hemşirelerinin Algılanan Stres Düzeyi puanının, ortalamanın üzerinde olduğu, bu duruma yönelik olarak hemşirelerden toplanan taleplerin değerlendirilmesiyle birlikte çalışma şartlarının gözden geçirilmesi ve stresle başa çıkmaya yönelik olarak eğitimler verilerek ilgili hemşirelerin alanlarına yönelik olarak hobilere, meditasyon vb. alanlara yönlendirilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Hemşire, Covid-19, Acil Servis, Stres.

STRESS AND COPING METHODS PERCEIVED BY NURSES WORKING IN EMERGENCY SERVICES DURING COVID-19 PROCESS

Abstract

Aim: With this work; In the Covid-19 process, it was aimed to examine the perceived stress and coping methods of nurses working in emergency health services.

Methods: The universe of the study consists of the volunteer nurses working in the emergency health services of Erzurum City Hospital, who meet the criteria for inclusion in the study between 15.04.2021-01.05.2021 (N: 179). 155 nurses who agreed to participate in the study, aiming to reach the entire population without using any sampling method, constitute the sample of the study. Due to the Covit-19 conditions, the research data were made online using the surveey program, taking into account the work intensity in the emergency room. Before the study, the necessary permissions and ethics committee approval (number: B.30.2.ATA.0.01.00/) Were obtained from the Ministry of Health. Socio-demographic Data Form, Perceived Stress and Coping Styles Scale were used in the study. Statistical analysis was applied to the data using the SPSS 22 package program.

Results: The Perceived Stress Level score of the emergency service nurses is above the average, with the evaluation of the demands collected from the nurses for this situation, reviewing the working conditions and providing training to cope with stress, the relevant nurses' fields of hobbies, meditation, etc. It is recommended to be directed to the areas.

Key Words: Nurse, Covid-19, Emergency Room, Stress.

PRSB-23

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRLERİN YAŞADIĞI İŞ STRESİNİN AİLE YAŞAMINA ETKİSİ

Nurgül KARAKURT[1], Yasemin ERDEN[2], Aslı SİS ÇELİK[3]
Erzurum Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü Erzurum,Türkiye E posta: nurgul.karakurt@erzurum.edu.tr
Erzurum Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü Erzurum/Türkiye E posta: yasemin.erden@erzurum.edu.tr
Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/Türkiye
E posta: aslisis@hotmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı covid-19 pandemi döneminde hemşirelerin yaşadığı iş stresinin aile yaşamı üzerine etkisinin incelenmesi ve hemşirelerin iş stresi ile iş-aile çatışması düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesidir.

Yöntem: Tanımlayıcı ve kesitsel tasarımda olan araştırma 25 Aralık 2020-10 Şubat 2021 tarihleri arasında Türkiye'nin doğusundaki bir ilde pandemi hastanesi olarak hizmet veren bir hastanede görev yapan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 820 hemşire ile yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında, Tanımlayıcı Özellikler Formu, Algılanan İş Stresi Ölçeği ve İş-Aile-Yaşam Çatışması Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışma kapsamına alınan hemşirelerin Algılanan İş Stresi Ölçeği toplam puan ortalamasının 3.26±0.56 olduğu, İş-Aile Çatışması Ölçeği toplam puan ortalamasının ise 3.00±0.81 olduğu tespit edilmiştir. Hemşirelerin Algılanan İş Stresi Ölçeği ile İş Aile Çatışması Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında orta düzeyde pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ve iş stresinin, iş-aile çatışması düzeylerine etki değerinin %28 olduğu tespit edilmiştir ($p<0.001$).

Sonuç: Çalışma kapsamına alınan hemşirelerin salgın dönemindeki iş stresi düzeylerinin uyarıcı etkisi yaparak verimliliği artırmayı sağlayan ancak sağlıklarını da tehdit edebilecek seviyede olduğu, iş-aile yaşamındaki çatışma düzeylerinin yüksek olduğu, iş stresi düzeyleri arttıkça iş ve aile yaşamındaki çatışma düzeylerinin de arttığı belirlenmiştir.

Anahtar kelimeler**:** covid-19, pandemi, iş stresi, iş aile çatışması, hemşire

THE EFFECTS OF WORK STRESS OF NURSES ON FAMILY LIFE DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Objective: This study investigated the effect of work stress on family life experienced by nurses during the COVID-19 pandemic and identified the factors contributing to work stress and work-family conflict.

Method: This descriptive and cross-sectional study was conducted on 820 nurses who agreed to participate in the research working in a hospital serving only patients with confirmed COVID-19 in a province in eastern Turkey between December 25, 2020, and February 10, 2021. The Descriptive Characteristics Form, Perceived Work Stress Scale (PSS) and Work-Family Conflict Scale (WAFCS) were used in the data collection.

Results: It was found that the average PSS score of the nurses included in the study was

3.26±0.56; the average WAFCS score was 3.00±0.81. It was found that there was a moderately positive, statistically significant relationship between the PSS and WAFCS average scores for the nurses, and the impact value of work stress on the levels of work-family conflict was 28% ($p<0.001$).
Conclusions: The study concluded that the work stress levels of the nurses within the scope of the study during the pandemic were at a level that increases their productivity through a stimulating effect but could threaten their health; further, they have a high level of work-family conflict, which increases as their work stress increases.
Keywords**:** COVID-19, 2019-nCoV, pandemic, work stress, work-family conflict, nurse

PRSB-24

COVID-19 TANILI HASTAYA NANDA VE JOYCE TRAVELBEE' NİN İNSAN İNSANA İLİŞKİ MODELİNE GÖRE HEMŞİRELİK BAKIMI: BİR OLGU SUNUMU

Asima ARŞİMET[1], Satı DİL[2]

[1]Hemşire, Kurşunlu İlçe Devlet Hastanesi, Çankırı / Türkiye, EPosta: asimarsimet17@gmail.com

[2]Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı / Türkiye, E-Posta: satidil@karatekin.edu.tr

Özet

Amaç: Bu olguda, pandemi servisinde yatan COVID-19 tanılı hastanın Joyce Travelbee'nin "insan insana ilişki modeline" göre yapılan bakımının etkisi ve sonuçlarının incelenmesi amaçlanmıştır

Yöntem: Bu çalışma, 40 yaşında Covid(+) kadın hastada Travelbee'nin insan insana ilişki modelinin hemşirelik bakımına ve iyileşmeye olan katkısını araştıran tanımlayıcı bir araştırmadır. COVID-19 hastalığı tekrarlı bulaş özelliği, uzun süreli sosyal izolasyonları ve henüz spesifik olmayan tedavisi gibi belirsiz durumlar nedeniyle hastaları tahammülsüzlüğe iten bir süreç olduğundan, olguda umut aşılayan Joyce Travelbee'nin insan-insana ilişki modeline göre değerlendirilerek hemşirelik bakımı verilmiştir.

Bulgular: Hemşirelik bakımındaki amaç; belirsizlikleri azaltmak, farmakolojik tedavinin etkilerini değerlendirmek, komplikasyonları önlemek, hasta ve aile eğitimidir. Bu araştırmanın sonunda, hastanın bilgi ve yeteneklerini daha iyi nasıl kullanabileceğini fark ettiği, hastalık bilgisi ve süreci hakkında daha fazla bilgiye sahip olmak için kendine olan güveninin arttığı, taburculuk sürecine kadar etkili ve açık bir iletişimi sürdürdüğü gözlenmiştir.

Sonuç: Bu çalışmada, Travelbee modelinin kullanımıyla olgunun, hastalık nedeniyle içinde bulunduğu psikososyal durumu değerlendirerek, yaşadığı acı ve ağrı deneyiminden anlam bulmasını sağladığı, hemşireye olan güveninin, hastalığın bulaş ve korunma yöntemleri konularındaki endişeleriyle başetmesini kolaylaştırdığı ve tedavisine katılımıyla iyileşme umudunu güçlendirdiğini göstermiştir

Anahtar Kelimeler: COVID-19, İnsan İnsana İlişki Modeli, Joyce Travelbee

NURSING CARE TO A COVID-19 PATIENT EVALUATED BY NANDA AND JOYCE TRAVELBEE'S HUMAN TO HUMAN RELATIONSHIP MODEL: A CASE REPORT

Abstract

Aim: This case aimed to examine the effects and results of the care given to a COVID-19 patient via Joyce Travelbee's human-to-human relationship model.

Methods: A descriptive case study was employed to evaluate the contribution of Travelbee's human-to-human relationship model on nursing care and recovery of a 40-year-old woman diagnosed with COVID-19. Since COVID-19 infection has the ability to be retransmitted, requires prolonged isolation and has no yet definitive treatment, the patients are driven into intolerance thus this patient received her nursing care in accordance to the human-human relationship model of Joyce Travelbee, which instills hope.

Conclusion: The primary purpose of nursing care is to reduce uncertainty, evaluate the effects of pharmacological treatment, prevent complications, and educate the patient and their family.

This work was able to prove that by allowing the patient to make sense of the psychosocial situation of the illness and of the pain and pain experience, along with increased trust in the caregiver nurse facilitated her coping with the concerns about transmission and prevention methods. This ultimately strengthened her self confidence and hope of recovery with mutual participation in the treatment.

Results: This case report was able to show that the implementation of the Travelbee model for nursing care enabled the patient to make meaning of her pain and illness by evaluating their pscyhosocial status. This also allowed the patient to have a higher level of trust towards the caregiving nurse, which allowed for a better understanding of possible modes of transmission and prevention. The overall contribution to the treatment process by the patient also allowed for reduced anxiety and increased hope for recovery.

Key Words: **C**OVID-19, Human-Human Relationship Model, Joyce Travelbee

PRSB-25

YOĞUN BAKIMDA COVID-19 VE İLERİ EVRE OVER KANSER TANILI BİREYDE PSİKOSOSYAL BAKIM SÜRECİ: OLGU SUNUMU

Esin CERİT[1], Leyla Gündoğdu[2]

[1]Yozgat Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Yozgat, Türkiye, E-Posta:esin.cerit@yobu.edu.tr.

[2]Yozgat Şehir Hastanesi, Genel Yoğun Bakım Ünitesi, Yozgat, Türkiye, E-Posta: leyla.gündogdu@hotmail.com

Özet

COVID-19 vakası bildirildiğinden günümüze kadar, bu salgın dünya çapında bir milyondan fazla insana yayılarak bir pandemi haline gelmiştir. Tüm dünyayı etkisi altına alan bu hastalık insanlarda birçok biyopsikososyal problemlere yol açmış ve açmaya devam etmektedir. Bu çalışma yoğun bakım ünitesinde COVID 19 ve ileri evre over kanseri tanısı olan olguda hastanın gereksinimleri Gordon'un Fonksiyonel Sağlık Örüntüleri modeline göre değerlendirilerek, bu kapsamda psikososyal hemşirelik bakımı planlamak amacıyla yapılmıştır. Çalışmanın verileri, 27.08.2020-30.09.2020 tarihleri arasında, Gordon'un "Fonksiyonel Sağlık Örüntüleri Modeli" kapsamında toplanmıştır. Ayrıca, ruhsal durum değerlendirilmesi yapılarak hastanın ruhsal durumuna ilişkin gözlemler de aktarılmıştır. Çalışma için olgunun tedavi edildiği kurumdan ve ilgili üniversitenin Etik Kurulu'ndan izin alınmıştır. Olgu ve yakınları, çalışmanın amacı ve çalışmadan beklentiler hakkında bilgilendirildikten sonra onamları alınarak olgu çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmanın, COVID-19 tanısının yanı sıra terminal dönemde olan bireylerin psikososyal gereksinimleri ve bakım süreci hakkında fikir sunması hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, yoğun bakım ünitesi, psikososyal, hemşirelik, bakım

PSYCHOSOCIAL CARE PROCESS IN THE INDIVIDUAL DIAGNOSED WITH COVID-19 AND ADVANCED STAGE OVER CANCER IN INTENSIVE CARE UNIT: CASE REPORT

Abstract:Since the COVID-19 case was reported, this epidemic has spread to more than one million people worldwide, making it a pandemic. This disease, which affects the whole world, has caused and continues to cause biopsychosocial problems in humans. This study was carried out in order to plan psychosocial nursing care in the intensive care unit diagnosed with COVID 19 and advanced over cancer, by evaluating the needs of the patient according to Gordon's Functional Health Patterns model. Also, the mental state assessment made observations regarding the mental state of the patient was transferred. For the study, permission was obtained from the institution where the case was treated and the Ethics Committee of the relevant university. After the patient and her relatives were informed about the purpose of the study and the expectations from the study, their consent was obtained and the case was included in the study. The study, individuals with COVID-19 and diagnosis of terminal phase psychosocial needs and is expected to provide ideas about care process that can be applied to these requirements.

Key words: COVID-19, intensive care unit, psychosocial, nursing, care

PRSB-26

COVID-19 GEÇİREN AKADEMİSYENLERİN DUYGU-DIŞA VURUMLARI İLE COVID-19'A YÖNELİK KORKU DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Aysel A. ÖZDEMİR[1], Funda KAVAK BUDAK[2]

[1]Malatya Turgut Özal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Malatya/ Türkiye E-Posta: aysel.ozdemir@ozal.edu.tr

[2] İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Psikiyatri Hemşireliği ABD, Malatya/Türkiye E-Posta: funda.kavak@inonu.edu.tr

Özet

Amaç: Covid-19 salgının yaşandığı bu dönemde Covid-19'a yönelik korku ve duygusal dışa vurum beden ve ruh sağlığı açısından önemlidir. Bu araştırma ile Covid-19 geçiren akademisyenlerin duygu-dışa vurumları ile Covid-19'a yönelik korku arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: İlişkisel tanımlayıcı olarak yapılan araştırma Kasım 2020-Ocak 2021 tarihleri arasında İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri, Hemşirelik, İlahiyat ve İktisadi İdari Bilimler Fakültelerinde yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini Covid-19 geçiren 50 akademisyen oluşturmuştur. Araştırmada herhangi bir örneklem büyüklüğü hasplamasına gidilmeden tüm evrene ulaşılmaya çalışılmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden 30 akademisyen ile araştırma tamamlanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Tanıtıcı Özellikler Formu", "Covid-19 Korkusu Ölçeği" ve "Berkeley Duygusal Dışa Vurum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmaya başlamadan önce etik kurul, kurum izinleri ve Sağlık Bakanlığı izni alınmıştır. Verilerin analizinde non-parametrik testler (Kruskal-Wallis, Mann-Whitnet-U ve Spearman-Korelasyon analizi) kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan akademisyenlerin duygusal dışa vurum ölçeğinden aldıkları puan 90.09±15.27, Covid-19 korku ölçeğinden aldıkları puan 23.12±4.53 olarak belirlenmiştir. Araştırmada akademisyenlerin Covid-19 korkusu ile duygusal dışa vurumları arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü, güçlü ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<.05$). Akademisyenlerin duygusal dışa vurumları arttıkça Covıd-19'a yönelik korkuları artmakta ya da Covid19'a yönelik korkuları arttıkça duygusal dışavurumları artmaktadır.

Sonuç: Araştırmada sonuç olarak; Covid-19 geçiren akademisyenlerin duygusal dışa vurumlarının ve Covid-19 a yönelik korkuların yüksek düzey olduğu söylenebilir. Akademisyenlerin korku düzeylerini azaltmaya yönelik başetme becerilerinin arttırılması, eğitimlerin düzenlenmesi ve rahatlatıcı egzersizlerin öğretilmesi önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Akademisyen, Covid-19, Duygusal Dışa Vurum, Korku

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTION-EXPRESSIONS AND LEVELS OF FEAR AGAINST COVID-19 OF ACADEMICIANS WITH COVID-19

Abstract

Aim: In this period of Covid-19 epidemic, fear and emotional expression towards Covid-19 are important for body and mental health. With this research, it was aimed to determine the

relationship between the emotion-expressions of academicians who had Covid-19 and the fear of Covid-19.
Methods: The research conducted as a relational descriptor was conducted between November 2020-January 2021 at İnönü University Faculty of Health Sciences, Nursing, Theology and Economics and Administrative Sciences. 50 academics who passed Covid-19 formed the universe of the research. In the research, it was tried to reach the whole population without any sample size hasp. The research was completed with 30 academics who agreed to participate in the study. In the study, "Descriptive Features Form", "Covid-19 Fear Scale" and "Berkeley Emotional Expression Scale" were used as data collection tools. Ethics committee and institution permissions were obtained before starting the research. Non-parametric tests (Kruskal-Wallis, Mann-Whitnet-U and Spearman-Correlation analysis) were used to analyze the data.
Results: The score obtained by the academicians participating in the study from the emotional expression scale was 90.09 ± 15.27, and the score they got from the Covid-19 fear scale was 23.12 ± 4.53. In the study, it was determined that there is a statistically positive, strong and significant relationship between academicians' fear of Covid-19 and their emotional expressions ($p<.05$). As the emotional expressions of academics increase, their fear of Covid-19 increases, or as their fear of Covid19 increases, their emotional expressions increase.
Conclusion: As a result of the research; It can be said that the emotional expressions of academicians who have had Covid-19 and their fears about Covid-19 are at a high level. It may be suggested to increase the coping skills of academics to reduce their fear levels, to organize trainings and to teach relaxing exercises.
***Keywords*:** Academician, Covid-19, Emotional Expression, Fear

PRSB-27

COVID-19 SÜRECİNDE ADÖLESANLARDA AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞININ YALNIZLIĞA ETKİSİ

Aysel A.ÖZDEMİR[1]

[1]Malatya Turgut Özal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Malatya/ Türkiye

E-Posta: aysel.ozdemir@ozal.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışma, COVID-19 pandemisi sürecinde adölesanların akıllı telefon bağımlılıklarının yalnızlık düzeyleri üzerindeki etkisini belirlemek için yapılmıştır.

Yöntem: Bu çalışma, ilişki arayıcı ve regresyonel türde yapılmıştır. Veriler, Haziran 2021-Ağustos 2021 tarihleri arasında toplanmıştır. Çalışma evrenini Malatya Yeşilyurt'a bağlı 37 lisede okuyan adölesanlar oluşturmuştur. Liseler arasından 2'si kura yöntemi ile belirlenmiştir. Araştırma için yapılan güç analizi sonucunda örneklem büyüklüğü 252 adölesan olarak hesaplanmıştır (% 95 güven aralığı ve 730 çalışma popülasyonu). Araştırmada olasılıksız örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Sosyal bilgilendirme ile belirlenen okula devam eden adölesanların velilere ait cep telefonlarına bilgilendirilmiş onam ve anket formları bir bağlantı ile gönderilmiştir. İlk aşamada anket formu 500 ebeveyne gönderilmiş; bunlardan 350'si ebeveynler tarafından iade edilmiştir. Eksik veya yanlış doldurulan veya dahil edilme kriterlerini karşılamayan 98 anket çalışma dışında bırakılmıştır. Veriler Adölesan Tanıtım Formu, UCLA yalnızlık ölçeği, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği ile toplanmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan adölesanların %52.9'unun kız olduğu, %89.5'inin anne-babasının yaşadığı, %99.8'inin kendine ait akıllı telefonu olduğu, %95.6'sının günde 4 saat ve üzeri (online ders dışı) akıllı telefon kullandığı ve bunların % 95.6'sının akıllı telefonu oyun-eğlence amacıyla kullandığı tespit edildi. Akıllı telefon bağımlılığı toplam puanı ile yalnızlık toplam puanı arasında istatistiksel olarak pozitif yönde güçlü bir ilişki olduğu ($p < 0.05$) ve akıllı telefon bağımlılığın, yalnızlığı %55 oranında açıkladığı saptanmıştır.

Sonuç: Araştırmaya katılan adölesanların akıllı telefon bağımlılıklarının yalnızlık düzeylerini arttırdığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Adölesan; Akıllı Telefon Bağımlılığı; COVID-19; Yalnızlık.

THE EFFECT OF SMART PHONE ADDICTION ON LONELINESS IN THE COVID-19 PROCESS

Abstract

Aim: This study was conducted to determine the effect of smartphone addiction on loneliness levels of adolescents during the COVID-19 pandemic.

Methods: The research conducted in a relational and regressional design. Data were collected between June and August 2021. The population of the study was composed of adolescents from 37 high schools in Yeşilyurt, Malatya. 2 of the high schools were determined by lottery method. The sample size was calculated as 252 adolescents (95% confidence level and 1490 study population) as a result of the power analysis performed for the research. The improbable

sampling method was used in the study. Informed consent and questionnaire forms were sent with a link to the mobile phones of the parents of the adolescents attending the specified school. In the first stage, the questionnaire was sent to five hundred parents; three hundred and fifty of them were returned by their parents. Ninety-eight questionnaires that were incomplete or incorrectly filled or did not meet the inclusion criteria were excluded from the study. The data were collected by Adolescent Introduction Form, UCLA loneliness scale, Smartphone Addiction Scale.

Results: It was determined that 52.9% of the adolescents participating in the study were girls, 89.5% were living by their parents, 99.8% had their own smartphones, and 95.6% were using smartphones for 4 hours or more a day (outside the classroom) and 95.6% of them were found to use smartphones for game and entertainment purposes. It was determined that there was a statistically strong positive correlation between smartphone addiction total score and loneliness total score ($p < 0.05$), and smartphone addiction explained loneliness by 55%.

Conclusion: It was determined that smartphone addiction of the adolescents participating in the study increased their loneliness level.

Key Words: COVID-19; Loneliness; Smart Phone Addiction.

PRSB-28

HEMŞİRELERDEKİ COVID-19 KORKUSUNUN HEMŞİRELİK MESLEĞİNE BAĞLILIK VE TIBBİ HATA YAPMAYA ETKİSİ

Derya ŞİMŞEKLİ BAKIRHAN[1], Mehtap TAN[2]
[1]Ardahan Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Ardahan / Türkiye, E-Posta:deryasimsekli95@gmail.com
[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: mtan@atauni.edu.tr

Özet
Amaç: Hemşirelerdeki Covid-19 korkusunun, hemşirelik mesleğine bağlılık ve tıbbi hata yapma eğilimine etkisini incelemek amacıyla tanımlayıcı, kesitsel ve ilişki arayıcı tipte yürütülmüştür.
Yöntem: Araştırma verileri Ocak-Nisan 2021 tarihleri arasında 312 hemşireden çevirim içi anket yöntemiyle toplanmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında hemşire tanıtım formu, Covid-19 korkusu ölçeği, mesleki bağımlılık ölçeği ve tıbbi hataya eğilim ölçeği kullanılmıştır. Araştırma öncesi Sağlık Bakanlığından ve Ardahan Üniversitesi'nden etik kurul izni alınmıştır. Sosyodemografik ve ölçeğe ilişkin temel verilerin analizinde sayı, ortalama ve standart sapma verilmiştir. Hemşirelerin Covid-19 korkusu, mesleğe bağlılık ve tıbbi hata yapma puanları hesaplanmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde normal dağılıma uyan değişkenlerde Pearson, uymayanlarda, Spearman korelasyon analizi yapılmıştır.
Bulgular: Araştırmada hemşirelerin Covid-19 korkusu 19±8.17, mesleki bağlılık ölçeği puanı 72.21±13.58, tıbbi hata yapma eğilimi genel puan ortalaması 4.58±0.51'dır. Covid-19 korkusuyla mesleki bağlılık ve çaba gösterme istekliliği alt boyutu arasında pozitif yönde zayıf, Covid-19 korkusu ile hedef ve değerlere inanç arasında pozitif yönlü zayıf, Covid-19 ile tıbbi hata yapma eğilimi iletişim alt boyutu arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki olduğu tespit edilmiştir($p<0.05$).
***Sonuç*:** Hemşirelerdeki Covid-19 korkusu arttıkça mesleki bağlılık, çaba gösterme istekliliği ve hedef ve değerlere inanç artmaktadır. Hemşirelerdeki Covid-19 korkusu arttıkça iletişimle ilgili tıbbi hata yapma eğiliminin arttığı saptanmıştır.
***Anahtar Kelimeler*:** Covid-19 korkusu, hemşirelerde mesleki bağlılık, tıbbi hata yapma eğilimi

THE EFFECT OF THE FEAR OF COVID-19 IN NURSES ON COMMITMENT TO NURSING PROFESSION AND MEDICAL ERRORS

Abstract
Aim: A descriptive, cross-sectional and relationship-seeking type was conducted in order to examine the effect of Covid-19 fear in nurses on adherence to the nursing profession and the tendency to make medical mistakes.
Methods: The research data were collected from 312 nurses using an online survey method between January and April 2021. In the collection of research data, nurse introduction form, Covid-19 fear scale, occupational dependence scale and medical error disposition scale were used. Ethics committee approval was obtained from the Ministry of Health and Ardahan University before the research. Number, mean and standard deviation were given in the analysis

of sociodemographic and basic data related to the scale. The scores of the nurses for fear of Covid-19, commitment to the profession and making medical mistakes were calculated. In determining the relationship between the scales, Pearson correlation analysis was used for variables compatible with the normal distribution and Spearman correlation analysis was used for those that did not.

Results: In the study, the nurses' fear of Covid-19 was 19 ± 8.17, the professional commitment scale score was 72.21 ± 13.58, and the general score of medical error disposition was 4.58 ± 0.51. It was determined that there is a weak positive relationship between the fear of Covid-19 and the sub-dimension of professional commitment and willingness to make efforts, a weak positive relationship between fear of Covid-19 and belief in goals and values, and a weak negative relationship between Covid-19 and the tendency to make medical mistakes communication sub-dimension($p < 0.05$).

Conclusion: As the fear of Covid-19 in nurses increases, professional commitment, willingness to make effort, and faith in goals and values increase. It has been found that as the fear of Covid-19 in nurses increases, the tendency to make medical mistakes related to communication increases.

Key Words: Fear of Covid-19, professional commitment in nurses, tendency to make medical mistakes

PRSB- 29

ACİL SAĞLIK HİZMETLERİ ÇALIŞANLARININ COVID-19 KORKUSU İLE SAĞLIK ANKSİYETESİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Derya ŞİMŞEKLİ BAKIRHAN[1], Mehtap TAN[2]

[1]Ardahan Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Ardahan / Türkiye, E-Posta:deryasimsekli95@gmail.com

[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: mtan@atauni.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışma acil sağlık hizmetleri çalışanlarının Covid-19 korkusu ile sağlık anksiyetesi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla kesitsel, tanımlayıcı ve ilişki arayıcı tipte yürütülmüştür.

Yöntem: Araştırma Mart-Mayıs 2021 tarihleri arasında Türkiye'de Ardahan ilinde 123 acil sağlık hizmetleri çalışanıyla yürütülmüştür. Araştırma verileri tanıtım formu, Covid-19 korkusu ölçeği ve sağlık anksiyetesi envanteri ile toplanmıştır. Araştırma için Sağlık Bakanlığından, Ardahan Üniversitesi Bilimsel Yayın ve Etik Kurulu'ndan izin alınmıştır. Verilerin analizinde temel verilerde sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma verilmiştir. Normal dağılımda Skewness ve Kurtosis testi yapılmıştır. Sosyo-demografik verilerle ölçekleri karşılaştırırken normal dağılıma uyan iki değişken için bağımsız örneklemler t testi, uymayanlar için Man Whitney U testi, ikiden fazla değişkenlerde normal dağılıma uyanlar için One Way ANOVA testi, uymayanlarda Kruskall Wallis testi yapılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlılık değeri $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Covid-19 korkusu ve sağlık anksiyesi arasında ilişkinin incelenmesinde Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır.

Bulgular: Covid-19 korkusu ölçeği ortalaması 2.68±1.18 ve sağlık anksiyetesi ölçeği ortalaması 31.45±9.82 olarak bulunmuştur. Covid-19 korkusu ile sağlık anksiyetesi arasındaki ilişkinin belirlenmesinde yapılan korelasyon analizinde $r=0.350$ ve $p<0.01$ olarak bulunmuştur. Cinsiyet, meslek, medeni durum, eğitim durumu, mesleki deneyim süresi, sigara kullanım durumu, Covid geçirme durumunun Covid-19 korkusunu ve sağlık anksiyetesini etkilemediği görülmüştür($p>0.05$). Yaş ile sağlık anksiyetesi arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur($p<0.01$). Aylık ortalama çalışma süresi ile sağlık anksiyetesi arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur.($p<0.01$).

Sonuç: Çalışmanın sonucunda sağlık çalışanlarının Covid-19 korkularının ve sağlık anksiyetelerinin orta düzeyde olduğu saptanmıştır. Covid-19 korkusuyla sağlık anksiyetesi arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Bu da Covid-19 korkusu arttıkça sağlık anksiyetesinin arttığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19 korkusu, sağlık anksiyetesi, sağlık çalışanı

ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE FEAR OF COVID-19 AND HEALTH ANXIETY OF EMERGENCY HEALTH SERVICES EMPLOYEES

Abstract

Aim: This study was conducted in a cross-sectional, descriptive and relationship-seeking type to examine the relationship between the fear of Covid-19 and health anxiety of emergency healthcare workers.

Methods: The research was conducted between March-May 2021 with 123 emergency healthcare workers in Ardahan, Turkey. The research data were collected with the introductory form, the fear of Covid-19 scale and the health anxiety inventory. Permission was obtained from the Ministry of Health and Ardahan University Scientific Publication and Ethics Committee for the research. In the analysis of the data, the number, percentage, mean and standard deviation are given in the basic data. Skewness and Kurtosis tests were performed in normal distribution. When comparing scales with socio-demographic data, independent samples t test for two variables conforming to normal distribution, Man Whitney U test for those who did not fit, One Way ANOVA test for those that fit normal distribution in more than two variables, and Kruskall Wallis test for those who did not fit were used. Statistical significance was accepted as $p < 0.05$. Pearson Correlation analysis was conducted to examine the relationship between fear of Covid-19 and health anxiety.

Results: The mean of the Covid-19 fear scale was 2.68 ± 1.18 and the average of the health anxiety scale was 31.45 ± 9.82. In the correlation analysis performed to determine the relationship between fear of Covid-19 and health anxiety, it was found as $r = 0.350$ and $p < 0.01$. It was observed that gender, profession, marital status, educational status, duration of professional experience, smoking status, Covid-19 experience status did not affect the fear of Covid-19 and health anxiety ($p > 0.05$). A low positive correlation was found between age and health anxiety ($p < 0.01$). A low positive correlation was found between the monthly average working time and health anxiety ($p < 0.01$).

Conclusion: As a result of the study, it was determined that the healthcare professionals' fear of Covid-19 and health anxiety were at a moderate level. A moderate positive correlation was found between fear of Covid-19 and health anxiety. This shows that as the fear of Covid-19 increases, health anxiety increases.

Key Words: Covid-19 fear, health anxiety, health worker

PRSB-30

COVID-19 TANILI POSTPARTUM DÖNEMDEKİ KADININ ROY ADAPTASYON MODELİNE GÖRE HEMŞİRELİK BAKIMI

Asena TAŞGIT[1], Satı DİL[2]
[1]Ankara Şehir Hastanesi, Ankara/ Türkiye, E-Posta:asenatsgt@gmail.com
[2] Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı / Türkiye, E-Posta:satidil@gmail.com

Özet
Postpartum dönem, anne ve bebeğin hemşirelik bakımına en çok ihtiyaç duyduğu kritik dönemlerden biridir. Bu dönem sadece anne ve bebekte değil tüm ailede ruhsal, sosyal ve duygusal olarak değişimlerin görüldüğü önemli bir gelişimsel süreçtir. Bunlara ek olarak postnatal süreçte Covid-19 enfeksiyonu gibi komplikasyonların ortaya çıkması ise gereksinimleri ve bakımı daha da karmaşık hale getirebilmektedir. Bu kompleks bakım sürecinde fizyolojik, psikolojik ve sosyal gereksinimlerinin tam olarak karşılanmasının yanı sıra, bireyin ve çevresinin bu sürece uyumu da önem arz etmektedir. Postpartum dönemdeki uyumu arttırmak için bu vakada Covid-19 tanılı kadının Roy Adaptasyon modeline göre hemşirelik bakım sürecinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Roy Adaptasyon Modeli'ne göre yönetilen bakım sürecinde birey fizyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan bir bütün olarak ele alınmıştır. Uygulanan bakım sonucunda; bireyde bilgi eksikliğinin azaldığı, bireysel başetme ve benlik saygısının arttığı, aile içi uyumun arttığı, anksiyete, ümitsizlik ve güçsüzlüğün azaldığı, bebeğini aktif olarak emzirdiği gözlenmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda Covid-19 tanılı postpartum bireylerde Roy Adaptasyon modelinin kullanımının etkili olduğu düşünülmüştür.
Anahtar Kelimeler: Bakım, Covid-19, Hemşire, Hemşirelik, Postpartum, Roy Adaptasyon Modeli

NURSING CARE GIVEN TO POSTPARTUM WOMEN DIAGNOSED WITH COVID-19 IN LINE WITH ROY ADAPTATION MODEL

Abstract
Postpartum period is one of the critical periods during which the mother and her baby need nursing care most. This period is an important developmental process in which psychological, social and emotional changes are observed not only in the mother and the baby but also in the whole family. In addition to these, the emergence of complications such as Covid-19 infection in the postnatal process can further complicate the woman's needs and care. In this complex care process, not only meeting the physiological, psychological and social needs of the woman but also adaptation of her and people around her to this process is also important. In this study, it was aimed to investigate the nursing care process of a woman diagnosed with Covid-19 in order to improve her adaptation to the postpartum period based on the Roy Adaptation model. In this care process, the person was provided a holistic care based on the Roy Adaptation Model by taking into account the physiological, psychological and social aspects. As a result of the care provided, it was observed that the lack of knowledge of the individual decreased, that her

individual coping and self-esteem improved, that harmony in her family improved, that her levels of anxiety, hopelessness and weakness decreased, and that she actively breastfed her baby. In line with these results, it was concluded that the use of the Roy Adaptation model in postpartum individuals diagnosed with Covid-19 was effective.
Keywords: Care, Covid-19, Nurse, Nursing, Postpartum, Roy Adaptation Model

PRSB-31

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE FİLYASYON EKİBİNDE GÖREV ALAN SAĞLIK ÇALIŞANLARININ TRAVMA SONRASI GELİŞİM VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Sibel ASİ KARAKAŞ[1], Şeyda ERÇEL[2], Filiz ERSÖĞÜTÇÜ[3]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/Türkiye, E-Posta: sibelasi_36@hotmail.com

[2]Munzur Üniversitesi, Evde Hasta Bakımı Programı, Tunceli/Türkiye, E-Posta: seydaercel23@gmail.com

[3]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/Türkiye, E-Posta: filizersogutcu@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma Covid-19 pandemi sürecinde filyasyon ekibinde görev alan sağlık çalışanlarının travma sonrası gelişim ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi ve literatüre katkı sağlanması amacıyla yapıldı.

Yöntem: Tanımlayıcı kesitsel araştırma desenindeki bu çalışma Haziran 2020-Eylül 2020 tarihleri arasında Elazığ Merkez Toplum Sağlığı Merkezi filyasyon ekibinde yer alan il merkezi ve ilçelerde görevlendirilmiş 205 sağlık çalışanı ile tamamlandı. Verilerin toplanmasında çevirim içi anket yöntemi kullanılarak; Kişisel Bilgi Formu, Travma Sonrası Gelişim Ölçeği(TSGÖ) ve Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği(YİPDÖ) uygulandı.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalamalarının 32,36 ± 7,09olduğu, cinsiyet dağılımında 121 kişi ile kadınların çoğunluğu (%59,0) oluşturduğu ve katılımcıların %64,4'ün lisans mezunu olduğu tespit edilmiştir. TSGÖ toplam puanının 43,78±25,99olduğu, YİPDÖ toplam puanının125,04±16,18 olduğu saptanmıştır. COVID-19'u tehlikeli olarak algılama durumu ile TSGÖ toplam ve TSGÖ yaşam felsefesinde değişim alt boyutları arasında istatistiksel olarak oldukça anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Bireyin COVID-19'a karşı aldığı bireysel tedbirlerin yeterliliği hakkındaki düşüncesi ile YİPDÖ toplam puanı arasında istatistiksel olarak oldukça anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). COVID-19'a karşı alınan tüm önemlere rağmen hasta olacağı hakkındaki düşüncesi ile YİPDÖ toplam puanı arasında istatistiksel olarak oldukça anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). TSGÖ toplam puanı ile YİPDÖ toplam puan ortalaması arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($p>0.05$).

Sonuç: TSGÖ toplam puanının ortalamanın altında olması, katılımcıların yaşadığı travmatik olaylardan olumlu varsayımlar elde etmediği anlamına gelirken, YİPDÖ toplam puanının ortalamanın üstünde olması katılımcıların psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yüksek olduğunu göstermiştir.Sağlık çalışanlarının bu zorlu süreç ile nasıl baş ettiklerini tanımlamak ve sağlık bakım sisteminin içerisinde toplum gereksinimlerini esnek ve yaratıcı biçimde karşılayabilmek için gerekli olan psikolojik dayanıklılığı korumak ve geliştirmek üzere önlemlerin alınması oldukça önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Sağlık Çalışanları, Filyasyon, Psikolojik Sağlamlık, Travma Sonrası Gelişim

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN POST-TRAUMA DEVELOPMENT AND PSYCHOLOGICAL RESISTANCE OF HEALTHCARE PROFESSIONALS IN FILATION TEAM DURING THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS

Abstract

Aim:This study was conducted to evaluate the post-traumatic development and psychological resilience of healthcare professionals in filatıon team during the Covid-19 pandemic process, and to contribute to the literature.

Methods:This study was completed between June 2020 and September 2020 in a descriptive cross-sectional research design, with the health personnel assigned in the provincial center and districts who were in the filation team of Elazığ Central Public Health Center. Personal Information Form, Post Traumatic Growth Inventory (PTGI) and Resilience Scale for Adults (RSA) were used to collect the data using the online questionnaire method.

Results: It was determined that the average age of the participants was 32.36 ± 7.09, the majority of women (59.0%) with 121 people in the gender distribution, and 64.4% of the participants were undergraduate. It was determined that the total score of PTGI was 43.78 ± 25.99, and the total score of RSA was 125.04 ± 16.18. It was determined that there is a statistically significant difference between the perception of COVID-19 as dangerous and sub-dimensions of change in PTGI total and PTGI life philosophy ($p < 0.05$). It was determined that there is a statistically significant difference between the individual's opinion about the adequacy of individual measures taken against COVID-19 and the total score of RSA ($p < 0.05$). Despite all the measures taken against COVID-19, it was determined that there is a statistically significant difference between the thought that he will be sick and the total score of RSA ($p < 0.05$). There was no significant relationship between the total PTGI score and the total score of RSA ($p > 0.05$).

Conclusion: The fact that the total PTGI score is below the average means that the participants do not have positive assumptions from the traumatic events they experienced, while the total score of the RSA is above the average, showing that the psychological resilience levels of the participants are high. It is very important to define how healthcare professionals cope with this difficult process and to take measures to maintain and develop the psychological resilience necessary to meet the needs of the community in the health care system in a flexible and creative way.

Keywords: Covıd-19, Healthcare Professionals, Fillation, Psychological Resilience, Post Traumatic Development

PRSB-33

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE ANKSİYETE VE YORGUNLUK

Aysu BULDUM[1], Aslıhan AKSU[2], Filiz DEĞİRMENCİ[3], DUYGU VEFİKULUÇAY YILMAZ[4]

[1]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Mersin/Türkiye, E-posta: aysukoptur@mersin.edu.tr

[2]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Mersin/Türkiye, E-posta: aslihanaksu1@hotmail.com

[3]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Mersin/Türkiye, E-posta: filizdegirmenci@mersin.edu.tr

[4]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Mersin/Türkiye, E-posta: duyguulu@gmail.com

Özet

Amaç: Bu araştırmada COVID-19 pandemisi sırasında yaşanılan anksiyete ve yorgunluk arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı ve kesitsel nitelikte olan araştırmanın örneklemini, Türkiye'nin 36 ilinden 18-64 yaş aralığında olan 382 birey oluşturmuştur. Araştırmanın verileri Mersin Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu ve Sağlık Bakanlığı Bilimsel Araştırma Platformu'ndan gerekli izinler alındıktan sonra gelişigüzel ve kartopu örnekleme yöntemi kullanarak çevrimiçi anket yöntemi ile toplanmıştır. Araştırma verileri "Kişisel Bilgi Formu", "Koronavirüs Anksiyete Ölçeği Kısa Formu" (KAÖ) ve "Chalder Yorgunluk Ölçeği" (CYÖ) kullanılarak toplanmıştır. Değişkenler normallik, varyansların homojenliği ön şartlarının kontrolü yapıldıktan sonra (Shapiro Wilk ve Levene Testi) değerlendirilmiştir. Veri analizinde parametrik olmayan testlerden Mann-Whitney U testi, Kruskal-Wallis testi ile çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni düzeltmeli Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Sürekli iki değişken arasındaki ilişki Spearman Korelasyon Katsayısı ile değerlendirilmiştir. Tanımlayıcı istatistikler olarak ortanca, ortalama ve standart sapma, minimum ve maksimum değerler, kategorik değişkenleri tanımlarken frekans ve yüzde değerler kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmada katılımcıların yaş ortalamalarının 30.16±8.63, KAÖ puan ortalamalarının 2.54±3.55 ve CYÖ puan ortalamalarının 15.58±6.96 olduğu saptanmıştır. Katılımcıların cinsiyetine ve COVID-19 tanısı alan bireyin yakınlık derecesine göre hem KAÖ hem CYÖ puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Katılımcıların anksiyete ile yorgunluk puanları arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r= 0.403$; $p<0.01$).

Sonuç: Katılımcıların COVID-19 a bağlı anksiyete düzeyleri arttıkça yorgunluklarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre pandemi sürecinde bireylerin anksiyete düzeylerinin değerlendirilmesi, baş etme yöntemlerine ilişkin danışmanlık ve eğitimlerin sunulması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, anksiyete, yorgunluk

ANXIETY AND FATIGUE DURING COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: This study, it was aimed to determine the relationship between anxiety and fatigue experienced during the COVID-19 pandemic.

Methods: The sample of this descriptive and cross-sectional study consisted of 382 individuals between the ages of 18-64 years from 36 provinces of Turkey.The study data were collected after obtained necessary permissions from the Mersin University Social and Humanities Ethics Committee and Ministry of Health Scientific Research Platform by online survey method using random and snowball sampling method.Research data were collected using "Personal Information Form", "Coronavirus Anxiety Scale Short Form"(CAS), and "Chalder Fatigue Scale"(CFS). Variables were evaluated after checking the preconditions for normality and homogeneity of variances (Shapiro Wilk and Levene Test).Mann-WhitneyU test and Kruskal-Wallis test, Mann Whitney-U Test with the Bonferroni-correction for multiple comparisons were used in data analysis. The relationship between two continuous variables was evaluated using Spearman Correlation Coefficient. Median, mean, and standard deviation, minimum and maximum values were used as descriptive statistics, frequency and percentage values were used when defining categorical variables.

Results: In the study, it was determined that the mean age of the participants was30.16 ± 8.63,the mean score of the CAS was 2.54 ± 3.55, and the mean CFS score was15.58 ± 6.96.A significant difference was found between gender and the degree of closeness of the individual diagnosed with COVID-19, and both the CAS and CFS scores($p<0.05$).It was found that there was a moderately and positively significant correlation between the anxiety and fatigue scores of the participants($r = 0.403$;$p <0.01$).

Conclusion: It was concluded that as the anxiety levels of the participants increased due to COVID-19, their fatigue also increased. Accordingly, it can be suggested to evaluate the anxiety levels of individuals during the pandemic process and to provide consultancy and training on coping methods.

Key Words: COVID-19, anxiety, fatigue.

PRSB-34

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELERİN ANKSİYETE DÜZEYLERİ İLE STRESLE BAŞAÇIKMA STRATEJİLENİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Filiz ERÖĞÜTÇÜ[1], M. Akif AÇIKKAPU[2], Enes ÇALIŞKAN[3]

[1]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ / Türkiye, E-Posta: fersogutcu@firat.edu.tr

[2]Sağlık Bakanlığı, Kahramanmaraş, E-Posta: m_akif_acikkapi@gmail.com

[3]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ / Türkiye, E-Posta: ecalıskan@firat.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmada Covid-19 pandemi sürecinde çalışan hemşirelerin anksiyete düzeyleri ile stresle başa çıkma stratejilerinin değerlendirilmesi amaçlandı.

Yöntem: Çalışmanın evrenini Mayıs 2020- Ağustos 2020 tarihleri arasında bir Üniversite Hastanesinde çalışan toplam 745 hemşire oluşturdu. Örneklem büyüklüğü evreni belli olan örneklem seçimi formülü kullanılarak 351 olarak belirlendi. Örneklem seçiminde örneklem sayısına ulaşılıncaya kadar hemşireler araştırmaya katılmaları için davet edildi, çalışma katılmayı kabul eden 426 hemşire ile çalışma tamamlandı. Araştırma verileri toplanmadan önce etik kurul izni, kurum izni ve katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alındı. Verilerin elde edilmesinde, araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu, Beck Anksiyete Ölçeği(BAÖ) ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ) kullanıldı. Google Forms anket yöntemi ile elde edilen verilerinin excel programından alınıp istastistiksel işlemleri için lisanslı SPSS 22 paket programı kullanıldı. $p<0.05$ istatistiksel anlamlılık olarak kabul edildi. Ölçek puanlarının normal dağılıma uygunluk kontrolünde Shapiro Wilks testi; tanımlayıcı istatistikler olarak frekans, yüzde, ortalama; sosyo demografik özelliklere ve bazı parametrelere gore ölçek puanları arasındaki farklılıklar için T testi, varyans analizi (ANNOVA), Mann Whitney U testi ve Kruskall Wallis testleri kullanıldı.

Bulgular: Bu çalışmada katılımcıların %67,8'i kadın, %34,5'nin 30-40 yaş aralığında, %66'sının evli olduğu saptandı. BAÖ toplam puanının ortalamasının (9,94±10,10) olduğu, SBTÖ kendine güvenli yaklaşım alt boyutu toplam puan ortalamasının (1,80±0,62), iyimser yaklaşım alt boyutu toplam puan ortalamasının (0,99±0,56), çaresiz yaklaşım alt boyutu toplam puan ortalamasının (1,84±0,50), boyun eğici yaklaşım alt boyutu toplam puan ortalamasının (1,64±0,62) ve sosyal destek arama alt boyutu toplam puan ortalamasının (0,93±0,49) olduğu saptandı. BAÖ toplam puan ortalaması ile SBTÖ çaresiz yaklaşım ve SBTÖ boyun eğici yaklaşım alt boyutu puan ortalamaları arasında iki yönlü pozitif yönde, SBTÖ iyimser yaklaşım ve SBTÖ sosyal destek arama alt boyutu puan ortalaması ile de negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki belirlendi ($p<0.05$).

Sonuç: Bu çalışmada hemşirelerin orta düzey anksiyete yaşadığı, stresle başa çıkmada kendine güvenme, sosyal destek arama ve olaylara iyimser yaklaşma gibi probleme yönelik etkili yollar seçen hemşirelerin anksiyete düzeylerinin daha düşük olduğu ve anksiyete belirtilerini daha az sıklıkla yaşadığı, çaresiz ve boyun eğici yaklaşım gibi duyguya yönelik etkisiz yollar kullanan hemşirelerin yaşadığı anksiyete düzeyinin daha yüksek seviyede olduğu ve bu hemşirelerin

anksiyete belirtilerini daha sık yaşadığı belirlendi. Hemşirelerin özellikle iş kaynaklı anksiyete ile stres etkenlerine karşı psikososyal destek ile yardıma gereksinimlerinin tespit edilmesi ve bu konuda gerekli tedbirlerin alınması önerilebilinir.
Anahtar Kelimeler:, Anksiyete, Hemşire, Pandemi, Stresle Baş Etme

EVALUATION OF NURSES' ANXIETY LEVELS AND STRESS COPING STRATEGIES DURING THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS

Abstract

Aim: In this study, it was aimed to evaluate the anxiety levels of nurses working during the Covid-19 pandemic process and the strategies for coping with stress.

Method: The population of the study consisted of 745 nurses working at a University Hospital between May 2020 and August 2020. The sample size was determined as 351 using the formula for the population of which is known. In sample selection, nurses were invited to participate in the study until the sample size was reached, and the study was completed with 426 nurses who agreed to participate. Ethics committee permission, institutional permission, and informed consent from the participants were obtained before the research data were collected. Personal Information Form, Beck Anxiety Inventory (BAI) and Stress Coping Styles Scale (SCS) developed by the researchers were used to obtain the data. The licensed SPSS 22 package program was used for the statistical processing of the data obtained by the Google Forms survey method from the Excel program. Statistical significance was accepted as $p < 0.05$. Shapiro Wilks test to check the scale scores for the normal distribution; frequency, percentage, average as descriptive statistics; T test, analysis of variance (ANNOVA), Mann Whitney U test and Kruskall Wallis tests were used for the differences between scale scores according to socio-demographic characteristics and some parameters.

Results: In this study, it was found that 67.8% of the participants were women, 34.5% were in the 30-40 age range, and 66% were married. BAI total score (9.94 ± 10.10), self-confident approach sub-dimension mean score (1.80 ± 0.62), optimistic approach sub-dimension mean score (0.99 ± 0.56), helpless approach It was found that the sub-dimension mean score (1.84 ± 0.50), the submissive approach sub-dimension mean score (1.64 ± 0.62) and the social support sub-dimension mean score (0.93 ± 0.49). . There was a two-way positive relationship between the BAI total score and the helpless approach and submissive approach sub-dimension, and a negative significant relationship with the optimistic approach and seeking social support sub-dimension.

Conclusion: In this study, nurses who had moderate anxiety, self-confidence in coping with stress, seeking social support and optimistic approach to events, had lower anxiety levels and experienced anxiety symptoms less frequently, and the helpless and submissive approach. It was found that the level of anxiety experienced by nurses who used ineffective means towards. It is recommended to determine the needs of nurses for psychosocial support especially against work-related anxiety and stress factors and to take necessary measures in this regard.

Keywords :, Anxiety, Nurse, Pandemic, Coping with Stress

PRSB-35

COVID-19 PANDEMİSİ VE MADDE BAĞIMLILIĞI

Mine EKİNCİ[1],Filiz ERSÖĞÜTÇÜ[2],

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/ Türkiye, Eposta: mekinci@atauni.edu.tr
[2]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/ Türkiye, E-posta: fersogutcu@gmail.com

Özet

COVID-19 salgını, salgının etkisine uyum sağlamak için yeni tedavi ve önleme stratejileri gerektirdiğinden, küresel olarak sağlık hizmetleri sistemlerine ve halk sağlığı politikalarına büyük zorluklar getirdi. Dünya, COVID-19 salgınına dayandıkça, dünya çapında madde kullanım bozuklukları ile mücadele eden 35 milyon bireyin koşulları, özel sağlık ve tıbbi ihtiyaçları geri planda kaldı. Madde kullanım bozukluğu olan bireyler, biyopsikososyal birçok faktörden dolayı bulaşma riski altındadır. Madde kullanım bozukluğu olan kişiler, özellikle kardiyovasküler ve solunum sistemlerini etkileyen ilaçları kullananlar, COVID-19'un olumsuz solunum etkilerine karşı özellikle savunmasız olabilir. Madde kullanım bozukluğu olan kişilerin, daha yüksek evsizlik oranları, aşırı kalabalık yaşam koşullarına sahip olmaları ve sağlık hizmetlerine yetersiz erişimleri nedeniyle COVID-19'a yakalanma riskinin artması olasıdır. Benzer şekilde, madde kullanım bozukluklarında uzun süreli immün baskılamada COVID-19'a yakalanma riskini olumsuz etkiler. Pandemide madde kullanım bozukluğu olan bireyler için birçok ek zorluk daha ortaya çıkmıştır. Bu zorluklardan bazıları, madde kullanımı tedavi kliniklerinin kapatılması, bu kliniklerin kapasitelerinin azaltılması, acil servislerin COVID-19 hastalarına odaklanması, ruh sağlığını etkileyen sosyal mesafe ve kısıtlama tedbirleri, gelire yönelik tehditler ve uyuşturucu kullanan kişiler için madde tedarikini sürecini içerir. Mevcut halde, madde kullanım bozukluğu olan bireylerde COVID-19'un riskleri, etkileri ve sonuçları hakkında sınırlı veri bulunmaktadır. Bu anlamda, önleme ve tedavi için özel stratejiler tartışılmalıdır. Madde bağımlılığı ile ilgilenen sağlık uzmanları, hemşireler COVID-19 salgını sırasında ve sonrasında karşılaşacakları risklerin ve zorlukların farkında olmalıdır. Koronavirüs bulaşmasını önlemek ya da COVID-19 komplikasyonlarından kaçınmak için bağımlılık bakımı ertelenmek yerine bağımlılık bakımı mevcut koşullarda güçlendirilmelidir ve bu konu ile ilgili tedbirler alınmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Pandemi, Madde Bağımlılığı, Hemşirelik

COVID-19 PANDEMIA AND SUBSTANCE USE DISORDERS

Abstract

The COVID-19 pandemic has brought major challenges to healthcare systems and public health policies globally as it requires new treatment and prevention strategies to adapt to the impact of the outbreak. As the world endures the COVID-19 pandemic, the conditions, specific health and medical needs of 35 million individuals worldwide struggling with substance use disorders have been in the background. Individuals with substance use disorders are at risk of contamination due to many biopsychosocial factors. People with substance use disorders, particularly those using drugs that affect the cardiovascular and respiratory systems, may be particularly vulnerable to the adverse respiratory effects of COVID-19. People with substance use disorders are likely to be at increased risk of contracting COVID-19 due to higher rates of homelessness, overcrowded living conditions, and poor access to healthcare. Similarly, long-term immunosuppression in substance use disorders negatively affects the risk of contracting COVID-19. Many additional challenges have a risen for individuals with substance use disorders in the pandemic. Some of these challenges include the closure of substance use treatment clinics, the reduction of the capacity of these clinics, the focus of emergency services on COVID-19 patients, social distancing and restraint measures affecting mental health, threats to income, and the process of substance procurement for drug users. Currently, limited data are available on the risks, effects and consequences of COVID-19 in individuals with substance use disorders. In this sense, specific strategies for prevention and treatment should be discussed. Healthcare professionals and nurses dealing with substance abuse should be aware of the risks and challenges they will face during and after the COVID-19 pandemic. In order to prevent coronavirus transmission or avoid COVID-19 complications, addiction care should be strengthened in current conditions and measures should be taken instead of postponing addiction care.

Keywords: Pandemic, Substance Use Disorders, Nursing

PRSB-36

İSTANBUL'DA HİZMET VEREN BİR TOPLUM RUH SAĞLIĞI MERKEZİNE KAYITLI COVID-19 TANISI ALAN VAKALARA İLİŞKİN RETROSPEKTİF BİR DEĞERLENDİRME

Gülten GÜLEŞEN[1], Neşe ÜSTÜN[2], Fethiye OFLUOĞLU[3]

[1] Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta:gultengulesen@gmail.com

[2] Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta:neseustun@gmail.com

[3] Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta:fethiyeofluoglu@gmail.com

Özet

Amaç: İstanbul'da hizmet veren bir Toplum Ruh Sağlığı Merkezi(TRSM)'ne kayıtlı Covid-19 tanısı alan bireylerin retrospektif olarak değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Kesitsel ve tanımlayıcı tipteki araştırma, İstanbul Bakırköy Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'ne bağlı Esenler Toplum Ruh Sağlığı Merkezi'ne kayıtlı, Mart 2020-Nisan 2021 tarihleri arasında Covid-19 tanısı alan ve dahil edilme kriterlerine uyan 80 hasta ile yapılmıştır. Veriler; Sosyodemografik-Psikopatolojik ve Covid-19 Veri Formu ile elde edilmiş, SPSS 16.0 paket programıyla sayı, yüzde dağılımları bulunmuştur.

Bulgular: Araştırmaya katılan hastaların %42.5'inin 40-54 yaş arasında, %55'inin erkek, %43.7'sinin bekar, %50'sinin ilköğretim mezunu, %55'inin eş-çocuklarıyla yaşadığı, %43.8'inin çalışmadığı, %76.3'ünün ekonomik durumunun orta düzeyde, %88.7'sinin madde kullanım öyküsünün bulunmadığı, %60'ının beden kitle indeksinin 18-25kg/m2 olduğu, %76.2'sinin ek hastalığının bulunmadığı, %86.3'ünün adli öyküsünün bulunmadığı, %77.5'inin suisid girişiminin olmadığı, %60'ının şizofreni ve diğer psikotik bozukluklar tanılı, %56.2'sinin yatış sayısının 1-5 arasında olduğu, %37.5'inin kısmi içgörüye sahip olduğu, %36.2'sinin ilaç uyumunun kısmi olduğu, %47.4'ünün 2-4 yıl arasında TRSM hizmeti aldığı, % 57.5'inin kendisinin veya yakının bildirimi ile enfeksiyon bilgisinin öğrenildiği, %95'inin enfeksiyonu evde geçirdiği, %57.5'inin temas öyküsünün olduğu, %83.8'inin izolasyon döneminde sosyal desteğinin olduğu, %83.8'inin süreci ailesiyle geçirdiği, %65'inin antiviral ilaçları kullandığı, %73.7'sinin psikiyatrik tedavisini kullandığı, %81.3'ünün enfeksiyonu geçirdikten sonra akut alevlenme belirtilerinin olmadığı, %97.5'inde enfeksiyonu geçirirken suisidal fikir oluşmadığı, %58.8'inin enfeksiyon sürecinde TRSM'den hizmet aldığı, %56.3'ünün TRSM tarafından yakından takip edildiği saptanmıştır.

Sonuç: Pandemi sürecinde TRSM'lerin kronik ruhsal hastalığı olan kişileri hem Covid 19 ve genel tıbbi durum ile ilintili durumlar açısından hem de mevcut ruhsal hastalıkları açısından bütüncül olarak takip etmeleri gerekli gözükmektedir.

Anahtar Kelimeler: toplum ruh sağlığı, Covid-19 pandemisi, kronik ruhsal hastalık

A RETROSPECTIVE EVALUATION OF CASES RECOGNIZING COVID-19 DIAGNOSED WITH A COMMUNITY MENTAL HEALTH CENTER SERVING IN ISTANBUL

Abstract

Aim: It is aimed to retrospectively evaluate individuals diagnosed with Covid-19 registered with a Community Mental Health Center (CMHC) serving in Istanbul.

Methods: The cross-sectional and descriptive study was conducted with 80 patients who were registered at Esenler Community Mental Health Center, affiliated to Istanbul Bakırköy Mazhar Osman Mental and Neurological Diseases Hospital, diagnosed with Covid-19 between March 2020-April 2021 and met the inclusion criteria. Data; Sociodemographic-Psychopathological and Covid-19 Data Form, number and percentage distributions were found with the SPSS 16.0 package program.

Results: 42.5% of the patients participating in the study were between the ages of 40-54, 55% were male, 43.7% were single, 50% were primary school graduates, 55% were living with their spouses and children, 43.8% did not work, 76.3% ' The economic situation of the fame is moderate, 88.7% had no substance use history, 60% had a body mass index of 18-25 kg / m2, 76.2% had no comorbidities, 86.3% had no forensic history, 77.5% There was no suicide attempt, 60% of them were diagnosed with schizophrenia and other psychotic disorders, 56.2% had hospitalizations between 1-5, 37.5% had partial insight, 36.2% had partial drug compliance, 47.4% had 2 - Received CMHC service for 4 years, 57.5% had information about the infection with the notification of himself or his relative, 95% had the infection at home, 57.5% had contact history, 83.8% had social support during the isolation period, 83.8% ' 65% of them used antiviral drugs,
73.7% used psychiatric drugs, 81.3% did not have signs of acute exacerbation after infection, 97.5% did not develop a suicidal idea while having the infection, 58.8% received service from CMHC during the infection process, 56.3% were followed closely by CMHC. It has been determined.

Conclusion: During the pandemic process, it seems necessary for Community Mental Health Centers to follow people with chronic mental illnesses in terms of both Covid 19 and general medical conditions and existing mental illnesses.

Key Words: community mental health, Covid-19 pandemic, chronic mental illness

PRSB-37

COVID 19 PANDEMİSİNDE KADINLARDA DUYGUSAL YEMENİN BELİRLEYİCİLERİ OLARAK KORONAVİRÜS ANKSİYETESİ VE STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARININ İNCELENMESİ

Özlem GÜNER[1], Adeviye AYDIN[2]

[1]Sinop Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sinop/Türkiye E-posta: ozcerezciozlem@gmail.com

[2]Sinop Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sinop/Türkiye E-posta: adeviye86@gmail.com

Özet

Amaç: COVID-19 pandemisinde kadınların anksiyete düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzları ile duygusal yeme arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Böylece kilo artışında erkeklere göre daha riskli grup olan kadınların sağlıklarını ciddi boyutta etkileyecek duygusal yeme durumuna yönelik farkındalık yaratmak hedeflenmektedir.

Yöntem: Bu çalışma tanımlayıcı kesitsel türde bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini, 18-65 yaş aralığında, anlama ve algılama sorunu olmayan, araştırmaya katılmaya gönüllü 450 kadın oluşturmuştur. Veriler "Tanıtıcı Bilgi Formu", "Koronavirüs Anksiyete Ölçeği", "Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği" ve "Duygusal Yeme Ölçeği" kullanılarak elde edildi. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, pearson korelasyon analizi ve çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalaması 30.25±10.70'dır. Duygusal Yeme puan ortalaması 11.31+6.32, Koronavirüs anksiyete toplam puanı 2.54±3.07'dir. Araştırmaya katılan kadınların %61.8'inin BKİ göre normal kiloda olduğu, %70'inin pandemi döneminde kilo değişim olduğu, %59'unun bu değişimde kilo aldığı belirlendi. Duygusal yeme artıkça, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve koronavirüs anksiyetesinin arttığı ve kendine güvenli yaklaşımın azaldığı saptanmıştır. Koronavirüs anksiyetesi arttıkça çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, yeme isteğini engelleyememe, suçluluk hissi, duygusal yeme toplam puanlarının arttığı belirlenmiştir. Koronavirüs anksiyetesi arttıkça kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşımın puanlarının azaldığı saptanmıştır. BKİ, pandemideki kilo değişimi, yaş, stresle başa çıkma tarzında kendine güvenli yaklaşım ve çaresiz yaklaşım puanı, duygusal yemeyi %30,8 açıkladığı belirlenmiştir.
Sonuç: Araştırmada kadınların duygusal yeme puan ortalamasına göre duygusal yiyici olduğu (11-20), pandemi sürecinde kilo değişimi, BKİ, stresle başa çıkma biçimleri duygusal yemeyi etkilediği belirlenmiştir. Kadınlarda duygusal yemenin en aza indirilmesinde duygusal yeme farkındalığının yanısıra sağlık yaşam davranışlarının ve stresle başa çıkma tarzlarına yönelik farkındalıklarının artırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID 19, pandemi, duygusal yeme, stresle başa çıkma, koronavirüs anksiyetesi, kadınlar

INVESTIGATION OF CORONAVIRUS ANXIETY AND STRESS COPING STYLES AS THE DETERMINANTS OF EMOTIONAL EATING IN WOMEN IN COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: It was aimed to determine the relationship between women's anxiety levels and their style of coping with stress and emotional eating in the COVID 19 pandemic. Thus, it is aimed to raise awareness about the emotional eating state that will seriously affect the health of women, who are a more risky group than men in weight gain.

Methods: This is a descriptive cross-sectional study. The sample of the study consisted of 450 women between the ages of 18-65, who have no understanding and perception problems, and who are willing to participate in the study. The data were obtained using the "Introductory Information Form", "Coronavirus Anxiety Scale", "Stress Coping Styles Scale" and "Emotional Eating Scale". Descriptive statistics, pearson correlation analysis and multiple regression analysis were used to analyze the data.

Results: The mean age of the participants was 30.25 + 10.70. The mean score for Emotional Eating was 11.31 + 6.32, and the total score for Coronavirus Anxiety was 2.54 ± 3.07. It was determined that 61.8% of the women participating in the study were at normal weight according to BMI, 70% had a weight change during the pandemic period, and 59% gained weight in this change. It has been found that as the emotional eating increases, helpless approach, submissive approach and coronavirus anxiety increase and the self-confident approach decreases. As coronavirus anxiety increased, it was determined that the total scores of helpless approach, submissive approach, inability to prevent the desire to eat, guilt, emotional eating increased. It was found that as the coronavirus anxiety increased, the scores of the self-confident approach and optimistic approach decreased. It was determined that BMI, weight change in pandemic, age, self-confident approach to coping with stress and helpless approach score explained emotional eating 30.8%.

Conclusions: In the study, it was determined that women were emotional eating according to their emotional eating score average (11-20), weight change, BMI during the pandemic process, and their way of coping with stress affect emotional eating**.** In minimizing emotional eating in women, it is recommended to increase awareness of emotional eating as well as health-life behaviors and ways of coping with stress.

Key words: COVID 19, pandemic, emotional eating, stress coping, coronavirus anxiety, women

PRSB-38

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE SİBERKONDRİ ANKSİYETE VE BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK ARASINDAKİ İLİŞKİ

***Adeviye AYDIN*[1], *Maral KARGIN*[2], *Enes ÇALIŞKAN*[3]**

[1]Sinop Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sinop/Türkiye E-posta: adeviye86@gmail.com

[2]Kıbrıs İlim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Girne/Kıbrıs E-posta: maral.k2109@gmail.com

[3]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/Türkiye E posta: enesclskn23@gmail.com

Özet

Amaç: Pandemi sürecinde bireylerin siberkondri, anksiyete ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı ilişkisel türde olan bu çalışma, Türkiye'de yaşayan 18-65 yaş aralığında bireylerle gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri kartopu örnekleme yöntemi ile çevrimiçi olarak toplanmış ve 402 kişi araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırma verileri "Tanıtıcı Bilgi Formu", "Siberkondri Ciddiyet Ölçeği", "Koronavirüs Anksiyete Ölçeği ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği" kullanılarak elde edilmiştir. Veri analizinde tanımlayıcı istatistikler, pearson korelasyon analizi ve çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır.

***Bulgular*:** Bu araştırmada yaş ortalaması 32.94±10.26 olan katılımcıların siberkondri ciddiyet toplam puanı 72.62±18.29; koronavirüs anksiyetesi puanı 1.24±2.37 ve Belirsizliğe tahammülsüzlük toplam puanı 38.01±9.96 olarak saptanmıştır. Koronavirüs anksiyetesi, siberkondri ciddiyet (r=0.308) ve belirsizliğe tahammülsüzlük (r=0,184) arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur ($p<0.01$). Benzer şekilde belirsizliğe tahammülsüzlük ile siberkondri ciddiyeti arasında pozitif bir ilişki belirlenmiştir (r=0.289). Koronavirüs anksiyetesinin ve belirsizliğe tahammülsüzlük puanının, siberkondri ciddiyet puanını etkilediği ve toplam varyansın %14,6'sını açıkladıkları belirlenmiştir.

Sonuç: Araştırma sonucunda, siberkondri ciddiyet puanı arttıkça, pandemi sürecinde bireylerin yaşamış olduğu anksiyete ve belirsizliğe yönelik tahammülsüzlük puanının arttığı belirlenmiştir. Salgın döneminde siberkondriye yönelik risk faktörlerinin önlenmesinde çevrim içi ortamlarda doğru, yanıltıcı olmayan bilgilerin paylaşılmasının ve bireylerin ruhsal yönden desteklenmesinin, yaşanan belirsizliğin üstesinden gelinmesine yardımcı olacağı düşünülmektedir. Siberkondri, anksiyetenin oluşumuna neden olan bir faktör olarak belirlendiğinden bireylerin salgın sürecinde ruhsal sağlığını etkileyebilecek diğer ruhsal belirtiler üzerinde de etkisinin incelenmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID 19, Pandemi, Siberkondri, Anksiyete, Belirsizliğe Tahammülsüzlük

THE RELATIONSHIP BETWEEN CYBERCONDRIA, ANXIETY AND INTOLERANCE OF UNCERTAINTY DURING COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: It was aimed to examine the relationship between individuals' levels of cyberchondria, anxiety and intolerance of uncertainty during the pandemic process.

Methods: This descriptive correlative study was carried out with individuals between the ages of 18-65 living in Turkey. Data were collected online by snowball sampling method and 402 people were included in the research. The snowball sampling technique was used in the study.The data in the study were obtained using the "Introductory Information Form", "Cyberchondria Severity Scale", "Coronavirus Anxiety Scale and Uncertainty Intolerance Scale". Descriptive statistics, pearson correlation analysis and multiple regression analysis were used to analyze the data.

Results: In this study, the mean age of the participants was 32.94±10.26, the total score of cyberchondria severity was 72.62±18.29; coronavirus anxiety score was 1.24±2.37 and the total score of intolerance to uncertainty was 38.01±9.96. A positive correlation was found between coronavirus anxiety, cyberchondria severity (r=0.308) and intolerance to uncertainty (r=0.184) ($p<0.01$). Similarly, it was determined that there is a positive relationship between intolerance of uncertainty and cyberchondria (r = 0.289). It was determined that the score of coronavirus anxiety and intolerance of uncertainty affected the cyberchondria severity score and explained 14.6% of the total variance.

Conclusions: As a result of the research, it was determined that as the cyberchondria severity score increased, the anxiety and intolerance score for uncertainty experienced by individuals during the pandemic process increased. It is thought that sharing accurate, non-misleading information in online environments and supporting individuals mentally in preventing risk factors for cyberchondria during the epidemic period will help to overcome the uncertainty experienced. Since cyberchondria has been determined as a factor that causes anxiety, it is recommended to examine its effect on other mental symptoms that may affect the mental health of individuals during the pandemic.

Key words: COVID 19, Pandemic, Cybercondria, Anxiety, Intolerance of Uncertainty

PRSB-39

COVID-19 DÖNEMİNDE YAŞANAN TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU VE İLİŞKİLİ BAZI DEĞİŞKENLERİN BELİRLENMESİ

[1]Aysun GÜZEL [2] Yeşim MAÇÇA [3]Gül ERGÜN
[1]Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Acil Yardım ve Afet Yönetimi Bölümü, Burdur /Türkiye ayurdakul@mehmetakif.edu.tr
[2]Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, İstanbul/ Türkiye mcc.ysim27@gmail.com
[3]Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Burdur /Türkiye ergun@mehmetakif.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı COVID-19 döneminde yaşanan travma sonrası stres bozukluğu ve ilişkili bazı değişkenlerin belirlenmesidir.

Yöntem: **:**Araştırma tanımlayıcı tipte epidemiyolojik bir araştırmadır. Araştırmanın uygulanması için Sağlık Bakanlığından yazılı izin alınmıştır. Araştırmanın etik kurul izni Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul'undan alınmıştır (GO:2020/152/ 03.07.2020) Çalışma verileri Google formlar aracılığıyla hazırlanan bir anket linki aracılığıyla 9 Ekim 2020- 1 Mart 2021 tarihleri arasında toplanmıştır. Araştırma verileri sosyal medya hesapları aracılığıyla (whatsapp, facebook, instagram, vb.) toplanmıştır. Araştırmanın evreni sosyal medya aracılığı ile ulaşılabilmesi mümkün olan tüm bireyler (5000 kişi) şeklinde tanımlanmıştır. Araştırmanın örneklemi belirlenirken verilerin online olarak toplandığı göz önünde tutulmuş, her değişken için minimum 10 katı ya da daha fazla bireye ulaşılması hedeflenmiştir. Araştırmanın veri toplama formunda 60 soru olduğu için en az 600 kişiye ulaşılması hedeflenmiştir. Araştırmanın örneklem seçiminde olasılıksız örnekleme yöntemleri arasında yer alan uygun örnekleme kullanılmıştır. Çalışmada toplam 1127 kişiye ulaşılmıştır. Araştırmada öğrencilerin bazı sosyodemografik ve COVID-19 dönemindeki yaşadıkları durumları sorgulayan 20 soru, Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kontrol Listesi 20 soru ve Koronavirüs 19 Fobisi (CP19-S) 20 soruyu içeren veri toplama aracı kullanılmıştır. Araştırmada tekrarlı verilerin olmaması için veri tabanı incelenmiştir. Duplikasyon varlığını düşündüren formlar araştırma kapsamından çıkarılmıştır. Veriler SPSS 25.0 programında yüzdelik, ortalama, bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi ve post-hoc testleri (Tukey HSD ve Games Howell çoklu karşılaştırma testi) kullanılarak analiz edilmiş ve $p<0,05$ olan değerler anlamlı kabul edilmiştir.

Bulgular: Katılımcıların %71,5'i kadın, %72,3'ü bekar, %50,2'si üniversite ve üstü mezunudur. Katılımcıların Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kontrol Listesi toplam puan ortalamaları 44,61±20,35 ve CP19-S toplam puan ortalamaları 54,51±17,67, olarak bulunmuştur. Kadınların (48,27±19,07) Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kontrol Listesi toplam puan ortalamaları erkeklerden (35,45±20,61) istatistiksel olarak anlamlı biçimde yüksek çıkmıştır. Bekar olanların (47,02±19,66) evli (38,70±20,99) ve eşinden ayrılmış olanlara (28,00±13,18) göre Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kontrol Listesi toplam puan ortalamaları

istatistiksel olarak anlamlı biçimde yüksek çıkmıştır. Lise mezunu olanların (48,02±19,21) üniversite ve üstü mezunu olanlara (42,15±20,59) göre Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kontrol Listesi toplam puan ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı biçimde yüksek çıkmıştır. Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kontrol Listesi ile CP19-S arasında orta düzeyde, pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur (r=0,59, p<0,001).

Sonuç ve Öneriler: Katılımcıların travma sonrası stres bozukluğu puan ortalamaları yüksektir. Cinsiyet, medeni durum ve eğitim durumu COVID-19 döneminde yaşanan travma sonrası stres bozukluğu ile ilişkili değişkenlerdir. Travma sonrası stres bozukluğu ile koronavirüs fobisi arasında ilişki bulunmaktadır. Bu sonuçlar doğrultusunda; halkın koronavirüsten korunma yollarıyla ilgili sağlık profesyonelleri tarafından bilgilendirilmesi önerilir. Ayrıca insanların yaşam olayları karşısında başetmeleri güçlendirilerek korkularının azaltılması sağlanmalıdır.

***Anahtar Kelimeler*:** COVID-19, travma sonrası stres bozukluğu, koronavirüs fobisi.

DETERMINATION OF POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER AND SOME ASSOCIATED VARIABLES EXPERIENCED DURING COVID-19

Abstract

Introduction: The aim of this study is to determine post-traumatic stress disorder and some associated variables experienced during COVID-19 period.

Method: The research is an epidemiological research of the descriptive type. Ethics committee approval of the study was obtained from Burdur Mehmet Akif Ersoy University Non-Invasive Clinical Research Ethics Committee. March 9 October 2020 - March 1, 2021 the study data was collected through a survey link prepared through Google Forms. Facebook, instagram, etc., through the research data social media accounts (whatsapp, facebook, instagram, etc.) collected. The universe of the study was defined as all individuals (5000 people) who could be reached through social media. In determining the sample of the study, it was taken into account that the data was collected in a straight line, and it was aimed to reach a minimum of 10 times or more individuals for each variable Since there are 60 questions in the data collection form of the study, it is aimed to reach at least 600 people. Appropriate sampling, which is among the improbable sampling methods, was used in the sample selection of the study. A total of 1,127 people were reached in the study. In the study, a data collection tool was used that included 20 questions questioning the situations that students experienced during some sociodemographic and COVID-19 Periods, 20 Questions On The Post-Traumatic Stress Disorder checklist, and 20 questions on Coronavirus 19 phobia (CP19-S). The database was examined in order not to have repetitive data in the research. Forms suggesting the presence of duplication were excluded from the scope of the study. The data in SPSS 25.0 program the percentage, on average, independent sample t test, one way ANOVA and post-hoc tests (Tukey HSD and games-Howell multiple comparison test) and were analyzed using the p<0.05 values were considered significant.

Results: 71.5% of participants were female, 72.3% were single, and 50.2% graduated from University and above. The participants ' Post-Traumatic Stress Disorder checklist had a total score average of 44.61±20.35 and a total score average of CP19-s was 54.51±17.67. Post-Traumatic Stress Disorder checklist of women (48.27±19.07) the overall average score was

statistically significantly higher than men (35.45±20.61). According to those who are single (47.02±19.66), married (38.70±20.99) and separated from their spouses (28.00±13,18), the total average score on The Post-Traumatic Stress Disorder checklist was statistically significantly higher. According to high school graduates (48.02±19.21) and higher graduates (42.15±20.59), the total average score on The Post-Traumatic Stress Disorder checklist was statistically significantly higher. A moderate, positive and statistically significant association was found between the Post-Traumatic Stress Disorder checklist and CP19-s ($r=0.59$, $p<0.001$).

Conclusion and Suggestions: Participants have a high average score for post-traumatic stress disorder. Gender, marital status, and educational status are variables associated with post-traumatic stress disorder experienced during COVID-19. There is an association between post-traumatic stress disorder and coronavirus phobia. In line with these results; It is recommended that the public be informed by health professionals about ways to protect themselves from coronavirus. In addition, people's coping with life events should be strengthened and their fears should be reduced.

Key words: COVID-19, post-traumatic stress disorder, coronavirus phobia.

PRSB-40

PANDEMİ DÖNEMİNDE PALYATİF BAKIM HASTASINA FAYE GLENN ABDELLAH'IN MODELİNE GÖRE HEMŞİRELİK BAKIMI: BİR OLGU SUNUMU

***Ceylan Beker*[1] *Satı Dil*[2]**

[1]Hemşire, İskilip Atıf Hoca Devlet Hastanesi, Çorum/Türkiye, E-Posta: ceylan.beker97@gmail.com
[2]Doç. Dr., Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Çankırı/Türkiye, E-Posta: satidil@karatekin.edu.tr

Özet

Palyatif bakımda hastayı çok yönlü değerlendirmek, hastada gelişebilecek komplikasyonların erken dönemde önlenmesi açısından oldukça önemlidir. Faye Glenn Abdellah'ın kuramı da hemşirelik bakımında, hasta ve bakım vericinin fiziksel, ruhsal, entelektüel, sosyal ve spritüel açıdan bütüncül olarak değerlendirilmesi, gereksinimlerin karşılanması ve sonuçlarının değerlendirilmesi açısından önem arz etmektedir. Bu olguda, geçirdiği kaza sonucu hipoksik iskemik ensefalopati sonrası palyatif bakıma ihtiyaç duyan 23 yaşındaki erkek hastanın ve bakım vericilerinin pandemi döneminde yaşadığı problemler ve gereksinimleri Abdellah'ın kuramındaki '21 Hemşirelik Sorunu'na göre ele alınmıştır. Çalışma sonucunda Abdellah'ın kuramının palyatif bakım hastasına ve yakınlarına hemşirelik bakımı verme açısından uygun ve yeterli olduğu görülmüştür.

Anahtar kelimeler: hipoksik beyin, palyatif bakım, Faye Glenn Abdullah'ın kuramı, hemşirelik bakımı

NURSING CARE ACCORDING TO THE FAYE GLENN ABDELLAH MODEL IN THE PANDEMIC PERIOD: A CASE REPORT

Abstract

In palliative care, it is very important to evaluate the patient in a multifaceted way in order to prevent complications that may develop in the patient in the early period. Faye Glenn Abdellah's theory is also important in terms of physical, mental, intellectual, social and spiritual evaluation of the patient and caregiver, meeting the needs and evaluating the results in nursing care. In this case, a 23-year-old male patient who needed palliative care after accidental hypoxic ischemic encephalopathy and the problems and needs of his caregivers during the pandemic period were discussed according to Abdellah's 21 Nursing Problems. As a result of the research, it was seen that Abdellah's theory was appropriate and sufficient to provide nursing care to palliative care patients and their relatives.

Key words: *hypoxic brain, palliative care, Faye Glenn Abdullah's theory, nursing care*

PRSB-42

YAŞLI BİREYLERDE COVID-19 SALGINI SÜRECİNDE DEPRESYON VE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER: SİSTEMATİK İNCELEME

***Zeynep ÖZTÜRK*[1], *Özlem ŞAHİN ALTUN*[2]**

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum / Türkiye, E-Posta:zeynepolcun6@gmail.com

[2] Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum / Türkiye, E-Posta: ozlemsahinaltun@gmail.com

Özet

Amaç: Bu sistematik derleme, yaşlı bireylerde COVID-19 salgını sürecinde depresyon ve ilişkili faktörleri ortaya koyan mevcut literatürü incelemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Araştırma PubMed, Medline, Web of Science, Scopus, Ulakbim Tıp Veri Tabanı ve Google Akademik veri tabanlarının incelenmesiyle yürütülmüştür. COVID-19 salgınında yaşlı bireylerle depresyon konulu yayınlar bu çalışmaya dahil edilmiştir. "Yaşlı (Yaşlı birey, Yaşlılık) COVID-19 (SARS-CoV-2, Şiddetli akut solunum sendromu koronavirüs, 2019nCoV ve HCoV-19) ve Depresyon" Türkçe anahtar kelimeleri ile İngilizce çevirileri kullanılarak çalışmalar taranmıştır. Araştırmaya dahil edilme kriterleri; COVID-19 pandemisi sürecinde yaşlı bireylerde depresyonun incelendiği, araştırma örnekleminin sadece 60 yaş ve üzeri bireyler olduğu, araştırmanın belirli bir hastalık grubu üzerinde yapılmamış olduğu, nicel araştırma yöntemlerinin kullanıldığı, COVID-19 salgınının ilk olarak başladığı 1 Aralık 2019 tarihi ve sonrasında yapılmış güncel çalışmalar incelenmiştir. Veri tabanlarından ulaşılan ve dahil edilme ölçütlerine uyan 11 araştırma incelenmiştir.

Bulgular: Çalışma kapsamında incelenen araştırmalarda COVID-19 pandemisi sürecinde, farklı ülkelerden yaşlı bireylerin depresyon yaşadıkları bulunmuştur. Ayrıca pandemi sürecinde yaşlı bireylerin deneyimledikleri depresyonun; cinsiyet, etnik köken, anksiyete, yalnızlık, sosyal destek, iyimserlik, bilişsel işlevsellik, fiziksel aktivite, sağlık okuryazarlığı, beslenme durumu, uyku kalitesi ve gelir seviyesi bileşenleriyle ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: COVID-19 pandemisi yaşlı bireylerde depresyon oranını artırma yönünde önemli bir risk teşkil etmektedir. COVID-19 salgını döneminde yaşlı bireylerin ruhsal sağlıklarının geliştirme ve depresyonu önleyici girişimlerin uygulanması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Pandemi, Yaşlı birey, Depresyon

DEPRESSION AND RELATED FACTORS DURING THE COVID-19 OUTBREAK IN ELDERLY INDIVIDUALS: A SYSTEMATIC REVIEW

Abstract

Aim: This systematic review aims to examine the existing literature that reveals depression and related factors in the course of the COVID-19 outbreak in elderly people.

Methods: The research was conducted by examining PubMed, Medline, Web of Science, Scopus, Ulakbim Medicine Database and Google Academic databases. Publications on

depression with elderly individuals in the COVID-19 epidemic were included in this study. Studies were searched using the Turkish keywords " Elderly (Elderly individual, Older Adults, Old) COVID-19 (SARS-CoV-2, Severe acute respiratory syndrome coronavirus, 2019nCoV and HCoV-19), and Depression" with Turkish keywords and their English translations. Inclusion criteria in the study; current studies conducted on and after December 1, 2019, when the COVID-19 epidemic first started, where depression was examined in elderly individuals during the COVID-19 pandemic process, the research sample was only individuals aged 60 and over, the study was not conducted on a specific disease group, quantitative research methods were used. It has been examined. 11 studies accessed from databases and matching the inclusion criteria were examined.

Results: In the studies examined within the scope of the study, it was found that elderly individuals from different countries experienced depression during the COVID-19 pandemic process. In addition, the depression experienced by the elderly during the pandemic process; It has been determined that it is associated with gender, ethnicity, anxiety, loneliness, social support, optimism, cognitive functionality, physical activity, health literacy, nutritional status, sleep quality and income level.

Conclusion: The COVID-19 pandemic poses a significant risk to increase the rate of depression in elderly people. During the COVID-19 epidemic, it is recommended to improve the mental health of elderly people and to implement anti-depression interventions.

Key Words: COVID-19, Pandemic, Elderly person, Depression

PRSB-43

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELERİN E-SAĞLIK OKURYAZARLIK DURUMU İLE TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU ARASINDAKİ İLİŞKİ

Nurgül BÖLÜKBAŞ[1], Zeliha YÖNDEM[2], Nazlı ALTUN LAÇİNKAYA[3]

[1]Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ordu / Türkiye, E-Posta: nurbol_52@hotmail.com

[2]Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ordu / Türkiye, E-Posta: yondemzeliha@gmail.com

[3]Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ordu / Türkiye, E-Posta: nazli.altun@gmail.com

Özet

Amaç: COVID-19 pandemisinde hemşirelerin e-sağlık okuryazarlık ve travma sonrası stres bozukluğu durumlarını belirlemek ve aralarındaki ilişkiyi incelemektir.

Yöntem: Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı tipte planlanan araştırmanın örneklemini COVID-19 pandemisinde Karadeniz Bölgesi'ndeki iki kamu hastanesinde çalışan 172 hemşire oluşturmuştur. Hemşirelere Türk Hemşireler Derneği İl Temsilciliği Whatsapp grubundan ve hemşire olarak çalışan araştırmacının mesleki bağlantılarından ulaşılmıştır. Çalışma 8 Haziran 2020 tarihinde online olarak başlatılıp 16 Eylül 2020 tarihinde geri dönüşlerin sonlanması nedeniyle bitirilmiştir. Verilerin toplanmasında Hemşire Tanıtıcı Özellikler formu, e-Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği ve Olayların Etkisi Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Hemşirelerin e-sağlık okuryazarlık ölçek puanı kırk yaşın altında olanlarda, lisansüstü eğitim düzeyine sahip olanlarda, internetin sağlık kaynaklarına erişimde çok önemli olduğunu düşünenlerde yüksek saptanmış ve istatiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Hemşirelerde olayların etkisi ölçek puanı acil serviste çalışanlarda, salgın sırasında sosyal, mesleki veya diğer alanlarında değişiklikler yaşayanlarda, iş ortamında COVID-19 dışında farklı stres faktörlerine sahip olanlarda yüksek bulunmuş ve istatiksel olarak anlamlı saptanmıştır ($p<0.05$). Hemşirelerin iş ortamında belirttikleri stres faktörleri yetersiz personel (%18.2), maaş eşitsizliği (%15.8), görev belirsizliği (12.5), ekip uyumsuzluğu (%12.2), iş yoğunluğu (%11.9) ve yönetimsel sorunlar (%10.2) olarak saptanmıştır. Görev belirsizliği, yetersiz personel ve yönetimsel sorun yaşayan hemşirelerde olayların etkisi ölçek puanının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Hemşirelerin e-sağlık okuryazarlık medyan puanı 32, olayların etkisi medyan puanı 30'dur. Hemşirelerin e-sağlık okuryazarlık düzeyleri ile travma sonrası stres bozukluğu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Sonuç: Çalışmaya katılan hemşirelerin e-sağlık okuryazarlık durumu ortalamadan yüksek, travma sonrası stres bozukluğu şiddeti hafif düzeyde ve e-sağlık okuryazarlık ile travma sonrası stres bozukluğu arasında bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Sağlık Okuryazarlığı, Hemşireler, Travma Sonrası Stres Bozukluğu

THE RELATIONSHIP BETWEEN E-HEALTH LITERACY WITH POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER OF NURSES DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: This research was conducted to determine the eHealth literacy levels and post-traumatic stress disorder status of nurses in the COVID-19 pandemic, and to examine the relationship between them.

Methods: The sample of the study, which was planned in descriptive, and correlational types, consisted of 172 nurses working in two public hospitals in the Black Sea Region during the COVID-19 pandemic. The nurses were reached from the WhatsApp group of the Turkish Nurses Association Provincial Representation and the professional connections of the researcher working as a nurse. The study started online on June 8, 2020, and was completed on September 16, 2020, due to the completion of the returns. Nurse Identification Form, The eHealth Literacy Scale, and Impact of Event Scale-Revised were used in data collection.

Results: The score of the eHealth Literacy Scale was found to be high in nurses who are under forty years of age, have postgraduate education, think that the internet is very important in accessing health resources, and this result was statistically significant ($p<0.05$). The score of the Impact of Event Scale-Revised was found to be high in nurses working in the emergency services, experiencing changes in their social, occupational, or other areas during the epidemic, having different stress factors in the work environment excluding COVID-19 and this result was found to be statistically significant ($p <0.05$). It was determined that nurses experienced inadequate staff (18.2%), salary inequality (15.8%), task uncertainty (12.5%), team discordance (12.2%), work intensity (11.9%), and managerial problems (10.2%) in the work environment. The score of the Impact of Event Scale-Revised is higher in nurses with task uncertainty, inadequate staff, and managerial problems. The nurses' eHealth literacy median score is 32, Impact of Event Scale-Revised median score is 30. There is no statistically significant relationship between nurses' eHealth literacy levels and post-traumatic stress disorder.

Conclusion: The eHealth literacy status of the nurses in the study was higher than average, and the severity of post-traumatic stress disorder was mild. It has been determined that there is no relationship between e-health literacy and post-traumatic stress disorder.

Key Words: COVID-19, Health Literacy, Nurses, Post-Traumatic Stress Disorder

PRSB-44

COVID-19 TANILI HASTALARA BAKIM VEREN HEMŞİRELERİN TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Zahide Gül YAZGI[1], Hilal ALTUNDAL[2], Mualla YILMAZ[2]

[1]Gaziantep Cengiz Gökçek Kadın Doğum ve Çocuk Hastalıkları Hastanesi, Erişkin Yoğun Bakım Ünitesi, Gaziantep / Türkiye, E-Posta: zhde.yzgi@gmail.com

[2]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Mersin / Türkiye, E-Posta: hilalaltundal@mersin.edu.tr

[2]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Mersin / Türkiye, E-Posta: mualley69@gmail.com

Özet

Amaç: COVID-19 tanılı hastalara bakım veren hemşirelerin travma sonrası büyüme ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile bu iki olgu arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem: Kesitsel tipteki araştırmanın evrenini Mart 2021'de Türkiye'nin güneydoğusundaki bir ilde COVID-19 tanılı hastalara bakım veren hemşireler, örneklemini ise 167 hemşire (ölçek madde sayısının yaklaşık beş katı) oluşturmaktadır. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Travma Sonrası Büyüme Envanteri ve Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'yle online toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler, Kolmogorov-Smirnov ve Hosmer-Lemeshow testleri ile, Korelasyon ve Binary Lojistik Regresyon analizleri yapılmıştır.

Bulgular: Hemşirelerin psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamaları 123.72±18.02, travma sonrası büyüme toplam puan ortalamaları ise 70.71±21.02'dir. Lise-önlisans eğitim düzeyine sahip olma, il merkezinde yaşama ve pandemi sürecinde eğitim almanın hemşirelerin psikolojik dayanıklılık düzeyini arttırdığı, pandemi sürecinde psikolojik destek almanın ise psikolojik dayanıklılık düzeyini azalttığı saptanmıştır ($p<0.05$). Pandemi sürecinde eğitim almanın hemşirelerin travma sonrası büyüme düzeyini arttırdığı, altı aydan uzun süre COVID-19 servisinde çalışmanın ise travma sonrası büyüme düzeyini azalttığı belirlenmiştir ($p<0.05$). Hemşirelerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile travma sonrası büyüme düzeyi arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<0.001$).

Sonuç: Hemşirelerin psikolojik dayanıklılık ve travma sonrası büyüme düzeylerinin yüksek olduğu, psikolojik dayanıklılık ile travma sonrası büyüme düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Pandemi sürecinde hemşirelere yönelik travma sonrası büyümelerini destekleyen, psikolojik dayanıklılıklarını arttıran müdahalelerin geliştirilmesi ve ruhsal açıdan riskli grupların taranması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, hemşire, travma sonrası büyüme, psikolojik dayanıklılık.

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN POST-TRAUMATIC GROWTH AND PSYCHOLOGICAL RESILIENCE LEVELS OF NURSES CARING FOR PATIENTS WITH COVID-19

Abstract

Aim: It is aimed to determine the post-traumatic growth and psychological resilience levels of nurses caring for patients diagnosed with COVID-19 and the relationship between these two cases.

Methods: The population of the cross-sectional study consists of nurses caring for patients diagnosed with COVID-19 in a city in southeast Turkey in March 2021, and the sample consists of 167 nurses (approximately five times the number of items in the scale). Data were collected online with Personal Information Form, Post Traumatic Growth Inventory, and Adult Resilience Scale. In the evaluation of the data, descriptive statistics, Kolmogorov-Smirnov and Hosmer-Lemeshow tests, Correlation and Binary Logistic Regression analyzes were performed.

Results: The mean total score of psychological resilience of the nurses was 123.72±18.02, and the mean total score of posttraumatic growth was 70.71±21.02. It was determined that having high school-associate degree education, living in the city center and receiving education during the pandemic period increased the psychological resilience level of nurses, while receiving psychological support during the pandemic period decreased the level of resilience ($p<0.05$). It was determined that receiving education during the pandemic period increased the post-traumatic growth level of nurses, and working in the COVID-19 service for more than six months decreased the post-traumatic growth level ($p<0.05$). A moderately positive and significant correlation was found between nurses' level of resilience and post-traumatic growth level ($p<0.001$).

Conclusion: It was concluded that nurses had high levels of psychological resilience and post-traumatic growth, and there was a moderately positive and significant relationship between psychological resilience and post-traumatic growth levels. During the pandemic process, it is recommended to develop interventions for nurses that support their post-traumatic growth and increase their psychological resilience and to screen mentally risky groups.

Keywords: COVID-19, nurse, posttraumatic growth, psychological resilience.

PRSB-45

COVID-19 POZİTİF TANISI ALAN 65 YAŞ VE ÜZERİ HASTALARDA UMUTSUZLUK VE ÖLÜM KAYGISININ İNCELENMESİ

Cemal ÖZALP[1], Gülçin AVŞAR[2], Suna SOĞUCAK[3]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi/Hemşirelik Esasları Ana Bilim Dalı, Erzurum/Türkiye, E-Posta: ozalpcemal1@gmail.com

[2]Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Hemşirelik Fakültesi/ Hemşirelik Esasları Ana Bilim Dalı, Erzurum/Türkiye, E-Posta: gulcin-avsar@hotmail.com

[3]Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Tıp Fakültesi/Psikiyatri Hastalıkları Ana Bilim Dalı, Erzurum/Türkiye, E-Posta: soğucaksu@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma, COVID-19 tanısı alan 65 yaş ve üzeri hastalarda umutsuzluk ve ölüm kaygısını incelenmek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma Mart-Nisan 2021 tarihleri arasında bir pandemi hastanesinde çalışmaya katılmayı kabul eden 100 hasta ile yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında "Kişisel Bilgi Formu", "Beck Umutsuzluk Ölçeği" ve "Ölüm Kaygısı Ölçeği" kullanılmıştır.

Bulgular: Hastaların Beck Umutsuzluk puan ortalamaları 6,57±3,085 ve Ölüm Kaygısı Ölçeği puan ortalamaları 9,16±2,242 olarak saptanmıştır. 65 yaş ve üzeri COVID-19 tanısı alan hastaların beck umutsuzluk puan ortalamaları ile eğitim durumu arasında (p=0,001) ve beck umutsuzluk puan ortalamaları ile yaş arasında (p=0,037) istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır. Ayrıca hastaların yaşları ile ölüm kaygısı ölçeği puan ortalamaları arasında (p=0,023) ve ölüm kaygısı ölçeği puan ortalamaları ile kronik hastalığa sahip olma durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p=0,001).

Sonuç: Elde edilen veriler ışığında; 65 yaş ve üzeri COVID-19 tanısı alan hastaların umut düzeyi yüksek olduğu ve ölüm kaygısının yüksek olduğu söylenebilir. Bu doğrultuda yaşlı bireylerin salgından etkilenmelerini önlemeye/azaltmaya yönelik bazı sosyal hizmetler uygulamaya konulması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Umutsuzluk, Ölüm kaygısı, 65 yaş hastaları, COVID-19, Hemşirelik bakımı

INVESTIGATION OF HOPELESSNESS AND DEATH ANXIETY IN PATIENTS AT THE OF 65 AND OVER AND WITH A POSITIVE DIAGNOSIS OF COVID-19

Abstract

Aim: This study was conducted to examine hopelessness and death anxiety in patients aged 65 and over who were diagnosed with COVID-19.

Methods: The study was conducted between March and April 2021 in a pandemic hospital with 100 patients who agreed to participate in the study. "Personal Information Form", "Beck Hopelessness Scale" and "Death Anxiety Scale" were used to collect data.

Results: The mean Beck Hopelessness score of the patients was 6.57±3.085 and the mean score of Death Anxiety Scale was 9.16±2.242. There is a statistically significant difference between the mean scores of beck hopelessness and education level ($p = 0.001$) and between the mean scores of beck hopelessness and age ($p = 0.037$) of patients aged 65 and over with a diagnosis of COVID-19. In addition, a statistically significant difference was found between the age of the patients and the death anxiety scale mean scores ($p = 0.023$), and between the death anxiety scale mean scores and the status of having a chronic disease ($p = 0.001$).

Conclusion: In the light of the data obtained; It can be said that patients aged 65 and over who are diagnosed with COVID-19 have a high level of hope and anxiety about death. In this direction, it may be suggested to implement some social services aimed at preventing / reducing elderly people from being affected by the epidemic.

Key Words: Hopelessness, death anxiety, patients at the age of 65, COVID-19, nursing care

PRSB-46

TÜRKİYE'DE COVID-19 TANILI HASTALARA BAKIM VEREN HEMŞİRELERİN DENEYİMLERİ VE YAŞADIKLARI PSİKOSOSYAL SORUNLAR: NİTEL BİR ÇALIŞMA

Özlem KAÇKİN[1], Emre ÇİYDEM[2], Özgür Sema ACI[3], Fatma Yasemin KUTLU[4]
[1]İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, İstanbul/ Türkiye, E-Posta: ozlemkackin.711@gmail.com
[2]İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta: emreciydem@hotmail.com
[3]İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta: semaculhaci@hotmail.com
[4]İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta: kutluy@iuc.edu.tr

Özet
Amaç: Bu çalışmanın amacı, Türkiye'de COVID-19 tanılı hastalara bakım veren hemşirelerin deneyimlerini ve psikososyal sorunlarını belirlemekti.

Yöntem: Veriler 9 Mayıs - 12 Mayıs 2020 tarihleri arasında toplandı. Araştırmanın örneklemini COVID-19 tanısı almış hastalara bakım veren 10 hemşire oluşturdu. Araştırmada descriptive fenomenolojik yaklaşım kullanmıştır. Görüşmeler internet üzerinden yüz yüze yapıldı ve Colaizzi'nin yedi basamaklı analiz yöntemiyle analiz edildi.

Bulgular: COVID-19 tanılı hastalara bakım veren hemşirelerin deneyimleri ve psikososyal sorunları üç tema altında kategorize edildi ve alt kategorilere ayrıldı. Salgının etkileri teması çalışma koşulları, psikolojik etkiler ve sosyal etkiler olarak iki kategoriye ayrıldı. Kısa süreli başa çıkma stratejileri teması; normalleştirme, deneyimler üzerinde durmayı reddetme, kaçınma, duyguların ifadesi ve dikkatin dağılması beş kategoriye ayrıldı. İhtiyaçlar teması ise psikososyal destek ve kaynak yönetimi olarak iki kategoriye ayrıldı.

Sonuç: Türkiye'de COVID-19 tanılı hastalara bakım veren hemşireler pandemiden hem psikolojik hem de sosyal olarak olumsuz etkilenmiş; kısa vadeli başa çıkma stratejileri kullandılar ve psikososyal desteğe ve kaynak yönetimine ihtiyaçları vardı. Ayrıca damgalayıcı tutumlar ve tükenmişlik yaşamakta, hastalık ve ölüme tanık olmaları nedeniyle ikincil travmalar için risk altındadırlar.

Anahtar Kelimeler: Coronavirus hastalığı 2019 (COVID-19), hemşire, psikososyal, başa çıkma, nitel çalışma

EXPERIENCES AND PSYCHOSOCIAL PROBLEMS OF NURSES CARING FOR PATIENTS DIAGNOSED WITH COVID-19 IN TURKEY: A QUALITATIVE STUDY

Abstract

Aim: The objective of this study is to determine the experiences and psychosocial problems of nurses caring for patients diagnosed with COVID-19 in Turkey

Methods: The data were collected between 9 May and 12 May 2020, in Istanbul, Turkey. The study sample consisted of 10 nurses, who cared for patients diagnosed with COVID-19. The research employed the descriptive phenomenological approach. The interviews were conducted face-toface via the internet and were analysed with Colaizzi's seven-step method.

Results: The experiences and psychosocial problems among nurses caring for patients diagnosed with COVID-19 were categorised under three themes, which were further divided into subcategories. The theme of the effects of the outbreak was divided into working conditions, psychological effects and social effects; the theme of short-term coping strategies was divided into normalisation, refusal to dwell on experiences, avoidance, expression of emotions and distraction; and the theme of necessities was divided into psychosocial support and resource management.

Conclusion: The nurses caring for patients diagnosed with COVID-19 in Turkey were adversely affected, both psychologically and socially, by the pandemic; they used short-term coping strategies, and they needed psychosocial support and resource management. They also faced stigmatising attitudes and experiencing burnout and were at risk for secondary traumas due to witnessing disease and death

Key Words: Coronavirus disease 2019 (COVID-19), nurse, psychosocial, coping, qualitative study

Not: Bu çalışma, ***International Journal of Social Psychiatry*** dergisinde yayınlanmıştır.

PRSB-47

COVID-19 PANDEMİSİNDE KRONİK PSİKİYATRİ HASTASINA BAKIM VERENLERİN DENEYİMLERİ

Burcu CEYLAN [1], ***Selda POLAT*** [2]

[1] ***Necmettin Erbakan Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliği AD, Konya, Türkiye, bceylan@erbakan.edu.tr***

[2] ***Bahçeşehir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümüm, İstanbul, Türkiye, selda.polat@hes.bau.edu.tr***

Özet

Amaç: Bu araştırmada Covid-19 pandemisinde kronik psikiyatri hastasına bakım verenlerin yaşadıkları zorluklar, ihtiyaçlar ve başetmelerine ilişkin deneyimlerini belirlemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden, durum çalışması kullanılmıştır. Toplum Ruh Sağlığı Merkezinden yararlanan 15 hasta yakını ile bireysel görüşmeler yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve "Yarı Yapılandırılmış Görüşme Rehberi" kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmada katılımcıların yaş ortalaması 50.73±10.32 olup; 10/15'i kadın, 12/15'i evli, 14/15'i çekirdek aile yapısında, 7/15'i ilkokul mezunu, 7/15'i çalışmıyor, 5/15'u hastanın kardeşidir. Hastaların 6/15'i şizofreni tanısına sahip, hastalık süresi ortalama 17.07±9.95 ve Toplum Ruh Sağlığı Merkezi'nden destek alma süresi ortalama 3.33±1.54'dür. Toplum Ruh Sağlığı Merkezinin anlamı sorusunda 10/15'i "destek" ve 4/15'u "hastalığa yönelik farkındalık"; Pandemi döneminde hasta ile ilgili yaşanılan zorluklar sorusunda 7/15'u "ilaç tedavisini yönetememe" ve 7/15'u "hastalık nüksü"; Pandemi döneminde ihtiyaçlar sorusunda 11/15'i "hastanın tedavisi" ve 9/15'i "hasta ile iletişim"; sorunlarla nasıl başettiniz sorusunda 10/15'i "Toplum Ruh Sağlığı Merkezi'nden destek isteme" ve 5/15'i "başedememe" temaları öne çıkan temalar olarak belirtilmiştir.

Sonuç: COVID-19 salgını nedeniyle Toplum Ruh Sağlığı Merkezlerinde hasta ve ailelerine sağlanan psikososyal destek sınırlanmıştır. Buna bağlı bakım vericilerin birçok güçlüklerle karşılaştığı görülmektedir. Toplum Ruh Sağlığı Merkezi ekibi ile etkileşim halinde olmanın bakımvericilerin bu süreçte yaşadığı güçlüklerle başetmede önemlidir. Bu sonuç, etkin toplum ruh sağlığı hizmetlerine gerekliliği de ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Toplum Ruh Sağlığı merkezi, bakım vericiler

THE EXPERIENCES OF CAREGIVERS OF CHRONIC PSYCHIATRIC PATIENTS IN THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: This study was designed to determine the difficulties, needs and experiences of caregivers of chronic psychiatric patients in the Covid-19 pandemic.

Methods: One of the qualitative research methods, was a case study. Individual interviews were conducted with 15 relatives of patients who benefited from the Community Mental Health Center. A Personal Information Form and A Semi-Structured Interview Guide were used as data collection tools. A descriptive analysis method was used in analyzing the data.

Results: The average age of the participants in the study is 50.73 ± 10.32; 10/15 are female, 12/15 are married, 14/15 are in a nuclear family structure, 7/15 are primary school graduates, 7/15 of them do not work and 5/15 are siblings of the patient. 6/15 of the patients have a diagnosis of schizophrenia, the average duration of the disease is 17.07 ± 9.95 and the average time to receive support from the Community Mental Health Center is 3.33 ± 1.54. The purpose of the Community Mental Health Center, 10/15 was perceived as support and 4/15 awareness of the disease. The difficulties experienced by the patient during the pandemic period, 7/15 is not being able to manage patients' drug treatment and 7/15 experiencing disease recurrence. The caretakers during the pandemic period experienced 11/15 need for treatment for patients and 9/15 need for communication with the patients. In relation to how caretakers managed the pandemic, 10/15 were asking for support from the Community Mental Health Center and 5/15 were unable to cope.

Conclusion: Psychosocial support provided to patients and their families in Community Mental Health Centers has been limited due to the COVID-19 outbreak. It is seen that caregivers are faced with many difficulties. Interacting with the Community Mental Health Center team is important in dealing with the difficulties that caregivers experience during this process. This deduction also reveals the need for effective community mental health services.

Key Words: Covid-19, Community Mental Health Center, caregivers

PRSB-48

COVID-19 SALGINI SIRASINDA ANNE BABALARIN KAYGI DÜZEYİ

Burcu CEYLAN [1], Nesibe GÜNAY MOLU [2]

[1] Necmettin Erbakan Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliği AD, Konya, Türkiye, bceylan@erbakan.edu.tr

[2] Necmettin Erbakan Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliği AD, Konya, Türkiye, ngmolu@erbakan.edu.tr

Özet

Amaç: Bu araştırma Covid-19 salgını sırasında anne babaların durumluk ve sürekli kaygı düzeyini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı tipte yapılan bu araştırmanın evrenini 18 yaş ve üzeri, 18 yaş altı çocuğu olan anne ve babalar oluşturmuştur. Araştırmada basit tesadüfi örneklem yöntemi tercih edilmiştir. Sosyal ağları kullanabilen, araştırmaya katılmayı kabul eden 245 anne ya da baba ile araştırma tamamlanmıştır. Veriler, bilgi formu ve Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri (STAI) ile web anket uygulaması yoluyla gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Anne babaların durumluk kaygı düzeyi 41.67±9.93 ve sürekli kaygı düzeyi 43.34±8.78 ve kaygı algıları 5.49±2.81 bulunmuştur. Yeterli sosyal desteği olmayanlar ve son 6 ayda olumsuz yasam deneyimi (şiddet, aile içi çatışma, kayıp vb.) olanlarda durumluk kaygı düzeyinin yüksek olduğu ($p<0.05$); anneler, sağlık çalışanları, ilaç kullanmayı gerektiren bir sağlık problemi olanlar, yeterli sosyal desteği olmayanlar ve son 6 ayda olumsuz yaşam deneyimi (şiddet, aile içi çatışma, kayıp vb.) olanlarda sürekli kaygı düzeyinin yüksek olduğu ($p<0.05$); geniş aile yapısında kaygı algısının yüksek düzeyde olduğu ($p<0.05$) bulunmuştur. Anne babaların Covid-19 ile ilgili bilgiyi en çok sosyal medya ve arkadaş çevresinden edindikleri ve kullandıkları ilk üç başetme yönteminin *"biriyle konuşma", "olumlu yönden bakma"* ve *"dine yönelme"* olduğu bulunmuştur.

Sonuç: Anne ve babaların kaygı algısı, durumluk ve sürekli kaygısı orta düzeydedir. COVID-19 salgınının aile refahı ve çocuk gelişimi üzerindeki uzun vadeli etkilerini önlemek için erken müdahale stratejileri belirlenmelidir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, anne-baba, durumluk ve sürekli kaygı

PARENTS' LEVEL OF ANXIETY DURING THE COVID-19 OUTBREAK

Abstract

Aim: This research was conducted to evaluate the state and trait anxiety levels of parents during the Covid-19 epidemic.

Methods: The population of this descriptive study was composed of mothers and fathers over 18 years old. They have children under the age of 18. Simple random sampling method was preferred in the study. The research was conducted with 245 mothers or fathers who can use social networks and agree to participate in the study. The survey was carried out with the information form and the State and Trait Anxiety Inventory (STAI) on the web.

Results: The state anxiety level of the parents was 41.67 ± 9.93, the trait anxiety level was 43.34 ± 8.78, and the anxiety perception was 5.49 ± 2.81. The state anxiety level is high in those who do not have sufficient social support and who have negative life experiences (violence, domestic conflict, loss, etc.) in the previous 6 months ($p < 0.05$). The survey included mothers, healthcare professionals, those who have a health problem requiring drug use, those who do not have sufficient social support, and those who have negative life experiences (violence, family conflict, loss, etc.) ($p < 0.05$). It was found that anxiety was high in the extended family structure ($p < 0.05$). Parents get the most information about Covid-19 from social media and friends. It was found that the first three coping methods they used were verbal communication, thinking positively and religious inspiration.

Conclusion: The individual anxiety perception, state and trait anxiety of mothers and fathers are moderate. Early intervention strategies should be identified to prevent the long-term effects of the COVID-19 outbreak on family well-being and child development.

Key Words: Covid-19, parent, state and trait anxiety

PRSB-49

COVID-19 SÜRECİNDEKİ YAŞLI BİREYLERİN DAMGALANMA VE ANKSİYETEYE YÖNELİK DENEYİMLERİ

Nuray ŞİMŞEK[1], Eda ALBAYRAK[2], Yurdagül SELVİ[3], Neslihan Gülşah İZGİ[4], Oktay BEKTAŞ[5]

1: Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Akademisyen, Kayseri / Türkiye, E-Posta: nuraysimsek@erciyes.edu.tr

2: Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Akademisyen, Kayseri / Türkiye, E-Posta: eda.albayrak@erciyes.edu.tr

3: Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Doktora Öğrencisi, Kayseri / Türkiye, E-Posta: yurdagulselvi@gmail.com

4: Kayseri Develi Hatice-Muammer Kocatürk Devlet Hastanesi, Hemşire, Kayseri / Türkiye, E-Posta: nghancer@hotmail.com

5: Erciyes Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Matematik ve Fen Bilimleri Eğitimi, Akademisyen, Kayseri / Türkiye, E-Posta: obektas@erciyes.edu.tr

Özet

Amaç: Çalışmanın amacı COVID 19 pandemi sürecinde yaşlı bireylerin damgalanma ve anksiyeteye ilişkin yaşadıkları deneyimleri araştırmaktır.

Yöntem: Bu çalışma nitel yöntem ve fenomenoloji modellerinden hermeneutik yaklaşımla yürütülen bir çalışmadır. Etik izin alındıktan sonra, ölçüt örneklem yoluyla seçilen 10 yaşlı bireyin doküman ve görüşme verileri betimsel analiz ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Bulgular bir tema, yedi kategori ve kırk sekiz koddan oluşmaktadır. Katılımcılar, pandemi sürecinin anksiyeteye neden olduğunu ve bu süreçte damgalanmış hissettiklerini vurgulamıştır. Katılımcılar, COVID 19 hastalığının öldürücülüğünün ve bulaş oranının yüksek oluşunun kendilerinde anksiyeteye neden olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca yaşlılara yönelik alınan kısıtlayıcı önlemlerin kendilerini hastalık kaynağı gibi hissettirdiğini ve bunun da kendilerini damgalanmış hissetmelerine sebep olduğunu ifade etmişlerdir.

Sonuç ve Öneriler: Katılımcıların bu süreçte anksiyete ve damgalanmış hislerinin yüksek olduğu görülmüştür. Anksiyeteyle baş etmeye yönelik olarak virüsten korunma yöntemleri olan maske, mesafe ve hijyen kurallarına dikkat ettikleri ve maneviyata yönelimlerinin olduğunu ifade etmişlerdir. Ancak bu süreçte yaşadıkları anksiyete ve damgalanmışlık hisleriyle ilgili kendi yakınları ya da sağlık çalışanlarıyla paylaşma ve yardım almaya yönelik herhangi bir ifadeleri olmamıştır. Buna göre, yaşlı bireylerle çalışan sağlık çalışanlarının bu bireylerin duygularını paylaşmalarını teşvik etmelerinin yararlı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca, sağlık çalışanları damgalanmayı önlemeye yönelik COVID 19 süreci ve alınan önlemlerle ilgili toplumu bilinçlendirici faaliyetlerde yer almalıdır.

Anahtar Kelimeler: COVID 19, pandemi, anksiyete, damgalanma, yaşlı birey

THE EXPERIENCES OF ELDERLY INDIVIDUALS IN STIGMA AND ANXIETY DURING COVID 19 PROCESS

Abstract

Aim: The aim of the study is to investigate the experiences of elderly individuals regarding stigma and anxiety during the COVID 19 pandemic.

Methods: This study is a study conducted with a hermeneutic approach, one of the qualitative methods and phenomenology models. After obtaining ethical permission, the document and interview data of 10 elderly individuals selected through criterion sampling were analyzed with descriptive analysis.

Results: Findings consist of a theme, seven categories and forty-eight codes. Participants emphasized that the pandemic process caused anxiety and that they felt stigmatized in this process. The participants stated that the lethality of the COVID 19 disease and the high rate of transmission caused them anxiety. In addition, they stated that the restrictive measures taken for the elderly made them feel like a source of illness and this caused them to feel stigmatized.

Conclusion and Suggestions: It was observed that the participants had high anxiety and stigmatized feelings in this process. They stated that they pay attention to the mask, distance and hygiene rules, which are the methods of protection from the virus, to cope with anxiety, and that they have a spiritual orientation. However, they did not have any statements about the feelings of anxiety and stigmatization they experienced in this process to share with their relatives or health workers and to get help. Accordingly, it is thought that it would be beneficial for healthcare professionals working with elderly individuals to encourage these individuals to share their feelings. In addition, healthcare professionals should take part in activities to raise awareness of the community about the COVID 19 process and the measures taken to prevent stigma.

Keywords**:** COVID 19, pandemic, anxiety, stigma, elderly individual

PRSB-50

"BİTMEK BİLMEYEN BİR KISIR DÖNGÜ…" COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE ACİL SERVİSTE ÇALIŞAN HEMŞİRELERİN PSİKOSOSYAL GÜÇLÜKLERİ VE GEREKSİNİMLERİ

Neslihan GÜNÜŞEN[1], Figen ŞENGÜN İNAN[2], Özgü SERÇE[3], Gamze BATIHAN[4]

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, İzmir / Türkiye, E-Posta: neslihan.gunusen@gmail.com

[2]Dokuz Eylül Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, İzmir / Türkiye, E-Posta:figensengun@gmail.com

[3]Dokuz Eylül Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, İzmir / Türkiye, E-Posta:ozguserce@gmail.com

[4]Dokuz Eylül Hastanesi, İzmir / Türkiye, E-posta: gamze__ozrrr@hotmail.com

Özet

Amaç: Bu nitel çalışmanın amacı bir üniversite hastanesinin acil servisinde çalışan hemşirelerin COVID-19 pandemi sürecindeki psikososyal güçlüklerini ve gereksinimlerini ortaya koymaktır.

Yöntem: Çalışma tanımlayıcı fenomenolojik desendedir. Araştırma Aralık 2020-Nisan 2021 tarihleri arasında bir üniversite hastanesinin acil servisinde yürütülmüştür. Amaçlı örnekleme yöntemiyle araştırmayı kabul eden 14 acil servis hemşiresiyle derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde Colaizzi'nin tanımlayıcı veri analiz yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Hemşirelerin COVID-19 sürecinde psikolojik güçlükleri ve gereksinimlerine ilişkin bulgular dört tema altında toplanmıştır. Bu temalar: *pandemide acil serviste hemşire olmak*, *duygusal kaos*, *kayıplarla yaşamak* ve *destek gereksinimleridir*. Pandemide acil serviste hemşire olmak teması altında, hemşire olmak mesleki bir sorumluluk olarak tanımlanmıştır. Duygusal kaos teması; yüzleşme dönemi (ilk dönem), ikinci pikte duygusal deneyimler ve üçüncü pikte duygusal deneyimler alt temalarını, kayıplarla yaşamak teması: fiziksel sağlığın kaybı, sosyal ilişkilerin kaybı ve rutinlerin kaybı alt temalarını, destek gereksinimleri teması ise bireysel ve sistemle ilgili gereksinimler alt temalarını içermektedir.

Sonuç: Acil servis hemşireleri pandemide hemşire olmayı zorlu ve yıpratıcı bir süreç olarak tanımlamakla birlikte pandemide hemşirelik bakımının yaşamsal önemini vurgulamışlardır. Pandemi sürecinde hemşireler pandeminin aşamalarına göre farklı duygusal süreçlerden geçmektedirler. Duygusal süreçlerin yanında kayıplar yaşamaktadırlar. Bu süreçte psikolojik destek gereksinimleri ve sistemle ilgili gereksinimleri bulunmaktadır. Pandemi döneminde hemşirelerin ruh sağlığını geliştirmek ve baş etme becerilerini desteklemek amacıyla psikososyal müdahalelerin yürütülmesi önerilir.

Anahtar Kelimeler: Gereksinimler, Hemşirelik, Kalitatif, Koronavirüs, Pandemik, Ruh sağlığı.

“AN ENDLESS VICIOUS CIRCLE...” PSYCHOSOCIAL DIFFICULTIES AND NEEDS OF NURSES WORKING IN THE EMERGENCY DEPARTMENT DURING THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS

Abstract

***Aim*:** The purpose of this qualitative study was to reveal the psychosocial difficulties and needs of nurses working in the emergency of a university hospital during the COVID-19 pandemic process.

Methods: The study was conducted in a descriptive phenomenological. The research was conducted between December 2021 and April 2021 in the emergency of a university hospital in the West. In-depth interviews were carried out in accordance with the isolation methods with 14 emergency nurses who accepted the study with purposeful sampling method. In the analysis of the data, Colaizzi's descriptive method was used.

Results: Findings regarding the psychological difficulties and needs of nurses during the COVID-19 process were collected under four themes. These themes were: being a nurse in the emergency in the pandemic, emotional chaos, living with losses and the needs of support. Under the theme of being a nurse in the emergency service in the pandemic, being a nurse was defined as a professional responsibility. Emotional chaos theme; The confrontation period (first period), emotional experiences in the second peak and emotional experiences in the third peak, the subthemes of living with losses: loss of physical health, loss of social relations and loss of routines, support needs theme included individual and organizational needs subthemes.

Conclusions: Although emergency nurses defined being nurse in pandemic as a challenging and exhausting process, they emphasized the vital importance of nursing care in pandemic. During the pandemic, nurses went through different emotional processes according to the stages of the pandemic. In addition to emotional processes, they also experienced losses. They had psychological support needs and organizational requirements. It is recommended to carry out psychosocial interventions in order to improve the mental health of nurses and support their coping skills during the pandemic.

Keywords: Coronavirus, Mental health, Needs, Nursing, Pandemic, Qualitative.

PRSB-51

COVID-19 PANDEMİSİNİN BİREYLERİN YEME DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

M. Olcay ÇAM[1], Elif Deniz KAÇMAZ[2]

[1]EgeÜniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği AD. İzmir/ Türkiye, E-Posta: olcaycam@gmail.com

[2]İzmir Bakırçay Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Psikiyatri Hemşireliği AD., İzmir / Türkiye, E-Posta:elifdenizkacmaz@gmail.com

Özet

Covid-19'un ortaya çıkması, sağlık durumu fark etmeksizin herkes için stresli bir deneyim olmuştur. Pandeminin devam etmesi, dünya çapında finansal, sosyal, mesleki pek çok stresörde belirgin bir artışa neden olduğu belirtilmektedir. Covid-19 pandemi sürecinin getirdiği belirsizlik ve belirsizliğe karşı yaşanan tahammülsüzlük, anksiyeteye yol açmakta ve yaşanan anksiyete ve stres bireylerin yeme davranışlarını etkilemektedir. Bu derlemenin amacı, Covid-19 pandemisinin bireylerin yeme davranışlarına etkisini incelemektir.

Covid-19 pandemisi sürecinde, virüsün yayılmasını sınırlandırmak için alınan tedbirler, bireylerin yeme davranışlarının olumsuz etkilenmesine neden olacak bazı riskleri de beraberinde getirmiştir. Pandemi sürecinin yönetiminde ortaya çıkan gıda güvensizliği, medyada stresli haberlere maruz kalma, dışarı çıkma yasakları ya da spor salonlarının kapatılması ile gelen egzersiz sınırlamaları, sağlık hizmetlerine kısıtlı erişim, izolasyon ve yalnızlık riskini arttıran sosyal mesafe gibi önlemler bireylerin yeme davranışlarını etkilediği belirtilmektedir. Yapılan araştırmalarda, yeme bozukluğu olan bireylerin pandemi sürecinde, hastalığın semptomlarında artış, tedaviye erişimde azalma, sağlıklı baş etme mekanizmalarına erişimde azalma gibi riskler yaşadığı ve bu risklerin bireylerin hastalık sürecini olumsuz etkilediği belirtilmektedir.

Covid-19 pandemi sürecinin neden olduğu, düzensiz, yetersiz ya da sıklıkla fazla beslenme davranışlarının ortaya çıkması, fiziksel olduğu kadar ruh sağlığına etkileri göz önünde bulundurulduğunda, bireylerin yeme davranışlarındaki değişikliklerin, pandeminin ruh sağlığına olumsuz yansımaları arasında olduğu düşünülmektedir. Sağlıklı yaşam davranışlarının Covid-19'a karşı alınacak önemli tedbirler arasında olduğu unutulmamalı, sağlıklı beslenme ve ev ortamında yapılabilecek fiziksel egzersizler konusunda topluma farkındalık kazandırmaya yönelik girişimlerin arttırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Pandemi, Yeme davranışı, Beslenme

THE EFFECT OF THE COVID-19 PANDEMIC ON EATING BEHAVIORS OF INDIVIDUALS

Abstract

The emergence of Covid-19 has been a stressful experience for everyone, regardless of health status. It is stated that the continuation of the pandemic process causes a significant increase in many financial, social and occupational stressors worldwide. The uncertainty and intolerance to uncertainty brought about by the Covid-19 pandemic process lead to anxiety, and the anxiety and stress experienced affect the eating behaviors of individuals.

During the Covid-19 pandemic, the measures taken to limit the spread of the virus have brought along some risks that will negatively affect the eating behavior of individuals. It is stated that measures such as food insecurity in the management of the pandemic process, exposure to stressful news in the media, exercise restrictions due to curfews or the closure of gyms, limited access to health services, isolation and social distance that increases the risk of loneliness affect the eating behaviors of individuals. Studies have shown that individuals with eating disorders experience risks such as an increase in symptoms of the disease, a decrease in access to treatment, and a decrease in access to healthy coping mechanisms during the pandemic process, and these risks negatively affect the disease process of individuals.

Considering the emergence of irregular, inadequate or often over-nutrition behaviors caused by the Covid-19 pandemic process, and its effects on mental health as well as physical health, changes in individuals' eating behaviors are thought to be among the negative reflections of the pandemic on mental health.It should not be forgotten that healthy lifestyle behaviors are among the important measures to be taken against Covid-19, it is recommended to increase the initiatives to raise awareness of the society on healthy eating and physical exercises that can be done in the home environment.

Key Words: Covid-19, Pandemic, Eating behavior, Nutrition

PRSB-52

HEMŞİRELİK HAFTASINDA HEMŞİRELİK İLE İLGİLİ PAYLAŞILAN TÜRKÇE TWİTTER İLETİLERİNİN YAPAY ZEKA TEMELLİ DUYGU ÇÖZÜMLEMESİ

Gül DİKEÇ[1], M. Berna DOĞAN[2], Volkan OBAN[3]

1. ***Fenerbahçe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İstanbul/Türkiye.***
   E-posta: gul.dikec@fbu.edu.tr
2. ***Arel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü, İstanbul/Türkiye. E-posta: bernadogan@arel.edu.tr***
3. ***İstinye Üniversitesi, Güzel Sanatlar, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi, Dijital Oyun Tasarımı Bölümü, İstanbul/Türkiye.***
   E-posta: volkanobn@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı, pandemi sürecinde hemşirelik haftasını içeren iki haftalık süre zarfında hemşirelik mesleği ile ilgili Türkçe iletilerin yapay zekâ temelli duygu çözümlemesinin yapılmasıdır.

Yöntem: Çalışmada yapay zekâ uygulamalarından biri olan Python Tweepy ile pandemi döneminde, 04-19 Mayıs 2021 tarihleri arasında hemşirelik ile ilgili Türkçe iletiler incelendi. İletilerin taranmasında *"hemşire, hemşirelik, hemşirelik haftası"* anahtar kelimeleri kullanıldı. Bidirectional Encoder Representations from Transformers (BERT) yöntemi ile özellik çıkarımı yapıldı. Doğal dil işleme teknikleri ve makine öğrenmesi ile tweetler olumlu, nötr ve olumsuz olarak çözümlendi.

Bulgular: Bu çalışmada Türkiye'de hemşirelik haftasını kapsayan iki haftalık zaman zarfında hemşirelik mesleğine yönelik toplam 24944 ileti paylaşıldığı görüldü. Bu iletilerin 22573'ünde "hemşire", 2156'sında "hemşirelik", 215'inde ise "hemşirelik haftası" kelimelerinin geçtiği belirlendi. 9306 tekil kullanıcı tarafından paylaşılan iletilerin %64'ünün nötr, %22,9'unun olumsuz ve %13'ünün olumlu duygular içerdiği saptandı. İletilerin en sık paylaşıldığı günün 12 Mayıs olduğu belirlendi.

Sonuç: Bu çalışmada pandemi döneminde ön saflarda çalışan ve görünürlüğünün arttığı düşünülen hemşirelik mesleğine yönelik yapay zekâ temelli duygu çözümlemesi ile incelenen Türkçe iletilerin sıklıkla nötr duygular içerdiği belirlendi. Tüm dünyayı etkisi alan pandemi döneminde bile hemşirelik mesleğine yönelik olumsuz duygular barındıran iletilerin, olumlu iletilere göre daha sık paylaşıldığı saptandı. Bu açıdan hemşireliğe yönelik olumsuz

yaklaşımların giderilmesi, mesleğin tanınırlık ve profesyonelliğinin görünürlüğünü arttırmada sosyal medya uygulamalarından yararlanılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: hemşirelik, dil doğal işleme, makine öğrenmesi, sosyal medya, yapay zekâ.

SENTIMENT ANALYSIS BASED ON ARTIFICIAL INTELLIGENCE OF TURKISH TWEETS IN NURSING WEEK

Abstract

Objective: The aim of this study was to conduct sentiment analysis based on artificial intelligence of Turkish tweets about the nursing profession during a two-week period including the nursing week in the pandemic.

Method: In the study, Turkish tweets related to nursing were analyzed between 04-19 May 2021, during the pandemic, with Python Tweepy, one of the artificial intelligence applications. The keywords “nurse, nursing, nursing week” were used to analyze the tweets. Feature extraction was performed using the Bidirectional Encoder Representations from Transformers (BERT) method. With the natural language processing and machine learning, tweets were analyzed as positive, neutral and negative.

Findings: In this study, it was seen that a total of 24,944 tweets regarding the nursing profession were shared during the two-week period including the nursing week in Turkey. It was determined that the words “nurse” was used in 22,573, “nursing” was used in 2156, and “nursing week” was used in 215 of these tweets. It was found that 64% of the tweets shared by 9306 unique users contained neutral, 22,9% negative and 13% positive emotions. These tweets were shared the most frequently on the day of the 12th of May.

Conclusion: In this study, it was determined that sentiment analysis based on artificial intelligence of Turkish tweets for the nursing profession, who works on the front lines during the pandemic and whose visibility is thought to have increased, often contain neutral emotions. It was found that tweets containing negative feelings towards the nursing profession were shared more frequently than positive messages, even during the pandemic that affected the whole world. In this respect, it can be suggested to use social media platforms to eliminate negative approaches towards nursing and to increase the visibility of the profession's recognition and professionalism.***Key Words:*** nursing, social media, artificial intelligence, machine learning, natural language processing.

PRSB-53

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE ÇOCUKLARDA SALGIN ALGISI VE ANKSİYETE

Nuray ŞİMŞEK[1], Yurdagül SELVİ[2], Neslihan Gülşah İZGİ[3], Eda ALBAYRAK[4]

[1] Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Akademisyen, Kayseri / Türkiye, E-Posta:nuraysimsek@erciyes.edu.tr

[2] Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Doktora Öğrencisi, Kayseri / Türkiye, E-Posta:yurdagulselvi@gmail.com

[3] Kayseri Develi Hatice-Muammer Kocatürk Devlet Hastanesi, Hemşire,Kayseri / Türkiye, E-Posta:nghancer@hotmail.com.

[4] Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Akademisyen, Kayseri / Türkiye, E-Posta: eda.albayrak@erciyes.edu.tr

Özet

Amaç: Bu araştırma, COVID-19 Pandemi sürecinde çocuklarda salgın algısı ve anksiyetesinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Bu çalışma, nitel yöntem ve fenomenoloji deseni kullanılarak yapılmıştır. Araştırmanın evrenini İç Anadolu'da bulunan bir ildeki 8-15 yaş arasındaki okul çağında olan toplam on çocuk oluşturmuştur. Çalışma grubunu oluşturmak için amaçlı örneklem yöntemlerinden ölçüt örnekleme uygulanmıştır. Araştırmanın verileri yarı yapılandırılmış görüşme formu ve gözlem yolu ile 30 gün içerisinde toplanmıştır. Toplanan veriler betimsel analiz ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Bulgular toplam üç tema, yedi kategori kırk beş koddan oluşmaktadır. Bu temalar Covid-19, Covid-19 süreci ve Covid-19 sonrası şeklinde belirlenmiştir. Bu temalara yönelik kategoriler çocukların düşünceleri, duyguları, korunma önlemleri, bu süreçte vakit geçirme aktiviteleri, süreç sonrasına yönelik planlar başlıklarında sunulmuştur. Katılımcıların Covid-19 salgınından ve ölmekten korktukları, kaygı düzeylerinin oldukça yüksek olduğu, bu süreçte günlük rutinlerinin değiştiği ve internette oldukça fazla zaman geçirdikleri saptanmıştır.

Sonuç ve öneriler: Çocuklarda görülen bu sorunlara zamanında dikkat edilmemesi, önlenmemesi, çocuklarda uzun süreli psikolojik komplikasyonların oluşmasına neden olabilir. Salgın sürecinde ruhsal olarak etkilenme riski yüksek olan çocukların baş etme becerilerinin ve psikolojik dayanıklılığın artırılması için ruh sağlıklarının desteklenmesi gerekmektedir. Virüs ve süreçle ilgili onların anlayacağı dilde açıklamalar yapılması, gereğinden fazla internet kullanımlarını engelleyerek coronavirüs infodemisinden ve olası ikincil travmadan korumak ve aile üyelerinin birlikte kaliteli vakit geçirebileceği günlük rutinler oluşturmalarının sürecin olumsuz etkilerini azaltacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Covid-19, Salgın, Okul Çağı Çocuğu, Anksiyete

PERCEPTION AND ANXIETY IN CHILDREN DURING THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS

Abstract

Aim: This study was conducted to examine the perception and anxiety of epidemics in children during the COVID-19 Pandemic process.

Methods**:** This study was conducted using qualitative method and phenomenology pattern. The population of the research consisted of ten school-age children between the ages of 8-15 in a city in Central Anatolia. Criterion sampling, one of the purposive sampling methods, was used to form the study group. The data of the study were collected within 30 days by means of semi-structured interview form and observation. The collected data were analyzed by the use of descriptive analysis.

Result**:** Findings consist of three themes, seven categories and forty-five codes. These themes are determined as Covid-19, Covid-19 process and after Covid-19. The categories for these themes are presented under the headings of children's thoughts, feelings, protective measures, activities to spend time in this process, and plans for the post-process. It was determined that the participants were afraid of the Covid-19 epidemic and dying, their anxiety levels were quite high, their daily routines changed in this process and they spent a lot of time on the internet.

Conclusion and Suggestion: Failure to pay attention to and prevent these problems seen in children in a timely manner may cause long-term psychological complications in children. The mental health of children who are at high risk of being affected mentally during the epidemic should be supported. In order to increase the coping skills and psychological resilience of children who are at high risk of being affected by the epidemic, their mental health should be supported. It is thought that making explanations about the virus and the process in a language that they can understand, preventing excessive internet use, protecting from the coronavirus infodemic and possible secondary trauma, and creating daily routines where family members can spend quality time together will reduce the negative effects of the process.

Keywords: Covid-19, Pandemic, School Age Child, Anxiety

PRSB-54

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE COVID-19 İLE İLİŞKİLİ STRES, PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE RUHSAL BÜYÜME

Emine CİNCİOĞLU[1], Çiğdem ŞEN TEPE[2], Bedia TARSUSLU[3], Gülgün DURAT[4]

[1] Sakarya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sakarya / Türkiye, E-posta: eminecincioglu@sakarya.edu.tr

[2] Sakarya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sakarya / Türkiye, E-posta: cigdemsen@sakarya.edu.tr

[3] Sakarya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sakarya / Türkiye, E-posta: bediatarsuslu@sakarya.edu.tr

[4] Sakarya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sakarya / Türkiye, E-posta: gdurat@sakarya.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmada; bir devlet üniversitesinde, lisans programlarına devam eden öğrencilerde, pandemi ve normalleşme sürecinde, COVID-19 ile ilgili stres, psikolojik sağlamlık ve ruhsal büyüme ve ilişkili faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı-kesitsel tipteki araştırmanın verileri, online anket yöntemi ile elde edilmiştir. Etik kurul ve bilimsel araştırmalar izni sonrasında veriler; "Bilgi Formu", "Stres Belirtileri Ölçeği", "Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği" ve "Travma Sonrası Büyüme Ölçeği" ile toplanmıştır. Analize 529 katılımcının verdiği yanıtlar dahil edilmiş, veriler tanımlayıcı ve ileri düzey istatistiksel tesler ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Öğrencilerin yaş ortalaması 21,93±2,85 (18-49) yıl, %50,1'i kadın, %42,5'i 4. sınıf düzeyindedir. Ailede COVID-19 hastalığı olması 5 puan (en yüksek stres düzeyi) üzerinden, ortalama 3,75±1,51 düzeyinde stres oluşturmuştur. Toplam belirti puanı ortalama 70,54±19,42, psikolojik sağlamlık puanı ortalama 18,72±5,81, toplam büyüme puanı ortalama 47,99±24,44 düzeyindedir. Cinsiyet ve kişilik tipi ile stres belirti, psikolojik sağlamlık ve ruhsal büyüme toplam puanları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Regresyon analizine göre, psikolojik sağlamlığın toplam büyüme (β=0,102, p=0,024) ve manevi değişimi (β=0,268, p=0,000) yordadığı saptanmıştır.

Sonuç: Bireysel ve COVID-19 ile ilgili özelliklerin, öğrencilerin stres belirtileri, psikolojik sağlamlık ve ruhsal büyüme düzeylerini etkilediği görülmüştür. Üniversitenin olanaklarına göre, kısa süreli-açık grup özellikli etkileşim gruplarının, psikososyal bilgi-destek materyallerinin oluşturulması önerilmiştir.

Anahtar kelimeler: COVID-19, psikolojik sağlamlık, travma sonrası büyüme

COVID-19-RELATED STRESS, PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AND SPIRITUAL GROWTH IN UNIVERSITY STUDENTS

Abstract

Aim: The aim of this study was to determine COVID-19-related stress, psychological resilience, spiritual growth and related factors in students who continue their undergraduate programs at a state university during the pandemic and normalization process.

Methods: The data of the descriptive-cross-sectional study were obtained using the online questionnaire method. After obtaining the permission of the ethics committee and scientific research, the data were collected using the "Information Form", "Stress Symptoms Scale", "Brief Resilience Scale" and "Post Traumatic Growth Scale". The responses of 529 participants were included in the analysis, and the data were evaluated using descriptive and advanced statistical tests.

Results: The average age of the students was 21.93±2.85 years, 50.1% of them were females, 42.5% were at the 4th grade level. Having COVID-19 disease in the family created stress at an average level of 3.75±1.51, out of 5 points (the highest stress level). The total symptom score averages 70.54±19.42, the psychological resilience score averages 18.72±5.81 and the total growth score averages 47.99±24.44. A significant difference was found when stress symptoms, psychological resilience and mental growth total scores were compared according to gender and personality type. According to the regression analysis, it was determined that psychological resilience predicted total growth and spiritual change.

Conclusion: It was observed that individual and COVID-19-related characteristics affect students' stress symptoms, psychological resilience and mental growth levels. According to the facilities of the university, it has been suggested to create short-term groups that involve open group interactions as well as psychosocial support/information materials.

Key Words: COVID-19, posttraumatic growth, resilience

PRSB-55

COVID-19 PANDEMİSİ VE YAŞ AYRIMCILIĞI; 65 YAŞ ÜSTÜ BİREYLER

Filiz ERSÖĞÜTÇÜ[1], Emine GÜDEN[2],

[1]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/ Türkiye, E-posta: fersogutcu@gmail.com

[2]Gazi Yaşargil Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Sağlık Bakanlığı, Diyarbakır/ Türkiye, E-posta: gdnemn.59@gmail.com

Özet

Çin'in Wuhan eyaletinde ortaya çıkan ve tüm dünyayı etkisi altına alan Covid-19, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından 11 Mart 2020 de pandemi olarak ilan edilmiştir. Covid-19 salgınını, hızlı yayılması, yüksek morbidite ve mortalite oranları ile yaşlı yetişkin kesimi çok fazla etkilemiştir. Bununla beraber birçok hükümet, yaşlıları koruma adına konuşmalarında yaş vurgusu yapmaya başlamış, bu da toplumun diğer fertlerinin, 65 yaş ve üstünü şiddetli ayrımcı tutum ve davranışlara maruz bırakıp, yaş ayrımcılığı yapmalarına zemin oluşturmuştur. İnternet, medya ve sosyal ağlarda yaşlılara karşı aşağılayıcı, olumsuz klişeler ve karşı taraflı söylemler toplumlarda yaşa dayalı ayrımcılığı artırmıştır. Covid-19'un yayılımını azaltmak için birçok ülkede uygulanan karantina uygulamaları, sokağa çıkma yasakları, sosyal izolasyonlar yaşlı bireylerin sürekli evde kalmalarına, dışarı çıkamamalarına neden oldu. Bu süreçte aile dinamiklerinde değişme, ruhsal/zihinsel sorunlar, hareketsiz yaşam, gün ışığından yararlanamama, günlük yaşam aktivitelerinde problemler yaşamaya başlandı. Bu problemlerle beraber yaşlı bireylerin sosyal izolasyon ve yaş ayrımcılığıyla ruh sağlığı fazlasıyla etkilenmiştir. Salgın dönemlerinde yaşlılar hasta olma ve ölüm korkusu, çaresizlik, isteksizlik, umutsuzluk, güçsüzlük, kaygı, endişe, panik ve damgalanma gibi durumları yaşayabilmektedir. Yaşlı bireylerde anksiyete, depresyon ve travma sonrası stres artışı gözlenmiştir. Sonuç olarak yaşlı bireylere yönelik psikososyal destek birimlerinin oluşturulması, yaşlı bireye verilen hizmetlerin psikososyal destek açısından gözden geçirilmesi, yaşlı ruh sağlığı gelişimlerine destek olacak önlemlerin alınması önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Yaş ayrımcılığı, Yaşlı birey, Covid-19

COVID-19 PANDEMIC AND AGE DISCRIMINATION; INDIVIDUALS OVER 65

Abstract

Covid-19, which emerged in the Wuhan province of China and affected the whole world, was declared a pandemic by the World Health Organization (WHO) on March 11, 2020. The Covid-19 epidemic has greatly affected the elderly adult population with its rapid spread, high morbidity and mortality rates. Nevertheless, many governments have started to emphasize age in their speeches in the name of protecting the elderly, and this has paved the way for other members of the society to discriminate against the age of 65 and over by exposing them to severe discriminatory attitude and behavior. Humiliating, negative stereotypes and counter-arguments against the elderly in the internet, media and social networks have increased age-based discrimination in societies. Quarantine practices, curfews and social isolations implemented in many countries to reduce the spread of Covid-19 have caused elderly individuals to stay at home and not be able to go out. In this process, he started to experience changes in family dynamics, mental/mental problems, sedentary life, inability to benefit from daylight, and problems in daily living activities. Along with these problems, the mental health of the elderly has been greatly affected by social isolation and age discrimination. During epidemic periods, the elderly may experience situations such as fear of being sick and dying, helplessness, reluctance, hopelessness, powerlessness, anxiety, anxiety, panic and stigmatization. An increase in anxiety, depression and post-traumatic stress has been observed in elderly individuals. As a result, it is important to establish psychosocial support units for elderly individuals, to review the services provided to elderly individuals in terms of psychosocial support, and to take measures to support the elderly's mental health development.

Keywords: Age Discrimination, Elderly Individual, Covid-19

PRSB-56

COVID-19 TANISI ALMIŞ BİREYLERDE HAYATIN ANLAM VE AMACI

Sibel ASİ KARAKAŞ[1], Hamit SAVCI[2], Filiz ERSÖĞÜTÇÜ[3]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/Türkiye, Eposta: sibelasi_36@hotmail.com
[2] Elazığ Fethi Sekin Şehir Hastanesi, Elazığ/Türkiye, E-posta:miran.svc@gmail.com
[3]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/Türkiye, E posta: filizersogutcu@gmail.com

Özet

Amaç: Pandemi bireylerin kendine yönelerek hayatın anlam ve amacını sorgulamasına neden olan bu süreç olabilir, bu çalışma Covid-19 tanısı almış bireylerde hayatın anlam ve amacı ile ilgili olarak literature katkı sağlamak amacıyla yapıldı.

Yöntem: Tanımlayıcı kesitsel araştırma desenindeki bu çalışma Haziran 2020- Eylül 2020 tarihleri arasında Covid-19 tanısı almış 102 birey ile tamamlandı. Verilerin toplanmasında çevirim içi anket yöntemi kullanılarak; Kişisel Bilgi Formu ile Hayatta Amaç Ölçeği(HAÖ) ve Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği(HAAÖ) uygulandı.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalamalarının 39,33 ± 14,16 olduğu, cinsiyet dağılımında 53 kişi ile kadınların çoğunluğu (%52,0) oluşturduğu, katılımcıların%58.8'inin evli olduğu ve %85.3'ün ailesi ile birlikte yaşadığı belirlendi. HAÖ toplam puanının 88.23±11.03 olduğu, HAAÖ toplam puanının 57.41±6.75 olduğu saptanmıştır. Medeni durumu Boşanmış/vefat olarak işaretleyen grubun HAÖ toplam puanı evli ve bekarlara göre istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı bir farklılık gösterdi ($p<0.05$). Sosyal destek yeterliliği hakkındaki düşüncesini yeterli olarak ifade eden grubun yetersiz/orta olarak ifade eden gruba göre HAAÖ toplam puanı arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir farklılık belirlendi ($p<0.05$). HAÖ toplam puan ortalaması ile HAAÖ toplam puanı ortalaması arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki belirlendi ($p<0.05$).

Sonuç: Tüm olağanüstü durumlarda olduğu gibi bugünlerde yaşanmakta olan Covid-19 Pandemisi sürecinde değişmekte olan dünya içerisinde bireyler kendini yenilemek durumundadır. Bu süreçte anlam ve amaç bulma arayışı, birey için en temel motive edici güçtür. Bireylerin hayatın anlam ve amacını anlamaya yönelik çalışmaların farklı örneklem grupları ile yapılması ve ilgili alan literatürünün desteklenmesi önerilir.

Anahtar Kelimeler: Covıd-19 Tanısı, Pandemi, Hayatın Anlamı, Hayatın Amacı

THE MEANING AND PURPOSE OF LIFE IN INDIVIDUALS DIAGNOSED OF COVID-19

Abstract

Aim: Pandemic may be this process that causes individuals to turn to themselves and question the meaning and purpose of life, this study was conducted to contribute to the literature on the meaning and purpose of life in individuals diagnosed with Covid-19.

Methods: This study in a descriptive cross-sectional research design was completed with 102 individuals diagnosed with Covid-19 between June 2020 and September 2020. By using the online survey method in collecting data; With the Personal Information Form, Purpose in Life Scale and the Meaning and Purpose of Life Scale were applied.

Results: It was determined that the average age of the participants was 39.33 ± 14.16, the majority of women (52.0%) with 53 people in the gender distribution, 58.8% of the participants were married and 85.3% lived with their families. It was determined that the total score of Purpose in Life Scale was 88.23 ± 11.03, and the total score of Meaning and Purpose of Life was 57.41 ± 6.75. The group who marked the marital status as divorced / deceased showed a statistically negative significant difference in the total Purpose in Life Scale score compared to the married and single ($p < 0.05$). A statistically positive significant difference was found between the group expressing their opinion about social support adequacy as insufficient / moderate and the group expressing it as insufficient / moderate ($p < 0.05$). A statistically positive significant correlation was found between the mean Purpose in Life Scale total score and the mean of Meaning and Purpose of Life total score ($p < 0.05$).

Conclusion: As in all extraordinary situations, individuals have to renew themselves in the changing world during the Covid-19 Pandemic period. In this process, the search for meaning and purpose is the most basic motivating force for the individual. It is recommended to conduct studies to understand the meaning and purpose of life of individuals with different sample groups and to support the relevant field literature.

Keywords: Covid-19 Diagnosis, Pandemic, Meaning of Life, Purpose of Life

PRSB-58

PANDEMİDE BİYOPSİKOSOSYAL MODEL BAĞLAMINDA ONKOLOJİK REHABİLİTASYON

Nahide AYHAN FİDANCIOĞLU[1], *Ramazan Cihad YILMAZ[2], Deniz KOCAMAZ[3]*

[1]Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep / Türkiye, E-Posta:nayhan83@gmail.com

[2]Iğdır Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Iğdır / Türkiye, E-Posta: fzt.yilmaz.cihad@gmail.com

[3]Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Gaziantep / Türkiye, E-Posta: deniz.erdankocamaz@hku.edu.tr

Özet

Koronavirüs hastalığı (COVID-19) pandemisi, dünya çapında kanser hastalarının rehabilitasyon sürecini de olumsuz etkiledi. COVID-19 salgını, kanser hastaları gibi özellikle uzun süreli rehabilitasyon ihtiyacı olan hastaların sorunlarını azaltma adına kişiselleştirilmiş, etkili, sorun odaklı iletişim stratejilerinin gelişmesine neden olmuştur. COVID-19 salgını kanser tedavisinde mobil teknolojileri uygulamamız için ivme kazandırdı. COVID-19 salgını, kanser hastalarının önceden var olan psikolojik yüklerini daha da arttırmıştır. Aktif tedavi gören hastalar ve kanserden kurtulanlar için hem rehabilitasyon süreci hem de takip sürecinin sağlıklı yürütülmesinde tele-rehabilitasyon yaklaşımlarının önemi büyüktür. Hastalar, bu şekilde bütünleştirici tıp konsültasyonları gibi uygulamalara da normalden daha kolay erişebilme imkanına kavuşabileceklerdir. Kanser hastalarının zayıf bağışıklığa sahip olması nedeniyle bu uygulamalar yüz yüze temasların azaltılmasını sağlayacak ve sağlık risklerini azaltacaktır. Beslenme, fizik tedavi, psikoloji, yoga ve müzik terapi gibi hizmetlerin tele-rehabilitasyon kapsamında sürdürülmesi sağlanabilmektedir. Böylece hastaların biyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan yaşamış oldukları problemlere çözüm oluşturulma fırsatı sunulacaktır. Kanser hastalarında bütüncül yaklaşım sunan biyopsikososyal model bu şekilde başarıyla uygulanabilecektir. Hasta merkezli yaklaşım sunan bu model, sağkalımı olumlu etkilediği bilinen hasta merkezli yapıya katkı sunar. Aynı zamanda duygusal ve psikolojik destek de dahil olmak üzere daha kapsamlı bir yaklaşım sağlarken hastaların yaşam ile ilgili motivasyonunu da arttırmaktadır. Bu yaklaşımlar ile onkolojik rehabilitasyon hastalarının salgın döneminde fiziksel ve psikolojik iyilik hallerinin korunması ve artırılmasının sağlanması mümkün olabilecektir.

Anahtar Kelimeler: Pandemi, onkolojik rehabilitasyon, biopsikososyal yaklaşım

ONCOLOGICAL REHABILITATION IN THE CONTEXT OF BIOPSYCHOSOCIAL MODEL IN PANDEMIC

Abstract

The coronavirus disease (COVID-19) pandemic has also negatively affected the rehabilitation process of cancer patients worldwide. The COVID-19 outbreak has led to the development of personalized, effective, problem-focused communication strategies in order to reduce the problems of patients, especially those in need of long-term rehabilitation, such as cancer patients. The COVID-19 pandemic has given momentum to our application of mobile technologies in cancer treatment. The COVID-19 pandemic has exacerbated the pre-existing psychological burdens of cancer patients. Tele- rehabilitation approaches are of great importance in the healthy conduct of both the rehabilitation process and the follow-up process for patients receiving active treatment and cancer survivors. In this way, patients will be able to access applications such as integrative medicine consultations more easily than usual. Due to the weak immunity of cancer patients, these practices will reduce face-to-face contacts and reduce health risks. Services such as nutrition, physical therapy, psychology, yoga and music therapy can be maintained within the scope of tele-rehabilitation. Thus, it will be offered the opportunity to create solutions to the biological, psychological and social problems of the patients. The biopsychosocial model, which offers a holistic approach in cancer patients, can be successfully applied in this way. This model, which offers a patient-centered approach, contributes to the patient-centered structure that is known to positively affect survival. It also increases patients' motivation for life while providing a more comprehensive approach, including emotional and psychological support. With these approaches, it will be possible to protect and increase the physical and psychological well-being of oncological rehabilitation patients during the epidemic.

Key Words: Pandemic, oncological rehabilitation, biopsychosocial approach

PRSB-59

COVID-19 İLE ENFEKTE OLAN İLK HEMŞİRELERDEN BİRİ OLMAK: BİR OLGU SUNUMU

***Sümeyye BİLGİLİ*[1], *Rabia ATLI*[2], *Gülçin AVŞAR*[3]**

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi/ Hemşirelik Esasları Ana Bilim Dalı, Erzurum/Türkiye, E-Posta: smeyyebilgili@gmail.com

[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi/ Hemşirelik Esasları Ana Bilim Dalı, Erzurum/Türkiye, E-Posta: atlirabia.96@gmail.com

[3]Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Hemşirelik Fakültesi/ Hemşirelik Esasları Ana Bilim Dalı, Erzurum/Türkiye, E-Posta: gulcin-avsar@hotmail.com

Özet

Giriş: Aralık 2019'da ilk olarak Çin'de ortaya çıkan ve ciddi akut solunum yetmezliğine neden olan COVİD-19 hızla tüm dünyaya yayılmış ve pandemiye neden olmuştur. Corona virüs (Covid-19) salgınına karşın ülkeler farklı yaklaşımlarla mücadele ederken, genel olarak hazırlıksız yakalandığını da ortaya koymaktadır. Bu salgınla baş etmek her açıdan zor olmakla birlikte mücadelede en büyük yük sağlık personelleri ve özellikle hemşirelerdedir. Hemşireler sağlık bakım sisteminin kilit üyeleridir. Sağlık çalışanları arasında hemşireler hastalarla en fazla iletişime giren ve onlara en fazla zamanı ayıran profesyonellerdir. Artan hasta ve iş yükü karşısında sağlık personelleri de yetersiz kalmaktadır. Aynı zamanda İzole olmak, yüksek riskli pozisyonlarda çalışmak ve enfekte kişilerle temas kurmak travmanın ve tükenmişliğin yaygın sebepleri arasında olmuştur. Bu sorunlar, sağlık çalışanları ve özellikle hemşirelerde psikolojik sorunlara bile yol açabilmektedir.

Vaka Sunumu: Bu çalışmada Türkiye'de hastalarına hizmet verirken COVİD-19'a yakalanan ilk hemşirelerden biri olan ve 4 aydır hemşirelik mesleğini yapan bir hemşirenin, tanı almasından tedavi sürecinin sonuna kadar yaşadığı fiziksel ve psikolojik zorluklar üzerinde durulmuştur.

Sonuç: Covid-19 hastalığına yakalanan kişilerde fiziksel, psikolojik, sosyal sorunlar yaşanmıştır. Ancak virüse yakalanan bir hemşirenin sağlık çalışanı olması nedeniyle yaşanan sorunların daha fazla olduğu düşünülmektedir. Damgalanma, dışlanma, hastalığı atlatsa dahi riskli bulaş ortamında çalışmak, hastalara birincil hizmeti sunan ve hastalarla en çok vakit geçiren hemşireler açısından daha zorlu bir süreç olduğu aşikardır.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Covid-19 Enfekte Hemşireler, Olgu Sunumu

BEING ONE OF THE FIRST NURSES INFECTED WITH COVID-19: A CASE REPORT

Abstract

Introduction*:* COVID-19, which first appeared in China in December 2019 and caused severe acute respiratory failure, quickly spread all over the world and caused a pandemic. Whilst the Corona virus (Covid-19) epidemic countries are struggling with different approaches, it also reveals that they are generally caught unprepared. Although it is difficult to cope with this epidemic in every aspect, the biggest burden in this fight is on

the healthcare personnel and especially the nurses. Nurses are key members of the health care system. Among healthcare professionals, nurses are the ones who interact with patients the most and spend the most time with them. Healthcare personnel are also became insufficient in the face of increasing patient numbers and workload. At the same time, being isolated, working in high-risk positions and coming into contact with infected people have been common causes of trauma and burnout. These problems can even lead to psychological problems in health workers, especially nurses.

Case Report: This study focuses on the physical and psychological difficulties experienced by a nurse who was one of the first nurses to become infected with COVID-19 virus while taking care of her patients in Turkey, who has been working as a nurse for 4 months, from the diagnosis to the end of the treatment process.

Conclusion: Physical, psychological and social problems have been experienced in people with Covid-19 disease. However, it is thought that the experienced problems are far more devastating due to the fact that the person who is infected with the virus is a healthcare worker, a nurse. It is obvious that stigma, exclusion, and working in a risky contagion environment even if they survive the disease are a more challenging process for nurses who provide primary care to their patients and spend the most time with patients.

Keywords: Covid-19, Covid-19 Infected Nurses, Case Report

PRSB-60

PANDEMİ SÜRECİNİN OLUMLU KATKILARI: YAŞAMIN SORGULANMASI ve YENİDEN YAPILANDIRILMASI

Prof. Dr. Fatma ÖZ

Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara/Türkiye, fatma.oz@lokmanhekim.edu.tr

Özet

Amaç: Çalışmada, Covid-19 nedeniyle hastaneye yatan ya da karantinaya alınan kişilerin bu süreçten neler öğrendiklerinin ve yaşama dair neler düşündüklerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Kalitatif türdeki çalışmada katılımcılar, kartopu yöntemi kullanılarak, gönüllülük ilkesiyle seçilmiştir. Lokman Hekim Üniversitesi Girişimsel olmayan etik kuruldan yazılı izin alındıktan sonra çalışmaya katılmaya gönüllü olanlara, sorular mail ya da whatsapp yoluyla gönderilerek yanıtlar alınmıştır. Çalışma, Mart-Mayıs 2020 tarihleri arasında 20 kişi ile gerçekleştirilmiş, katılımcılardan gelen yanıtlar, içerik analizi ile kategorize edilerek değerlendirilmiştir.

Bulgular: Çalışmanın sonucunda katılımcıların **yaşamı sorgulama** ile ilgili olarak; tamamına yakının pandemi sürecinde kendileriyle yüzleştiği, yaşamlarını sorguladığı; yaşamla ilgili planlananların gerçekleşip gerçekleşmeyeceğine yönelik belirsizlikler, yarım kalmışlık ve endişe duygusu yaşadıkları belirlenmiştir. Ayrıca, katılımcılar ölümün çok yakın olduğunu; geçmişte yapılanların pişmanlığının hissedildiğini; hayatın zaman zaman anlamsız ve boş geldiğini ve bu nedenle hayat önceliklerinin belirlenmesinin önemli olduğunu ifade etmişlerdir. **Yaşamı yeniden yapılandırma** ile ilgili olarak ise; iyileşebilirlerse yaşamla ilgili sade ama doyurucu yeni planlar yapmaya başlayacaklarını; karantina sürecinde yaşanan ağrı ve çaresizliklerden sonra, daha önceden sorun olarak gördüklerinin artık önemli olmadığını, an'ı güzel yaşamanın gerektiğini, ölümün eşiğinden dönmenin "kar yağarken birden güneş açmak" gibi olduğu için, yaşamda öncelikler belirlenerek yeni düzenlemelerle daha anlamlı bir hayat yaşanacağının öğrenildiğini belirtmişlerdir.

***Sonuç*:** Katılımcıların karantina ya da hastane sürecinde yaşamı sorguladığı, olumsuz bir yaşantıdan olumlu anlamlar çıkarılarak, yeniden yapılandırılmasına yönelik planlar yaptıkları saptanmıştır. Bu doğrultuda, yaşamın anlamlandırılması ve stresli olaylarla daha etkili başedilmesi için krizden/travmadan büyüme ve logoterapi programları ile kişilerin güçlendirilmesi önerilir.

Anahtar Kelimeler: Pandemi, karantina, yaşamı sorgulama, yaşamın anlamı

POSITIVE CONTRIBUTIONS OF THE PANDEMIA PROCESS: QUESTIONING AND RESTRUCTURING OF LIFE

Abstract

Purpose: In the study, it was aimed to examine what people who were hospitalized or quarantined due to Covid-19 learned from this process and what they thought about life.

Method: In the qualitative study, the participants were selected on a voluntary basis, using the snowball method. After obtaining written permission from The Non-interventional Ethics Committee of Lokman Hekim University, questions were sent to those who volunteered to participate in the study via e-mail or whatsapp and answers were received. The study was carried out with 20 people between March and May 2020, and the responses from the participants were categorized and evaluated with content analysis.

Results: As a result of the study, almost all of the participants faced with themselves during the pandemic process and **questioned their lives**; It has been determined that they experience uncertainties about whether the planned plans for life will be realized or not, feelings of incompleteness and anxiety. In addition, the participants said that death was very close; feeling the regret of what has been done in the past; they stated that life is meaningless and empty from time to time and therefore it is important to determine life priorities.
Regarding the restructuring of life; if they can recover, they will begin to make simple but satisfying new plans for life; they stated that after the pain and desperation experienced during the quarantine process, they learned that what they saw as a problem before is no longer important, that it is necessary to live in the moment, and that coming back from the brink of death is like "the sun is shining while it is snowing", that by determining priorities in life, a more meaningful life will be lived with new arrangements.

Conclusion: It was determined that the participants questioned life during the quarantine or hospital process, and they made plans for restructuring by extracting positive meanings from a negative life. In this direction, it is recommended to empower people through crisis/trauma growth and logotherapy programs in order to make sense of life and cope with stressful events more effectively.

Keywords*:* Pandemic, quarantine, questioning life, meaning of life

PRSB-61

ÖĞRENCİLERİN PANDEMİYİ YAŞAMA VE BAŞETME SÜRECİNİ DEĞERLENDİRMELERİ

Fatma ÖZ[1], Hilal Merve BELEN[2]

[1]Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara/Türkiye, fatma.oz@lokmanhekim.edu.tr

[2]Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara/Türkiye, hilal.belen@lokmanhekim.edu.tr

Özet

***Amaç*:** Araştırmada, öğrencilerin pandemi sürecini nasıl değerlendirdikleri, pandeminin üzerlerinde yarattığı olumlu ve olumsuz etkileri, başetme davranışlarını, aldıkları eğitimi nasıl değerlendirdikleri, nasıl etkilendikleri ve önerileri belirlenmiştir.

***Yöntem*:** Araştırma, tanımlayıcı tipte bir çalışma olup evrenini, Lokman Hekim Üniversitesi'nin 2019-2020 eğitim-öğretim döneminde tüm fakültelerinde öğrenim gören 1. ve 2. sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Veri toplama formu; öğrencilerin tanıtıcı özelliklerini, eğitimin online olmasına ilişkin görüşlerini, pandemiye yönelik yaşam deneyimlerini, başetme davranışlarını ve sürece yönelik önerilerini içeren 20 açık uçlu sorudan oluşmuştur. İstatistiksel analiz, SPSS-22 istatistik paket programı kullanılarak yapılmıştır. Tanıtıcı özellikler için sayı ve yüzdelik, açıklayıcı sorulara verilen yanıtların analizinde ise Pearson Ki-kare testi kullanılmıştır.

***Bulgular*:** Araştırmada öğrencilerin, eğitimin online olmasına ilişkin akıllarına ilk gelen düşüncenin "olumlu karar olduğu (%53.3)", üniversitenin desteğinin de "yeterli ve iyi olduğu (%86.3)"dur. Öğrenciler pandemiyi ilk duyduklarında "korku, endişe, üzüntü (%74.5) hissetmişlerdir. Bu süreçte en fazla önlemlere uydukları (%50.9) ancak aile çatışmaları, maddi, manevi, psikolojik, uyum sorunları (%35.4) yaşadıkları; çözüm olarak günlük yaşam aktivitelerini sürdürmeye çalıştıkları (%47.45) belirlenmiştir. Bu süreçte ellerindekinin kıymetini bilmeyi (%28.8) öğrendiklerini ifade etmişlerdir. Sürecin kendilerine kattığı olumlu üç şeyin; önlem alma (%28.3), sabır (%25.5), yeni alışkanlıklar edinme-araştırma yapma (%10.4) olduğu belirlenmiştir. Olumsuz üç şeyin ise korku, endişe, panik, negatif düşünceler (%87.3) ve sürekli temizlik yapma-el yıkama (%12.7) olduğu saptanmıştır. Kendilerine sakin, sabırlı ol, vazgeçme, eninde sonunda bitecek (%47.6) gibi telkinlerde bulundukları; eğiticilere, öğrencilere karşı anlayışlı olmalarını, süreci daha da zorlaştırmamalarını (%34.4); Dünya'ya ise insanların kurallara uymalarını (%34.43) önermişlerdir. *Cinsiyetin,* öğrencilerin sürece yönelik istekleri, pandemiyi ilk duyduklarındaki hisleri, süreçte yapılmasını istedikleri ve kendilerine kattığı olumlu üç şeye göre; *yaşanılan il* ile bu süreçte yapılmasını istedikleri, sürecin kendilerine kattığı olumsuz üç şey, eğiticilere önerilerine göre; *kalınan yer* ile üniversitenin bu süreçteki desteğini değerlendirmelerinde de istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$).

Sonuç: Öğrencilerin pandemi sürecinde korku, endişe hissettikleri, aile sorunları ve maddi, manevi ve psikolojik sorunlar yaşadıkları ve bu sorunlarla günlük rutin aktivitelerini sürdürerek başettikleri belirlenmiştir. Bu süreçte online eğitimi olumlu olarak değerlendirmişler ve üniversiteden yeterli destek gördüklerini belirtmişlerdir. Bu doğrultuda, öğrencilerin stresli yaşam olaylarına yönelik etkili başetme yöntemlerinin öğretilmesi önerilir.

***Anahtar Kelimeler*:** Üniversite öğrencisi, pandemi, başetme.

STUDENTS' EVALUATION OF THE PROCESS OF EXPERIENCING AND COPING PROCESS WITH THE PANDEMIC

Abstract

Aim: In the study, how the students evaluated the pandemic process, the positive and negative effects of the pandemic on them, their coping behaviors, how they evaluated the education they received, how they were affected and their suggestions were determined.

Methods: The research is a descriptive study and its population consists of 1st and 2nd year students studying in all faculties of Lokman Hekim University in the 2019-2020 academic year. Data collection form; It consisted of 20 open-ended questions including the sociodemographic characteristics of the students, their views on online education, their life experiences regarding the pandemic, their coping behaviors and their suggestions for the process. Statistical analysis was performed using the SPSS-22 statistical package program. Number and percentage were used for the descriptive features, and Pearson Chi-square test was used for the analysis of the answers given to the explanatory questions.

Result: In the research, the first thought that comes to the minds of the students about the online education is "positive decision (53.3%)" and the support of the university is "sufficient and good (86.3%)". When students first heard about the pandemic, they felt “fear, anxiety, sadness (74.5%). In this process, they mostly obeyed the precautions (50.9%), but experienced family conflicts, financial, moral, psychological and adjustment problems (35.4%); ıt was determined that they tried to continue their daily living activities as a solution (47.45%). In this process, they stated that they learned to appreciate what they have (28.8%). Three positive things that the process added to them; taking precautions (28.3%), patience (25.5%), acquiring new habits and doing research (10.4%). It was determined that three negative things were fear, anxiety, panic, negative thoughts (87.3%) and constant cleaning-hand washing (12.7%). To the trainers, they advised themselves to be calm, be patient, do not give up, it will end eventually (47.6%); to be understanding towards students and not to complicate the process (34.4%); they advised the world to follow the rules (34.43%). Gender; according to the students' wishes for the process, their feelings when they first heard of the pandemic, the three positive things they wanted to be done in the process and contributed to them; the three negative things

that the province they live in wanted to be done in this process, and the three negative things that the process added to them, according to their suggestions to the trainers. a statistically significant difference was also found in the distribution of the place of residence and the evaluation of the university's support in this process ($p<0.05$).

Conclusion: It was determined that the students felt fear, anxiety, family problems and financial, moral and psychological problems during the pandemic process, and they coped with these problems by continuing their daily routine activities. In this process, they evaluated online education positively and stated that they received sufficient support from the university. In this direction, it is recommended to teach students effective coping methods for stressful life events.

Key Words: University student, pandemic, coping.

PRSB-62

DAMGALANMANIN PANDEMİ HALİ: COVID-19 TANISI ALMIŞ BİREYLERDE DAMGALANMA VE YALNIZLIK

Seher ÇEVİK AKTURA[1], Elanur VİCNELİOĞLU[2], Seyhan ÇITLIK SARITAŞ[3]

[1]İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Malatya / Türkiye, E-Posta: seherrcvk@gmail.com
[2] İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Malatya / Türkiye, E-Posta: elanur.vicnelioglu@outlook.com
[3] İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Malatya / Türkiye, E-Posta: Seyhancitlik@hotmail.com

Özet

Amaç: Bu araştırmanın amacı COVID-19 tanısı almış bireylerde damgalanma ve yalnızlığı incelemektir.

Yöntem: Araştırma tanımlayıcı ve ilişki arayıcı olarak yapılmıştır. Araştırmanın evrenini Malatya ilinde bulunan bir aile sağlığı merkezine bağlı COVID-19 tanısı almış bireyler oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemini ise güç analizi ile 0.05 yanılgı, 0.95 güven aralığıyla, evreni 0.95 temsil gücüyle 107 hasta oluşturmuştur. Veriler araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel tanıtım formu, İçselleştirilmiş damgalanma ölçeği ve UCLA yalnızlık ölçeği kullanılarak online olarak toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde, tanımlayıcı istatistik, bağımsız gruplarda t testi, one way anova testi, bonferroni düzeltmesi ve korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmada hastaların yaş ortalamasının 34.75±15.7 olduğu, %63.6'sının kadın olduğu, %80.4'ünün lise ve üzeri eğitime sahip olduğu, %48.6'sının eşi ve çocukları ile birlikte yaşadığı, %36.4'üne ailesinden virüs bulaştığı, %61.7'sinin karantina sürecinde yalnız olmadığı, %33.6'sının hastalık sürecinde en yoğun yaşadığı duygunun endişe olduğu bulunmuştur. Araştırmada hastaların içselleştirilmiş damgalanma ve UCLA yalnızlık ölçeği puan ortalamalarının sırasıyla 56.27±15.9 ve 37.78±10.4 olduğu ve hastaların orta düzeyde damgalanma ve yalnızlık algısına sahip olduğu görülmüştür. Yapılan korelasyon analizi sonucunda damgalanma ve yalnızlık algısı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($p<0.001$).

Sonuç: Araştırma sonucunda hastaların orta düzeyde damgalanma ve yalnızlık algısına sahip olduğu bulunmuştur. Hastaların damgalanma algısı arttıkça yalnızlık algılarının da arttığı görülmüştür. COVID-19 tanısı almış bireylerde damgalanma ve yalnızlık algısının göz ardı edilmeden bütüncül bakım verilmesi, online danışmanlık hizmetlerinin planlanması ve araştırmanın daha geniş gruplarla yapılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Damgalanma, Hemşirelik Yalnızlık

THE PANDEMIC STATE OF STIGMA: STIGMA AND LONELINESS IN INDIVIDUALS DIAGNOSED WITH COVID-19

Abstract

Aim: The purpose of this research is to examine stigma and loneliness in individuals diagnosed with COVID-19.

Methods: The research was conducted as descriptive and relationship seeker. The population of the research consisted of individuals diagnosed with COVID-19 connected to a health center in Malatya province. The sample of the study consisted of 107 patients with a power analysis of 0.05 errors, 0.95 confidence intervals, and 0.95 representation power of the universe. Data were collected online using the personal presentation form created by the researchers, Internalized Stigma Scale, and the UCLA Loneliness Scale. Descriptive statistics, independent groups t test, one way anova test, bonferroni correction and correlation analysis were used in the evaluation of the data.

Results: In the study, the mean age of the patients was 34.75±15.7, 63.6% were women, 80.4% had high school or higher education, 48.6% lived with their spouse and children, 36.4% had a virus from their families, 61.7% of them were not alone during the quarantine process, and that the most intense emotion experienced by 33.6% of them during the illness was anxiety. In the study, it was observed that the internalized stigma and UCLA loneliness scale mean scores of the patients were 56.27±15.9 and 37.78±110.4, respectively, and the patients had a moderate perception of stigma and loneliness. As a result of the correlation analysis, a moderately significant positive correlation was found between the perception of stigma and loneliness ($p<0.001$).

Conclusion: As a result of the research, it was found that the patients had a moderate perception of stigma and loneliness. It was observed that as the patients' perception of stigma increased, their perception of loneliness also increased. It can be recommended to provide holistic care, to plan online counseling services, and to conduct research with larger groups without ignoring the perception of stigma and loneliness in individuals diagnosed with COVID-19.

Key Words: COVID-19, Loneliness, Nursing, Stigma

PRSB-63

PANDEMİ SÜRECİNDE DEPRESYON TANILI AİLE İÇİ ŞİDDET MAĞDURU KADININ TİDAL (GEL-GİT) MODELİNE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ VE HEMŞİRELİK: OLGU SUNUMU

***Büşra PARLAK*[1], *Satı DİL*[2]**

Hemşire, Ankara Şehir Hastanesi -Ankara / Türkiye, E-posta: busraparlak3@gmail.com

[2]Doç. Dr., Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Çankırı / Türkiye, E-Posta: satidil@karatekin.edu.tr

Özet

Amaç: Bu olguda, 38 yaşında, evli ve eşi tarafından fiziksel ve psikolojik şiddete maruz kalmış ve depresyon semptomlarıyla başvuran bir kadın hastanın Tidal (Gel-git) Model'ine göre değerlendirilmesi yapılmıştır. Bu olguda "Depresyon Tanılı Aile İçi Şiddet Mağduru Kadına Tidal Model'e dayalı hemşirelik bakımı etkili midir?" sorusuna yanıt aranmıştır.

Yöntem: Bu çalışmada aile içi şiddet mağduru olan depresyon hastalarında Tidal Model'in bakıma ve iyileşmeye katkısını araştıran tanımlayıcı araştırma kullanılmıştır. Görüşmeler pandeminin ilk üç ayı içerinde karantina sürecinde yapılmıştır.

Bulgular: Hastada var olan güçsüzlük, benlik saygısında rahatsızlık, sosyal etkileşimde bozulma ve etkisiz baş etme tanılarında Tidal Model'inin geçişe yönelik bakım ve gelişimsel bakımda yapılan müdahalelerle iyileştirici etkisi olmuştur.

Sonuç: Kadına yönelik şiddet dünya çapında ciddi bir sosyal ve ruhsal sağlık sorunudur ve insan hakları ihlalidir. Depresyon ile başvuran tüm kadınlar aile içi şiddeti açısından taranmalıdır. Tidal (Gel-git) Modeli ruh sağlığı hemşireliği uygulamalarında bireyselliği önemseyen bir iyileşme modelidir.

Anahtar sözcükler: Depresyon, Kadın, şiddet, Tidal Model.

DURING THE PANDEMIC EVALUATION OF DEPRESSION DIAGNOSED WOMEN VICTIMS OF DOMESTIC VIOLENCE ACCORDING TO TIDAL MODEL AND NURSING: A CASE REPORT

Abstract

Purpose: In this case, a 38-year-old married woman who was subjected to physical and psychological violence by her husband and presented with depression symptoms was evaluated according to the Tidal(Tide (eğer terim ismi varsa gel git in bilmiyorum senin eklemeni rica edeceğim) Model.In this case, "Is nursing care based on the Tidal Model effective for a woman who is a victim of domestic violence with depression?" The answer to the question was sought.

Design and Methods: In this study, a descriptive study was used to investigate the contribution of the Tidal Model to care and recovery in patients with depression who are victims of domestic violence. The interviews were held during the quarantine process within the first three months of the pandemic.

Findings: The Tidal Model has a curative effect with interventions in intended to transition and developmental care in diagnoses of weakness, discomfort in self-esteem, impairment in social interaction and ineffective coping in the patient.

Practice Implications: Violence against women is a serious social and mental health problem worldwide and is a violation of human rights. All women presenting with depression should be screened for domestic violence. The Tidal Model is a healing model that cares about individuality in mental health nursing practices.

Keywords: Depression, Women, Violence, Tidal Model.

PRSB-64

COVID-19 SÜRECİNDE YAŞANAN PSİKOLOJİK SIKINTI VE BRUKSİZM

Hasan Erkan Kılınç
Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara/Türkiye
e posta: erkan.kilinc@lokmanhekim.edu.tr

Özet

Amaç: Türkiye'de 2020 yılı başlarında kendini gösteren ve halen varlığını devam ettiren Covid-19 salgınının toplum üzerinde hem fizyolojik hem de psikolojik olarak negatif etkileri olduğu bilinmektedir. Bruksizm çok büyük bir oranda emosyonel stres kaynaklı ortaya çıkan ve bireylerde temporomandibular bölgede ağrı, eklemde dejenerasyon, çiğneme kaslarında spazm gibi birçok semptoma yol açan bir problemdir. Çalışmamızın amacı Covid-19 kaynaklı psikolojik sıkıntı durumunun, bruksizm ve pandeminin çeşitli alt parametreleri ile olan ilişkisini incelenmektir.

Yöntem: Çalışmamıza yaşları 18-65 arasında değişen (30.27 ± 9.68 yıl) toplam 149 birey (96 kadın, 58 erkek) dahil edildi. Bireylerin demografik bilgileri, gece bruksizimi durumları, kendileri ve çekirdek ailelerinde Covid-19 geçiren ve yakınlarından Covid-19 sebebiyle hayatını kaybedenlerin varlığı sorgulandı. Covid-19 kaynaklı psikolojik sıkıntı seviyeleri, Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği (CPSÖ) Türkçe versiyonu ile belirlendi.

Bulgular: Bireylerin ortalama CPSÖ skoru maksimum 60 puan üzerinden 42.61±6.71 puan olarak bulundu. Bireylerin kendilerinin ve çekirdek aileleri içindeki herhangi birinin Covid geçirmiş olmasının ve yakınlarından Covid-19 sebebiyle hayatını kaybeden olmasının, CPSÖ skorunda istatistiksel anlamlılıkta herhangi bir fark yaratmadığı bulundu ($p>0.05$). Çalışmadaki kadınların CSPÖ skorunun erkeklere göre daha yüksek olduğu görüldü ($p=0.01$). Covid geçiren bireylerde, geçirmeyenlere göre bruksizm görülme oranının daha yüksek olduğu görüldü ($p=0.015$). Bruksizmi olan bireyler ile olmayan bireylerin CPSÖ skorlarında anlamlı bir fark yoktu ($p>0.05$).

Sonuç: Çalışmadaki bireylerde CPSÖ puanının fazla olması dikkat çekicidir. Örneklem sebebiyle bu sonuçtan topluma yönelik doğrudan bir çıkarım yapmak zor olsa da, destekleyici bir kanıt olabilecektir. Çalışmada, bruksizmin covid geçiren bireylerde geçirmeyenlere göre daha yüksek oranda görüldüğü bulunmuştur. Bu sonuç, covid geçmişi olan bireylerde temporomandibular disfonksiyona yönelik preventif ve tedavi edici fizyoterapi yaklaşımlarının düşünülmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, psikolojik sıkıntı, bruksizm

PSYCHOLOGICAL DISTRESS AND BRUXISM IN THE COVID-19 PROCESS

Abstract

Aim: It is known that the Covid-19 epidemic, which manifested itself at the beginning of 2020 in Turkey and still continues to exist, has negative effects on society both physiologically and psychologically. Bruxism is a problem that occurs mostly due to emotional stress and causes many symptoms such as pain in the temporomandibular region, joint degeneration, spasm in the masticatory muscles. The aim of our study is to examine the relationship of Covid-19-induced psychological distress with bruxism and various sub-parameters of the pandemic.

Methods: One hundred and fourty nine individuals (96 females, 58 males) aged between 18-65 (30.27± 9.68 years) were included in our study. The demographic information of the individuals, bruxism status, the existence of a history of Covid-19 in themselves and their nuclear families, and the existence of their relatives who died due to Covid-19 were questioned. In addition, with the Turkish version of COVID-19 Related Psychological Distress Scale (CORPD), psychological distress levels originating from Covid-19 were determined.

Results: The mean CPSS score of the individuals was found to be 42.61±6.71 points out of a maximum of 60 points. It was found that the fact that the individuals themselves and anyone in their nuclear families had covid and their relatives died due to covid did not make any difference in the score ($p>0.05$). It was observed that the female individuals included in the study had a higher CORPD score than the males ($p=0.01$). It was observed that the incidence of bruxism was higher in individuals who undergone Covid than those who did not ($p=0.015$). There was no significant difference in the CORPD scores of individuals with and without bruxism ($p>0.05$).

***Conclusion*:** Considering the results of the study, it is remarkable that the CORPD score is so high in the included individuals. Although it is difficult to make a direct inference from this result for the population due to the sample size, we think that this result can be supporting evidence with other studies to be done. This result reveals the necessity of considering preventive and therapeutic physiotherapy approaches for temporomandibular dysfunction in individuals with covid-19 history.

Keywords: Covid 19, psychologıcal distress, bruxism

PRSB-65

YOĞUN BAKIMDA COVID-19 VE İLERI EVRE OVER KANSER TANILI BİREYDE PSIKOSOSYAL BAKIM SÜRECİ: OLGU SUNUMU

Esin CERİT[1], Leyla Gündoğdu[2]

1 Yozgat Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Yozgat, Türkiye, E-Posta:esin.cerit@yobu.edu.tr.

2 Yozgat Şehir Hastanesi, Genel Yoğun Bakım Ünitesi, Yozgat, Türkiye, E-Posta: leyla.gündogdu@hotmail.com

Özet

COVID-19 vakası bildirildiğinden günümüze kadar, bu salgın dünya çapında bir milyondan fazla insana yayılarak bir pandemi haline gelmiştir. Tüm dünyayı etkisi altına alan bu hastalık insanlarda birçok biyopsikososyal problemlere yol açmış ve açmaya devam etmektedir. Bu çalışma yoğun bakım ünitesinde COVID 19 ve ileri evre over kanseri tanısı olan olguda hastanın gereksinimleri Gordon'un Fonksiyonel Sağlık Örüntüleri modeline göre değerlendirilerek, bu kapsamda psikososyal hemşirelik bakımı planlamak amacıyla yapılmıştır. Çalışmanın verileri, 27.08.2020-30.09.2020 tarihleri arasında, Gordon'un "Fonksiyonel Sağlık Örüntüleri Modeli" kapsamında toplanmıştır. Ayrıca, ruhsal durum değerlendirilmesi yapılarak hastanın ruhsal durumuna ilişkin gözlemler de aktarılmıştır. Çalışma için olgunun tedavi edildiği kurumdan ve ilgili üniversitenin Etik Kurulu'ndan izin alınmıştır. Olgu ve yakınları, çalışmanın amacı ve çalışmadan beklentiler hakkında bilgilendirildikten sonra onamları alınarak olgu çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmanın, COVID-19 tanısının yanı sıra terminal dönemde olan bireylerin psikososyal gereksinimleri ve bakım süreci hakkında fikir sunması hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, yoğun bakım ünitesi, psikososyal, hemşirelik, bakım

PSYCHOSOCIAL CARE PROCESS IN THE INDIVIDUAL DIAGNOSED WITH COVID-19 AND ADVANCED STAGE OVER CANCER IN INTENSIVE CARE UNIT: CASE REPORT

Abstract

Since the COVID-19 case was reported, this epidemic has spread to more than one million people worldwide, making it a pandemic. This disease, which affects the whole world, has caused and continues to cause biopsychosocial problems in humans. This study was carried out in order to plan psychosocial nursing care in the intensive care unit diagnosed with COVID 19 and advanced over cancer, by evaluating the needs of the patient according to Gordon's Functional Health Patterns model. Also, the mental state assessment made observations regarding the mental state of the patient was transferred. For the study, permission was obtained from the institution where the case was treated and the Ethics Committee of the relevant university. After the patient and her relatives were informed about the purpose of the study and the expectations from the study, their consent was obtained and the case was included in the study. The study, individuals with COVID-19 and diagnosis of terminal phase psychosocial needs and is expected to provide ideas about care process that can be applied to these requirements.

Key words: COVID-19, intensive care unit, psychosocial, nursing, care

PRSB-66

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE COVID-19 PANDEMİSİNİNFİZİKSEL VE RUHSAL SAĞLIK ÜZERİNE ETKİSİ

Huriye KILIÇ[1], İlknur BAYRAM[1], Nubin COŞKUN[1], Sevgi SARİ[1], FatmaNevin ŞİŞMAN[1]

[1]Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul /Türkiye, kilic.huriye02@gmail.com; ilknurbayram30@gmail.com; akasyanubin@gmail.com; sarisevgi.ss12@gmail.com; **nevin4083@yahoo.com**

Özet

Amaç: Çalışma üniversite öğrencilerinde covid-19 pandemisinin fiziksel ve ruhsal sağlık üzerine etkisini incelemek amacıyla yapıldı.

Gereç ve yöntem: Araştırma tanımlayıcı türdedir. Araştırma İstanbul ili Anadolu yakasındaki bir devlet üniversitesinin Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 327 gönüllü öğrenci ile Aralık 2020- Ocak 2021 tarihlerinde yürütüldü. Araştırmada veriler Sosyo-Demografik soru formu, Beden İmgesinin Yaşam Niteliğine Etkisi Ölçeği (BİYNE), Belirti Tarama Listesi (SCL90-R) kullanılarak toplandı. Veri analizinde tanımlayıcı istatistikler, Mann Whitney U, Kruskal Wallis testleri kullanıldı. Anlamlılık değeri $p<0.05$ kabul edildi. Çalışma için etik izin alındı (karar no: 26.11.2020/70).

Bulgular: Öğrencilerinin yaş ortalaması 21,05±1,73 olup %81,3'ü kadın ve %37,3'ü 4. sınıftı. Öğrencilerin %57.8'ipandemi öncesi genel sağlık durumunu iyi olarak değerlendirenlerin pandemi döneminde bu oran %33 olmuştur. Covıd-19 öncesi uyku süresi 7,31±1,09 saat iken covid döneminde 8,54±1,61 olarak bulunmuştur. Öğrencilerin % 38,5'i pandemi döneminde iştahının arttığını, %78,0'i fiziksel hareketliliğinin azaldığını, %85,3'ü düzenli egzersiz yapmadığını, %67,9'u daha fazla uyuduğunu, %64,2'si saç dökülmesi yaşadığını %64,2'si konsantre olma sorunu yaşadığını belirtmiştir.

Öğrencilerin SCL-90 toplam puanı 1,12±0,82 ve BİYNE toplam puanı 23,20±21,63'tü. Öğrencilerin Covid-19 sonrası SCL-90 toplam puanı karşılaştırıldığında; sigara kullananların kullanmayanlardan;genel sağlık durumu kötü olanların iyi olanlardan; sağlıksız beslenenlerin, sağlıklı beslenenlerden SCL-90 toplam puanı anlamlı yüksek bulundu (sırasıyla: $Kwx^2=6,51$, $p=0,03$; $Kwx^2=40,14$, $p=0,00$; $Kwx^2= 8,98$, $p=0,01$). Pandemi döneminde iştahında değişiklik olmayanların iştahında azalma olanlara ve iştahında artma olanlara;cilt problemi yaşamayanların yaşayanlara göre BİYNE puanları anlamlı yüksek bulundu (sırasıyla: $Kwx^2=9,201$, $p=0,010$; $Kwx^2=-2,044$, $p=0,041$).

Sonuç: Covid-19 pandemisinin beraberinde getirdiği belirsizlikler ve kısıtlamalar öğrencilerin fiziksel ve ruhsal sağlıklarını olumsuz etkilemiştir. Öğrencilere yaşadıkları sorunlara yönelik online danışmanlık verilebilir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, fiziksel sağlık, ruhsal sağlık,beden imgesi.

THE EFFECT OF COVID-19 PANDEMIC ON PHYSICAL AND MENTAL HEALTH IN UNIVERSITY STUDENTS

Abstract

Aim: The study was conducted to examine the impact of the covid-19 pandemic on physical and mental health in university students.

Methods: The research is a descriptive type. The research was conducted with 327 volunteer students of the Faculty of Health Sciences of a state university in the Anatolianside of Istanbul between December 2020-January 2021. Data were collected with the Socio-Demographic Questionnaire, Body Image Quality of Life Inventory (BIQLI), and the Symptom Checklist (SCL90-R). Descriptive statistics, Mann Whitney U, Kruskal Wallis tests were used in data analysis. The significance value was accepted as $p<0.05$. Ethical permission was obtained (decision no: 26.11.2020/70).

Results: The mean age of the students was 21.05±1.73 and 81.3% were female and 37.3% were in the 4th grade. 57.8% of the students evaluated their general health status as good before the pandemic, while this rate was 33% during the pandemic period. While the sleep time before Covid-19 was 7.31±1.09 hours, it was found to be 8.54±1.61 in the covid period.38.5% of the students stated that their appetite increased during the pandemic, 78.0% had decreased physical activity, 85.3% did not exercise regularly, 67.9% slept more, 64.2% had hairloss, 64.2% had concentrating problems.

The students' SCL-90 total score was 1.12±0.82 and the BIQLI total score was 23.20±21.63. When the students' SCL-90 total score after Covid-19 is compared; smokers from non-smokers; those with poor general health status than those with good health; those have unhealthy diet than those have healthy diet; SCL-90 total score was found to be significantly higher (respectively:Kwx2=6.51, p=0.03; Kwx2=40.14, p=0.00; Kwx2= 8.98, p=0, 01). Those who have no change in appetite during the pandemic period than those who have decreased appetite and those who have increased appetite; those who have not skin problems than those who have; BIQLI scores were found to be significantly higher (respectively: Kwx2=9.201, p=0.010; Kwx2=-2.044, p=0.041).

Conclusion:The uncertainties and restrictions brought about by the Covid-19 pandemic have adversely affected the physical and mental health of students.Online counseling can be given to students regarding the problems they experience.

KeyWords: Covid-19, physical health, mental health, body image.

PRSB-67

COVID-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE YAŞLILARIN YAŞADIKLARI ANKSİYETE, KORKU VE YAŞAM KALİTELERİ ARASINDAKI İLİŞKİ

Gülay COŞKUN[1], Yağmur SÜRMELİ[2], , Ahu AKSOY[3] , DUYGU VEFİKULUÇAY YILMAZ[4]

[1]Ankara Gölbaşı İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü, Ankara/Türkiye, E-posta: glycoskun@hotmail.com

[2]Toros Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Mersin/Türkiye, E-posta: demetyagmurdemet@gmail.com

[3]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Mersin/Türkiye, E-posta: aksoyahu91@gmail.com

[4]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Mersin/Türkiye, E-posta: duyguulu@gmail.com

Özet

***Amaç*:** Bu araştırmada, yaşlı bireylerin COVID-19 pandemisinde yaşadıkları anksiyete, korku ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

***Yöntem*:** Bu tanımlayıcı ve kesitsel tipteki araştırmanın örneklemini Türkiye'deki 65 yaş üstü 154 katılımcı oluşturmuştur. Araştırmanın verileri, kolayda ve kartopu örnekleme yöntemleri kullanılarak toplanmıştır. Araştırmanın veri toplama formu "Kişisel Bilgi Formu", "Koronavirüs Anksiyete Ölçeği Kısa Formu", "COVID-19 Korku Ölçeği" ve "Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği" olmak üzere dört bölümden oluşmaktadır. Değişkenler normallik, varyansların homojenliği ön şartlarının kontrolü yapıldıktan sonra (Shapiro Wilk ve Levene Testi) değerlendirilmiştir. Veri analizinde parametrik testlerden student's t testi ve one way ANOVA testi, parametrik olmayan testlerden ise Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Sürekli iki değişken arasındaki ilişki Spearman Korelasyon Katsayısı ile değerlendirilmiştir.

***Bulgular*:** Araştırmada koronavirüs anksiyete ölçeği puan ortalamasının 4,39±4,58, COVID-19 korku ölçeği puan ortalamasının 21,91±7,22 ve yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeği puan ortalamasının 21,25±7,53 olduğu saptanmıştır. Katılımcıların bazı sosyo-demografik özelliklerine, kronik hastalığa sahip olma durumlarına, COVID- 19 belirtileri ile COVID-19 salgınına ilişkin özelliklerine ve bireysel ihtiyaçlarını karşılayabilme durumlarına göre koronavirüs anksiyete ölçeği, COVID-19 korku ölçeği ve yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$). Ayrıca koronavirüs anksiyete ölçeği ile COVID-19 korku ölçeği arasında pozitif yönde orta düzeyde ($r=0,615$; $p<0,001$), koronavirüs anksiyete ölçeği ile yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeği arasında negatif yönde orta düzeyde ($r=-0,518$; $p< 0,001$) ve COVID-19 korku ölçeği ile yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeği arasında negatif yönde zayıf düzeyde ($r=-0,388$; $p< 0,001$) anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Araştırmamızda katılımcıların anksiyeteleri ve korkuları arttıkça yaşam kalitelerinin azaldığı saptanmıştır. Buna ek olarak katılımcılarının anksiyeteleri arttıkça korkularının da arttığı belirlenmiştir.

***Anahtar Kelimeler*:** COVID-19, yaşlı, korku, anksiyete, yaşam kalitesi.

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY, FEAR AND QUALITY OF LIFE OF OLDER PEOPLE DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: In this study, it was aimed to determine the relationship between anxiety, fear and quality of life experienced by older people during the COVID-19 pandemic.

Methods: The sample of this descriptive and cross-sectional study consisted of 154 participants over the age of 65 in Turkey. The data of the study were collected by using convenience and snowball sampling methods. The data collection form of the study consisted of four parts: "Personal Information Form", "Coronavirus Anxiety Scale- Short Form", "The Fear of COVID-19 Scale" and " Quality of Life Scale in Older People". Variables were evaluated after controlling for normality and homogeneity of variances (Shapiro Wilk and Levene Test). In data analysis, student's t test and one-way ANOVA test from parametric tests, Mann-Whitney U test and Kruskal-Wallis test from non-parametric tests were used. The relationship between two continuous variables was evaluated with the Spearman Correlation Coefficient.

Results: In the study, it was determined that the mean score of the Coronavirus Anxiety Scale was 4,39±4,58, the mean score of the The Fear of COVID-19 Scale was 21,91±7,22, and the mean score of the quality of life scale in older people was 21,25±7,53. A statistically significant difference was found between the scores of coronavirus anxiety scale, the fear of COVID-19 scale and the quality of life scale in older people according to some socio-demographic characteristics, their status of having chronic diseases, symptoms of COVID-19, characteristics of the COVID-19 outbreak, and ability to meet their individual needs ($p< .05$). In additon, it was determined that there was a moderate positive relationship between the coronavirus anxiety scale and the the fear of COVID-19 scale ($r=0,615$; $p<0,001$), a moderately inverse relationship between the coronavirus anxiety scale and the quality of life scale in older people ($r=-0,518$; $p< 0,001$), and a weak and inverse relationship between the COVID-19 fear scale and the quality of life scale in older people ($r=-0,388$; $p< 0,001$).

Conclusion: In our study, it was determined that as the anxiety and fear of the participants increased, their quality of life decreased. In addition, it was determined that as the anxiety of the participants increased, their fear also increased.

Key Words: COVID-19, elderly, fear, anxiety, quality of life.

PRSB-68

COVID-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE YAŞLILARIN YAŞADIKLARI ANKSİYETE, KORKU VE YAŞAM KALİTELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Gülay COŞKUN[1], Yağmur SÜRMELİ[2], , Ahu AKSOY[3] , DUYGU VEFİKULUÇAY YILMAZ[4]

[1]Ankara Gölbaşı İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü, Ankara/Türkiye, E-posta: glycoskun@hotmail.com

[2]Toros Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Mersin/Türkiye, E-posta: demetyagmurdemet@gmail.com

[3]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Mersin/Türkiye, E-posta: aksoyahu91@gmail.com

[4]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Mersin/Türkiye, E-posta: duyguulu@gmail.com

Özet

***Amaç*:** Bu araştırmada, yaşlı bireylerin COVID-19 pandemisinde yaşadıkları anksiyete, korku ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

***Yöntem*:** Bu tanımlayıcı ve kesitsel tipteki araştırmanın örneklemini Türkiye'deki 65 yaş üstü 154 katılımcı oluşturmuştur. Araştırmanın verileri, kolayda ve kartopu örnekleme yöntemleri kullanılarak toplanmıştır. Araştırmanın veri toplama formu "Kişisel Bilgi Formu", "Koronavirüs Anksiyete Ölçeği Kısa Formu", "COVID-19 Korku Ölçeği" ve "Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği" olmak üzere dört bölümden oluşmaktadır. Değişkenler normallik, varyansların homojenliği ön şartlarının kontrolü yapıldıktan sonra (Shapiro Wilk ve Levene Testi) değerlendirilmiştir. Veri analizinde parametrik testlerden student's t testi ve one way ANOVA testi, parametrik olmayan testlerden ise Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Sürekli iki değişken arasındaki ilişki Spearman Korelasyon Katsayısı ile değerlendirilmiştir.

***Bulgular*:** Araştırmada koronavirüs anksiyete ölçeği puan ortalamasının 4,39±4,58, COVID-19 korku ölçeği puan ortalamasının 21,91±7,22 ve yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeği puan ortalamasının 21,25±7,53 olduğu saptanmıştır. Katılımcıların bazı sosyo-demografik özelliklerine, kronik hastalığa sahip olma durumlarına, COVID- 19 belirtileri ile COVID-19 salgınına ilişkin özelliklerine ve bireysel ihtiyaçlarını karşılayabilme durumlarına göre koronavirüs anksiyete ölçeği, COVID-19 korku ölçeği ve yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$). Ayrıca koronavirüs anksiyete ölçeği ile COVID-19 korku ölçeği arasında pozitif yönde orta düzeyde ($r=0,615$; $p<0,001$), koronavirüs anksiyete ölçeği ile yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeği arasında negatif yönde orta düzeyde ($r=-0,518$; $p< 0,001$) ve COVID-19 korku ölçeği ile yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeği arasında negatif yönde zayıf düzeyde ($r=-0,388$; $p< 0,001$) anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Araştırmamızda katılımcıların anksiyeteleri ve korkuları arttıkça yaşam kalitelerinin azaldığı saptanmıştır. Buna ek olarak katılımcılarının anksiyeteleri arttıkça korkularının da arttığı belirlenmiştir.

***Anahtar Kelimeler*:** COVID-19, yaşlı, korku, anksiyete, yaşam kalitesi.

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY, FEAR AND QUALITY OF LIFE OF OLDER PEOPLE DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: In this study, it was aimed to determine the relationship between anxiety, fear and quality of life experienced by older people during the COVID-19 pandemic.

Methods: The sample of this descriptive and cross-sectional study consisted of 154 participants over the age of 65 in Turkey. The data of the study were collected by using convenience and snowball sampling methods. The data collection form of the study consisted of four parts: "Personal Information Form", "Coronavirus Anxiety Scale- Short Form", "The Fear of COVID-19 Scale" and " Quality of Life Scale in Older People". Variables were evaluated after controlling for normality and homogeneity of variances (Shapiro Wilk and Levene Test). In data analysis, student's t test and one-way ANOVA test from parametric tests, Mann-Whitney U test and Kruskal-Wallis test from non-parametric tests were used. The relationship between two continuous variables was evaluated with the Spearman Correlation Coefficient.

Results: In the study, it was determined that the mean score of the Coronavirus Anxiety Scale was 4,39±4,58, the mean score of the The Fear of COVID-19 Scale was 21,91±7,22, and the mean score of the quality of life scale in older people was 21,25±7,53. A statistically significant difference was found between the scores of coronavirus anxiety scale, the fear of COVID-19 scale and the quality of life scale in older people according to some socio-demographic characteristics, their status of having chronic diseases, symptoms of COVID-19, characteristics of the COVID-19 outbreak, and ability to meet their individual needs ($p< .05$). In additon, it was determined that there was a moderate positive relationship between the coronavirus anxiety scale and the the fear of COVID-19 scale ($r=0,615$; $p<0,001$), a moderately inverse relationship between the coronavirus anxiety scale and the quality of life scale in older people ($r=-0,518$; $p< 0,001$), and a weak and inverse relationship between the COVID-19 fear scale and the quality of life scale in older people ($r=-0,388$; $p< 0,001$).

Conclusion: In our study, it was determined that as the anxiety and fear of the participants increased, their quality of life decreased. In addition, it was determined that as the anxiety of the participants increased, their fear also increased.

Key Words: COVID-19, elderly, fear, anxiety, quality of life.

PRSB-71

PANDEMİ DÖNEMİNDE SEREBRAL PALSİLİ ÇOCUKLAR VE AİLELERİ

Mehmet Sadık ÖZTANRIKULU[1], Ramazan Cihad YILMAZ[2]

[1]Ardahan Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, Ardahan / Türkiye, E-Posta: sadikoztanrikulu@gmail.com

[2] Iğdır Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Iğdır / Türkiye, E-Posta: fzt.yilmaz.cihad@gmail.com

Özet

Serebral palsili çocuklarda fonksiyonel kapasitelerinin iyileştirilmesi için uzun süreli rehabilitasyon yaklaşımları oldukça önemlidir. Pandemi, serebral palsili çocuklar ve aileleri için günlük yaşamın hızlı şekilde değişmesine neden oldu. İzolasyon süreci ile birlikte birçok sıkıntı ile karşı karşıya kaldılar. Düzenli tedavi görmesi gereken bu hastaların almış oldukları rehabilitasyon hizmetleri kesintiye uğradı. Bu süreçte hem serebral palsili bireyler hem de aileleri psikososyal açıdan olumsuz etkilendiler. Bu sorunların azaltılması açısından tele-rehabilitasyon yaklaşımları ön plana çıktı. Bu yaklaşımlar hem tedavinin sürekliliği açısından hem de aile bireylerinin yaşadıkları problemlerin çözümü açısından oldukça önemlidir. Sadece fiziksel açıdan değil aynı zamanda psikososyal açıdan da bu hastaların desteklenmesi gerektiği söylenebilir. Ailelerin bu süreçteki rollerinin farkına varılması sağlanmalı ve bu rollerinin güçlendirilmesi gereklidir. Bu açıdan aile eğitimi sağlanmalı ve tele-rehabilitasyon yaklaşımları ile bu sürecin takibi yapılmalıdır. Bu dönemin sağlıklı bir şekilde yürütülmesi serebral palsili çocukların normal gelişimlerinin sağlanması açısından oldukça önemli katkılar sunacaktır. Fiziksel kapasitenin korunması ve geliştirilmesinin yanında psikososyal açıdan da desteklenerek daha sağlıklı çıktılar elde edilebilecektir. Birbirlerini yakından etkileyen hasta-ebeveyn ilişkisi nedeniyle ailelerin de psikososyal açıdan takip edilmesi ve onların desteklenmesi gereklidir. Serebral palsili çocukların ev içi rahat hareket etmeleri için ev içi düzenlemeler yapılmalıdır. Yardımcı cihazlar ve ortezlerin uyumu konusunda takip yapılarak mevcut sorunların azaltılması sağlanmalıdır. Bu ise multisipliner ekibin hastayı ve ailesini düzenli takip etmesi ve yapacağı müdahaleler ile sağlanabilir. Pandemi döneminde bütüncül yaklaşımlar ile desteklenen serebral pasili çocuklar ve aileleri böylece psikosoyal olarak sağlıklı sonuçlar elde edebilirler.

Anahtar Kelimeler: Pandemi, serebral palsi, aile, biopsikososyal yaklaşım

CHILDREN WITH CEREBRAL PALSY AND THEIR FAMILIES DURING THE PANDEMIC

Abstract

Long-term rehabilitation approaches are very important in improving the functional capacity of children with cerebral palsy. The pandemic caused a rapid change in everyday life for children with cerebral palsy and their families. They faced many difficulties along with the isolation process. Rehabilitation services received by these patients, who needed regular treatment, were interrupted. In this process, both individuals with cerebral palsy and their families were adversely affected psychosocially. In terms of reducing these problems, tele-rehabilitation approaches came to the fore. These approaches are very important both for the continuity of the treatment and for the solution of the problems experienced by the family members. It can be said that these patients should be supported not only physically but also psychosocially. Families should be aware of their role in this process and their role should be strengthened. In this respect, family education should be provided and this process should be followed up with tele-rehabilitation approaches. A healthy execution of this period will make a very important contribution to ensuring the normal development of children with cerebral palsy. In addition to the protection and development of physical capacity, healthier outputs can be obtained by supporting psychosocially. Because of the patient-parent relationship that closely affects each other, it is necessary to monitor and support them psychosocial in their families. Domestic arrangements should be made for children with cerebral palsy to move freely in the house. Follow-up on the compliance of auxiliary devices and orthoses should be ensured to reduce existing problems. This can be achieved by the regular follow-up of the patient and family by the multidisciplinary team and the interventions they will make. Children with cerebral palsy and their families, supported by holistic approaches during the pandemic period, can thus achieve psychosoyally healthy results.

Key Words: Pandemic, cerebral palsy, family, biopsychosocial approach

PRSB-75

COVID-19 PANDEMİSİ SIRASINDA HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN E-ÖĞRENMEYE YÖNELİK TUTUMLARININ BELİRLENMESİ: KESİTSEL BİR ARAŞTIRMA

Ayşegül YAYLA[1], Vesile ESKİCİ İLGİN[2], Beyzanur TOPALLI[3]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/Türkiye, E-Posta: ayseguul21@hotmail.com

[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/Türkiye, E-Posta: vesile_eskici_86@hotmail.com

[3]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/Türkiye, E-Posta: beyzaa.yarenn@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma, COVID-19 pandemisi sırasında hemşirelik öğrencilerinin e-öğrenmeye yönelik tutumlarını belirlemek amacıyla yapıldı.

Yöntem: Araştırma, tanımlayıcı ve kesitsel tipte bir çalışmadır. Bir üniversitenin hemşirelik bölümü öğrencileri araştırmanın evrenini oluşturdu. Araştırmanın verileri, Mart -Nisan 2021 tarihleri arasında Google forms aracılığıyla toplandı. Çalışmaya katılmaya gönüllü olan ve sosyal medya araçlarını kullanan 353 öğrenci hemşire araştırmanın örneklemini oluşturdu. Veri toplama araçlarına ilişkin bir bağlantı adresi elde edilerek, öğrencilere e-posta ve mesaj yolu ile ulaştırıldı. Veriler, "Tanıtıcı Özellikler Formu" ve "E Öğrenmeye Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılarak toplandı. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplarda t- testi ve One Way Anova analizi kullanıldı.

Bulgular: Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin %73.1'inin kadın, %62,3'ünün 20-21 yaş aralığında olduğu, %28,9'unun 1. sınıfta okuduğu, %41,4'ünün Ağırlıklı Genel Not Ortalaması (AGNO)'nın 3.01-3.50 arasında olduğu belirlendi. Öğrencilerin E-öğrenmeye Yönelik Tutum Ölçeği'nden aldıkları toplam puan ortalaması 56,45±10,67 olarak tespit edildi. Öğrencilerin ölçek toplam puan ortalamaları ile yaş ve pandemiden önce online eğitim alma durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanırken ($p< 0,05$); cinsiyet, sınıf, AGNO, online eğitimde kullanılan iletişim aracı arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı ($p>0,05$).

Sonuç: Hemşirelik öğrencilerinin pandemi sırasında E-öğrenmeye yönelik tutumlarının orta düzey olduğu, 20-21 yaş aralığında olan ve pandemiden önce online eğitim alan öğrencilerin E- öğrenmeye yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu bulundu.

Öğrencilerin E - öğrenmeye yönelik tutumlarını arttırmak için eğitimlerin düzenlenmesi önerilebilir.
***Anahtar Kelimeler*:** Covid-19, Hemşirelik, Öğrenci, Pandemi, Online Eğitim.

DETERMINATION OF THE ATTITUDE OF NURSING STUDENTS TOWARDS E- LEARNING DURING THE COVID-19 PANDEMIC: A CROSS-SECTIONAL STUDY

Abstract

Aim: This study was conducted to determine nursing students' attitudes towards e-learning during the COVID-19 pandemic.

Methods: This is a descriptive and cross-sectional study. The students of the nursing department of a university formed the universe of the research. The data were collected using Google forms between March and April 2021. A link address related to the data collection tools was obtained and delivered to the students via e-mail and message. The study sample consisted of 353 student nurses who voluntarily agreed to participate in the study and used the social media tools. The data were collected using a "Descriptive Characteristics Form" and the "E-Learning Attitude Scale. Descriptive statistics, independent samples t test and One Way Anova analysis were used to evaluate the data.

Results: It was determined that 73.1% of the students included in the study were female, 62.3% were between the ages of 20-21, 28.9% were studying in the first grade, 41.4% had a Weighted Grade Point Average (WGNA) between 3.01-3.50. In this study the total average score of the students from the Attitude Scale towards E-learning was 56.45±10.67. While there was a statistically significant difference between the scale total score averages of the students and their age and online education before the pandemic ($p<0.05$); no statistically significant difference was found between gender, class, WGNA, and the communication tool used in online education ($p>0.05$).

Conclusion: It was found that the attitudes towards E-learning of nursing students during the pandemic were at the middle level and students aged 20-21 who received online education before the pandemic had higher attitudes towards E-learning. It can be suggested to organize trainings in order to increase students' attitudes towards E-learning.

Keywords: Covid-19, Nursing, Student, Pandemic, Online Education.

PRSB-77

TOPLUM RUH SAĞLIĞI MERKEZİNE DEVAM EDEN HASTALARIN COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDEN ETKİLENME DURUMLARI İLE İLİŞKİLİ FAKTÖRLERİN İNCELENMESİ

Emel ERDENİZ[1], Selma DOĞAN[1]
[1]Üsküdar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul / Türkiye,
E-Posta: emel.erdeniz@uskudar.edu.tr
E-Posta: selma.dogan@uskudar.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışma Toplum Ruh Sağlığı Merkezine (TRSM) devam eden hastaların Covid-19 pandemi sürecinden etkilenme durumları ve ilişkili faktörlerin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı nitelikteki araştırmanın örneklemini İstanbul ili içerisinde Ümraniye TRSM' den hizmet alan 220 hasta oluşturdu. Veriler: "Hasta Tanıtıcı Bilgi Formu" ve "TRSM'ye Devam Eden Hastaların Covid-19 Pandemi Sürecinden Etkilenme Durumlarını Değerlendirme Formu" ile yazılı onamları alınarak toplandı. Analiz edilen veriler yüzde, ortalama ve standart sapma olarak sunulmuştur.

Bulgular: Hastaların yaş ortalaması 40,8 olup, hastaların %47,7'si şizofreni, %37'3'ünün hastalık süresi 10-20 yıl arasındadır. Pandemi sürecinde hastaların %26,4'ü TRSM'ye düzensiz devam etmiş ve hastalar %97,7 oranında poliklinik hizmeti, %87,2 oranında reçetelerin düzenlenmesi, %22,4'ü bireysel danışmanlık hizmetleri almıştır. Pandemi sürecinde hastaların hastaların %29,1'i psikotrop ilaçlarını aksattığını ve buna neden olarak da %9,3'ü ilaç bulamama, %7,8'i Covid-19 ile enfekte olma korkusu nedeniyle TRSM'ye gidememe, %6,2'i ruh sağlığı uzmanına ulaşamama**,** %46,8'i psikiyatrik semptomların nüksetmesini göstermiştir.

Sonuç: Hastaları biyopsikososyal yönlerden destekleyen TRSM hizmetlerinin bu süreçte aksaması hastaları fiziksel, psikolojik ve sosyal yönlerden olumsuz etkilenmesine yol açmıştır. Sonuç olarak Covid-19 gibi kriz durumlarında ruh sağlığı profesyonellerinden olan psikiyatri hemşirelerinin kronik ruhsal hastalığı olan bireylerle iletişimin sürdürülmesi, takiplerin devam etmesi, psikososyal müdahalelerin devam ettirilmesi için sağlık hizmetlerine erişimdeki eşitsizlikleri engelleri ortadan kaldırmaya yönelik çalışmaların yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Covid-19 pandemisi, kronik ruhsal hastalık, psikiyatri hemşireliği.

THE EFFECTS OF THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS AND RELATED FACTORS IN PATIENTS ATTENDING THE COMMUNITY MENTAL HEALTH CENTER

Abstract

Aim: This study was carried out to examine the effects of the Covid-19 pandemic process and related factors in Patients attending the Community Mental Health Center (CMHC).

Methods: The sample of the descriptive cross-sectional study consisted of 220 patients receiving service from Ümraniye CMHC. The data were collected with the written consent of the "Patient Descriptive Information Form" and "Evaluation Form of Patients Continuing to CMHC Affected by the Covid-19 Pandemic Process. Analyzed data are presented as percent, mean and standard deviation.

Results: The average age of the patients participating in the study is 40.8 (± SD). The diagnosis of 47.7% of the patients is schizophrenia, 37% of the patients have a disease duration of 10-20 years. During the pandemic, 26.4% of the patients attended CMHC irregularly, and 97.7% received outpatient services, 87.2% received prescriptions, and 22.4% received individual counseling services. During the pandemic process, 29.1% of the patients reported that they missed their psychotropic drugs and this caused 9.3% not being able to find a drug, 7.8% not being able to go to CMHC due to fear of being infected with Covid-19, 6.2% could not reach a mental health specialist, 46.8% showed relapse of psychiatric symptoms.

Conclusion: The disruption of CMHCs, which support patients in biopsychosocial aspects, in this process caused patients to be adversely affected in many ways. Therefore, more studies are needed to determine the barriers that prevent psychiatric nurses, who are mental health professionals, from maintaining communication and follow-up with patients and continuing psychosocial interventions.

Key Words: Covid-19 outbreak, severe mental illness, psychiatric nursing.

PRSB-79

COVID-19 SALGININDA HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN ANKSİYETE DÜZEYLERİ VE BAŞ ETME STRATEJİLERİ

Eda AY[1], Nihan TÜRKOĞLU[2], Esin KAVURAN[3]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: eda.ay@atauni.edu.tr

[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: nturkoglu@atauni.edu.tr

[3]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: esin.kavuran@atauni.edu.tr

Özet

Amaç: Bu araştırma Covid-19 salgınında hemşirelik öğrencilerinin anksiyete düzeyleri ile baş etme stratejilerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma, tanımlayıcı tipte bir çalışma olup evrenini, Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi'nde 2021-2022 eğitim öğretim yılında eğitim alan tüm hemşirelik öğrencileri oluşturmuştur. Verilerinin toplanmasında "Tanıtıcı Bilgi Formu", "Yaygın Anksiyete Bozukluğu Ölçeği-7" ve "Baş Etme Stratejileri Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmaya başlamadan önce hemşirelik fakültesi etik kurulundan etik kurul onayı alınmıştır. Veriler çevrimiçi anket formu ile toplanmıştır. Veriler SPSS 22 paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde sayılar, yüzdelikler, min ve max değerler, ortalama, standart sapma, Pearson korelasyon analizi, Cronbach α, , bağımsız gruplarda t testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 21.45 ± 1.34 olup %79.7'si kadındır. Öğrencilerin %84.3'ü pandemi döneminde uyku problemleri ve %70.5'i beslenme problemleri yaşadıklarını belirtmişlerdir. Araştırma grubundaki öğrencilerin stresle başetmde en sık başvurduğu başa çıkma tutumunun, zorluklar karşısında dini olarak başa çıkma ($\bar{x}$=13.51; Ss=2.75) tutumunu, en az kullandıkları başa çıkma tutumunun ise yaşanılan gerginlikten kurtulabilmek için madde kullanımı ($\bar{x}$=4.82; Ss= 2.15) olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaygın AnksiyeteBozukluğu-7 (YAB-7) ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarına bakıldığında öğrencilerin %55.2'sinde yaygın anksiyete bozukluğu belirtilerinin mevcut olduğu saptanmıştır. Yaygın anksiyete bozukluğu ve başetme stratejileri puanları arasındaki ilişkide problem odaklı ve duygusal odaklı başa çıkma tutumlarını kullanan öğrencilerin yaygın anksiyete toplam puanları ile aralarında negatif yönde, işlevsel olmayan başa çıkma tutumlarıyla ise pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır. ($p<0.001$).

Sonuç: Öğrencilerin %55.2'sinde yaygın anksiyete bozukluğu belirtilerinin mevcut olduğu, Hemşirelik öğrencilerinin problem odaklı ve duygusal odaklı başa çıkma yöntemlerini kullandıklarında yaygın anksiyete puanlarının azaldığı, işlevsel olmayan başa çıkma yöntemlerini kullandıklarında ise yaygın anksiyete puanlarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır

Anahtar Kelimeler: Anksiyete, Covid-19, Hemşirelik, Pandemi, Stresle Başa Çıkma

ANXIETY LEVELS AND COPING STRATEGIES OF NURSING STUDENTS IN THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: This research was conducted to determine the strategies of nursing students to cope with the anxiety levels in the Covid-19 epidemic.

Method: The research is a descriptive study and its population consists of all nursing students studying at Atatürk University Faculty of Nursing in the 2021-2022 academic year. "Descriptive Information Form", "Common Anxiety Disorder Scale-7" and "Coping Strategies Scale" were used to collect data. Ethics committee approval was obtained from the nursing faculty ethics committee before starting the study. Data were collected with an online questionnaire. The data were analyzed with the SPSS 22 package program. Numbers, percentages, min and max values, mean, standard deviation, Pearson correlation analysis, Cronbach α, , t test for independent groups and one-way analysis of variance were used to evaluate the data.

Results: The mean age of the students participating in the study was 21.45 ± 1.34, and 79.7% of them were women. 84.3% of the students stated that they had sleep problems and 70.5% of them had nutritional problems during the pandemic period. The most common coping style used by the students in the research group in coping with stress was religious coping in the face of difficulties ($\bar{x}$=13.51; Sd=2.75), and the least used coping style was substance use ($\bar{x}$=4.82; Sd= 2.15).) was concluded. When the mean scores of the General Anxiety Disorder-7 (GAD-7) scale were examined, it was determined that 55.2% of the students had generalized anxiety disorder symptoms. In the relationship between generalized anxiety disorder and coping strategies scores, a statistically significant correlation was found between the general anxiety total scores of the students using problem-focused and emotionally focused coping attitudes, and a negative relationship between them, and a positive relationship with dysfunctional coping attitudes. ($p<0.001$).

Conclusion: It was concluded that 55.2% of the students had generalized anxiety disorder symptoms, the generalized anxiety scores of the nursing students decreased when they used problem-focused and emotional-focused coping methods, and their generalized anxiety scores increased when they used non-functional coping methods.
Keywords: Anxiety, Covid-19, Nursing, Pandemic, Coping with Stress

PRSB-80

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE YAPILAN RUH SAĞLIĞI ARAŞTIRMALARININ İNCELENMESİ: BİBLİYOMETRİK ANALİZ

Adem SÜMEN[1]

[1]***Akdeniz Üniversitesi, Kumluca Sağlık Bilimleri Fakültesi, Antalya / Türkiye, E-Posta: ademsumen@akdeniz.edu.tr***

Özet

Amaç: Çalışma, covid-19 pandemi sürecinde ruh sağlığı üzerine yapılan araştırmaları bibliyometrik analiz yöntemiyle incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmada; çeşitli kategorilerdeki akademik dergileri ve çalışmaları içeren, en geniş veri tabanı olarak kabul edilen, Web of Science Core Collection (WoS) kullanılmıştır. Mayıs 2020'de "coronavirus, SARS-cov-2, Covid-19, Covid19" ve "mental health" anahtar kelimeleri kullanılarak tarama yapılarak 5656 çalışmaya ulaşılmıştır. Bu yayınlardan, 2020-2021 yıllarında, dili İngilizce olan, SSCI ve SCI-E indekslenen, derleme ve araştırma makaleleri çalışmaya dahil edilerek toplam 3940 araştırmanın verileri kullanılmıştır. Bibliyometrik analiz, R ve VOSviewer yazılımları kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular: Çalışmaların %90.1'i araştırma makalesi olup %54.3'ü 2020 yılında yayınlanmıştır. Çalışmalar en çok International Journal of Environmental Research and Public Health dergisinde yayınlanmış (n=274) ve Y.Wang konuyla ilgili en üretken yazardır (n=26). En fazla alıntı (n=1785) yapılan makale Çin halkının Covid-19 salgınının ilk aşamasındaki psikolojik etkilerini, anksiyete, depresyon ve stres düzeylerini belirlemek için yapılan araştırmadır (https://doi.org/10.3390/ijerph17051729). Konuyla ilgili en fazla araştırma yapan ülke Amerika Birleşik Devletleri (n=1144) ve Çin (n=628); üniversite ise Toronto Üniversitesi (n=135)'dir. Türkiye ülkeler arasında 11. sırada olup yazarlardan M.Yıldırım (n=16) ve üniversitelerden Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi (n=18) ilk sırada yer almaktadır. Taramada kullanılan anahtar kelimler haricinde ilk beş kelime depresyon (n=498), stres (n=359), anksiyete (n=289), psikolojik etki (n=246) ve bakım (n=213)'dır. Makalelerde kullanılan trend kelimeler 2020 yılında tepkiler, ruh sağlığı hizmetleri ve travma iken 2021 yılında telemental sağlık, meditasyon ve bağlılıktır. Anahtar kelimelerin tematik değerlendirmesinde; depresyonun bakım, hastalık, ruh sağlığı, strese; sağlığın bakım, depresyon, hastalık, mental sağlık, strese; psikolojik etkinin bakım, depresyon, mental sağlık, strese; mental sağlığın bakım, depresyon, stres kelimelerine doğru evirildiği görülmüştür.

Sonuç: Covid-19 pandemisi ve ruh sağlığı ile ilgili iki yıldır yapılan araştırmaların sayısı hızlı bir şekilde artmakta olup 2021 yılının yarısı olmamasına rağmen çalışma sayıları birbirine yakındır. Yayınlarda covid-19 pandemi sürecinde daha çok depresyon, stres ve anksiyeteye ve son çalışmalarda başetme yöntemlerine odaklanıldığı görülmüştür.
Anahtar Kelimeler: Covid-19, koronavirüs, mental sağlık, pandemi, ruh sağlığı, SARS-cov-2

EXAMINATION OF MENTAL HEALTH STUDIES CONDUCTED IN THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS: A BIBLIOMETRIC ANALYSIS

Abstract

Aim: The study is conducted to investigate using bibliometric analysis method the studies conducted in the Covid-19 pandemic process on mental health.

Methods: In the study Web of Science Core Collection (WoS) that includes academic journals and studies on various categories and that is accepted as the broadest database was used. "Coronavirus, SARS-cov-2, Covid-19, Covid19" and "mental health" keywords were used in May 2020 to conduct a scan that reached 5656 studies. From the said studies compilation and research articles written in 2020-2021 in English language, SSCI and SCI-E indexed are included in the study a data of a total of 3940 studies were used. Bibliometric analysis was conducted using R and VOSviewer software.

Results: 90.1% of studies were research articles and 54.3% were published in 2020. Studies were published the most on International Journal of Environmental Research and Public Health (n=274) and Y. Wang was the most productive author on the subject (n=26). The study that was referred to the most (n=1785) was the study conducted to determine psychological effects, anxiety, depression, and stress levels of Chinese people in the first stages of Covid-19 pandemic (https://doi.org/10.3390/ijerph17051729). The countries where the highest numbers of studies were conducted on the subject were the United States of America (n=1144) and China (n=628); and the university where the highest number of studies were conducted was Toronto University (n=135). Turkey was at number 11 among countries while M. Yıldırım was at the top of the list (n=16) among authors and Ağrı İbrahim Çeçen University (n=18) was at the top of the list among universities. The first five words used in scanning except for the keywords were depression (n=498), stress (n=359), anxiety (n=289), psychological effect (n=246), and care (n=213). The trend words used in articles in 2020 were reactions, mental health services, and trauma while in 2021 such words were telemental health, meditation, and

addiction. Thematic assessment of keywords revealed that depression evolved towards care, disease, mental health, and stress while health evolved towards care, depression, disease, mental health, and stress; psychological impact evolved towards care, depression, mental health, stress and mental health evolved towards care, depression, and stress.

Conclusion: The number of studies on the Covid-19 pandemic and mental health that have been conducted for the last two years have been rapidly increasing and although it is not mid-2021 yet, the number of studies are close to each other. It is noted that studies mostly focused on depression, stress and anxiety in Covid-19 pandemic process while the last studies mostly focused on coping mechanisms

Key Words: Covid-19, coronavirus, mental health, pandemic, SARS-cov-2

PRSB-81

COVID-19 PANDEMİSİ VE YAŞAM KALİTESİ ÜZERİNE YAPILAN YAYINLARIN ÖZELLİKLERİ VE ARAŞTIRMA EĞİLİMLERİ: BİR BİBLİYOMETRİK ANALİZ

Adem SÜMEN[1], Derya ADIBELLİ[2]

[1]Akdeniz Üniversitesi, Kumluca Sağlık Bilimleri Fakültesi, Antalya / Türkiye, E-Posta: ademsumen@akdeniz.edu.tr

[2]Akdeniz Üniversitesi, Kumluca Sağlık Bilimleri Fakültesi, Antalya / Türkiye, E-Posta: deryaadibelli@akdeniz.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı, Covid-19 pandemisi ve yaşam kalitesi ile ilgili yayınların özelliklerini ve araştırmaların eğilimlerini belirlemektir.

Yöntem: Araştırmada; çeşitli kategorilerdeki akademik dergileri ve çalışmaları içeren, en geniş araştırma veri tabanı olan, Web of Science Core Collection (WoS) kullanılmıştır. Mayıs 2020'de "coronavirus, SARS-cov-2, Covid-19, Covid19" ve "quality of life, life quality, health-related quality of life, health related quality of life" anahtar kelimeleri kullanılarak tarama yapılmış ve 1178 çalışmaya ulaşılmıştır. Ulaşılan yayınlardan, 2020-2021 yıllarında, dili İngilizce olan, SSCI ve SCI-E indekslenen, derleme ve araştırma makaleleri çalışmaya dahil edilerek toplam 849 makale verilerinin analizi yapılmıştır. Bibliyometrik analiz için R ve VOSviewer yazılımları kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmaların %82.9'u araştırma makalesi olup %53.3'ü 2020 yılında yayınlanmıştır. Çalışmalar en çok International Journal of Environmental Research and Public Health dergisinde yayınlanmış (n=53) ve Y.T.Xiang konuyla ilgili en üretken yazardır (n=9). En fazla alıntı (n=322) yapılan makale Covid-19 pandemisinin Çin'in Liaoning Eyaletindeki halkın ruh sağlığı ve yaşam kalitesine etkisini belirlemek için yapılan araştırmadır (https://doi.org/10.3390/ijerph17072381). Konuyla ilgili en fazla araştırma yapan ülke Amerika Birleşik Devletleri (n=132) ve İtalya (n=99); üniversite ise Çin Capital Tıp Üniversitesi (n=33)'dir. Türkiye ülkeler arasında dokuzuncu sırada olup üniversitelerden Sağlık Bilimleri Üniversitesi (n=7) ilk sırada yer almaktadır. Taramada kullanılan anahtar kelimler haricindeki ilk beş kelime; etki (n=65), depresyon (n=63), anksiyete (n=45), stres (n=43) ve bakım (n=37)'dır. Makalelerde kullanılan trend kelimeler 2020 yılında terapi, yaşlı-yetişkinler, sağlık bakımı iken 2021 yılında ölüm, şiddet, tükenmişliktir. Anahtar kelimelerin tematik değerlendirmesinde; depresyonun sağlığın bozulması, karantina, risk; egzersizin sağlığın bozulması, risk, karantina, ölüm;

etkinin sağlığın bozulması, karantina, ölüm, posttravmatik stres bozukluğu; yaşam kalitesinin risk, ölüm, tanı kelimelerine doğru evirildiği görülmüştür.

Sonuç: Covid-19 pandemisi ve yaşam kalitesi ile ilgili araştırmaların sayısı artmakta olup 2021 yılının yarısı olmamasına rağmen iki yılın çalışma sayıları birbirine yakındır. Çoğunlukla Covid-19 pandemisinin ruh sağlığı üzerindeki yaşam kalitesi araştırılmış olup son çalışmalarda şiddet, tükenmişlik, ölüm gibi etkilerine odaklanılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, koronavirüs, pandemi, ruh sağlığı, sağlık, yaşam kalitesi

CHARACTERISTICS AND RESEARCH TRENDS OF PUBLICATIONS ON THE COVID-19 PANDEMIC AND QUALITY OF LIFE: A BIBLIOMETRIC ANALYSIS

Abstract

Aim: The aim of this study is to determine the characteristics of publications and research trends on the Covid-19 pandemic and quality of life.

Methods: In the study Web of Science Core Collection (WoS) that includes academic journals and studies on various categories and that is accepted as the broadest database was used. "Coronavirus, SARS-cov-2, Covid-19, Covid19" and " quality of life, life quality, health-related quality of life, health related quality of life" keywords were used in May 2020 to conduct a scan that reached 1178 studies. From the said studies compilation and research articles written in 2020-2021 in English language, SSCI and SCI-E indexed are included in the study a data of a total of 849 studies were used. Bibliometric analysis was conducted using R and VOSviewer software.

Results: 82.9% of studies were research articles and 53.3% were published in 2020. Studies were published the most on International Journal of Environmental Research and Public Health (n=53) and Y.T.Xiang was the most productive author on the subject (n=9). The most cited (n=322) article is the research conducted to determine the impact of the Covid-19 pandemic on the mental health and quality of life of the people in Liaoning Province, China (https://doi.org/10.3390/ijerph17072381). The countries where the highest numbers of studies were conducted on the subject were the United States of America (n=132) and Italy (n=99); and the university where the highest number of studies were conducted was China Capital Medical University (n=33). Turkey was in the ninth among countries and University of Health Sciences (n=7) was at the top of the list among universities. The first five words used in scanning except for the keywords were impact (n=65), depression (n=63), anxiety (n=45), stress (n=43), and care (n=37). The trend

words used in articles in 2020 were therapy, elderly-adults and health care while in 2021 such words were death, violence and burnout. Thematic assessment of keywords revealed that depression evolved towards unhealthy, quarantine and risk while exercise evolved towards unhealthy, quarantine, risk and death; impact evolved towards unhealthy, quarantine, death and posttraumatic stress disorder; quality of life evolved towards risk, death and diagnosis.

Conclusion: The number of studies on the Covid-19 pandemic and quality of life that have been conducted for the last two years have been rapidly increasing and although it is not mid-2021 yet, the number of studies are close to each other. It is noted that studies mostly focused on the quality of life of the Covid-19 pandemic on mental health while the last studies mostly focused on violence, burnout, and death.

Key Words: Covid-19, coronavirus, health, mental health, quality of life, pandemic,

PRSB-82

ACİL SERVİSE BAŞVURAN KOAH HASTALARININ HASTALIK VE DİSPNE ŞİDDETİ İLE COVID-19 KORKUSU VE ÖLÜM KAYGISI DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

***Seyma GÖRPÜZ*[1], *Aygül KISSAL*[2]**

[1] Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Acil Tıp Hemşireliği Anabilim Dalı, Tokat/Türkiye, E-Posta: sym60.1994@gmail.com

[2] Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Tokat/Türkiye, E-Posta: aygul.kissal@gmail.com

Özet

Amaç: Çalışma KOAH tanısı alan bireylerde hastalık ve dispne şiddeti ile Covid-19 korkusu ve ölüm kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı-ilişki arayıcı nitelikteki bu araştırma bir hastanenin acil servisine 40 yaş ve üzeri KOAH tanısı ile başvuran 144 hasta ile yapılmıştır. Araştırmanın verilerinin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Medical Research Council Dispne Skalası (MRC), Modifiye Borg Dispne Skalası, KOAH Değerlendirme Testi-CAT, Koronavirüs Korku Ölçeği (KKÖ), Ölüm Kaygısı Ölçeği (ÖKÖ) kullanılmıştır. İstatistiksel değerlendirmede sayı, yüzde, ortalama, standart sapma, Ki Kare Testi, Kruskal Wallis Varsyans Analizi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırma için Sağlık Bakanlığı Bilimsel Araştırma Platformundan, etik kuruldan, kurumlardan ve çalışmayı kabul eden hastalardan onam alınmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan bireylerin yaş ortalaması 66.39 ± 9.72'dir. KOAH Değerlendirme Testi CAT skorunun 56 (%38.9) hastada yüksek düzeyde, 35 (%24.3) hastada ise çok yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır. Covid-19 Korkusu Ölçeği'nde hastaların aldıkları toplam ortalama puan 16.92 ± 6.36'dır. Çalışmada Ölüm Kaygısı Ölçeği'nde 52 (%36.1) hastanın ölüm korkusu düzeyi ağır olarak bulunmuştur. Hastaların 57 (%39.6)'sinin şiddetli dispnesi bulunmaktadır. KOAH tanısı olan bireylerin dispne şiddeti ile ölüm kaygısı ve Covid-19 korkusu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p < 0.05$).

Sonuç ve Öneriler: KOAH hastalarının çoğunda ölüm ve Covid-19 korku düzeyleri yüksektir. KOAH olan bireylerde Covid-19 korkusu ve ölüm kaygısı düzeylerinin değerlendirilmesi ve KOAH yönetimi için ise planlı eğitimler verilmesi önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19 Korkusu, Dispne, KOAH, Ölüm Kaygısı.

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE SEVERITY OF DISEASE AND DYSPNEA OF COPD PATIENTS ADMITTED TO THE EMERGENCY DEPARTMENT AND THE LEVEL OF FEAR OF COVID-19 AND DEATH ANXIETY

Abstract

Aim: The study was conducted to evaluate the relationship between the severity of the disease and dyspnea and the fear of COVID-19 and death anxiety levels in individuals diagnosed with COPD.

Methods: This descriptive-relationship-seeking study was conducted with 144 patients aged 40 and over who were admitted to a Hospital Emergency Service. Personal Information Form, Medical Research Council Dyspnea Scale (MRC), Modified Borg Dyspnea Scale, COPD Assessment Test-CAT, Fear of COVID-19 Scale, The Scale of Death Anxiety were used to collect the data of the study. Number, percentage, mean, standard deviation, Chi-Square Test, Kruskal Wallis Analysis of Variance, One Way Analysis of Variance (ANOVA) were used for statistical evaluation. In the study, consent was obtained from the Ministry of Health Scientific Research Platform, the ethics committee, institutions and the patients who accepted the study.

Results: The mean age of the individuals in the study was 66.39 ± 9.72. COPD Assessment Test-CAT score was found to be high in 56 (38.9%) patients and very high in 35 (24.3%) patients. In the Fear of COVID-19 Scale, the total mean score obtained by the patients is 16.92 ± 6.36. In the study, 52 (36.1%) patients' fear of death level was found to be heavy on the Scale of Death Anxiety. 57 (39.6%) of the patients have severe dyspnea. A statistically significant relationship was found between the severity of dyspnea and the mean scores of death anxiety and fear of COVID-19 in individuals with COPD ($p < 0.05$).

Conclusion: Most COPD patients have high levels of death and COVID-19 fear. It is suggested that the levels of fear COVID-19 and death anxiety of COPD patients be evaluated and planned training should be provided for the management.

***Keywor*ds:** Fear of COVID-19, Dyspnea, COPD, Death Anxiety.

PRSB-84

PANDEMİDE HASSAS GRUP: ÇOCUK VE ERGEN RUH SAĞLIĞI

***Cansev BAŞARAN*[1], *Kübra GÖKALP*[2]**

[1]Amasya İl Sağlık Müdürlüğü, Gümüşhacıköy Devlet Hastanesi Amasya/ Türkiye, E-Posta:csvbrsn@gmail.com

[2] Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta:kubragungormus2010@hotmail.com

Özet

İlk Covid-19 vakaları 2019 yılı Aralık ayında görülmüştür. İlk vakanın görülmesinden 2020 yılı Mart ayına gelindiğinde ülkemiz de dahil olmak üzere birçok Avrupa ülkesi ve Amerika kıtasına yayılmıştır. Yeni Koronavirüs dünya çapında yaygınlaştıkça ulusal sağlık politikalarına bağlı olarak farklı ülkelerde izolasyon süreçlerine ilişkin önlemler alınmaya başlanmış, birçok ülkede sosyal mesafeyi koruma ve ev ortamında bireysel izolasyon gibi uygulamaların hayata geçirilmesi ile yayılmanın önlenmesi hedeflenmiştir. Bu süreçten hassas gruplar içerisinde yer alan çocuk ve ergenlerin de etkilenmesi kaçınılmaz olmuştur. Pandeminin çocuklar üzerinde olumsuz psikososyal etkileri olduğu bildirilmiştir. Bu etkiler genel olarak okulların yüz yüze eğitime ara vermesi ve sosyal faaliyet alanlarının kapanmasıyla ilişkili olarak bireysel problemler, sosyal süreçler ve aile içi ilişkiler kapsamında meydana gelen psikososyal etkilenimlerden kaynaklanmıştır. Bu noktadan hareketle yazılan bu gözden geçirme çalışmasında, yaşanan pandemi sürecinin çocuklar üzerindeki olası ruhsal etkileri, ilgili alanyazın eşliğinde ele alınmıştır.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, çocukluk, ergenlik, ruh sağlığı

SENSITIVE GROUP IN THE PANDEMIC: CHILD AND ADOLESCENT MENTAL HEALTH

Abstract

The first Covid-19 cases were seen in December 2019. By March 2020, after the first case was seen, it spread to many European countries and the American continent, including our country. As the new coronavirus spread around the world, measures were taken regarding isolation processes in different countries depending on national health policies, and it was aimed to prevent the spread by implementing practices such as maintaining social distance and individual isolation in the home environment in many countries. It was inevitable that children and adolescents would also be affected by this process. It has been reported that the pandemic has negative psychosocial effects on children. These

effects were generally caused by the psychosocial influences that occurred within the scope of individual problems, social processes and family relations related to the suspension of face-to-face education in schools and the closure of social activity areas. In the present review study, which is written from this point of view, the possible psychosocial effects of the pandemic process on children were discussed in the light of the relevant literature.

Key Words: COVID-19, childhood, puberty, mental health

PRSB-86

TÜRKİYE'DE COVID-19 PANDEMİSİ SIRASINDA BİREYLERİN DEPRESYON, ANKSİYETE, STRES DÜZEYLERİ VE BAŞA ÇIKMA TARZLARININ BELİRLENMESİ: WEB TABANLI KESİTSEL BİR ARAŞTIRMA

***Hilal ALTUNDAL*[1], *Serpil TÜRKLEŞ*[2], *Mualla YILMAZ*[3]**
[1]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Mersin / Türkiye, E-Posta: hilalaltundal@mersin.edu.tr
[2]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Mersin / Türkiye, E-Posta: serpil33@mersin.edu.tr
[3]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Mersin / Türkiye, E-Posta: mualley69@gmail.com

Özet

Amaç: Bu araştırmada Türkiye'de COVID-19 Pandemisi Sırasında bireylerin depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ile başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Kesitsel tipte yapılan bu araştırma 26 Ağustos-30 Eylül 2020 tarihleri arasında Türkiye'de çevrimiçi anket ile yürütülmüş ve 483 birey katılmıştır. Araştırmada "Sosyodemografik Form", "Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği-21" ve "Başa Çıkma Tarzları Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler ile birlikte, Ki-kare analizi, ANOVA, Bağımsız Örneklemlerde T ve Scheffe testleri kullanılmıştır. Sağlık Bakanlığı, çalışmanın yapıldığı devlet hastanesi ve etik kurul onayları alınmıştır (Onay No: 26 Ağustos 2020/36). Ayrıca katılımcılardan yazılı onam alınmıştır.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalaması 26.91±7.82 olup, %72.7'si kadındır. Katılımcıların %51.3'ünün depresyon, %45.3'ünün kaygı ve %31.9'unun stres yaşadığı belirlendi. Bireylerin en çok kullandıkları baş etme mekanizmaları sırasıyla kendine güvenli, sosyal desteğe başvurma, iyimser, çaresiz ve boyun eğici yaklaşım olmuştur. Katılımcıların depresyon, anksiyete ve stres puan ortalamaları sırasıyla 5.46±4.45, 3.699±3.33 ve 6.01±4.12'dir. Katılımcıların başa çıkma tarzları alt boyut puan ortalamaları sırasıyla; kendine güvenli yaklaşım 12.67±4.87, çaresiz yaklaşım 9.52±4.76, boyun eğici yaklaşım 5.44±3.32, iyimser yaklaşım 8.07±3.42, sosyal desteğe başvurma yaklaşımı 6.36±2.40'dır. Katılımcıların yaşı ile depresyon, anksiyete ve stres alt ölçek puan ortalamaları arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Katılımcıların özgüvenli ve iyimser başa çıkma tarzları puan ortalamaları ile depresyon, kaygı ve stres puan

ortalamaları arasında negatif bir ilişki vardı. Katılımcıların çaresiz, boyun eğici ve sosyal destek arayan baş etme tarzları puan ortalamaları ile depresyon, kaygı ve stres puan ortalamaları arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak toplumun psikolojik dayanıklılığının güçlendirilmesi ve bu tür ruhsal hastalıklarda ruh sağlığı destek hizmetlerinin yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Depresyon, Anksiyete, Stres, Başa Çıkma Tarzı

DETERMINATION OF INDIVIDUALS DEPRESSION, ANXIETY, STRESS LEVELS AND COPING STYLES DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN TURKEY: A WEB-BASED CROSS-SECTIONAL STUDY

Abstract

Aim: This study aimed to determine the correlation between the coping styles and depression, anxiety, and stress levels of individuals during the COVID-19 Pandemic in Turkey.

Methods: This cross-sectional study was conducted between 26 August and 30 September 2020 in Turkey with an online questionnaire and 483 individuals participated. In the study, a "Socio-demographic Form", the "Depression, Anxiety and Stress Scale-21", and the "Coping Styles Scale" were used. Along with descriptive statistics, Chi-square analysis, ANOVA, Independent Samples T and Scheffe tests were used in the analysis of the data. Approvals were obtained from the Ministry of Health, the state hospital where the study was conducted, and the ethics committee (Approval No: 26 August 2020/36). In addition, written consent was obtained from the participants.

Results: The mean age of the participants is 26.91±7.82, 72.7% of them are women. It was found that 51.3% of the participants experienced depression, 45.3% had anxiety and 31.9% had stress. The most common coping mechanisms used by individuals are, respectively, self-confident, social support, optimistic, helpless and submissive approach. Depression, anxiety and stress mean scores of the participants are 5.46±4.45, 3.699±3.33 and 6.01±4.12, respectively. Participants' coping styles sub-dimension mean scores, respectively; self-confident approach is 12.67±4.87, helpless approach is 9.52±4.76, submissive approach is 5.44±3.32, optimistic approach is 8.07±3.42, approach to social support is 6.36±2.40. There was a negative correlation was found between the participants' age and their depression, anxiety, and stress subscale mean scores. There was a negative correlation between the participants' self-confident and optimistic coping styles mean scores and their depression, anxiety, and stress mean scores. There was a positive

correlation was found between the participants' helpless, submissive, and seeking social support coping styles mean scores and their depression, anxiety, and stress mean scores. ***Conclusion:*** As a result, it is recommended to strengthen the psychological resilience of the society and to expand mental health support services in such mental illnesses.
Keywords: COVID-19, Depression, Anxiety, Stress, Coping style

PRSB-87

TÜRKİYE'DE COVID-19 TANILI HASTALARA BAKIM VEREN HEMŞİRE VE HASTA ARASINDAKİ ETKİLEŞİM VE YAŞAM DENEYİMLERİ: KALİTATİF BİR İKİLİ YAKLAŞIM

Nuran DUDAKLI[1], Hilal ALTUNDAL[2], Serpil TÜRKLEŞ[3], Mualla YILMAZ[4]

[1]Mersin Şehir Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri Servisi, Mersin / Türkiye, E-Posta: nurandudakli@gmail.com

[2]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Mersin / Türkiye, E-Posta: hilalaltundal@mersin.edu.tr

[3]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Mersin / Türkiye, E-Posta: serpil33@mersin.edu.tr

[4]Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Mersin / Türkiye, E-Posta: mualley69@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışmada Türkiye'de COVID-19 hastaları ile onlara bakım veren hemşireler arasındaki etkileşimi ve yaşam deneyimlerini keşfetmek amaçlanmaktadır.

Yöntem: Çalışma ikili kalitatif tasarımdadır. Araştırma evrenini Mersin ilinde bir devlet hastanesinin COVID-19 servisinde yatan hastalar ve onlara bakım veren hemşireler oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini amaçlı örnekleme yoluyla seçilen COVID-19 tanısı almış 12 hasta ve onlara bakım veren 12 hemşire oluşturmuştur. Veriler "Kişisel Bilgi Formları (Hasta/Hemşire)" ve "Yarı Yapılandırılmış Bireysel Derinlemesine Görüşme Formları (Hasta/Hemşire)" kullanılarak Aralık 2020'de toplanmış ve tümevarımsal içerik analizi ile MAXQDA 20.0 programında analiz edilmiştir. Sağlık Bakanlığı, çalışmanın yapıldığı devlet hastanesi ve etik kurul onayları alınmıştır (Onay No:23.12.2020/25/783). Ayrıca katılımcıların sözlü onam verdikleri ses kayıtları kaydedilmiştir.

Bulgular: Hastaların ve hemşirelerin yaş ortalamaları sırasıyla 48.41±11.05 ve 35.91±7.56'dır. 12 hastanın dördü kadın, sekizi erkek, 12 hemşireden 10'u kadın, ikisi erkektir. COVID-19 tanısından sonra geçen ortalama süre 19.33±9.98 gün, hastanede kalış süresi ortalama 11.75±10.93 gündür. Hemşirelerin COVID-19 hastalarına ortalama bakım verme süresi 4.45±2.11 gün iken; bir COVID-19 hastasıyla 24 saatlik nöbette geçirdikleri süre 7.50±3.34 saattir. İçerik analizi sonucunda dört ana tema öne çıkmıştır: yaşam değişiklikleri, pandemi yolculuğu, birlikte güçlenme, yeni ufuklar.

Sonuç: Hasta ve hemşireler hastane ortamına bağlı olarak sosyal ve ruhsal yaşam değişiklikleri yaşamışlardır. Hasta ve hemşireler bu süreci bazı duygu ve deneyimlerin

yaşandığı bir yolculuk olarak tanımlamışlardır. Ayrıca katılımcılar bu zorlu süreçte iletişim-güven ve karşılıklı öğrenme ile birlikte güçlendiklerini vurguladılar. Son olarak hem hastalar hem de hemşireler olumlu bakış açısı ve baş etme becerileri gibi yeni ufuklar kazandıklarını belirtmişlerdir. Pandemi sürecinde, hem COVID-19 tanılı hastalar hem de onlara bakım veren hemşirelerin ruh sağlıklarını koruma ve psikolojik sağlamlıklarını arttırmalarını sağlayacak travma sonrası büyümelerini destekleyecek müdahale programlarının oluşturulması önerilmektedir.
Anahtar Kelimeler: Hasta, Hemşirelik, Kalitatif metodoloji, Koronavirüs Hastalığı-19 (COVID-19)

THE INTERACTION AND LIFE EXPERIENCES BETWEEN THE PATIENT AND THE NURSE CARING FOR THE PATIENT WITH COVID-19 IN TURKEY: A QUALITATIVE DYADIC APPROACH

Abstract

Aim: This study, it is aimed to discover the interaction and life experiences between patients diagnosed with COVID-19 and the nurses who provided care for them in Turkey.

Methods: The study is in diyadic qualitative design. The research population consists of patients hospitalized in the COVID-19 service of a state hospital in Mersin and the nurses who care for them. The research sample consisted of 12 patients diagnosed with COVID-19 and 12 nurses caring for them, selected through purposeful sampling. Data were collected in December 2020 using "Personal Information Forms (Patient/Nurse)" and "Semi-structured Individual In-depth Interview Forms (Patient/Nurse)" and analyzed in the MAXQDA 20.0 program with inductive content analysis. Approvals were obtained from the Ministry of Health, the state hospital where the study was conducted, and the ethics committee (Approval No: 2020/25/783). In addition, audio recordings of the participants giving their verbal consent were recorded.

Results: The mean ages of the patients and nurses were 48.41±11.05 and 35.91±7.56, respectively. Four of the 12 patients were women, eight were men, and 10 of the 12 nurses were women and two were men. The mean time passed after the diagnosis of COVID-19 was 19.33±9.98 days, and the mean hospital stay was 11.75±10.93 days. While the mean duration of care for COVID-19 patients by nurses was 4.45±2.11 days; the time they spent on a 24-hour shift with a COVID-19 patient was 7.50±3.34 hours. As a result of the

content analysis, four main themes came forward: life change, pandemic journey, getting strong together, new horizons.

Conclusion: Patients and nurses have experienced social and mental life changes depending on the hospital environment. Patients and nurses defined this process as a journey in which some emotions and experiences are experienced. In addition, the participants emphasized that they became stronger with communication-trust and mutual learning during this difficult process. Finally, both patients and nurses stated that they gained new horizons such as positive perspective and coping skills. During the pandemic process, it is recommended to establish intervention programs that will support the post-traumatic growth of both patients with COVID-19 and the nurses who care for them, which will enable them to protect their mental health and increase their psychological resilience.

Keywords: Patient, Nursing, Qualitative methodology, Coronavirus Disease-19 (COVID-19)

PRSB-88

PANDEMİ DÖNEMİNDE SAĞLIK ÇALIŞANLARININ ANKSİYETE VE DEPRESYON DÜZEYİNİN AZALTILMASI: KİŞİSEL KORUYUCU EKİPMAN KULLANIMI

Fatma Yekta ÜRKMEZ[1]

[1] Kırıkkale Yüksek İhtisas Hastanesi, Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Kliniği, Kırıkkale/ Türkiye E-Posta: fatmayektaurkmez@gmail.com

Özet

Coronavirus Hastalığı 2019 (COVID-19), 2019 yılının sonunda ortaya çıkmış ve tüm dünyaya yayılarak pandemiye neden olmuştur. Sağlık çalışanları pandemiden fiziksel ve mental olarak oldukça fazla etkilenmiştir. Normal populasyonun sahip olduğu stres faktörlerinin yanı sıra sağlık çalışanları, mesleki stres faktörleriyle de karşı karşıya kalmıştır. İş yükü fazlalığı, enfeksiyon riskinin yüksek olması, kendi sağlıkları ve ailelerinin sağlığı için endişe etmeleri nedeniyle sağlık çalışanlarında anksiyete ve depresyon sık görülmüştür. Yapılan çalışmalarda, sağlık çalışanlarında %20-23 anksiyete ve %23-50 depresyon bildirilmiştir. Ülkemizden yapılan bir çalışmadaysa bu sayılar çok daha yüksek bulunmuş; sağlık çalışanlarında anksiyete ve depresyon oranları sırasıyla %60 ve %78 olarak raporlanmıştır. Literatürdeki çalışmalarda; kadınlar, hemşireler, yalnız yaşayanlar, ekonomik sorunları olanlar, 18-25 yaş arasındakiler, meslekte 10 yıldan daha az süredir bulunanlar, hastanede ön pozisyonda çalışanlar, daha önceden psikiyatrik hastalığı olanlar ve kişisel koruyucu ekipman (KKE) yetersizliği olanlarda anksiyete ve depresyon sıklığının daha fazla olduğu bildirilmiştir. Bu faktörler ayrı ayrı değerlendirildiğinde KKE yetersizliğinin düzeltilebilir bir risk faktörü olduğu göze çarpmaktadır ve bu nedenle ayrıca önem verilmesi gerektiği düşünülmektedir. Literatürdeki bir çalışmada; sağlık çalışanları mental sağlıklarının korunması için profesyonel destekten ziyade yeterli KKE'ye ihtiyaç duyduklarını belirtmişlerdir. Ülkemizde yapılan başka bir çalışmada ise KKE kullanımı ile anksiyete ve depresyon düzeyi arasında bazı açılardan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan çalışmalarda; daha önceki salgın deneyimlerinden (örn. SARS epidemisi) de yola çıkarak; koruyucu tedbirlerin artmasıyla anksiyete düzeyinin azaldığı belirlenmiştir. Bu nedenle yeterli KKE sağlanması ve kullanılması; COVID-19 pandemisi sırasında fiziksel sağlığın korunmasında büyük bir rol oynadığı gibi mental sağlığın korunması ve sağlık çalışanlarının etkileniminin en aza indirilmesinde oldukça önemlidir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, sağlık personeli, anksiyete, depresyon, kişisel koruyucu ekipman

REDUCING THE ANXIETY AND DEPRESSION LEVEL OF HEALTHCARE WORKERS DURING THE PANDEMIC: USE OF PERSONAL PROTECTIVE EQUIPMENT

Abstract

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) emerged at the end of 2019 and caused a pandemic. Healthcare workers (HCWs) have been affected by the pandemic, both physically and mentally. In addition to the stress factors of the normal population, HCWs also faced occupational stress factors. Anxiety and depression were common among HCWs due to overwork, high risk of infection, concern for the health of their families and themselves. Studies have reported 20-23% anxiety and 23-50% depression. In a study from our country, these numbers were found to be much higher; anxiety and depression rates were reported as 60% and 78%, respectively. According to the studies; the frequency of anxiety and depression is higher in female, nursing, living alone, presence of economic problems, 18-25 years of age, less than 10 years in the profession, working at the frontline position, inadequacy of personal protective equipment (PPE). When these factors are evaluated separately, it's observed that PPE insufficiency is a correctable risk factor. Therefore it's thought that additional attention should be paid. In a study; HCWs stated that they needed adequate PPE rather than professional support for their mental health. In another study conducted in our country, a significant relationship was found between the use of PPE and the level of anxiety and depression in some respects. According to previous epidemic experiences (eg: SARS epidemic), the level of anxiety decreases with the increase of protective measures. Therefore, providing and using adequate PPE is very important in protecting mental health of HCWs during the pandemic.

Key Words: COVID-19, healthcare workers (HCWs), anxiety, depression, personal protective equipment (PPE)

PRSB-89

COVID-19 PANDEMİSİNİN YARATTIĞI YENİ BİR KAVRAM: ZOOM YORGUNLUĞU

Meltem MERİÇ
Lokman Hekim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Ankara/Türkiye meltem.meric@lokmanhekim.edu.tr

Özet

Dünya Sağlık Örgütünün 2020 yılı mart ayında Covid-19'u bir pandemi olarak ilan etmesiyle birlikte kısıtlamaların başlaması, sosyal izolasyon ve karantina gibi süreçler rutin aktivitelerin uzaktan yürütülmeye başlanmasına neden olmuştur. Böylece teknoloji kullanımı ve dolayısıyla da çevirim içi video görüşmelerin sayısı hızlı bir artış göstermiştir. 2021 yılı Şubat ayında Jeremy N. Bailenson yayınladığı makalesinde "zoom yorgunluğu" olarak tanımladığı bir kavram ile online görüşmelerin psikolojik etkilerini ortaya koymuştur. Zoom yorgunluğunun sebepleri arasında, 4 temel unsur göze çarpmaktadır. Bunların ilki online yer alınan bir toplantıda sadece dinleyici olmakla bile aşırı derecede uzun ve yorucu göz temasına maruz kalındığıdır. İkincisi, görüntülü sohbetler sırasında, kendinizi sürekli ve gerçek zamanlı olarak görmenin yarattığı yorgunluktur. Görüşme sırasında küçük bir ekranda kendi görüntünü görmek, çoğu zaman sürekli aynaya bakıyor gibi hissettirmektedir. Bu nedenle, kişiler üzerinde nasıl göründüğü konusunda bir endişe ve stres yaratmaktadır. Zoom yorgunluğunun bir diğer sebebi olarak, görüntülü görüşmelerin, olağan hareketliliğimizi önemli ölçüde azalttığıdır. Çoğu zaman kameranın belirli bir görüş alanı olması ve o alan içinde uzun süre oturmak zorunda kalmak hareketi sınırlandırmaktadır. Tanımlanan sonuncu etki ise, görüntülü görüşmelerde bilişsel yükün çok daha fazla olmasıdır. Örneğin yüz yüze etkileşimde konuşulmasa bile birçok duygu ve düşünce ifadesini jest ve mimiklerimizle kolaylıkla anlatabiliyorken; online ortamda bunun için ekstra bir çaba sarf etmemiz gerekebilmektedir. Teknoloji bir yandan sonsuz bir rahatlık sunsa da kişisel alanlarımızın sınırlarını zorladığı da bir gerçektir. Tüm bu etkiler değerlendirildiğinde, online video görüşmelerin doğurabileceği psikolojik sonuçların farkında olunması ve bu konuda üretilecek çözüm önerilerine ihtiyaç duyulduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

Anahtar Kelimeler: *covid-19, pandemi, zoom yorgunluğu*

A NEW CONCEPT INTRODUCED BY THE COVID-19 PANDEMIC: ZOOM FATIGUE

Abstract:

With the World Health Organization's declaration of Covid-19 as a pandemic in March 2020, the initiation of restrictions, processes such as social isolation and quarantine caused routine activities to be carried out distantly. Thus, the use of technology and therefore the number of online video calls has increased rapidly. Jeremy N. Bailenson introduced the concept he defined as "zoom fatigue" in his study published in February 2021, in which he revealed the psychological effects of online interviews. Four basic elements stand out among the causes of Zoom fatigue. The first of these reasons is the exposure to excessively long and tiring eye contact, even just by being the audience in an online meeting. The second effect is the fatigue of constantly seeing yourself in real-time during video chats. Seeing your own image on a small screen during an interview often makes you feel like you're constantly looking in a mirror. Therefore, it creates anxiety and stress about physical appearance. Another reason for Zoom fatigue is that video calls significantly reduce our usual mobility. Having to sit in a certain field of view of the camera for long time also reduced mobility. The last defined effect is that the cognitive load is much higher in video calls. While many expressions of emotions and thoughts can be expressed with gestures and facial expressions even if it is not spoken in face-to-face interaction, an extra effort may be needed for the same expressions in the online environment. Although technology offers endless comfort, it is a fact that it pushes the limits of our personal spaces. In the light of all this, it should be taken into account that awareness of the possible psychological consequences of online video interviews and the need for solutions to be produced in this regard.

Key Words: *covid-19, pandemic, zoom fatigue*

PRSB-90

HEMŞİRELERİN KORONAVİRÜS ANKSİYETE DÜZEYLERİNİN VE ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEĞİN BELİRLENMESİ

Sevda EFİL[1], Sevda TÜREN[2]

[1]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çanakkale / Türkiye, E-Posta: sevda_efil@hotmail.com

[2]İstanbul Kültür Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta: sevdamercanhm@hotmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma, pandemi döneminde aktif olarak yer alan hemşirelerin koronavirüs anksiyete düzeyleri ile algıladıkları sosyal desteği değerlendirmek ve aralarındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma tanımlayıcı, ilişki arayıcı, kesitsel ve çok merkezli bir tasarımda yürütüldü. Araştırma için etik Kurul izni ve T.C. Sağlık Bakanlığı'dan izin alındı. Katılımcılar aynı zamanda çalışma hakkında yazılı olarak bilgilendirilmiş olup, onamları alındı. Veriler Mayıs 2021 tarihinde, çevirim içi Google anket formu ile toplandı. Verilerin toplanmasında "Veri Toplama Formu", "Koronavirüs Anksiyete Ölçeği (CAS)" ve "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (MPSS)" kullanıldı.

Bulgular: Araştırmaya 271 hemşire dahil edildi. Hemşirelerin %83'ü kadın ve %74,9'u lisans mezunuydu. Hemşirelerin CAS puan ortalaması 3,39±4,12 (min.0-max.20) iken, MPSS toplam puan ortalaması 62,58±14,71 (min.21-max.84) olarak belirlendi. Yapılan analizlerde hemşirelerin yaş, hemşirelik deneyim süresi, cinsiyet, medeni durum, yalnız yaşama ve çocuk sahibi olma özelliklerinin MPSS puanları ile ilişkili olduğu bulunurken; sürekli gece çalışma ve psikolojik destek alma durumlarının CAS puanları ile istatistiksel olarak anlamda düzeyde ilişkili olduğu saptandı ($p<0.05$). Ayrıca, CAS puanı ile hem MPSS toplam puanı hem de MPSS alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde korelasyon izlenmedi.

Sonuç: Hemşirelerin koronovirüs anksiyete düzeyleri ile algıladıkları sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptandı. Koronavirüs ile ilişkili anksiyete düzeylerinin düşük, algıladıkları sosyal destek düzeylerinin ise iyi seviyede olduğu belirlendi.

Anahtar Kelimeler: Hemşire, COVID-19 pandemisi, anksiyete, algılanan sosyal destek

EVALUATION OF CORONAVIRUS ANXIETY LEVELS AND THE PERCEIVED SOCIAL SUPPORT OF THE NURSES

Abstract

Aim: This study was aimed to evaluate the coronavirus anxiety levels of nurses who were actively involved in the pandemic period and the social support they perceived and to examine the relationship between them.

Methods: The research was conducted in a descriptive, correlational, cross-sectional and multicenter design. Ethics Committee approval and Ministry of Health Permission was obtained the for the research. Written consent was obtained from the participants. Data were collected in May 2021 with the Google online survey form. "Data Gathering Form", "Coronavirus Anxiety Scale (CAS)" and "Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MPSS)" were used to collect data.

Results: 271 nurses were included in the study. 83% of the nurses were female and 74.9% had a bachelor's degree. While the nurses' mean CAS score was 3.39±4.12 (min.0-max.20), the mean MPSS total score was 62.58±14.71 (min.21-max.84). It was found that the age, duration of nursing experience, gender, marital status, living alone and having a child were associated with MPSS scores; it was determined that the status of working at night and receiving psychological support were statistically significantly correlated with CAS scores ($p<0.05$). In addition, no statistically significant correlation was observed between the CAS score and both the MPSS total score and the MPSS subscale scores.

Conclusion: It was determined that there was no significant relationship between the coronovirus anxiety levels of the nurses and the social support they perceived. Their anxiety levels related to the coronavirus were low and their perceived social support levels were good.

Key Words: Nurse; COVID-19 pandemic; anxiety; perceived social support.

PRSB-93

COVID 19 SÜRECİNDEKİ YAŞLI BİREYLERİN DAMGALANMA VE ANKSİYETEYE YÖNELİK DENEYİMLERİ

Nuray ŞİMŞEK[1], Eda ALBAYRAK[2], Yurdagül SELVİ[3], Neslihan Gülşah İZGİ[4], Oktay BEKTAŞ[5]

[1:] Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Akademisyen, Kayseri / Türkiye, E-Posta: nuraysimsek@erciyes.edu.tr

[2:] Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Akademisyen, Kayseri / Türkiye, E-Posta: eda.albayrak@erciyes.edu.tr

[3:] Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Doktora Öğrencisi, Kayseri / Türkiye, E-Posta: yurdagulselvi@gmail.com

[4:] Kayseri Develi Hatice-Muammer Kocatürk Devlet Hastanesi, Hemşire, Kayseri / Türkiye, E-Posta: nghancer@hotmail.com

[5:] Erciyes Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Matematik ve Fen Bilimleri Eğitimi, Akademisyen, Kayseri / Türkiye, E-Posta: obektas@erciyes.edu.tr

Özet

Amaç: Çalışmanın amacı COVID 19 pandemi sürecinde yaşlı bireylerin damgalanma ve anksiyeteye ilişkin yaşadıkları deneyimleri araştırmaktır.

Yöntem: Bu çalışma nitel yöntem ve fenomenoloji deseniyle yürütülen bir çalışmadır. Ölçüt örneklem yoluyla seçilen 10 yaşlı bireyin doküman ve görüşme verileri betimsel analiz ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Bulgular bir tema, yedi kategori ve kırk sekiz koddan oluşmaktadır. Katılımcılar, pandemi sürecinin anksiyeteye neden olduğunu ve bu süreçte damgalanmış hissettiklerini vurgulamıştır. Katılımcılar, COVID 19 hastalığının öldürücülüğünün ve bulaş oranının yüksek oluşunun kendilerinde ansiyeteye neden olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca yaşlılara yönelik alınan kısıtlayıcı önlemlerin kendilerini hastalık kaynağı gibi hissettirdiğini ve bunun da kendilerini damgalanmış hissetmelerine sebep olduğunu ifade etmişlerdir.

Sonuç ve Öneriler: Katılımcıların bu süreçte anksiyete ve damgalanmış hislerinin yüksek olduğu görülmüştür. Anksiyeteyle baş etmeye yönelik olarak virüsten korunma yöntemleri olan maske, mesafe ve hijyen kurallarına dikkat ettikleri ve maneviyata yönelimlerinin olduğunu ifade etmişlerdir. Ancak bu süreçte yaşadıkları anksiyete ve damgalanmışlık hisleriyle ilgili kendi yakınları ya da sağlık çalışanlarıyla paylaşma ve yardım almaya yönelik herhangi bir ifadeleri olmamıştır. Buna göre, yaşlı bireylerle

çalışan sağlık çalışanlarının bu bireylerin duygularını paylaşmalarını teşvik etmelerinin yararlı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca, sağlık çalışanları damgalanmayı önlemeye yönelik COVID 19 süreci ve alınan önlemlerle ilgili toplumu bilinçlendirici faaliyetlerde yer almalıdır.
Anahtar Kelimeler: COVID 19, pandemi, anksiyete, damgalanma, yaşlı

THE EXPERIENCES OF ELDERLY INDIVIDUALS IN STAGMING AND ANXIETY DURING COVID 19 PROCESS

Abstract

Aim: The aim of the study is to investigate the experiences of elderly individuals regarding stigma and anxiety during the COVID 19 pandemic process.

Methods: This study is a study conducted with qualitative method and phenomenology pattern. Documentation and interview data of 10 elderly individuals selected through criterion sampling were analyzed by descriptive analysis.

Results: Findings consist of one theme, seven categories and forty eight codes. Participants emphasized that the pandemic process caused anxiety and they felt stigmatized in this process. Participants stated that the fatality and high transmission rate of COVID 19 caused them to be alarmed. In addition, they stated that the restrictive measures taken for the elderly made them feel like a source of illness and this made them feel stigmatized.

Conclusion and Suggestions: It was observed that the anxiety and stigmatized feelings of the participants were high in this process. They stated that they pay attention to masks, distance and hygiene rules, which are methods of protection from antivirus, and that they have a spiritual orientation to cope with anxiety. However, they did not make any statements about their feelings of anxiety and stigmatization they experienced during this process with their relatives or healthcare professionals and to get help. Accordingly, it is thought that it would be beneficial for healthcare professionals working with elderly people to encourage these individuals to share their feelings. In addition, healthcare professionals should be involved in awareness-raising activities regarding the COVID 19 process and measures taken to prevent stigmatization.

Keywords: COVID 19, pandemic, anxiety, stigma, elderly

PRSB-95

KOVİD 19 PANDEMİ SÜRECİNDE YOĞUN BAKIM VE ACİL HEMŞİRELERİ

Berrin PAZAR

Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara / Türkiye,

E-Posta:berrin.pazar@lokmanhekim.edu.tr

Özet

Sağlık çalışanları, özellikle yoğun bakım ve acil ünitelerinde çalışan hemşireler kovid 19 salgını sırasında büyük zorluklarla karşılaşmışlardır. Yapılan çalışmalarda yoğun bakım ve acil ünitelerinde çalışan hemşirelerin, enfekte olma ve beraber yaşadıkları kişileri enfekte etme korkusu nedeniyle kendilerini güvensiz hissetme, mekanik ventilasyona bağlı hasta sayısının fazla olması gibi nedenlerle aşırı iş yükü, uzun saatler, vardiyalı görevler, hızlı tempolu ve yüksek riskli bir ortamda çalışmaktan dolayı sıklıkla büyük psikolojik baskı ile karşı karşıya kaldıkları belirlenmiştir. Fiziksel ve duygusal olarak bu kadar zorlayıcı bir durumda çalışan hemşirelerin sıklıkla yorgunluk, fiziksel ve zihinsel tükenme ve duygusal kopukluk yaşamalarına bağlı anksiyete, depresyon, uyku bozuklukları yaşayabilecekleri tespit edilmiştir. Ayrıca, pandemi sürecinde dinlenmeye ve vardiya arasında molalara izin verilmemesinin, yöneticileriyle olan iletişim bozukluğunun da yorgunluk ve uykusuzluğa neden olduğu da belirlenmiştir. Bu durum işyerinde moral bozukluğuna, devamsızlığa, ilgisizliğe ve hasta memnuniyetsizliğine yol açan kötü iş performansına yol açabilir. Bu nedenle, yoğun bakım ve acil ünitelerinde bakım süresinin kısaltılması, temel ihtiyaçlar için molalar oluşturulması, açık ve kesin talimatlar içeren bakım için uygulama kılavuzların geliştirilmesi, hemşirelere psiko-duygusal destek sağlamayı amaçlayan müdahalelerin sürdürülmesi tavsiye edilmektedir. Sağlık yetkilileri tarafından, destek ihtiyacı olan personelin saptanmasını hedefleyen taramaların düzenlenmesi ve zamanında finansal destek, çevrimiçi psikolojik danışmanlık sağlayıcı tedbirler geliştirilmesi önem kazanmaktadır. Ayrıca hemşireler ile bakım yöneticileri arasındaki etkili iletişim, kriz zamanlarında etkin bakım yönetimi sağlamanın anahtarıdır. Kriz sırasında ön saflarda çalışan hemşirelerin ruh sağlığına özen gösterilmesine yönelik girişimlerin gelecekte salgın olması durumunda zaman içinde sürdürülmesi önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Kovid 19, Yoğun bakım hemşiresi, acil ünitesi hemşiresi

INTENSIVE CARE AND EMERGENCY NURSE DURING THE COVID 19 PANDEMIC

Abstract

Health workers, especially nurses working in intensive care and emergency units, faced great difficulties during the covid 19 epidemic. In the studies conducted, nurses working in intensive care and emergency units felt unsafe due to the fear of being infected and infecting the people they live with, excessive workload, long hours, shift duties, working in a fast-paced and high-risk environment. It has been determined that they often face great psychological pressure due to working. It has been determined that nurses who work in such a physically and emotionally challenging situation may experience anxiety, depression and sleep disorders due to fatigue, physical and mental exhaustion and emotional disconnection. In addition, it has been determined that not allowing rest and breaks between shifts during the pandemic process and the communication disorder with their managers cause fatigue and insomnia. This can lead to poor job performance leading to workplace demoralization, absenteeism, apathy and patient dissatisfaction. For this reason, it is recommended to shorten the duration of care in intensive care and emergency units, to create breaks for basic needs, to develop practice guidelines for care with clear and precise instructions, and to continue interventions aimed at providing psycho-emotional support to nurses. It is important to organize screenings aimed at identifying personnel in need of support and to develop measures to provide timely financial support and online psychological counseling by the health authorities. In addition, effective communication between nurses and care managers is the key to providing effective care management in times of crisis. It is recommended that initiatives to take care of the mental health of nurses working on the front lines during the crisis should be continued over time in case of an epidemic in the future.

Keywords: Covid 19, Intensive care nurse, emergency unit nurse

PRSB-96

COVİD-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE OBSESİF-KOMPULSİF BOZUKLUK (OKB) HASTALARININ DURUMU

Fatma Tuygar Okutucu

Atatürk Üniversitesi, Tıp Fakültesi Psikiyatri AD, Erzurum / Türkiye,
E-Posta:fokutucu.tuygar@atauni.edu.tr

Özet

Amaç: COVID-19 pandemisinin yetişkinlerde Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) üzerindeki etkisini ele alan Mart 2020-Haziran 2021 tarihleri arasında yayınlanan tüm ampirik katkıları gözden geçirmek.

Yöntem: Literatür taraması PubMed, Google Scholar ve Web of Science kullanılarak yapıldı. Bu derleme, OKB'li yetişkinlerden oluşan klinik popülasyonlara odaklanan Mart 2020 ile Haziran 2021 arasındaki tüm çalışmaları analiz etti.

***Bulgular*:** Toplam 543 makale tarandı ve 67 tam metin makale belirlendi. Review, yorum, editöre mektup, vaka bildirimi niteliğindeki veriler değerlendirmeye alınmadı. Sadece çocuk ve ergen yaş grubunu içeren iki çalışma dışlandı. Yakından incelendiğinde, 42 makalenin çalışmaya dahil edilme kriterlerini karşıladığı belirlendi. Bunlardan 33'ünün çalışma için uygunluğu konusunda karar verildi. Sonuçların analizi, COVID-19'un yetişkinlerde OKB üzerinde bir etkisi olduğunu ve kontaminasyon/yıkamanın yanısıra zarar sorumluluğu, kabul edilemez düşünceler ve simetri gibi özelliklerin semptomların alevlenmesini etkilediği belirlendi. 12 çalışma, obsesif-kompulsif semptomların şiddetinde bir artış gösterdi; iki çalışmada belirgin bir kötüleşme bildirilmezken, bir çalışmada tedavi ve takip ile iyileşme bildirilmişti. Bazı çalışmalar sosyodemografik özellikler ve alt tiplerle ilgili sonuçlarda artma-azalma arasında değişikenlik bildirirken, COVID-19 kaygısını OKB ile ilişkili bulmayanlar da vardı. 2 çalışma komorbid durumlarla ilişkili olarak intihar riski üzerinde durdu. Gebeler gibi özel gruplarla yapılan çalışmalar da mevcuttu.

Tartışma: Sonuçlar tartışmalıdır. Mevcut veriler OKB semptomlarında kötüleşme yönünde daha çok bilgi içeriyor olmakla birlikte, tedavi altındaki hastaların durumu ile ilgili veriler azdır. İzlem neticelerini değerlendiren yeterli çalışma yoktur. Sosyodemografik özellikler, alt tipler, komorbid durumlar, tedavi ve destekler gibi etkileyici faktörler yeterince ele alınmamış gibi gözükmektedir.

Anahtar Kelimeler: Anlatı incelemesi, COVID-19, kontaminasyon, OKB, obsesif-kompulsif belirtiler, yetişkinler, zarar sorumluluğu

STATUS OF PATIENTS WITH OBSESSIVE-COMPULSIVE DISORDER (OCD) DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: To review all empirical contributions published between March 2020 and June 2021 addressing the impact of the COVID-19 pandemic on Obsessive Compulsive Disorder (OCD) in adults.

Method: Literature search was done using PubMed, Google Scholar and Web of Science. This review analyzed all studies from March 2020 to June 2021 focused on clinical populations of adults with OCD.

Results: A total of 543 articles were scanned and 67 full-text articles were identified. Data such as reviews, comments, letters to the editor, case reports were not evaluated. Two studies involving only child and adolescent age groups were excluded. Upon closer examination, it was determined that 42 articles met the inclusion criteria. Of these, 33 were decided on their suitability for our study. Analysis of the results determined that COVID-19 has an impact on OCD in adults, and characteristics such as liability for harm, unacceptable thoughts and symmetry influence the exacerbation of symptoms as well as contamination and washing. 12 studies showed an increase in the severity of obsessive-compulsive symptoms; two studies reported no significant worsening, while one study reported improvement with treatment and follow-up. While some studies reported increased-decreased variation in outcomes related to sociodemographic characteristics and subtypes, there were also those who did not find COVID-19 anxiety related to OCD. 2 studies focused on the risk of suicide in relation to comorbid conditions. There were also studies conducted with special groups such as pregnant women.

Conclusion: The results are controversial. While available data contain more information on worsening of OCD symptoms, data on the status of patients under treatment are scarce. There are not enough studies evaluating follow-up results. Influencing factors such as sociodemographic characteristics, subtypes, comorbid conditions, treatment and support do not seem to have been adequately addressed.

Keywords: adults, contamination, COVID-19, obsessive-compulsive symptoms, OCD, liability for harm, narrative review

PRSB-97

HEMŞİRELERDE KORONAVİRÜS SALGINI KAYNAKLI, ANKSİYETE, OBSESYON VE İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLERİN İNCELENMESİ

Sümeyra DEMİRELİ [1], Hatice DURMAZ[2]
[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye,
E-posta:sumeyraademirelii@gmail.com
[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye,
E-posta:haticedurmaz_25@hotmail.com

Özet

Amaç: Araştırma hemşirelerde Koronavirüs salgını kaynaklı, anksiyete, obsesyon ve ilişkili değişkenlerin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmanın evrenini, 15 Mayıs- 30 Eylül 2020 tarihleri arasında Bayburt Devlet Hastanesi'nde çalışan tüm hemşireler (N=180) oluşturmuştur. Belirtilen tarihler arasında araştırmaya alınma kriterlerini taşıyan ve gönüllü olarak araştırmaya katılmayı kabul eden 111 hemşire araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Pandemi nedeniyle yoğun bakım kliniklerinin çalışmaya dahil edilmesine kurum tarafından izin verilmemiştir. Araştırmada Sosyodemografik Veri Formu, Süreklilik Kaygı Ölçeği ve Obsesif İnanışlar Ölçeği kullanılmıştır. Verileri analiz etmek için SPSS 20 programı kullanılmış ve frekans analizlerinin yanı sıra bağımsız gruplarda t testi, çoklu grupların karşılaştırılmasında varyans analizi ve ilişkisel çıkarımlarda Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır.

Bulgular: Hemşirelerin Obsesif İnanışlar Ölçeği-44 toplam puan ortalaması 170.82±42.28; Süreklilik Kaygı Ölçeği toplam puan ortalaması ise 42.68 ± 8.20 bulunmuştur. Süreklilik Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Obsesif İnanışlar Ölçeği-44 toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Ayrıca Obsesif İnanışlar Ölçeği'nin alt boyutları olan Abartılı Sorumluluk, Mükemmelliyetçilik ve Düşüncelerin Kontrolü alt boyut puanları ile Sürekli Kaygı Ölçeği toplam puanı arasında da pozitif yönlü anlamlı ilişki elde edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Çalışmaya katılan hemşirelerde Koronavirüs salgını kaynaklı obsesif inanış düzeyinin orta seviyede olduğu saptanmıştır. Yine aynı şekilde hemşirelerin kaygı düzeyleri de orta seviyede bulunmuştur. Hemşirelerde anksiyete arttıkça obsesif inanışlarda artmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Anksiyete, hemşirelik, obsesyon, salgın

INVESTIGATION OF ANXIETY, OBSESSION AND RELATED VARIABLES CAUSED BY CORONAVIRUS OUTBREAK IN NURSES

Abstract

Aim: The study was conducted to examine anxiety, obsession and related variables in nurses caused by the Coronavirus Outbreak.

Material and Method: The universe of the study was formed by all the nurses (N = 180) working in Bayburt Public Hospital between 15 May and 30 September 2020. The sample of the study consisted of 111 nurses who met the criteria of being included in the study and accepted to participate in the study voluntarily between the specified dates. Intensive care clinics were not allowed to be included in the study due to the pandemic. Sociodemographic Data Form, Continuity Anxiety Scale and Obsessive Beliefs Scale were used in the study. SPSS 20 program was used to analyze the data, and besides frequency analysis, t test in independent groups, analysis of variance in comparison of multiple groups and Pearson Correlation analysis in relational inferences were performed.

Results: Nurses' The total score average of Obsessive Beliefs Scale-44 was found to be 170.82 ± 42.28; The total score average of the Continuity Anxiety Scale was found to be 42.68 ± 8.20. A statistically significant and positive correlation was found between the total score of the Continuity Anxiety Scale and the total score of the Obsessive Beliefs Scale-44 ($p < 0.05$). In addition, a positive significant relationship was obtained between the subscale scores of Exaggerated Responsibility, Perfectionism and Control of Thoughts, which are the sub-dimensions of the Obsessive Beliefs Scale, and the total score of the Trait Anxiety Scale ($p < 0.05$).

Conclusion: It was found that the level of obsessive beliefs due to the coronavirus epidemic was moderate in the nurses participating in the study. Likewise, the anxiety levels of nurses were also found to be moderate. As anxiety increases in nurses, obsessive beliefs increase.

Key Words: Anxiety, nursing, obsession, outbreak

PRSB-99

HASTANE ÖNCESİ ACİL SAĞLIK ÇALIŞANLARININ YAŞADIĞI COVİD 19 FOBİSİ VE İŞTEN AYRILMA NİYETİNİN BELİRLENMESİ

Esma Ayşe ÖZTÜRK[1], Zuhal KAYA[2], Latif DURAN[3]

[1]Sağlık Bakanlığı, Acil Sağlık Hizmetleri Bölümü, Ordu/Türkiye, esmaayseozturk@hotmail.com

[2]Sağlık Bakanlığı, Acil Sağlık Hizmetleri Bölümü , Afyon/ Türkiye, zuhaldeu@yahoo.com

[3]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Samsun/Türkiye, mdlduran@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma, hastane öncesi acil sağlık çalışanlarının Covıd -19 pandemisinde yaşadığı Covid 19 korkusunu ve buna bağlı işten ayrılma niyetinin incelenmesiyle onu etkileyen faktörlerin belirlenmesini amaçlamaktadır.

Yöntem: Araştırmanın evrenini, Türkiye'nin Afyon ilinde çalışan hastane öncesi acil sağlık çalışanları (Paramedik, A.T.T, hemşire, doktor) oluşturmaktadır. Bu araştırma, gerekli izin ve onaylar alındıktan sonra 15/07/2020-25/07/2020 tarihleri arasında Google Forms aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda 413 acil sağlık çalışanına ulaşılmıştır. Araştırma verileri 20 sorudan oluşan tanıtıcı bilgi formu, İşten Ayrılma Niyeti ve Covid 19 Fobisi Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin istatistiksel değerlendirmesi SPSS 22.00 paket programı ile yapılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler, normallik testi, Kruskal Wallis, Mann-Whitney U ve Spearman korelasyon testi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan acil sağlık çalışanının İşten Ayrılma Niyeti Ölçeği ortalamasının 7,18± 3,65, Covid 19 Fobisi Ölçeği 49,34± 15,08 olduğu ve orta seviyede Covid 19 korkusu yaşadığı ve işinden ayrılma niyetlerinin düşük olduğu saptanmıştır. Acil sağlık çalışanının test sonuçları değerlendirildiğinde İşten Ayrılma Niyeti ve Covid 19 Fobisi Ölçeği puan ortalamasının; yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, mesleği, sağlık problemine sahip olma, bakmakla yükümlü olduğu birine sahip olma, işinin riskli olduğunu düşünme, Covid 19 geçirme durum, işinden memnun olma, mesleğini sevme, pandemi sürecinde yüksek kaygı ve stres hissetme, işinin karşılığı aldığı ücreti yeterli göre ve memnun olma gibi bir çok faktörle istatiksel olarak farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p<0,005$).

Sonuç: Covid 19 pandemisinde hastane öncesi acil sağlık çalışanlarının, covid 19 korkusunu orta düzeyde yaşadığı, işini riskli bulmasına rağmen işini sevdiği ve işinden memnun olduğu ve işinden ayrılmayı düşünmediği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Acil; Covid 19 Korkusu, Hastane Öncesi, Hemşire**,** İşten Ayrılma Niyeti, Paramedik

COVID 19 PHOBIA EXPERIENCED BY PRE-HOSPITAL EMERGENCY HEALTH WORKERS AND DETERMINATION OF INTENTION TO QUIT

Abstract

Aim: This study aims to identify the factors affecting it by examining the fear of Covid 19 experienced by pre-hospital health workers in the Covid 19 pandemic and the intention to quit the corresponding job.

***Method*:** The universe of the research consists of pre-hospital emergency health workers (paramedic, A.T.T., nurse, doctor) working in the Afyon province of Turkey. This research was conducted via Google Forms between 15/07/2020 – 25/07/2020 after optaining the necessary permissions and approvals. As a result of the research 413 emergency health workers were reached. The research data was collected using a 20 question introductory fact sheet, Intend to Quit Work Scale and the Covid 19 Phobia Scale. The statistical assessment of the data was done through the SPSS 22.00 package program. Identifying Statistics, Normally Testing, Kruskal Wallis, Mann-Whitney-U and Spearman Correlation testing were used in assessing the data.

Finding: It has been determined that the emergency health workers participating in the research have a mean of 7.18±3,65 on the Intention to Quit Work Scale, 49,34±15,08 on the Covid 19 Phobia Scale, they have a moderate fear of Covid 19 and their intention to quit is low .When the test results of the emergency health workers were assessed, it was detected that the Itention to Quit Work and Covid 19 Phobia Scale score average differed statistically by many factors including age, gender, marital status, educational status, occupation, having a health problem, having Covid 19, being happy with their job, loving his professions, feeling high anxiety and stress during pandemic process, enough salary and satisfactied job.

Result: It has been established in the Covid 19 pandemic that pre-hospital emergency health workers experienced moderate fear of Covid 19, they love their job, are satisfied and do not think of leaving the job, although they find their job risky.

Key Words: Emergengy;, Fear of Covid 19, Pre-hospital, Nurse, Intention to quit , Paramedic.

PRSB-100

ACİL SERVİS BAŞVURU SAYISININ AZALMASININ SEBEBİ COVİD 19 KORKUSU MU?

İbrahim ÖZLÜ[1], Özlem ŞAHİN ALTUN[2]
[1] Dr. Öğretim üyesi, Atatürk Üniversitesi Acil Tıp AD. ERZURUM
dribrahimozlu@gmail.com
[2]Doç.Dr. Atatürk Üniversitesi Psikiyatri Hemşireliği AD. ERZURUM
ozlemsahinaltun@gmail.com

Özet

***Amaç*:** Bu çalışmanın amacı COVID-19 pandemi sürecinde hizmet veren Atatürk Üniversitesi Acil Servisine, acil tıbbi bakım isteyen hastaların başvurularındaki düşüşlerin sebeplerini ortaya koymaktır.

Yöntem: Bu sunum retrospektif olarak, 2019 ve 2020 yıllarının 01 Mart – 1 Haziran dönemlerinde Atatürk Üniversitesi Acil Tıp Anabilim Dalı polikliniğine başvuran hastaların başvuru sebepleri ile beraber demografik verileri alınarak hazırlanmıştır.

Bulgular:

Türkiye'de ilk COVID-19 vakası 11.03.2020 de görüldü. Bu tarihten itibaren COVID 19 ile hastaneye başvuran kişi sayısı arttıkça, başka nedenlerle acil tıbbi bakım arayan kişilerin sayısında belirgin oranda düşüşler görüldü. Bu düşüşler Avusturya, İtalya ve Amerika Birleşik Devletleri gibi ülkelerde de görüldü. Hastaların bu ziyaretleri üzerindeki COVID-19'un etkisini görmek için 01 Mart – 1 Haziran 2020 (3 aylık; erken pandemi dönemi) tarihleri arasında acil servis ziyaretleri sayısı yılın aynı döneminde 2019 sayıları ile kıyaslandı. Pandemi öncesi (01 Mart – 1 Haziran 2019) acil servis ziyaretleri sayısı 53.589 iken, Pandemi sonrası (01 Mart – 1 Haziran 2020) acil servis ziyaretleri sayısı 39.422 kişi olmuştur. Erken pandemi döneminde, Atatürk üniversitesi acil servis ziyaretlerinin toplam sayısı, bir önceki yılın aynı dönemine göre %26 daha düşüktü ve ziyaretlerdeki en büyük düşüş ≤40 yaş kişilerde ve kadınlarda olmuştur.

Sonuç: İnsanların küresel bir pandemi tehdidi ve bu tehdidi azaltmak için yaşamlarında oluşturdukları değişiklik hastaneye başvurularının şeklini değiştirmektedir. COVID-19 insanların yaşamında hastalığa yakalanmamak için verdikleri mücadeleden, hayatlarının normal seyrinde oluşan değişikliklerle baş etmelerine kadar her yönüyle etkilemektedir. Bu başvurulardaki düşüş sebepleri içinde COVID-19'un insanlar üzerinde fiziksel sağlıklarını etkilemesi yanında ruhsal ve psikolojik etkileri de bulunmaktadır. İnsanların psikolojik durumu ve üstlendikleri toplumsal misyonu anlamak bu başvuruların düşüşüne ışık tutmaktadır.

Tıbbi başvurulardaki geniş tabanlı düşüşlerin en makul açıklaması, hastaların, belki de basında çıkan haberlerden veya devletin evde kalma emirlerinden kaynaklanan bulaşma korkusuna; dolayısıyla COVID-19 hastalığına yakalanma korkusuna bağlı hastane bakımı aramaktan kaçınmalarıdır.

Anahtar Kelimeler: Pandemi korkusu**,** Korona virüs, Acil servis, Acil başvurusunda azalma, hasta olma korkusu, Pandemi psikoloji

IS THE FEAR OF COVID 19 CAUSED THE DECREASING NUMBER OF EMERGENCY DEPARTMENT APPLICATIONS?

Abstract

Aim: The aim of this study is to reveal the reasons for the decrease in the applications of patients seeking emergency medical care in Atatürk University Emergency Department, which provides service during the COVID-19 pandemic.

Methods: This presentation was prepared retrospectively, by taking the demographic data of the patients who applied to the Atatürk University Emergency Medicine Department outpatient clinic between March 01 and June 1, 2019 and 2020, together with the reasons for their application.

Results: The first COVID-19 case in Turkey was seen on 11.03.2020. Since that date, as the number of people admitted to hospital with COVID 19 has increased, there has been a marked decrease in the number of people seeking emergency medical care for other reasons. These decreases were also seen in countries such as Austria, Italy and the United States. To see the impact of COVID-19 on these visits of patients, the number of emergency room visits between 01 March and 1 June 2020 (3 months; early pandemic period) was compared with the 2019 numbers in the same period of the year. While the number of emergency visits before the pandemic (March 01 – June 1, 2019) was 53,589, the number of emergency visits after the pandemic (March 01 – June 1, 2020) was 39,422. During the early pandemic period, the total number of Atatürk university emergency room visits was 26% lower than in the same period of the previous year, with the largest decrease in visits occurring in people aged ≤40 years and women.

The most plausible explanation for the broad-based declines in medical admissions is patients' fear of contagion, perhaps caused by media reports or government stay-at-home orders; therefore, they avoid seeking hospital care due to fear of contracting COVID-19 disease.

Keywords: Fear of pandemic, Corona virus, Emergency room, Decrease in emergency admission, fear of getting sick, Pandemic psychology

PRSB-101

COVID-19 PANDEMİSİNİN MEME KANSERLİ KADINLARIN RUH SAĞLIĞI ÜZERİNE ETKİSİ

Fatma Nur DUMAN[1] , Merve ÇİL[2]

[1]Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara / Türkiye, E-posta: famanurduman8@gmail.com

[2]Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara / Türkiye, E-posta: merve.cil@lokmanhekim.edu.tr

Özet

SARS-CoV-2 virüsünün neden olduğu COVID-19 salgını, hızla yayılarak küresel pandemiye dönüşmüş, tüm toplumlar için korkutucu bir hal almıştır. COVID-19 pandemisi, sağlıklı popülasyonla karşılaştırıldığında, ruh sağlığı sorunları açısından, kanser hastaları gibi riskli gruplar için özellikle endişe verici bir durum haline gelmiştir. Meme kanserinin kadınlarda en sık görülen kanser türü olduğu ve tüm maligniteler arasında, en yüksek ruhsal bozukluk prevelansının bu grupta bildirildiği göz önünde bulundurulduğunda; bu hastaların COVID-19 pandemisinin olumsuz etkileri açısından yüksek riskli bir popülasyon olarak karşımızı çıkması olağandır. Meme kanserli kadınların immunosupresif tedavi görmesi, dolayısıyla enfeksiyon açısından daha fazla risk taşımaları, COVID-19 hastalığına yakalandıklarında daha fazla komplikasyon ve daha kötü prognozu da beraberinde getirmektedir. Meme kanserli kadınların COVID-19 pandemisi sırasında yaşadığı ruhsal sorunları ortaya koymayı amaçlayan çalışmalarda; kadınların normalden daha fazla anksiyete ve depresyon yaşadıkları, orta düzeyde yalnızlık hissettikleri, sosyal işlevsellikte önemli düşüş bildirdikleri, uykusuzluk semptomları yaşadıkları ve psikolojik belirtileri fizyolojik belirtilerden daha şiddetli hissettikleri belirlenmiştir. Yapılan nitel bir çalışmanın sonucunda; meme kanseri olan kadınların özellikle immunosupresif tedavi almalarının sonucu olarak daha ciddi komplikasyonlarla karşılaşma endişesi yaşadıkları, dolayısıyla bazı hastaların kanser tedavisini durdurmak zorunda kaldıkları bildirilmiştir. Kanser tedavisi nedeniyle önceden uyguladıkları sosyal izolasyon önlemlerini, COVID-19'a yakalanma korkusundan dolayı genişletmek zorunda kalan kadınların, bu durumu önemli bir stresör olarak değerlendirdikleri belirlenmiştir. Sonuç olarak; COVID-19 pandemisinin önemli derecede etkilediği gruplardan biri olan meme kanserli kadınların ruh sağlığının korunması, karşılaştıkları stresörlerle başa çıkmalarına yardımcı olacak imkanların sağlanması önemlidir. Bu hastaların, pandemi sürecinde fiziksel değerlendirmelerinin yanında, ruh sağlığı açısından da değerlendirmelerinin yapılması, çevrimiçi müdahaleler, telesağlık

hizmetleri gibi etkili müdahaleler ile psikososyal bakımlarına önem verilmesinin meme kanserli kadınların yaşam kalitelerine olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: covid-19, pandemi, meme kanseri, ruh sağlığı.

THE IMPACT OF THE COVID-19 PANDEMIC ON THE MENTAL HEALTH OF WOMEN WITH BREAST CANCER

Abstract

The covid-19 outbreak, caused by the SARS-CoV-2 virus, spread rapidly and turned into a global pandemic, making it frightening for all societies. The COVID - 19 pandemic has become a particularly worrisome situation for at-risk groups, such as cancer patients, in terms of mental health issues, compared to the healthy population. Considering that breast cancer is the most common type of cancer in women, and among all malignancies, the highest prevalence of mental disorders is reported in this group; it is common for these patients to face us as a high-risk population in terms of the negative effects of the COVID-19 pandemic. Women with breast cancer receive immunosuppressive treatment, therefore carrying a greater risk of infection, which also leads to more complications and a worse prognosis when they suffer from COVID-19 disease. Studies aimed at identifying the mental problems that women with breast cancer experienced during the COVID-19 pandemic; it was found that women experienced more anxiety and depression than usual, felt moderate levels of loneliness, reported significant declines in social functioning, experienced insomnia symptoms, and felt psychological symptoms more severe than physiological symptoms. As a result of a qualitative study, it has been reported that women with breast cancer are especially concerned about encountering more serious complications as a result of receiving immunosuppressive therapy, so some patients have to stop cancer treatment. It was determined that women who had to extend the social isolation measures they had previously applied due to cancer treatment due to fear of contracting COVID-19 rated this condition as a significant stressor. As a result, it is important to protect the mental health of women with breast cancer, one of the groups significantly affected by the covid-19 pandemic, and to provide opportunities to help them cope with the stressors they face. It is believed that the physical evaluation of these patients during the pandemic process, as well as their mental health evaluation, online interventions, effective interventions such as teleshealth services, and the emphasis on psychosocial care will contribute positively to the quality of life of women with breast cancer.

Key Words: covid-19, pandemic, breast cancer, mental health.

PRSB-103

COVID-19 PANDEMİSİNİN HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNDE PSİKOSOSYAL VE RUHSAL ETKİLERİ

Nihal BOSTANCI DAŞTAN[1], Fadime KAYA1[2], Özgü TEKİN ULUMAN[3], Nilüfer KIRANŞAL[4]

[1]Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Kars / Türkiye, E-Posta:nbdastan@yahoo.com

[2]Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Kars / Türkiye, E-Posta: fadimee36@hotmail.com

[3]Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Kars / Türkiye, E-Posta:ozguluman@hotmail.com

[4]Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Kars / Türkiye, E-Posta:nkiransal@hotmail.com

Özet

Amaç: Bu araştırmada, COVID-19 pandemisinin hemşirelik öğrencilerinde psikososyal ve ruhsal etkilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlandı.

Yöntem: Bu kesitsel-çevirimiçi çalışma, Türkiye'de pandemi ilan edilmesinden yaklaşık 2 ay sonra, 11 Mayıs-30 Haziran 2020 tarihleri arasında 419 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirildi. Veri toplama aracı olarak Bilgi Formu ve Depresyon-Anksiyete-Stres-21 Ölçeği (DASS-21) kullanıldı. Verilerin istatistiksel değerlendirmesindeki tanımlayıcı analizlerin yanısıra, farklılık ve ilişkileri açıklamak için Mann-Whitney U Testi, Kruskal-Wallis Testi Spearmen korelasyon analizi kullanıldı.

Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 21.40±1.59 (Min:18, Max:25) olup, % 99.8'inin kendisine ve % 76.4'ünün yakınlarına COVID-19 tanısı konulmamıştır. COVID-19'a yönelik ilk üç duygunun sıkıntı (% 38.9), korku (% 31.0) ve umutsuzluk (% 12.2) olduğu saptandı. Öğrencilerin pandemiye bağlı yaşamlarında en kötü etkilenen ilk üç alanının istediği ve alıştığı yerlere gidememek (%87.8), arkadaşlarla görüşememek (%86.4) ve örgün şekilde okula gidememek (%86.2) olduğu belirlendi. Öğrencilerin DASS-21 Ölçeği puanlarına bakıldığında; Stres alt ölçeği puan ortalamalarının 6.90±5.07 olup % 38.2'sinde, Anksiyete alt ölçeği puan ortalamalarının 4.72±4.45 olup % 50.8'inde, Depresyon alt ölçeği puan ortalamalarının 6.59±5.44 olup % 56.3'ünde sorun olduğu görüldü. Ekonomik düzeyi orta ve kötü olanların iyi düzeyde olanlara göre stres, yakınlarında COVID-19 tanısı olanların olmayanlara göre anksiyete, COVID-19 hakkında edindiği bilgiden memnun olmayanların edindiği bilgiden memnun olanlara göre stres-anksiyete ve depresyon, COVID-19 pandemi

sürecinde sosyal medya kullanmayanların kullananlara göre stres ve anksiyete alt boyut puan ortancalarının istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlendi ($p<0.05$).

Sonuç: Bu çalışmanın sonuçları, hemşirelik öğrencilerinin yarısının COVID-19 pandemisinden sonra stres, anksiyete ve depresyon açısından sorun yaşadığını gösterdi.

Anahtar Kelimeler: Hemşirelik öğrencisi, pandemi, psikososyal ve ruhsal etki

PSYCHOSOCIAL AND MENTAL EFFECTS OF COVID-19 PANDEMIC ON NURSING STUDENTS

Abstract

Aim: In this research it is aimed to examine psychosocial and mental effects of COVID-19 pandemic among nursing students with respect to specific variables.

Methods: This cross sectional-online study was conducted among 419 students between 11 May-30 June 2020 approximately 2 months after declaring pandemic outbreak in Turkey. Information Form and Depression-Anxiety-Stress-21 Scale (DASS-21) were harnessed as data collection tool. In the statistical analysis of data descriptive analyses and in explaining differences and correlations, Mann-Whitney U Test, Kruskal-Wallis Test Spearmen Correlation analysis were employed.

Results: Mean age of the students participating in the research is 21.40±1.59 (Min:18, Max:25) and 99.8% have not been personally diagnosed with COVID-19 and 76.4% have not any relative diagnosed with COVID-19. The research identified that top three emotions associated with COVID-19 have been distress (38.9%), fear (31.0%) and despair (12.2%). Top three life experiences that were most negatively affected due to pandemic have been detected as not visiting the places they want and know (87.8%), not seeing friends (86.4%) and not attending school to obtain formal, face-to-face education (86.2%). DASS-21 Scale scores of students reveal that; mean score of stress subscale is 6.90±5.07 and among 38.2%, mean score of anxiety subscale is 4.72±4.45; among 50.8% mean score of depression subscale is 6.59±5.44 and 56.3% of students manifested some disorder. It has been detected that among those with bad and average economic status, stress level was higher than those with good economic status; anxiety was higher than those having not any relative diagnosed with COVID-19; among those not contented with the information gained on COVID-19, stress-anxiety and depression level was higher than those contented with the information; and compared to those using social media during COVID-19 pandemic, mean rank of stress and anxiety subdimension score was higher in a statistically significant level among participants not using social media ($p<0.05$).

Conclusion: Findings of this study exhibited that half of the nursing students experienced stress, anxiety and depression relevant problems in the aftermath of COVID-19 pandemic.
Key Words: Nursing students, pandemic, psychosocial and mental effect

PRSB-104

COVID-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE KADINLARIN PARTNER ŞİDDETİNE MARUZ KALMA DURUMLARI VE ŞİDDETE İLİŞKİN TUTUMLARI

Filiz ADANA[1], Nihal BOSTANCI DAŞTAN[2]

[1]Adnan Menderes Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Aydın / Türkiye, E-Posta: filizadana@yahoo.com

[2]Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Kars / Türkiye, E-Posta:nbdastan@yahoo.com

Özet

Amaç: Bu çalışmada COVID-19 pandemisi döneminde kadınların partner şiddetine maruz kalma durumları ve şiddete ilişkin tutumlarını belirlemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmanın çalışma evrenini 18 yaş üstü kadınlar oluşturdu. Örneklem hacmi G-Power güç analizi yöntemi ile 269 kişi bulundu. Araştırmada kullanılacak anket formu on-line hazırlandı ve 09.12.2020-09.03.2021 tarihleri arasında sosyal medya aracılığıyla katılım sağlandı. Araştırmada anket formu, Kadına Yönelik Şiddet Derecelendirme Ölçeği ve Kadına Uygulanan Şiddete İlişkin Tutum Ölçeği kullanıldı. Araştırma veri analizinde tanımlayıcı analizlerin yanısıra, Mann Whitney U testi, Krukall Wallis ve Spearman korelasyon analizi kullanıldı.

Bulgular: Kadınların yaş ortalaması 37.50±8.52 olup, % 33.8'inin Ege Bölgesinde yaşadığı, % 24.2'sinin eşinin alkol kullandığı, % 5.2'sinin kendisinde ve % 2.6'sının eşinde ruhsal hastalık olduğu, % 62.1'inin evliliğini iyi olarak değerlendirdiği, %37.5'inin şiddet öyküsünün olduğu ve şiddeti en fazla eşten yaşadığı, %38.7 ile en fazla duygusal şiddet yaşandığı, %1.1'inin şiddeti normal, uygulanabilir olarak algıladığı, % 10.4'ünün pandemi öncesi de eşinden şiddet gördüğü, % 86.2'si pandemi sürecinde şiddetin değişmediğini belirtirken % 4.5'inin şiddetin arttığını belirttiği görüldü. Kadına Yönelik Şiddet Derecelendirme Ölçeği ortalaması 51.82±13.82, Kadına Uygulanan Şiddete İlişkin Tutum Ölçeği ortalaması 82.87±10.68 olarak saptandı. Çalışma durumu, ruhsal hastalık, evlilik algı düzeyi, şiddet öyküsü pandemi öncesi eş şiddeti varlığı ve pandeminin şiddet üzerindeki etkisinin Kadına Yönelik Şiddet Derecelendirme Ölçeği ile; yaş, eşin yaşının Kadına Uygulanan Şiddete İlişkin Tutum Ölçeği ile istatistiksel olarak anlamlı ilişki gösterdiği belirlendi ($p<0.05$).

Sonuç: Kadına yönelik şiddet düzeyinin orta düzeyde, şiddete yönelik tutumun da geleneksel olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kadın, pandemi, partner şiddeti

EXPOSURE OF WOMEN TO PARTNER VIOLENCE AND THEIR ATTITUDES TO VIOLENCE DURING THE COVID-19 PANDEMIC PERIOD

Abstract

Aim: In this study, it was aimed to determine the exposure of women to partner violence and their attitudes towards violence during the COVID-19 pandemic period.

Methods: The study population of the research consisted of women over the age of 18. The sample size was found to be 269 people using the G-Power power analysis method. The questionnaire form to be used in the research was prepared online and participation was ensured through social media between 09.12.2020-09.03.2021. Questionnaire form, the Severity of Violence Against Women Scale and Attitude towards Violence Against Women Scale were used in the study. In addition to descriptive analysis, Mann Whitney U test, Krukall Wallis and Spearman correlation analysis were used in the research data analysis.

Results: It was observed that the average age of the women were 37.50±8.52 and 33.8% of them lived in the Aegean Region, the spouses of 24.2% used alcohol, 5.2% had mental illness and the spouses of 2.6% had mental illness, 62.1% of them evaluated their marriage as good, 37.5% had a history of violence and experienced violence mostly from their spouse, emotional violence was experienced the most with 38.7%, 1.1% perceived violence as normal and commitable, 10.4% experienced violence from their spouse before the pandemic, 86.2% stated that the violence did not change during the pandemic and 4.5% stated that the violence increased. The mean of the Severity of Violence Against Women Scale was found to be 51.82±13.82, and the mean of the Attitudes towards Violence Against Women Scale was found to be 82.87±10.68. It was determined that employment status, mental illness, marital perception level, history of violence, presence of partner violence before the pandemic, and the effect of the pandemic on violence showed a statistically significant relationship with the Severity of Violence Against Women Scale, and age and the age of the spouse showed a statistically significant relationship with the Attitude towards Violence Against Women Scale ($p<0.05$).

Conclusion: It was seen that the level of violence against women was moderate and the attitude towards violence was traditional.

Key Words: Women, pandemic, partner violence

PRSB-105

COVID-19 DÖNEMİNDE YAŞLILARIN YALNIZLIĞI

Fecra Yıldız[1] Sibel Asi Karakaş[2],
[1]Muş Devlet Hastanesi / Muş / Türkiye, E- posta: fecrayldz49@gmail.com
[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi / Erzurum / Türkiye, E- posta: s.asikarakas@atauni.edu.tr

Özet

Koronavirüs (Covit 19) salgını Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan ve hızlı bir şekilde tüm dünyada etkin hale gelen bir salgındır. Yaşamın her alanında önemli değişikliklere yol açmıştır. Koronavirüs salgını milyonlarca insanın enfekte olmasına ve çok sayıda insanın ölümüne neden olmuştur. Covit 19 salgınında gözlenen ölüm oranlarının yaşlı bireylerde daha fazla olması yaşın olumsuz bir kriter olduğu sonucunu çıkarmıştır. Bu anlamda salgını önlemek ve yüksek risk grubunda bulunan yaşlıların korunmasına sağlamak amacıyla dünyada ve ülkemizde tedbirler alınmıştır. Alınan tedbirlerden sokağa çıkma kısıtlaması ve evde kal çağrıları salgını önlemede büyük ölçüde etkilerken, yaşlı bireylerin hareketsiz yaşama geçmeleri ve izole olmaları psikolojik anlamda önemli bir sorun olan yalnızlık duygusunun artmasına neden olmuştur. Yapılan bu çalışma; gerekli literatürler taranarak Covit 19 un yaşlı bireylerde meydana getirdiği yalnızlık duygusunun nedenlerini araştırmak ve sonucunda oluşabilecek psikolojik sıkıntıları önlemek amacıyla yazılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Covid 19, Yaşlı, Yaşlılık, Yalnızlık, Hemşirelik

LONELY OF THE ELDERLY IN THE COVIT 19 PERIOD

Abstract

The coronavirus (Covit 19) epidemic is an epidemic that emerged in Wuhan, China and quickly became active all over the world. It has led to significant changes in every aspect of life. The coronavirus epidemic has caused millions of people to be infected and many people to die. The fact that the mortality rates observed in the Covit 19 epidemic were higher in elderly individuals led to the conclusion that age is a negative criterion. In this sense, measures have been taken in the world and in our country in order to prevent the epidemic and to protect the elderly in the high risk group. While curfews and calls to stay at home, which are among the measures taken, greatly affected the epidemic, the sedentary life and isolation of elderly individuals caused the feeling of loneliness, which is an important psychological problem, to increase. This study; It

was written in order to investigate the reasons for the feeling of loneliness caused by Covit 19 in elderly individuals by scanning the necessary literature and to prevent the psychological distress that may occur as a result.

Keywords: Covit 19, Elderly, Elderly, Loneliness, Nursing

PRSB-106

COVID-19 PANDEMİSİNDE SOSYAL MEDYA KULLANIMI

Elif SOLMAZ[1], Hatice DURMAZ [2]
[1]Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum / Türkiye,
e-posta:elifsolmaz2372@gmail.com
[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye,
e-posta: haticedurmaz@atauni.edu.tr

Özet

COVID-19, 2019 yılının son günlerinde Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan yeni tip koronavirüs hastalığı kısa sürede dünya geneline yayılmış ve pek çok ölüme neden olmuştur. Dünya Sağlık Örgütü koronavirüsü pandemi olarak bildirmiş, dünyanın geneline yayılan ve oldukça tehlikeli olan bir hastalık olarak kabul etmiştir. Oldukça bulaşıcı olan bu hastalıktan korunmak için insanlar sosyal izolasyona girmiştir. Bu süreçte daha çok evde kalan bireylerin sosyal medya kullanımında artış olmuştur. Sosyal medya bireylerin eğlence aracı olarak kullandıkları bir platform olduğu gibi aynı zamanda bilgi edinebildikleri bir mecradır. Salgın dönemlerinde gerçek bilginin yayılması gibi gerçek dışı bilgilerinde yayılması kolaylaşabilmektedir. Gerçek dışı haberlerle karşılaşan bireylerde stres, anksiyete, korku gibi ruhsal problemlerin yaşanabileceği düşünülmektedir. Bu araştırmada da pandemi döneminde sosyal medya kullanımı ve bireylerin ruh sağlığına yansımalarının incelenmesi amaçlanmıştır.

Anahtar kelimeler: COVID-19, pandemi, sosyal medya kullanımı, infodemi

SOCIAL MEDIA USE IN THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

COVID-19, the new type of coronavirus disease that emerged in Wuhan, China in the last days of 2019, spread around the world in a short time and caused many deaths. The World Health Organization declared the coronavirus a pandemic and accepted it as a disease that spreads throughout the world and is quite dangerous. People have been in social isolation to protect themselves from this highly contagious disease. In this process, there has been an increase in the use of social media by individuals who mostly stay at home. Social media is a platform that individuals use as a means of entertainment, as well as a medium where they can obtain information. In times of epidemic, the spread of unreal information, such as the spread of real information, can be facilitated. It is thought that psychological problems such as stress, anxiety and fear may be experienced in individuals who encounter untrue news. In this study, it was aimed to examine the use of social media during the pandemic period and its reflections on the mental health of individuals.

Keywords: COVID-19, pandemic, social media usage, infodemi

PRSB-107

PANDEMİDE YAŞLI OLMAK: SALGIN HASTALIK KAYGISI

***Taybet DOĞAN*[1], *Kübra GÖKALP*[2]**

[1] Erzurum İl Sağlık Müdürlüğü, Çat ilçe Devlet Hastanesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta:ela.hilal@hotmail.com

[2] Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta:kubragungormus2010@hotmail.com

Özet

Pandemide en kırılgan gruplardan biri yaşlılar olduğundan ve Türkiye'de de Sağlık Bakanlığı'nın açıklaması doğrultusunda yaşlıların COVİD-19 virüsü geçirme riski yüksek olduğundan 65 ve üstü yaştaki bireylerin bu salgın sürecinde yaşadıkları kaygı ayrıca önem kazanmaktadır. COVİD-19 salgınının bireylerde bir çok bedensel ve ruhsal sorun ortaya çıkardığı bilinen bir gerçektir. Bu kapsamda ruhsal sorunları ele aldığımızda Pandemi döneminde en fazla ortaya çıkan ruhsal sorunların; duygudurum bozuklukları, kaygı bozuklukları ve travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) olduğu bildirilmektedir. Nitekim konuyla ilgili çalışmaların sonucunda da görülmektedir ki; kaygı, pandemi sürecinde kişilerde görülen ruhsal sorunlar arasında ön plana çıkan bir sorun olarak incelenmesi gereken bir konu olmuştur. COVİD-19 sürecinde toplumu bilinçlendirme ve yaşlıların kaygı düzeyini azaltarak biyopsikososyal iyilik halini geliştirmek, riskleri minimalize etmek amacıyla medya aktif bir şekilde kullanılabilir.

Anahtar Kelimeler: COVİD-19, kaygı, yaşlılık, ruhsal sorunlar

BEING OLD IN A PANDEMIC: EPIDEMIC DISEASE ANXIETY

Abstract

As one of the most vulnerable groups in the pandemic is the elderly, and in line with the statement of the Ministry of Health in Turkey, the elderly are at high risk of transmitting the COVID-19 virus, so the anxiety experienced by individuals aged 65 and over during this epidemic process gains further importance. It is a known fact that the COVID-19 outbreak causes many physical and mental problems in individuals. In this context, when we consider mental problems, the most common mental problems during the pandemic period are; mood disorders, anxiety disorders, and post-traumatic stress disorder (PTSD). As a matter of fact, as a result of the studies on the subject, it is seen that; Anxiety has become a subject that needs to

be examined as a prominent problem among the mental problems seen in people during the pandemic process. In the COVID-19 process, the media can be used actively in order to raise public awareness and reduce the anxiety level of the elderly, to improve biopsychosocial well-being and to minimize risks.
Key Words: COVİD-19, anxiety, old age, mental problems

PRSB-109

KORONAVİRÜS PANDEMİSİNDE YOĞUN BAKIM ÜNİTELERİNDEKİ SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA ALGILANAN STRESİN KAYGI VE UYKU KALİTESİNE ETKİSİ

Neziha KARABULUT[1], Dilek GÜRÇAYIR[2], Yeşim YAMAN AKTAŞ,[3] Alkay KARA,[4] Beyzanur KIZILOĞLU,[5] Büşra ARSLAN,[6] Nurgül BÖLÜKBAŞ[7]
[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye,
E-Posta: nezihekarabulut@hotmail.com
[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye,
E-Posta: dilekgurcayir@hotmail.com
[3]Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Giresun/Türkiye,
E-Posta: yesimyaman28@hotmail.com
[4]Giresun Üniversitesi Sağlık Hizmetleri MYO, Giresun/Türkiye,
E-Posta: alkaykara@gmail.com
[5]Erzurum Bölge Eğitim Araştırma Hastanesi, Erzurum/Türkiye,
E-Posta: beyzanurkiziloglu@hotmail.com
[6]Atatürk Üniversitesi Araştırma Hastanesi, Erzurum/Türkiye,
E-Posta: busrarslnn@gmail.com
7Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimmleri Fakültesi, Ordu/Türkiye
E-Posta: nurgulb@odu.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışma corona virüs pandemisi sırasında yoğun bakım ünitelerinde çalışan sağlık çalışanlarının algıladıkları stresin kaygı ve uyku düzeyine etkisini araştırmak amacıyla planlandı.

Yöntem: Araştırma tanımlayıcı ve kesitsel tiplerde yapılmıştır. Araştırma, Nisan 2020 - Temmuz 2020 tarihleri arasında Atatürk Üniversitesi Araştırma Hastanesi ve Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde gerçekleştirildi. Araştırmada örneklem seçilmeden yoğun bakım ünitelerinde çalışan tüm sağlık profesyonellerine (260) ulaşılması amaçlanmıştır. Veriler, araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda hazırlanan kişisel bilgi formu, Algılanan Stres Ölçeği, Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri ve Görsel Analog Uyku Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Çalışma verileri Statistical Package for Social Sciences (SPSS, Chicago, IL) for Windows, sürüm 22.0 kullanılarak analiz edildi. Verilerin değerlendirilmesinde yüzde, ortalama, Kruskal-Wallis, t test ve korelasyon testleri kullanıldı. Araştırma için Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Etik Kurulu'ndan gerekli izinler, Atatürk Üniversitesi Araştırma Hastanesi ve Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nden kurumsal izin alındı.

Bulgular: 210 katılımcının %75.4'ü kadın, %88.1'i hemşireydi. Katılımcıların yaş ortalaması 27.04±5.71 yıl olup, katılımcıların %51.9'u 20-25 yaş aralığındadır. Algılanan stres, durumluk kaygı, sürekli kaygı ve görsel analog uyku ortalama puanları orta düzeyde olup sırasıyla 29.9±6.83, 43.09±5.55, 46.15±5.3 ve 503.79±134.24 olarak bulundu. Sonuçlara göre algılanan stres puanları ile sosyodemografik özellikler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadı. Durumluk kaygı düzeyleri erkeklerde kadınlara göre anlamlı derecede yüksek saptandı ($p < 0.05$). Çocuğu olan veya sigara içen sağlık çalışanlarının durumluk kaygı puan ortalaması anlamlı olarak daha yüksek tespit edildi ($p<0.05$). Sürekli kaygı puanı ve görsel analog uyku puanı açısından yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar bulundu. Durumluk kaygı ile algılanan stres puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki saptanmadı ($r = -0.035$, $p = 0.614$). Görsel analog uyku skoru ile algılanan stres puan ortalaması arasında da anlamlı bir ilişki bulunmadı ($r= −0.035$, $p = 0.610$). Ancak sürekli kaygı ile algılanan stres ($r = 0.166$, $p = 0.016$), durumluk kaygı ve sürekli kaygı ($r = 0.52$, $p = 0.000$) ve durumluk kaygı ile uyku skoru puan ortalamaları arasında pozitif bir ilişki bulundu ($r = 0.158$, $p= 0.022$).

Sonuç: COVID-19 virüs başta sağlık çalışanları olmak üzere bireylerde strese neden olmaktadır. Bu artan stres, kaygı düzeylerinin yükselmesine ve dolayısıyla sağlık çalışanlarının uyku kalitesinin düşmesine neden olabilir. Bunun için hastane yönetimleri, sağlık çalışanlarına psikolojik destek sağlamaya ve baş etme stratejileri konusunda zamanında psikolojik yardım ve eğitim sağlamaya odaklanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: algılanan stres, kaygı, uyku kalitesi, sağlık çalışanları, koronavirüs pandemisi

THE EFFECT OF PERCEIVED STRESS ON ANXIETY AND SLEEP QUALITY AMONG HEALTHCARE PROFESSIONALS IN INTENSİVE CARE UNITS DURING THE CORONAVIRUS PANDEMIC

Abstract

Aim: The study aimed to explore the effect of perceived stress of healthcare workers on anxiety and sleep level in intensive care units during corona virus pandemic.

Methods: The research was conducted in descriptive and cross-sectional types. The study was conducted between April 2020 and July 2020 at Atatürk University Research Hospital and Erzurum Regional Training and Research Hospital. In the research, it was aimed to reach all the healthcare professionals (260) working in intensive care units without selecting a sample. The data was collected by using the personal information form prepared by the researchers in line with the literature, Perceived Stress Scale, State-Trait Anxiety Inventory, and Vısual

Analog Sleep Scale. The study data were analyzed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS, Chicago, IL) for Windows, version 22.0. Percentages, mean, Kruskal-Wallis, t test and Correlations tests were used to evaluate the data. For the research, necessary permissions were obtained from the Ethics Committee of the Faculty of Nursing at Atatürk University and institutional permission was obtained from Atatürk University Research Hospital and Erzurum Regional Training and Research Hospital.

Results: Of the 210 participants, 75.4% were female, and 88.1% were nurses. The mean age of the participants was 27.04 ± 5.71 years, and 51.9% of the participants were 20–25 years old. The mean perceived stress, state anxiety, trait anxiety, and visual analog sleep scores were moderate and found as 29.9 ± 6.83, 43.09 ± 5.55, 46.15 ± 5.3, and 503.79 ± 134.24, respectively.

Conclusion: In conclusion, a general picture of the psychological state of healthcare professionals in Turkey during the COVID-19 pandemic has been presented.

Key Words: perceived stress, anxiety, sleep quality, health care professionals, coronavirus pandemic

PRSB-110

BİR EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİNDE COVID-19 TANISI ALAN HASTALARA BAKIM VEREN HEMŞİRELERİN TÜKENMİŞLİK DURUMLARI VE MESLEĞE BAĞLILIKLARININ BELİRLENMESİ

Fatma Nur DUMAN[1], Ayten ŞENTÜRK ERENEL[2]
[1]Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara / Türkiye, E-Posta: fatmanurduman8@gmail.com
[2]Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara / Türkiye, E-Posta: aytense@gmail.com

Özet

Amaç: Çalışmamızın amacı; bir eğitim ve araştırma hastanesinde COVID-19 tanısı almış hastalara bakım veren hemşirelerin tükenmişlik durumları ve mesleğe bağlılıklarının belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışmamız tanımlayıcı tipte tasarlandı. Çalışmamızın evrenini Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Yenimahalle Eğitim ve Araştırma Hastanesi pandemi servislerinde ve ünitelerinde çalışıp COVID-19 hastalarına bakım veren 216 hemşire, örneklemini ise çalışmaya katılmaya gönüllü olan ve formları eksiksiz dolduran 205 hemşire oluşturdu. Araştırma verileri toplanmadan önce etik kurul izni, kurum izni ve katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alındı. Verilerin toplanmasında; tanımlayıcı bilgi formu, Tükenmişlik Ölçeği ve Hemşirelikte Mesleğe Bağlılık Ölçeği kullanıldı. Veri toplama araçları, araştırmacı tarafından hemşirelere verildi ve doldurulan formlar aynı gün geri alındı. Çalışma verileri SPSS 22 programıyla değerlendirildi. Çalışmadan elde edilen verilerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testi ile kontrol edildi. Verilerin değerlendirilmesinde sayı, yüzde gibi tanımlayıcı istatistikler, Ki-kare testi ve Pearson Korelasyon analizi kullanıldı.

Bulgular: Çalışmamıza katılan hemşirelerin tükenmişlik ölçeği toplam puan ortalaması yüksek olup (4,48±1,07) %36,6'sının kriz durumunda tükenmişlik yaşadığı belirlenmiştir. 9 ay ve daha fazla süredir COVID-19 birimlerinde çalışan hemşirelerin tükenmişlik düzeyleri yüksek bulunmuştur (3,93±0,94). Hemşirelerin mesleğe bağlılık toplam puan ortalamasının orta düzeyin üzerinde olduğu (68,73±13,14), mesleğe bağlılık düzeylerinin hedef ve değerlere inanç boyutunda yüksek olduğu (14,81±3,07), meslek üyeliğini sürdürme (23,34±4,85) ve çaba gösterme istekliliği (30,57±7,83) boyutlarında ise düşük olduğu belirlenmiştir. Hemşirelerin günlük ortalama bakım verdikleri hasta sayılarına göre mesleğe bağlılık toplam puan ortalamaları ve çaba gösterme istekliliği alt boyut puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Hemşirelerin tükenmişlik düzeyleri ile mesleğe bağlılıkları

arasında negatif yönde yüksek anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. (r=-0,40; p=0,000<0,001)

Sonuç: Pandemide kritik rol oynayan hemşirelerin psikolojik durumlarının ve ruh sağlıklarının korunması sağlık sisteminin işleyişi açısından oldukça önemlidir. Bu bağlamda, hemşireler için destek birimlerinin oluşturulması ve bu birimlere erişimlerinin kolaylaştırılması, stresle baş etme tekniklerine yönelik olarak hemşirelere eğitim verilmesi önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Pandemi, Hemşire, Tükenmişlik, Mesleğe bağlılık.

DETERMINATION OF BURNOUT CONDITIONS AND COMMITMENT TO THE PROFESSION OF NURSES WHO CARE FOR PATIENTS DIAGNOSED WITH COVID-19 IN AN EDUCATIONAL AND RESEARCH HOSPITAL

Abstract

Aim: The aim of our study; In an education and research, COVID-19 patient care nurses are special departments of nursing and patient care.

Methods: Our study was designed in descriptive type. The universe of our study consisted of 216 nurses who worked in the pandemic services and units of Ankara Yıldırım Beyazıt University Yenimahalle Training and Research Hospital and gave care to COVID-19 patients, and the sample consisted of 205 nurses who volunteered to participate in the study and filled out the forms completely. Ethics committee permission, institutional permission, and informed consent were obtained from the participants before the research data were collected. In the collection of data; descriptive information form, Burnout Scale and Nursing Professional Engagement Scale were used. Data collection tools were given to the nurses by the researcher and the filled forms were taken back on the same day. Study data were evaluated with the SPSS 22 program. The conformity of the data obtained from the study to the normal distribution was checked with the Kolmogorov-Smirnov test. Descriptive statistics such as number and percentage, Chi-square test and Pearson Correlation analysis were used to evaluate the data.

Results: The total mean score of the burnout scale of the nurses participating in our study was high (4.48±1.07), and it was determined that 36.6% of them experienced burnout in crisis situations. The burnout levels of nurses working in COVID-19 units for 9 months or more were found to be high (3.93±0.94). The total mean score of professional commitment of the nurses is above the medium level (68.73±13.14), the level of professional commitment is high in the dimension of belief in goals and values (14.81±3.07), maintaining professional membership (23.34±4, 85) and willingness to make an effort (30.57±7.83). A statistically significant difference was found between the total mean scores of professional commitment and willingness to make an effort sub-dimension mean scores, according to the number of patients

the nurses care for daily ($p<0.05$). It was determined that there is a negative and highly significant relationship between the burnout levels of nurses and their commitment to the profession. ($r=-0.40$; $p=0.000<0.001$)

Conclusion: Protecting the psychological state and mental health of nurses, who play a critical role in the pandemic, is very important for the functioning of the health system. In this context, it may be suggested to establish support units for nurses and to facilitate their access to these units, and to train nurses on stress coping techniques.

Key Words: Covid-19, Pandemic, Nurse, Burnout, Commitment to the profession.

PRSB-111

COVID-19 PANDEMİSİNDE ANNE RUH SAĞLIĞININ BAĞLANMA ÜZERİNE ETKİSİ

Merve ÇİL[1], Fatma Nur DUMAN[2]

[1]Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara / Türkiye, E-posta: merve.cil@lokmanhekim.edu.tr

[2]Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara / Türkiye, E-posta: famanurduman8@gmail.com

Özet

Dünya Sağlık Örgütü'nün SARS-CoV-2 virüsünün hızla yayılması üzerine pandemi olarak ilan ettiği COVID-19 hastalığı küresel ruh sağlığı üzerinde etkilerini göstermekte ve fiziksel, psikolojik, sosyolojik olarak incinebilir gruplar arasında yer alan perinatal dönemdeki anneleri ve yenidoğanları da olumsuz etkilemektedir. Annenin doğumda ve hastanede kalış sırasında destek sistemlerine ulaşımının sınırlandırılması, postpartum anne-bebek bakımının kesintiye uğraması, sürece bağlı belirsizlik, enfeksiyonla ilgili endişe, sosyal izolasyon ve finansal kaygılar yenidoğana sahip annenin ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir. Literatürde, pandemi döneminde annelerde postpartum depresyon ve anksiyete görülme oranının önceki yıllarda yapılan çalışmalara kıyasla daha fazla olduğunu bildirilmektedir.

Pandemi, perinatal dönemde anneler için doğum travmasına ek olarak maternal bağlanmayı olumsuz etkileyen yeni bir stresör oluşturmuştur. COVID-19 sürecinde, annelerin bebeklerine enfeksiyon bulaştırma endişesi ve bazı sağlık kurumlarının postpartum dönemde anne-bebek bakımında enfeksiyon bulaştırma riskini en aza indirmeyi amaçlayan politikaları nedeniyle anne ve bebek yaşamın ilk zamanlarında ayrılmak zorunda kalmıştır. Örneğin Çin'de COVID-19 tanısı alan, şüphesi olan veya olmayan anneler doğum sonrasında rutin olarak bebeklerinden izole edilmiştir. Araştırmalar annelerin 4-82 gün gibi uzun süre bebeklerinden ayrı kaldığını, izolasyonları biten annelerin enfeksiyon bulaştırma korkusu nedeniyle yenidoğandan ayrı kalmaya devam ettiklerini göstermektedir. Erken anne-bebek ayrılığının, anne ruh sağlığı, anne-bebek bağlanması, bebeğin nörobilişsel gelişimi ve temel güven duygusunun oluşumunda olumsuz etkilere temel sağladığı aşikardır.

Sonuç olarak; pandemiden etkilenen anne ruh sağlığı ve bağlanma arasında ilişki olduğu bilinmektedir. Bu nedenle pandemi sürecinde, perinatal bakımda güvenilir kuruluşların rehberleri kullanılmalı, anne ruh sağlığı tüm yönleriyle ele alınmalı, anneleri sosyal ağlar aracılığıyla destek sistemlerine yönlendirerek pandemi sürecinin anne ruh sağlığı ve bağlanma üzerindeki olumsuz etkilerinin azaltılması hedeflenmelidir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Pandemi, Ruh sağlığı, Anne, Bağlanma

THE EFFECT OF MATERNAL MENTAL HEALTH ON ATTACHMENT IN THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

The COVID-19 disease, which the World Health Organization declared as a pandemic due to the rapid spread of the SARS-CoV-2 virus, shows its effects on global mental health and negatively affects mothers and newborns in the perinatal period, who are among the physically, psychologically and sociologically vulnerable groups. Limitation of the mother's access to support systems at birth and during the hospital stay, interruption of postpartum mother-infant care, uncertainty due to the process, anxiety about infection, social isolation and financial concerns adversely affect the mental health of the mother with a newborn. In the literature, it is reported that the incidence of postpartum depression and anxiety in mothers during the pandemic period is higher than the studies conducted in previous years.

The pandemic has created a new stressor for mothers in the perinatal period, which negatively affects maternal attachment in addition to birth trauma. During the COVID-19 process, the concern of mothers about infecting their infants and the policies of some health institutions aimed to minimize the risk of infection in the postnatal period in mother-infant care have caused the separation of mother and infant in the early stages of life. For example in China, those diagnosed, suspected or unsuspected with COVID-19 were routinely isolated from their infants after birth. Studies show that mothers are separated from their infants for a long time, such as 4-82 days, and mothers whose isolation is over continue to be separated from their newborn due to the fear of contagion. It is obvious that early mother-infant separation provides a basis for negative effects on maternal mental health, mother-infant attachment, infant neurocognitive development and the formation of basic trust.

As a result; It is known that there is a relationship between attachment and maternal mental health affected by the pandemic. For this reason, during the pandemic process, the guides of reliable institutions should be used in perinatal care, maternal mental health should be addressed in all aspects, mothers should be directed to support systems through social networks and it should be aimed to reduce the negative effects of the pandemic process on maternal mental health and attachment.

Keywords: COVID-19, Pandemic, Mental health, Mother, Attachment

PRSB-112

PANDEMİ VE UYKU BOZUKLUKLARI

İbrahim AGKIF
Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı.

Özet

Koronavirüs hastalığı-2019 (COVID-19) pandemisi ve beraberinde getirdiği kısıtlamalar ile birlikte, ekonomik nedenler,duygudurum,stres ,depresyon, anksiyete gibi ruhsal bozuklukların sıklığının artmasına,yakın ilişkileri değişmesine ve kişilerin uyku ile yaşam kalitelerinin bozulmasına sebeb olmuştur. Uyku insan görevinin ayrılmaz bir parçasıdır, bağışıklık sistemi, enerji metabolizması, zihinsel ve fiziksel sağlık için esas bir rol oynar ve Uyku yoksunluğu fiziksel ve bilişsel performansın düşmekmtedir, diyabet, kanser ve kardiyovasküler hastalık gibi risklerini artmaktadır. COVID-19 salgını gibi önemli yaşam olaylarıyla başa çıkmak için yeterli uyku süresi ve kalitesi gereklidir.corona virüs salgını sebebi ile insanların sosyal hayatı,yakın ilişkileri, ekonomik hayatı olumsuz yönden etkilenmiştir,ve yaşam rutinleri değişmektedir,Halk sağlığı eğitimi, salgınla başa çıkmak ve uzun vadeli olumsuz sonuçları önlemek veya en aza indirmek için uykunun önemi ve sağlıklı uyku hijyeni uygulamaları hakkında halkı iyi bilgilendirmek için çalışmalar yapmaktadır ve bu derleme ile pandemi döneminde uyku bozuklukları ile ilgili çalışmalar tarayarak ve gözden geçirilerek literatüre katkı sağlanması hedeflenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Pandemi, COVID-19, Uyku Bozuklukları,Uyku hijyeni.

PANDEMIC AND SLEEP DISORDERS

Abstract

Along with the coronavirus disease-2019 (COVID-19) pandemic and the restrictions it brings, economic reasons have led to an increase in the frequency of mental disorders such as mood, stress, depression, anxiety, changes in close relationships, and deterioration of people's sleep and quality of life. Sleep is an integral part of the human task, plays a fundamental role in the immune system, energy metabolism, mental and physical health, and sleep deprivation lowers physical and cognitive performance, increasing risks such as diabetes, cancer, and cardiovascular disease. Adequate sleep time and quality are necessary to cope with important life events such as the COVID-19 epidemic. Due to the corona virus epidemic, people's social life, close relationships, economic life have been adversely affected, and their life routines are changing. In order to prevent or minimize long-term negative consequences, studies are carried out to inform the public about the importance of sleep and healthy sleep hygiene practices, and

with this review, it is aimed to contribute to the literature by scanning and reviewing studies on sleep disorders during the pandemic period.
Keywords: Pandemic, COVID-19, Sleep Disorders, Sleep hygiene

PRSB-115

ÇOCUĞU OKULA GİDEN EBEVEYNLERİN COVİD-19 KORKU DÜZEYLERİ İLE ANKSİYETE, DEPRESYON VE STRES DURUMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Hasret YALÇINÖZ BAYSAL[1], Esra BAYRAKÇEKEN[2], Mine CENGİZ[3], Şeyma EŞKİ[4], Eda ÇEKER[5]

[1] Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Halk sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum / Türkiye E-Posta: h.yalcinozbaysal@hotmail.com

[2]Atatürk Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum / Türkiye E-Posta: esra.bayrakceken@atauni.edu.tr

[3] Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum / Türkiye, E-Posta: minecengiz25@hotmail.com

[4] Bölge Eğitim Araştırma Hastanesi, Eğitim Birimi, Erzurum / Türkiye E-Posta: seymaeski7@hotmail.com

[5] Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Sağlık Yüksek Okulu, Hemşirelik Bölümü, Ağrı / Türkiye, E-Posta: edaceker85@gmail.com

Özet

***Amaç*:** Çinin Wuhan kentinde başlayan ve hızla tüm dünyaya yayılan Covid-19 tüm dünyada sağlık sistemi başta olmak üzere ülkelerin ekonomilerini ve eğitim sistemlerini derinden etkilemiştir. Bu araştırma pandemi sürecinde çocuğu okula giden ebeveynlerin yaşadıkları Covid-19 korku düzeyleri ile anksiyete, depresyon ve stres durumlarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Materyal ve Metot: Araştırma tanımlayıcı ve kesitsel tipte yapılmıştır. Araştırma Erzurum'da ikamet eden 18 yaş ve üzeri Covid – 19 sürecinde çocuğu okula giden 810 gönüllü ebeyevn ile yürütülmüştür. Veriler 2021 yılı Mayıs- Haziran aylarında online olarak toplanmıştır. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Covid-19 Korku Ölçeği,Depresyon, Anksiyete ve Stress (DASS21) Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; yüzdelik, ortalama, standart sapma ve t testi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan ebeveynlerin yaş ortalamasının 40.48±75.59 arasında olduğu, %68'inin kadın olduğu, %52.3'ünün üniversite mezunu olduğu, %26.9'unun Covid-19 geçirdiği, %37'sinin Covid-19 aşısı olduğu, %18.3'ünün kronik hastalığının olduğu, %5.4'ünün çocuğunun kronik hastalığı olduğu tespit edilmiştir. Kadın ebeveynlerin Covid-19 korku, depresyon, anksiyete, stres ve genel DASS 21 puanının erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir($p<0.05$). Covid-19 geçiren ebeveynlerin Covid-19 korkusu ile depresyon, anksiyete, stres ve genel DASS 21 puanının anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Çocuğunda kronik hastalık bulunan ebeveynlerin Covid-19 korkusu ile

depresyon, anksiyete, stres ve genel DASS 21 puanının kronik hastalığı bulunan çocuğu olmayan ebeveynlere göre anlamlı ve yüksek olduğu saptanmıştır($p<0.05$).

Sonuç ve Öneriler: Kadın ebeveynlerin, Covid-19 geçiren ebeveynlerin ve çocuğunda kronik hastalık bulunan ebeveynlerin Covid-19 korkusu ile depresyon, anksiyete, stres ve genel DASS 21 puanının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu nedenle Covid-19 sürecinin ebeveynler üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmak için özellikle bu gruptaki ebeveynlere yönelik psiko-sosyal programlar geliştirilmesive konu kapsamında daha geniş örneklem gruplarıyla çalışılması önerilmektedir.

***Anahtar Kelimeler*:** Covid-19, Covid-19 korkusu, Ebeveynler

EVALUATION OF COVID-19 FEAR LEVELS AND ANXIETY, DEPRESSION AND STRESSS ITUATİONS OF PARENTS WHOSE CHILDREN GO TO SCHOOL

Abstract

Aim: Covid-19, which started in Wuhan, China and spread rapidly all over the world, has deeply affected the economies and education systems of countries, especially the health system. This research was conducted to determine the Covid-19 fear levels and anxiety, depression and stress situations experienced by parents whose children went to school during the pandemic process.

Material and Method: The research was conducted in descriptive and cross-sectional type. The research was carried out with 810 volunteer parents residing in Erzurum, 18 years of age and older, whose children went to school during the Covid-19 process. Data were collected online in May-June 2021. Personal Information Form, Covid-19 Fear Scale, Depression, Anxiety and Stress (DASS21) Scale were used to collect data. In the evaluation of the data; percentage, mean, standard deviation and t test were used.

Results: the average age of the parents participating in the research was between 40.48±75.59, %68 were women, %52.3 were university graduates, %26.9 had Covid-19, %37 had Covid-19 vaccine, %18.3 was determined that they had a chronic disease and %5.4 had a child with a chronic disease. It was determined that the Covid-19 fear, depression, anxiety, stress and general DASS 21 scores of female parents were significantly higher than males ($p<0.05$). It has been determined that parents who have had Covid-19 have a significantly higher score of depression, anxiety, stress and general DASS 21 with the fear of Covid-19 ($p<0.05$). It was determined that the fear of Covid-19, depression, anxiety, stress and the general DASS 21 score

of parents with a chronic disease in their child were significantly higher than those of parents who did not have a child with a chronic disease.

Conclusion: It was determined that female parents, parents who had Covid-19, and parents whose child had a chronic disease were found to have a statistically significant higher level of fear of Covid-19, depression, anxiety, stress and general DASS 21 score. For this reason, it is recommended to develop psycho-social programs especially for parents in this group and to work with larger sample groups within the scope of the subject in order to reduce the negative effects of the Covid-19 process on parents.

***Key words*:** Covid-19, Fear of Covid-19, Parents

PRSB-117

COVİD-19 KRİZİNDE TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE PSİKİYATRİ HEMŞİRELİĞİ

Dudu KARAKAYA[1], Hilal UÇAN [2], Zeliha ÖZKAN [3]

[1]Akdeniz Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Antalya/Türkiye, E posta: dkarakaya@akdeniz.edu.tr

[2]Sağlık Bakanlığı Korkuteli Devlet Hastanesi, Antalya/Türkiye, E Posta: hilal_07_1997@hotmail.com

[3]Sağlık Bakanlığı Kayseri Şehir Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Kayseri/Türkiye, E Posta: zelihatatay97@gmail.com

Özet

Covid-19, toplumları her yönüyle ciddi düzeyde zorlamaktadır. Bu kriz durumu toplumları ekonomik, sosyal, ruhsal ve fiziksel anlamda olumsuz etkilemiştir. Olumsuz deneyimlerle yaşamın olağan akışının aksaması, bireyler üzerinde travma etkisi yaratmıştır. Bireyin yaşadığı travma stres, anksiyete, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu gibi olumsuz psikolojik tepkiler şeklinde ortaya çıkabildiği gibi, travma sonrası büyümeyle de sonuçlanabilmektedir. Travma sonrası büyüme, bireyin yaşadığı travmayla mücadele ederek daha da güçlü hale gelmesi ve olumlu değişim yaşamasıdır. Yaşamın takdiri, iyi ilişki geliştirilmesi, kendi gücünün farkına varılması, yaşamdaki ihtimallerin farkına varılarak ruhsal gelişim içinde olunması travma sonrası büyümeyle açıklanmaktadır. Bu doğrultuda bu derleme çalışmasının amacı, Covid-19 sürecinin getirdiği olumlu kazanımlara dikkat çekmek, bu süreçte yaşanan travma sonrası büyüme deneyimlerini açığa çıkaran alandaki araştırmaların bulgularını özetleyerek psikiyatri hemşirelerinin rol ve sorumluluklarını tartışmaktır.

Covid-19 sürecinin etkileri hemşireler, sağlık çalışanları, ebeveynler, işçi sınıfı, çocuk ergenler, üniversite öğrencileri, Covid-19 geçiren hastalar ve genel popülasyon gibi çeşitli gruplarda araştırılmıştır. Yapılan araştırmalarda pandeminin neden olduğu travmatik yaşam olaylarına karşı, insanların güçlü bir dayanıklılığa ve bununla baş etme gücüne sahip olduğu belirlenmiş, bu durum travma sonrası büyümeyle ilişkilendirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre insanlar öz-farkındalık, öz-gelişim, geleceğe açıklık, iyi bir dünya algısı, insanlıkla özdeşleşme, çevreyle ve aileyle olumlu ilişkiler, yeni olasılıkların farkına varma ve onları kabullenme gibi olumlu yaşam sonuçlarını deneyimlemişler ve travma sonrası büyüme yaşamışlardır. Travma

sonrası büyüme yaşayan bireylerin kaygı seviyelerinin azaldığı, stres kontrolüyle refah seviyelerinin arttığı belirlenmiştir.

Pandemi, bir kez daha insanoğlunun yaşamını zorlayan tüm travmatik olaylardan daha büyük ve güçlü olduğunu göstermiştir. Psikiyatri hemşireleri olumsuz ruhsal sonuçları engellemek için travma sonrası büyümeyi desteklemelidir.

Anahtar kelimeler: covid-19, travma sonrası büyüme, psikiyatri hemşireliği

POST TRAUMATIC GROWTH AND PSYCHIATRIC NURSING IN THE COVID-19 CRISIS

Abstract

Covid-19 is seriously challenging societies in every aspect. This crisis has negatively affected societies economically, socially, spiritually and physically. The disruption of the normal flow of life with negative experiences has created a traumatic effect on individuals. The trauma experienced by the individual can occur in the form of negative psychological reactions such as stress, anxiety, depression, and post-traumatic stress disorder, as well as result in post-traumatic growth. Post-traumatic growth is the individual's becoming stronger by struggling with the trauma he has experienced and experiencing positive change. Appreciation of life, developing good relationships, realizing one's own strength, being aware of the possibilities in life and being in spiritual development are explained by post-traumatic growth. In this direction, the aim of this review is to draw attention to the positive gains brought by the Covid-19 process, to discuss the roles and responsibilities of psychiatric nurses by summarizing the findings of the researches in the field that reveal the post-traumatic growth experiences in this process.

The effects of the Covid-19 process have been investigated in various groups such as nurses, healthcare professionals, parents, working class, child adolescents, university students, patients with Covid-19, and the general population. Studies have shown that people have strong resilience and the power to cope with traumatic life events caused by the pandemic, and this has been associated with post-traumatic growth. According to the results of the research, people have experienced positive life outcomes such as self-awareness, self-development, openness to the future, perception of a good world, identification with humanity, positive relationships with the environment and family, discovering and embracing new possibilitie, and have experienced post-traumatic growth. It was determined that the anxiety levels of individuals experiencing post-traumatic growth decreased, and their stress control and well-being levels increased.

The pandemic has once again shown that it is bigger and stronger than all the traumatic events that have challenged human life. Psychiatric nurses should support post-traumatic growth to prevent negative mental outcomes.

Key words: covid-19, post-traumatic growth, psychiatric nursing

PRSB-119

COVID-19 PANDEMİSİNDE YETİŞKİNLERİN İNTİHAR OLASILIĞININ BELİRLENMESİ

Sibel TUT[1] ***Kübra GÖKALP[2]***
[1]Erzurum İL Sağlık müdürlüğü, Erzurum Şehir Hastanesi Erzurum / Türkiye, E-Posta:sibel291@icloud.com
[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta:kubragungormus2010@hotmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma Covıd-19 pandemisinde yetişkin bireylerin intihar olasılığının belirlenmesi amacıyla yapıldı.

Metod: Tanımlayıcı tasarımdaki bu araştırma Türkiye'nin doğusunda bir ilde yaşayan 18-65 yaş arası kişilerle Mayıs-Haziran 2021 tarihleri arasında yapıldı. Araştırma yapılmadan önce etik kurul izni ve ölçek sahibinden izin alındı. Çalışmada veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu ve İntihar Olasılığı Ölçeği (İOÖ) kullanıldı. Online olarak hazırlanan anket formunu 664 kişi doldurdu. Verilerin değerlendirilmesi için tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplarada *t* testi, ANOVA testleri kullanıldı.

Bulgu: Katılımcıların yaş ortalaması 27.65±9.25 olduğu,%63.1'inin kadın, %67.2 'sinin bekar, %44.9'unun ekonomik durumunun orta olduğu, %46.5'inin lisans mezunu olduğu, %87.2'sinin aile ile yaşadığı ve %55.7'sinin sürekli bir işi olmadığı belirlendi. Katılımcıların %26.8'inin intihar düşüncesi olduğu ve %5'inin intihar girişiminde bulunduğu tespit edildi. Katılımcıların İOÖ toplam puan ortalamasının 76.55±16.69; olumsuz benlik ve tükenme 43.83±10.43, hayata bağlılıktan kopma 16.40±4.62 ve öfke alt boyut puan ortalamasının ise 16.31±3.99 olduğu saptandı. Pandemi döneminde sürekli işi olmayanların, ekonomik durumu kötü olanların, intihar düşüncesi olanların ve intihar girişiminde bulunanların ölçek toplam ve alt boyut puan ortalamasının yüksek olduğu bulundu.

Sonuç: Katılımcıların intihar olasılığının ortalamanın altında olduğu belirlendi. Demografik özelliklerin intihar olasılığını etkilediği saptandı.

Anahtar kelimeler: Covıd-19, intihar olasılığı, yetişkinler, pandemi

DETERMINING THE POSSIBILITY OF ADULT SUICIDE IN THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Objective : This study was conducted to determine the suicide probability of adults in the Covid-19 pandemic.

Method: This research in descriptive design was conducted between May-June 2021 with people aged 18-65 years living in a province in eastern Turkey. Ethics committee permission and permission from the scale owner were obtained before the research was conducted. Personal Information Form and Suicide Probability Scale (PSS) were used as data collection tools in the study. 664 people filled out the online questionnaire. Descriptive statistics, t test for independent groups, ANOVA tests were used to evaluate the data.

Finding: The mean age of the participants was 27.65±9.25, 63.1% were female, 67.2% were single, 44.9% had a medium economic status, 46.5% had a bachelor's degree, 87.2% lived with a family, and 55.7% It was determined that he did not have a permanent job. It was determined that 26.8% of the participants had suicidal ideation and 5% had attempted suicide. The total mean score of the participants' BS was 76.55±16.69; negative self and exhaustion was 43.83±10.43, disconnection from life was 16.40±4.62, and anger sub-dimension mean score was 16.31±3.99. It was found that those who did not have a permanent job during the pandemic period, those with poor economic status, those who had suicidal thoughts and those who attempted suicide had a high mean score for the scale total and sub-dimensions.

Conclusion: It was determined that the suicide probability of the participants was below the average. Demographic characteristics were found to affect the probability of suicide.

Key Words: Covid-19, possibility of suicide, adults, pandemic

PRSB-120

COVID-19 TANILI SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA STRES DÜZEYİ, BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ VE TRAVMATİK BÜYÜME DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

Sercan MANSUROĞLU[1], Mehmet Cihad AKTAŞ[2], Seda KARAKAYA[3], Fatma Yasemin KUTLU[4]

[1]Hatay Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri Servisi, Hatay / Türkiye, E-Posta: sercanmansuroglu@gmail.com

[2]Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Van / Türkiye, E-Posta: cihadaktas003@hotmail.com

[3]Sultan Abdülhamid Han Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri Servisi, İstanbul / Türkiye, E-Posta: karakaya_seda@yahoo.com

[4]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, İstanbul / Türkiye, E-Posta: ykutlu@iuc.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışma, COVID-19 tanılı sağlık çalışanlarının stres düzeyi, başa çıkma stratejileri ve travmatik büyüme düzeylerini belirlemek amacı ile kesitsel ve tanımlayıcı tipte gerçekleştirildi.

Yöntem: Araştırma, Mayıs 2020-Ocak 2021 tarihleri arasında Türkiye'deki COVID-19 tanısı alan 156 sağlık çalışanı ile yapıldı. Veriler, Google Forms ile katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilerek ve onayları alınarak, kişisel bilgi formu, algılanan stres ölçeği, başa çıkma stratejileri kısa formu, travma sonrası büyüme envanteri kullanılarak toplandı. Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi etik kurulundan uygunluk alındı. Bilimsel araştırma izni T.C. Sağlık Bakanlığından alındı. Ölçeklerin kullanımı için ölçek sahiplerinden mail yolu ile izin alındı. Veriler SPSS 22.0 programı ile analiz edildi. Demografik veriler için ortalama, standart sapma, yüzde değerleri hesaplandı. İstatistiksel hesaplamalarda t-testi, ANOVA, Mann Whitney U ve Kruskal Wallis-H testleri kullanıldı. Analizlerde anlamlılık $p<0.05$ düzeyinde kabul edildi.

Bulgular: Yaş ortalaması 33,30±7,66 olan katılımcıların %58,3'ünün hemşire olduğu, %55,8'inin COVID-19 tanılı hastaya bakım verdiği ve %84'ünün COVID-19'un kendilerine hastaneden bulaştığını düşündükleri tespit edildi. Ayrıca çalışmaya katılan sağlık çalışanlarının COVID-19'un kendilerine tekrar bulaşma konusundaki kaygılarının yüksek olduğunu bildirdikleri görüldü. Algılanan stres ölçeğinden ortalama 30,25±8,71 puan, travma sonrası büyüme envanterinden toplam 69,58±22,34 puan, benlik algısında değişim alt boyutundan ortalama 35,37±10,60 puan, yaşam felsefesinde değişim alt boyutundan 19,25±6,71 puan ve başkalarıyla ilişkilerde değişim alt boyutundan 14,95±6,76 puan alındığı belirlendi. Sağlık

çalışanlarının başa çıkma stilleri ölçeği kısa formu alt boyutlarından, en yüksek ortalama puanların dine yönelme, planlama, araçsal sosyal destek kullanma ile duygulara odaklanma ve ortaya koyma alt boyutlarında olduğu, en düşük ortalama puanların ise madde kullanımı, yadsıma ve davranışsal olarak ilgiyi kesme alt boyutlarında olduğu tespit edildi. Ayrıca, katılımcıların kişisel özellikleri ile ölçeklerden aldıkları puanlar arasında istatistiksel anlamlılıklar tespit edildi.

Sonuç: COVID-19 tanısı alan sağlık çalışanlarında algılanan stresin orta düzeyden yüksek olduğu, başa çıkma stilleri geliştirdikleri, travmatik olay karşısında yüksek ve olumlu yönde psikolojik değişim gösterdikleri söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Baş Etme, Sağlık Çalışanları, Stres, Travma.

DETERMİNATION OF STRESS LEVEL, COPING STRATEGIES AND TRAUMATIC GROWTH LEVELS IN HEALTHCARE PROFESSIONALS DIAGNOSED WITH COVID-19

Abstract

Aim: This cross-sectional and descriptive study was conducted to determine the stress level, coping strategies and traumatic growth levels of healthcare workers diagnosed with COVID-19.

Methods: The research was conducted with 156 healthcare workers diagnosed with COVID-19 in Turkey between May 2020 and January 2021. The data were collected via Google Forms using the personal information form, perceived stress scale, coping strategies short form, and post-traumatic growth inventory, by informing the participants about the research and obtaining their consent. Compliance was obtained from the ethics committee of Hatay Mustafa Kemal University. Scientific research permit Obtained from T.C. Ministry of Health. Permission for the use of the scales was obtained from the scale owners via e-mail. Data were analyzed with SPSS 22.0 program. Mean, standard deviation, and percentage values were calculated for demographic data. T-test, ANOVA, Mann Whitney U and Kruskal Wallis-H tests were used for statistical calculations. Tukey HSD and Tamhane tests from Post-Hoc multiple comparison tests were used. Pearson Correlation analysis was performed to determine the relationship. Significance was accepted at the $p<0.05$ level in the analyzes.

Results: It was determined that 58.3% of the participants, whose total average age was 33.30±7.66, were nurses, 55.8% cared for a patient with a diagnosis of COVID-19, and 84% thought that they were infected with COVID-19 from the hospital. In addition, it was observed

that the health workers participating in the study reported that they had high concerns about re-infection with COVID-19. A mean score of 30.25 ± 8.71 points from the perceived stress scale, a total of 69.58 ± 22.34 points from the post-traumatic growth inventory, an average of 35.37 ± 10.60 points from the change in self-perception sub-dimension, 19.25 ± 6.71 points from the change in philosophy of life sub-dimension and 14.95 ± 6.76 points were obtained from the sub-dimension of change in relationships with others. When the results of sub-dimensions of the coping strategies short form were evaluated, the highest mean scores were in the sub-dimensions of orientation to religion, planning, using instrumental social support, and focusing on emotions. And also, the lowest mean scores was found to be in the sub-dimensions of substance use, denial, and behavioral disinterest. In addition, statistical significance was determined between the personal characteristics of the participants and the scores they got from the scales.

Conclusion: It can be said that the perceived stress in healthcare workers diagnosed with COVID-19 is higher than moderate, they develop coping strategies, and they show high and positive psychological changes in the face of traumatic events.

Keywords: COVID-19, Coping, Healthcare Professionals, Stress, Trauma.

PRSB-121

COVID-19 SALGINI SÜRECİNDE HEMŞİRELİK VE YAŞLI BAKIMI BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN YAŞLI BİREYLERE İLİŞKİN TUTUMLARI İLE BAKIM VERMEYE HAZIR OLUŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Hacer KABAKOĞLU[1], Sercan MANSUROĞLU[2]
[1]Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Yaşlı Bakımı Bölümü, Hatay / Türkiye, E-Posta: hacer.kabakoglu@mku.edu.tr
[2]Hatay Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri Servisi, Hatay / Türkiye,
E-Posta: sercanmansuroglu@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma, Hemşirelik Bölümü ve Yaşlı Bakım Bölümü öğrencilerinin COVID-19 salgını sürecinde yaşlı bireylere yönelik tutumları ile bakım vermeye hazır oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacı ile yapıldı.

Yöntem: Tanımlayıcı ve kesitsel tipteki Çalışma Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi hemşirelik bölümü ve yaşlı bakımı bölümündeki 310 öğrenci ile Haziran- Ağustos 2020 tarihleri arasında yapıldı. Çalışmada veriler öğrencilere bilgi verilip onayları alınarak dijital ortamda Google Forms aracılığı ile toplandı ve veri toplama aracı olarak, literatür doğrultusunda araştırmacılar tarafından hazırlanan bilgi formu, Kogan yaşlılara yönelik tutum ölçeği ve bakım vermeye hazır oluşluk ölçeği kullanıldı. Araştırma için Hatay Mustafa Kemal Üniversitesinden etik uygunluk ve araştırma izni alındı. Ölçeklerin kullanılabilmesi için ölçek sahiplerinden e-posta yolu ile izin alındı. Çalışmanın sonunda örneklem yeterliliğinin belirlenmesi için güç analizi yapıldı. Verilerin analizinde t testi, Mann Whitney U, ANOVA, Kruskal Wallis testi ile LSD ve Dunn çoklu karşılaştırma testi kullanıldı. Sayısal değişkenler arasındaki ilişkiler Spearman korelasyon testi yapıldı. Tanımlayıcı ve kategorik değişkenler için ortalama, standart sapma, sayı ve yüzde değerleri verildi. İstatistiksel analizler için SPSS 23.0 paket programı kullanıldı ve $p<0.05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

Bulgular: Çalışmaya dahil olan katılımcıların, yaş ortalamaları 20,93±1,73'dır. Öğrencilerin Kogan yaşlı insanlara tutum ölçeğinden aldıkları puan 103,29±14,00 ve bakım vermeye hazır oluşluk ölçeğinden aldıkları puan ise 18,73±8,42'dir. Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlar ile COVID-19 tanısı alan yaşlı bir kişiye bakım vermek isteyip istemedikleri, öğrenim bölümü ve sınıf düzeyi durumları arasında istatistiksel olarak anlamlılık tespit edildi. Ölçeklerden alınan puanlar değerlendirildiğinde, öğrencilerin yaşlılara yönelik tutumları ile bakım vermeye hazır oluşlukları arasında orta derecede pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görüldü.

Sonuç: Öğrencilerin COVID-19 salgını sürecinde yaşlılara yönelik olumlu tutum sergilediği, bakım vermeye hazır oldukları ve yaşlılara yönelik olumlu tutumun öğrencileri bakım vermeye hazırladığı söylenebilir. Hemşirelik ve yaşlı bakımı mezunları, yaşlı sağlığının korunmasında ve yaşlılara uzun süreli bakım sağlanmasında önemli bir rol oynamaktadır. Bu nedenle, öğrencilerin yaşlılara karşı tutumlarının bakım için hazırlıklarını etkileyeceği söylenebilir. Öğrencilerin yaşlılara karşı tutumlarının tanınması, eksikliklerin giderilmesi ve yaşlılara karşı olumlu tutumun sağlanması, yaşlılara daha düzgün bir şekilde bakılmasını sağlayacaktır.

Anahtar kelimeler: Bakım, COVID-19, Hemşirelik, Tutum, Yaşlı Bakımı.

THE EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN NURSING AND ELDERLY CARE STUDENTS' ATTITUDES TOWARD ELDERLY AND THEIR PREPAREDNESS FOR CAREGIVING DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: This study was conducted to examine the relationship between Nursing and Elderly Care students' attitudes towards elderly and their preparedness for caregiving during the COVID-19 pandemic.

Methods: The descriptive and cross-sectional study was conducted between June and August 2020 with 310 students from Hatay Mustafa Kemal University, department of nursing and elderly care. In the study, the data were collected through Google Forms in the digital environment by informing the students and obtaining their consent, and the information form prepared by the researchers in line with the literature, the Kogan attitude scale for the elderly and the readiness to care scale were used as data collection tools. Ethical compliance and research permission were obtained from Hatay Mustafa Kemal University for the research. Permission was obtained from the scale owners via e-mail in order to use the scales. At the end of the study, power analysis was performed to determine sample adequacy. T test, Mann Whitney U, ANOVA, Kruskal Wallis test and LSD and Dunn multiple comparison test were used in the analysis of the data. Relationships between numerical variables Spearman correlation test was performed. Mean, standard deviation, number and percentage values were given for descriptive and categorical variables. SPSS 23.0 package program was used for statistical analysis and $p<0.05$ was considered statistically significant.

Results: The average age of the participants included in the study was 20.93 ± 1.73. The score the students got from the Kogan's Attitude toward Older People Scale was 103.29 ± 14.00 and

the score they got from Preparedness for Caregiving Scale was 18.73 ± 8.42. A statistical significance was determined between the scores of the students on the scales and whether they would like to provide care to an elderly person diagnosed with COVID-19, and their education level and grade level. When the scores obtained from the scales were evaluated, it was observed that there was a moderately positive significant relationship between the students' attitudes towards the elderly and their preparedness for caregiving.

Conclusion: It can be said that students have a positive attitude towards elderly people during the COVID-19 pandemic, are ready to provide care, and also, a positive attitude towards the elderly prepares students to provide care. Nursing and elderly care graduates play an important role in protecting the health of the elderly and providing long-term care to the elderly. Therefore, it can be said that students' attitudes towards the elderly will affect their preparations for care. Recognizing the students' attitudes towards the elderly, eliminating the deficiencies and ensuring a positive attitude towards the elderly will ensure that elderly people are cared for more properly.

Keywords: Care, COVID-19, Nursing, Attitude, Elderly Care.

PRSB-122

SAĞLIK ALANINDA OKUYAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SAĞLIK OKURYAZARLIĞI DÜZEYLERİNİN COVİD-19 AŞISINA YÖNELİK TUTUMLARI ÜZERİNE ETKİSİ

Nihan TÜRKOĞLU[1], Necmi TÜRKMEN[2]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: nihan-25-kilic@hotmail.com

[2]Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Hemşireliği A.B.D., Erzurum / Türkiye, E-Posta: necmiturkmenyyu@gmail.com

Özet

Amaç: Sağlık alanında okuyan üniversite öğrencilerde sağlık okuryazarlığı düzeylerinin, Covid-19 aşısına yönelik tutumları üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Tanımlayıcı tipteki bu araştırma Mayıs-Haziran 2021 tarihlerinde sağlık alanında okuyan 566 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Araştırma verileri "Kişisel Bilgi Formu", "Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği" ve "COVID-19 Aşısına Yönelik Tutumlar Ölçeği" kullanılarak Google Form aracılığıyla çevrim içi olarak elde edilmiştir.

Bulgular: Katılımcıların%73.1'i kadın, %54.4'ü 21 yaş ve üzerinde, %57.1'i 1. sınıftadır. Sağlık alanında okuyan üniversite öğrencilerinin %61'i geliri giderinden az, %95.4'ü ailesiyle birlikte yaşamakta, %97.9'u bekâr, %72.1'i çekirdek aile tipinde ve %88.7'si çalışmamaktadır. Katılımcıların Sağlık Okuryazarlığı ölçeğinden 49.27±6.49, COVID-19 Aşısına Yönelik olumlu tutum boyutundan 3.49±1.23, COVID-19 Aşısına Yönelik olumsuz tutum boyutundan 3.21±1.00 puanının aldıkları saptanmıştır. Katılımcıların COVID-19 Aşısına Yönelik Olumlu Tutum ölçeği ile sağlık okuryazarlığı tüm alt boyutları ve toplamda pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Katılımcıların COVID-19 Aşısına Yönelik Olumsuz Tutum ölçeği ile sağlık okuryazarlığı fonksiyonel SOY alt boyut ve toplamda pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

Sonuç: Aşı kararsızlığı ve tereddütünün önüne geçmek, mücadele edebilmek için önemli bir halk sağlığı stratejisi olarak sağlık okuryazarlığı, kişilerin Covid-19 aşısı hakkında bilgi seviyelerini arttırarak, özellikle pandemi sürecinde, COVİD-19 aşısına yönelik olumlu davranış ve tutum geliştirip farkındalık oluşturacaktır. Ayrıca salgınla mücadeledeki en büyük silah olan toplum bağışıklamasına katkı sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Sağlık okuryazarlığı, COVID-19, aşı, tutum, öğrenci

THE EFFECT OF HEALTH LITERACY LEVELS ON ATTITUDES TOWARDS COVID-19 VACCINE IN UNIVERSITY STUDENTS STUDYING IN THE FIELD OF HEALTH

Abstract

Aim: To examine the effect of health literacy levels on attitudes towards the Covid-19 vaccine in university students studying in the field of health.

Methods: This descriptive type of research was carried out with 566 university students studying in the field of health between May and June 2021. Research data were obtained online via Google Form using the "Personal Information Form", "Health Literacy Scale" and "Attitudes Towards COVID-19 Vaccine Scale".

Results: 73.1% of respondents were female, 54.4% were 21 years or older, and 57.1% were in the 1st class. 61% of university students studying in the field of health have less income than their expenses, 95.4% live with their families, 97.9% are single, 72.1% are in the nuclear family type and 88.7% do not work. It was found that participants got a score of 49.27±6.49 from the health literacy scale, 3.49±1.23 from the positive attitude dimension for the COVID-19 vaccine, and 3.21±1.00 from the negative attitude dimension for the COVID-19 vaccine. It was found that there was a significant positive relationship between respondents' Positive Attitude Towards COVID-19 Vaccine Scale and all sub-dimensions and in total of health literacy. There was a significant positive relationship between respondents' Negative Attitude Towards COVID-19 Vaccine Scale and all sub-dimensions and in total of functional health literacy.

Conclusion: Health literacy, as an important public health strategy to prevent and struggle with vaccine indecision and hesitancy, will increase people's knowledge about the Covid-19 vaccine, develop positive behaviours and attitudes towards the COVID-19 vaccine and raise awareness, especially during the pandemic process. It will also contribute to community immunization, which is the biggest weapon in the fight against the pandemy.

Key Words: Health literacy, COVID-19, vaccine, attitude, student

PRSB-123

COVID-19 PANDEMİSİ SIRASINDA SAĞLIK PROFESYONELLERİNİN KİŞİSEL, AİLE VE İŞLE İLGİLİ ÖZELLİKLERİ İLE ÇALIŞMAYA TUTKUNLUK VE İKİNCİL TRAVMATİK STRES DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Gamze TUNÇER ÜNVER[1], Özlem KAÇKİN[2], Arif ÖZER[3]

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Samsun / Türkiye, E-Posta:gtuncer2312@hotmail.com

[2]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, İstanbul / Türkiye, E-Posta: ozlemkackin.711@gmail.com

[3]Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Ankara / Türkiye, E-Posta: arifozer@hacettepe.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı, COVID-19 pandemisi sırasında sağlık profesyonellerinin kişisel, aile ve işle ilgili özellikleri ile çalışmaya tutkunluk ve ikincil travmatik stres düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemektir.

Yöntem: Türkiye genelinde 441 sağlık profesyoneli ile gerçekleştirilen bu çalışmada kesitsel tasarım kullanılmıştır. Kişisel bilgi formu, İkincil Travmatik Stres Ölçeği ve Utrecht Çalışmaya Tutkunluk Ölçeği aracılığıyla elde edilen veriler, CATPCA ile doğrusal olmayan temel bileşen analizi kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Çalışmanın sonuçları, sağlık profesyonellerinin ikincil travmatik stres düzeyinin çalışmaya tutkunluk düzeyiyle negatif yönde ilişkili olduğunu; kıdemi yüksek, aile üyelerine bakmakla yükümlü olan, COVID-19 nedeniyle kayıp yaşayanların, istifa etmek/işten ayrılmak isteyenlerin yüksek ikincil travmatik stres ve düşük çalışmaya tutkunluk düzeyine sahip olduğunu göstermiştir.

Sonuç: Sağlık profesyonellerinin kişisel, aile ve işle ilgili özellikleri ile çalışmaya tutkunluk ve ikincil travmatik stres düzeyleri ilişkilidir. Kıdemi yüksek, aile üyelerine bakmakla yükümlü olan, COVID-19 nedeniyle kayıp yaşayan, istifa etmek/işten ayrılmak isteyen sağlık profesyonelleri yüksek ikincil travmatik stres ve düşük çalışmaya tutkunluk açısından risk altındadır.

Anahtar Kelimeler: Çalışmaya tutkunluk, Ebe, Hekim, Hemşire, İkincil travmatik stres, Koronavirüs, Sağlık profesyonelleri,

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONAL, FAMILY, AND WORK-RELATED CHARACTERISTICS OF HEALTH PROFESSIONALS AND WORK ENGAGEMENT AND SECONDARY TRAUMATIC STRESS LEVELS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: The aim of this study is to examine the relationships between personal, family and work-related characteristics of health professionals, work engagement and secondary traumatic stress levels during the COVID-19 pandemic.

Methods: A cross-sectional design was employed in this study on 441 health care professionals in Turkey. Data obtained through Personal informatıon form, the Secondary Traumatic Stress Scale, and the Utrecht Work Engagement Scale were analyzed with nonlinear principal component analysis with CATPCA.

Results: The results of the study showed that the level of secondary traumatic stress of healthcare professionals was negatively related to the level of work Engagement, and those with high seniority, dependents of family members, and those who lost due to COVID-19 had high secondary traumatic stress and low work engagement levels.

Conclusion: Personal, family, and work-related characteristics of health professionals are associated with work engagement and secondary traumatic stress levels. Health professionals with high seniority, who are obliged to take care of their family members, who have lost due to COVID-19, who want to retire/resigning are at risk for high secondary traumatic stress and low work engagement.

Key Words: Coronavirus, Health professionals, Nurses, Midwife, Physician, Secondary traumatic stress, Work engagement,

PRSB-124

COVID-19 KADERCİLİK ÖLÇEĞİNİN TÜRK DİLİNDE GEÇERLİK VE GÜVENİRLİĞİ: METODOLOJİK BİR ÇALIŞMA

Cantürk ÇAPIK [1], Hatice DURMAZ[2], Muhammet Ali AYDIN[3]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği, Erzurum / Türkiye, E-posta:c_capik36@hotmail.com

[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Psikiyatri Hemşireliği, Erzurum / Türkiye, E-posta:haticedurmaz_25@hotmail.com

[3]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği, Erzurum / Türkiye, E-posta:maliaydin_25@hotmail.com

Özet

Amaç: Metodolojik türde yürütülen bu araştırmada Covid-19 Kadercilik Ölçeği' nin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmasının yapılması amaçlanmıştır.

Yöntem: 2020 yılında geliştirilen ölçek, yedili Likert tipindedir ve 16 sorudan oluşmaktadır. Çalışmanın örneklemini 18 yaş ve üzeri 200 kişi oluşturmuştur. Erzurum ilinden yönetilen çalışmanın verileri online olarak tüm Türkiye'den toplanmıştır. Elde edilen veriler açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri, iç geçerlilik kat sayısı ve alt üst %27'lik dilim karşılaştırmaları ile analiz edilmiştir. Araştırmanın etik kurul izni (2020-6/16) ve ölçeği geliştiren yazarlardan yazılı izin alınmıştır. Araştırmanın tüm aşamalarında Helsinki Deklerasyonu'na uygun davranılmıştır.

Bulgular: Uzman paneline sunulan ölçeğin kapsam geçerlilik indeksi 0.98 olarak bulunmuştur. Temel bileşenler analizinde; tüm maddelerin faktör yüklerinin 0.30'un üzerinde, açıklanan varyansın %58.03 olduğu, doğrulayıcı faktör analizinde; x2/SD değerinin 1.06, GFI, AGFI, CFI uyum indeksi değerlerinin 0.98-1.000 arasında değiştiği, RMSEA değerinin 0.037 ve SRMR değerinin 0.065 olduğu saptanmıştır. Cronbach'ın α katsayısı 0.95 olarak belirlenmiştir.

Sonuç: Çalışmada açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri ile elde edilen kanıtlar neticesinde Covid-19 Kadercilik Ölçeği'nin tek faktörlü yapıya sahip olduğu, Türk Dili'nde geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu kararına varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kadercilik, Covid-19, Geçerlilik, Güvenirlik

THE RELIABILITY AND VALIDITY OF COVID-19 FATALISM SCALE IN TURKISH LANGUAGE: A METHODOLOGICAL STUDY

Abstract

Aim: This methodological study aims to conduct a Turkish validity and reliability study of the COVID-19 Fatalism Scale.

Material and Method: The scale which was developed in 2020 is a seven-point Likert type and consists of 16 questions. The sample of the study consisted of 200 people aged 18 years or older. The data of the study which was conducted in Erzurum province were collected online from all over Turkey. The data obtained were analyzed by explanatory and confirmatory factor analyses, internal validity coefficient, and lower and upper 27 percentile comparisons. Written permission was obtained from the authors who developed the scale and the study was conducted in accordance with the Helsinki Declaration at all stages.

Results: The content validity index of the scale presented to the expert panel was 0.98. It was determined that the factor loads of all items were over 0.30 and the explained variance was 58.03% in the analysis of the basic components; x2/SD value varied between 1.06, GFI, AGFI, CFI fit index values ranged between 0.98-1.000, RMSEA value was 0.037, and SRMR value was 0.065 in the confirmatory factor analysis. Cronbach's α coefficient was determined as 0.95.

Conclusion: It was concluded that the COVID-19 Fatalism Scale has a single-factor structure and is a valid and reliable measurement tool in the Turkish language as a result of the evidence obtained by explanatory and confirmatory factor analyses in the study.

Key Words: Fatalism, COVID-19, Validity, Reliability

PRSB-125

PANDEMİ SÜRECİNDE NEUMAN SİSTEMLER MODELİNE GÖRE KANSER ve COVİD 19 TANISI OLAN BİREYE UYGULANAN HEMŞİRELİK BAKIMI: OLGU SUNUMU

Sinem Fıstıkçıoğlu[1] , Satı Dil[2]

[1]Hemşire. Ankara Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara/Türkiye, E- posta: sinemsenem15@gmail.com

[2]Doç.Dr., Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Çankırı/Türkiye, E-Posta: satidil@karatekin.edu.tr

Özet

Covid 19 hastalığı tüm dünyada ve tüm yaş gruplarını tehdit eden pandemi düzeyinde ölümcül olabilen bir halk sağlığı sorunu olarak karşımıza çıkmıştır. Hastalığın başlangıcında, yorgunluk, ateş, kuru öksürük, miyalji olduğu ve ağır vakalarda ise bir hafta sonra dispne ve/veya hipokseminin ardından septik şok ve Akut Solunum Sıkıntısı Sendromu (ARDS)'nun görüldüğü bildirilmiştir. Enfeksiyon hastalıklarına yakalanma ve ağır komplikasyonlar geliştirme riski fazla olan grupların başında kanser gibi immün sistem güçsüzlüğü olan bazı hastalıklar yer almaktadır. Özellikle malignensi tanısı almış olan bireylerin pandemi sürecinde kemoterapi, radyoterapi veya cerrahi tedavi alıyor olmaları nedeniyle covid 19 enfeksiyonuna yakalanma riskleri daha yüksektir. Bununla birlikte kanser hastalarının semptom yükü ve hemşirelik bakım gereksinimleri, Covid-19 pandemisinde artarak devam etmiştir. Bu olgu sunumunda hem 3 yıldır kolon kanseri ile takipli hem de Covid 19 tanısı ile yoğun bakım ünitesinde izlenen 62 yaşındaki bir hasta Neuman sistemler modeli (NSM) ile değerlendirilerek, hemşirelik süreci yürütülmüştür. Olgunun hemşirelik bakımları yattığı klinikte yüz-yüze görüşme yoluyla gerçekleştirilmiştir. Ölüm korkusu, etkisiz bireysel baş etme, anksiyete, uyku örüntüsünde bozulma, yalnızlık ve sosyal izolasyon hemşirelik tanıları belirlenmiştir. Holistik bakış açısı ile bireyin stresörleri ve değişkenleri ele alınmış ve bakımda belirsizlikleri azaltmak, stresle başetme becerilerini güçlendirmek, bireyin iç ve dış stresörlere karşı uyumunu artırmak, komplikasyonları önlemek ve hasta eğitimi amaçlanmıştır. Bu olgu sunumu; NSM'nin kanser ve Covid 19 tanısı olan bireylerde kullanımı için uygun olduğunu ve hemşirelik bakımının niteliğini artırdığını göstermiştir.

Anahtar kelimeler: Covid 19, pandemi, Neuman Sistemler Modeli, Hemşirelik bakımı, Kanser

NURSING CARE APPLIED TO INDIVIDUALS WITH CANCER AND COVID 19 DIAGNOSIS ACCORDING TO THE NEUMAN SYSTEMS MODEL IN THE PANDEMIC PROCESS: A CASE REPORT

Abstract

Covid 19 disease has emerged as a public health problem that can be fatal all over the world and at the level of a pandemic that threatens all age groups. It has been reported that there is fatigue, fever, dry cough, myalgia at the beginning of the disease, and in severe cases, dyspnea and/or hypoxemia followed by septic shock and Acute Respiratory Distress Syndrome (ARDS) a week later. Some diseases with immune system weakness, such as cancer, are among the groups that have a high risk of contracting infectious diseases and developing severe complications. In particular, individuals diagnosed with malignancy have a higher risk of contracting covid 19 infection because they are receiving chemotherapy, radiotherapy or surgical treatment during the pandemic process. However, the symptom burden and nursing care needs of cancer patients continued to increase in the Covid-19 pandemic. In this case report, a 62-year-old patient, who was followed up with colon cancer for 3 years and was followed up in the intensive care unit with the diagnosis of Covid 19, was evaluated with the Neuman systems model (NSM) and the nursing process was carried out. Nursing care of the case was carried out through face-to-face interviews in the clinic where he was hospitalized. Nursing care of the case was carried out through face-to-face interviews in the clinic where he was hospitalized. The stressors and variables of the individual were discussed with a holistic perspective, and it was aimed to reduce the uncertainties in care, strengthen the skills of coping with stress, increase the individual's adaptation to internal and external stressors, prevent complications and patient education. This case report; It has been shown that NSM is suitable for use in individuals with cancer and Covid 19 diagnosis and increases the quality of nursing care.

Keywords

Covid 19, Pandemic, Neuman Systems Model, Nursing care, Cancer

PRSB-126

BİR ÜNİVERSİTE HASTANESİNDE EĞİTİM GÖREN HEMSİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN COVİD-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK VE ANKSİYETE DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Ebru AKGÜN ÇITAK[1], Tuğçe UÇGUN[2], Gizemnur ÇİÇEK[3], Nadide Yağmur ÇAPANGİL[4], Berra GÖKHAN[5]

[1]Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara/Türkiye, E-Posta: ebruakgun76@yahoo.com

[2]Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara/Türkiye, E-Posta: tugceucgun@baskent.edu.tr

[3]Başkent Üniversitesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara/Türkiye, E-Posta: 21794252@ogr.baskent.edu.tr

[4]Başkent Üniversitesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara/Türkiye, E-Posta: 21794183@ogr.baskent.edu.tr

[5]Başkent Üniversitesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara/Türkiye, E-Posta: 21794697@ogr.baskent.edu.tr

Özet

Amaç: Hemşirelik öğrencileri, pandemi döneminde uzaktan eğitim görme, uygulamaları gerçekleştirememe, klinik uygulamaya devam eden öğrencilerin enfekte olma ve ailesine bulaştırma, mezuniyet sonrası çalışma koşulları gibi konularda anksiyete ve belirsizlik yaşamaktadır. Bu çalışmada, Covid-19 pandemi döneminde eğitim gören hemşirelik öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük ve anksiyete düzeylerinin ve aralarındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı tipte olan bu araştırmanın verileri Google Formlar üzerinden toplanmıştır. Araştırmanın evrenini Ankara'da bir vakıf üniversitesinde eğitim gören hemşirelik bölümü öğrencileri oluşturmuş, örneklem seçimine gidilmeyip, 140 öğrenci ile araştırma yürütülmüştür. Veri toplama aracı olarak, *Kişisel Bilgi Formu, Koronavirüs Anksiyete Ölçeği (KAÖ), Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ)* kullanılmıştır. Koronovirüse yönelik anksiyete ve belirsizliğe tahammülsüz arasındaki ilişkinin incelenmesinde pearson korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Analizlerde güven aralığı $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Araştırmaya katılan katılımcıların %85'inin kadın olduğu, %80,7'sinin ailesiyle yaşadığı, %54,3'ünün sağlığını iyi algıladığı ve yaş ortalaması 21±1,73 olarak belirlenmiştir. Katılımcıların BTÖ-ileriye yönelik kaygı puanı 22,48±5,33; BTÖ-engelleyici kaygı puanı

14,41±4,53; BTÖ-toplam puanı 36,86±9,28 ve KAÖ puanı 2,79±3,00 olarak bulunmuştur. Katılımcıların KAÖ ve BTÖ- engelleyici kaygı puanları ortalamanın altında; BTÖ-ileriye yönelik kaygı ve BTÖ-toplam puanları ortalamanın üzerinde olduğu söylenebilir. KAÖ ile BTÖ-toplam puanları arasında ($p<0,05$; $r=0,206$) pozitif yönlü, düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki; KAÖ ile BTÖ-ileriye yönelik kaygı ($p<0,05$; $r=0,934$) ve BTÖ-engelleyici kaygı ($p<0,05$; $r=0,911$) arasında pozitif yönlü, yüksek düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Geleceğin hemşire adayları olan öğrencilerinin anksiyete ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin azaltılması, mesleğe yönelik tutumları için önemlidir. Bu nedenle; pandemiyle mücadele sürecinin hemşirelik müfredatlarında yer alması, öğrencilerin bilgi sahibi olmasına, anksiyete ve belirsizlik yaşamasına engel olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, anksiyete, belirsizlik, tahammülsüzlük, hemşirelik öğrencisi

EXAMINATION OF INTOLERANCE TO UNCERTAINTY AND ANXIETY LEVELS OF NURSING STUDENTS EDUCATED IN A UNİVERSITY HOSPITAL DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: Nursing students experience anxiety and uncertainty during the pandemic, because of distance education, inability to perform applications, infecting Covid-19 themselves and families, and working conditions after graduation. The purpose of this study was to examine the intolerance of uncertainty and anxiety levels and determine the relationship between intolerance of uncertainty and anxiety of nursing students who educated in Covid-19 pandemic.

Methods: This descriptive study's data were collected through Google Forms. The population of the study was of nursing department students who educated at a foundation university in Ankara. This study was made no sample selection, and conducted with 140 students. Personal Information Form, Coronavirus Anxiety Scale (CAS), Intolerance of Uncertainty Scale (IUS) were used as data collection tools. Pearson correlation analysis was used to examine the relationship between anxiety about the coronovirus and intolerance to uncertainty. Confidence interval was accepted as $p<0.05$ in the analysis.

Results: It was determined that 85% of the participants participating in the study were women, 80.7% lived with their families, 54.3% perceived their health well, and the mean age was 21±1.73. Participants' IUS-prospective anxiety score was 22.48±5.33; IUS-inhibitory anxiety score of 14.41±4.53; The IUS-total score was 36.86±9.28, and the CAS score was 2.79±3.00. It can be said that the participants' CAI scores and IUS-disabling anxiety scores were below the average, and the IUS-prospective anxiety and IUS-total scores are above the average. A positive, low-level and significant relationship was found between CAI and IUS-total scores

($p<0.05$; $r=0.206$). A positive, high-level and significant relationship was found between CAI and IUS-prospective anxiety ($p<0.05$; $r=0.934$) and IUS-inhibitory anxiety ($p<0.05$; $r=0.911$).
Conclusion: Reducing the anxiety and intolerance of uncertainty levels of students who are prospective nurses is important for their attitudes towards the profession. Therefore; It is thought that the inclusion of the process of combating the pandemic in the nursing curricula will prevent students from having knowledge and experiencing anxiety and uncertainty.
Key Words: Covid-19, anxiety, uncertainty, intolerance, nursing students

PRSB-127

COVİD-19 HASTALIĞINA YAKALANMA KORKUSUNUN HEMŞİRELERİN SİGARA İÇME ARZUSU ÜZERİNE ETKİSİ

Nazlı HACIALİOĞLU[1], Şeyma EŞKİ[2], Mine CENGİZ[3], Esra BAYRAKÇEKEN[4], Eda ÇEKER[5]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum/Türkiye E-Posta: naz23mart@hotmail.com

[2]Bölge Eğitim Araştırma Hastanesi, Eğitim Birimi, Erzurum/Türkiye, E-Posta: seymaeski7@hotmail.com

[3]Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum/Türkiye, E-Posta: minecengiz25@hotmail.com

[4]Atatürk Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum/Türkiye E-Posta: esra.bayrakceken@atauni.edu.tr

[5]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Sağlık Yüksek Okulu, Hemşirelik Bölümü, Ağrı/Türkiye, E-Posta: edaceker85@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışmada Covid-19 hastalığına yakalanma korkusunun hemşirelerin sigara içme arzusu üzerine etkisini incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı ve ilişkisel tipte yapılan çalışmanın evrenini bir eğitim araştırma hastanesinde çalışan ve sigara içen hemşireler oluşturmuştur. Çalışmada örneklem seçme yoluna gidilmeden evrenin tümüne ulaşmak hedeflenmiştir. Ancak araştırma, verilerin toplandığı tarihlerde çalışmaya gönüllü olarak katılan 136 hemşire ile tamamlanmıştır. Veriler "Kişisel Bilgi Formu, Covid-19 Korku Ölçeği ve Sigara İçme Arzusu Ölçeği" kullanılarak toplanmıştır. Çalışmanın yapılabilmesi için Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi etik kurulundan (B30.2.ATA.0.01.00/210) onay alınmıştır. Formlar hemşirelere Google form aracılığı ile ulaştırılmıştır. Veri incelemesinde t testi, varyans analizi ve korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmada erkek hemşirelerin Covid-19 korkuları kadın hemşirelere göre anlamlı olarak yüksek bulunmasına rağmen, cinsiyetin sigara içme arzusunu etkilemediği saptanmıştır ($p<.05$). Ayrıca Covid-19 korkusunun gelir durumu iyi olanlarda kötü olanlara göre; sigara içme arzusunun vardiyalı çalışan hemşirelerde gündüz çalışanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür ($p<.05$). Çalışmada hemşirelerin Covid-19 korkusu ile sigara içme arzusu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak Covid-19 korkusu ile sigara içme arzusu

ölçeğinin alt boyutu olan “Sigara İçmede Oluşacak Memnuniyet ve Rahatlama Beklentisiyle Arzulanan Acil Bir Sigara İsteği” arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (p<.05).

Sonuç: Bu çalışmada Covid-19 korkusu ile sigara içme arzusu arasında ilişki bulunmamıştır. Ancak hemşirelerin korku düzeyi arttıkça, rahatlama beklentisiyle sigara içme isteği artmıştır. Bu sonuçlara göre sigara içen hemşirelerin korku düzeylerini azaltmak için sigaraya başvurdukları söylenebilir. Covid-19 hastalığının sigara içenlerde daha sık görüldüğü ve sigara içenlerin hastalığı daha ağır geçirdiği gerçeğinden yola çıkarak hemşirelerin korku düzeyini azaltmada sigara yerine farklı rahatlama tekniklerini kullanmaları önerilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Hemşire, Korku, Sigara İçme Arzusu

THE EFFECT OF FEAR OF CATCHING COVID-19 DISEASE ON NURSES' DESIRE TO SMOKE

Abstract

Aim: In this study, it was aimed to examine the effect of fear of contracting Covid-19 disease on nurses' desire to smoke.

Methods: The population of the descriptive and relational study consisted of nurses smoking and working in a training and research hospital. In the study, it was aimed to reach the entire universe without choosing a sample. However, the study, was completed with 136 nurses who voluntarily participated in the study at the time of data collection. The data were collected using the "Personal Information Form, Covid-19 Fear Scale and Smoking Desire Scale". To conduct the study, approval had obtained from the ethics committee of Atatürk University Faculty of Medicine (B30.2.ATA.0.01.00/210). The forms were sent to the nurses via google form. T test, analysis of variance and correlation analysis were used in data analysis.

Results: Although male nurses' fear of Covid-19 was found to be significantly higher than female nurses in the study, of gender did not affect the desire to smoke detected (p<.05). In addition, the fear of Covid-19 those with good incomes compared to those with bad income; It has been observed that the desire to smoke is significantly higher in nurses working in shifts compared to those working during the day (p<.05). In the study, no significant relationship was found between nurses' fear of Covid-19 and their desire to smoke. However, a significant relationship was found between the fear of Covid-19 and the sub-dimension of the scale of desire to smoke “The Desired Urgent Desire for a Cigarette with the Expectation of Satisfaction and Relief in Smoking” (p<.05).

Conclusion: In this study, no relationship was found between the fear of Covid-19 and the desire to smoke. However, as the fear level of the nurses increased, the desire to smoke in anticipation of relief increased. According to these results, it can be said that smoking nurses’

resort to smoking to reduce their fear levels. Since Covid-19 disease is more common in smokers and that smokers have the disease more severely, it has been suggested that nurses use different relaxation techniques instead of smoking to reduce their fear level.
Key Words: Covid-19, Nurse, Fear, Desire to Smoke

PRSB-128

COVID-19'UN DİĞER YÜZÜ; OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK

Serpil TAN [1] ***, Filiz ERSÖĞÜTÇÜ*** [2]

[1] ***Fırat üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ /Türkiye***

E Posta: bahar-1007@hotmail.com

[2] ***Fırat üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ /Türkiye***

E-Posta: fersogutcu@firat.edu.tr

Özet

Günümüzde zaman alıcı temizlik ritüellerini tek bir semptom olarak düşünmek OKB'yi teşhis etmek için yetersiz görünmektedir. Çünkü pandemi yalnızca biyolojik ve tıbbi olaylar değildir. Toplum üzerinde ciddi psikososyal etkileri olan bir salgındır. Özellikle salgınlarda kişinin kendisini ve sevdiklerini korumak istemesi, bulaşma ihtimalini azaltmak için hijyen hassasiyetini arttırır ve bu da obsesif kompulsif bozukluğu (OKB) olanlar için yüksek risk taşır. Ruh sağlığı bozuk olan hiçbir hastalık grubu bu salgından OKB hastaları kadar doğrudan etkilenmemiştir. Covid-19 salgını, OKB'deki mevcut kontaminasyon korkularını doğrudan tetiklemiştir. OKB hastalarının kendilerini genellikle anlamsız veya abartılı bulduğu, sıklıkla artan utançla ilişkilendirilen sosyal mesafeli ve ritüelleşmiş kompulsif yıkama davranışları, sadece standart olmakla kalmayıp WHO gibi resmi web sitelerinde de savunulmaktadır. Sağlık yetkililerinin olası salgınla baş etmek için verdikleri tavsiyeler (sık sık el yıkamak, sosyal mesafe vb) genellikle OKB semptomlarıyla "görünüşte" örtüşür. Bu da kontaminasyon korkularını sağlam ve gerçekçi temeller üzerine oturtmuştur. Bu nedenle virüse maruz kalma korkusu, ritüelleşmiş kompulsif faaliyetlerini tetikleyebilir ve OKB'nin uzun vadeli prognozunu kötü etkileyebilir. Ayrıca salgınla birlikte diğer tüm aile üyelerinin sık sık el yıkaması, diğer bireyleri eskisi kadar rahatsız etmemesinden dolayı bazı OKB hastalarındaki suçluluk duygusunu azaltabilir. Üstelik bu durum OKB'si olan remisyonlu hastalarda semptomların tekrarını kolaylaştırabilir.

Anahtar Kelimeler: Pandemi, Kovid-19, OKB.

THE OTHER SIDE OF COVID-19; OBSESSIVE COMPULSIVE DISORDER

Abstract

Today, thinking time-consuming cleaning rituals as a single symptom seems insufficient to diagnose OCD. Pandemics aren't just biological and medical events. It is an epidemic with serious psychosocial effects on society. Especially in epidemics, the person's desire to protect herself/himself and her/him loved ones increases the sensitivity of hygiene to reduce the possibility of contamination and also this carries a high risk for those with obsessive compulsive disorder (OCD). No disease group with mental health disorders, has been directly affected by this pandemic as much as OCD patients. The Covid-19 pandemic has directly wheted on

existing contamination fears in OCD. Social distancing and frequent as well as ritualized washing behaviors, which OCD patients themselves usually consider senseless or exaggerated and which are often associated with increased shame, have become not only standard but are advocated on official websites, such as the website of the WHO. Advice given by health authorities to deal with a possible epidemic (frequent hand washing, social distancing, etc.) often "apparently" overlaps with OCD symptoms. This has also built contamination fears on solid and realistic foundations. Therefore, fear of exposure to the virus can whet on ritualized compulsive activities and adversely affect the long-term prognosis of OCD. In addition, frequent hand washing of all family members during the pandemic can reduce the sense of guilt in some OCD patients, since it does not disturb other individuals as much as before. Moreover, this condition can facilitate the recurrence of symptoms in patients with remission with OCD.
Key Words: Pandemic, Covid-19, OCD.

PRSB-130

PANDEMİ İLE MÜCADELEDE PSİKOLOJİK İLK YARDIM

Seher ÇEVİK AKTURA[1], Elanur VİCNELİOĞLU[2], Seyhan ÇITLIK SARITAŞ[3]

[1]İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Malatya / Türkiye, E-Posta: seherrcvk@gmail.com

[2]İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Malatya / Türkiye, E-Posta: elanur.vicnelioglu@outlook.com

[3] İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Malatya / Türkiye, E-Posta: Seyhancitlik@hotmail.com

Özet

COVID-19 pandemisi gibi küresel krizler, bireylerin ve toplumların fiziksel ve duygusal refahını olumsuz yönde etkileyen bir dizi tepki ortaya çıkarmaktadır. Virüsün bilimsel olarak anlaşılmasına ilişkin bilgi boşluğu, belirgin şekilde değişken seyri ve prognozu, bu durumun nasıl gelişeceğine dair kesinliğin olmayışı bireylerde strese neden olmuştur. COVID-19 salgını sırasında sosyal panik ve önemli tıbbi kaynak sıkıntısı ile karşı karşıya kalan hastalara psikolojik ilk yardım sağlanması, hastaların ruh sağlığı ve rehabilitasyonları için esas olarak görülmüştür. Dünya sağlık örgütü, "psikolojik ilk yardım", "acı çeken ve desteğe ihtiyacı olan bireye insancıl, destekleyici bir yanıt" şeklinde tanımlamıştır. Karantina zorunluluğu ve psikolojik bakım veren sağlık profesyonellerinin sayısının enfekte olan bireylere oranla yetersiz kalması geleneksel yüz yüze teşhis, tedavi ve psikolojik müdahalelerin kullanımını sınırlamıştır. Bu süreçte başta Çin olmak üzere birçok ülke uzaktan psikolojik ilk yardım müdahaleleri için çalışmalara başlamış ve alt yapılar oluşturmuştur. Uzaktan psikolojik ilk yardım verecek olan ekip üyelerine hızlandırılmış eğitimler verilmiş, çevrim içi etkili iletişim ile hasta ziyaretleri yapılmış ve bireylere gerekli psikolojik bakımın verilmesi sağlanmıştır. Online psikolojik ilk yardım uygulamaları bu süreçte stres ve travma tepkilerinin ya da belirtilerinin neler olduğu, korku, çaresizlik, suçluluk duygularının nasıl aşılacağı, belirtilerle nasıl baş edileceği ve ayrımcılığa uğrama duygusuyla nasıl baş edileceği konularını kapsamıştır. Ayrıca hastalara rehabilitasyon, duygu düzenleme ve uyku konularında bilgiler verilmiştir. Psikiyatrist/psikolog, hemşire, fizyoterapistten oluşan multidisipliner ekibin bir diğer kritik rolü, daha fazla bireyselleştirilmiş müdahaleye ihtiyaç duyan bireylerin belirlenmesidir. Psikolojik ilk yardım salgın sürecinde hastaların ruh sağlığının iyileştirilmesinde önemli bir araçtır ve geniş uygulanabilirliği ile birleştiğinde benzersiz ve çekici bir seçenek haline gelmektedir.

Anahtar Kelimeler:COVID-19, Hemşirelik, Psikolojik ilk yardım, Ruh sağlığı

PSYCHOLOGICAL FIRST AID IN FIGHTING THE PANDEMIC

Abstract

Global crises such as the COVID-19 pandemic elicit a range of responses that negatively affect the physical and emotional well-being of individuals and societies. The knowledge gap regarding the scientific understanding of the virus, its markedly variable course and prognosis, and the lack of certainty about how this condition will develop have caused stress in individuals. Providing psychological first aid to patients facing social panic and shortages of significant medical resources during the COVID-19 pandemic has been seen as essential for patients' mental health and rehabilitation. The World Health Organization has defined "psychological first aid" as "a humane, supportive response to an individual in pain and in need of support". The necessity of quarantine and the insufficient number of health professionals providing psychological care compared to infected individuals limited the use of traditional face-to-face diagnosis, treatment and psychological interventions. In this process, many countries, especially China, started to work on remote psychological first aid interventions and created infrastructures. Accelerated trainings were given to team members who would provide remote psychological first aid, patient visits were made through effective online communication, and necessary psychological care was provided to individuals. Online psychological first aid practices covered the issues of stress and trauma reactions or symptoms, how to overcome feelings of fear, helplessness, guilt, how to deal with symptoms and how to deal with the feeling of discrimination. In addition, patients were given information on rehabilitation, emotion regulation and sleep. Another critical role of the multidisciplinary team consisting of psychiatrist/psychologist, nurse, physiotherapist is to identify individuals who need more individualized intervention. Psychological first aid is an important tool in improving the mental health of patients during the epidemic, and when combined with its wide applicability, it becomes a unique and attractive option.

Key Words: COVID-19, Mental health, Nursing, Psychological first aid

PRSB-131

DEMANSLI BİREYLERE BAKIM VERENLERİN COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDEKİ DENEYİMLERİ: KALİTATİF BİR ÇALIŞMA

Merve Aliye AKYOL[1,2], Özlem KÜÇÜKGÜÇLÜ[1,2], Burcu AKPINAR SÖYLEMEZ[1], Seher GÖNEN ŞENTÜRK[3], Baran GÜL[1,4]

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, İç Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İzmir / Türkiye.
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi, Evde Bakım Uygulama ve Araştırma Merkezi, İzmir / Türkiye.
[3]Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İç Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Çankırı / Türkiye.
[4]Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İç Hastalıkları Hemşireliği Yüksek Lisans Programı, İzmir / Türkiye.
merve.akyol@deu.edu.tr, ozlem.kguclu@deu.edu.tr, burcu.akpinar@deu.edu.tr, sehergonen@karatekin.edu.tr, baran.gul@deu.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışma COVID-19 pandemi sürecinde demanslı bireylere bakım verenlerin deneyimlerini anlamayı amaçlamıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı niteliksel yaklaşım kullanılmıştır. Çalışma örneklemini, Ocak-Şubat 2021 tarihleri arasında Türkiye'nin batısında bulunan demanslı bireylere bakım veren 29 kişi oluşturmuştur. Verilerin analizinde içerik analizi tekniği kullanılmıştır.

Bulgular: Veriler analiz edildiğinde, demanslı bireylere bakım verenlerin deneyimleri iki ana göze çarpan temada gruplandırılmıştır: zorluklar ve çözüm bulma.

Sonuç: Bakım verenlerin pandemi sürecindeki deneyimleri farklılık göstermekteydi. Ayrıca, bakım verenlerin çoğunun birden fazla ve önemli sorunları bulunmaktaydı. Bu çalışma, demanslı bireylerin bakım verenleri için daha fazla fark edilme ve destek ihtiyaçlarını vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Demans, Bakım Verenler, COVID-19, Nitel Araştırma.

EXPERIENCES OF CAREGIVERS OF PEOPLE WITH DEMENTIA DURING THE COVID-19 PANDEMIC: A QUALITATIVE STUDY

Abstract

Aim: This study aimed to understand the experiences of caregivers of people with dementia (PwD) during the COVID-19 pandemic.

Methods: A descriptive qualitative approach were used. The study sample consisted of 29 caregivers of PwD from January-February 2021 in western of Turkey. Content analysis technique was used in the analysis of the data.

Results: When the data were analyzed, the experiences of caregivers of PwD were grouped into two main salient themes: difficulties and funding solutions.

Conclusion: The experiences of caregivers during the pandemic process varied. Also, most caregivers had multiple and serious problems. This study highlights the needs for recognition and greater support for caregivers of PwD.

Key Words: Dementia, Caregivers, COVID-19, Qualitative Research.

PRSB-132

COVID-19 PANDEMİSİNDE ÖN SAFTA ÇALIŞAN HEMŞİRELERDE MESLEKİ TATMİN, TRAVMATİK STRES BELİRTİLERİ, TÜKENMİŞLİK VE EŞDUYUM YORGUNLUĞUNUN İNCELENMESİ

Eda AY[1], Kübra Nur AKYÖN[2], Emrah AY [3]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi , Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı Erzurum/Türkiye

e-mail: edaay25@gmail.com

[2] Erzurum Şehir Hastanesi, Erzurum/Türkiye

e-mail: kub_ak.6@outlook.com

3 Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi , Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı Erzurum/Türkiye

e-mail: emrahay61@gmail.com

Özet

Amaç: Bu araştırma COVID-19 pandemisinde ön safta çalışan hemşirelerde mesleki tatmin, travmatik stres belirtileri, tükenmişlik ve eşduyum yorgunluğunun belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma, Şubat 2021-Mart 2021 tarihleri Erzurum Şehir Hastanesi ve Atatürk Üniversitesi Eğitim ve Araştirma Hastanesi'nde yürütülmüştür Araştırmada herhangi bir örneklem yöntemi kullanılmamış COVID-19 hastalarina bakım veren tüm gönüllü hemşireler araştırmaya dahil edilmiştir (n=244).Araştırmaya başlamadan önce Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden etik kurul onayı alınmıştır. Veriler literatür taranarak araştırmacılar tarafından oluşturulan "Anket Formu", "Çalışanlar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği (ÇYKÖ)" ve "Travmatik Stres Belirtileri Ölçeği (TSBÖ) kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizi SPSS 20.0 paket programında yapılmıştır, verilerin değerlendirilmesinde sayı, yüzdelikler veya ortalama kullanılmıştır. Sayısal veriler arasındaki ilişki Korelasyon Analizi ile gruplar arasındaki farklılık ise Kruskall Wallis Varyans Analizi ve Mann-Whitney U Testi ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Araştırmaya katılan hemşirelerin Travmatik Stres Belirtileri Ölçeği (TSBÖ) toplam puan ortalaması 37.19±10.08'dir. Çalışanlar için Yaşam Kalitesi Ölçeği (ÇYKÖ) Mesleki Tatmin Alt Boyutu puan ortalaması 25.09±5.35, Tükenmişlik Alt Boyutu puan ortalaması 23.12±3.94, Eşduyum Yorgunluğu Alt Boyutu puan ortalaması ise 17.63±5.68'dir. TSBÖ ile ÇYKÖ Mesleki Tatmin Alt Boyutu arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanırken (r: -.215, $p<0.05$) , Eşduyum Yorgunluğu Alt Boyutu (r: .650) arasında pozitif

yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki belirlenmiştir ($p<0.05$). TSBÖ ile ÇYKÖ Tükenmişlik alt boyutu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($p>0.05$).

Sonuç: Çalışmamızda Travmatik Stres Belirtileri Ölçeği (TSBÖ)'nden alınan puan arttıkça eşduyum yorgunluğunun arttığı, mesleki tatminin ise azaldığı saptanmıştır. ÇYKÖ ölçeği alt boyut maksimum puanları açısından bakıldığında hemşirelerde mesleki tatmin, eşduyum yorgunluğu ve tükenmişlik toplam puanları orta düzeyde bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Covid-19 , Hemşirelik, Travmatik Stres, Mesleki Tatmin

INVESTIGATION OF TRAUMATIC STRESS SYMPTOMS, BURNTNESS AND EQUALITY TIRE OF NURSES WORKING IN THE FRONT PHASE IN COVID-19 PANDEMIA

Abstract

Aim: This research was conducted as a descriptive study to determine professional satisfaction, traumatic stress symptoms, burnout and empathy fatigue in frontline nurses during the COVID-19 pandemic.

Method: The research was carried out at Erzurum City Hospital and Atatürk University Training and Research Hospital between February 2021 and March 2021. All volunteer nurses caring for COVID-19 patients were included in the study (n=244). No sampling method was used in the study. Ethics committee approval was obtained from Atatürk University Faculty of Medicine. The data were collected using the "Survey Form", "Quality of Life Scale for Employees (QYQQ)" and "Traumatic Stress Symptoms Scale (PTSI)" created by the researchers by scanning the literature. The analysis of the data was made in SPSS 20.0 package program, numbers, percentages or average were used in the evaluation of the data. The relationship between numerical data was evaluated with Correlation Analysis and the difference between groups was evaluated with Kruskall Wallis Analysis of Variance and Mann-Whitney U Test.

Results: The total mean score on the Traumatic Stress Symptoms Scale (TSSS) of the nurses participating in the study was 37.19±10.08. The mean score of the Job Satisfaction Professional Quality of the Employee Quality of Life Scale (ProQOL) is 25.09±5.35, the mean score of the Burnout Sub-dimension is 23.12±3.94, and the mean score of the Compassion Fatigue Sub-Dimension is 17.63±5.68. While a statistically significant negative correlation was found between TSSS and ProQOL Professional Satisfaction Sub-Dimension (r: -.215, $p<0.05$), a positive statistically significant relationship was found between the Compassion Fatigue Sub-Dimension (r: .650) ($p<0.05$) . No statistically significant correlation was found between TSS and ProQOL Burnout sub-dimension ($p>0.05$).

Conclusion: In our study, it was determined that as the score obtained from the Traumatic Stress Symptoms Scale (TSSS) increased, empathy fatigue increased and professional satisfaction decreased. In terms of the sub-dimension maximum scores of the ProQOL scale, nurses' professional satisfaction, empathy fatigue and burnout total scores were found to be moderate.
Keywords: Covid-19 , Nursing, Traumatic Stress, Occupational Satisfaction

PRSB-133

COVID-19 SÜRECİNDEKİ SAĞLIK ÇALIŞANLARININ BÜTÜNLEŞİK ANKSİYETE STRES DURUMLARI İLE YAŞAM KALİTELERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Nevin GÜNAYDIN[1], Ceyda BOL[2], Şemsi YILMAZ[3]

[1]Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ordu / Türkiye, e-posta: nevin_altintas@yahoo.com.tr

[2]Rize Recep Tayyip Erdoğan Eğitim ve Araştırma Hastanesi,Rize / Türkiye, e-posta:ceydaabol@gmail.com

[3]Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi İbn-i Sina Hastanesi,Ankara/Türkiye, e-posta: **semsiylmzz06@gmail.com**

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı, COVID-19 sürecindeki sağlık çalışanlarının bütünleşik anksiyete durumları ile yaşam kalitelerinin ve aralarındaki ilişkinin değerlendirilmesidir.

Yöntem: Bu çalışma, kesitsel, tanımlayıcı ve ilişki arayıcıdır. Veri toplama aracı olarak, "Kişisel Bilgi Formu", "Bütünleşik Anksiyete-Stres Ölçeği", "Yaşam Kalitesi Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler, online olarak Google forms yoluyla toplanmıştır.

Bulgular: Çoğunluğu kadınların oluşturduğu çalışmada, katılımcıların %81.6'sı hemşiredir ve %59,7'si Covid-19 ile ilgili birimlerde görevlendirilirken, %38'i Covid/Covid Yoğun Bakım servislerinde çalışmıştır. Katılımcıların %80,7'si covid-19 sürecinde psikolojik şikayetler yaşamıştır. En sık karşılaşılan psikolojik şikâyet %47.6 ile endişedir. Psikiyatri ilacı kullanma oranı %7.9'dur. Kullananların %58.3'ü kullanmaya Covid-19 sürecinde başlamışlardır. Katılımcılar bütünleşik anksiyete stres ölçeğinden 56.34±28.70; tükenmişlik alt boyutundan19.88±7.22; mesleki tatmin alt boyutundan 32.64±10.17; eşduyum yorgunluğu alt boyutundan 15.70±9.32; çalışanlar için yaşam kalitesi topla puanından 68.21±16.34 puan almışlardır. %54.8'i çok düşük düzeyde stres yaşamışlardır. Covid-19 sürecinde yaşanan psikolojik şikayetler ile bütünleşik anksiyete stres düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p<0.05$). Bu çalışmada, "bütünleşik anksiyete stres ölçek puanı" ile "mesleki tatmin" alt boyut puanı arasında ilişki negatif yönlü; "tükenmişlik" ve "eşduyum yorgunluğu" alt boyutları ile "çalışanlar için yaşam kalitesi ölçeği" toplam puanı arasında pozitif yönlü ileri derecede anlamlı bir ilişki vardır ($p<0.001$). Bütünleşik anksiyete stres ölçeği ile çalışanlar için yaşam kalitesi ölçeği arasındaki oluşturulan regresyon modeli istatistiksel olarak ileri derecede anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0.001$).

Sonuç: Bu çalışmada, bütünleşik anksiyete stres ölçek puanının, çalışanlar için yaşam kalitesi hakkında anlamlı bir yordayıcı olduğu belirlenmiştir. Mesleki tatmin düzeyi azaldıkça, tükenmişlik düzeyi ve eşduyum yorgunluğu düzeyi arttıkça, bütünleşik anksiyete stres ölçek puanı artmaktadır.
Anahtar Kelimeler: COVID-19 salgını, bütünleşik anksiyete-stres, yaşam kalitesi, sağlık çalışanları

EVALUATION OF INTEGRATED ANXIETY STRESS SITUATIONS AND QUALITY OF LIFE OF HEALTHCARE WORKERS IN THE COVID-19 PROCESS

Abstract

Purpose: The aim of this study is to evaluate the integrated anxiety states of healthcare workers in the COVID-19 process and their quality of life and the relationship between them.

Methods: This study is cross-sectional, descriptive, and correlational. “Personal Information Form”, “Integrated Anxiety-Stress Scale”, “Quality of Life Scale” were used as data collection tools. The data were collected by reaching online via Google forms.

Results: In the study, the majority of which were women, 81.6% of the participants were nurses and 59.7% were assigned to the units related to Covid-19, while 38% worked in Covid/Covid Intensive Care services. 80.7% of the participants experienced psychological complaints during the covid-19 process. The most common psychological complaint is anxiety with 47.6%. The rate of using psychiatric drugs is 7.9%. 58.3% of users started using it during the Covid-19 process. Participants scored 56.34±28.70 on the integrated anxiety stress scale; 19.88±7.22 from the burnout sub-dimension; 32.64±10.17 from the professional satisfaction sub-dimension; 15.70±9.32 from empathy fatigue sub-dimension; they got 68.21±16.34 points from the total score of quality of life for employees. 54.8% of them experienced very low levels of stress. A significant relationship was observed between psychological complaints experienced during the Covid-19 process and integrated anxiety stress levels ($p<0.05$). In this study, the relationship between "integrated anxiety stress scale score" and "professional satisfaction" sub-dimension score was negative; There is a highly significant positive correlation between the sub-dimensions of "burnout" and "compassion fatigue" and the total score of the "quality of life scale for employees" ($p<0.001$). The regression model created between the integrated anxiety stress scale and the quality of life scale for employees found a statistically highly significant relationship ($p<0.001$).

Conclusion: In this study, it was determined that the integrated anxiety stress scale score was a significant predictor of quality of life for employees. As the level of job satisfaction decreases and the level of burnout and empathy fatigue increase, the integrated anxiety stress scale score increases.
Keywords: COVID-19 epidemic, integrated anxiety-stress, quality of life, healthcare workers

PRSB-134

COVID-19 SALGININ RUHSAL ETKİLERİ: PSİKİYATRİ HEMŞİRELİĞİ PERSPEKTİFİNDEN BİR BAKIŞ

Nevin GÜNAYDIN[1], Ceyda BOL[2], Şemsi YILMAZ[3]

[1]Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ordu / Türkiye, e-posta: nevin_altintas@yahoo.com.tr

[2]Rize Recep Tayyip Erdoğan Eğitim ve Araştırma Hastanesi,Rize / Türkiye, e-posta:ceydaabol@gmail.com

[3]Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi İbn-i Sina Hastanesi,Ankara/Türkiye, e-posta: **semsiylmzz06@gmail.com**

Özet

Amaç: Bu derleme çalışmasının amacı, COVID-19 salgınının birey ve toplum üzerindeki ruhsal etkilerini *farklı grup üzerinde inceleyen araştırmaları* gözden geçirmektir.

Bulgular: Literatür gözden geçirildiğinde, COVID-19 salgınının stres, öfke, korku, gibi olumsuz duygusal sorunlar yaşandığı; anksiyete (post-travmatik stres bozukluğu (PTSD), obsesif-kompulsif bozukluk (OKB), …) ve depresif bozukluklar gibi psikiyatrik bozukluklara eğilimin arttığı; psikolojik belirtilerin yeme ve uyku gibi rutinleri bozduğu; psikolojik belirtilerin ortaya çıka sıklığını arttırdığı söylenebilir. Adölesan ve çocuklarda ise kaygı ve korkunun sıklıkla görüldüğü, önlemek için ebeveynlerin çocuklarının bilişsel düzeylerine uygun açıklamalar yapmalarının önemli olduğu ifade edilebilir. Sağlık profesyonellerinin ise anksiyete (post-travmatik stres bozukluğu (PTSD)…) ve depresif bozukluklara ilişkin eğilimlerinin arttığı, uyku ile ilgili sorunlar ve yoğun stres nedeniyle çatışmalar yaşadıkları görülmektedir. Pandeminin etkilerine ilişkin risk grupları (sağlık çalışanı, engelli, ruhsal bozukluğu olan birey,…) olduğu görülmektedir.

Sonuç: Bu doğrultuda, toplumun ve yöneticilerin ruhsal bozukluklara ilişkin belirtilere ilişkin farkındalıklarının arttırılması, bireylere ve topluma sağlanan ruhsal desteğin arttırılması, kapsamlı ve sürekli ruhsal desteğin sürdürülmesinin önemli olduğu söylenebilir. İlerleyen dönemlerde ise ülkemizde pandeminin uzun vadeli etkilerine ilişkin olarak yapılacak araştırmalar yapılması önerilmektedir. Kitle iletişim araçları yada sosyal medyadaki dezenformasyonun, karantinanın, riskli grupta olmanın kişileri nasıl etkilediği, birincil ve ikincil önlemenin ve destek sistemlerinin harekete geçirilmesinin ve etkili kullanılmasının, önemli olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19 salgını, ruhsal sorunlar, psikiyatri hemşireliği

THE PSYCHIC EFFECTS OF THE COVID-19 PANDEMIC: A VIEW FROM THE PERSPECTIVE OF PSYCHIATRIC NURSING

Abstract

Aim: The purpose of this review study is to review the studies examining the mental effects of the COVID-19 epidemic on the individual and society on different groups.

Results: When the literature was reviewed, it was found that the COVID-19 epidemic experienced negative emotional problems such as stress, anger, fear; increased tendency to psychiatric disorders such as anxiety (post-traumatic stress disorder (PTSD), obsessive-compulsive disorder (OCD), …) and depressive disorders; psychological symptoms disrupt routines such as eating and sleeping; It can be said that it increases the incidence of psychological symptoms. It can be stated that anxiety and fear are frequently seen in adolescents and children, and it is important for parents to make explanations appropriate to their children's cognitive levels in order to prevent them. Health professionals, on the other hand, seem to have an increased tendency towards anxiety (post-traumatic stress disorder (PTSD)...) and depressive disorders, and they experience conflicts due to sleep-related problems and intense stress. It is seen that there are risk groups related to the effects of the pandemic (health worker, disabled, individual with mental disorder,…).

Conclusion: In this direction, it can be said that it is important to increase the awareness of the society and administrators about the symptoms of mental disorders, to increase the psychological support provided to individuals and the society, and to maintain comprehensive and continuous psychological support. In the following periods, it is recommended to conduct research on the long-term effects of the pandemic in our country. How disinformation in the mass media or social media, quarantine, being in the risk group affects people, activating and effectively using primary and secondary prevention and support systems are seen to be important.

Keywords: Covid-19 outbreak, mental problems, psychiatric nursing

PRSB-135

COVID-19 NEDENİYLE DAMGALANDIĞINI DÜŞÜNEN SAĞLIK ÇALIŞANLARININ, COVID-19 HASTALARINA YÖNELİK TUTUMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Sevgi KÖROĞLU[1], Gülgün DURAT[2]

[1] Sakarya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sakarya / Türkiye, E-posta: sevgikoroglu@sakarya.edu.tr

[2] Sakarya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sakarya / Türkiye, E-posta: gdurat@sakarya.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmada; pandemi sürecinde, damgalanmayı deneyimleyen sağlık çalışanlarının COVID-19 olgularına yönelik tutumlarını; deneyimin, damgalanmayı etkileyip etkilemediğini belirlemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı-kesitsel tipteki araştırmanın verileri, online anket yöntemi ile elde edilmiştir. Sosyo-demografik özellikleri ve COVID-19 damgalanma deneyimlerini içeren "Tanımlayıcı Bilgi Formu", sağlık çalışanlarının COVID (+) tanılı olgulara yönelik tutumlarını değerlendirmek için "COVID-19 Tanılı Bireylere Yönelik Tutum Anketi'' araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda hazırlanmıştır. Analize 80 katılımcının verdiği yanıtlar dahil edilmiştir.

Bulgular: Çalışmaya katılan sağlık çalışanlarının yaş ortalaması 29,89±8.31 (20-50), %77,5'i kadın, %72,5'i hemşire, %73,8'i pandemi hastanesinde görev yapmaktadır. Sağlık çalışanlarının %60'ı COVID (+) hastaya bakım sunmaktadır. Katılımcıların %58,8' i sağlık çalışanı olması sebebiyle dışlandığını, %21,3'ü ise ailesinin dışlandığını düşünmektedir. COVID (+) hasta ile çalıştığını bildiren sağlık çalışanlarının %51,5'i dışlanmaya maruz kalmadığını bildirmesine rağmen dışlandığını düşünmektedir (χ^2=8,146; p=0.04). Sağlık çalışanları, %60 oranında komşular, %11,3 toplum, %7,5 iş arkadaşları tarafından damgalandığını belirtmiştir.

Katılımcıların %55'i COVID-19 olan insanlar, iş yükünü arttırdığı için öfkelendiğini; %73,8'i COVID-19 olan insanlar tedaviyi reddettiğinde öfke duyduğunu; %55'i COVID-19 olan hastaların ihmalkar olduğunu bildirmektedir. COVID (+) hastalarla çalıştığı bilinen ortamda dışlanmaya maruz kalan katılımcılar, COVID (+) hastaları hijyen kurallarına uymadığı için suçlamaktadır (χ^2=9,271; p=0.010). Sağlık çalışanı olduğu için dışlandığını düşünen

katılımcılar; COVID-19 olan bireylerin cahil olduğunu (χ^2=9,354; p=0.009), ihmalkar olduğunu (χ^2=7,257 p=0.027) bildirmişlerdir.

Sonuç: COVID-19 ile damgalanma deneyimlerinin, COVID (+) olgulara yönelik olumsuz tutumu etkilediği gözlemlenmiştir. Sadece sağlık çalışanı olduğu için dışlandığını düşünen çalışanlarla ilgili daha ayrıntılı çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır.

Anahtar kelimeler: COVID-19, damgalama, sağlık çalışanı

EVALUATION OF THE ATTITUDES OF HEALTHCARE PROFESSIONALS WHO THINK THEY HAVE BEEN STIGMATIZED DUE TO COVID-19 TOWARDS COVID-19 PATIENTS

Abstract

Aim: In this study; It was aimed to determine the attitudes of healthcare professionals who experience stigma towards COVID-19 cases during the pandemic process and whether the experience affects stigma or not.

Method: The data of the descriptive-cross-sectional study were obtained by the online survey method. "Descriptive Information Form", which includes socio-demographic characteristics and COVID-19 stigma experiences, and "Attitude Questionnaire towards Individuals Diagnosed with COVID-19" was prepared by researchers in line with the literature to evaluate the attitudes of healthcare professionals towards cases with a COVID (+) diagnosis. Responses from 80 participants were included in the analysis.

Results: The mean age of the health workers participating in the study was 29.89±8.31 (20-50), 77.5% were female, 72.5% were nurses, and 73.8% were working in the pandemic hospital. 60% of healthcare professionals provide care for COVID positive patients. 58.8% of the participants think that they are excluded because they are health workers, and 21.3% think that their families are excluded. 51.5% of healthcare professionals who reported that they were working with COVID (+) patients thought they were excluded, although they reported that they were not excluded (χ^2=8.146; p=0.04). Health workers stated that they were stigmatized by neighbours 60%, society 11.3%, and colleagues 7.5%.

55% of respondents were angry because people with COVID-19 increased their workload; 73.8% felt anger when people with COVID-19 refused treatment; 55% reported that patients

with COVID-19 are negligent. Participants exposed to exclusion in an environment, in which they were known to work with COVID (+) patients, blame COVID (+) patients for not following hygiene rules (χ^2=9,271; p=0.010). Participants who think that they are excluded because they are health workers reported that individuals with COVID-19 were ignorant (χ^2=9.354; p=0.009) and negligent (χ^2=7.257 p=0.027).

Conclusion: It has been observed that the experiences of being stigmatized with COVID-19 affect the negative attitude towards COVID (+) cases. More detailed studies are needed on employees who think they are excluded just because they are healthcare professionals.

Keywords: COVID-19, stigma, healthcare worker

PRSB-136

OBSESİF-KOMPULSİF BOZUKLUĞU OLAN BİREYLERDE COVID-19 PANDEMİSİ ESNASINDA SEMPTOMLARIN ŞİDDETİNİN VE YORDAYICILARININ BELİRLENMESİ

***Sevgi KÖROĞLU*[1], *Çiğdem ŞEN TEPE*[1], *Gülgün DURAT*[1]**

[1]Sakarya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sakarya / Türkiye, E-Posta: sevgikoroglu@sakarya.edu.tr

[1]Sakarya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sakarya / Türkiye, E Posta: cigdemsen@sakarya.edu.tr

[1]Sakarya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sakarya / Türkiye, E-Posta:gdurat@sakarya.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmada; Covid-19 pandemisi esnasında, obsesif-kompulsif bozukluğu (OKB) olan bireylerin semptomlarının şiddetini değerlendirmek ve önemli yordayıcıları belirlemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı-kesitsel tipteki araştırmaya, online anket yöntemiyle 77 katılımcı dahil edilmiştir. Çalışmada veri toplama araçları olarak araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda geliştirilen sosyo-demografik özellikleri içeren "Tanımlayıcı Bilgi Formu", obsesif-kompulsif belirtilerin dağılımını ve şiddetini ölçen 41 maddelik öz bildirime dayalı "Padua Envanteri (PE)" kullanılmıştır. Veriler, tanımlayıcı ve parametrik testler ile analiz edilmiştir.

Bulgular: OKB tanılı bireylerin %90,9'unun cinsiyeti kadın, yaş ortalaması 27±5,41 (min:19, max:50), %55,8'İnin eğitimi lisansüstü, %83,1'i bekardır. Katılımcıların, %28,6'sı psikiyatrik ilaç kullandığını, %87'si psikoterapi almadığını, %15,9'u komorbid anksiyete veya depresyon bozukluğu tanısı olduğunu bildirmişlerdir. Covid sürecinde %37,7'si temizlik ürünlerine, %66,2'si doktor ve terapiste ulaşmada sorun yaşayacağı konusunda kendisini kaygılı hissettiğini ifade etmiştir. Katılımcıların %72,7'si sosyal izolasyonun, %22,1'i hijyen ve sosyal mesafe kurallarına uymanın kendisini güvende hissettirdiğini, %83,1'i OKB semptomlarının arttığını, %67,5'i çevresindekilerin semptomlarının şiddetinin arttığıyla ilgili geri bildirimler verdiğini bildirmiştir. Medyada korona virüsle ilgili haberleri takip etme süresi %88,3'ünde 1 saat veya daha azdır. PE kesme puanı olarak 66,7 baz alındığında katılımcıların %76,6'sının OKB bozukluğunun klinik düzeyde olduğu saptanmıştır. COVID (+) olma durumu ile temizlik ve kontrol alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu (t:-2,303, p:0,02; t: -2,002, p:0,04), COVİD geçirmeyenlerin OKB puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Temizlik/hijyen

ürünlerine ulaşmakta sorun yaşayacağını düşünen bireylerin PE toplam puanı arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır (t: 2,292, p:0,02). COVID-19 sürecinde doktor/terapiste ulaşmakta zorluk yaşayacağını düşüne bireylerin PE toplam ve alt boyutları puan ortalamalarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Pandemi sürecinde obsesyon ve kompulsiyon semptomlarının değişme durumu ile envanter toplam ve alt boyut puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$).

Sonuç: Çalışma bulguları göz önüne alındığında OKB semptomlarının şiddetinin arttığı, OKB puanı yüksek olan bireylerin COVİD'den korunma konusunda daha duyarlı davrandıkları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, OKB, Padua Envanteri

DETERMINING THE SEVERITY AND PREDICTIONS OF SYMPTOMS DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN INDIVIDUALS WITH OBSESSIVE-COMPULSIVE DISORDER

Abstract

Aim: In this study; It was aimed to evaluate the severity of the symptoms of individuals with obsessive-compulsive disorder (OCD) and to identify important predictors during the COVID-19 pandemic.

Methods: In the descriptive-cross-sectional study, 77 participants were reached by online survey method. In the study, 'Descriptive Information Form' containing socio-demographic features developed by the researchers in line with the literature, and 'Padua Inventory (PI)' based on self-report with 41 items measuring the distribution and severity of obsessive-compulsive symptoms were used as data collection tools. Data were analyzed with descriptive and parametric tests.

Results: 90.9% of individuals with OCD were female, mean age was 27±5.41 (min:19, max:50), 55.8% were postgraduate graduates, and 83.1% were single. Of the participants, 28.6% reported that they used psychiatric drugs, 87% did not receive psychotherapy, and 15.9% reported that they were diagnosed with comorbid anxiety or depression disorder. During the Covid process, 37.7% of them stated that they felt worried that they would have problems in reaching cleaning products, and 66.2% to a doctor and therapist. 72.7% of the participants gave feedback that social isolation, 22.1% of them obeying the hygiene and social distance rules made them feel safe, 83.1% of them gave feedback about the increase in OCD symptoms, 67.5%

of the people around them about the increase in the severity of the symptoms. they have reported. The time to follow the news about the coronavirus in the media is 1 hour or less in 88.3% of them. Based on the PI cut-off score of 66.7, 76.6% of the participants were found to have clinical OCD disorder. It was observed that there was a significant difference between the status of being COVID (+) and the sub-dimensions of cleanliness and control (t:-2.303, p:0.02; t: -2.002, p:0.04), and those who did not have COVID had a high OCD score . There is a significant difference between the total PI scores of individuals who think that they will have problems in accessing cleaning/hygiene products (t: 2.292, p: 0.02). It has been determined that there is a significant difference in the mean scores of PI total and sub-dimensions of individuals who think that they will have difficulty in reaching a doctor/therapist during the COVID-19 process ($p<0.05$). It was found that there was no significant difference between the change in obsession and compulsion symptoms during the pandemic process, and the total and sub-dimension mean scores of the inventory ($p>0.05$).

Conclusion: Considering the findings of the study, it can be said that the severity of OCD symptoms increases and individuals with high OCD scores are more sensitive about protection from COVID-19.

Key Words: COVID-19, OCD, Padua Inventory

PRSB-137

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE İHMAL EDİLEN YAŞLI BİREYLER

Selver KARAASLAN
Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Van / Türkiye, E-Posta: renginselver@hotmail.com

Özet

Yaşlı ihmali, yaşlının sosyal, fiziksel, duygusal gereksinimlerinin bilinçli ya da bilinçsiz karşılanmaması olarak ifade edilmektedir. Yaşlı ihmali, bireyi, aileyi ve toplumu etkileyen ve genellikle aile içinde gizli kalan toplumsal bir sorundur. Yapılan çalışmalarda yaşlı bireylerin, genellikle bakım vereni ya da aile bireyleri tarafından ve en çok duygusal gereksinimlerinin ihmal edildiği belirtilmektedir. Bununla birlikte çoğu zaman bakım veren veya aile bireylerinin, ihmalin farkında olmadıkları belirtilmektedir. Literatürde Covid-19 pandemisi ile birlikte yaşlı bireylerin ihmalinin daha da arttığı veya artacağı ve bu süreçte ihmalin, yaşlı bireyin ruhsal ve fiziksel sağlığı için ciddi sonuçlar doğurabileceği ifade edilmiştir. Yaşlıların ihmalinin, dünya nüfusunun yaşlanması ve özellikle Covid 19 pandemi süreci göz önüne alındığında, yaygın ve önemli bir sorun olduğu açıktır. Yaşlılara yönelik yapılan ihmal ile mücadele edebilmek için ihmalin tanınmasına, konu ile ilgili olarak aile bireylerine, en başta hemşireler olmak üzere sağlık çalışanlarına ve ilgili birçok kuruma verilecek eğitimlere ve daha fazla araştırmalara ihtiyaç vardır.

Bu derlemede, Covid 19 pandemi sürecinde yaşlı bireylerin ihmalinin önemini vurgulamak amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yaşlılık, yaşlı ihmali, pandemi, Covid 19, pandemide yaşlılar

ELDERLY INDIVIDUALS NEGLECTED DURING THE COVID 19 PANDEMIC PROCESS

Abstract

Elderly neglect is expressed as the conscious or unconscious failure to meet the social, physical, emotional needs of the elderly. Elderly neglect is a social problem that affects the individual, family and society and is often hidden within the family. Studies show that elderly individuals are generally neglected by their caregivers or family members, and their emotional needs are mostly neglected. However, it is often stated that caregivers or family members are not aware of the negligence. It has been stated in the literature that with the Covid-19 pandemic, the neglect of elderly individuals has increased or will increase, and in this process, neglect may

have serious consequences for the mental and physical health of the elderly individual. It is clear that neglect of the elderly is a widespread and important problem, given the aging of the world population and especially the Covid 19 pandemic process. In order to combat the neglect of the elderly, there is a need for the recognition of neglect, training to be given to family members, especially nurses, health workers and many related institutions, and more research on the subject.

In this review, it is aimed to emphasize the importance of neglect of elderly individuals during the Covid 19 pandemic process.

Key Words: Elderly, elder neglect, pandemic, Covid 19, elderly people in pandemic

PRSB 138

COVİD-19 PANDEMİ SÜRECİNDE SAĞLIK ÇALIŞANLARI VE ÇOCUKLARI İLE YAPILAN RESİM TERAPİSİNİN DUYGU İFADESİNE ETKİLERİ: PİLOT ÇALIŞMA

Muhammet Ali ORUÇ[1], Arzu Yalçınkaya[2], Nurhan Eren[3]

[1]Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi , Kırşehir/Türkiye, E-posta: Muhammetalioruc@gmail

[2] İl Sağlık Müdürlüğü, Samsun/Türkiye, E-posta: Arzu.Yalcinkaya@saglik.gov.tr

[3]İÜ İstanbul Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD Sosyal Psikiyatri Servisi, İstanbul/Türkiye, E-posta: nurhaneren@yahoo.com

Özet

Amaç: Çalışmada Covid-19 pandemi sürecinde sağlık çalışanları ve çocukları ile yapılan resim terapisinin duygu ifadesine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma nitel ve nicel yöntemlerin kullanıldığı karma desende yarı deneysel pilot çalışma olarak planlanmıştır. Araştırmanın evrenini, Samsun İl Sağlık Müdürlüğüne bağlı Kurumlarda çalışan tüm sağlık personeli, örneklemini ise, 9-14 yaş grubu çocuğu olan gönüllü 24 sağlık personeli oluşturmuştur. Veri toplamada, Kişisel Bilgi Formu (ebeveynler ve çocuklar için ayrı), sanat çalışması öncesi ve sonrası Duyguları İfade Ölçeği kullanılmıştır. Ebeveyn ve çocuğu/çocukları, belli temalara göre yarı yapılandırılmış bir plan doğrultusunda 60 dakikalık 4 online sanat uygulamasına alınmış, çalışmada toplam 144 oturum gerçekleştirilmiştir. Uzman bir terapistten sanat terapi süpervizyonu sağlanmıştır. Oturumlar; ısınma, resim çalışması ve paylaşım aşamalarından oluşmuş, resimler üzerinden duygu, düşünce ve çağrışımlar paylaşılmıştır. Tanımlayıcı veriler frekans ve yüzdelikler ile gösterilmiş, öntest-sontest farkları Wilcoxon testi ile değerlendirilmiştir. Nitel veriler, oturum raporları ve üretilen sanat eserlerinin biçim ve içerik yönünden incelenmesi ile sağlanmıştır. Etik kurul onayı alınmıştır.

Bulgular: Çalışmaya 4 doktor, 16 hemşire, 4 teknik sağlık elemanı olmak üzere 24 sağlık çalışanı ve çocukları katılmıştır. Çocukların %58'i kız, %42'si erkektir. Sağlık çalışanlarının % 41,7'si pandemi servisinde çalışmaktadır. Sağlık personelinin bu dönemde %25'i Covid tanısı almıştır. Sanat terapi çalışması sonrasında Duyguları İfade Ölçeği alt boyutlarından olumlu duyguların arttığı, olumsuz duyguların azaldığı, yakınlık duygu ifadesinin ise ($z=-2,830$, $p<0,005$) istatistiksel olarak anlamlı biçimde arttığı görülmüştür.

Çalışmanın nitel bulgularında, üretilen resimler üzerinden covid-19 virüsünü; tehlikeli bir düşman olarak algılama, ayrı olma-özlem, korku-endişe, insanların bulaşı önlemede sorumsuz davranmaları ve mikropla savaşma-başa çıkmaya dair betimlemelerin öne çıktığı görülmüştür.

Sonuç: Bu çalışmada, Covid-19 pandemi sürecinde en çok etkilenen grup olan sağlık çalışanları ve çocuklarına yönelik yürütülen resim çalışmasının izolasyona karşın yakınlık duygularının oluşmasına, yaşadıkları psikolojik etkileri resimler üzerinde paylaşarak duygularını dışavurabilmelerine olanak sağladığı görülmüştür. Çalışma, sağlık personeli ve çocuklarının psikolojik gereksinimlerinin değerlendirilmesine ve ülke genelinde yaratıcı yöntemlerin kullanıldığı psikososyal kılavuzların oluşturulmasına katkı sağlayabilir.

Anahtar kelimeler: Covid-19, Pandemi, Sanat Terapisi, Duygu İfadesi,

THE EFFECTS OF ART THERAPY ON EMOTIONAL EXPRESSION WITH HEALTHCARE WORKERS AND THEIR CHILDREN IN THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS: A PILOT STUDY

Abstract

Purpose: In this study, it was aimed to examine the effects of painting therapy performed with health workers and their children on the expression of emotion during the Covid-19 pandemic process.

Method: The research was planned as a quasi-experimental pilot study in a mixed design using qualitative and quantitative methods. The universe of the research consisted of all health personnel working in the Institutions affiliated to Samsun Provincial Health Directorate, and the sample consisted of 24 volunteer health personnel with children in the 9-14 age group. In data collection, Personal Information Form (separate for parents and children), Expression of Emotions Scale before and after the art work were used. Parents and their child/children were included in 4 60-minute online art applications in accordance with a semi-structured plan according to certain themes, and a total of 144 sessions were held in the study. Art therapy supervision was provided by a specialist therapist. The sessions consisted of warm-up, painting and sharing stages, and emotions, thoughts and associations were shared through the pictures. Descriptive data were shown with frequencies and percentages, and pretest-posttest differences were evaluated with the Wilcoxon test. Qualitative data were provided by session reports and examining the artworks produced in terms of form and content. Ethics committee approval was obtained.

Results: A total of 24 health workers, including 4 doctors, 16 nurses, 4 technical health personnel, and their children participated in the study. 58% of the children are girls and 42% are boys. 41.7% of healthcare workers work in the pandemic service. During this period, 25%

of the health personnel were diagnosed with Covid. After the art therapy study, it was observed that positive emotions increased, negative emotions decreased, and the expression of closeness emotion ($z=-2.830$, $p<0.005$) statistically significantly increased from the sub-dimensions of the Expression of Emotions Scale.

In the qualitative findings of the study, it was seen that the depictions of perceiving the covid-19 virus as a dangerous enemy, being apart-longing, fear-anxiety, irresponsible behavior in preventing contamination, and fighting-coping with microbes came to the fore through the pictures produced.

Conclusion: In this study, it has been seen that the painting work carried out for the health workers and their children, who are the most affected group during the Covid-19 pandemic process, allows them to create feelings of intimacy despite isolation, and to express their emotions by sharing the psychological effects they experience on pictures. The study may contribute to the evaluation of the psychological needs of health personnel and their children and to the creation of psychosocial guides using creative methods throughout the country.

Keywords: Covid-19, Pandemic Art Therapy, Expression of Emotion,

PRSB-139

COVID-19 PANDEMİ SÜRECINDE HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE STRESLE BAŞA ÇIKMA DÜZEYLERİ

***Hakime ASLAN*[1]**

[1]Inönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Malatya/Türkiye, Eposta: hakime__@hotmail.com

Özet

Amaç: Bu araştırma COVID-19 pandemi sürecinde hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle başa çıkma düzeylerini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı tipteki bu araştırma, Mayıs-Haziran 2021 tarihleri arasında İnönü Üniversitesinde yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini İnönü Üniversitesi Hemşirelik Fakültesinde öğrenim gören tüm öğrenciler oluşturmuştur. Araştırmada örneklem seçim yöntemi kullanılmamış tüm evrene ulaşmak hedeflenmiştir. 18 yaş üstü olan, internet erişim sorunu olmayan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 399 öğrenci araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmada veri toplamak amacıyla öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini değerlendiren bilgi formu, "Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği" ve "Stresle Başa Çıkma Yöntemleri Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmaya katılmak isteyen öğrencilerden yazılı onam alınmıştır. Verilerin analizi SPSS 23.0 paket programında sayı, yüzde, ortalama, standart sapma, bağımsız gruplarda t-testi, ANOVA ve korelasyon testleri kullanılarak yapılmıştır.

***Bulgular*:** Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalamasının 20.7±1.51 olduğu, %75.7'sinin kadın, %38.1'inin ikinci sınıfta öğrenim gördüğü, %80.2'sinin ekonomik durumunun orta seviyede olduğu, %31.3'ünün pandemi sürecinde bir yakınını kaybettiği ve %54.9'unun pandeminin eğitim hayatını çok olumsuz etkilediğini ifade ettiği saptanmıştır. Öğrencilerin "Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden" toplam 18.2±2.8 puan aldıkları ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. "Stresle Başa Çıkma Yöntemleri Ölçeğinden" ise toplam 76.0±12.0 puan aldığı ve stresle başa çıkma düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin stresle başa çıkma yöntemleri ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında pozitif yönde güçlü ilişki olduğu belirlenmiştir (r:.537**, p<0.001).

Sonuç: Pandemi sürecinde hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle başa çıkma düzeylerinin orta düzeylerde olduğu ve çeşitli demografik değişkenlerin anlamlı farklılık yarattığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Başa çıkma, Stres, Psikolojik sağlamlık, Hemşire

PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AND COPING WITH STRESS LEVELS OF NURSING STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS

Abstract

Aim: This research was conducted to evaluate the psychological resilience and coping with stress levels of nursing students during the COVID-19 pandemic process.

Methods: This descriptive study was conducted at Inonu University between May-June 2021. The population of the research consisted of all students studying at Inonu University Faculty of Nursing. In the study, it was target to reach the whole population, which did not use the sample selection method. 399 students who were over the age of 18, had no internet access problems and agreed to participate in the research were included in the study. In order to collect data in the research, an information form evaluating the socio-demographic characteristics of the students,"The Brief Resilience Scale" and the " Coping Responses Inventory" were used. Written consent was obtained from the students who wanted to participate in the study. Data analysis was performed using SPSS 23.0 package program using number, percentage, mean, standard deviation, independent sample t-test, ANOVA and correlation tests.

Results: The average age of the students participating in the study was 20.7±1.51, 75.7% were women, 38.1% were studying in second grade, 80.2% had an middle economic status, 31.3% lost a relative during the pandemic, and 54.9% said that the pandemic had a very negative impact on educational life. It was determined that the students received a total score of 18.2±2.8 from the “The Brief Resilience Scale” and that the psychological resilience levels were moderate. From the “Coping Responses Inventory”, it was determined that it received a total score of 76.0±12.0 and that its stress coping levels were above average. It was determined that there was a positive strong relationship between the methods of coping with stress and the levels of psychological resilience of the students (r:.537**, $p<0.001$).

Conclusion: During the pandemic process, it was determined that the psychological resilience and coping with stress levels of nursing students were moderate and various demographic variables made a significant difference.

Key Words: Coping, Stress, Psychological resilience, Nurse

PRSB-141

COVID-19 DÖNEMİNDE SAĞLIK ÇALIŞANLARININ MERHAMET YORGUNLUĞU VE İŞ YERİNDEKİ MUTLULUĞU ARASINDAKİ İLİŞKİ

Kübra GÖKALP[1], Cansev BAŞARAN[2], Sibel TUT[3], Taybet DOĞAN[4]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta:kubragungormus2010@hotmail.com

[2]Amasya İl Sağlık Müdürlüğü Gümüşhacıköy Devlet Hastanesi AMASYA/ Türkiye, E-Posta: ccvbrsn@gmail.com

[3]Erzurum İl Sağlık Müdürlüğü Erzurum Şehir Hastanesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: sibel291@icloud.com

[4]Erzurum İl Sağlık Müdürlüğü Çat Devlet Hastanesi, Erzurum/ Türkiye, E-Posta: ela.hilal@hotmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma Covid-19 döneminde sağlık çalışanlarının merhamet yorgunluğu ve iş yerindeki mutluluğu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapıldı.

Metod: Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı tasarımdaki bu araştırma Türkiye'nin doğusunda bir hastanede çalışan sağlık çalışanlarıyla Mayıs-Haziran 2021 tarihleri arasında yapıldı. Araştırma yapılmadan önce etik kurul izni ve ölçek sahibinden izin alındı. Çalışmada veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Merhamet Yorgunluğu-Kısa Ölçek(MY-KÖ) ve İş'te Mutluluk Ölçeği (İMÖ) kullanıldı. Online olarak hazırlanan anket formunu ilgili hastanede çalışan 315 kişi doldurdu. Verilerin değerlendirilmesi için tanımlayıcı istatistikler, korelasyon analizi kullanıldı.

Bulgu: Sağlık çalışanlarının yaş ortalamasının 29.23±6.56, mesleki tecrübelerinin 6.71±7.11 olduğu, %62.2'sinin kadın, %61'inin bekar,%68.3'ünün hemşire/sağlık memuru olarak çalıştığı, %54.6'sının lisans mezunu olduğu ve %61.9'unun aile ile yaşadığı belirlendi. Sağlık çalışanlarının MY-KÖ toplam puan ortalaması 69.30±25.77 ve İMÖ toplam puan ortalaması 43.30±12.86 olarak tespit edildi. Sağlık çalışanlarının MY-KÖ toplam puanları arttıkça İMÖ toplam puanlarının azaldığı ve aralarındaki ilişkinin anlamlı olduğu saptandı.

Sonuç: Sağlık çalışanlarının merhamet yorgunluğunun ve işte mutluluklarının orta düzeyde olduğu bulundu. Sağlık çalışanlarının merhamet yorgunlukları arttıkça iş yerindeki mutluluklarının azaldığı belirlendi.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Sağlık çalışanı, Ruh sağlığı

THE RELATIONSHIP BETWEEN COMPASSION FATIGUE AND HAPPINESS AT WORK IN HEALTHCARE WORKERS IN THE COVID-19

Abstract

Aim: This study was conducted to determine the relationship between compassion fatigue and happiness at work in healthcare workers during the Covid-19 period.

Method: This descriptive and correlation-seeking study was conducted between May-June 2021 with healthcare professionals working in a hospital in eastern Turkey. Ethics committee permission and permission from the scale owner were obtained before the research was conducted. In the study, Personal Information Form, Compassion Fatigue Short Scale (CF-SS), and Happiness at Work Scale (HWS) were used as data collection tools. The online questionnaire form was filled by 315 people working in the relevant hospital. Descriptive statistics and correlation analysis were used to evaluate the data.

Finding: The mean age of the health workers was 29.23±6.56, their professional experience was 6.71±7.11, 62.2% were female, 61% were single, 68.3% were working as nurses/health officers, 54.6% were undergraduate graduates, and 61.9% It was determined that he lived with his family. The mean score of CF-SS of the health workers was 69.30±25.77, and the mean total score of HWS was 43.30±12.86. It was determined that as the total CF-SS scores of the health workers increased, the HWS total scores decreased.

Conclusion: It was found that the compassion fatigue and happiness at work of healthcare workers were moderate. It was determined that as the compassion fatigue of healthcare workers increased, their happiness at work decreased.

Key Words: Covid-19, Healthcare workers, Mental health

PRSB-143

COVID-19 PANDEMİSİNDE YETİŞKİNLERİN İNTİHAR OLASILIĞININ BELİRLENMESİ

Kübra GÖKALP[1] Sibel TUT[2] Cansev BAŞARAN[3] Taybet DOĞAN[4]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: kubragungormus2010@hotmail.com

[2]Erzurum İL Sağlık müdürlüğü, Erzurum Şehir Hastanesi Erzurum / Türkiye, E-Posta:sibel291@icloud.com

[3]Amasya İl Sağlık Müdürlüğü Gümüşhacıköy Devlet Hastanesi Amasya/Türkiye, E Posta: ccvbrsn@gmail.com

[4]Erzurum İl Sağlık Müdürlüğü Çat Devlet Hastanesi, Erzurum /Türkiye, E Posta:ela.hilal@hotmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışma Covıd-19 pandemisinde yetişkin bireylerin intihar olasılığının belirlenmesi amacıyla yapıldı.

Metod: Tanımlayıcı tasarımdaki bu araştırma Türkiye'nin doğusunda bir ilde yaşayan 18-65 yaş arası kişilerle Mayıs-Haziran 2021 tarihleri arasında yapıldı. Araştırma yapılmadan önce etik kurul izni ve ölçek sahibinden izin alındı. Çalışmada veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu ve İntihar Olasılığı Ölçeği (İOÖ) kullanıldı. Online olarak hazırlanan anket formunu 664 kişi doldurdu. Verilerin değerlendirilmesi için tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplarada *t* testi, ANOVA testleri kullanıldı.

Bulgu: Katılımcıların yaş ortalaması 27.65±9.25 olduğu,%63.1'inin kadın, %67.2 'sinin bekar, %44.9'unun ekonomik durumunun orta olduğu, %46.5'inin lisans mezunu olduğu, %87.2'sinin aile ile yaşadığı ve %55.7'sinin sürekli bir işi olmadığı belirlendi. Katılımcıların %26.8'inin intihar düşüncesi olduğu ve %5'inin intihar girişiminde bulunduğu tespit edildi. Katılımcıların İOÖ toplam puan ortalamasının 76.55±16.69; olumsuz benlik ve tükenme 43.83±10.43, hayata bağlılıktan kopma 16.40±4.62 ve öfke alt boyut puan ortalamasının ise 16.31±3.99 olduğu saptandı. Pandemi döneminde 18-24 yaş aralığında olanların, bekar olanların, sürekli işi olmayanların, ekonomik durumu kötü olanların, intihar düşüncesi olanların ve intihar girişiminde bulunanların ölçek toplam ve alt boyut puan ortalamasının yüksek olduğu bulundu.

Sonuç: Katılımcıların intihar olasılığının ortalamanın altında olduğu belirlendi. Demografik özelliklerin intihar olasılığını etkilediği saptandı.

Anahtar kelimeler: Covıd-19, intihar olasılığı, yetişkinler, pandemi

DETERMINING THE POSSIBILITY OF ADULT SUICIDE IN THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Objective : This study was conducted to determine the suicide probability of adults in the Covid-19 pandemic.

Method: This research in descriptive design was conducted between May-June 2021 with people aged 18-65 years living in a province in eastern Turkey. Ethics committee permission and permission from the scale owner were obtained before the research was conducted. Personal Information Form and Suicide Probability Scale (SPS) were used as data collection tools in the study. 664 people filled out the online questionnaire. Descriptive statistics, t test for independent groups, ANOVA tests were used to evaluate the data.

Finding: The mean age of the participants was 27.65±9.25, 63.1% were female, 67.2% were single, 44.9% had a medium economic status, 46.5% had a bachelor's degree, 87.2% lived with a family, and 55.7% It was determined that he did not have a permanent job. It was determined that 26.8% of the participants had suicidal ideation and 5% had attempted suicide. The total mean score of the participants' SPS was 76.55±16.69; negative self and exhaustion was 43.83±10.43, disconnection from life was 16.40±4.62, and anger sub-dimension mean score was 16.31±3.99. It was found that those who are 18-44 yeras old, single did not have a permanent job during the pandemic period, those with poor economic status, those who had suicidal thoughts and those who attempted suicide had a high mean score for the scale total and sub-dimensions.

Conclusion: It was determined that the suicide probability of the participants was below the average. Demographic characteristics were found to affect the probability of suicide.

Key Words: Covid-19, possibility of suicide, adults, pandemic

PRSB-144

PANDEMİ SÜRECİNDE KULLANILAN FARKLI ÖĞRETİM YÖNTEMLERİNİN HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIKLARI STRES VE MESLEKİ HAZIR OLUŞLUKLARI ÜZERİNE ETKİSİ

Satı DİL[1], Pınar ÇİÇEKOĞLU ÖZTÜRK[2], Tuğba YILDIRIM[3]

[1]Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı/TÜRKİYE, E-Posta:satidil@gmail.com

[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Fethiye Sağlık Bilimleri Fakültesi, Muğla/TÜRKİYE, E-Posta: pcicek78@hotmail.com

[3]Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı/TÜRKİYE, E-Posta: tugbayldrm1@hotmail.com

Özet

Amaç: Araştırmada pandemi sürecinde kullanılan farklı öğretim yöntemlerinin hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları stres ve mesleki hazır oluşlukları üzerine etkisini incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu tanımlayıcı, kesitsel çalışma 2021 yılı Mart-Nisan ayları arasında Türkiye'nin İç Anadolu Bölgesi'nde uzaktan eğitim yapan bir üniversite (N=101) ile Ege Bölgesi'nde hibrit eğitim yapan bir üniversitenin hemşirelik bölümü son sınıf öğrencilerinde (N=145) gerçekleştirildi. Çalışma için bir üniversitenin "Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan" 12.02.2021/ 19 nolu karar ile etik kurul izini alınmıştır. Veriler, Kişisel Bilgi Formu, Hemşirelik Öğrencileri İçin Algılanan Stres Ölçeği (HÖASÖ), Hemşirelikte Mesleki Hazır Oluşluk Algısı Ölçeği (HMHÖ) ve Mobil Öğrenme Tutum Ölçeği (MÖTÖ) ile toplanmıştır. Verilerin analizinde, sayı, yüzde, Mann-Whitney U, Kruskal Wallis, Spearman korelasyon analizi testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Uzaktan eğitim alan öğrenciler (70.60 ± 23.70) ile hibrit eğitim alan öğrencilerin (54.96 ± 21.79) HÖASÖ toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu ($Z=5.380$, $p<0.001$) ve MÖTÖ'nin *sınırlılıklar* alt boyutu puanlarının uzaktan eğitim alan öğrencilerde 16.75 ± 4.85 ve hibrit eğitim alan öğrencilerde ise 15.50 ± 4.83 olduğu ve aralarındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı ($Z=4.868$, $p<0.05$) bulunduğu; ancak HMHÖ toplam puanları bakımından uzaktan eğitim (4.03 ± 0.61) ile hibrit eğitim alan öğrencilerin (4.01± 0.55) puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı ($Z=0.135$,

p>0.05) saptanmıştır. Korelasyon analizinde ise HMHÖ toplam puanı ile HÖASÖ tüm alt boyutları arasında negatif yönde kuvvetli ilişkiler olduğu (p=0.00), HÖASÖ ile MÖTÖ'nün sınırlılık alt boyutu ile pozitif yönde (p=0.001), öğrenmede kullanışlılık ve öğrenmede özgürlük alt boyutu ile negatif yönde (p<0.05) ilişkiler olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Araştırma pandemi koşullarında uzaktan eğitim alan hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları stres puanlarının hibrit eğitim alanlara göre daha yüksek olduğunu, mobil öğrenmeyi kullanışlı ve öğrenme özgürlüğü olarak gören öğrencilerin stres algısının daha düşük, mobil öğrenmeyi sınırlılık olarak gören öğrencilerin ise stres algısının daha yüksek olduğunu, ayrıca öğrencilerin algıladıkları stres düzeyleri arttıkça mesleki hazır oluşluk düzeylerinin olumsuz etkilendiğini de göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Hemşirelik eğitimi, pandemi, mesleki hazıroluşluk, algılanan stres, uzaktan eğitim, hibrit eğitim

THE EFFECT OF DIFFERENT TEACHING METHODS ON NURSING STUDENTS' PERCEIVED STRESS AND PROFESSIONAL READINESS DURİNG THE PANDEMIC PROCESS

Abstract

Aim*:* In the study, it was aimed to examine the effects of different teaching methods used in *the pandemic process on the perceived stress and professional readiness of nursing students.*

Method: This descriptive, cross-sectional study was conducted on senior nursing students (N=145) from a distance education university in the Central Anatolian Region of Turkey (N=101) and a university offering hybrid education in the Aegean Region between March and April 2021. Ethics committee approval was obtained for the study from the "Non-Interventional Research Ethics Committee" of a university with the decision no. 12.02.2021/19. Data were collected with Personal Information Form, Perceived Stress Scale for Nursing Students (PSSNS), Perception of Professional Readiness Scale for Nursing (PPRSN) and Mobile Learning Attitude Scale (MLAS). In the analysis of the data, number, percentage, Mann-Whitney U, Kruskal Wallis, Spearman correlation analysis tests were used.

Result: There was a statistically significant difference (Z=5.380, p<0.001) between the total scores of students receiving distance education (70.60 ± 23.70) and students receiving hybrid education (54.96 ± 21.79) and the scores of the limitations sub-dimension of PSSNS were 16.75

in distance education students. It was found that it was ± 4.85 and 15.50 ± 4.83 in students with hybrid education, and the difference between them was statistically significant (Z=4.868, p<0.05); however, there was no statistically significant difference (Z=0.135, p>0.05) between the distance education (4.03 ± 0.61) and hybrid education (4.01± 0.55) scores in terms of the total scores of PPRSN. In the correlation analysis, there were strong negative correlations between the total score of PPRSN and all sub-dimensions of PSSNS (p=0.00), positive correlation between PPRSN and limitation sub-dimension of MLAS (p=0.001),it was determined that ther were negative relationships with the usefulness in *learning and freedom in learning sub-dimensions of MLAS (p<0.05)*

Conclusion: The research shows that the perceived stress scores of nursing students who receive distance education under pandemic conditions are higher than those who receive hybrid education, students who see mobile learning as a useful and learning freedom have a lower stress perception, and students who see mobile learning as a limitation have a higher perception of stress. It also showed that as students' perceived stress levels increase, their professional readiness levels are negatively affected.

***Key Words*:** Nursing education, pandemic, vocational readiness, perceived stress, distance education, hybrid education

PRSB-145

EBEVEYNLERİN COVİD ANKSİYETESİNİN PREMATÜRE BEBEK TAKİPLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

Filiz ÖZDEMİROĞLU[1], Ayşegül DANIŞ[2]

[1]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Bolu/ Türkiye, E-Posta:ozdemiroglufiliz@gmail.com

[2]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Bolu / Türkiye, E-Posta:ayseguldanis7@gmail.com

Özet

Amaç: Prematüre bebekler artmış Serebral Palsi (SP) riski nedeniyle ilk yaşlarında Çocuk Nörolojisi doktorları tarafından hasta için özel düzenlenen takip şemaları ile takip edilmekte, muayenelerinde artmış SP riski bulunan hastalara özgü erken fizyoterapi programları oluşturulmaktadır. Bu çalışma prematüre bebek annelerinin Covid pandemi sürecindeki kaygı düzeylerinin, bebeklerin düzenli sağlık kontrollerine getirilmesine etkisinin belirlenmesi amacıyla tasarlanmıştır.

Gereç ve Yöntemler: Çocuk nörolojisi polikliniğine kontrole gelen prematüre bebeklerin anneleri çalışmaya dahil edildi. Örneklem ilk muayeneden sonra oluşturulan muayene takvimine uyan ve uymayan hastalar olarak gruplandırıldı. Anneler ile telefon görüşmesi yapılarak annenin kaygı düzeyinin, bebeğin düzenli kontrollerine getirilmesi üzerine etkisinin değerlendirilmesi planlandı. Örneklem grubunu 75 prematüre bebeğin annesi oluşturmaktaydı (n=75). Verilerin toplanmasında araştırmacılar tarafından oluşturulan Ebeveyn-bebek bilgi formu, Beck ve Coronavirüs Anksiyete Ölçekleri kullanıldı.

Bulgular: Çalışmaya dahil edilen prematüre bebeklerin ortalama gestasyonel haftası 32.1 hafta, ortalama yenidoğan yoğun bakım yatış süreleri 9.7 gün, annelerin yaş ortalaması 29.7 idi. İlk muayeneden sonra oluşturulan muayene takvimine hastaların %44'ünün (n=33) uyduğu, %56'sının (n=42) uymadığı görüldü. Annelerin ortalama Beck Anksiyete Ölçeği puanı 16.3, Coronavirus Anksiyete Ölçeği puanı 3.5 idi. Düzenli kontrollerine gelmeyen hastaların annelerinin Beck ve Coronavirüs Anksiyete Ölçek puanlarının, gelen annelere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görüldü (p=0.01, p=0.00).

Sonuç: Normalde pediatrik hasta takiplerinde kaygılı ailelerin çocuklarının sağlık durumları ve rutin kontrollerini daha özenli takip ettiklerini görmekteyiz. Ancak ailelerin bu kaygılarına Coronavirüs kaygısının eklenmesi ile bu durumun tersine döndüğünü farkettik. Coronavirüs

anksiyetesi yüksek olan ailelerin bulaş riski nedeniyle hastaneye başvurmaktan çekindiğini ve çocuklarının rutin kontrollerini ihmal ettiklerini düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Anksiyete, ebeveyn, erken doğum, Covid, pandemi

THE EFFECT OF PARENTS' COVID ANXIETY ON PREMATURE INFANTS FOLLOW-UP

Abstract

Aim:. Due to the increased risk of Cerebral Palsy (CP), premature infants are followed in their first years by Pediatric Neurology doctors with follow-up schemes specially designed for the patient, and early physiotherapy programs specific to patients with an increased risk of CP are created in their examinations. This study was designed to determine the effect of the anxiety levels of the mothers of premature infants during the Covid pandemic process on bringing the infants to regular health check-ups.

***Methods*:.** Mothers of premature infants who came to the pediatric neurology outpatient clinic for control were included in the study. The sample was grouped as patients who did and who did not comply with the examination schedule which was established after the first examination. It was planned to evaluate the effect of mother's anxiety level on bringing the infants to regular check-ups by making phone calls with the mothers. The sample group consisted of the mothers of 75 premature infants (n=75). Parent-infant information form, Beck and Coronavirus Anxiety Scales created by the researchers were used to collect the data.

Results: The mean gestational week of the preterm infants included in the study was 32.1 weeks, the mean neonatal intensive care hospital stay was 9.7 days, and the mean age of the mothers was 29.7. It was observed that 44% (n=33) of the patients complied and 56% (n=42) did not comply with the examination schedule which was established after the first examination. The mean Beck Anxiety Scale score was 16.3, and the mean Coronavirus Anxiety Scale score was 3.5. It was observed that the Beck and Coronavirus Anxiety Scale scores of the mothers who did not come for their regular controls were significantly higher than the mothers who came (p=0.01, p=0.00).

Conclusion: Normally, in pediatric patient follow-ups, we usually see that anxious families follow their children's health status and routine controls more carefully. However, we realized that this situation was reversed with the addition of the Coronavirus anxiety. We think that families with high coronavirus anxiety hesitate to apply to the hospital due to the risk of covid transmission and neglect their children's routine controls.

Key Words: Anxiety, parent, premature birth, Covid, pandemic

PRSB-147

COVİD-19 PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLİK TİPLERİ VE ALGILANAN STRESİN HEMŞİRELİK MESLEĞİNE YÖNELİK TUTUMLARINA ETKİSİ

Neziha KARABULUT,[1] Yeşim YAMAN AKTAŞ,[2] Dilek GÜRÇAYIR,[3] Gamze BULUT,[4] Alkay KARA,[5] Betül Zeynep YILDIZ [6]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye,
E-Posta: nezihekarabulut@hotmail.com

[2]Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Giresun/Türkiye,
E-Posta: yesimyaman28@hotmail.com

[3]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye,
E-Posta: dilekgurcayir@hotmail.com

[4]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye,
E-Posta: gamzebulut405@gmail.com

[5]Giresun Üniversitesi Sağlık Hizmetleri MYO, Giresun/Türkiye,
E-Posta: alkaykara@gmail.com

[6]Erzincan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Erzincan/Türkiye,
E-Posta: yildizbetulzeynep@gmail.com

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı hemşirelik öğrencilerinin kişilik tiplerinin ve algıladıkları stresin Covid-19 pandemisi sürecinde hemşirelik mesleğine yönelik tutumlarına etkisini değerlendirmektir.

Yöntem: Bu araştırmada, tanımlayıcı ve kesitsel bir çalışma tasarımı kullanıldı. Araştırma, 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi (A Şubesi) birinci, ikinci, üçüncü ve dördüncü sınıf hemşirelik öğrencilerinde yürütüldü. Araştırmada örneklem seçimi yapılmamış olup araştırmaya katılmayı kabul eden ve çevrimiçi anketi dolduran 359 hemşirelik öğrencisi ile çalışma tamamlandı. Verilerin toplanmasında Bilgi Formu, Tastan Kişilik Tipi Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği ve Hemşirelik Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği kullanıldı. Veriler, Haziran-Temmuz 2020 tarihleri arasında online anket formu aracılığıyla toplandı. Anket Google dokümanları üzerinden hazırlandı ve bağlantı adresi hemşirelik öğrencilerine SMS ile gönderildi. Verilerin değerlendirilmesinde t testi, Mann-Whitney U,

One-Way ANOVA, Kruskal Wallis ve korelasyon testleri kullanıldı. Araştırma Helsinki Bildirgesi'nde belirtilen etik kurallara uygun olarak yürütüldü.

Bulgular: Hemşirelik öğrencilerinin yaş ortalaması 20.88±1.94 idi. Öğrencilerin %86,9'u kız, %35,1'i ikinci sınıf öğrencisiydi. Araştırmada öğrencilerin %18.9'unun yardımcı, %16.4'ünün maceracı, %12.3'ünün romantik, %12'sinin başarılı, %11.1'inin barışçıl, %10.9'unun gözlemci, %9.5'inin mükemmeliyetçi, %5.3'ünün meydan okuyan ve %3.6'sının sadık kişilik tipleri olduğu saptandı. Öğrencilerin hemşirelik mesleğine yönelik tutum ölçeği toplam puan ortalaması 166.43±18.52, algılanan stres ölçeği toplam puan ortalaması 30.28±8.39 idi. Tüm kişilik tiplerinin hemşirelik öğrencilerinin mesleğe yönelik tutumlarını olumlu yönde etkilediği tespit edildi. Öğrencilerin algıladıkları stres üzerinde yardımcı ve romantik kişilik tiplerinin olumlu etkisi olduğu, maceracı ve barışçıl kişilik tiplerinin ise olumsuz etkisi olduğu saptandı. Bununla birlikte, öğrencilerin algıladıkları stres ile mesleğe yönelik tutumları arasında bir ilişki bulunmadı.

Sonuç: Araştırma bulgularına göre Covid-19 pandemisi sürecinde bazı demografik değişkenlerin ve kişilik tiplerinin, hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları stres ve hemşirelik mesleğine yönelik tutumlarını etkilediği saptandı.

Anahtar Kelimeler: Kişilik Tipleri, algılanan stres, hemşirelik, öğrenci, tutum, meslek

THE EFFECT OF PERSONALITY TYPES AND PERCEIVED STRESS OF NURSING STUDENTS ON ATTITUDES TOWARDS NURSING PROFESSION DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: The aim of the study to evaluate the effect of nursing students' personality types and perceived stress on their attitudes towards the nursing profession during the Covid-19 pandemic.

Methods: In this study a descriptive and cross-sectional study design was used. The study was carried out on first, second, third and fourth year nursing students of Atatürk University Nursing Faculty (A Branch) in the 2020-2021 academic year. No sample selection was made in the study, and the study was completed with 359 nursing students who accepted to participate in the study and filled out the online questionnaire. Information Form, Tastan Personality Type Scale, Perceived Stress Scale and Attitude towards Nursing Profession Scale were used to collect data. Data were collected through an online survey form between June and July 2020. The survey was prepared through Google documents and the link address was sent to nursing

students via SMS. T test, Mann-Whitney U, One-Way ANOVA, Kruskal Wallis and correlation tests were used to evaluate the data. The study was conducted in accordance with the ethical rules stated in the Declaration of Helsinki.

Results: The mean age of the nursing students was 20.88±1.94. Of the students, 86.9% were female and 35.1% were second-year students. In the study, 18.9% of the students were helpful, 16.4% adventurous, 12.3% romantic, 12% successful, 11.1% peaceful, 10.9% observer, 9.5% perfectionist, 5.3% challenge and 3.6% of them were found to be loyal personality types. The total mean score of the students' attitude towards the nursing profession scale was 166.43±18.52, and the total mean score of the perceived stress scale was 30.28±8.39. It was determined that all personality types positively affected nursing students' attitudes towards the profession. It was determined that helpful and romantic personality types had a positive effect on students' perceived stress, while adventurous and peaceful personality types had a negative effect. However, no relationship was found between students' perceived stress and their attitudes towards the profession.

Conclusion: According to the study findings, it has been determined that some demographic variables and personality types affect the perceived stress of nursing students and their attitudes towards the nursing profession during the Covid-19 pandemic process.

Key Words: Personality Types, perceived stress, nursing, student, attitude, profession

PRSB-148

ÖĞRENCİLERİN COVID-19 SÜRECİNDEKİ UZAKTAN EĞİTİM UYGULAMALARINA İLİŞKİN MEMNUNİYETLERİNİN VE YAŞADIKLARI GÜÇLÜKLERİN BELİRLENMESİ*

***Mehtap KAVURMACI*[1], Mehtap TAN[2], Adnan TAŞGIN[3], İdris YILDIZ[4]**

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta:m.curcani@hotmail.com

[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: mtan@atauni.edu.tr

[3]Atatürk Üniversitesi, Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: atasgin@atauni.edu.tr

[4]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: idris.yildiz@atauni.edu.tr

Özet

Amaç: Pandemi süresince uygulanan uzaktan eğitimlerin etkinliği ve yaşanan sorunların tespiti ancak yapılacak araştırmalarla mümkündür. Bu proje üniversitemiz öğrencilerinin Covid19 sürecindeki uzaktan eğitim uygulamalarına ilişkin memnuniyetlerinin ve yaşadıkları güçlüklerin belirlenmesi amacıyla planlanmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı türdeki çalışma Eylül 2020-Ekim 2021 tarihleri arasında Atatürk Üniversitesinde eğitim alan öğrencilerle yürütülmüştür. Araştırmanın örneklemine kümeleme örnekleme yöntemi ile belirlenen ve araştırmaya katılmayı kabul eden 402 öğrenci alınmıştır. Verilerinin toplanmasında öğrencilerin tanıtıcı özelliklerini, uzaktan eğitim hakkındaki düşünce ve memnuniyetlerini, uzaktan eğitime erişmede yaşadıkları güçlükleri, ev ortamında sahip oldukları eğitim imkânlarını (bilgisayar, internet vb.) belirlemeye yönelik dijital olarak hazırlanan soru formu kullanılmıştır. Soru formunun linki öğrencilere e-mail, mesaj ve sosyal medya hesaplarından (watsap vb.) gönderilerek çevrimiçi ortamda doldurmaları sağlanmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 20 paket programında tanımlayıcı testler kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırmaya alına öğrencilerin %76' kadın, %34.1'i 2. Sınıf öğrencisi, %25.3'ü hemşirelik fakültesi öğrencisiydi. Öğrencilerin %30.6'sı şehir merkezinde oturuyordu, %60.3'ünün kişisel bilgisayarı ve %98.5'inin akıllı cep telefonu vardı. Öğrencilerinin uzaktan eğitimin "öğretim elemanı", "uzaktan eğitimde kullanılan sistemler", "üniversite/fakülte/bölüm yönetimi", "dijital içerik/öğretim materyali", "öğrenci" boyutlarına yönelik hazırlanmış maddelerin çoğuna "Memnunum" düzeyinde katılım gösterdikleri saptanmıştır. Öte yandan

öğrencilerin uzaktan eğitime ilişkin görüşlerinin "öğrenci" boyutunda ve "ölçme ve değerlendirme" boyutunda yer alan maddelerin çoğunluğuna "Memnun Değilim" düzeyinde katılım gösterdiği saptanmıştır.

Sonuç: Araştırma sonucunda öğrencilerin pandemi döneminde sunulan uzaktan eğitimin "öğretim elemanı", "uzaktan eğitimde kullanılan sistemler", "üniversite/fakülte/bölüm yönetimi", "dijital içerik/öğretim materyali" ve "öğrenci" boyutlarıyla memnun oldukları saptanmıştır. Öte yandan öğrencilerin uzaktan eğitime ilişkin "ölçme ve değerlendirme" boyutunda memnuniyetsizlikleri bulunmaktadır ve üniversitelerin bu alanda iyileştirme çalışmaları yapmaları gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Pandemi, Uzaktan Eğitim, Memnuniyet

***Bu çalışma Atatürk Üniversitesi BAP Birimi tarafından desteklenmektedir (SBA-2020-8574).**

DETERMINATION OF STUDENTS' SATISFACTION AND THE DIFFICULTIES OF THE DISTANCE EDUCATION APPLICATIONS DURING THE COVID19 PROCESS

Abstract

Aim: The effectiveness of the distance education applied during the pandemic and the determination of the problems experienced are only possible with the researches to be done. This project has been planned to determine the satisfaction and difficulties experienced by our university students regarding the distance education applications during the Covid19 process.

Methods: The descriptive study was conducted with students studying at Atatürk University between September 2020 and October 2021. The sample of the study included 402 students who were determined by the cluster sampling method and agreed to participate in the research. In collecting the data, a digitally prepared questionnaire was used to determine the introductory characteristics of the students, their thoughts and satisfactions about distance education, the difficulties they experience in accessing distance education, and the educational opportunities they have at home (computer, internet, etc.). The link of the questionnaire was sent to the students via e-mail, message and social media accounts (watsap, etc.) to fill them online. The data obtained from the research were analyzed using descriptive tests in the SPSS 20 package program.

Results: 76% of the students included in the study were female, 34.1% were second year students, and 25.3% were nursing faculty students. 30.6% of the students lived in the city center,

60.3% had a personal computer and 98.5% had a smart mobile phone. It was determined that the students participated in most of the items prepared for the dimensions of "teaching staff", "systems used in distance education", "university/faculty/departmental management", "digital content/teaching material" and "student" at the level of "I am satisfied". On the other hand, it was determined that the students' views on distance education agreed with the majority of the items in the "student" dimension and the "assessment and evaluation" dimension at the "I am not satisfied" level.

Conclusion: As a result of the research, it was determined that the students were satisfied with the dimensions of "teaching staff", "systems used in distance education", "university/faculty/departmental management", "digital content/teaching material" and "student" of the distance education offered during the pandemic period. On the other hand, students have dissatisfaction with the "measurement and evaluation" aspect of distance education and universities need to make improvements in this area.

Key Words: Covid-19, Pandemic, Distance Education, Satisfaction

ULUSLARARASI PANDEMİNİN RUH SAĞLIĞINA YANSIMALARI VE PSİKOSOSYAL BAKIM KONGRESİ

International Congress on Reflections of Pandemic on Mental Health and Psychosocial Care

"PANDEMİNİN RUHUMUZDA BIRAKTIĞI İZLER"

"Traces of the Pandemic in Our Souls"

TAM METİN BİLDİRİLER

KONGRE
ÇEVRİMİÇİ
24-25 HAZİRAN 2021

Atatürk Üniversitesi

Psikiyatri Hemşireleri Derneği

ISBN 978-625-7960-40-3

PRSB-07

PANDEMİNİN YAŞLILAR ÜZERİNDEKİ PSİKOSOSYAL ETKİLERİ

Cihangir KARAKAYA[1], Esra Nur KARAKAYA[2]

[1]Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Ahmet Erdoğan Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Zonguldak / Türkiye, E-Posta:chngr.krky@gmail.com

[2] Karabük Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Karabük / Türkiye, E-Posta:esranurtugral@hotmail.com

Özet

Covid-19 pandemisi, tüm ülkelerde sağlık alanını etkilemekle beraber ekonomi, sosyal, kültürel ve toplumsal alanda değişikliklere yol açmıştır. Pandemi, toplumdaki herkesi etkilemekle beraber yaşlılar üzerindeki etkisinin daha hayati olması dolayısıyla yaşlılara yönelik daha sert kurallar alınmasına ve yaşlıların bu süreçten daha olumsuz etkilenmelerine sebep olmuştur. Yaşlı bireylerin sokağa çıkmalarının yasaklanması, kendi evleri dışında belki de tek sosyalleştikleri alan olan toplum merkezlerinin ve çay ocaklarının Covid-19 tedbirleri kapsamında kapalı olması, park ve bahçe gibi açık alanlarda dolaşmanın sınırlandırılmış olması yaşlı bireyleri orantısız bir şekilde etkilemektedir. Bu süreçte bir diğer önemli faktör medya ile toplumdaki insanların hastalığa ve yaşlılara bakış açısı ve söylemleridir. Covid-19 ile ilgili yapılan ölüm haberlerinin ileri yaş vurgusuyla yapılması, yaşlı bireylerde ölüm korkusuna sebebiyet vermekte ve onların yaşama güdülerini zedelemektedir. Toplumda zaten dezavantajlı konumda olan yaşlı bireylerin; yalnızlık, ölüm korkusu, umutsuzluk, işe yaramazlık, ayrımcılık ve toplumsal dışlanma gibi duyguları hissetme durumları pandemiyle beraber artmıştır. Covid-19 pandemisinin yarattığı sosyal kopukluk, yaşlı bireyleri daha fazla depresyon, anksiyete ve psikolojik ve toplumsal baskı riskiyle karşı karşıya bırakmaktadır. Yaşlı bireyleri virüsten koruyabilmek amacıyla fiziksel mesafe koymak önemlidir. Ancak bu mesafe sadece fiziksel olmalıdır ve duygusal boyuta ulaşmamalıdır. Bu nedenle pandemi sürecinde yaşlılara yönelik olumsuz bakış açısını ortadan kaldırmak, yaşlılara yönelik gerekli korunma önlemleri almak, yaşlı bireylerin bireysel yaşam becerilerini yükseltmek, stres ve kaygı durumlarını en aza indirebilmek ve yalnızlık hissetmemelerini sağlamak onların psikososyal sağlıkları açısından önem arz etmektedir. Yaşlı bireylerin pandeminin olumsuz psikosyal etkilerinden kurtarmak için kamu kurumlarına, sivil toplum kuruluşlarına ve yerel yönetimlere mikro, mezzo ve makro düzeyde önemli görevler düşmektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, pandemi, yaşlılık

PSYCHOSOCIAL EFFECTS OF PANDEMIC ON THE ELDERLY

Abstract

The Covid-19 pandemic has affected the healthcare field in all countries, and has led to changes in the economy, social, cultural and social sphere. Although the pandemic affects everyone in the society, it has caused tougher rules to be taken for the elderly and the elderly people to be affected more negatively from this process due to the fact that its effect on the elderly is more vital. The banning of elderly people from going out on the streets, the fact that community centers and tea shops, which are perhaps the only areas where they socialize outside their own homes, are closed within the scope of Covid-19 measures, and the restriction of walking in open areas such as parks and gardens affects elderly individuals disproportionately. Another important factor in this process is the perspective and discourse of the people in the society and the media on the illness and the elderly. Making death news about Covid-19 with an emphasis on advanced age causes fear of death in elderly individuals and harms their motivation to live. Elderly individuals who are already in a disadvantaged position in the society; Feelings of loneliness, fear of death, hopelessness, uselessness, discrimination and social exclusion increased with the pandemic. The social disconnection created by the Covid-19 pandemic exposes elderly individuals to greater risk of depression, anxiety, and psychological and social pressure. It is important to keep physical distance in order to protect elderly people from the virus. However, this distance should only be physical and not reach the emotional dimension. For this reason, it is important for their psychosocial health to eliminate the negative perspective of the elderly during the pandemic process, to take the necessary protective measures for the elderly, to increase the individual life skills of the elderly, to minimize their stress and anxiety and to ensure that they do not feel lonely. Public institutions, non-governmental organizations and local governments have important roles at micro, mezzo and macro levels in order to rescue elderly individuals from the negative psychosocial effects of the pandemic.

Key Words: Covid-19, pandemic, senile

GİRİŞ VE AMAÇ

2019 yılında Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıktığı düşünülen Covid-19, genellikle öksürük, ateş gibi ağır grip şeklinde seyreden ancak şiddetli solunum yetmezliğine ve ölüme sebep olabilen yeni bir koronavirüsün neden olduğu ciddi bir hastalıktır. Vakaların çoğu hafif seyretmekle birlikte 60 yaş üzeri ve kronik rahatsızlıkları bulunan hastalarda ağırlaşmaktadır.

Covid-19 tüm ülkelerde sağlık alanını etkilemekle beraber ekonomi, sosyal, kültürel ve toplumsal alanda değişikliklere yol açmıştır. Salgının yayılımını durdurabilmek amacıyla

getirilen sosyal izolasyon kuralları, karantinalar ve evde kalmamızı bildiren çağrılar özellikle sosyal yaşantımızda önemli değişikliklere sebep olmuştur. Salgın toplumdaki herkesi etkilemekle beraber virüsün, toplumun büyük bir kesimini oluşturan yaşlılar üzerindeki etkisinin daha hayati ve ciddi olması, dolayısıyla virüsün yaşlılar açısından büyük bir risk teşkil etmesi yaşlılara yönelik daha sert kurallar alınmasına ve yaşlıların bu süreçten daha olumsuz etkilenmesine sebep olmuştur. Sağlık Bakanlığı Türkiye'de ilk koronavirüs vakasını 11 Mart 2020 tarihinde açıklamıştır. Vaka sayıları arttıkça tüm dünya ülkelerinde olduğu gibi ülkemizde de koronavirüse karşı tedbirler açıklanmaya başlamış ve hastalığı önlemeye yönelik önlemler alınmıştır. İlk önlemler özellikle daha çok risk altında bulunan kişilere yönelik alınmıştır. Ülkemizde ve dünyada vakaların büyük bir kısmı ele alındığında koronavirüsün belirli bir yaşın üzerinde olan bireyleri ve kronik (kalp, kanser, tansiyon gibi) rahatsızlığı olan bireyleri daha çok etkilediği görülmüştür. Bu sebeple 65 yaş üzeri ve kronik hastalığı bulunan bireylere İçişleri Bakanlığı tarafından yayınlanan genelgeyle birlikte sokağa çıkma yasağı getirilmiştir. Ancak sokağa çıkma yasağının getirilmesiyle birlikte yaşlılara yönelik önyargılar daha da derinleşmiş, yaşlıların toplumdan itilerek ayrımcı muameleye maruz kalmaları gibi sosyal sorunlara sebep olmuştur.[1]

Ülkemizde yaşlı nüfus oldukça fazladır. Bu sebeple yaşlıların salgın sürecinden olumsuz etkilenmeleri ve yaşlıların uğradığı mağduriyetin giderilmesi üzerinde durulması gereken önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır.[2] Bu bildiride amaç toplumda dezavantajlı konumda olan yaşlı nüfusun pandemi sürecinden nasıl etkilendiğini ortaya koymak, yaşlı nüfusun yaşam koşullarını iyileştirmeye yönelik müdahale stratejileri belirlemek ve önerilerde bulunmaktır.

TOPLUMDA DEZAVANTAJLI BİR GRUP OLAN YAŞLILAR

Yaşlanma, bireylerin fiziksel, bilişsel ve sosyal işlevselliğinin giderek azaldığı doğal bir dönem iken yaşlılık birçok açıdan bağımsızlıkların yitirildiği, kayıpların baş gösterdiği, rollerde değişme olduğu ve ölüme yaklaşılan bir dönemdir. Yaşlanma kavramı hayat boyu devam eden bir süreç ile ilişkilidir. Yaşlılık ise fiziksel ve bilişsel fonksiyonların gerilediği, üremenin durmasından ölüme kadar geçen süredeki değişimleri kapsayan bir dönemdir.[3]

Yaşlılık algısı ise; yaşlılığa ait davranışlar, düşünceler ve değerleri içermektedir. Yaşlılık algısı, yaşlının fiziksel sağlığını, davranışlarını ve iyilik halini etkilemektedir. Yaşlanma sürecinde bireyler birçok fiziksel, duygusal, sosyal ve davranışsal değişiklikler yaşarlar. Bu değişiklikler yaşlı bireyin yaşam tarzına, alışkanlıklarına, genetik özelliklerine veya biyolojik ve duygusal rahatsızlıklarına göre kişiden kişiye değişiklikler gösterebilir. Bu değişikliklerin her bireyde farklı şekillerde meydana gelmesi, o bireyin yaşlılığa karşı bakış açısını da değiştirmektedir.[4]

Yaşlılık bedensel ve ruhsal sağlığı olumsuz etkileyen riskleri arttırdığı ve bireyin bağımsız olmasını kısıtlayan bir dönem olduğu için bu dönemin olumlu algılanma oranı düşüktür. Hareketleri kısıtlanan ve sağlık sorunlarıyla karşı karşıya gelen yaşlılar sosyal hayata katılmakta güçlük çekmekte ve buna bağlı olarak enerjileri azalmakta ve ileri yaşlılık döneminde de fiziksel ve sosyal açıdan kısıtlanmışlık duygusu yaşamaktadır. Özellikle az gelişmiş veya gelişmekte olan ülkelerde sosyal güvenlik sistemlerinin gelişmemiş olması, yaşlıların refah düzeylerinin düşük olması ve aktif olarak yaşlanabilecekleri imkânların kısıtlı olması, yaşlılığa ve yaşlılara dair olumsuz algıyı çoğaltmaktadır.[3]

COVID-19 PANDEMİSİNİN YAŞLILAR ÜZERİNDEKİ PSİKOSOSYAL ETKİLERİ

Salgının çıktığı ve bulaşıcılığının yüksek olduğu öğrenildiği andan itibaren Türkiye salgını takip edip, salgına yönelik önlemler almaya başlamıştır. Covid-19'a karşı alınan ilk önlem ülkemizde Sağlık Bakanlığı bünyesinde bulunan Bilim Kurulu'nun oluşturulmasıdır. Bilim Kurulu'nda alınan kararlar ve tavsiyeler neticesinde ülke çapında tedbirler alınmaya başlamıştır. Bu tedbirler fiziksel sağlığımızı korumakla kalmayıp sosyal yaşantımızı ve bireysel alışkanlıklarımızı büyük ölçüde değiştirmiştir. Ekonomi, eğitim, seyahat, spor, bilimsel etkinlikler, kültür-sanat ve eğlence gibi her alanda alınan tedbirler aşamalı olarak hayata geçirilmiştir. Toplumsal hayattaki pek çok faaliyet sınırlandırılmış, bazı faaliyetler normal yaşantıya geçilene kadar durdurulmuştur. Salgın döneminde hastalık açısından en riskli grupta bulunan yaşlılar için de birçok tedbir alınmıştır. Bu tedbirlerden en önemlisi 65 yaş ve üstü bireylerin sokağa çıkmalarının, park ve bahçe gibi alanlarda dolaşmalarının sınırlandırılması olmuştur.[2]

Salgın toplumdaki tüm bireyleri etkilemektedir. Ancak toplumdaki dezavantajlı konumda olan gruplar üzerinde salgının fiziksel, psikolojik ve sosyal açıdan etkisi daha ağır olabilmektedir. Yaşlılar, yoksullar, hastalar ve engelliler bu gruplara örnek olarak verilebilir.[5] Yaşlı bireylerin, kendi evleri dışında belki de tek sosyalleştikleri alan olan ibadethanelerin, toplum merkezlerinin ve çay ocaklarının koronavirüs tedbirleri kapsamında kapalı olması, park ve bahçe gibi açık alanlarda dolaşmanın sınırlandırılmış olması yaşlı bireyleri orantısız bir şekilde etkileyecektir.[6] Salgını durdurmak ve virüsün yayılmasını azaltmak için çok gerekli bir tedbir olan sosyal izolasyon; psikolojik ve sosyal faktörler göze alınarak doğru şekilde uygulanmazsa ve bu dönemde yaşlı bireylerin psikososyal desteğe ihtiyacının olduğu göz ardı edilirse, yaşlı bireylerin toplumdan tamamen izole olmalarına sebep olabilir.[7]

Bu süreçte bir diğer önemli faktör medya ile toplumdaki insanların hastalığa ve yaşlılara bakış açısı ve söylemleridir. Covid-19 ile ilgili yapılan ölüm haberlerinin ileri yaş vurgusuyla yapılması, yaşlı bireylerde ölüm korkusuna sebebiyet vermekte ve onların yaşama güdülerini

zedelemektedir. Bu sebeple yaşlılar salgın sürecinden psikolojik ve sosyal açıdan daha olumsuz etkilenmektedir. Yaşlı bireylere hastalığın onları daha çok etkilediğinin ve onların yaşlarında ölüm oranlarının daha yüksek olduğunun, hastalığa karşı daha savunmasız ve riskli bir grupta olduklarının ifade edilmesi, onların stres ve kaygı düzeylerini daha da arttırmaktadır. Toplumda zaten dezavantajlı konumda olan yaşlı bireyler; yalnızlık, ölüm korkusu, umutsuzluk ve işe yaramazlık gibi psikolojik sorunlarla yüzleşiyorken sosyal izolasyon tedbirleri kapsamında sokağa çıkmalarının kısıtlanması hatta durdurulması özellikle yalnız yaşayan yaşlı bireyler üzerinde psikolojik baskı yaratmakta ve bu duygularını daha da arttırabilmektedir.[8]

Covid-19 tedbirleri kapsamındaki sosyal izolasyon kuralları hastalığa yakalanma riskini düşürme açısından önemli ve gerekli olmasıyla beraber yarattığı bu sosyal kopukluk sebebiyle yaşlı yetişkinleri daha fazla depresyon ve anksiyete riskiyle karşı karşıya bırakmaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Dünyada ve ülkemizde pandemi ile mücadele alınan önlemler kapsamında devam etmektedir. Alınan bu önlemler ve sıkı izolasyon uygulamaları birçok soruna da sebep olmaktadır. Pandemi sürecinde bu sorunlardan en çok etkilenen grup yaşlılar olmuştur. Yaşlılara yapılan ayrımcılık ve kötü muamele hemen hemen her toplumda var olan bir gerçektir. Pandemi süreciyle birlikte var olan bu ayrımcılık daha da derinleşmiş ve ön plana çıkmıştır. Çünkü salgın hastalıkta yaşlılar riskli grup değil tehlikeli grup şeklinde görülmektedir. Hâlbuki virüse karşı alınan 65 yaş üzerine yönelik tedbirler, yaşlıların hastalığın kaynağı olmasından değil bu hastalıktan onları korumak için alınmaktadır. Yaşlı bireylere, onların kaygılarını azaltabilmek amacıyla kısıtlamalarının amacının onları hastalıktan korumak olduğu belirtilmeli, virüsten korunabilmek için sosyal izolasyon kurallarına uyup evlerimizde kalmamız gerektiği anlatılmalıdır. Yaşlı bireyleri virüsten koruyabilmek amacıyla fiziksel mesafe koymak önemlidir. Ancak bu mesafe sadece fiziksel olmalıdır ve duygusal boyuta ulaşmamalıdır. Yaşlı bireyleri temelli yalnızlığa terk etmek yerine onlara bu süreçte psikolojik destek verilmeli, mümkün olduğunca stres ve kaygıları azaltılmalıdır. Fiziksel sağlıkları da takip edilmeli, alınan tedbirlerin uygulanmasının önemlerinden bahsedilmelidir. Tek başına kalan ya da yanında ihtiyaçlarını dışarıdan onlar için alabilecek herhangi bir yakını bulunmayan yaşlılar için kurulan Vefa Sosyal Destek Grupları, yaşlı bireylere tanıtılmalı ve bu yaşlılara dışarı çıkmalarının tehlikeli olabileceği, ihtiyaçlarını giderebilmek amacıyla sosyal destek sistemleriyle iletişime geçmeleri gerektiği aktarılmalı, gerekirse bu konuda yardımcı olunmalıdır.[9] Her ne kadar Vefa Sosyal Destek gruplarıyla yaşlılara kamusal destek veriliyor olsa da bunun uygulamada tek başına yetersiz olduğu düşünülmektedir. Kamu kuruluşları, yerel yönetimler ve sivil toplum

örgütlerini sürece dâhil edecek makro düzeyde düzenleme ve politikaların gerçekleştirilmesi gerekmektedir.

Mevcut sağlık krizi sırasında yaşlıları desteklemenin bir başka yolu ise, zihinsel, sosyal ve fiziksel sağlık ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlamak amacıyla yaşlılarla düzenli olarak telefon görüşmeleri yapmaktır. Bu telefon görüşmeleri yoluyla yaşlılara gerektiğinde yardım istemekten çekinmemeleri ve mevcut kaynaklara nasıl ulaşabilecekleri aktarılmalıdır. Yaşlı bireylerin aile üyeleriyle, arkadaşlarıyla ve gönüllü kuruluşlarla sosyal temas kurup destek almaları amacıyla kapsamlı ağlar geliştirmesi sağlanmalıdır.[7] Organize ve kapsamlı bir yaklaşımla sosyal izolasyon dönemi boyunca yaşlı bireyleri psikososyal açıdan desteklemek ve yaşlılığın, toplumdaki diğer bireyler tarafından olumsuz bir dönem olarak kabul edilmemesi için değişiklikler yapılması gerekmektedir. Bu değişim yaşlı bireylere karşı oluşan ön yargıyı ortadan kaldıracak ve yaşlılık dönemine olumlu açıdan bakacak bir bakış açısı kazandırmakla mümkün olur. Bunun için de toplumdaki yetişkinlerin yaşlılık döneminin diğer yaşam evreleri gibi bir dönem olduğunu kabul etmeleri ve bu dönemle ilgili bilgilendirmeleri gerekmektedir.[10] Bu manada pandemi süreci ile mücadelede yaşlı bireylere yönelik olumsuz bakış açısını ortadan kaldırmak, yaşlılara yönelik gerekli korunma önlemleri almak, yaşlı bireylerin bireysel yaşam becerilerini yükseltmek, stres ve kaygı durumlarını en aza indirebilmek ve yalnızlık hissetmemelerini sağlamak onların fiziksel ve psikolojik sağlıkları açısından son derecede önem arz etmektedir.[9]

KAYNAKÇA

1. Soysal, G. (2020). Koranavirüs Salgını ve Yaşlılık. Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, 7(5), 290-301.
2. Gencer, N. (2020). Kovid-19 Sürecinde Yaşlı Olmak: 65 Yaş ve Üstü Vatandaşlar İçin Uygulanan Sokağa Çıkma Yasağı Üzerine Değerlendirmeler ve Manevi Sosyal Hizmet. Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi, 4(1), 35-42.
3. Çetin, S. (2019). Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ve Yaşlılık Algısında Sosyal Hizmetin Rolü: Ankara Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
4. Levy, B. (2003). Mindmatters: Cognitive and Physical Effects of Aging Self Stereotypes. The Journals of Gerontology, 58(4), 203-211.
5. Kara, E. (2020). Kovid-19 Pandemisindeki Dezavantajlı Gruplar ve Sosyal Hizmet İşgücünün İşlevi. Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi, 4(1), 28-34.
6. Armigate, R., & Nellums, L. (2020). COVID-19 and The Consequences of Isolating The Elderly. The Lancet Public Health, 256.

7. Brooke, J., & Jackson, D. (2020). Older people and COVID-19: Isolation, Risk and Ageism. Journal of Clinical Nursing, 2044-2046. doi: https://doi.org/10.1111/jocn.15274
8. Tekin Kaya, N., & Örsal, Ö. (2018). Sosyal Bir Sorun: Yaşlı Ayrımcılığı. Social Sciences Studies Journal, 4(16), 1350-1355.
9. Türk, A. (2020, Temmuz-Aralık). Koronavirüs (Covid-19) Pandemisi Sürecinde Yaşlılara Yönelik Uygulamalar ve Yaşlıların Psikososyal Durumu Üzerine Bir Değerlendirme. (A. Özdemir, Dü.) Pandemi ve Sosyal Hizmet, s. 35-46.
10. Güven, S., & Cerit, G. (2003). Ailede Kadınların Yaşlılık Dönemine İlişkin Görüşleri. II. Ulusal Yaşlılık Kongresi, (s. 285-298). Denizli.

PRSB-13

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDEKİ ADÖLESAN ve İNTERNET BAĞIMLILIĞI

Arzu SARIALİOĞLU[1]

[1]***Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/Türkiye, E-Posta: arzu.celebi@atauni.edu.tr***

Özet

İnternet bağımlılığı dijital bir bağımlılık türüdür. İnternet bağımlılığı günümüzde önemli bir sorun haline gelmiştir. İnternet bağımlılığı özellikle 12-18 yaş grubu açısından önemli bir risk haline gelmiştir. İnternette geçirilen süre arttıkça internet bağımlılığının arttığı saptanmıştır. COVID-19'un ortaya çıkması çok fazla kişiyi etkilemeye devam etmekte ve tüm dünyadaki insanlar için bir halk sağlığı tehdidi haline gelmiştir. Tüm dünyada olduğu gibi Türkiye'de de salgın sürecinde koruyucu önlemler alınmaktadır. COVID-19 pandemisinin stresine ek olarak sokağa çıkma yasağının da getirilmesiyle adölesanlar psikolojik ve duygusal olarak olumsuz etkilenmektedirler. Pandemiyle azalan yüz yüz iletişim ve sosyal etkileşim; internetin sosyalleşmek ve boş zaman aktiviteleri için daha yoğun kullanılmasını beraberinde getirmiş olup pandemide artan ekran süreleri ve sorunlu internet kullanımı önemli problem olarak karşımıza çıkmaktadır. COVID-19 salgını sırasında teknolojik araçların aşırı kullanımının, özellikle kullanım süresi arttıkça bağımlılık için bir risk faktörü olma olasılığını iki veya daha fazla kat artırdığı bulunmuştur. İnternet kullanımı özellikle pandemi günlerinde hayatı kolaylaştırıp çocukların eğitimlerinin aksamaması için kullanılmaktadır fakat getireceği riskler açısından da ele alınması önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Adölesan, Covid 19 pandemi, İnternet bağımlılığı

ADOLESCENT AND INTERNET ADDICTION IN THE COVID 19 PANDEMIC PROCESS

Abstract

Internet addiction is a digital addiction type. Internet addiction has become an important problem today. Internet addiction has become an important risk especially for the 12-18 age group. It has been found that as the time spent on the internet increases, internet addiction increases. The emergence of COVID-19 continues to affect so many people and has become a public health threat to people all over the world. As in all over the world, protective measures are taken in Turkey during the epidemic process. In addition to the stress of the COVID-19

pandemic, with the introduction of a curfew, adolescents are negatively affected psychologically and emotionally. Face-to-face communication and social interaction diminished with the pandemic; increasing screen time and problematic internet use are important problem in the pandemic. It has been found that the overuse of technological tools during the COVID-19 pandemic doubled the likelihood of being a risk factor for addiction, especially as the duration of use increases. The use of the Internet is used to make life easier, especially during pandemic days, and to ensure that the education of children is not interrupted, but it is also important to consider it in terms of the risks it will bring.
Key Words: Adolescent, Covid 19 pandemic, Internet addiction

GİRİŞ VE AMAÇ

Adölesan dönem, bireyde gözlenebilen hızlı ve sürekli bir gelişme evresi olarak tanımlanan ve biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişme ve olgunlaşmanın yer aldığı çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemidir. Adölesan bedensel, cinsel, sosyal ve duygusal anlamda farklı bir döneme girmekte, bu gelişim alanlarında yaşadığı süreçler nedeni ile adölesan kendisini farklı hissetmekte ve çoğu zaman aile ve çevresindeki bireylerle iletişimde güçlükler çekmektedir.[1] Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), "10-19 yaş grubunu" adölesan olarak tanımlamıştır.[2]

Bağımlılık kişinin biyolojik, ruhsal ve fiziksel işlevlerini ve günlük yaşam aktivitelerini olumsuz etkileyen, kişinin dengesini bozan normal dışı davranışlar olarak tanımlanmaktadır. İnternet bağımlılığı dijital bir bağımlılık türüdür.[3] İnternet bağımlılığı günümüzde önemli bir sorun haline gelmiştir. Adölesanların %88 ile 98 oranında evde ya da okulda interneti kullanmaktadır. İnternet bağımlılığı özellikle 12-18 yaş grubu açısından önemli bir risk haline gelmiştir.[4] İnternette geçirilen süre arttıkça internet bağımlılığının arttığı saptanmıştır.[5]

Aralık 2019'dan bu yana, Wuhan'daki COVID-19'un ortaya çıkması çok fazla kişiyi etkilemeye devam etmekte ve tüm dünyadaki insanlar için bir halk sağlığı tehdidi haline gelmiştir.[6] COVID-19 DSÖ tarafından 11 Mart 2020'den itibaren pandemi olarak kabul edilmiştir.[7] Ülkemizde tüm COVID-19 vakalarının %6.4'ü 15 yaş altı çocuklarda görülmektedir. Bu yaş grubu ise Türkiye'de tüm nüfusun %22.3'ünü oluşturmaktadır. Çocuklarda COVID-19 enfeksiyon sıklığı tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de erişkinlere göre daha düşüktür ve klinik daha hafif seyretmektedir.[8]

Tüm dünyada olduğu gibi Türkiye'de de salgın sürecinde koruyucu önlemler alınmaktadır. COVID-19 pandemisinin stresine ek olarak sokağa çıkma yasağının da getirilmesiyle adölesanlar psikolojik ve duygusal olarak olumsuz etkilenmektedirler. Özellikle

ergenliğin gelişimsel dönem özelliklerinin sosyal sınırlamalarla ve kısıtlamalarla giden böyle bir süreçten etkilenmesi kaçınılmazdır.[9]

Pandemi sürecinde okulun getirdiği günlük rutinlerden mahrum kalma ve akranlarla geçirilen zamanın ortadan kalkması ile adölesanların en sık yaşadığı sorunlar içerisinde; ev içinde geçirilen tekdüze zamanın artması, uyku alışkanlıklarının bozulması, ekran maruziyetinin artması ve yoğun internet kullanımı, uygunsuz yeme alışkanlıklarının artması, fiziksel aktivitenin azalması, dikkat ve konsantrasyon sorunlarının artması, azalan motivasyonla birlikte akademik başarının düşmesi, artan ev içi çatışma ve şiddet, can sıkıntısı, öfke, kaygı gibi olumsuz duygularla baş edememe, artan emosyonel reaktivite ve bozulan emosyon düzenleme becerileri sayılabilir.[6,10]

Pandemiyle azalan yüz yüz iletişim ve sosyal etkileşim; internetin sosyalleşmek ve boş zaman aktiviteleri için daha yoğun kullanılmasını beraberinde getirmiş olup pandemide artan ekran süreleri ve sorunlu internet kullanımı önemli problem olarak karşımıza çıkmaktadır. Ekran başında geçirilen sürenin uzaması, ekranın sosyalleşme, eğlence ve oyun amaçlı artan kullanımı ve azalan okul ve ebeveyn denetimi sonucunda sanal ortamda karşılaşılan riskler de artmıştır.[11,12]

Pandemide ergenlerle yapılan çalışmalar da; teknolojik aletlerin kullanım sıklığı ve süresinin genel olarak arttığı ve bu durumun pandemi öncesinde normal internet kullanım davranışı olan ergenlerde internet bağımlılığı riskini arttırdığı, ekran başında kalma sürelerinin uzadığı bildirilmiştir.[13-15] COVID-19 salgını sırasında teknolojik araçların aşırı kullanımının, özellikle kullanım süresi arttıkça bağımlılık için bir risk faktörü olma olasılığını iki veya daha fazla kat artırdığı bulunmuştur.[16]

İnternet kullanımı özellikle pandemi günlerinde hayatı kolaylaştırıp çocukların eğitimlerinin aksamaması için kullanılmaktadır fakat getireceği riskler açısından da ele alınması önemlidir. Uzaktan eğitim sürecinde ders sunumları, online görüşmeler, ödevler ve hatta sınavlar uzaktan erişim ile yapılmaktadır. Teknoloji ve internetin beraber sunulduğu bugünkü uzaktan eğitim ortamında çocukların temasları günlük alışkanlıklarının üzerine 6-7 saat daha ders için geçirdiği süre eklenerek devam edebilmektedir. Belirtilen bu sürede ders ve ödev etkinliklerini günlük olarak tamamlayan çocuklar ayrıca sosyal medya kullanmakta, digital oyunlar oynamakta, film izlemektedir.[17] Ayrıca teknolojik cihazlarla çocukluk döneminde tanışılmasının, kontrolsüz şekilde kazanılan alışkanlığın gençlik ve yetişkinlik dönemlerine taşınmasının, uzun süre kullanılmaların yarattığı bağımlılık tehdidi dışında, uyku kalitesinde bozulmalara, obeziteye, duygusal ve sosyal gelişimde olumsuzluklara, duygu düzenleme güçlükleri yaşamalarına neden olmaktadır. Bununla birlikte, bu cihazları farklı pozisyonlarda

uzun süre kullanan çocukların postürlerini nasıl etkilediği henüz açık değildir ancak ilerleyen yıllarda belirecek postüral duruş bozuklukları, kronik ağrı, anomali veya rahatsızlıklara yol açması muhtemeldir. Ayrıca "Evde Kal" uygulamaları ile mecburen alışık oldukları gündelik hareketlerinden uzak şekilde evlerde kapalı ortamlarda kalan çocukların eğlence alternatiflerinden biri haline gelen internet ve digital temasın yaratacağı başka problemlerde gözden kaçırılmamalıdır.[18]

Bu derlemede adölesan dönemine özgü olağan gelişimsel özelliklerin COVID-19 pandemisinden nasıl etkilendiği ve pandeminin internet bağımlılığı üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Pandemi döneminde adölesan ruh sağlığını korumak; riskleri azaltmak ve koruyucu faktörleri arttırmak yönünde alınacak tedbirlerle yakından ilişkilidir. Bunlar; adölesanın doğru bilgi kaynaklarına erişimini sağlamak, fiziksel aktivitenin arttırılması, bireysel ve sosyal gelişimi destekleyecek akılcı internet kullanımının yaygınlaştırılması ve bu konuda farkındalık için adölesan ve ailelere eğitim çalışmalarının yapılması, izolasyon ve yalnızlığın azaltılarak akran etkileşimi için alternatif yollar ve destek grupları oluşturulması sayılabilir.

Ayrıca, pandemi döneminde ödev ve sınav uygulamaları dışında çocukların keyfi internet kullanımını azaltacak şekilde ebeveynlerin bilgilendirilmesi, çocukların internet kullanım sürelerinin mümkün olduğunca azaltılması, ev içinde eğlendirici, eğitici aile içi iletişimi artırıcı yolların bulunması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

1. Yavuzer, H. (2016). Çocuk psikolojisi. İstanbul: Remzi Kitabevi.
2. https://www.who.int/maternal_child_adolescent/adolescence/en/. (E.T. 20.04.2021).
3. Güleç, G., Köşger, F., Eşsizoğlu, A., (2015). DSM-5'te Alkol ve Madde Kullanım Bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar,* 7 (4): 448-460.
4. Kuss, D. J., Rooij, A.J.V., Shorter, G.W., Griffiths, M.D., Mheen, D.V., (2013). Internet Addiction in Adolescents: Prevalence and Risk Factors. *Computers in Human Behavior*, 29: 1987–1996.
5. Yayan, E.H., Arıkan, D., Saban, F., Baş, N.G., Özcan, Ö.Ö., (2017). Examination of the Correlation Between Internet Addiction and Social Phobia in Adolescents. *Western Journal of Nursing Research*, 39 (9): 1240–1254.
6. Lee, J., (2020). Mental Health Effects of School Closures during COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health,*24(5): 397-404.

7. https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/rehberler/COVID-19_Rehberi.pdf. (E.T. 20.04.2021).
8. Dağlı, E., Gökdemir, Y., (2020). Çocuklarda COVID-19 enfeksiyonu. COVID-19 Tanı ve Tedavisinde Kanıta Dayalı Öneriler ve Türk Toraks Derneği COVID-19 Görev Grubu Görüş Raporu. Köktürk N, İtil O. (Eds). Türk Toraks Derneği COVID-19 E-Kitapları Serisi.
9. Yektaş, Ç., (2020). Ergenlerde Pandeminin Ruhsal Etkileri. Ercan ES, Yektaş Ç, Tufan AE, Bilaç Ö, (Eds). COVID-19 Pandemisi ve Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı. Ankara: Türkiye Klinikleri; ss. 13-18.
10. Gghosh, R., Dubey, M.J., Chatterjee, S., Dubey, S., (2020). Impact of COVID-19 on Children: Special Focus on Psychosocial Aspect. *Minerva Pediatrica*, 72 (3): 226-235.
11. Fegert, J.M., Vitiello, B., Plener, P.l., Clemens, V., (2020). Challenges and Burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) Pandemic for Child and Adolescent Mental Health: A Narrative Review to Highlight Clinical and Research Needs in the Acute Phase and the Long Return to Normality. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*, 12 (14): 20.
12. Ferrara, P., Franceschini, G., Corsello, G., Me-Strovic, J., Giardino, I., Vural, M., Pop, T.L., Namazova-Baranova, L., Pettoello-Mantovani, M., (2021). The Dark Side of the Web-A Risk for Children and Adolescents Challenged by Isolation during the COVID-19 Pandemic. *The Journal of Pediatrcis,* 228: 324–325.
13. Branquinho, C., Kelly, C., Arevalo, C., Santos, A., Gaspar, M., (2020). "Hey, we also have something to say": A Qualitative Study of Portuguese Adolescents' and Young People's Experiences under COVID 19. *J Community Psychol,* 48: 2740–2752.
14. Dong, H., Yang, F., Lu, X., Hao W., (2020). Internet Addiction and Related Psychological Factors Among Children and Adolescents in China During The Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Epidemic. *Front Psychiatry*, 11: 751.
15. Orgiles, M., Morales, A., Delvecchio, E., Mazzeschi, C., Pedro, J., (2020). Immediate Psychological Effects of the COVID-19 Quarantine in Youth From Italy and Spain. *Front Psychol*, 6 (11): 1-10.
16. https://www. unicef.org/globalinsight/stories/rethinking-screen-time-time-covid- 19. (E.T. 20.04.2021).
17. Balcı, E., Durmuş, H., Sezer, L., (2021). Does Distance Education Create a Risk in the Development of Addiction in Corona Days? *Journal of Dependence,* 22 (1): 100-102.
18. Ayhan, B., Köseliören, M., (2019). İnternet, Online Oyun ve Bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 6: 1-30.

PRSB-32

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE EBELİK, HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN ALGILANAN STRES DÜZEYLERİ VE UZAKTAN EĞİTİM ALGISI

Sevgi NEHİR[1], Nurgül Güngör TAVŞANLI[2]

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Manisa / Türkiye,

E-Posta:sevginehir78@gmail.com

[2] Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Manisa / Türkiye,

E-Posta: nurgul.gungor@hotmail.com

Özet

Amaç: Araştırma, Covid 19 Pandemi Sürecinde Ebelik, Hemşirelik Öğrencilerinin Algılanan Stres Düzeyleri ve Uzaktan Eğitim Algısının değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma Haziran 2021 tarihlerinde Manisa Celal Bayar Üniversitesi ebelik ve hemşirelik öğrencileriyle tanımlayıcı kesitsel olarak yapılmıştır. Anket uygulaması pandemi nedeniyle online link ile yapılmıştır. Veri toplama formu üç bölümden oluşmuştur. Tanıtım Formu, Covid 19 Pandemisi ve Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde, bağımsız farklı gruplar arasındaki ilişkinin incelenmesinde, indepented - t testi, ANOVA ve korelasyon testleri kullanılarak analiz edilmiştir. İstatistiksel analizler için anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Öğrencilerin yaş ortalaması 20,71±1,63'tür. Öğrencilerin %55,5'i hemşirelik, %44,5'i ebelik bölümündedir. Algılanan Stres Düzeyleri Ölçeğinin toplam puan ortalaması 22,97±6,13 olarak saptanmıştır. Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeğinin toplam puan 99,05±9,52 olarak belirlenmiştir. Kadın öğrenci olmanın Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği COVID ile ilgili Düşüncelerini etkilediğini, öğrencilerin sınıfı arttıkça Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği COVID salgınına karşı okul yönetiminin davranışlarını yeterli bulduklarını, Uzaktan eğitimde yaşanan sorunlar olduğunu; yeterli sosyal desteklerinin olmamasının COVID salgının ders çalışmaya etkisinin olduğunu, çalışma bulgusu öğrencilerin uzaktan eğitimde sorunlar yaşadığı ile açıklamaktadır.

Sonuç: Sağlık alanı uygulamalı bir alan olması öğrencilerin covid-19 salgınında uzaktan eğitim algısı olumsuz yönde ve algılanan stresleri orta düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Pandemi, Öğrenciler, Stres, Uzaktan Eğitim.

PERCEIVED STRESS LEVELS AND DISTANCE EDUCATION PERCEPTION OF MIDWIFERY, NURSING STUDENTS DURING THE PANDEMIA COVID-19

Abstract

Aim: The study was conducted to evaluate the Perceived Stress Levels and Distance Education Perception of Midwifery and Nursing Students in the Covid 19 Pandemic Process.

Methods: The study was conducted as a descriptive cross-sectional study with midwifery and nursing students of Manisa Celal Bayar University in June 2021. The survey application was made with an online link due to the pandemic. The data collection form consists of three parts. The Introduction Form, the Covid 19 Pandemic and the Perception of Distance Education Scale in the Pandemic Process, and the Perceived Stress Scale were used. In analyzing the data,

examining the relationship between different independent groups; analyzed using the indepented - t test, ANOVA and correlation tests. For statistical analysis, the level of significance was accepted as $p<0.05$.

Results: The average age of the students is 20.71±1.63. 55.5% of the students are in the nursing department and 44.5% are in the midwifery department. The total mean score of the Perceived Stress Levels Scale was determined as 22.97±6.13. The total score of the Distance Education Perception Scale during the Pandemic Process was determined as 99.05±9.52. That it affects her thoughts related to the Distance Education Perception Scale COVID of being a female student in the Pandemic, as the class of the students increased, they found enough the behaviors of the school administration to be sufficient against the COVID epidemic in the Distance Education Perception Scale in the Pandemic Process, there are problems in distance education; The lack of sufficient social support has an impact on the study of the COVID epidemic and the findings of the study explain that students have problems in distance education.

Conclusion: Due to the fact that the health field is an applied field, it was determined that the perception of distance education in the covid-19 epidemic was negative and the perceived stress of the students was moderate.
Key Words: Covid-19, Pandemic, Students, Stress, Distance Education.

GİRİŞ VE AMAÇ

Uzaktan eğitim ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında, bireylere değişik eğitim seçeneği sunma, fırsat eşitsizliğini en aza indirme, kitle eğitimini kolaylaştırma, eğitim programlarında standart sağlama; dolayısıyla maliyetleri düşürerek nitelikli eğitimden daha fazla bireyin faydalanmasını sağlama [1], eğitimde önemli olan maliyet ve nitelik gibi belirleyici faktörlerin değiştirilmesinde önemli rol oynama [2], fiziksel olarak belirli bir sınıf ortamında öğrenmeye zorlamama [1] gibi avantajlarını konu edinen çalışlmalar ol duğu gibi iletişimsel sorunlar [1], eğitimin kalitesi ve gizli masraflar [3], teknik yaşanabilecek sorunlar [2] gibi sınırlılık da ele alan çalışmaların olduğu görülmektedir. Uzaktan eğitim her ne kadar bireylere öğrenci serbesti sağlayarak bireysel-bağımsız öğrenme imkanı sunması ile bireylerin kendi öğrenmelerinden sorumlu hale gelmesini ve bireylere hayat boyu öğrenme imkanı sağlaması söz konusu olsa da, ele alınan sınırlılıkların, öğrencilerin uzaklık algıları üzerinde etkisi olabileceği düşünülmektedir. Pandemi sürecinin stres yaratması eğitim sürecini etkilemektedir. Öğrencilerin evde izole olması, sosyal ortamdan uzaklaşma, yakınlarını salgında kaybetme ölüm korkusu gibi stresli bir durum yaşanmasına neden olmaktadır.

Bu çalışmada, Covid 19 pandemi sürecinde ebelik, hemşirelik öğrencilerinin algılanan stres düzeyleri ve uzaktan eğitim algısını belirlemek amaçlanmıştır

YÖNTEM

Araştırma Haziran 2021 tarihlerinde Manisa Celal Bayar Üniversitesi ebelik ve hemşirelik öğrencileriyle tanımlayıcı kesitsel olarak yapılmıştır. Anket uygulaması pandemi nedeniyle online link ile yapılmıştır. Veri toplama formu üç bölümden oluşmuştur. Tanıtım Formu, Covid 19 Pandemisi ve Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği [4], Algılanan Stres Ölçeği [5] kullanılmıştır. Verilerin analizinde, SPSS for Windows 21.0 (Statistical Package for Social

Sciences for Windows) programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı verilerin analizinde sayı, yüzde, ortalama, standart hata, en küçük ve en büyük değerler verilmiştir. Bağımsız farklı gruplar arasındaki ilişkinin incelenmesinde, indepented - t testi, ANOVA ve korelasyon testleri kullanılarak analiz edilmiştir. İstatistiksel analizler için anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Öğrencilerin yaş ortalaması 20,71±1,63 (min 18- max 29)'tür. Öğrencilerin %87,8'i kadın %12,2'si erkektir. Öğrencilerin %55,5'i hemşirelik, %44,5'i ebelik bölümündedir. Öğrencilerin %38,4'ü 1.sınıf, %67,4'ünün gelir gideri dengeli, %45,1'i ilde yaşıyor, %95,0'i ailesi ile yaşıyor, %97,6'sının fiziksel rahatsızlık öyküsü olmadığını, %97,0'sinin ruhsal hastalık öyküsü olmadığını, %69,7'sinin yeterli sosyal desteğinin olduğunu ve %79,6'sı mesleğini isteyerek seçtiğini ifade etmiştir.

Algılanan Stres Düzeyleri Ölçeğinin Yetersiz Özyeterlilik alt alanı puan ortalaması 8,51±2,61, Stres/Rahatsızlık Algısı alt alanı puan ortalaması 14,45±4,39 ve toplam puan ortalaması 22,97±6,13 olarak saptanmıştır. Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeğinin 6 alt ölçeğinin ve toplam puan ortalamaları incelendiğinde, COVID ile ilgili Düşünce 17,20±3,22, COVID Salgınına Karşı Okul Yönetiminin Davranışı 13,76±3,65, COVID Salgınının Ders Çalışmaya Etkisi 27,61±5,28, Uzaktan Eğitim Tecrübesinin Sonraki Uzaktan Eğitim Programına Etkisi 13,16±5,38, Uzaktan Eğitimin Nasıl Kullanılabileceği 15,18±3,22, Uzaktan Eğitimde Yaşanan Sorunlar 12,11±3,00 ve toplam puan 99,05±9,52 olarak belirlenmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Algılanan Stres Düzeyleri Ölçeği (ASDÖ) ve Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği (PSUEAÖ) Puanları Arasındaki İlişki

Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği (PSUEAÖ)		ASDÖ Yetersiz Özyeterlilik	ASDÖ Stres/ Rahatsızlık Algısı	ASDÖ Toplam
COVID ile ilgili düşünce	**r**	,123*	,244**	,227**
	p	,026	,000	,000
COVID salgınına karşı okul yönetiminin davranışı	**r**	-,082	-,119*	-,120*
	p	,140	,032	,030
COVID salgının ders çalışmaya etkisi	**r**	,195**	,304**	,300**
	p	,000	,000	,000
Uzaktan Eğitim Tecrübesinin Sonraki Uzaktan Eğitim Programına Etkisi	**r**	-,158**	-,090	-,132*
	p	,004	,103	,017
Uzaktan eğitimin nasıl kullanılabileceği	**r**	-,174**	-,178**	-,202**
	p	,002	,001	,000
Uzaktan eğitimde yaşanan sorunlar	**r**	,270**	,261**	,302**
	p	,000	,000	,000
Toplam Puan	**r**	,055	,177**	,150**
	p	,317	,001	,006

** Korelasyon $p\leq0.01$ düzeyinde anlamlıdır.

* Korelasyon p≤0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği (PSUEAÖ) alt alanlarından COVID ile ilgili düşünce, COVID salgının ders çalışmaya etkisi, Uzaktan eğitimde yaşanan sorunlar ve Toplam Puanları ile ASDÖ alt alanlarından Yetersiz Özyeterlilik, Stres/Rahatsızlık Algısı ve toplam puanları arasında pozitif yönlü İstatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki olduğu saptanmıştır (p≤0.01, p≤0.05) (Tablo 1).

Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği (PSUEAÖ) alt alanlarından COVID salgınına karşı okul yönetiminin davranışı, Uzaktan Eğitim Tecrübesinin Sonraki Uzaktan Eğitim Programına Etkisi, Uzaktan eğitimin nasıl kullanılabileceği puanları ile ASDÖ alt alanlarından Yetersiz Özyeterlilik, Stres/Rahatsızlık Algısı ve Toplam Puanları arasında negatif yönlü İstatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki olduğu saptanmıştır (p≤0.01, p≤0.05) (Tablo 1).

Tablo 2. Öğrencilerin bazı sosyodemografik özellikleri ile Algılanan Stres Düzeyleri Ölçeği (ASDÖ) ve Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği (PSUEAÖ) **Puan Ortalamaları Arasındaki İlişki (Regresyon Analizi)**

ASDÖ Yetersiz Özyeterlilik					
Bağımsız Değişken	B	β	t	p	R^2=0,155 F=4,805 P=0,000
Mesleği isteyerek seçme	0,959	0,147	2,775	0,006	
Sosyal Destek Yeterli mi?	1,516	0,267	4,877	0,000	
ASDÖ Stres/Rahatsızlık Algısı					
Bağımsız Değişken	B	β	t	p	R^2=0,170 F=5,344 P=0,000
Mesleği isteyerek seçme	1,599	0,146	2,775	0,006	
Sosyal Destek Yeterli mi?	2,596	0,272	5,012	0,000	
ASDÖ Toplam Puan					
Bağımsız Değişken	B	β	t	p	R^2=0,198 F=6,464 P=0,000
Mesleği isteyerek seçme	2,558	0,167	3,232	0,001	
Sosyal Destek Yeterli mi?	-1,818	-0,164	-3,112	0,002	
Aylık Gelir Durumu	4,112	0,308	5,778	0,000	
PSUEAÖ COVID ile ilgili Düşünce					
Bağımsız Değişken	B	β	t	p	R^2=0,066 F=1,850 P=0,004
Cinsiyet	-1,264	-0,129	-2,189	0,029	
PSUEAÖ **COVID salgınına karşı okul yönetiminin davranışı**					
Bağımsız Değişken	B	β	t	p	R^2=0,11

Sınıf	-0,844	-0,283	-3,898	0,000	5 F=4,541 P=0,000
PSUEAÖ **COVID salgının ders çalışmaya etkisi**					
Bağımsız Değişken	B	β	t	p	R^2=0,080 F=2,282 P=0,009
Sosyal Destek Yeterli mi?	1,530	0,133	2,334	0,020	
PSUEAÖ **Uzaktan eğitimde yaşanan sorunlar**					
Bağımsız Değişken	B	β	t	p	R^2=0,115 F=3,390 P=0,000
Sosyal Destek Yeterli mi?	0,373	0,160	2,855	0,005	
Sınıf	1,043	0,152	2,050	0,041	

Öğrencilerin bazı sosyodemografik özellikleri ile Algılanan Stres Düzeyleri Ölçeği (ASDÖ) ve Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği (PSUEAÖ) puan ortalamaları arasındaki ilişki incelenmiştir. Öğrencilerin Mesleği isteyerek seçme, Sosyal Destek Yeterli mi? özelliklerinin Algılanan Stres Düzeyleri Ölçeğinin alt alanlarından Yetersiz Özyeterlilik (R^2=0,155), Stres/Rahatsızlık Algısı (R^2=0,170) ve toplam puanlarını (R^2=0,198) açıkladığı saptanmıştır p<0,000). Ayrıca öğrencilerin aylık gelir durumunun sadece Algılanan Stres Düzeyleri Ölçeğinin toplam puanlarını açıkladığı saptanmıştır (R^2=0,198) (p<0,000) (Tablo 2).

Öğrencilerin cinsiyetinin PSUEAÖ'nin COVID ile ilgili Düşünce alt alan puanlarını açıkladığı saptanmıştır (R^2=0,066, P=0,004). Öğrencilerin sınıfının PSUEAÖ'nin COVID salgınına karşı okul yönetiminin davranışı alt alanı puanlarını negatif yönlü açıkladığı saptanmıştır (R^2=0,115, P=0,000). Sosyal Destek Yeterli mi? yanıtlarının PSUEAÖ'nin COVID salgının ders çalışmaya etkisi alt alanı puanlarını açıkladığı saptanmıştır (R^2=0,080, P=0,009). Öğrencilerin Sosyal Destek Yeterli mi? yanıtlarının ve okudukları sınıfın PSUEAÖ'nin Uzaktan eğitimde yaşanan sorunlar alt alanı puanlarını açıkladığı saptanmıştır (R^2=0,115, P=0,000) (Tablo 2).

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Öğrencilerin mesleği isteyerek seçmemeleri ve yeterli sosyal desteklerinin olmaması Algılanan Stres Düzeylerini arttırdığını açıklamaktadır.

Kadın öğrenci olmanın Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği COVID ile ilgili Düşüncelerini etkilediğini, öğrencilerin sınıfı arttıkça Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Algısı Ölçeği COVID salgınına karşı okul yönetiminin davranışlarını yeterli bulduklarını, Uzaktan eğitimde yaşanan sorunlar olduğunu; yeterli sosyal desteklerinin olmamasının COVID salgının ders çalışmaya etkisinin olduğunu, çalışma bulgusu uzaktan eğitimde yaşanan sorunlar olduğunu açıklamaktadır. Sağlık alanı uygulamalı bir alan olması nedeniyle uzaktan eğitim yerine eğitim programının daha uygun hale getirilmesi gerekmektedir.

KAYNAKÇA

1. Kaya, Z. (2002). Uzaktan e¤itim. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
2. Bates, A. T. (2005). Technology, e-learning and distance education. Oxford: Routledge
3. Valentine, D. (2002). Distance learning: Promises, problems, and possibilities. Online Journal of Distance Learning Administration, 5(3), 1–11.
4. Orçanlı, K., Bekmezci, M. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Covid-19 Pandemisinde Uzaktan Eğitim Algısının Belirlenmesi Ve Bazı Demografik Değişkenlerle İlişkisi, Uluslararası İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi. 6 (2). 88-108. DOI: 10.29131uiibd.836277
5. Örücü, M.Ç, Demir, A (2008) Psychometric evaluation of perceived stress scale for Turkish university students. Stress and Health, ön basım: DOI: 10.1002/smi.1218

PRSB-41

COVID-19 SALGININ GENEL NÜFUSUN MADDE KULLANMA DURUMLARINA ETKİSİ: SİSTEMATİK İNCELEME

Zeynep ÖZTÜRK[1]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum / Türkiye, E-Posta:zeynepolcun6@gmail.com

Özet

Amaç: Bu sistematik derleme, COVID-19 salgınının genel nüfusun madde kullanma durumlarını rapor eden mevcut literatürü sentezlemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Araştırma PubMed, Medline, Web of Science, Scopus, Ulakbim Tıp Veri Tabanı ve Google Akademik veri tabanlarının incelenmesiyle yürütülmüştür. Koronavirüs salgınında genel popülasyon ile yapılmış madde kullanma konulu yayınlar bu çalışmaya dahil edilmiştir. "COVID-19 (SARS-CoV-2, Şiddetli akut solunum sendromu koronavirüs, 2019nCoV ve HCoV-19), Genel Nüfus (Popülasyon) ve Madde Kullanma" Türkçe anahtar kelimeleri ile İngilizce çevirileri kullanılarak çalışmalar taranmıştır. Veri tabanlarından ulaşılan ve dahil edilme ölçütlerine uyan dokuz araştırma incelenmiştir.

Bulgular: Çalışma kapsamında incelenen araştırmalarda COVID-19 pandemisi sürecinde, farklı ülkelerin genel nüfuslarında sigara ve alkol gibi bağımlılık yapıcı maddelerin kullanılma oranlarında ciddi artışlar olduğu bulunmuştur. Ayrıca bireylerin pandemi sürecinin yol açtığı stres ve kaygı ile başa çıkmak için madde kullanmaya yöneldiği vurgulanmıştır.

Sonuç: COVID-19 pandemisi genel nüfusta madde kullanımını artırma yönünde önemli bir risk teşkil etmektedir. COVID-19'un madde kullanma davranışları üzerindeki zararlı etkilerini azaltmak, uluslararası bir halk sağlığı önceliği olmalıdır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Madde Kullanımı, Genel Nüfus

EFFECT OF COVID-19 OUTBREAK ON SUBSTANCE USE OF GENERAL POPULATION: A SYSTEMATIC REVIEW

Abstract

Aim: This systematic review aims to synthesize existing literature reporting the substance use status of the general population of the COVID-19 outbreak.

Methods: The research was conducted by examining PubMed, Medline, Web of Science, Scopus, Ulakbim Medicine Database and Google Academic databases. Publications on substance use with the general population in the coronavirus epidemic were included in this study. Studies have been searched using the Turkish keywords "COVID-19 (SARS-CoV-2,

Severe acute respiratory syndrome coronavirus, 2019nCoV and HCoV-19), General Population and Substance Use" and their English translations. Nine studies that were accessed from databases and met the inclusion criteria were examined.

Results: In the studies examined within the scope of the study, it was found that during the COVID-19 pandemic process, there was a significant increase in the rate of addictive substances such as cigarette and alcohol use in the general population of different countries. In addition, it was emphasized that individuals tend to use substances to cope with the stress and anxiety caused by the pandemic process.

Conclusion: The COVID-19 pandemic poses a significant risk of increasing substance use in the general population. Reducing the harmful effects of COVID-19 on substance use behavior should be an international public health priority.

Key Words: COVID-19, Substance Use, General Population

GİRİŞ VE AMAÇ

Dünya, 2019 yılının sonunda ilk kez Çin'de tespit edilen ve kısa sürede yayılarak "pandemi"ye yol açan COVID-19 salgınıyla mücadele ediyor. Şuana kadar 150 milyondan fazla kişi enfekte oldu ve yaklaşık 3 milyon fazla kişi hayatını kaybetti.[1] COVID-19 salgını, benzeri görülmemiş ölçekte bir halk sağlığı krizini tetikledi.[2] Bu ani ve beklenmedik durum dünyanın pek çok bölgesinde insanların yaşam düzenini bozdu ve psikolojik sağlığını önemli ölçüde tehdit etti.[2,3] COVID-19 salgını dünya çapında bireyleri, aileleri ve toplulukları ciddi şekilde etkiledi.[2] Diğer pek çok ülkede olduğu gibi Türkiye de de Koronavirüsün yayılmasını önlemek amacıyla sokağa çıkma yasağı, okulların kapatılması, evden çalışma şeklinin desteklenmesi, sosyal etkileşimin fazla olduğu (kafe, restoranlar, spor salonu vb.) alanların kapatılması gibi izolasyon önlemleri uygulandı.[4] Bu durum kişilerin normal yaşam rutinlerinin değişmesine ve daha önce benzeri görülmemiş stresli bir duruma maruz kalmasına yol açtı.[5]

Yapılan çalışmalarda COVID-19 salgının; depresyon, anksiyete ve madde kullanımı dahil olmak üzere diğer olumsuz psikolojik reaksiyonları tetiklediği bildirilmiştir.[2,6] Önceki çalışmalar, terör olayları, doğal afetler ve şiddetli akut solunum sendromu salgını gibi afetlerin alkollü içki, sigara ve problemli internet kullanımı dahil olmak üzere bağımlılık yapıcı davranışların oranlarının arttığını bildirmiştir.[7,8] Volkow[9] (2020) COVID-19 salgınında madde kullanım sorunlarının dikkate alınmasının önemli olduğunu vurgulamaktadır. COVID-19'un madde kullanım bozukluğunu olumsuz etkilediği, semptomlarda ve nüksetme sıklığında artış potansiyeline sebep olduğu varsayılmaktadır.[9-11] Madde kullanımı bireylerin pandemi sürecinin getirdiği sorunlarla mücadele etmek için kullandıkları olumsuz başa çıkma stratejilerden birisi olarak ortaya çıkabilmektedir.[12,13]

Pandemi sürecinde genel nüfusta madde kullanma davranışlarının belirlenmesinin, madde kullanımının önlenmesi amacıyla yürütülecek girişimler için yol göstereceği olacağı düşünülmektedir. Bu bilgiler ışığında bu çalışma; COVID-19 salgınının genel nüfusun madde kullanma durumlarını inceleyen mevcut literatürü sentezlemeyi amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Bu çalışmada; COVID-19 salgınının genel nüfusun madde kullanma durumlarını araştıran çalışmalar incelenmiştir.

Araştırma Stratejisi

Araştırma PubMed, Medline, Web of Science, Scopus, Ulakbim Tıp Veri Tabanı ve Google Akademik veri tabanlarının incelenmesiyle yürütülmüştür. Koronavirüs salgınında genel popülasyon ile yapılmış madde kullanma konulu yayınlar bu çalışmaya dahil edilmiştir. "COVID-19 (SARS-CoV-2, Şiddetli akut solunum sendromu koronavirüs, 2019nCoV ve HCoV-19), Genel Nüfus (Popülasyon) ve Madde Kullanma" Türkçe anahtar kelimeleri ile İngilizce çevirileri kullanılarak çalışmalar taranmıştır.

Çalışma Seçimi ve Uygunluk Kriterleri

Araştırma kapsamında yayınların başlıkları ve özetleri uygunluk açısından tarandı. Toplam 43 yayın tespit edildi. Bunlardan 7'si genel nüfus üzerinde yapılmadığından, 6'sı madde kullanan kişilerle yürütüldüğünden ve 11 tanesi derleme makalesi olduğundan araştırmaya dahil edilmedi. Tam metin taramanın ardından, 9 çalışma dahil edilme kriterlerini karşıladı.

Araştırmaya dahil edilme kriterleri*;*

- COVID-19 pandemisi sürecinde madde kullanma durumlarının incelendiği,
- Araştırma örnekleminin genel nüfus olduğu,
- Nicel araştırma yöntemlerinin kullanıldığı,
- COVID-19 salgınının ilk olarak başladığı 1 Aralık 2019 tarihi ve sonrasında yapılmış güncel çalışmalar incelenmiştir.

Araştırmadan dışlanma kriterleri;

- Mevcut madde kullanma bozukluğu olan bireylerle yapılan çalışmalar incelenmeye alınmamıştır.
- Nüfusun belirli alt gruplarına (sağlık çalışanları, üniversite öğrencileri veya gebeler gibi) odaklanan çalışmalar araştırmaya dahil edilmemiştir.

Verilerin sunulması

Araştırmalar, yurtdışında farklı ülkelerde yapılmış ve COVID-19 pandemisinin madde kullanma davranışlarına etkisi konusunda çarpıcı sonuçlar vermiştir. Çalışmalardan elde edilen

bulgular ‘araştırmacılar, yayın yılı, araştırma yeri, çalışmanın adı, örneklem büyüklüğü ve araştırmanın bulguları’ başlıkları altında sunulmuştur (Tablo 1).

BULGULAR

Tablo 1’de COVID-19 salgınında genel nüfusun madde kullanma durumlarını araştıran çalışmalar yer almaktadır.

Araştırmacılar yayın yılı ve araştırmanın yeri	**Çalışmanın adı**	**Örneklem**	**Araştırma bulguları**
Capasso ve ark.[14] 2021 (ABD)	Increased alcohol use during the COVID-19 pandemic: The effect of mental health and age in a cross-sectional sample of social media users in the U.S.	5850 kişi	Araştırmaya katılanların %29’unda COVID-19 salgını sırasında alkol kullanma oranının arttığı tespit edilmiştir.
Czeisler ve ark.[12] 2020 (ABD)	Mental Health, Substance Use, and Suicidal Ideation During the COVID-19 Pandemic-United States, June 24–30, 2020	5470 kişi	COVID-19 ile ilgili stres veya duygularla başa çıkmak için katılımcıların % 13.3’ünün madde kullanımına başladığı veya madde kullanımını artırdığı belirtilmiştir.
MacMillan ve ark.[13] 2021 (Kanada ve ABD)	Exploring Factors Associated with Alcohol and/or Substance Use During the COVID-19 Pandemic	1405 kişi	Araştırmaya katılan kişilerin üçte birinden fazlasının (%37.5) alkol veya diğer bağımlılık yapıcı maddeleri pandemi sürecinde bir destek kaynağı olarak kullandığı bildirilmiştir.
Panagiotidis ve ark.[15] 2020 (Yunanistan)	Changes in Alcohol Use Habits in the General Population, during the	705 kişi	Katılımcıların %32’sinin pandemi sırasında alkol kullanma alışkanlıklarında

	COVID-19 Lockdown in Greece		herhangi bir değişiklik olmadığı, % 20,7'sinin daha fazla alkol kullandığı, % 34,9'unun daha az alkol kullandığı ve %8,8'inin salgın sonrası alkolü bıraktığı bulunmuştur.
Rolland ve ark.[16] 2020 (Fransa)	Global Changes and Factors of Increase in Caloric/Salty Food Intake, Screen Use, and Substance Use During the Early COVID-19 Containment Phase in the General Population in France: Survey Study	11391 kişi	COVID-19 pandemisi sürecinde Fransa'daki genel nüfusta tütün kullanımının %35,6, alkol kullanımının %24,8 ve esrar kullanımının %31,2 oranında arttığı belirtilmiştir.
Schmits, ve Glowacz[17] 2021 (Fransa)	Changes in Alcohol Use During the COVID-19 Pandemic: Impact of the Lockdown Conditions and Mental Health Factors	2871 kişi	Katılımcı nüfusun % 49,1'i salgın sırasında alkol tüketimi olduğunu bildirmiştir. Salgının ülke sisteminde yol açtığı kilitlenmenin başlangıcından bu yana katılımcıların %5'inin alkol tüketiminde azalma olduğu, %26.4'ünün ise alkol tüketiminde artış olduğu bulunmuştur.
Sun ve ark.[10] 2020 (Çin)	Brief Report: Increased Addictive Internet and Substance Use Behavior During the COVID-19 Pandemic in China	6416 kişi	6416 katılımcı arasında COVID-19 salgını sırasında alkol içme oranının, % 31,3'ten, % 32,'ye; sigara içme oranının ise %12,8'den 13,6'ya yükseldiği

			saptanmıştır.
Valiente ve ark.[18] 2021 (İspanya)	Psychological Adjustment in Spain during the COVID-19 Pandemic: Positive and Negative Mental Health Outcomes in the General Population	2122 kişi	COVID-19 ile ilgili yüksek kaygı düzeyinin, madde kullanımı ve yalnızlığı artırdığı belirlenmiştir.
Vanderbruggen ve ark.[19] 2020 (Belçika)	Self-Reported Alcohol, Tobacco, and Cannabis Use during COVID-19 Lockdown Measures: Results from a Web-Based Survey	3632 kişi	Katılımcıların COVID-19 salgını öncesine göre daha fazla alkol ve sigara kullandığı bulunurken, esrar tüketiminde önemli bir değişiklik olmadığı belirlenmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma sonucunda COVID-19 pandemisi sürecinde, farklı ülkelerin genel nüfuslarında bağımlılık yapıcı maddelerin kullanılma oranlarında önemli artışlar olduğu bulunmuştur. COVID-19 salgını, klinik boyutta inceleme gerektiren önemli madde kullanma seviyeleri ile ilişkilidir. COVID-19'un neden olduğu madde kullanma davranışlarını azaltmak amacıyla ulusal ve uluslararası boyutta girişimler yapılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

1. https://covid19.who.int/ **(E.T. 25. 04. 2021)**
2. Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L. M., Gill, H., Phan, L., McIntyre, R. S. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 277 (1):55-64.
3. Casagrande, M., Favieri, F., Tambelli, R., Forte, G. (2020). The enemy who sealed the world: Effects quarantine due to the COVID-19 on sleep quality, anxiety, and psychological distress in the Italian population. *Sleep Medicine*, 75, 12-20.
4. https://covid19.saglik.gov.tr/ (E.T. 27. 04. 2021)
5. Ammar, A., Chtourou, H., Boukhris, O., Trabelsi, K., Masmoudi, L., Brach, M., ... & ECLB-COVID19 Consortium. (2020). COVID-19 home confinement negatively impacts

social participation and life satisfaction: a worldwide multicenter study. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 17 (17), 6237-6254

6. 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. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (5), 1729-1754.
7. DiMaggio, C., Galea, S., Li, G. (2009). Substance use and misuse in the aftermath of terrorism. A Bayesian meta-analysis. *Addiction*, 104 (6), 894-904.
8. Lee, J. Y., Kim, S. W., Kang, H. J., Kim, S. Y., Bae, K. Y., Kim, J. M., ... & Yoon, J. S. (2017). Relationship between problematic internet use and post-traumatic stress disorder symptoms among students following the Sewol ferry disaster in South Korea. *Psychiatry Investigation*, 14 (6), 871-875.
9. Volkow, N. D. (2020). Collision of the COVID-19 and addiction epidemics. *Ann Intern Med*, 20,1220-1222.
10. Sun, Y., Li, Y., Bao, Y., Meng, S., Sun, Y., Schumann, G., Shi, J. (2020). Brief report: increased addictive internet and substance use behavior during the COVID-19 pandemic in China. *The American Journal on Addiction*s, 29 (4), 268-270.
11. Ornell, F., Moura, H. F., Scherer, J. N., Pechansky, F., Kessler, F. H. P., von Diemen, L. (2020). The COVID-19 pandemic and its impact on substance use: Implications for prevention and treatment. *Psychiatry Research*, 289, 1-2.
12. Czeisler, M. É., Lane, R. I., Petrosky, E., Wiley, J. F., Christensen, A., Njai, R., Rajaratnam, S. M. (2020). Mental health, substance use, and suicidal ideation during the COVID-19 pandemic—United States, June 24–30, 2020. *Morbidity and Mortality Weekly Report,* 69 (32), 1049-1057.
13. MacMillan, T., Corrigan, M. J., Coffey, K., Tronnier, C. D., Wang, D., Krase, K. (2021). Exploring Factors Associated with Alcohol and/or Substance Use during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-10.
14. Capasso, A., Jones, A. M., Ali, S. H., Foreman, J., Tozan, Y., & DiClemente, R. J. (2021). Increased alcohol use during the COVID-19 pandemic: The effect of mental health and age in a cross-sectional sample of social media users in the US. *Preventive Medicine*, 145, 1-7.
15. Panagiotidis, P., Rantis, K., Holeva, V., Parlapani, E., & Diakogiannis, I. (2020). Changes in Alcohol Use Habits in the General Population, during the COVID-19 Lockdown in Greece. *Alcohol and Alcoholism*, 55 (6), 702-704.

16. Rolland, B., Haesebaert, F., Zante, E., Benyamina, A., Haesebaert, J., & Franck, N. (2020). Global changes and factors of increase in caloric/salty food intake, screen use, and substance use during the early COVID-19 containment phase in the general population in France: survey study. JMIR public health and surveillance, 6(3), 1-5.
17. Schmits, E., & Glowacz, F. (2021). Changes in alcohol use during the COVID-19 pandemic: impact of the lockdown conditions and mental health factors. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-12.
18. Valiente, C., Contreras, A., Peinado, V., Trucharte, A., Martínez, A. P., Vázquez, C. (2021). Psychological adjustment in Spain during the COVID-19 pandemic: Positive and negative mental health outcomes in the general population. *The Spanish Journal of Psychology*, 24, 1-13.
19. Vanderbruggen, N., Matthys, F., Van Laere, S., Zeeuws, D., Santermans, L., Van den Ameele, S., Crunelle, C. L. (2020). Self-reported alcohol, tobacco, and Cannabis use during COVID-19 lockdown measures: results from a web-based survey. *European Addiction Research,* 26 (6), 309-315.

PRSB-51

COVID-19 PANDEMİSİNİN BİREYLERİN YEME DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

M. Olcay ÇAM[1], Elif Deniz KAÇMAZ[2]
[1]EgeÜniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği AD. İzmir/ Türkiye,
e-posta: olcaycam@gmail.com
[2]İzmir Bakırçay Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Psikiyatri Hemşireliği AD., İzmir / Türkiye, e-posta:elifdenizkacmaz@gmail.com

Özet

Covid-19'un ortaya çıkması, sağlık durumu fark etmeksizin herkes için stresli bir deneyim olmuştur. Pandeminin devam etmesi, dünya çapında finansal, sosyal, mesleki pek çok stresörde belirgin bir artışa neden olduğu belirtilmektedir. Covid-19 pandemi sürecinin getirdiği belirsizlik ve belirsizliğe karşı yaşanan tahammülsüzlük, anksiyeteye yol açmakta ve yaşanan anksiyete ve stres bireylerin yeme davranışlarını etkilemektedir. Bu derlemenin amacı, Covid-19 pandemisinin bireylerin yeme davranışlarına etkisini incelemektir.

Covid-19 pandemisi sürecinde, virüsün yayılmasını sınırlandırmak için alınan tedbirler, bireylerin yeme davranışlarının olumsuz etkilenmesine neden olacak bazı riskleri de beraberinde getirmiştir. Pandemi sürecinin yönetiminde ortaya çıkan gıda güvensizliği, medyada stresli haberlere maruz kalma, dışarı çıkma yasakları ya da spor salonlarının kapatılması ile gelen egzersiz sınırlamaları, sağlık hizmetlerine kısıtlı erişim, izolasyon ve yalnızlık riskini arttıran sosyal mesafe gibi önlemler bireylerin yeme davranışlarını etkilediği belirtilmektedir. Yapılan araştırmalarda, yeme bozukluğu olan bireylerin pandemi sürecinde, hastalığın semptomlarında artış, tedaviye erişimde azalma, sağlıklı baş etme mekanizmalarına erişimde azalma gibi riskler yaşadığı ve bu risklerin bireylerin hastalık sürecini olumsuz etkilediği belirtilmektedir.

Covid-19 pandemi sürecinin neden olduğu, düzensiz, yetersiz ya da sıklıkla fazla beslenme davranışlarının ortaya çıkması, fiziksel olduğu kadar ruh sağlığına etkileri göz önünde bulundurulduğunda, bireylerin yeme davranışlarındaki değişikliklerin, pandeminin ruh sağlığına olumsuz yansımaları arasında olduğu düşünülmektedir. Sağlıklı yaşam davranışlarının Covid-19'a karşı alınacak önemli tedbirler arasında olduğu unutulmamalı, sağlıklı beslenme ve ev ortamında yapılabilecek fiziksel egzersizler konusunda topluma farkındalık kazandırmaya yönelik girişimlerin arttırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Pandemi, Yeme davranışı, Beslenme

THE EFFECT OF THE COVID-19 PANDEMIC ON EATING BEHAVIORS OF INDIVIDUALS

Abstract

The emergence of Covid-19 has been a stressful experience for everyone, regardless of health status. It is stated that the continuation of the pandemic process causes a significant increase in many financial, social and occupational stressors worldwide. The uncertainty and intolerance to uncertainty brought about by the Covid-19 pandemic process lead to anxiety, and the anxiety and stress experienced affect the eating behaviors of individuals.

During the Covid-19 pandemic, the measures taken to limit the spread of the virus have brought along some risks that will negatively affect the eating behavior of individuals. It is stated that measures such as food insecurity in the management of the pandemic process, exposure to stressful news in the media, exercise restrictions due to curfews or the closure of gyms, limited access to health services, isolation and social distance that increases the risk of loneliness affect the eating behaviors of individuals. Studies have shown that individuals with eating disorders experience risks such as an increase in symptoms of the disease, a decrease in access to treatment, and a decrease in access to healthy coping mechanisms during the pandemic process, and these risks negatively affect the disease process of individuals.

Considering the emergence of irregular, inadequate or often over-nutrition behaviors caused by the Covid-19 pandemic process, and its effects on mental health as well as physical health, changes in individuals' eating behaviors are thought to be among the negative reflections of the pandemic on mental health.It should not be forgotten that healthy lifestyle behaviors are among the important measures to be taken against Covid-19, it is recommended to increase the initiatives to raise awareness of the society on healthy eating and physical exercises that can be done in the home environment.

Key Words: Covid-19, Pandemic, Eating behavior, Nutrition

GİRİŞ VE AMAÇ

Koronavirüs (Covid-19) salgını kısa sürede tüm dünyayı etkisi altına alıp insan sağlığına olumsuz etkilerinin yanı sıra, bireylerin yaşam tarzı üzerinde önemli değişiklilere neden olmuştur. Tüm dünyada virüsün yayılmasını önlemek amacıyla pek çok özlem almıştır[1]. Ülkemizde de, Covid-19 yayılımını önlemek için kaynağa (hastalığın bildirilmesi, kesin tanı, hastaların tedavisi gibi), bulaşma yoluna (dezenfeksiyon, yiyecek içecek maddelerin denetimi,

sağlık eğitimi gibi) ve sağlam kişiye (aşılama, karantina, sağlıklı beslenme gibi) yönelik korunma ve kontrol önlemleri alınmıştır[2].Salgın sürecinde alınan tedbirler kapsamında, eğitim, çalışma koşulları, sosyal ilişkiler ve tüketim biçimlerinde yaşanan değişimler, bireylerin beslenme alışkanlıklarına da yansımıştır[3]. Bu derlemenin amacı, Covid-19 pandemisinin bireylerin yeme davranışlarına etkisini incelemektir.

Covid-19'un yayılmasını önlemek amacıyla ülkemizde kademeli olarak alınan önlemlerin başında bireylerin evde kalarak izole yaşamalarını sağlamak yer almıştır. Evden çalışma seçeneği, sokağa çıkma kısıtlamaları, hareketliliğin azalmasına ve beslenmede dengesizliklerin ortaya çıkmasına neden olmuştur[3]. Beş farklı kıtadaki 35 araştırma şirketinin katıldığı Covid-19 pandemisi sebebiyle evde kalma zorunluluğunun yeme tutumu ve fiziksel aktivite üzerine etkisinin incelendiği araştırma sonucunda, bireylerin evde kalmak zorunda oldukları zamanlarda daha sık ara ve ana öğün yeme davranışlarının, kontrol dışı yeme eğilimlerinin arttığı ve öğünlerin daha sağlıksız olduğu saptanmış ve bireylerin günlük oturma sürelerinde de artış olduğu belirtilmiştir[4]. Pandemi ile gelen bireylerin duygu durumlarını, bireylerin duygu durumları da beslenme durumlarını etkilemektedir[5].

Covid-19 pandemisi nedeniyle, bütün bedensel duyumları Covid-19 belirtisi olarak yorumlama, doğru olmayan sosyal medya paylaşımlarına ve haber kaynaklarında uzun süre salgına dair programları takip etme, anksiyete ve paniği arttırmıştır[6]. Bireylerde virüse yakalanma korkusu, sosyal izolasyon, yalnızlık, finansal baskı, stres, can sıkıntısı, belirsizlik gibi faktörler bireylerin ruh sağlığını olumsuz etkilemekte ve bireylerin yaşam alışkanlıklarında değişiklik olmasına neden olmuştur[1,3,6-8].Yapılan araştırmalar, pandemi sürecinde bireylerin yeme davranışlarının değiştiğini göstermektedir[9]. Beslenme alışkanlıklarındaki değişiklikler, gıda raflarının boşaltılması ve gıda alışverişi yapılan yerlerin sınırlı saatler açık olmasıyla başlamıştır ve gıda kıtlığı yaşanacağına dair endişeye neden olarak bireylerin paketli ve uzun ömürlü gıdalara yönelmesine neden olmaktadır (Özer, Bülbül). Kısıtlama nedeniyle yaşanan olumsuz duygular, bireyler daha hızlı rahatlama sağlayan karbonhidrat oranları yüksek, hazırlanması kolay yiyeceklere ve besinlere yönelmektedir[5,10]. Ek olarak, evde geçirilen sürenin arttığı pandemi günlerinde, normal günlerde yemek yapmak için vakit bulamayan bireyler, boş vakitleri değerlendirmek için çeşitli yemek ve tatlıların yaptığı ve dolayısıyla olağan günlerden daha fazla kalori alındığı düşünülmektedir[7].

Pandemi sürecinde normalden daha fazla besin tüketme, yemek yerken kontrolü kaybetme hissine kapılma, aşırı yemek yeme nöbetleri yaşama, saplantılı biçimde egzersiz yapma gibi olumsuz davranışların ortaya çıktığı saptanmıştır[9]. Ülkemizde ve dünyada Covid-19 pandemisinin yeme davranışına etkisinin incelendiği çalışmalarda, pandemi sürecinde

bireylerin beden kitle indekslerinin arttığı, öğün sayılarının arttığı, atıştırma sıklığının arttığı, gece yemek yeme oranının arttığı, karbonhidrattan zengin besinleri, çikolata ve tatlı gibi şekerli gıda, meyve, katı yağ, çay, kahve tüketimlerinin arttığı, balık tüketimlerinin azaldığı saptanmıştır[9,11-16]. Evde olmanın, yeme içme harcamalarında artış sebebiyle ekonomik olarak da olumsuz etkileri olduğu belirtilmektedir[3]. Buna karşın, pandeminin yayılmasını engellemek için alınan önlemlerden sokağa çıkma kısıtlamaları sonucunda, ekonomik faaliyetlerde düşüş yaşanmasına neden olmuş ve pek çok kişi gelirini kaybetmiştir. Bireylerin ekonomik zorluk yaşaması, dengeli ve yeterli beslenmeleri önünde engel olmuştur. Yetersiz ve denegesiz beslenme ve hareketsiz yaşam kronik hastalıklara zemin hazırlamakta, Covid-19 salgınında da bağışıklık açısından riski arttırmaktadır[7].

Covid-19 pandemisi yetişkinler kadar çocuk ve ergenleri de önemli ölçüde etkilemiştir. Yapılan bir araştırmada, araştırmaya katılan ailelerin Covid-19 salgını sonrası %17.7'sinin çocuklarının yeme düzeninde bozulma olduğu saptanmıştır[17]. Dışarı çıkma kısıtlamaları, eğitime uzaktan devam etme ve fiziksel aktivite kısıtlılığı, oyun parkı, sanat/spor kurslarına gidememe, beslenme ve uygun düzeninde bozulma gibi günlük yaşam alışkanlıklarını değiştirmiştir ve bu durumun çocuklarda obeziteye yatkınlığı arttırdığı belirtilmektedir[7,18,19]. Buna karşın, pandemi sürecinde kız çocuk ve ergenlerde iştah değişiklikleri ve kilo alma korkularının uygunsuz diyetler ve kısıtlı yeme davranışları ile anoreksiya nervosa gibi klinik durumlara daha fazla yol açmıştır. İşlevsel olmayan bir baş etme mekanizması olabileceği gibi sosyal medyada geçirilen zamanın artmasının, zayıf ve güzel birey idealinin olumsuz etkilerinin de bu durumun ortaya çıkmasına neden olabileceği belirtilmektedir[20].

Pandemi ve kısıtlamalar sebebiyle, sağlıklı beslenme davranışlarından uzaklaşılmasına ek olarak fiziksel aktivite düzeyinin azalması obezite görülme sıklığının artmasına neden olmuştur[8,19]. Aşırı kilolu ya da obezitesi olan bireyler için kısıtlama uygulamaları sağlıklı beslenme seçeneklerini olumsuz etkilemiştir[16]. Yeme bozukluğu olan bireyler açısından pandemi sürecinin etkileri değerlendirildiğinde, yapılan araştırmalarda, yeme bozukluğu olan bireylerde, hastalığın semptomlarında artış, tedaviye erişimde azalma, sağlıklı baş etme mekanizmalarına erişimde azalma gibi riskler yaşadığı ve bu risklerin bireylerin hastalık sürecini olumsuz etkilediği belirtilmektedir[21,22].

SONUÇ VE ÖNERİLER

Covid-19 pandemi sürecinin getirdiği kısıtlamalar, bireylerin duygu durumlarını, bireylerin duygu durumları da beslenme durumlarını etkilemektedir. Pandeminin neden olduğu, düzensiz, yetersiz ya da sıklıkla fazla beslenme davranışlarının ortaya çıkması, fiziksel olduğu

kadar ruh sağlığına etkileri göz önünde bulundurulduğunda, bireylerin yeme davranışlarındaki değişikliklerin, pandeminin ruh sağlığına olumsuz yansımaları arasında olduğu düşünülmektedir. Pandemi sebebiyle yaşanan olumsuz durumlar, bireylerin yeme ve beslenme davranışlarını olumsuz etkilemekte, bu durumda bireylerin beden imajı ve benlik saygısına olumsuz yansıyarak bir kısır döngü oluşturduğu düşünülmektedir.

Sağlıklı yaşam davranışlarının Covid-19'a karşı alınacak önemli tedbirler arasında olduğu unutulmamalıdır. Evde geçen zamanlarda yaşanan olumsuz duyguların yeme davranışlarını olumsuz etkilemesinin önüne geçmek için yeni hobiler geliştirme, sağlıklı beslenme, ev ortamında yapılabilecek fiziksel egzersizlerin önemi konusunda iletişim araçlarının etkin kullanılması ve topluma farkındalık kazandırmaya yönelik eğitimlerin arttırılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Özer, S., Okat, Ç., (2020). Yeni Koronavirüs (Covid-19) Günlerinde Bireylerin Yeme Tutumlarının İncelenmesi. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi.* 5(1): ss.84-102
2. TÜBA (2020). Covid-19 pandemi değerlendirme raporu. No: 34. 17 Nisan, Ankara: Türkiye Bilimler Akademisi Yayınları.
3. Dilber, A., Dilber, F., (2020). Koronovirüs (COVID-19) Salgınının Bireylerin Beslenme Alışkanlıklarına Etkisi: Karaman İli Örneği. *Journal of Tourısm and Gastronomy Studies*. 8(3):2144-2162.
4. Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., Boukhris, O., Masmoudi, L. and Müller, P. (2020). Effects of COVID-19 Home Confinement on Eating Behaviour and Physical Activity: Results of the ECLB-COVID19, International Online Survey. *Nutrients*, 12(6): 1583.
5. Eskici, G. (2020). Covid-19 Pandemisi: Karantina İçin Beslenme Önerileri. *Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi,* 25(Special Issue on COVID 19): 124-129.
6. Aşkın, R., Bozkurt, Y., Zeybek Z., (2020) Covid-19 Oandemisi: Psikolojik Etkileri ve Terapötik Müdahaleler. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi Covid-19 Sosyal Bilimler Özel Sayısı.* 19(38): ss.304-318.
7. Bülbül, S., (2020). SARS-CoV-2 (COVID-19) Pandemisinin Bebek ve Çocuk Beslenmesine Etkisi. Bostancı İ, editör. Çocuk Sağlığında SARSCoV-2 (COVID-19). 1. Baskı. Ankara: *Türkiye Klinikleri*. 108-14.

8. Çulfa, S., Yıldırım, E., Bayram, B., (2021). Covid-19 Pandemi Süresince İnsanlarda Değişen Beslenme Alışkanlıkları ile Obezite İlişkisi. *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*. 6(1): ss 135-142.
9. Demir, G., (2020). COVID 19 Pandemi Döneminde Yetişkinlerin Beslenme, Sağlık Davranışı Değişiklikleri ve Yeme Davranışları. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*. 14(4): ss. 639-645.
10. Muscogiuri, G., Barrea, L., Savastano, S. and Colao, A. (2020). Nutritional Recommendations for Covıd-19 Quarantine. European Journal of Clinical Nutrition, 74, 850-851.
11. Erdoğan Yüce, G., Muz, G., (2021. Covid-19 Pandemisinin Yetişkinlerin Diyet Davranışları, Fiziksel Aktivite ve Stres Düzeyleri Üzerine Etkisi. *Çukurova Medical Journal*. 46(1): ss.283-291.
12. Macit , M.S., (2020) Covid-19 Salgını Sonrası Yetişkin Bireylerin Beslenme Alışkanlıklarındaki Değişikliklerin Değerlendirilmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi.* 13(3): ss 277-288.
13. Scarmozzino, F., Visioli, F., (2020). Covid-19 And The Subsequent Lockdown Modified Dietary Habits Of Almost Half The Population In An Italian Sample. *Foods*. 9(5):675.
14. Di Renzo, L., Gualtieri, P., Pivari, F., Soldati, L., Attinà, A., Cinelli, G, et al. (2020) Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: an Italian survey. *J Transl Med.* 18:229.
15. Robinson, E., Boyland, E., Chisholm, A., Harrold, J., Maloney, NG., Marty, L., et al. (2021). Obesity, Eating Behaviour and Physical Activity During COVİD-19 Lockdown: A Study of UK adults. *Appetite.* 156.
16. Poelman, M.P., Gillebaart, M., Schlinkert, C., Dijkstra, S.C., Derksen, E., Mensink, F., et al. (2021) Eating behavior and food purchases during the COVID-19 lockdown: A cross-sectional study among adults in the Netherlands, *Appetite,* 157
17. Öztürk, Y., Özyurt, G., Görmez, V., Aslankaya Z.D., Baykara, H.B., Ekinci, Ö., et al. (2021). COVID-19 Salgının Çocukların Yeme Düzeni ve Ebeveynlerin Kaygı Düzeyi Üzerindeki Etkileri: Çok Merkezli Bir Çalışma. Turk J Child Adolesc Ment Health. 28(1): ss 14-8.
18. Tar, E., Atik, D., (2020). Pandemi Döneminde Çouklarda Obezite Riski. *Diyabet, Obezite ve Hipertansiyonda Hemşirelik Forumu Dergisi*. 12(2): 37-41.

19. Çelikel, İ., Özdoğan, Y., (2020) Covid-19 Sırasında Adölesanlarda Değişen Yeme Alışkanlıkları ve Yaşam Tarzı Değişiklikleri. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*. ss. 59-71.
20. Ünver, H., Cihanyurdu, İ., Rodopman Arman, A., (2020). COVID-19 Pandemisinde Çocuk Ve Ergenlerin Ruhsal Yanıtları İle Sosyal Kısıtlama Sırasında Başa Çıkma Becerileri. Ercan ES, Yektaş Ç, Tufan AE, Bilaç Ö, editörler. COVID-19 Pandemisi ve Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı. 1. Baskı. Ankara: *Türkiye Klinikleri.* 108- 13
21. Fernandez-Aranda, F., Casas, M., Claes, L., Bryan, C.C., Favaro, A., Granero, R. Et al. (2020) Covid-19 and implications for Eating Disorders. Eur Eat Disord. Rev. 28(3):239-245.
22. Roggers, R.F., Lombardo, C., Cerolini, S., Franko, D.L., Omori, M., Fuller-Tyszkiewicz, M. Et al (2020). The Impact Of The COVID-19 Pandemic On Eating Disorder Risk And Symptoms *International Journal of Eating Disorders.* 53(7): ss.1166-1170.

PRSB-57

PANDEMİ DÖNEMİNDE 65 YAŞ ÜZERİNDEKİ BİREYLERDE YALNIZLIK VE SOSYAL İZOLASYONUN RUH SAĞLIĞINA ETKİLERİ VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Kübra İNCİRKUŞ[1], Nihan ALTAN SARIKAYA[2]

[1]Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Edirne / Türkiye, E-Posta:kubraincirkus@trakya.edu.tr

[2] Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Edirne / Türkiye, E-Posta: nihanaltan@trakya.edu.tr

Özet

Türkiye'de Covid-19 salgını ile mücadele önlemleri kapsamında 21 Mart 2020 tarihinden itibaren yüksek risk grubunda bulunan 65 yaş ve üstündeki yaşlı bireylerin ikametlerinden dışarı çıkmaları ile açık alanlarda dolaşmaları sınırlandırılmaya başlanmış, huzurevi ziyaretleri yasaklanmıştır. İzolasyon ve karantina uygulamaları hem toplumda hem de huzurevinde yaşayan, özellikle çok yaşlı ve çoklu kronik hastalığı olan kişileri olumsuz etkilemiştir. Bu süre zarfında tek başına yaşayan 65 yaş üstü yaşlıların ihtiyaçlarının karşılanması için "Vefa Sosyal Destek Grubu" kurulmuştur. Ancak yaşlı bireylerin sağlıklı besinlere ve sosyal kaynaklara ulaşmada, günlük egzersizlerini yapmada zorlandığı, yüksek kan basıncı, kalp hastalıkları, erken ölüm, obezite, bağışıklık sistemi işlevlerinde azalma, demans ve Alzheimer riskinin arttığı görülmüştür. Sosyal izolasyon ile birlikte, demans riskinde yaklaşık %50, koroner kalp hastalığında %29 ve inme riskinde %32 artış olduğu belirtilmektedir. Pandemi döneminde özellikle 65 yaş üzerindeki bireylere uygulanan karantina ve sosyal izolasyon; ayrımcılık, terk edilmişlik, dışlanmışlık, adaletsizlik hissinin yanı sıra, yalnızlık ve hastalık korkusunda da artışa neden olmaktadır. Bu dönemde yaşlı bireylerin stres, anksiyete, uyku problemleri, ölüm korkusu ve depresyon düzeylerinin arttığı ve intihar oranlarının fazlalığı dikkat çekmektedir. Yaşlı bireyler üzerinde yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde yaşlıların pandemi döneminde yalnızlığı daha fazla deneyimledikleri görülmektedir. Bu doğrultuda bu çalışmada, pandemi döneminde hassas gruplardan biri olan 65 yaş üzerindeki yaşlılarda yalnızlık ve sosyal izolasyonun ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerini ve bu etkilerin azaltılmasındaki önerileri ve çözüm yollarını incelemek amaçlanmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Pandemi, Sosyal İzolasyon, Yaşlılık, Yalnızlık

EFFECTS OF LONELINESS AND SOCIAL ISOLATION ON MENTAL HEALTH IN THE INDIVIDUALS OVER 65 YEARS AND SOLUTION PROPOSALS DURING THE PANDEMIC

Abstract

As part of the fighting the Covid-19 epidemic in Turkey on March 21, 2020, elderly individuals aged 65 and over, who are in the high-risk group, have been restricted from going out of their residences and wandering in open areas and prohibited the visits to nursing homes. Isolation and quarantine practices have adversely affected people living both in the community and in nursing homes, especially those who are very old and have multiple chronic diseases. During this period, the "Vefa Social Support Group" was established to meet the needs of the elderly over the age of 65 living alone. However, it has been observed that elderly individuals have difficulty in accessing healthy foods and social resources, doing daily exercises, and have an increased risk of high blood pressure, heart diseases, early death, obesity, decreased immune system functions, dementia and Alzheimer's. It is stated that with social isolation, there is an increase of approximately 50% in the risk of dementia, 29% in coronary heart disease and 32% in the risk of stroke. Quarantine and social isolation applied especially to individuals over 65 years of age during the pandemic period; discrimination, abandonment, exclusion, injustice, as well as loneliness and the fear of illness increase. In this period, it takes attention that the stress, anxiety, sleep problems, fear of death and depression levels of the elderly people increased and the suicide rate was high. When the studies on elderly individuals are evaluated, it is seen that the elderly experience loneliness more during the pandemic period. Accordingly in this study, it is aimed to examine the negative effects of loneliness and social isolation on mental health in the elderly, who are one of the vulnerable groups during the pandemic period, and suggestions and solutions to reduce these effects.

Key Words: Covid-19, Pandemic, Social Isolation, Old Age, Loneliness

GİRİŞ VE AMAÇ

Bir anda ortaya çıkan ve ne zaman biteceği kesin olmayan Covid-19 pandemi süreci ile tüm insanların normal yaşamlarındaki denge bozulmuş, duygu ve davranışları değişime uğramış, ilişkileri sürdürmede zorlanmalar yaşanmıştır.[1] Türkiye'de Covid-19 salgını ile mücadele önlemleri kapsamında 21 Mart 2020 tarihinden itibaren yüksek risk grubunda bulunan 65 yaş ve üstündeki yaşlı bireylerin ikametlerinden dışarı çıkmaları ile açık alanlarda dolaşmaları sınırlandırılmaya başlanmış, huzurevi ziyaretleri yasaklanmıştır.[2,3] İzolasyon ve karantina

uygulamaları hem toplumda yaşayan hem de huzurevi sakinleri olmak üzere özellikle çok yaşlı ve çoklu kronik hastalığı olan kişileri olumsuz etkilemiştir. [3,4] Bu süre zarfında tek başına yaşayan 65 yaş üstü yaşlıların ihtiyaçlarının karşılanması için vali veya kaymakamlar başkanlığında "Vefa Sosyal Destek Grubu" kurulmuştur. Ancak yaşlı bireylerin sağlıklı besinlere ve sosyal kaynaklara ulaşmada, günlük egzersizlerini yapmada zorlandığı, dış dünya ile bağlantısı ve sosyalliğinin kesilmesi ile yüksek kan basıncı, kalp hastalıkları, erken ölüm, obezite, bağışıklık sistemi işlevlerinde azalma ve bilişsel uyaranların azalmasına bağlı demans, Alzheimer riskinin arttığı saptanmıştır.[3-8] Sosyal izolasyon, demans geliştirme riskinde yaklaşık %50, koroner kalp hastalığı vakalarında %29 ve inme riskinde %32 artış ile ilişkilendirilmiştir. [2,3] Pandemi döneminde özellikle 65 yaş üzerindeki bireylere uygulanan karantina ve sosyal izolasyon; ayrımcılık, terk edilmişlik, dışlanmışlık, adaletsizlik hissinin yanı sıra yalnızlık ve hastalık korkusunda da artışa neden olmaktadır. Bu dönemde yaşlı bireylerin stres, anksiyete, uyku problemleri, ölüm korkusu ve depresyon düzeylerinin arttığı ve intihar oranlarının fazlalığı dikkat çekmektedir.[3,5,6,7,9] Yaşlı bireyler üzerinde yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde yaşlıların pandemi döneminde yalnızlığı deneyimledikleri görülmektedir. Bu doğrultuda bu çalışmada hassas gruplardan biri olan yaşlılarda pandemi döneminde yalnızlık ve sosyal izolasyonun ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkileri ve bu etkilerin azaltılmasındaki öneri ve çözüm yollarını incelemek amaçlanmaktadır.

Yalnızlık ve sosyal izolasyon sıklıkla birlikte ortaya çıkmakta ve her ikisi de yaşlı yetişkinlerde oldukça sık görülmektedir. Araştırmalar, yalnızlık ve sosyal izolasyonun sağlık üzerinde birçok zararlı etkileri olabileceğini göstermektedir. Yalnızlığın yüksek sistolik kan basıncı ve artan kalp hastalığı riski dahil olmak üzere çeşitli fiziksel ve zihinsel sağlık sorunlarıyla ilişkili olduğu; yalnızlıkla birlikte yaşanan sosyal izolasyonun da, daha önceden miyokard enfarktüsü öyküsü olmayan orta yaşlı yetişkinlerde koroner arter hastalığına bağlı ölüm riskinin artmasıyla bağlantılı olduğu belirtilmektedir. Yalnız kalmanın ruh sağlığı üzerinde birçok olumsuz etkisi vardır.[10] Örneğin; uykuda geçirilen sürenin azalmasına, sık uyanmalara, depresif semptomlarda artışa, kendini yargılamanın artmasına, anormal stres tepkilerine, sağlıksız yaşam tarzına (sigara içmek, alkol tüketimi, daha düşük fiziksel aktivite, kötü beslenme seçimleri ve tıbbi reçeteye uymama gibi), fonksiyonel ve bilişsel kapasitede bozulmalara, görme kusurlarına ve kişinin yaşam kalitesinde algılanan olumsuz değişikliklere neden olabilirken, yalnızlığın yaşlı yetişkinler arasında hem intihar girişimleri hem de tamamlanmış intihar ile ilişkili olduğu da belirtilmiştir.[10] Aile üyelerini, topluluk temelli ağları ve kaynakları içeren sosyal desteğin zihinsel sağlık durumunda iyileşme sağladığı belirtilirken Covid-19 izolasyonu ve karantina

sürecinde bireylerin yaşadıkları sosyal izolasyon ve yalnızlığın aşağıdaki ruhsal bozuklukların sıklığında artışa neden olduğu da bilinmektedir; [3]

· Uyum Bozuklukları

· Anksiyete Bozuklukları

· Depresif Bozukluklar

· Akut Stres Tepkisi

· Uyku Bozuklukları

· Travma Sonrası Stres Bozukluğu

· Alkol-madde kullanım bozuklukları

· Mevcut ruhsal bozukluğun kötüleşmesi.[6]

Pandemi Dönemi Yalnızlık ve Sosyal İzolasyondan Korunmada Çözüm Önerileri

Fiziksel ve ruhsal olarak sağlıklı bir birey olabilmemiz için diğer bireylerle bağlantı içerisinde olmamız gerekmektedir. Pandemi döneminde, hasta olma durumunda olumsuz sonuçların diğer bireylere göre daha fazla olacağı öngörülen yaşlı bireylerde koruyucu önlemler daha fazla uygulanmaktadır. Hastalıktan korunmada sosyal mesafe önemli bir uygulama olsa da bireylerin deneyimlediği sosyal izolasyon ve yalnızlık hissi diğer bireylerle bağlantının koparılmasına neden olmaktadır. Oysa ki sosyal mesafeyi korumakla birlikte başkaları ile iletişim içinde olma duygularını sürdürmenin çeşitli yolları vardır. Bu doğrultuda uluslararası kuruluşların ve sağlık profesyonellerinin önerileri aşağıdaki şekilde sıralanabilir:

1. **Bağlantıların korunması:** Pandemi döneminden önce aile üyeleri, iş ve okulda daha fazla zaman harcarken, pandemi dönemiyle birlikte bireylerin evde geçirdikleri zamanın artmasının yaşlı sevdikleriyle bağlantı kurmaları için fırsat yaratmıştır. Aile ve arkadaşlarla daha fazla zaman geçirebilmede online/telefon görüşmeleri ile uzaktan yapılan kaliteli etkileşimler ve hislerin paylaşılması yalnızlığa karşı kişinin kendini korumasında hayati derecede yararlı olduğu belirtilmektedir.[4, 8,10,11,12] Aile ve arkadaşların yanı sıra hekim, hemşire, sağlık merkezi, ruhsal destek profesyonelleri ile iletişimi sürdürmek, çevrimiçi sosyal destek, tele-sağlık ve tele-tıp uygulamaları, doğa ve bahçe ile ilgilenmek, gazete okumak, güncel bilgileri takip etmeninde oldukça etkili olduğu bilinmektedir.[3, 4, 6, 1, 12] Özellikle sağlıkla ilgili görüşmelerde ve kontrollerde imkan varsa yüz yüze görüşmelerde uzaktan karşılanamayan sosyal ve fonksiyonel ihtiyaçlara odaklanılmalı, telefon görüşmelerinde işitme cihazı gibi gerekli araçların kullanımı hatırlatılmalı ve gerekirse aileden destek istenmelidir.[4] Bu dönemde çok ihtiyaç duyulan akran desteğinin sağlanması için yaşlı yetişkinlerin gönüllü faaliyetlerde bulunmaları da son derece önemlidir.[1,3,8] Evde yaşayan yaşlıların

birbirlerine arkadaşlık etmesinin, hayvan beslemesinin, yemek pişirme, başkaları için alışveriş yapma gibi uygulamaların destek sağladığı; bakım evlerinde yaşayan bireylerin de video ve sosyal medya aracılığıyla kurduğu bağlantıların akran desteği, bilgi kaynağı, sağlığı geliştirme ve danışmanlık, problem çözme gibi kanıta dayalı profesyonel desteğin etkilerini artırdığı belirtilmektedir.[3, 8, 11, 12]

2. **Teknolojiyle sosyal bağların korunması:** Pandemi hakkında güvenilir bilgi edinmek, gereksiz endişelerden, aşırı veya yanlış bilgi yükünden, gerginlikten korunma sağlamaktadır.[7,10,13] İzolasyon ve karantina sürecinde bilgi kaynaklarının güvenilir olması ve bu kaynaklara belirli zaman sınırları içerisinde erişimin sağlanabilmesi önemlidir.[7] Sosyal medyadaki her bilginin güvenilir olmadığının ve Covid-19 ile ilgili bilgilerin sürekli güncellendiğinin unutulmaması gerekmektedir.[1] Sosyal medyanın pozitif durumlar için kullanılması, iyi hissettirecek online çözüm ve destek sistemlerinin kullanımı, güldüren videoların izlemesi önerilmektedir.[1]

   Bilgi sağlamaya ek olarak uluslararası aplikasyonlar, görüntülü telefon görüşmeleri, online video, tele-sağlık gibi uygulamaları kullanarak sosyal etkileşim, bilişsel ve fiziksel aktivitenin artırılması da önerilmektedir.[5,14] İletişimde kalmanın bir yolu, Facebook, Twitter ve Instagram gibi sosyal medya platformlarını veya Skype gibi görüntülü arama yazılımlarını kullanmaktır.[10,14] Bununla birlikte, birçok yaşlı yetişkin bu yeni teknolojilere aşina olmayabilir ve bu tür bir etkileşim onların duygusal ihtiyaçlarına etkili bir şekilde hizmet etmeyebilir. Yaşlı aile üyelerine ve arkadaşlara bu tür teknoloji engellerini aşmaları için yardımcı olunabilir.[10] Ayrıca çevrimiçi sosyal medya veya görüntülü sohbet kullanımının yaşlı yetişkinlerde yalnızlık ve sosyal izolasyonu artırıp artırmadığı ile ilgili yeterli veri yoktur. Dışadönük kişilik özelliği gösteren yaşlı bireylerde çevrimiçi sosyal ağ siteleri ve görüntülü sohbetler ile yalnızlık veya sosyal izolasyon arasında bağlantı olduğu düşünülmektedir.[14]

3. **Temel ihtiyaçların ve sağlıklı aktivitelerin korunması:** Günün büyük bir bölümünde evde kapalı kalmak birçok insan için psikolojik olarak zordur ve düzenli bir günlük programı sürdürmek kolay olmamaktadır.[10] Günlük rutine mümkün olduğunca devam edilmesi önemlidir. Uyku, uyanma, temizlik, dinlenme, yemek ve çalışma düzeninin belirlenmesi uyum sürecini kolaylaştırabilir, yeni aktiviteleri destekler ve sağlıksız davranışlardan korur. İzolasyon sırasında kişilerin günlük rutinler belirlemeleri ve düzenli planlama özellikle sirkadiyen ritim bozukluğu ile karakterize olan deliryum riski altındaki yaşlı insanlar için destekleyicidir.[1,7,10,12,15] Bununla birlikte, fiziksel, zihinsel ve ruhsal iyilik için faydalı olabilecek ve yaşlılar tarafından zevkli kabul edilen

faaliyetlere katılımını da teşvik edebilir ve destekleyebiliriz.[10] Örneğin pandemi döneminde keyif alınan yaratıcı bir sosyal aktivite bulunmanın (örneğin resim yapma, bahçe işleri), yeni bir şey öğrenmenin, egzersiz yapmanın stresin ve yorgunluğun azalmasında etkili olurken, kişinin motivasyonunu yükselterek, enerjisini artıracaktır.[8-11] Uygun fiziksel ve zihinsel programlarla (örn. Egzersiz programları, farkındalık uygulaması ve müzik programları) yaşlı yetişkinler için uyarlanmış televizyon ve YouTube kanalları da çok faydalı olabilir.[10]

4. **Biliş, duygu ve ruh halinin yönetilmesi.** Yalnızlık genellikle olumsuz düşüncelerle ilişkilendirilir. Dahası, anksiyete ve depresyon sosyal uzaklaşmaya bağlı yalnızlığı ve izolasyonu şiddetlendirecek sosyal geri çekilmeye de neden olabilir.[10] Bu dönemde stres, anksiyete ve depresyon belirtilerine dikkat edilmesi ve yalnız olunmadığının hatırlanması önemlidir.[1] Bilinçli nefes alma, meditasyon, zevk veren aktivitelerin sürdürülmesi ve diğer gevşeme teknikleri zihin ve beden için faydalıdır ve kişinin anksiyete ve depresyon düzeyini azaltabilir. Aile üyeleri ve arkadaşlardan duygusal destek almak için kişi yardım istemekten de çekinmemelidir.[7,10] Ek olarak, olumlu iç diyaloglar, her şeyin normale döneceğine inanma, olumlu durumların listelenmesi, şükretme, öz-bakıma zaman ayırma, negatif haberlerden uzak durma, doğaya çıkma, okuma, günlük ve haftalık amaçlar belirleme gibi yöntemlerde kullanılabilir. [12]
5. **Psikiyatrik belirtilere farkındalık sağlanması:** Pandemi, her birey için oldukça streslidir ve bu ciddi düzeydeki stres, özellikle de savunmasız yaşlılarda ruhsal bozuklukların ortaya çıkmasını veya tekrar etmesini hızlandırabilir. Karantina döneminde depresyon, anksiyete ve uyku bozukluğu yaygın görülmektedir. Bu problemleri; öfke, sinirlilik ve tekrarlanan yıkama ve temizlik gibi zorlayıcı davranışlar, travma sonrası stres bozukluğu gibi durumlar izlemektedir. Mevcut psikiyatrik rahatsızlıkları olan kişiler ve aile üyeleri, ruh sağlıklarına özellikle dikkat etmeli ve semptomların kötüleşmesini önlemek için öncü belirtileri takip etmelidir. Özellikle intihar düşüncesinin ifadesi söz konusu ise tıbbi yardım geciktirilmemelidir. Reçeteli psikiyatrik ilaçlar kullananlar, sosyal mesafenin getirdiği sınırlamalara ve ilaçlara ulaşma zorluğuna karşı ellerindeki ilaçların yeterli olduğundan emin olmalı ve gerekirse sosyal bağlantılar kullanılmalıdır. Devlet kurumları, sosyal hizmet kuruluşları ve sağlık hizmeti sağlayıcıları, sosyal izolasyon döneminde tıbbi tavsiyeye ihtiyaç duyan psiko-geriatrik hastalara çevrimiçi psikolojik hizmetler (veya en azından telefon hizmetleri) sunmalıdır[10,15] Gerekli durumlarda sağlık kuruluşuna nasıl başvurulacağı, araç temini, nereden yardım isteneceği de planlanmalıdır.[15]

6. **Demans hastası olan yaşlılara, ailesi ve bakıcılarına destek sağlanması:** Demanslı insanlar pandemi sürecine uyumda, olumsuz duyguların yönetiminde, sosyal mesafeyi korumakta diğer bireylerden daha fazla zorlanmaktadır. Bu kişilere el hijyeni, sosyal mesafe ve diğer koruyucu önlemler hakkında basit ve anlaşılır bir şekilde talimatlar vermeye çalışılmalıdır. Demans hastasının ilgi alanlarına göre düzenli günlük programlar ve aktiviteler düzenlenmeli ve kişisel olarak uyarlanmalıdır. Aynı zamanda bakım verenlerin stres altında olabileceği ve kendilerini daha da yalnız ve izole hissedebilecekleri unutulmamalıdır. [10]

SONUÇ VE ÖNERİLER

COVID-19 salgınının toplumsal etkisi geniş ve çok zorlu geçmektedir. Karantina ve sosyal mesafe, virüsün yayılmasını önlemek için gerekli önlemler olmasıyla birlikte yüksek düzeyde yalnızlığa ve sosyal izolasyona yol açmakta ve bu da fiziksel ve zihinsel sağlıkta bozulmalara neden olabilmektedir. Sosyal ve ailevi bağlantılarını sürdürebilmek, sağlıklı aktivitelere devam edebilmek, deneyimlenen duyguları fark ederek ifade edebilmek ve psikiyatrik semptomları yönetebilmek için uygun adımları benimsemek, yalnızlığın ve izolasyonun olumsuz sonuçlarını hafifletmeye yardımcı olabilir.

KAYNAKÇA

1. Centers for Disease Control and Prevention [CDC] (2021). Protecting your well-being in the COVİD-19 pandemic.
2. Gencer, N., (2020). Kovid-19 Sürecinde Yaşlı Olmak: 65 Yaş ve Üstü Vatandaşlar İçin Uygulanan Sokağa Çıkma Yasağı Üzerine Değerlendirmeler ve Manevi Sosyal Hizmet. Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi, 4 (1): 35-42.
3. Wu, B., (2020). Social isolation and loneliness among older adults in the context of COVID-19: a global challenge. Global Health Research and Policy, 5:27.
4. Steinman, M.A., Perry, L., Perissinotto, C.M., (2020). Meeting the Care Needs of Oleder Adults Isolated at Home During the COVID-19 Pandemic. JAMA Internal Medicine, 180 (6): 819-820.
5. Sepúlveda-Loyola W, Rodríguez-Sánchez I, Pérez-Rodríguez P, Ganz F, Torralba R, Oliveira DV, Rodríguez-Mañas L., (2020). Impact of Social Isolation Due to COVID-19 on Health in Older People: Mental and Physical Effects and Recommendations. J Nutr Health Aging, 24 (9): 938-947.

6. Aslan, E., Tükili, S., (2021). İzolasyon ve karantinanın ruh sağlığı üzerine etkileri. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 14 (1): 133-145.
7. Bahar, A., Çuhadar, D., Bahar, G., (2020). Covid-19 Pandemisi: Karantina ve İzolasyon Sürecinde Ruh Sağlığı. ERÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 7 (2): 42-48.
8. Cacioppo, J.T., Hawkley, L.C., (2009). Perceived social isolation and cognition. Trends Cogn Sci, 13 (10): 447–454.
9. Robb CE, de Jager CA, Ahmadi-Abhari S, Giannakopoulou P, Udeh-Momoh C, McKeand J, Price G, Car J, Majeed A, Ward H and Middleton L (2020) Associations of Social Isolation with Anxiety and Depression During the Early COVID-19 Pandemic: A Survey of Older Adults in London, UK. Front. Psychiatry, 11: 591120. doi: 10.3389/fpsyt.2020.591120.
10. Hwang, T.J., Rabheru, K., Peisah, C., Reichman, W., Ikeda, M, (2020). Loneliness and social isolation during the COVID-19 pandemic. International Psychogeriatrics Association, 32 (10): 1217–1220.
11. Centers for Disease Control and Prevention [CDC] (2020). Older Adults: Care for yourself one small way each day, Older-Adults-Care-for-Yourself.pdf (cdc.gov) (E.T. 26.05.2021).
12. CHIME for Mental Health Recovery during Covid 19 (2021). chime-recovery-covid-19.pdf (hse.ie) (E.T. 26.05.2021)
13. American Psychological Associatıon (APA) (2020). Provider Well-being In a Pandemic
14. Hajek, A., König, HH., (2021). Social Isolation and Loneliness of Older Adults in Times of the COVID-19 Pandemic: Can Use of Online Social Media Sites and Video Chats Assist in Mitigating Social Isolation and Loneliness? Gerontology, 67: 121–123.
15. World Health Organisation [WHO] (2020). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak (E.T. 24.05.2021)

PRSB-70

COVİD 19 PANDEMİSİ BOYUNCA KRONİK PSİKİYATRİK BOZUKLUĞA SAHİP BİREYLERE UYGULANAN TELEPSİKİYATRİK MÜDAHALELERE BAKIŞ

Pınar HARMANCI[1] **Erman YILDIZ[2]** ***[1]Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Erbaa Sağlık Bilimleri Fakültesi, Tokat / Türkiye, E-Posta:forzapinar@hotmail.com***

[2] İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Malatya / Türkiye, E-Posta: erman.yildiz@inonu.edu

Özet

Covid 19 Pandemisi ve Covid 19 Pandemisi'nden korunmak amacıyla alınan tedbirler (karantina, sosyal mesafe, maske …) ile birlikte; mevcut psikiyatrik bozukluğu olmayan bireylerin de içinde bulunduğu, büyük bir popülasyonun psikiyatrik hizmetlere ihtiyacının arttığı ortaya çıkmıştır. Bu nedenle Covid 19 Pandemi'si, ''telesağlık ve telepsikiyatrik'' yöntemlerin yaygın ve uzun süre kullanılması açısından zorunlu bir kriz dönemi olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle kronik psikiyatrik bir bozukluğa sahip bireylerde tartışmalı ve önemli bir konu olan ''telepsikiyatrinin'' pandeminin koruma amaçlı tedbirleri ile birlikte yaygın olarak kullanılmaya başlandığı görülmektedir. Kronik psikiyatrik bozukluğa sahip olan bireylerin ve ailelerin, Covid 19 Pandemisi boyunca hem pandeminin yarattığı bulaş korkusundan korunmak hem de tedbirlere uymak için online yöntemlerle psikososyal müdahaleleri sürdürdükleri bilinmektedir. Telepsikiyatrik müdahalelerin sonuçları ise; ''gerçek (yüz yüze) '' yapılanlardan farklı olmadığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: telesağlık, telepsikiyatri, hemşirelik

OVERVIEW OF TELEPSYCHIATRIC INTERVENTIONS APPLIED TO INDIVIDUALS WITH CHRONIC PSYCHIATRIC DISORDER DURING THE COVID 19 PANDEMIC

Abstract

Along with the Covid 19 Pandemic and protection from the Covid 19 Pandemic (limiting, social distance, mask…); It can be mentioned that it is hosted in the current psychological illness report, that a file is made use of the system for the system. This Art Covid 19 Pandemic discounts the "telehealth and telepsychiatric" method as a common and long-term discounted season. A general subject is 'telepsychiatry', which is close and one in close proximity in a psychiatric way, it seems that the pandemic is widely started with the aim. It is known that online educational psycho interventions continue both to protect from the pandemic and education family, who have chronic psychological disorders, and to go to school. The results of telepsychiatric interventions are; Depictions different from "real (face-to-face)" ones.

Key Words: telehealth, telepsychiatry, nursing

GİRİŞ VE AMAÇ:

Covid 19 Pandemisi çok çeşitli alanlarda, koruyucu önlemler kapsamında, birçok engeller çıkarmaktadır. Hastanelerde toplumun sağlığının korunması, tedavisi, geliştirilmesi gibi alanlarda bir kriz dönemi yaşanmaktadır. Covid 19 dışındaki bir tanının koyulması amacı ile hastaneye gidişler de ciddi sorunlar yaşanmaktadır. Tüm dünya hastanelerinin, beklenmedik bu durum karşısında hizmetlerinin yoğun bir şekilde, pandeminin yönetilebilmesi için rutin işleyişinden çıktığı görülebilmektedir. Özellikle sosyal mesafe önleminin ciddi bir korunma sağlaması insanların birbirlerinden yeterince uzak mesafede (1,5 m) kalmasını sağlamaktadır.

Hastanelerde artan vakalarla birlikte sadece Covid 19 hastalarından değil, burada çalışan profesyonellerin de virüs taşıyabileceği endişesinden dolayı bireyler tanı, tedavi ve rehabilitasyon gibi önemli sağlık gereksinimlerini almak için hastaneye başvurmaktan kaçınabilmektedir (Fagan ve ark 2020, O'Brein ve McNicholas 2020) . Sağlık profesyonelleri de hastane hizmeti alması gereken bireylerin yüksek bulaş riski taşıyan bu ortama girmesinden kaçınmaktadırlar (Lee ve ark 2020). Covid 19 bulaşı korkusu yaşayan bireyler tanı yada tedavileri ile ilgili gecikmeler yaşayabilmektedir. Bireyler hem fiziksel hem de mental yönden, pandeminin zor koşulları ile birlikte, daha da artan sağlık sorunları ile başa çıkmak zorunda kalmaktadır (Fagan ve ark 2020, O'Brein ve McNicholas2020). 2003 yılında SARS salgınında yapılan bir çalışmada sağlık profesyonellerinin de yapılan testler sonucunda yaklaşık %10 oranında daha fazla Travma Sonrası Stres Bozukluğu yaşadıklarını göstermektedir (Wu ve ark 2009) . Gerçekte bu durumun tüm dünyada aynı olabileceği düşünülmektedir. Örneğin; İrlanda'da her alandaki uzman doktorların pandemi öncesinde de tükenmişlik yaşadıkları, pandemi ile birlikte bu sorunun çok daha fazla arttığı bildirilmektedir (McNicholas ve ark 2020). İtalya'da yapılan bir çalışma sağlık profesyonellerinin psikosomatik semptomlar, tükenmişlik ve genel sağlık durumlarında bozulmalar yaşadığını belirtmektedir (Barello ve ark 2020). Amerika'da büyük bir örneklem ile yapılan çalışmada, pandemi boyunca yoğun bakımda çalışan profesyonellerin büyük oranda stres yaşadıklarını ortaya koymaktadır (SCCM 2020). Bu kadar büyük sorunların ortasında artan sağlık bakım talepleri, fiziksel mesafenin olduğu güvenli poliklinik ihtiyaçlarının artması nedeniyle mesafenin korunduğu uzaktan online yaklaşımlar ile müdahale gereksinimini de beraberinde getirmektedir. İletişimi virüs bulaşı riski olmadan sunan teletıp yöntemlerinin kullanılması kaçınılmaz görünmektedir.

Hastaların tedavisi ve değerlendirilmesi amacıyla telekominikasyon teknolojisinin kullanılması ‘’teletıp’’ olarak karşımıza çıkmaktadır. ‘’Telesağlık’’ olarak da isimlendirilmektedir. Özellikle kronik sağlık sorunu olan bireylerle yapılan telesağlık müdahalelerinin bireylerin genel sağlık durumları ile ilgili endişelerini azalttığı, anksiyetelerinin düşük düzeylere indiği ve kronik hastalıklarının yönetimindeki öz denetimlerinin devam ettirilebildiği sonucunu sağlamaktadır (Liu ve ark 2020). Telesağlık müdahalelerinin kronik hastalıklı bireyde görüntülü ve sesli yapılan görüşmeleri içermesi, gerçek zamanda interaktif iletişim yöntemlerinin kullanılabilmesi, bireyin durumunun kendi yaşadığı ortamda değerlendirilmesine fırsat tanıması sebebi ile özellikle Covid 19 Pandemisi döneminde sağlık sistemi içinde önemli bir yeri bulunmaktadır. Kadir 2020’de yazdığı bir derlemede Covid 19 Pandemi’si boyunca kronik hastalıklı bireylere uygulanan telesağlık yöntemlerinin ‘’gerçek’’ sağlık danışmanlığından farklı olmadığını söylemektedir (Kadir 2020). Kronik hastalıkların yönetiminde hastalıkla baş etmede sağlık profesyoneli ve hastanın birlikte çalışması ve etkileşim içinde olması bunu devam ettirebilmesi önemli bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Telesağlık müdahaleleri bu kapsamda önemli bir müdahale aracı olarak; tüm pandemi boyunca kullanılabilecek bir yöntem olmaktadır (Novak 2001, Liu ve ark 2020).

Kronik hastalıklar arasında bulunan kronik psikiyatrik bozukluklar, sağlık profesyonellerinin kişiyi yakından takip etmelerini gerektiren, belirtileri ve küçük değişiklikleri dikkatle izlemelerini gerektiren önemli bir bozukluk kümesi olarak bilinmektedir. Bu kadar yakın takip edilmesi gereken, kronik psikiyatrik bozukluğa sahip bireylerin, hem Covid 19 virüsünün bulaşmaması gereken hem de ‘’gerçek’’ bir psikiyatrik görüşme ile değerlendirilmesi gerektiği bilinmektedir. Öyle ki; Covid 19 pandemisinin getirdiği engeller ve virüsün bulaş olduktan sonra ortaya çıkardığı sorunlar kronik psikiyatrik bozukluğu olan bireyde ek fiziksel sağlık sorunları da getirebilmektedir (Druss 2020). Telepsikiyatrik görüşmelerin kronik psikiyatrik bozukluğu olan bireylerde sağlığı geliştirme ve psikiyatrik bozukluklarının takip edilmesinde olumsuz görüşler de bulunmaktadır (Covan ve ark 2019, Wong ve ark 2020) ancak genel olarak; telepsikiyatrik müdahalelerin yüz- yüze yapılan görüşmeler kadar etkili olduğu düşünülmektedir (Gentry ve ark 2019, O’ Brein ve McNicholas 2020).

Covid 19 Pandemi’si öncesinde özellikle şizofreni hastalarında telepsikiyatrik yöntemlerin kullanılmasının önündeki engeller (teknolojiye bireyin ayak uyduramaması, telefonu ona ulaşılmak istenen zamanda yanında bulunduramaması, etkili internet kullanma becerisini kazanmakta zorluklar yaşanması, sağlık profesyonelimin istediği etkileşimli teknolojik aracın alınmasında ekonomik güçlükler çekilmesi…) nedeniyle tercih edilmesi

konusunda büyük tartışmalar dikkat çekmektedir (Beunette ve ark 2012, Naslund ve ark 2015) buna karşın Covid 19 pandemisi boyunca şizofreni tanılı bireylerin normal popülasyona oranla, telepsikiyatrik görüşmelere, daha hızlı ve daha yüksek düzeyde uyum sağladığı görülmektedir. Bunun nedeni olarak; kronik psikiyatrik bozukluğu olan bireylerin Covid 19 Pandemi'sinin koruma önlemleri kapsamında ve bulaş korkusu açısından daha hassas bir grubu temsil etmesi bulunmaktadır. Telepsikiyatrik yöntemler bu grupta, hayatın normal akışına uymayan dönemi yönetmede yardımcı görünmektedir (Miu ve ark 2020). Bipolar bozukluğa sahip bireylerde telepsikiyatrik yöntemlerin (tele –psikoeğitim, tele psikolojik yönetimsel müdahaleler, online farkındalık ve uyku hijyeni eğitimleri…) birçoğunun başarılı sonuçlar verdiği bilinmektedir. Bu sebeple bipolar bozukluğa sahip bireylerde telepsikiyatrik yöntemlerin kullanılması önemli görünmektedir. Ancak pandemi boyunca bipolar bozukluğa sahip bireylerde kullanılan telepsikiyatrik yöntemler sadece anksiyete, stras, hastalık yönetimi, günlük rutinlerin yönetimi gibi kolaylıklar sağlamamaktadır ayrıca bazı avantajlar da sunmaktadır. Bipolar bozukluğu olan bireylerin psikolojik fonksiyonlarının daha derin ve geniş anlaşılmasını, daha fazla bireyim mental sağlık servislerine dahil edilmesini ve takip edilmesini de beraberinde getirmektedir (Stefana ve ark 2020).

SONUÇ VE ÖNERİLER: Özellikle telepsikiyatrik yöntemlerin pandemi ile birlikte zorunlu olarak kullanımı bize; uzaktan sunulan hizmetlerin, kronik psikiyatrik hastalıklar açısından düşünülen engellerle her zaman iç içe olmayacağı ve sadece bozukluklar açısından fayda elde etmeyi değil, başka avantajlar da sağlamayı da hedefletebileceği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1) Fagan M (2020). Concern over dramatic fall in emergency hospital admissions (https://www.irishexaminer.com/ breakingnews/ireland/concern-over-dramatic-fall-inemergency-hospital-admissions-993450.html). Accessed 10 May 2020.

2) Lee J, Duan A. Australians with chronic illnesses urged to continue regular health check-ups. SBS Serbian. 2020 Apr. URL: **https://www.sbs.com.au/language/english/audio/australians-with-chronic-illnesses-urged-to-continue-regular-health-check-ups_2**

3) O'Brien, M., & McNicholas, F. (2020). The use of telepsychiatry during COVID-19 and beyond. *Irish Journal of Psychological Medicine, 37*(4), 250-255. doi:10.1017/ipm.2020.54

4) Wu P, Fang Y, Guan Z, Fan B, Kong J, Yao Z, Liu X, Fuller CJ, Susser E, Lu J, Hoven CW (2009). The psychological impact of the SARS epidemic on hospital employees in China: exposure, risk perception, and altruistic acceptance of risk. Canadian Journal of Psychiatry 54 (5), 302–311.

5) McNicholas F, Sharma S, Oconnor C, Barrett E (2020). Burnout in consultants in child and adolescent mental health services (CAMHS) in Ireland: a cross-sectional study. British Medical Journal 10 (1). [Online]. Available at https://bmjopen.bmj.com/content/10/1/e030354.

6) Barello S, Palamenghi L, Graffigna G. Burnout and somatic symptoms among frontline healthcare professionals at the peak of the Italian COVID-19 pandemic [published online ahead of print, 2020 May 27]. Psychiatry Res. 2020;290:113129. pmid:32485487

7) Society of Critical Care Medicine. Clinicians report high stress in COVID-19 response. https://sccm.org/Blog/May-2020/SCCM-COVID-19-Rapid-Cycle-Survey-2-Report.

8) Liu, N., Huang, R., Baldacchino, T., Sud, A., Sud, K., Khadra, M., & Kim, J. (2020). Telehealth for Noncritical Patients With Chronic Diseases During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Medical Internet Research*, *22*(8), e19493.

9) Nowak K. Defining and differentiating copresence, social presence and presence as transportation. 2001 Presented at: Presence 2001 Conference—4th Annual International Workshop on Presence; May 21-23, 2001; Philadelphia, PA p. 1-23 URL: **https://astro.temple.edu/~lombard/ISPR/Proceedings/2001/Nowak1.pdf**

10) Kadir, M. A. (2020). Role of telemedicine in healthcare during COVID-19 pandemic in developing countries. *Telehealth and Medicine Today*.

11) Druss, B. G. (2020). Addressing the COVID-19 pandemic in populations with serious mental illness. *JAMA psychiatry*, *77*(9), 891-892.

12) Cowan KE, McKean AJ, Gentry MT, et al. (2019) Barriers to use of telepsychiatry: Clinicians as gatekeepers. Mayo Clinic Proceedings 94: 2510–2523.

13) Naslund, J. A., Marsch, L. A., McHugo, G. J., & Bartels, S. J. (2015). Emerging mHealth and eHealth interventions for serious mental illness: A review of the literature. Journal of Mental Health, 24(5), 321–332

14) Brunette, M. F., Ferron, J. C., Devitt, T., Geiger, P., Martin, W. M., Pratt, S., . . . McHugo, G. J. (2012). Do smoking cessation websites meet the needs of smokers with severe mental illnesses? Health Education Research, 27(2), 183–190.

15) Miu, A. S., Vo, H. T., Palka, J. M., Glowacki, C. R., & Robinson, R. J. (2020). Teletherapy with serious mental illness populations during COVID-19: telehealth conversion and engagement. *Counselling Psychology Quarterly*, 1-18.

16) Stefana, A., Youngstrom, E. A., Chen, J., Hinshaw, S., Maxwell, V., Michalak, E., & Vieta, E. (2020). The COVID-19 pandemic is a crisis and opportunity for bipolar disorder. *Bipolar Disorders*, *22*(6), 641-643.

PRSB-72

KORONAVİRÜS SALGINI DÖNEMİNDE AİLE İÇİ İLİŞKİLER

***Eda ÇEKER*[1], *Hasret YALÇINÖZ BAYSAL* [2]**

[1] Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Ağrı / Türkiye, E-Posta:eceker@agri.edu.tr

[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta:hasret@atauni.edu.tr

Özet

Covid-19'un yayılımının durdurulması için sosyal mesafe, karantina ve sokağa çıkma kısıtlamaları uygulanmaktadır. Bu uygulamaların dünya genelinde salgınla mücadelede yarar sağlamasına karşın aile içi şiddet, ihmal ve istismar vakalarında artışa neden olduğu ifade edilmektedir. Diğer taraftan uygulanan önlemler sonucunda bireyler, kendisi ve aile bireylerine daha fazla vakit ayırmaya başlamışlardır. İç yolculuğa daha fazla yönelimin olduğu, sosyal ilişkilerin gözden geçirilerek birçok yeniliğin keşfedildiği bu dönemde bazı ilişkiler olumlu bazıları ise olumsuz etkilenmiştir. Ailelerin bazılarında gerginlikler artarken, diğerlerinde dayanışma ve beraberlik duyguları yaşanmıştır. Hemşireler bu süreçte aile içi ilişkileri değerlendirerek ailelerin yaşadığı öfke, suçluluk, çaresizlik gibi duyguları aile bireylerinin ifade etmesi için cesaretlendirmelidir. Aile üyelerinin psikososyal sorunlarını etkileyen etmenler, duruma yükledikleri anlam ve geliştirilen başetme stratejilerini değerlendirmeli ve uygun olan başetme stratejilerin geliştirilmesi konusunda aile desteklenmelidir. Covid-19 pandemisinin birey, aile ve toplum üzerinde neden olduğu sorunlar değerlendirildiğinde; karşılaşılan ve olası muhtemel sorunların çözümü için yapılacak olan eğitim programlarının ve bu konuda yapılan bilimsel çalışmaların oldukça önemli olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Aile içi ilişkiler, Koronavirüs, Pandemi

FAMILY RELATIONS DURING THE CORONAVIRUS EPIDEMIC

Abstract

Social distance, quarantine and curfew restrictions are applied to stop the spread of Covid-19. Although these practices are beneficial in the fight against the epidemic worldwide, it is stated that they cause an increase in domestic violence, neglect and abuse cases. On the other hand, as a result of the measures implemented, individuals began to devote more time to themselves and their family members. In this period, when there was a greater orientation towards inner journey and many innovations were discovered by reviewing social relations, some relations were positively and some negatively affected. While tensions increased in some families, feelings of

solidarity and togetherness were experienced in others. In this process, nurses should evaluate family relations and encourage family members to express their feelings such as anger, guilt and helplessness. The factors affecting the psychosocial problems of family members, the meaning they attribute to the situation and the coping strategies developed should be evaluated and the family should be supported in the development of appropriate coping strategies. When the problems caused by the Covid-19 pandemic on the individual, family and society are evaluated; It is thought that the training programs to be carried out to solve the possible problems encountered and the scientific studies on this subject are very important.
Key Words: Family relations, Coronavirus, Pandemic

GİRİŞ VE AMAÇ

Koronavirüsler, kuşlarda ve memelilerde hastalıklara sebep olan virüslerdir. Covid-19 Çin'de İlk defa görüldükten sonra tüm dünyaya hızlı bir şekilde yayılması üzerine, 11 Mart 2020 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından Pandemi olarak kabul edildi. Pandemi ilan edilen tarihte 114 farklı ülkede 118.000 Covid-19 vakası belirlenmişti.[1] Ülkemizde Covid-19 ile mücadele için halk sağlığı, mikrobiyoloji, göğüs hastalıkları, enfeksiyon, yoğun bakım ve viroloji gibi alanlardan olmak üzere alanlarında uzman 26 bilim insanından oluşan Bilim Kurulu oluşturuldu.[2] Bilim kurulunun yönlendirmeleriyle Covid-19 pandemisine yönelik önlemler uygulanmıştır. Ülkemizde ilk defa 10.03.2020 tarihinde Covid-19 vakası belirlenerek kamuoyu ile paylaşılmış, sonraki vaka ve can kayıplarına paralel olarak önlemlerin sayısı artırılarak kapsamları genişletilmiştir. Covid-19 tedbirleri çerçevesinde diğer ülkelerin uyguladıkları önlemler yakından takip edilerek ülkemizde uygulanabilecek olanlar değerlendirildikten sonra; sosyal mesafeyi korumak amacıyla tüm kademelerde eğitim kurumlarında yüz yüze eğitim yerine uzaktan eğitime geçilmiş, cuma namazları dahil olmak üzere ibadethanelerde toplu şekilde ibadet yapılması sınırlandırılmış, futbol gibi geniş katılımlı spor müsabakaları iptal edilmiş, spor salonu, kütüphane, kafe ve eğlence yerleri gibi toplu faaliyetlerin yapıldığı mekanlarda faaliyetler durdurulmuş, özel sektör ve kamuda çalışanların mesai saatlerinde düzenleme yapılarak esnek çalışma ya da uzaktan çalışma gibi yöntemler devreye alınmış, 20 yaş altı ile 65 yaş üstü bireylere sokağa çıkma kısıtlaması getirilmiş, tüm yaş gruplarına ise hafta sonları, resmi tatiller ve bazı dönemlerde sokağa çıkma yasağı uygulanmıştır.[3] Ülkemizde Covid-19'a karşı geliştirilmeye çalışılan 17 farklı aşı adayı bulunmaktadır. Erciyes Üniversitesinde geliştirilen ve faz-2 çalışmaları başarıyla tamamlanan aşıda faz-3 aşamasına geçildi. Bu aşı adayının, Faz 3 çalışmalarının 2021 Eylül ayında tamamlanması beklenmektedir.[4,5] Bununla birlikte Çin ve Almanya'da koronavirüse karşı

geliştirilen aşılar temin edilerek gerekli güvenlik kontrolleri yapılmış ve riskli gruplarda yer alan kişiler öncelikli olmak üzere kademeli olarak aşılama çalışmaları devam etmektedir.[5]

Covid-19 salgınının aileye etkileri

Ailenin biyolojik, psikolojik ve sosyal ilişkiler başta olmak üzere çok sayıda işlevi vardır. Bu işlevler arasında neslin sürdürülmesini sağlaması, ruh sağlığının dengelenmesi, eşler arasındaki muhabbet, eğlenme, dinlenme ve sosyalleşme sayılabilir.[7] Aile üzerinde etkili olan toplumsal travmatik durumlar, aile üyelerini etkilemesinin yanı sıra aile içi ilişkileri ve aile fertlerinin aile içindeki görev ve sorumluluklarını da etkileyebilmektedir. Pandemi döneminde aile içi görev ve sorumluluklardaki değişiklikler ve karşılaşılan zorluklar nedeniyle aile üyeleri farklı ruhsal sorunlar yaşayabilmektedirler. Aile içi ilişkilerde çalışma durumu ve işsizlik önemli bir kriter olup geçimini sürdürememe korkusu aile üyeleri arasında iletişim sorunlarına neden olmaktadır. Aile fertlerinin hayata bakışları olumlu olup güvenleri arttıkça aile bağları da güçlenmektedir. Ancak maddi gelirin azalması ve işsizlik gibi durumlarda ailenin geçim koşulları değiştiğinde aile fertleri arasındaki ilişki olumsuz olarak etkilenmektedir.

Covid-19 pandemisinde uygulanan karantina, kapanma ve seyahat yasaklarından dolayı birçok kişinin maddi geliri azalmıştır. Her ne kadar devlet tarafından sosyal yardım projeleri uygulansa da bireyler pandemi öncesi hayat standartlarını karşılayamadıkları için zorlanmışlardır.[8] Bu bağlamda pandeminin kişinin kendi kontrolü dışında belirsizlikler içermesi, normal yaşam şartlarının değişmesi, geleceğe yönelik kaygıların bulunması, duygu durum düzenleme yeteneğinin yetersiz olması gibi durumlar eşler arası ilişkilere olumsuz yönde yansımaktadır. Sürekli evde kalmak zorunda olan bireylerin ruh sağlıkları bozulmaya başlamakta ve bunun sonucunda özellikle kadına yönelik şiddet eylemleri olabilmektedir. Kadınlar cinsel, duygusal, fiziksel, sözel ve ekonomik şiddete maruz kalabilmektedir.[9] Ayrıca, salgın önlemleri çerçevesinde gündüz bakım ve okulların kapatılmasıyla özellikle çalışan anneler başta olmak üzere kadınların aile içindeki sorumluluğu ve iş yükü artmıştır.[3] Tecrit ve karantina gibi uygulamaların Amerika Birleşik Devletleri, Çin, Brezilya ve Avustralya başta olmak üzere dünya genelinde kadın, yaşlı ve çocuk şiddetinde artışa neden olduğu saptanmıştır.[10,11] Covid-19 pandemisinin aile üzerinde oluşturduğu zorluk ve baskılar sonucunda özellikle çocuk ve kadınların aile içi şiddete karşı daha fazla maruz kalabilecekleri bildirilmiştir.[12]

Covid-19 pandemisinin sebep olduğu durumlardan ve uygulanan tedbirlerden en fazla etkilenen diğer bir grup ise çocuklardır. Bu dönemde sokağa çıkma yasaklarından dolayı evde anne babayla daha fazla zaman geçirilmesi, akran ilişkilerinin kesilmesi ve özellikle eğitimde uzaktan eğitime geçilmesiyle birlikte çocuklar birçok zorlukla karşılaşmışlardır. Yaşanılan bu

olağan dışı durumlar ve değişiklikler çocuklar açısından güvenli alanın kaybedilmesi olarak algılanarak kaygılarının artmasına sebep olabilir.[11] Covid-19 pandemisi döneminde 3 – 18 yaş aralığındaki bireyler üzerine yapılan araştırmalarda; çocukların iştahsızlık, dikkat dağınıklığı ve sinirli olma duygularını sıklıkla deneyimledikleri ve anne babalarına olan bağımlılıklarının arttığı;[13] depresyon düzeylerinin yükseldiği;[14] çocuk istismarının ve teknolojik araç bağımlılığının yükseldiği belirlenmiştir.[15] Evde kalma emirlerinin yürürlüğe girmesiyle Avustralya'nın bazı bölgelerinde genel olarak suçta %40'lık bir düşüş olurken, aile içi istismar çağrılarında %5'lik bir artış olduğu belirlenmiştir. Avustralya'da aynı dönemde internet üzerinden yapılan aramalar değerlendirildiğinde aile içi suistimale karşı destek aramalarında %75 artış olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca sosyal tecrit ve karantina tedbirlerinin uygulanmasıyla tüm dünyada genel olarak aile içi çatışma, şiddet ve istismar olaylarında artış gözlemlenmiştir.[16,17] Wuhan eyaletinde ilk defa karantina uygulayan Çin'de yapılan bir araştırmada, aile içi istismar vakalarının geçen yıla kıyasla üç kat arttığı gösterilmiştir.[18] Fransa'da kısıtlamaların uygulanmasıyla aile içi istismar bildirimlerinde %32-36 oranlarında yükselme olduğu belirlenmiştir.[16] Diğer çalışmalara benzer bir şekilde İngiltere'de ulusal aile içi istismar yardım hattına bir hafta içinde yapılan şikayetlerde %65'lik bir artış saptanmıştır.[19]

65 yaş ve üzeri yaşlı bireylerin evde kalmalarını zorunlu kılan düzenleme ile sokağa çıkamayan yaşlı bireylerin çoğu interneti aktif olarak kullanamadıklarından alışveriş işlemleri, temizlik ve fatura ödemeleri gibi temel yaşamsal ihtiyaçlarının karşılanması noktasında sıkıntı yaşamaktadırlar. Gündelik gereksinimlerini karşılayamamanın yanısıra kendi evlerinde tek başına yaşayan yaşlı bireyler kısıtlamalardan dolayı evlat, torun gibi yakınlarını görememekte olup kendisini daha da yalnız hissetmektedirler. Tüm bu olumsuzluklarla birlikte, elde edilen pandemi verileriyle riskli yaş grupta olduklarını bilmeleri nedeniyle Covid-19'a yakalanma ve ölüm korkusunu daha fazla yaşamaktadırlar.[9] Yaşlı bireylere yönelik uygulanan tecrit önlemlerinin yaşlıları olumsuz etkileyebileceği düşünülmekte olup yaşlılarda yalnız kalmalarından dolayı zihinsel ve farklı fiziksel hastalıkların görülebileceği ifade edilmiştir.[20] Özellikle akrabalık ve yakın çevre gibi sosyal destekten yoksun olan yaşlıların bu pandemi sürecini daha zor yaşayacakları bildirilmiştir.[21]

Diğer taraftan; pandemiden dolayı dışarı çıkamayıp birlikte daha fazla vakit geçiren aile fertlerinin ilişkilerinin olumlu yönde etkilendiğini ve aile bağlarının daha da güçlendiğini gösteren araştırmalar da bulunmaktadır.[18,22] Bireylerin evde kendisi, eşi, çocukları ve diğer aile üyelerine ayırdığı zaman dilimi pandemi tedbirlerinden dolayı artmıştır. Bu dönemde bireyler, kendi iç alemine daha fazla yönelmiş, ikili ilişkilerini değerlendirmiş ve birçok farklı yeniliği

keşfetmiştir.[3] Genellikle yoğun iş temposuyla çalışan Türk ve Çinli anne babalar, bu dönemde çocuklarının kendi yaşam merkezlerinde olmadığını anlayarak, bundan sonraki süreçte aile içi ilişkilere öncelik vermeyi planladıklarını ifade etmişlerdir.[18] 5338 kişinin katılımı ile yapılan farklı bir çalışmada katılımcıların %55'i pandemi döneminde aile bağlarının güçlendiğini ifade etmiştir.[23]

Hemşerilerin salgın döneminde birey ve aileye yönelik rolleri

Covid-19 ile mücadelede büyük fedakarlık göstererek sürekli ön sırada yer alan hemşireler; hastalıkların önlenmesi için kamuya eğitim verilmesi, salgınla ilgili yanlış bilgilerin yayılmasının engellenmesi, halk sağlığı kurumlarından gelen bilgiler rehberliğinde uygun izolasyon, sosyal mesafenin korunması ve önemi, kişisel temizlik kuralları, bakım, triaj, enfeksiyon kontrolü, filyasyon takibi ve evde kalmanın gerekliliği konularında toplumu bilgilendirme çalışmalarında bulunmalıdır.[24,25] Ayrıca günlük vaka sayılarının düşürülerek salgının sona erdirilmesi ve salgının ikinci dalga olarak görülmesinin engellenmesinde hemşireler aktif rol almalıdırlar.[26] Bununla birlikte, hemşirelerin sıkı iş temposu, çalışma şartları, fizyolojik ve psikolojik stres belirtilerine bağlı olarak iyilik halleri ve sağlıklarının olumsuz etkilenebileceği göz önüne alınarak pandemi döneminde hemşirelerin ve diğer sağlık çalışanlarının ruh sağlığını korumaya yönelik önlemler de alınmalıdır.[24] Pandemi döneminde hasta mahremiyetine dikkat edilmesi ve gizliliğinin sağlanmasında hemşirelerin rolü büyüktür. Hemşireler, enfeksiyonları önleme yolları konusunda hastalar ve topluma eğitimler vermelidirler. Özellikle Covid-19 pandemisinde ulusal politikaları savunarak ve salgını engelleme çalışmalarını desteklemelidirler.[24-26] Bunların yanısıra hemşireler, aile bireylerinin ruh sağlıklarının korunmasında da psikososyal bakım üstlenmelidirler. Hemşireler bu süreçte aile içi ilişkileri değerlendirerek ailelerin yaşadığı çaresizlik, öfke ve suçluluk gibi duyguları paylaşabilmeleri yönünde aile bireylerini cesaretlendirmelidir. Aile fertlerinin psikososyal durumlarına etki eden faktörler, olaylara yükledikleri anlam ve geliştirilen başetme stratejilerini değerlendirmeli ve uygun olan başetme stratejilerin geliştirilmesi konusunda aile desteklenmelidir. Ayrıca, Covid-19'dan dolayı vefat edenlerin ailelerinin ruh sağlıklarının korunması yönünde desteklenmeleri de önem taşımaktadır.[27] Hemşireler, aile bireylerinin yaşadıkları üzüntüyü anlayabilmeli ve yas sürecini doğru bir şekilde atlatabilmeleri için aile fertlerini yönlendirmelidir. Bu amaçla, fertlerin duygularını açıklamasına imkân tanınmalı, bireyin yaşadıkları duyguları kabül ederek onları yargılamaktan sakınmalı, eleştiriye açık olmalı, kendisine sorulan soruları açıklamalıdır.[28] Ölüm sonrası döneminin doğru yönetilmesi,

aile fertlerinin psikolojik açıdan hızlıca iyileşmeleri ve bakım veren hemşirelerin daha az sorun yaşamasını sağlayacaktır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Covid-19 salgını döneminin hem hasta hem de hasta yakınları için ne kadar zorlu ve yıpratıcı olduğu değerlendirildiğinde; pandemi sonrasında karşılaşılabilecek muhtemel riskleri engellemek için hasta ve aile fertlerine yönelik koruyucu psikososyal programların geliştirilmesinin gerekliliği ve önemi ifade edilebilir. Halk sağlığı hemşireleri, aile bireylerinin ruh sağlıklarının korunmasında psikososyal bakım üstlenmelidirler. Hasta ve yakınlarına verilecek psikososyal bakımı geliştirmek için, sağlık sisteminin imkanlarının artırılması önemli görülmektedir. Bu bağlamda, hastaların tedavi ve bakımlarının yürütüldüğü kurumlarda psikiyatrist, konsültasyon liyazon psikiyatrisi hemşiresi gibi profesyonellerin sayısı artırılabilir. Bu sayede istihdam edilecek profesyoneller aracılığıyla aile bireyleri için psikoeğitimler, ruhsal sorun paylaşımı toplantıları, gevşeme egzersizleri gibi psikososyal müdahale çalışmaları geliştirilebilir.

Covid-19 pandemisinin birey, aile ve toplum üzerinde neden olduğu sorunlar değerlendirildiğinde; karşılaşılan ve olası muhtemel sorunların çözümü için yapılacak olan eğitim programlarının ve bu konuda yapılan bilimsel çalışmaların oldukça önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

1. https://www.fox44news.com/health/coronavirus/spread-of-covid-19-declared-a-pandemic-by-who/#/questions/2574674 (E.T. 11.03.2021)
2. Arslan, İ., (2020). Küresel Bir Tehdit (COVID-19 Salgını) ve Değişime Yolculuk. *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 1-36.
3. Serhat Öztürk, M., Yılmaz, N., Erbil, D. D., & Hazer, O., (2020). Covid-19 Pandemi Döneminde Hanehalkındaki Çatışma ve Birlik-Beraberlik Durumunun İncelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 15(4).
4. https://www.saglik.gov.tr/TR,75070/saglik-bakani-koca-yerli-asi-ortak-calisma-grubu-toplantisina-baskanlik-etti.html (E.T. 01.06.2021)
5. https://www.trthaber.com/haber/saglik/yerli-asi-icin-geri-sayim-584954.html (E.T. 06.06.2021)
6. https://www.milliyet.com.tr/gundem/koronavirus-asisi-kimlere-uygulanacak-corona-asisi-geldi-mi-asi-zorunlu-mu-6399051 (E.T. 06.06.2021)

7. Koçak Z, Harmancı H., (2020). Covid-19 Pandemi Sürecinde Ailede Ruh Sağlığı. *Karatay Sosyal Araştırmalar Dergisi*, (5):180-204.
8. https://psikiyatri.org.tr/TPDData/Uploads/files/KarantinaCOVID.pdf (E.T. 06.06.2021)
9. Aykut, S., & Aykut, S. S., (2020). Kovid-19 Pandemisi ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu Temelinde Sosyal Hizmetin Önemi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 1(1), 56-66.
10. Campbell, A. M. (2020). An increasing risk of family violence during the Covid-19 pandemic: Strengthening community collaborations to save lives. *Forensic Science International: Reports,* 2, 100089.
11. Abukan, B., Yıldırım, F., & Öztürk, H., (2020). Covid-19 Salgınında Çocuk Olmak: Gelişim Dönemlerine Göre Sosyal Hizmet Gereksinimleri ve Öneriler. *Electronic Turkish Studies*, 15(6).
12. Bradbury-Jones, C., & Isham, L., (2020). The pandemic paradox: The consequences of COVID-19 on domestic violence. 2047-2049.
13. Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M., & Somekh, E., (2020). Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic. *The journal of Pediatrics*, 221, 264.
14. Altena, E., Baglioni, C., Espie, C. A., Ellis, J., Gavriloff, D., Holzinger, B., & Riemann, D., (2020). Dealing with sleep problems during home confinement due to the COVID-19 outbreak: Practical recommendations from a task force of the European CBT-I Academy. *Journal of Sleep Research*, 29(4), e13052.
15. Cluver, L., Lachman, J. M., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., ... & McDonald, K., (2020). Parenting in a time of COVID-19. *Lancet*, *395*(10231).
16. Usher, K., Bhullar, N., Durkin, J., Gyamfi, N., & Jackson, D., (2020). Family violence and COVID-19: Increased vulnerability and reduced options for support. *International journal of mental health nursing, 549-552.*
17. Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & 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.
18. Aylaz, R., & Yıldız, Ü. E., (2020). Yeni Koronavirüs Hastalığının Toplum Üzerine Etkileri Ve Hemşirelik Yaklaşımları, 132.
19. Sarı, T., & Nayır, F., (2020). Pandemi Dönemi Eğitim: Sorunlar ve Fırsatlar. *Electronic Turkish Studies*, *15*(4).

20. Tyrrell, C. J., & Williams, K. N., (2020). The paradox of social distancing: Implications for older adults in the context of COVID-19. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, *12*(S1), S214.
21. Celal, İ., (2020). Afetlerde Sosyal Savunmasız Bir Grup Olarak Yaşlılar: Covid-19 Örneği. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(9), 184-198.
22. Ragamayi, M. P., (2020). Level of family bonding amond young adults during national lockdown due to Covıd-19. *UGC CARE Journal*, *31*(12), 684-698.
23. Bozkurt, V., (2020). Pandemi döneminde çalişma: ekonomik kaygilar, dijitalleşme ve verimlilik. *Covid-19 Pandemisinin Ekonomik, Toplumsal ve Siyasal Etkileri*, 115-136.
24. https://www.thder.org.tr/uploads/files/thd-covid-2020-2.pdf (E.T. 02.06.2021)
25. Aylaz, R., & Yıldız, Ü. E. (2020). Yeni Koronavirüs Hastalığının Toplum Üzerine Etkileri Ve Hemşirelik Yaklaşımları, 216.
26. Yürük Bal, E., Çelik H., (2020). Covid-19 Salgını ile Mücadelede Hemşirenin Rolü. *Turkiye Klinikleri Hemsirelik Bilimleri*, *12*(2).
27. Dağlı Ayakdaş D, Büyükbayram A, Baysan Arabacı L., (2020). COVID-19 Tanısı Alan Hasta ve Ailesine Psikososyal Yaklaşım. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, *5*(2), 191-195.
28. Demiralp, M., & Oflaz, F., (2007). Bilişsel-davranışçı terapi teknikleri ve psikiyatri hemşireliği uygulaması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *8*(2), 132-139.

PRSB-73

COVID-19 KLİNİKLERİNDE ÇALIŞAN HEMŞİRELER HANGİ ROLLERİ ÜSTLENDİLER?

***Rabia Cemre KAMACI*[1], *Songül KAMIŞLI*[2]**
[1]Ankara Şehir Hastanesi, Nöroloji-Ortopedi Binası, Ankara / Türkiye, E-Posta: kcemre193@gmail.com
[2] Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı / Türkiye, E-Posta: songulkamisli@karatekin.edu.tr

Özet

Hemşireler, 24 saat hasta başı bakım yapan ve tedavi veren, hastalar ve yakınlarıyla en fazla vakit geçiren sağlık meslek grubu olarak pandemi sürecinden çok etkilenmişlerdir. Hemşirelerin profesyonel rolleri arasında yer alan bakım verme ve tedavi, eğitim, araştırma, yönetici, karar verici, savunucu, eşgüdüm sağlayıcı, rehabilite edici, kariyer geliştirici ve danışmanlık rolleri pandemi döneminde ön plana çıkmıştır. Hemşireler, bu rolleri ile bireylerin sağlığını korumak, iyileştirmek ve geliştirmek için pandemi dönemine özgü yeni görevleri bu rollerle birleştirerek pandemi sürecini yönetmeye çalışmışlardır. Hemşireler pandemi sürecinde de dikkatli ve özverili bir şekilde çalışarak birey, aile ve toplum için önemlerini bir kere daha gözler önüne sermişler, üzerlerine aldıkları bu rol ve sorumluluklarla daha görünür olma fırsatı yakalamışlardır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Pandemi, Hemşirelik, Profesyonellik, Rol

WHICH ROLES HAVE TAKEN NURSES WORKING IN COVID-19 CLINICS?

Abstract

Nurses, as the healthcare professional group that provides 24-hour bedside care and treatment, and spends the most time with patients and their relatives, have been greatly affected by the pandemic process. Among the professional roles of nurses, care and treatment, education, research, manager, decision maker, advocate, coordinator, rehabilitator, career developer and consultancy have come to the fore during the pandemic period. With these roles, nurses tried to manage the pandemic process by combining new duties specific to the pandemic period with these roles in order to protect, improve and develop the health of individuals. Nurses have once again demonstrated their importance for the individual, family and society by working carefully

and selflessly during the pandemic process and they have had the opportunity to be more visible with these roles and responsibilities they have assumed.
Key Words: COVID-19, Pandemics, Nursing, Professionalism, Role

Giriş

Pandemi sürecinden en fazla etkilenen sağlık meslek gruplarından birisi hemşireliktir. Pandemi süreci boyunca hemşireler gerek kliniklerde gerekse sahada birey, aile ve toplumun sağlığının korunması, tedavi edilmesi ve rehabilite edilme süreçlerinde oldukça önemli roller üstlenmişlerdir.

Pandemi döneminde hemşirelik mesleğinin danışmanlık, araştırma, eğitici ve bakım gibi profesyonel rolleri de etkilenmiştir. Özellikle COVID-19 kliniklerinde çalışan hemşirelerin profesyonel rolleri de pandemi döneminde ihtiyaç duyulan sağlık hizmetlerine göre şekil almıştır. Hemşirelik mesleği insanların ihtiyaçlarından doğmuştur ve insana, aileye, topluma hizmet vermektedir ve bu nedenle değişen sağlık ihtiyaçları hemşirelik mesleğinin rollerini de etkilemektedir.[1] Modern hemşirelik rolleri arasında temel bakım verme ve tedavi edici rollerin yanı sıra eğitici, araştırıcı, yönetici, hasta savunuculuğu, iletişim ve eşgüdüm sağlayıcı, rehabilite edici, rahatlatıcı, kariyer geliştirici ve danışmanlık rolleri dikkat çekmektedir.[2]

COVID-19 Kliniklerinde Çalışan Hemşirelerin Aldığı Çeşitli roller

Bakım rolü

Hemşirelik mesleğinin temeli hemşirelik bakımıdır.[3] Hemşirelik bakımında; standartlara uygun bir bakım sağlamak son derece önemlidir.[4] COVID-19 salgınında da insan odaklı, bütüncül ve bireyselleştirilmiş bakım esas alınarak hastalara fiziksel, psikolojik ve çevresel değerlendirmeler yapılarak hizmet edilmeye çalışılmıştır.[5] Dünya Sağlık Örgütü ile Hastalık Kontrol ve Korunma Merkezleri tarafından oluşturulan klinik rehberler ve bakım rehberleri ve COVID-19 ile mücadele eden ülkelerin elde ettikleri bilimsel bilgiler ışığında bütüncül bir hemşirelik bakımının sağlanması mümkündür.[5] Salgın öncesi zamanlarda olduğu gibi salgın döneminde de hemşirelik bakımında etkili iletişim, iyi bir bakım ve süreklilik için oldukça önemlidir.[6] Hastaların vital bulgularının dikkatli bir şekilde ölçülüp kaydedilerek değerlendirilmesi gerekmektedir; ateş kontrolü, nabız sayısı, tansiyon değeri, solunum sayısı, kan oksijen değerlerinin (SpO2) takibi ve ağrı varlığındaki değişimler hastanın durumu ve hastalığın seyrine dair önem arz etmektedir. Bu nedenle pandemi kliniklerinde yatan hastaların vital bulgularının sık takibi ve anormal değerlerin tespit edilerek gerekli hemşirelik bakımına başlanması kritik öneme sahiptir. COVID-19 tanılı hastalarda sık aralıklarla ağrı değerlendirmesinin yapılması tanı ve tedaviye yön vericidir.[6]

Hastaların takibinde, eşlik eden kronik hastalıkların varlığı ve COVID-19'a dair belirti ve bulguların kaydedilmesi gerekmektedir. EKG çekimi, doğru ve dikkatli bir şekilde gerçekleştirilerek kaydedilmelidir.[6] Hastalarda basınç yarası takibi yapılmalıdır; basınç yaralanmalarının %90'ı doğru bir risk değerlendirmesi ve uygun hemşirelik girişimlerinin yapılması ile önlenebilmektedir.[6] Venöz tromboembolizmi önlemek için hastanın düşük, orta ya da yüksek risk gruplarından hangisinde olduğuna bakarak hemşirelik girişimleri uygulanmaya başlanmalıdır.[6] Hastalara bu fiziksel bakımın yanı sıra, temel psikososyal bakımın da sağlanması önemlidir. Örneğin hastanın, yatışı boyunca en sık gördüğü kişi olan hemşireler, hastanın fiziksel bakımını yaparken nasıl olduğunu sorarak, herhangi bir şeye ihtiyacı olup olmadığını öğrenerek, tedavisi ile ilgili gelişmeleri hastaya aktararak, hastanın yalnız olmadığını dile getirerek ve ellerinden gelen her şeyi yapacakları güvenini hastaya vererek psikolojik destek sağlamaktadırlar. Özellikle terapötik iletişim ve ilişki kurmayı sağlama, bilgilendirme, baş etme becerisini güçlendirme, sosyal destek sistemlerini harekete geçirme, psikopatoloji riskini ve ileri düzey psikososyal bakım ihtiyacını belirleme hemşirenin psikolojik bakım rolüyle sağladığı en kıymetli hizmetlerden birisidir.[6] Bunların yanı sıra hemşire, birey ile ilk karşılaşmada bireye dair kültürel bir değerlendirme yapmalıdır ve bakımı bireyin kültürüne uygun bir biçimde gerçekleştirmelidir.[7]

Eğitici rolü

Birey, aile ve toplumun sağlığının korunmasında, geliştirilmesinde ve hastalıkların iyileştirilmesinde hemşirelerin eğitici rolü önemli bir yer tutmaktadır ve hemşire, tedavi ve yaşam biçimindeki değişimler ilgili hastaya ve ailesine bilgi vermektedir.[2] Hemşireler, COVID-19 döneminde toplumun sağlığının korunması ve virüsün bulaşma riskinin azalması için topluma eğitim vermektedirler.[8] COVID-19 kliniklerinde çalışan hemşireler, yatışı yapılan hastalara ve onların ailelerine COVID-19'un yayılmaması amacı ile el hijyeni, sosyal mesafe, maske kullanımı, hastane kuralları konusunda eğitim vermektedir. Buna ek olarak hastalıktan korunma yolları, tedavi yöntemleri, bakım ve hastane kurallarına dair eğitimler de vermektedirler. Kliniklerde hemşireler, hastaların bilgi eksikliklerini belirleyerek bu eksikliklere yönelik eğitimler sunarlar.[1]

Araştırma rolü

Araştırmalar yaparak bilimsel bilgilere erişmek, yeni bilimsel bilgiler üretmek ve bunlar ışığında hemşirelik bakımı sağlamak en temel hemşirelik rollerinden biridir.[9] COVID-19'un bulaşmasını önlemek için virüsün tüm bulaşma yollarının bilinmesi gerekmektedir. COVID-19'a dair güncel bilgilerin, tedavi yöntemlerinin, bakım ölçütlerinin araştırılıp bu konuda bilgi edinilmesi bunların hem meslektaşlarla hem de hizmet verilen toplum kesimiyle paylaşılması

önem kazanmış ve hemşireliğin diğer tüm rollerini de etkilemiştir. Pandemi kliniklerinde tedavide kullanılan ve sık değişen tedavi rehberlerinin nedenleri, ilaçların etkileri ve yan etkileri hemşireler tarafından araştırılmakta ve tedaviler daha bilinçli bir şekilde uygulanmaktadır.

Yönetici rolü

Hemşire; bireyin, ailenin ve toplumun sağlığı için bireysel, sosyal ve ekonomik kaynakları tanımlayıp yönetmektedir.[10] COVID-19 kliniklerinde kaynak yönetimi ve personel yönetimi büyük önem arz etmektedir. Pandemi kliniklerine gelen koruyucu ekipmanların doğru yönetimi ve kullanımı yönetici hemşireler tarafından belirlenmiştir.

Karar verici rolü

Bakımın kaliteli ve güvenilir olabilmesi için hemşireler tarafından verilen kararların doğru klinik kararlar olması gerekmektedir.[11] Hemşireler günümüzde rol ve fonksiyonlarının artması nedeniyle daha karmaşık kararlar vererek daha fazla sorumluluk almak durumundadırlar.[12] Hemşirelerin yeterli hemşirelik bakımı için doğru kararlar almada eleştirel düşünmeleri gerekmektedir.[13] COVID-19'da hem ani gelişen durumlarda hem de etik karar vermeyi gerektiren durumlarda pratik bir şekilde doğru kararı vermek hastanın sağlığını doğrudan etkilemektedir ve var olan durum hemşirenin bu konuda kendisini geliştirmesine ivme kazandırmıştır. Yine pandemi kliniklerinde başlanılan tedavilerin saatlerinin planlanmasında, tedavi planının yürütülmesinde karar verici roller almışlardır.

Savunuculuk rolü

Hemşirelerin savunucu rolü, birey, aile veya grup için güvenli bir ortam oluşturma, etik ilkelere göre karar verme, hastaların haklarının devamlılığının sağlanması gibi sorumlulukları içermektedir.[14] Yaşamımızı sadece dışarıda değil, hastanelerde de etkisi altına alan COVID-19 nedeniyle ufak egzersizler için dahi olsa hastaneden dışarıya çıkmanın mümkün olmaması ya da aile bireylerinden uzak kalınması gibi bir çok sınırlayıcı durum olsa dahi var olan hasta hakları bu yeni sınırlar dahilinde korunmalıdır ve savunulmalıdır. Pandemi dönemi ile birlikte hayatımıza giren sınırlamalar bireyin, ailenin ve toplumun sağlığını olumlu yönde etkileyecek sınırlamalardır ve bu sınırlamalar çerçevesinde hastaları savunma rolünü üstlenmişlerdir. Örneğin yabancı uyruklu bir hasta kendi dilinde bilgi almak isteyebilir fakat pandemi sürecinde tercümanların hasta odalarına gelmeleri mümkün olmayabilir. Böyle bir durumda hemşire, hastanın tercüman ile telefon üzerinden görüşmesini sağlayarak hastanın kendi dilinde bilgi almasını sağlamıştır.

Eşgüdüm sağlayıcı rolü

Sağlık ekibi arasında eşgüdüm sağlanması etkili bir iletişimle mümkün olmaktadır. Etkili bir iletişim ve eşgüdüm sağlık sistemini büyük oranda etkileyen bir faktör olup özellikle hastanın

takip ve tedaviye katılımına etkisi oldukça fazladır.[15] Etkili bir iletişim hizmet kalitesini arttırarak güven duygusunu ön plana çıkarmaktadır.[16] Pandemi döneminde hemşireler iletişim kurma ve analitik düşünme yetenekleri sayesinde birçok önemli konuda kilit rol oynamaktadır.[17] Hemşireler eşgüdüm yeteneği ile önemli sorumluluklar almaktadır.[18] COVID-19 kliniklerinde görev yapmakta olan hemşireler özellikle iletişim konusunda büyük bir sorumluluğa sahiptirler. Çünkü tüm dünyanın savaştığı ve yanlış olan birçok bilginin yayıldığı pandemi sürecinde hemşireler, bireylerle kuracakları iletişimle onları rahatlatmakta ve soru sormalarını teşvik ederek hastalığa ve tedaviye dair doğru bilgileri bireylere aktarmaktadırlar. Etkili bir iletişim, bakımı ve tedaviyi de doğrudan etkilemektedir. Hemşireler hastalarıyla kurdukları etkin diyaloglar sayesinde hastalığın seyrine dair bulgular yakalayabilmektedirler. Örneğin hastaya bakım verirken nasıl olduğu sorulduğunda hastanın çekinmeden nefes darlığı hissettiğini ifade etmesi, COVID-19'un hastada akciğer problemine yol açmış olabileceğini gösterebilir ve ekibin bilgilendirilmesi ile tedavi daha etkin bir şekilde planlanabilir.

Rehabilite edici rolü

Hemşirelik mesleği sağlığı korumayı, hastalık gelişmesi durumunda iyileştirmeyi ve rehabilite etmeyi hedefleyen bir meslektir; günümüzde artan sorunlar nedeniyle rehabilitasyon ihtiyacı da artmış olup bu ihtiyacın karşılanmasında hemşireler oldukça önemli bir role sahiptirler.[19] Hastaların fiziksel ve psikolojik durumları değerlendirilerek rehabilitasyon ihtiyaçları ve hangi düzeyde rehabilitasyon almaları gerektikleri tespit edilmektedir.[20] Örneğin hemşireler, pandemi sürecinde taburculuk sonrası yapılması gereken solunum egzersizleri ve fiziksel egzersizler gibi birçok konuda sağladıkları bilgilerle rehabilite edici rolleri ile hastaların bakım kalitesini yükseltmişlerdir.

Tedavi Edici Rolü

Hekim talimatına göre istemi yapılan ilaçların uygulanması, hemşirenin tedavi edici rolü içerisinde yer almaktadır fakat tedavileri hekim talimatına göre uygulamanın yanı sıra; masaj, sıcak ya da soğuk uygulamalar gibi pek çok tedavi edici yöntemi kendi kararları ile uygulayabilen hemşireler tedavi edici rolleri ile hastalığın seyrini olumlu yönde değiştirmektedirler.[1] Her zaman olduğu gibi pandemi sürecinde de hekim istemi ile başlanılan tedavilerin doğru bir şekilde düzenlenmesi ve uygulanması, tedavide eksik veya yanlış uygulamaların olmaması, yan etkilerin takibi ve yönetimi hayati öneme sahiptir. COVID-19 kliniklerinde uygulanan tedaviler bu hastalığa özgü durumdadır ve uygulanan ilaçların etkileri ve yan etkileri hemşireler tarafından ayrıntılı olarak bilinmelidir. Bu süreçte hem hastalığın hem de tedavide kullanılan ilaçların birçok sistemi etkilediği bilindiğinden bunların sıkı takibi

hemşireler tarafından yapılmakta ve aynı zamanda hastalara ve ailelere bu konuda eğitimler verilmektedir.

Kariyer Geliştirici Rolü

Kariyer geliştirme süreci; kariyerin planlanması ve bu planın uygulanması için planın eğitim ve iş yaşantısı ile desteklenmesidir.[21] Kariyer gelişimi mesleki gelişimi de içerisinde barındırmaktadır ve bir eğitim süreci ile mümkündür.[22] Pandemi sürecinin ne kadar süreceği bilinmemekle birlikte bu sürecin başlangıcından beri elde edilen bilgiler ve hastalığa dair alınan eğitimler mesleki gelişimi sağlamakta olup dolaylı olarak hemşirelerin kariyer geliştirici rolüne de katkı sağlamaktadır.

Hastalığa yönelik yapılan araştırmalar ile birlikte sürekli olarak COVID-19' a dair güncel bilgiler elde edilmekte ve bu bilgiler özellikle hastalığa, tedaviye ve bakıma yaklaşımı etkilemektedir. Elde edilen bu bilgiler COVID-19 kliniklerinde çalışan hemşirelerin bilgi birikimlerini arttırmaktadır. Örneğin, klinik araştırmalara katkı veren veya bizzat kendisi araştırma planlayan hemşireler elde ettikleri doğru bilgileri kliniklerdeki hemşirelerin kullanabilmesi için onlarla paylaşarak hem kendi bilgi birikimlerini hem de meslektaşlarının bilgi birikimlerini arttırmaktadırlar. Özellikle bu dönemde enfeksiyon kontrol hemşirelerinin görev ve araştırma sorumlulukları artmış hemşireliğin bu özel dalı ön plana çıkmıştır.

Danışman Rolü

Hemşireler sağlık hizmeti verdikleri her alanda danışmanlık rolü üstlenirler.[23] Pandemi döneminde hemşirelerin danışmanlık rollerinin etkinliği daha da artmıştır çünkü hemşireler bu dönemde yanlış bilgilerin yayılmasını önlemede, bireylerin bilgilendirilmesinde ve hastaların değiştirmeleri gereken davranışları konusunda danışmanlık yaparak kilit rol almışlardır.[8]

COVID-19 salgının ortaya ilk çıktığı günden beri birçok yanlış bilgi yayılmış durumda ve bu yanlış bilgileri tespit ederek doğru bilgilerle değişimini sağlamak hemşirenin de görevleri arasına girmiştir. Danışmanlık rolüyle bireylere verilen bilgiler onların bilgi düzeyini arttırarak hastalığa karşı daha bilinçli olmalarını ve daha doğru adımlar atmalarını sağlamıştır. Hastalığın bulaşma yolları, tedavi süreci, izolasyon süreci, maske kullanımı, sosyal mesafe kuralları ile ilgili birçok bilginin doğru bir şekilde bireylere aktarılması, bireylerin sorularının yanıtlandırılarak yanlış bilgilerinin düzeltilmesi, sigara kullanan bireylere bırakmaları için danışmanlık yapılması bu role örnektir. Pandemi sürecinde yaşanan belirsizlik bireylerde büyük oranda korkuya neden olmuştur ve bu durum da hastalığa ve tedaviye yaklaşımı etkilemiştir. Örneğin izolasyon sürecine dair bireyin sahip olduğu yanlış bilgiler ve belirsizlikler bireyin hastaneye başvurmasını engelleyebilmektedir ve bu durum bireyin hayatını tehlikeye atmaktadır. Hastalığın belirtilerinin tüm yönleri ile bilinmesi ve risk grubunda olan bireylerin

kendilerini koruyabilmesi için bireylere danışmanlık verilmesi, yapılması gereken diğer danışmanlık işlerinden birisidir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Pandemi sürecinde hemşirelik rollerinin bilinmesi ve profesyonellik çerçevesinde bu rollerin gerçekleştirilmesi bakım kalitesini yükselterek sağlığı olumlu yönde etkilemektedir. Hemşireler pandemi sürecinde COVID-19 ile ilgili mevcut ve olası problemleri belirlemişlerdir ve bu problemleri çeşitli roller üstlenerek çözüme kavuşturmaya çalışmışlardır. Hastalar ile en fazla vakit geçiren meslek grubu olan hemşireler pandemi sürecinde üstlendikleri roller ile hastaların yaşamlarına dokunarak bu süreçte kilit rol oynamışlardır. Hemşireler her zaman olduğu gibi uzun zamandır devam eden COVİD-19 pandemisinde de dikkatli ve özverili bir şekilde çalışarak birey, aile ve toplum için önemlerini bir kere daha gözler önüne sermişlerdir. Pandemi sürecini hemşirelerin önemini ortaya koyan bir fırsat olarak değerlendirilmesi ve hemşirelerin profesyonel rollerinin daha fazla konuşulması için pandemi kliniklerinde çalışan hemşirelerin yaptıklarının araştırma kanıtları ile sunulması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Gedük, E.A. (2018). Hemşirelik Mesleğinin Gelişen Rolleri. Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi, 5 (2): 253-258.
2. Taylan, S., Alan, S. & Kadıoğlu, S. (2012). Hemşirelik Rolleri ve Özerklik. Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi, 14(3): 66-74.
3. Dinç, L. (2010). Bakım Kavramı ve Ahlaki Boyutu. Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi, 17(2): 74–82.
4. Gül, Ş. (2019). Bakım Kavramı Işığında Hemşirelik Bakımı ve Etkileyen Faktörler. Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 10(2): 129-134.
5. Baykara, Z.G., Eyüboğlu, G. (2020). COVID-19 Pandemisinde Hemşirelik Bakımı. Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi, Özel Sayı: 9-17.
6. Türk Hemşireler Derneği (2020). COVID-19 Hemşire Eğitim Rehberi ve Bakım Algoritmaları. Erişim adresi: https://www.thder.org.tr/uploads/files/thd-covid-2020-2.pdf Erişim tarihi: 21.12.2020
7. Tanrıverdi, G., Seviğ, Ü., Bayat, M., Birkök, M.C. (2009). Hemşirelik Bakımında Kültürel Özellikleri Tanılama Rehberi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 6(1): 793-806.

8. Çevirme, A., Kurt, A. (2020). COVID-19 Pandemisi ve Hemşirelik Mesleğine Yansımaları. Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, 7(5): 46-52.
9. Ünlü, H., Karadağ, A., Taşkın, L., Terzioğlu, F. (2010). Onkoloji Alanında Çalışan Hemşirelerin Yerine Getirdikleri Rol ve İşlevler. Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi, 1: 13-28.
10. Erdemir, F. (1998). Hemşirenin Rol ve İşlevleri ve Hemşirelik Eğitiminin Felsefesi. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 2(1): 59-63.
11. Sucu, G., Dicle, A. & Saka, O. (2012). Hemşirelikte Klinik Karar Verme, Etkileyen Etmenler ve Karar Verme Modelleri. Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 9 (1): 52-60.
12. Gül, Ş., Aşiret, G.D., Kahraman, B.B., Devrez, N., Büken, N.Ö. (2013). Etik Dersi Alan ve Almayan Hemşirelik Öğrencilerinin Etik Karar Verebilme Düzeylerinin İncelenmesi. Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi, 15(1): 23-31.
13. Akça, N.K., Taşçı, S. (2009). Hemşirelik Eğitimi ve Eleştirel Düşünme. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 5(2): 187-196.
14. Ardahan, M. (2003). Hemşirelerin Savunucu Rolü. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 7(2): 23-27.
15. Başol, E. (2018). Hasta İle Sağlık Çalışanları (Doktor ve Hemşire) Arasındaki İletişim Sorunları ve Çözüm Önerileri. International Anatolia Academic Online Journal Social Sciences Journal, 4(1): 76-93.
16. Bayraktaroğlu, T., Fidan, E. (2020). Kriz ve Pandemide Hemşirelik Hizmetleri Önerileri. Batı Karadeniz Tıp Dergisi, 4(2): 44-50.
17. Baykal, Ü., Türkmen, E., Alan, H., Başulaş, Ç.Y., Göktepe , N., Gümüş, E., Güngör, S., Serbest, Ş., Seren, A.K.H., Şen, H.T., Şen, S., Tekin, D.E. (2020). Türkiye'de COVID-19 Salgını: Kriz Yönetiminde Yönetici Hemşirelerin Deneyimleri ve Yönetici Hemşireler Derneği'nin Faaliyetleri. Koç Üniversitesi, Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 17(3): 290-293.
18. Söylemez, G.K., Aşılar, R.H. (2019). Kronik Hastalıklarda Bakımın Yönetimi ve Hemşirelik. Ankara: Türkiye Klinikleri: 27-34.

19. Akdemir, N., Akkuş, Y. (2006). Rehabilitasyon ve Hemşirelik. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 13(1): 82-91.

20. Akpınar, N.B., Ceran, M.A. (2019). Kronik Hastalıklar ve Rehabilitasyon Hemşireliği. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 3(1): 79-91.

21. Sevinç, E., Sabuncu, N. (2018). Kariyer Planlama ve Geliştirme Uygulamalarına İlişkin Bir Özel Hastanede Çalışan Hemşirelerin Görüşleri. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, (6): 585-606.

22. Karadaş, A., Duran, S. & Kaynak, S. (2017). Hemşirelik Öğrencilerinin Kariyer Planlamaya Yönelik Görüşlerinin Belirlenmesi. Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 8(1): 1-8.

23. Güvenç, G., Akyüz, A., & Seven, M. (2012). Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Human Papilloma Virüs Enfeksiyonu ve Aşıları İle İlgili Bilgi ve Tutumlarının Belirlenmesi. Gülhane Tıp Dergisi, 54(2): 104-110.

PRSB-74

HEMODİYALİZ HASTALARININ COVİD-19 DÖNEMİNDE YAŞADIKLARI RUHSAL SORUNLAR*

Mehtap KAVURMAC[I1], Nazlı KOŞUNALP[2]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye,

E-Posta: mehtap.kavurmaci@atauni.edu.tr

[2] Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta: nazlikosunalp@gmail.com

Özet

Çin'in Wuhan kentinde Aralık 2019'da başlayan ve dünyanın diğer bölgelerine de hızla yayılan COVID-19 salgını küresel bir sağlık tehdidi olarak görülmektedir. Ateş, öksürük ve nefes darlığı gibi belirtileri olan Covid-19, Türkiye'de ilk olarak 11 Mart'ta tespit edilmiştir. Bu salgının ardından dünya genelinde yaşanan vaka sayılarının fazlalığı ve hızlı ölümler toplumda korku ve psikolojik sorunların görülmesine neden olmuştur. Özellikle kronik hastalığa sahip olan yaşlı popülasyonun daha fazla risk altında olması bu gruptaki bireylerde anksiyete, depresyon, kaygı, ölüm korkusu gibi pek çok psikolojik soruna neden olmuştur.

Kronik Böbrek Yetmezliği (KBY) nedeniyle hemodiyaliz (HD) tedavisi alan hastalar hem diyabet, hipertansiyon, kalp yetmezliği, anemi gibi birden fazla kronik hastalığa sahip olmaları, hem de çoğunun 65 yaş üstünde olmaları nedeni ile COVİD 19 salgılının da riskli gruplardan biridir. Bunların yanı sıra Hemodiyaliz hastalarının pandemi süresince de haftada en az iki kere hastaneye giderek hemodiyaliz tedavisine devam etme zorunluluğunun olması bu grubu daha riskli hale getirmiştir ve hastaların ruh sağlıkları bu durumdan olumsuz yönde etkilenmiştir.

Bu derleme hemodiyaliz hastalarının COVID 19 döneminde yaşadıkları ruhsal sorunları değerlendirmek amacı ile hazırlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Hemodiyaliz, COVID-19, Ruhsal sorunlar.

MENTAL PROBLEMS EXPERIENCED BY HEMODIALYSIS PATIENTS DURING THE COVID-19 PERIOD

Abstract

The COVID-19 epidemic, which started in Wuhan, China in December 2019 and spread rapidly to other parts of the world, is seen as a global health threat. Covid-19, which has symptoms such as fever, cough and shortness of breath, was first detected on March 11 in Turkey. After this epidemic, the high number of cases worldwide and the rapid deaths caused fear and psychological problems in the society. The fact that the elderly population with chronic diseases

is at higher risk has caused many psychological problems such as anxiety, depression, anxiety and fear of death in this group.

Patients receiving hemodialysis (HD) treatment for Chronic Kidney Failure (CRF) are one of the risky groups in the COVID-19 epidemic, as they have more than one chronic disease such as diabetes, hypertension, heart failure, and anemia, and most of them are over 65 years old. In addition, the fact that hemodialysis patients have to go to the hospital at least twice a week and continue hemodialysis treatment during the pandemic has made this group more risky and the mental health of the patients were adversely affected by this situation.

This review was prepared to evaluate the mental problems experienced by hemodialysis patients during the COVID 19 period.

Key Words: Hemodialysis, COVID-19, Mental problems

*** Bu araştırma Atatürk Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri (BAP) Yönetim Birimince desteklenmiştir (TYL-2021-9304).**

GİRİŞ VE AMAÇ

COVID-19 adı verilen koronavirüs hastalığı, yeni keşfedilen bir bulaşıcı hastalık türüdür ve hızla bütün dünyaya yayılmıştır. 16 Mayıs 2020 itibariyle DSÖ'ye bildirilen 4.425.485 onaylanmış COVID-19 vakası bulunmaktadır ve bu sayısı her geçen gün artmaya devam etmektedir.[1-3] Bu hastalık soğuk algınlığından Orta Doğu Solunum Sendromu (MERS-CoV) ve Şiddetli Akut Solunum Sendromu (SARS) olarak bilinen çeşitli hastalıklara neden olabilen geniş bir ailedir. Covid-19 sadece tıbbi bir sağlık sorunu değil, aynı zamanda toplum ruh sağlığı içinde ciddi bir tehdittir. Salgın bireylerin fiziksel sağlığını bozmanın yanı sıra tüm insanlığın ruh sağlığını ve refahını da etkilemiştir. Özellikle uygulanan sokağa çıkma yasakları ve sosyal mesafe kuralları toplumda her yaş grubundaki bireylerin ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemiştir.[4]COVID-19 salgını, panik atak, anksiyete/depresyon gibi çok çeşitli ruhsal sorunları da beraberinde getirmiştir. Dünyada ve ülkemizde bu küresel salgının tıbbi ve fizyolojik etkilerini araştıran pek çok çalışma bulunmakla birlikte salgının korku ve anksiyete üzerine etkisini belirlemeye yönelik yapılmış çalışma sayısı oldukça sınırlıdır.[5,6]

Küresel medyanın, yerel ve uluslararası sağlık kuruluşlarının, epidemiyologların, virologların ve ilgili diğer uzman ve kurumların COVID-19'un yayılımı ve yarattığı ölümler hakkında verdiği ürkütücü bilgiler toplumdaki korku ve kaygıyı giderek arttırmaktadır. Bunula beraber COVID-19'un küresel ruh sağlığı üzerindeki olası olumsuz etkileri, ve toplumu bu olumsuz etkilerden korumaya yönelik alınması gereken tedbirler halen ihmal edilmektedir.[7,8]

Kronik böbrek hastalığı (KBH), değişik etiyolojilere bağlı olarak böbrek işlevlerinde ilerleyici bozulmalar sonucu glomerüler filtrasyon hızının (GFH) azalmaya başladığı, dünyada ve ülkemizde çok yaygın görülen bir sağlık sorunudur. KBY tanısı alan hastalara yaşamı koruyucu çeşitli renal replasman tedavisi (RRT) uygulanmaktadır. Uygulanan en yaygın RRT yöntemi hemodiyaliz (HD) dir. HD tedavisi hastadan alınan kandaki sıvı solüt içeriğinin hemodiyaliz makinesi yardımı ile yeniden düzenlenmesidir. HD işleminin yapılabilmesi için hastaların haftada 2-3 gün hastaneye giderek yaklaşık 3-4 saat HD makinasına bağlı kalması gerekmektedir.[9]

HD hastalarının daha ileri olan yaşları, sık hemodiyaliz ünitelerine gitmek ve kalabalık ortamda bulunmak zorunda kalmaları, KBH yanı sıra diyabet, hipertansiyon, kalp yetmezliği, anemi gibi altta yatan birçok kronik hastalığa sahip olmaları ve böbrek yetmezliğinin immün sistem üzerindeki olumsuz etkisi nedeniyle COVİD-19 enfeksiyonu açısından da riskli bir gruptur ve HD merkezleri de salgın riskinin yüksek olduğu üniteler arasında kabul edilmektedir.[10] Ayrıca yapılan çalışmalarda genel popülasyona göre HD hastalarında zatürre gelişme riskinin daha fazla olduğu bildirilmektedir.[11-13]

Bu bilgiler ışığında riskli grup olan böbrek yetmezliği hastalarının salgın sürecinde tedavi ve takiplerinin nasıl yapılacağı konusunda ulusal ve uluslararası nefroloji dernekleri rehberler yayınlamış ve önerilerde bulunmuştur.[14]

Alınan tedbirler ve hazırlanan kılavuzlara rağmen Covid-19 salgını hem toplumda hem de hemodiyaliz hastaları arasında korku ve psikolojik sorunların görülmesine neden olmaya devam etmektedir. Bu derleme hemodiyaliz hastalarının COVID-19 döneminde yaşadıkları ruhsal sorunları değerlendirmek amacı ile hazırlanmıştır.

COVID 19'un Psikolojik Etkileri ile İlgili Yapılan Çalışma Sonuçları

Ölümcül hastalık riski taşıyan COVID-19 Salgını sonrası akut stres tepkisi olarak tanımlanan birtakım psikolojik belirtilerin görülmesi 'olağanüstü duruma gösterilen olağan tepkiler' olarak tanımlanmaktadır. Bu durum bireylerde değişen derecelerde anksiyete, depresyon, korku, şok, öfke, çaresizlik, kendisine veya sevdiklerine virüs bulaşacağı, hasta olacağı veya öleceği düşüncesi, COVID-19 Salgınını hatırlatan uyaranlardan kaçma/kaçınma, sosyal geri çekilme, güvensizlik, şüphecilik gibi pek çok psikolojik soruna sebep olmaktadır.

Pandemi döneminde Çin'de ve dünyanın farklı ülkelerinde genel halk, sağlık personeli, çocuklar, öğrenciler, yaşlılar gibi farklı gruplarda Covid-19 salgınının psikolojik etkilerini belirlemeye yönelik bazı çalışmalar yapılmış ve toplum ruh sağlığının salgından olumsuz yönde etkilendiği saptanmıştır. [15-18]

İranda yapılan bir çalışmada ise genel olarak toplumunun kaygı düzeyininin araştırılğı ve kadınlarda, COVID-19 ile ilgili haberleri daha fazla takip eden kişilerde, 21-40 yaş grubunda ve COVID-19 hastalığına yakalanan en az bir aile üyesi, akraba veya arkadaşı olan kişilerde kaygı düzeyinin daha yüksek olduğunu saptamıştır.[19]

Ozamiz-Etxebarria et al. (2020), pandemi düneminde İspanya'da yetişkin bireylerin anksiyete, stres ve depresyon düzeylerini incelemiş ve evde kalma emri verildikten sonra bireylerde daha yüksek oranlarda psikolojik semptomların görüldüğünü belirlemiştir.[20]

Shevlin et. al. (2020), İngiltere'de genel popülasyon üzerinde yaptıkları çalışmada pandemi düneminde yüksek düzeyde anksiyete, depresyon ve travma semptomları geliştiğini bildirmiştir.[21]

Covid-19'un kronik hastalığa sahip özel hasta gruplarında yol açtığı psikolojik sorunları inceleyen çalışma sayısı oldukça azdır. Hajure ve ark. (2020) Covid 19 salgınının kronik hastalığı olan bireylerde % 55,7 oranında depresyon, %61,8 oranında kaygıya neden olduğunu saptanmıştır.[22] Kara ve ark. (2020) ise Covid-19 Salgınının renal transplantlı hastaların kaygı düzeylerine etkisini araştırdıkları çalışmalarında bütün hastaların değişen oranlarda anksiyete yaşadığını saptamıştır.[23]

Literatürde Covid-19 döneminde diyaliz ünitelerinde alınması gereken önlemler ve hemodiyaliz hastasının bakımı ve yönetimi ile ilgili yazılmış sınırlı sayıda derleme bulunmaktadır.[24-27] Hazırlanan bu rehberler salgın hastalıkla mücadele sırasında, tedavisine ara verilemeyecek hasta gruplarından olan hemodiyaliz hastalarının hem enfeksiyondan korunması, hem de tedavilerinin aksatılmadan sürdürülebilmesinde yol gösterici olmuştur. Öte yandan bu rehberlerde hastaların COVID-19 enfeksiyonu nedeni ile yaşadıkları ya da yaşamaları muhtemel olan ruhsal sorunlarına yönelik önlemlerin yer alamadığı ve hastaların ruh sağlıklarının göz ardı edildiği görülmektedir.

Literatürde Hemodiyaliz Hastalarının Covid-19'a döneminde yaşadıkları ruhsal sorunların değerlendirildiği çalışma sayısı ise yok denecek kadar azdır. Yang ve ark. (2019) Koronavirüs Hastalığı Paniği Sırasında Hemodiyaliz Gören Çinli Hastaların Psikolojik Profillerini inceledikleri çalışmalarında hastalarda %45.8 oranında psikolojik morbidite görüldüğünü saptamıştır.[28]

Naamani ve ark. (2021) ise covid-19 döneminde hemodiyalize giren hastaların %53,7'sinin yorgunluk, %43,9'unun anksiyete ,%33,3'ünün depresyon ve %56,9'unun uykusuzluk sorunu yaşadığını saptamıştır.[29]

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu sonuçlar hemodiyaliz hastalarının COVID-19 enfeksiyonunun neden olduğu ruhsal sorunlardan korunmaları için önlemler alınması gerektiğini göstermekledir. Bu amaçla öncelikle hemodiyaliz hastalarının Covid-19 yönelik korkularının, yaşadıkları ruhsal sorunların ve covid-19 dan korunmak için neler yaptıklarının belirlenmesine yönelik çalışmaların yapılması gerekmektedir. Yapılacak bu çalışma sonuçları doğrultusunda hastaların psikolojilerini korumaya yönelik yeni stratejiler geliştirilmelidir. Salgın dönemlerinde her ne kadar korku ve korkunun yol açtığı bazı psikolojik sonuçlar bir dereceye göz ardı edilebilir olsa da salgının etkilerini azaltmak ve hastaların ruhsal sağlığını korumak için koruyucu müdahale programlarının çeşitlendirilerek hayata geçirilmesi önem arz etmektedir.

KAYNAKÇA

1. Zhu H., Wei L., Niu P., (2020). The Novel Coronavirus Outbreak İn Wuhan, China. Global Health Research And Policy, 5(6): 1-3.
2. Lee S. A., (2020). Coronavirus Anxiety Scale: A Brief Mental Health Screener For COVID-19 Related Anxiety. Death Studies, 44(7): 393–401. https://doi.org/10.1080/07481187.2020.174848116
3. Covidvisualizer., (2020, May 20). Covid-19 Visualizer. https:// www.covidvisualizer.com
4. World Health Organization., (2020b). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Situation Report, 117.
5. Lee S. A., (2020). How Much "Thinking" About COVID-19 İs Clinically Dysfunctional? Brain, Behavior, And Immunity, 87: 97-98 https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.067
6. Evren C., Evren B., Dalbudak E., Topcu M., Kutlu N., (2020). Measuring Anxiety Related To COVID-19: A Turkish Validation Study Of The Coronavirus Anxiety Scale. Death Studies (In Press), https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1774969
7. Tanrıverdi MH, Karadağ A, Hatipoğlu EŞ., (2010). Chronic Renal Failure. Konuralp Medical Journal, 2(2): 27-32.
8. Tang B., Li S., Xiong Y., Tian M., Yu J., Xu L., Zhang L., Li Z., Ma J., Wen F., Feng F., Liang X., Shi W., and Liu S., (May/June 2020). COVID-19 Pneumonia İn A Hemodialysis Patient. Kidney Med, 2(3): 354-358.
9. Wang R., Liao C., He H., Hu C., Wei Z., Hong Z., Zhang C., Liao M., and Shui H., (July2020). COVID-19 İn Hemodialysis Patients: A Report Of 5 Cases. AJKD, 76(1): 141-143.
10. Li J., Xu G., (2020). Lessons From The Experience İn Wuhan To Reduce Risk Of COVİD-19 Infection İn Patients Undergoing Long-Term Hemodialysis. Clin J Am Soc Nephrol. Apr 2. Pii CJN, 12(S1):383-385. 0320320. doi:10.2215/CJN.03420320
11. Ikizler A., (2020). COVID-19 And Dialysis Units: What Do We Know Now And What Should We Do?. Am J Kidney Dis, 76(1): 1-3.
12. Asmundson G. J. G., Taylor S., (2020). How Health Anxiety İnfluences Responses To Viral Outbreaks Like COVID-19: What All Decision-Makers, Health Authorities, And Health Care Professionals Need To Know. Journal Of Anxiety Disorders, Apr;71:102211. https://dx.doi.org/10.1016%2Fj.janxdis.2020.102211

13. Cao W., Fang Z., Hou G., Han M., Xu X., Dong J., Zheng J., (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in china. Psychiatry Research, 287: 112934. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934
14. Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği COVID-19 Komisyonu COVID-19 Koronavirüs Hastalığı Rehberleri) (American Society of Nephrology Information for Screening and Management of COVID-19 in the Outpatient Dialysis Facility Release Date: March 4, 2020. https://www.asn-online.org/ntds
15. Chew N. W., Lee G. K., Tan B. Y., Jing M., Goh Y., Ngiam N. J., Yeo L. L., Ahmad A., Khan A. A., Shanmugam G. N., Sharma A. K., Komalkumar R., Meenakshi P., Shah K., Patel B., Chan B. P., Sunny S., Chandra B., Ong J. J., Paliwal P. R., Wong L. Y., Sagayanathan R., Chen J. T., Alison Ying Ying Ng, Teoh H. L., Tsivgoulis G., Ho C. S., Ho R. C., & Sharma, V. K., (2020). A Multinational, Multicentre Study On The Psychological Outcomes And Associated Physical Symptoms Amongst Healthcare Workers During COVID-19 Outbreak. Brain, Behavior, And İmmunity, 88: 559-565. https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.049
16. Huang Y., Zhao N., (2020). Generalized Anxiety Disorder, Depressive Symptoms And Sleep Quality During COVID-19 Outbreak İn China: A Web-Based Cross-Sectional Survey. Psychiatry Research, 288: 112954. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954
17. Moghanibashi-Mansourieh A., (2020). Assessing The Anxiety Level Of Iranian General Population During COVID-19 Outbreak. Asian Journal Of Psychiatry, 51: 102076. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102076
18. Ozamiz-Etxebarria N., Dosil-Santamaria M., Picaza-Gorrochategui M., Idoiaga-Mondragon N., (2020). Stress, Anxiety, And Depression Levels İn The İnitial Stage Of The COVID-19 Outbreakin A Population Sample İn The Northern Spain. Cadernos De Saúde Pública, 36(4):e00054020. https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020
19. Shevlin M., McBride O., Murphy J., Miller J. G., Hartman T. K., Levita L., Mason L., Martinez A. P., McKay R., Stocks T. V. A., Bennett K. M., Hyland P., Karatzias T., Bentall R.P., (2020). Anxiety, Depression, Traumatic Stress, And COVID-19 Related Anxiety İn The UK General Population During The COVID-19 Pandemic, 6(6): e125. doi: 10.1192 / bjo.2020.109. https://psyarxiv.com/hb6nq/download/?format=pdf
20. Özdin S., Bayrak Özdin, Ş., (2020). Levels And Predictors Of Anxiety, Depression And Health Anxiety During COVID-19 Pandemic İn Turkish Society: The İmportance Of Gender. International Journal Of Social Psychiatry, 66(5): 504-511. 0020764020927051. https://doi.org/10.1177%2F0020764020927051
21. Satici B., Gocet-Tekin E., Deniz M. E., Satici S. A., (2020). Adaptation Of The Fear Of COVID- 19 Scale: Its Association With Psychological Distress And Life Satisfaction İn Turkey. International Journal Of Mental Health And Addiction, 1-9. https://doi.org/10.1007/s11469-020-00294-0
22. Hajure M., Tariku M., Mohammedhussein M., Dule A., (2020). Depression, Anxiety And Associated Factors Among Chronic Medical Patients Amid COVID-19 Pandemic İn Mettu Karl Referral Hospital, Mettu, Ethiopia, 2020. Neuropsychiatr Dis Treat., 16:2511-8. doi:10. 2147/NDT. S281995
23. Kara1 O.D., Zorlu B.P., Kutlu A., Bekiroğlu Yılmaz E., Devrim F., Koç B., Dur Ö., Dinçe N., (2020). Covid-19 Salgınında Renal Transplantlı Hastaların Kaygı Düzeylerinin ve

Psikolojik Dayanıklılıklarının Sağlık Davranışları Üzerine Etkisi. Pediatr Pract Res, 8(3): 69-74. 10.21765/pprjournal.842702
24. Sarıgöl Ordin. Y., (2020). Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği COVID-19 Komisyonu COVID-19 Koronavirüs Hastalığı Rehberleri 15(2):131-203. https://doi.org/10.47565/ndthdt.2020.15
25. American Society of Nephrology Information for Screening and Management of COVID-19 in the Outpatient Dialysis Facility Release Date: March 4, 2020. https://www.asn-online.org/ntds
26. Naicker S., Yang CW., Hwang SJ., Liu BC., Chen JH., Jha V., (2020). The Novel Coronavirus 2019 Epidemic and Kidneys, Kidney International, 97(5):824-828. doi: https://doi.org/10.1016/j.kint.2020.03.001.)(https://www.readcube.com/articles/10.18521%2Fktd.763373)
27. Bayrakçı N., Özkan G., (2020). Covıd-19 Pandemisinde Nefroloji Kliniklerinin Yönetimi. Namık Kemal Medical Journal, 8(3):570-578. https://doi.org/10.37696/nkmj.771790
28. Yang Z.H., Pan X. T., Chen Y., Wang L., Chen Q. X., Zhu Y., Zhu Y. J., Chen Y. X., and Chen X. N., (2021). Psychological Profiles of Chinese Patients With Hemodialysis During the Panic of Coronavirus Disease 2019. Front Psychiatry, 12:616016. doi: 10.3389/fpsyt.2021.616016. PMID: 33746793; PMCID: PMC7965959.
29. Al Naamani, Z., Gormley, K., Noble, H. et al. (2021). Fatigue, Anxiety, Depression And Sleep Quality İn Patients Undergoing Haemodialysis. BMC Nephrol, 22:157 https://doi.org/10.1186/s12882-021-02349-3

PRSB-75

COVID-19 PANDEMİSİNDE YAŞLI BİREYLERİN RUH SAĞLIĞI VE YAŞADIKLARI PSİKOSOSYAL SORUNLAR

Çiçek EDİZ [1], Derya YANIK[2]

[1] Hakkari Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Hakkari/Türkiye, E posta: cicekediz@hotmail.com

[2]Batman Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü, Batman/Türkiye, E posta: d.oruclu@hotmail.com

Özet

2020 yılının ilk yarısından itibaren milyonlarca insanın sağlığını tehdit eden COVID-19 salgını, özellikle yaşlı bireylerde ciddi komplikasyonların yaşanmasına ve beraberinde ölüm gelişme riskinin artmasına neden olmakta ve devamında ülkelerin bir dizi koruyucu sosyal izolasyon önlemlerine başvurmalarına yol açmaktadır. Gerek ulusal gerekse de uluslararası toplumlar için temel odak noktası COVID-19 salgınını önleme ve yayılmasını yavaşlatma çabaları üzerine konumlandırılmakla birlikte, sosyal izolasyonun olumsuz ruhsal ve psiko-sosyokültürel sonuçlarının arka planda tutulduğu yaklaşımı araştırmacılar tarafından sıklıkla vurgulamaktadır. COVİD-19 salgını sürecinde, savunmasız grup olarak nitelenen ve mortalite oranının yüksek olduğu yaşlılarda ciddi zihinsel problemlerin gözlemlendiği ifade edilmektedir. Bu problemler arasında süreç kaynaklı kaygı, stres ve ölüm korkusu düzeyinin artması, çaresizlik, güçsüzlük, yalnızlık, umutsuzluk, işe yaramazlık, isteksizlik gibi olumsuz duyguların gelişmesi ve depresif belirtilerin görülmesi yer almaktadır. Ayrıca COVID-19 salgınının neden olduğu normal yaşam tarzındaki bozulmalar (daha düşük özgürlük, finansal kayıplar, hareketsizlik, uyku bozukluğu, sağlıksız beslenme vb.), yaşlı bireylerin fiziksel ve sosyal temaslarının zayıflamasına neden olmakta ve bu durum düşük duygusal refah ve psikososyal sorunlar için ana risk faktörleri olarak nitelendirilmektedir. Bu doğrultuda COVID-19 pandemisinin psikososyal etkilerinin, fiziksel ve sosyal hareketsizlik, daha düşük uyku kalitesi ve sağlıksız beslenme gibi davranışlarla ilişkili olduğu göz önüne alındığında, psikososyal destek ihtiyacının yaşlı insanlar için oldukça önem kazandığı anlaşılmaktadır. Ayrıca sürdürülebilir bir müdahale yaklaşımı sağlamak için gelecekteki araştırmalar, COVID-

19 pandemisinin ruh sağlığı üzerindeki uzun vadeli etkisini araştırmalı ve karantinadan sonra psikososyal sorunların hangi bileşenlerinin devam edebileceğini belirlemelidir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, pandemi, yaşlı, ruh sağlığı, psikosoyal sorunlar

MENTAL HEALTH OF ELDERLY INDIVIDUALS AND THEIR PSYCHOSOCIAL PROBLEMS IN THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

The COVID-19 pandemic, which has threatened the health of millions of people since the first half of 2020, causes serious complications and an increased risk of death, especially in elderly individuals, and therefore causes countries to resort to a series of protective social isolation measures. Although the main focus for both national and international societies are on efforts to prevent and slow the spread of COVID-19 pandemic, the negative mental and psycho-sociocultural consequences caused by social isolation basically remain in the background, which is often emphasized by researchers. During the COVID-19 pandemic, it is stated that serious mental problems are observed in elderly people who are described as the vulnerable group and have a high mortality rate. Among these problems, there is an increase in the level of anxiety, stress and fear of death due to the process, the development of negative emotions such as helplessness, powerlessness, loneliness, hopelessness, uselessness, reluctance, and the appearance of depressive symptoms. In addition, disruptions in normal lifestyles caused by the COVID-19 pandemic lead to weakening of physical and social contacts of elderly individuals (such as lower freedoms, financial losses, inactivity, sleep disturbance, unhealthy nutrition etc.) and this situation is characterized as the main risk factors for low emotional well-being and psychosocial problems. In this respect, considering the psychosocial effects of the COVID-19 pandemic are associated with behaviours such as physical and social inactivity, lower sleep quality and unhealthy nutrition, it is understood that the need for psychosocial support is very important for elderly people. Moreover, to provide a sustainable intervention approach, future research should explore the long-term impact of the COVID-19 pandemic on mental health and identify which components of psychosocial problems may persist after quarantine.

Key Words: COVID-19, pandemics, elderly, mental health, psychosocial problems

GİRİŞ VE AMAÇ

Yeni koronavirüs hastalığı (COVID-19) ilk olarak Çin'in Wuhan kentinde, Aralık 2019 tarihinde ortaya çıktı. Daha sonra Mart 2020 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından küresel bir salgın olarak ilan edildi.[1] Milyonlarca kişinin sağlığını tehdit eden COVID-19 salgınının oldukça bulaşıcı yapısı nedeniyle bu salgına karşı, dünya çapındaki ülkeler tarafından COVID-19'un yayılmasını engellemek için bir dizi halk sağlığı ve sosyal izolasyon önlemleri uygulandı. Özellikle yaşlı bireylerde, nispeten zayıf bağışıklık sistemleri ve genç bireylere kıyasla artan tıbbi komorbidite sayıları göz önüne alındığında, virüsle ilgili ciddi komplikasyonlar ve ölüm gelişme riskinin daha yüksek olması nedeniyle COVID-19'dan korumak için daha katı ve daha uzun süreli sosyal izolasyon önlemleri uygulandı. [2]

COVID-19'u önleme ve yayılmasını yavaşlatma çabaları ana odak noktası iken, sosyal izolasyonun olumsuz ruhsal ve psiko-sosyokültürel sonuçlarını önleme çabaları arka planda kalmaktadır.[3, 4] Son zamanlarda, COVID-19 pandemisi sırasında sosyal mesafenin psikolojik etkileri titizlikle tartışılmaktadır. [5, 6, 7] Şuanda çoğu çabanın COVID-19 enfeksiyonlarını anlamaya ve tedavi etmeye kanalize edilmesiyle, ruh sağlığı etkileri başlangıçta gözden kaçırıldı ve COVID-19'un ikincil bir sağlık sorunu olarak ortaya çıktı. [8] Bu nedenle bu derlemede, Covid-19 pandemisinde yaşlı ruh sağlığı ve psikososyal destek ihtiyaçlarına değinilecektir.

COVİD- 19 Pandemisinde Yaşlı Ruh Sağlığı

Salgını durdurmak için dünya çapında hükümetler tarafından uygulanan sosyal mesafe ve kendi kendine tecrit gibi sıkı önleme tedbirleri yaşlı yetişkinlere katı bir şekilde empoze ediliyor. [9] Bu tür sert önlemlerin yaşlılarda sağlık ve psikososyal iyilik hali üzerinde doğrudan ve dolaylı birçok etkisi olabilir. Örneğin, daha önce mobil olan ancak şimdi eve bağlı olan yaşlı bireyler, kırılganlık geliştirme riski altındadır. [10] COVİD-19 sürecinde, enfeksiyonun fizyolojik etkileri karşısında savunmasız grup olarak nitelenen ve mortalite oranının yüksek olduğu yaşlılarda süreç kaynaklı kaygı, stres ve ölüm korkusu düzeyinin arttığı, çaresizlik, güçsüzlük, yalnızlık, umutsuzluk, işe yaramazlık, isteksizlik gibi olumsuz duyguların geliştiği ve depresif belirtilerin görüldüğüne işaret edilmektedir. [11, 12, 13] Kötü ruh sağlığı sonuçları ve karantina ile ilişkili stres faktörleri arasında daha uzun karantina süreleri, hayal kırıklığı ve can sıkıntısı, yetersiz bilgi, yetersiz malzeme ve enfeksiyon korkusu gibi faktörler yer alır ve bunların çoğu orantısız olarak yaşlı insanları etkiler. Bununla birlikte, karantina, bu popülasyondaki depresyon ve anksiyete semptomlarında önemli bir artışla ilişkilendirilmiştir. [14] Ayrıca DSÖ, izolasyondaki yaşlı

yetişkinlerin COVID-19 salgını sırasında veya izolasyondayken daha endişeli, öfkeli, stresli, ajite ve içine kapanık hale gelebileceğini öne sürmektedir. [15]

Pandemik bir sosyal tecrit ortamında yaşlı insanlar, toplumdan kopukluk hissi, fiziksel mesafe ve olağan sosyal fırsatların kaybının yanı sıra daha fazla endişe ve depresyon riski nedeniyle intihara karşı da özellikle savunmasız olabilirler. [16] Bu durum, yaşlıların kaynak tahsisi nedeniyle ihtiyaç duydukları sağlık hizmetini alamayabileceklerinin açık bilgisi ile toplum için değersiz veya külfetli hissetmekle birleşebilir. [17] Pandemi sırasında, bu algılar, zaten toplum ve aileleri üzerinde kendini bir yük olarak hisseden yaşlı bireylerde depresyonu ve/veya kendine zarar verme davranışlarını artırabilir. [18, 19] Benzer bir salgın olan 2003'teki şiddetli akut solunum sendromu (SARS) salgınını takiben, yaşlılarda intihar oranlarının Hong Kong'da önemli ölçüde arttığı gösterildi ve bu nedenle o süreçte yaşlı bireylerin ruh sağlığını geliştirme ihtiyacı doğdu. [20] Yaşlı bireylerin artan fiziksel ve ruhsal sağlık açıkları nedeniyle yüksek risk grubu olduğu düşünüldüğünde yaşlı bireyler arasında COVID-19 ile ilgili psikolojik sıkıntıyı keşfetmek için daha fazla çaba ve dikkat gösterilmelidir. [21]

COVID- 19 Pandemisinde Yaşlı Bireylerin Yaşadıkları Psikososyal Sorunlar

Sosyal izolasyon, azaltılmış sosyal ağ boyutunun ve sosyal temasın yetersizliğinin nesnel ve ölçülebilir bir yansımasıdır. Sosyal ilişkiler, insan refahının merkezinde yer alır ve sağlığın korunmasında kritik bir rol oynar. Ekonomik kaynakların azalması, hareket kabiliyetinin bozulması ve sosyal ilişkilerin sınırlandırılması özellikle yaşlılarda özel bir sorundur. [22, 23] COVID-19 salgını sırasında yaşlı bireylerin normal yaşam tarzlarının (daha düşük özgürlükler, finansal kayıplar, hareketsizlik, uyku bozukluğu, sağlıksız beslenme vb.) bozulmasıyla fiziksel ve sosyal temasların zayıflaması, düşük duygusal refah ve ruhsal bozukluklar için ana risk faktörleri olarak öne sürülmüştür. [15, 24] Yaşlı bireylerin, salgın haricindeki rutin yaşamlarında da yalnızlık ve sosyal izolasyondan önemli ölçüde etkilendikleri, izolasyonun ve sosyal destek azlığının yaşlı bireylerde depresyon ve özkıyımla ilişkili olduğu çeşitli çalışmalarda bildirilmektedir. [25] Diğer taraftan, tek başına yaşayan ve sosyal medya kullanımına aşina olmayan yaşlılar haberleri takip etmekte ve bilgi sahibi olmakta geri kalabilmekte ve çevrimiçi sağlık hizmetlerine, özellikle de yalnızlığı azaltmada faydalı olabilecek ruhsal destek hatlarına ulaşmakta güçlük çekebilmektedirler. Huzurevleri ve bakımevleri için önerilen ziyaretçi yasağı, ortak alanların kullanımını kısıtlama gibi önlemler, özellikle demans hastası bireylerde ciddi davranış sorunları ortaya çıkarabilir, bakım yükünü artırabilir ve aile üyeleri için de ek strese yol açabilir. Tüm bu olası olumsuz sonuçların yanında, daha önceki salgınlarda yaşandığı gibi, toplumda yaşlılara yönelik ayrımcı ve damgalayıcı

tutumlara pek çok mecrada rastlanabilmektedir. [26] Fiziksel ve sosyal aktiviteyi de içeren aktif bir yaşam tarzı, yaşam boyu ruh sağlığı için değiştirilebilir önemli bir faktördür. [27] COVID-19 pandemisinin psikososyal etkilerinin, fiziksel ve sosyal hareketsizlik, daha düşük uyku kalitesi ve sağlıksız beslenme dahil olmak üzere sağlıksız yaşam tarzı davranışlarıyla önemli ölçüde ilişkili olduğu göz önüne alındığında sosyal iletişimi, fiziksel aktiviteyi, uyku kalitesini ve sağlıklı beslenme davranışlarını teşvik etmek için psikososyal destek ihtiyacı önem kazanmaktadır. [14, 28, 29, 30] Özellikle, psikososyal baskıya karşı daha savunmasız nüfus olan yaşlı bireyler göz önüne alındığında, destekleyici müdahaleler olarak "ihtiyaç odaklı" psikososyal destek hizmetleri (psikoeğitim, bilişsel davranış teknikleri ve/veya uzmanlara danışma) fitness ve beslenme uygulamaları, video akışı, egzersiz oyunları, sosyal ağ, oyunlaştırma ve/veya sanal danışmanlık gibi teknoloji tabanlı çözümler aracılığıyla desteklenebilir ve yaşlı nüfusa sunulabilir. [28, 31]

SONUÇ VE ÖNERİLER

Biyolojik bir felaketin ardından, ruh sağlığı profesyonellerinin psikososyal ilk yardımı en çok ihtiyacı olanlara ulaştırması daha zor hale gelmektedir. COVID-19 Pandemisinde yaşlı bireylerin artan fiziksel ve ruhsal sağlık açıkları nedeniyle sağlık hizmeti ve psikososyal destek gereksinimlerine yönelik ihtiyaçları göz önünde bulundurulduğunda, ruhsal ve psikosoyal sorunlarının ele alınması hayati önem taşımaktadır. Psikososyal sorunların önemli ölçüde azaltılması için öncelikle psikolojik veya sosyal yöntemlerin kullanıldığı müdahaleler uygulanmalıdır. Bu konuda COVID-19 Pandemisi ile ilgili olarak, hedef nüfusun psikososyal ihtiyaçlarına ulaşmak ve ruh sağlığı müdahaleleri sağlamak için psikiyatri hemşirelerine görevler düşmektedir. Psikososyal desteğin sağlanması için danışmanlık, aile desteğinin araştırılması, psikoeğitimsel yaklaşımlar ve rehabilitasyon önlemleri gibi stratejilerin kullanılması psikiyatri hemşiresinin görevleri arasındadır. Bununla birlikte, sürdürülebilir bir müdahale yaklaşımı sağlamak için de psikiyatri hemşirelerinin, COVID-19 Pandemisinin ruh sağlığı üzerindeki uzun vadeli etkisini araştırmalı ve karantinadan sonra psikososyal sorunların hangi bileşenlerinin devam edebileceğini belirlemeye yönelik araştırmalar yapmalıdır.

KAYNAKLAR

1. World Health Organization (2020b). *WHO Announces COVID-19 Outbreak a Pandemic*
2. Sominsky, L., Walker, D. W. and Spencer, S. J. (2020). One size does not fit all – patterns of vulnerability and resilience in the COVID-19 pandemic and why heterogeneity of

disease matters. *Brain, Behavior, and Immunity*, p. S0889-1591(20)30366-4. doi: 10.1016/j.bbi.2020.03.016

3. Barth, J., Schneider, S., von Känel, R. (2010). Lack of social support in the etiology and the prognosis of coronary heart disease: A systematic review and meta-analysis. *Psychosom Med.,* **72**(3):229–238.

4. Shankar, A., McMunn, A., Demakakos, P., Hamer, M. (2017). Steptoe A. Social isolation and loneliness: prospective associations with functional status in older adults. *Health Psychol.,* 36: 179– 187.

5. Carvalho Aguiar Melo, M., de Sousa Soares, D. (2020). Impact of social distancing on mental health during the COVID-19 pandemic: an urgent discussion. *Int J Soc Psychiatry.,* 66(6):625–626.

6. Santos, CF. (2020). Reflections about the impact of the SARS-COV-2/COVID-19 pandemic on mental health. *Braz J Psychiatry.*, 42(3):329.

7. Torales, J., O'Higgins, M., Castaldelli-Maia, JM., Ventriglio, A. (2020). The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *Int J Soc Psychiatry.,* 66(4):317–320.

8. Mukhtar, S., (2020). Psychological health during the coronavirus disease 2019 pandemic outbreak. *Int J Soc Psychiatry.*,66(5):512–516.

9. Armitage, R. And Nellums, L.B. (2020). COVID-19 and the consequences of isolating the elderly. *Lancet Public Health*., doi: 10.1016/S2468-2667(20)30061-X

10. Davies, N., Frost, R., Bussey, J., Hartmann-Boyce, J., Park, S. (2020). Maximising mobility in older people when isolated with COVID-19: Centre for Evidence-Based Medicine

11. Türk, A. (2020). Koronavirüs (Covıd-19) Pandemisi Sürecinde Yaşlılara Yönelik Uygulamalar ve Yaşlıların Psiko-Sosyal Durumu Üzerine Bir Değerlendirme. Sosyal Hizmet Derneği Yayınları; 35-46.
12. Altın, Z. (2020). Covid-19 Pandemisinde Yaşlılar. *Tepecik Eğit. ve Araşt. Hast. Dergisi*, 30(Ek sayı): 49-57. doi:10.5222/terh.2020.93723
13. Mari, J.J., Gadelha, A., Kieling, C., Ferri, C.P., Kapczinski, F., Nardi, A.E., Almeida-Filho, N., Sanchez, Z.M., Salum, G.A. (2021). Translating science into policy: mental

health challenges during the COVID-19 pandemic. *Braz J Psychiatry*., Feb 12: S1516-44462021005004201. doi: 10.1590/1516-4446-2020-1577.

14. Brooks, S.K. et al. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. Lancet, 395, 912–920.
15. World Health Organization. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. 2020.
16. Santini, Z.I. et al. (2020). Social disconnectedness, perceived isolation, and symptoms of depression and anxiety among older Americans (NSHAP): a longitudinal mediation analysis. *Lancet Public Health*., 5, e62–e70.
17. Rosenbaum, L. (2020). Facing Covid-19 in Italy - Ethics, Logistics, and Therapeutics on the Epidemic's Front Line. *New England Journal of Medicine*, doi: 10.1056/NEJMp2005492
18. Crocker, L., Clare, L. and Evans, K. (2006). Giving up or finding a solution? The experience of attempted suicide in later life. *Aging and Mental Health*, 10, 638–647.
19. Wand, A.P.F., Peisah, C., Draper, B. and Brodaty, H. (2018). Understanding self-harm in older people: a systematic review of qualitative studies. *Aging and Mental Health*., 22, 289–298.
20. Cheung, Y. T., Chau, P. H. and Yip, P. S. (2008). A revisit on older adults suicides and Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) epidemic in Hong Kong. *International Journal of Geriatric Psychiatry*., 23, 1231–1238.
21. Lee, K., Jeong, G.C., Yim, J. (2020). Consideration of the psychological and mental health of the elderly during COVID-19: a theoretical review. *Int. J. Environ. Res. Public Health.,* 17:8098.
22. House, J.S., Landis, K.R. Umberson, D. (1998). Social relationships and health. *Science.,* 241(4865):540–545.
23. Holt-Lunstad, J., Smith, T.B., Layton, J.B. (2010). Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. *PLoS Med.,* **7**(7)
24. Gammon, J., Hunt, J. (2018). Source isolation and patient wellbeing in healthcare settings. Br J Nurs., 27(2):88–91. 10.12968/bjon.2018.27.2.88
25. Conwell, Y., Duberstein, P.R., Caine, E.D. (2002). Risk factors for suicide in later life. Biol Psychiatry 52:193-204
26. Chiu, H.F., Lam, L.C., Li, S.W. et al. (2003). SARS and psychogeriatrics- perspective

and lessons from Hong Kong. Int J Geriatr Psychiatry 18:871-3

27. Rohrer, J.E., Pierce, J.R., Blackburn, C. (2005). Lifestyle and mental health. *Prev. Med*., 40:438–443. 10.1016/j.ypmed.2004.07.003
28. Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K, et al. (2020). on behalf of the ECLB-COVID19 Consortium. Effects of COVID-19 Home Confinement on Eating Behaviour and Physical Activity: Results of the ECLB-COVID19 International Online Survey. Nutrients a, 12, 1583.
29. Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K, et al. (2020). Effects of COVID-19 home confinement on physical activity and eating behaviour Preliminary results of the ECLB-COVID19 international online-survey. medRxiv., b, 10.1101/2020.05.04.20072447
30. Yousfi, N., Bragazzi, N.L., Briki, W., Zmijewski, P., Chamari, K. (2020). The COVID-19 pandemic: how to maintain a healthy immune system during the lockdown–a multidisciplinary approach with special focus on athletes. *Biol Sport.*, 37(3):211–216 10.5114/biolsport.2020.95125
31. Xiang, M., Zhang, Z., Kuwahara, K. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on children and adolescents' lifestyle behavior larger than expected. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 10.1016/j.pcad.2020.04.013

PRSB-83

PSİKOTERAPİSTLERİN ÇEVRİMİÇİ TERAPİLER İLE İLGİLİ GÖRÜŞLERİ VE DENEYİMLERİ-NİTELİKSEL BİR ÇALIŞMA

Ayşe Gülsen TEKER[1]

[1]**Marmara University School of Medicine Public Health Department, Istanbul/Turkey, E-posta: aysegulsenteker@gmail.com**

Özet

Amaç: Günümüzde içinde bulunduğumuz pandemi sürecinin de etkisiyle çevrimiçi psikoterapilere ilgi artmıştır. Bu araştırmanın amacı günden güne yaygınlığı artan çevrimiçi psikoterapi uygulamaları ile ilgili psikoterapistlerin görüşlerini ve deneyimlerini öğrenmektir.

Yöntem: Niteliksel tipteki bu araştırmada on psikoterapist ile derinlemesine görüşmeler düzenlenmiş ve katılımcıların çevrimiçi terapilerle ilgili görüş ve deneyimleri hakkında bilgi toplanmıştır. Görüşmeler tamamlandıktan sonra tematik analiz yapılarak temalar ve alt temalar belirlenmiştir.

Bulgular: Katılımcılar çevrimiçi terapilerin ulaşılabilirlik, danışanların rahatlığı ve mahremiyeti, düşük maliyet, evden çıkamayan danışanlar ve pandemi sürecinde evden ulaşabilme konularında avantaj sağladığını belirtmişlerdir. Beden dilinin kullanılamaması, terapinin bölünmesi, profesyonel terapi sürecinin oluşturulamaması, çocuk ve yaşlıların uyum güçlüğü, sahte terapistler ve etik sorunlar ise belirtilen dezavantajlar olmuştur. Sonuç olarak çevrimiçi psikolojik destek pandemi döneminde önem kazanmıştır. Ülkemizde görece yeni olan çevrimiçi terapiler geliştirilmeye açıktır. Dezavantajlarının azaltılması ve bu terapilerin etkililiğin artırılması için yasal düzenlemeler oluşturulmalı, terapi sürecinin içeriği düzenlenmeli ve bilimsel standartları belirlenmelidir.

Anahtar Kelimeler: ruh sağlığı, psikoterapi, çevrimiçi terapi, online terapi, Türkiye

VIEWS AND EXPERIENCES OF PSYCHOTHERAPISTS ON ONLINE THERAPIES-A QUALITATIVE STUDY

Abstract:

Aim: Today, with the pandemic process we are in, interest in online psychotherapies has increased. This research aims to learn the views and experiences of psychotherapists about online psychotherapy practices, which are increasing day by day.

Methods: In this qualitative study, in-depth interviews were conducted with ten psychotherapists, and information was collected about the participants' views and experiences

with online therapies. After the interviews were completed, thematic analysis was made, and the themes and sub-themes were determined.

Results: Participants stated that online therapies provide advantages in accessibility, comfort, and privacy of patients, low cost, patients who cannot leave the house, and accessibility from home during the pandemic process. Inability to use body language, interruption of therapy, inability to create a professional therapy process, difficulty adapting children and the elderly, fake therapists, and ethical problems were the disadvantages mentioned.

Conclussion: In conclusion, online psychological support has gained importance during the pandemic period. Online therapies, which are relatively new in our country, are open to development. In order to reduce the disadvantages and increase the effectiveness of these therapies, legal regulations should be established, the content of the therapy process should be regulated, and scientific standards should be determined.

Keywords: mental health, psychotherapy, online therapy, Turkey

GİRİŞ VE AMAÇ

Psikoterapi geleneksel olarak psikolog ve danışanının yüz yüze gerçekleştirdiği görüşmeleri içermektedir. Ancak psikolog ve danışanının teknolojiden yararlanarak farklı mekanlarda bulunurken gerçekleştirdiği terapiler de uzun bir geçmişe dayanmaktadır. Bu terapiler 1961 yılında video konferanslarla başlamıştır.[1] O günden beri gelişen ve genişleyen bu terapi türü mektup, e-posta ve telefon yoluyla da bir dönem gerçekleştirilmiştir.[2] İnternetin yaygınlaşmasıyla birlikte daha çok çevrimiçi terapiler şeklinde devam etmektedir. Günümüzde teknoloji kullanarak sağlanan psikolojik destek hizmetleri, çevrimiçi terapi başlığı altında toplanmaktadır. Bu terapiler psikoterapist ve danışan bireylerin bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi bilgi veya iletişim teknolojisi tarafından desteklenen bir aracı, terapi ortamı olarak kullanmasıyla gerçekleştirilmektedir.[3] İnternet kullanılarak yapılan görüşmeler 'chat', internet yoluyla sesli ve görüntülü görüşmeler şeklinde 3 yolla yapılabilir[2]. Çevrimiçi terapilerin etkililiğini inceleyen pek çok araştırmada bu yolla yapılan terapilerin etkili olduğunu göstermiştir.[3,4] Çevrimiçi terapilerin temel avantajları ulaşılabilirliği artırması ve daha ekonomik olabilmesidir. Ancak çevrimiçi psikoterapiler için etik kaygılar, düzenleyici yasal protokollerin bulunmaması, teknolojik alt yapı sorunları, kültürel sorunlar, acil ruhsal sorunların tespit edilmesi ve hızlı müdahalesinin yapılamaması ve yüz yüze terapiler kadar etkili olmaması gibi dezavantajlar da belirtilmiştir.[2] Son zamanlarda COVID-19 pandemisi döneminde sokağa çıkma kısıtlamaları çevrimiçi terapilere olan ilgiyi daha da artırmıştır.[4] Bu

araştırmanın amacı günden güne yaygınlığı artan çevrimiçi psikoterapi uygulamaları ile ilgili psikoterapistlerin görüşlerini ve deneyimlerini öğrenmektir.

YÖNTEM

Niteliksel tipte tasarlanan bu araştırmada katılımcılara kartopu örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Araştırma çevrimiçi psikoterapi hizmeti sunan on psikoterapist ile yürütülmüştür. Psikoterapistler psikoloji ya da rehberlik ve psikolojik danışmanlık lisansına sahip hem yüz yüze hem de çevrimiçi psikoterapi tecrübesi olan kişilerden oluşmaktadır. Psikoterapistlere akıllı telefonlar aracılığıyla davet ve bilgilendirme formu gönderilmiş ve katılmayı kabul eden psikoterapistler araştırmaya alınmıştır. Veriler psikoterapistlerle tek tek yapılan derinlemesine görüşmeler aracılığı ile toplanmıştır. Araştırmada literatür taraması sonucu oluşturulmuş, psikoterapistlerin çevrimiçi terapilerle ilgili görüşlerini ve deneyimlerini sorgulayan açık uçlu soruları içeren yarı-yapılandırılmış soru formu kullanılmıştır. Araştırmanın yürütülmesi için gerekli etik kurul izni Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurul'undan alınmıştır (protokol no: 09.2021.629 tarih: 07.05.2021). Ayrıca katılımcılar yazılı ve sözlü olarak bilgilendirilmiş, katılmayı kabul eden katılımcıların sözlü onamları alınarak araştırmaya dahil edilmişlerdir. Görüşmeler çevrimiçi ve görüntülü olarak gerçekleştirilmiştir. Her görüşme ortalama 30-40 dakika sürmüştür. Katılımcıların isimleri ya da yaş ve cinsiyet dışında kişisel bilgileri araştırmada yer almamıştır. Araştırmada tematik analiz yöntemi kullanılmıştır. Yapılan görüşmeler birebir yazıya dökülmüştür. Ardından her bir görüşme; satır satır değerlendirilmiş ve görüşmelerde sık sık tekrar eden ifadeler kodlanmıştır. Daha sonra kodlardan elde edilen temalar ve alt temalar belirlenmiştir.

BULGULAR

Araştırma için 10 psikoterapist ile görüşülmüştür. Katılımcıların 7'si kadın ve 3'ü erkektir. Katılımcıların yaşları 25-40 arasında değişmektedir. Tüm katılımcıların hem yüz yüze hem de çevrimiçi psikoterapi tecrübesi bulunmaktadır.

Görüşmelerin Sonucunda Ortaya Çıkan Temalar ve Alt Temalar:

Çevrimiçi görüşmelerin avantajları sorulduğunda katılımcıların çoğu öncelikle çevrimiçi terapilerin *'ulaşılabilirlik'* konusunda avantaj sağladığını belirtmişlerdir. Bu avantaj *'evden uzaktaki psikoterapiste ulaşabilme'*, *'zamandan kazanma'*, *'esnek randevular'* ve *'düşük maliyet'* alt temalarına ayrılmıştır.

'Örnek veriyorum ben Aydın'da yaşıyorum Aydın'da çok fazla çalışan terapist yok. Diyelim ki çocuk terapisti ve Ankara'ya gitmek gibi bir durumu yok. Ama şu an ben Ankara'daki bir

terapiste çok rahatlıkla ulaşabilirim. Dolayısıyla bulunduğunuz ilde de tercih edebileceğiniz terapist online'da çok fazla. Bu da avantaj sağlıyor.'

Kadın, 34

'Randevu saatlerini kendime göre ayarlayabiliyorum ve karşı tarafında uygun olduğu saatler oluyor genelde.'

Kadın, 25

Katılımcıların çevrimiçi terapilerin avantajlarından bahsederken vurguladıkları diğer bir tema *'danışanların rahatlığı'* olmuştur: *'mahremiyet kaygılarının olmaması'*, *'yüz yüze görüşme gerginliğinin olmaması'*, *'evden çıkmayı engelleyecek ruhsal hastalıklar'* bu temanın alt temaları olarak belirlenmiştir.

'Danışan içinse dediğim gibi ulaşabilirliği daha yüksek oluyor, endişe duymadan, kaygı duymadan birisi görür mü, herhangi birinin haberi olur mu gibi durumlara düşmüyor.'

Kadın, 40

'Yani kendi de hareket istemiyor. Bu yüzden online terapi bu danışanlar için avantajlı hale geliyor. Kısaca depresyondaki danışanlar evden çıkmak istemiyor. Ya da obsesif kompülsif bozukluğu olan kişiler ya da sosyal fobisi olan kişiler için de aynı şey geçerli. Mesela dışarı çıkarsam kirlenirim bir yere dokunurum gibi düşünüyorlar. Sosyal fobisi olan hastalarımız ise daha çok yalnız kalmayı tercih ediyorlar. Terapiye gelene kadar normal şartlarda dışarı çıkacak, dışarda insanlarla karşılaşacak bir toplu taşıma kullanacaksa bir çok insanla karşılaşacak gibi.'

Kadın, 30

Çevrimiçi terapilerin avantajlarıyla ilgili belirlenen son tema *'farklı ortamlarda bulunma'* ve böylece *'COVID-19 bulaş riskinin olmaması'* olmuştur.

'Danışan için illa belli bir mekana gelmek zorunda kalmadı o açıdan iyiydi ya da COVID'den dolayı bir risk olmadan online terapi yaptık.'

Kadın, 35

Çevrimiçi terapilerin dezavantaları sorulduğunda katılımcıların sık vurguladığı ve bir tema olarak belirlenen konulardan biri *'uzaktan erişim'* olmuştur. Bu temanın alt temaları ise *'beden dilinin kullanılamaması'*, *'profesyonel terapi sürecinin oluşturulamaması'*, *'randevulara uymama'* ve *'küçük çocuklar ve yaşlılar için uyum güçlüğü'* olarak belirlenmiştir.

'İletişim zor oluyor beden dili özellikle danışanın duruşu, oturuşu, yüz yüze iken olan duygusal yoğunluk gözlemlenemiyor. Hem psikolog açısından hem de danışan açısından zor oluyor. Dokunsallık yok bedeninin tamamını göremiyorum.'

Kadın, 34

'İnsanlar emek verdikçe bir şeyi ciddiye alıyoruz. Evde rahat oldukları için ve evde bulunan diğer kişilerden de rahatsız olabiliyorlar. Bu yüzden online terapinin dezavantajı var. Ailevi sorun varsa o evden hiç çıkmadan ya da o evde problem yaşadığı biri varsa, diğer odadaysa gibi, aynı zamanda sizinle de görüşme yapmaya çalışıyor ve bunun da ben sağlıklı olduğunu düşünmüyorum.'

Kadın, 40

'Küçük çocukları zapt etmek zor oluyor bilgisayar başında, yanında mutlaka bir tane velisinin bulunması lazım.Çünkü çocuğun dikkati hemen dağılıyor ben onu 45 dakika boyunca bilgisayar başında tutmakta zorlanıyorum.'

Kadın, 35

Çevrimiçi terapilerin dezavantalarından bahsedilirken sıkça vurgulanan başka bir tema *'terapinin bölünmesi'* olmuştur. Bu temanın alt temaları ise *'internet bağlantısının kopması'* ve *'dışarıdan sesler, danışanın bulunduğu odaya birinin girmesi vb'* olarak belirlenmiştir.

'En önemli dezavantajı internetin kesilmesi, jest ve mimiklerin kısıtlı bir şekilde görülüyor olması. Danışanın jest ve mimiklerini göremiyoruz görüyoruz ama kısıtlı bir şekilde görüyoruz. Bazen kaçırdığımız jest ve mimikler oluyor, ses gidiyor görüntü donuyor. Bu yüzden internetin kesilmesi dezavantajlara sebep oluyor.'

Erkek, 25

'Yani şöyle dezavantajı, evli olanlar olduğu için çocuğu olabiliyor, eşi olabiliyor kişiyle biz protokolleri paylaşıyoruz ama işte odaya biri girebiliyor ama diğer kişi o kadar kurallara hakim olmayabiliyor ya da işte o anda kapı çalabiliyor. Başka bir işi olabiliyor, kargocu gelebiliyor gibi.'

Kadın, 29

Çevrimiçi terapilerin dezavantajları ile ilgili ortaya çıkan son tema *'kötüye kullanım'* olmuştur. Bu temanın alt temaları *'meslek dışı kişilerce terapilerin verilmesi'* ve *'etik kaygılar, gizlilik ihlali'* olarak belirlenmiştir.

'Psikoterapistlerin meslek yasası yok. Bizim meslek yasamız olmadığı için bizim yerimize yaşam koçları bizim işlerimize alabiliyorlar. Psikologlardan çok yaşam koçları var.'

Kadın 25

Katılımcılara son olarak söylemek istedikleri sorulduğunda, katılımcıların dördü *'yüz yüze terapileri tercih edeceklerini'* ancak pandemi gibi kriz durumlarında hiç terapi almamaktansa çevrimiçi terapilerin yararlı olduğunu belirtmişlerdir.

'... bu süreçte online olarak devam etmemiz olumlu bir şeydi direk hastaya ulaşabiliyoruz ama yine de yüz yüze olmasını tercih ederim onu söylemek istiyorum son olarak dediğim gibi terapi bize öğretilen de yüz yüze şeklinde terapi, yüz yüze olmasını tercih ederim.'

Kadın, 29

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada psikoterpistlerin çevrimiçi terapilerle ilgili görüşleri ve deneyimleri niteliksel bir yöntemle değerlendirilmiştir. Çevrimiçi terapilerin hem olumlu hem de olumsuz yanları olduğu ortaya konulmuştur.

Çevrimiçi psikolojik destek hizmetleri daha önce yapılan araştırmalarda panik bozukluk, sosyal anksiyete bozukluğu, yaygın anksiyete bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu, depresyon vb duydurum bozuklarının tedavisinde etkili bulunmuştur.[5] Ayrıca danışanların da büyük kısmı çevrimiçi terapilerden memnun olduklarını belirtmişlerdir.[6] Ancak çevrimiçi terapiler avantajlarının yanı sıra dezavantajlar içermektedir. Bu araştırmada çevrimiçi terapilerin en büyük avantajı olarak 'ulaşılabilirlik' dile getirilmiştir. Zaman ve mekan konusunda getirdiği rahatlık dışında çevrimiçi terapiler: uzakta bulunan terapiste ulaşmakta, dışarı çıkmayı zorlaştıran ruhsal hastalığı olan kişilerde, içinde bulunduğumuz pandemi koşullarında kolaylık sağlamaktadır.[2,7-8] Düşük maliyet çevrimiçi terapilerin bir diğer avantajı olarak vurgulanmıştır. Ülkemizde mevcut koşullarda çevrimiçi terapiler yüzyüze terapilere göre daha uygun ücretlerle sunulmaktadır bu da kişilerin psikolojik destek hizmetlerine ulaşımını kolaylaştırmaktadır.[2] Rahatlık ve mahremiyet kaygılarının olmaması bu araştırmada öne çıkan diğer temalardır. Joinson[9] internet ortamında kişilerin daha rahat hissettiklerini ve kendileri ile ilgili özel bilgileri daha rahat bir biçimde paylaştıklarını belirtmektedir. Bunun yanısıra ülkemiz gibi ruhsal sorunlar üzerinde yoğun bir stigmanın olduğu ve kişilerin psikolojik destek aldığını söylemekten çekindiği toplumlarda çevrimiçi terapiler önemli bir avantaj sağlamaktadır. COVID-19 pandemi süreci sadece ruhsal hizmetlerin değil genel olarak sağlık hizmetlerinin uzaktan verilmesinin yaygınlaşmasına neden olmuştur. Pandemi sürecinde sokağa çıkma kısıtlamaları dönemlerinde bu hizmetler kurtarıcı olmuştur.[8-10] Bu araştırmaya katılan kişiler arasında yüz yüze terapiyi tercih edeceklerini söyleyenler bile hiç terapi alınmamasındansa çevrimiçi terapilerle insanlara ulaşmanın daha iyi olduğunu vurgulamışlardır.

Bu saydığımız avantajlarının yanısıra katılımcılar bazı dezavantajlardan da bahsetmişlerdir. Sıklıkla vurgulanan beden dilini kullanamama bunlardan biridir. Hem psikoterapistin hem de danışanın jest ve mimiklerini tam olarak kullanamaması, sözcüklerin dışında beden diliyle terapi sürecini yönetememek ve terapist-danışan arasındaki güven ortamının sağlanamamasının zorluk oluşturduğu vurgulanmıştır. Daha önceki araştırmalarda terapistler gibi danışanlar da beden dilini kullanamamayı çevrimiçi terapilerin bir dezavantajı olarak vurgulamışlardır.[6] Bu araştırmada katılımcıların sıklıkla vurguladığı bir başka konu profesyonel terapi ortamının sağlanmasında güçlük çekme, terapinin bölünmesi, randevulara uyulmamasıdır. Çevrimiçi terapiler uzun bir geçmişe dayansa da ülkemiz için bu denli yaygın kullanımı pandemi ile beraber başlamıştır. Hem danışanların hem de hizmet sunucuların terapideki konumlarını öğrenmeleri ve gereken ölçüde dikkat ve özenin sağlanması zaman alabilir. Diğer bir konu çocuk ve yaşlıların uyum sağlamasındaki güçlüktür. Çevrimiçi terapilerin etkililiği konusunda yetişkinlerde pekçok araştırma yapılmış olup çocuk ve yaşlılarda yapılan araştırma sayısı azdır.[7] Burada temel sorun çocukların dikkat ve uyum sorunları, yaşlıların ise hem gerekli teknolojiye ulaşamamaları hem de terapiye uyum sağlayamamalarıdır. Bu özel grupların terapi içerikleri de özel olarak düzenlenmelidir. Yaşlılar ise yüzyüze terapi imkanlarının azaldığı koşullarda ayrıca düşünülmesi ve gerekli koşulların sağlanması gerekli bir gruptur. Son olarak ise kötüye kullanım ve etik sorunlar dile getirilmiştir. Bu sorunları aşmak için bu alanda bir meslek yasası ve çevrimiçi psikolojik destek hizmetleri ile ilgili yasal düzenlemelerin yapılması gerekmektedir. Ayrıca bu hizmetlerin bilimsel standartları belirlenmeli, uygulama kılavuzları oluşturulmalı ve hem hizmet sunucusunun hem de danışanın sorumlulukları belirlenmelidir.[4,10] Sonuç olarak çevrimiçi psikolojik destek hizmetleri pandemi sürecinin de etkisiyle yaygınlaşmıştır. Çevrimiçi terapiler hem avantaj hem de dezavantajlar içermektedir. Çevrimiçi terapiler geliştirilmeye açık bir alan olarak görülmektedir. Dezavantajlarının azaltılması ve bu terapilerin etkililiğin artırılması için yasal düzenlemeler oluşturulmalı, terapi sürecinin içeriği düzenlenmeli ve bilimsel standartları belirlenmelidir.

KAYNAKÇA

1. Bekes, V. ve Aafjes-van Doorn, K. (2020). A. Psychotherapists' attitudes toward online therapy during the COVID-19 pandemic. *Journal of Psychotherapy Integration*, *30*(2), 238–247.
2. Bozkurt, İ. (2013). Psikolojik yardım uygulamalarında yeni trend: Online terapiler. *International Journal of Human Sciences*, *10*(2), 130-146.

3. Oktay, S., Merdan-Yıldız, E. D., Karaca-Dinç, P. ve Erden, G. (2021). Çevrimiçi psikoterapi yöntemlerinin farklı gruplar (yetişkin, çocuk, ergen ve aile) temelinde incelenmesi. *Klinik Psikoloji Dergisi*. https://doi.org/10.5455/kpd.26024438m000046
4. Tuzgöl, K. (2020). Online Psikoterapi ve Danışmanlıkta Etik. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, *3*(6), 67-86.
5. Andersson, G. ve Hedman, E. (2013). Effectiveness of guided internet-based cognitive behavior therapy in regular clinical settings. *Verhaltenstherapie*, *23*, 140-148.
6. Baumel, A. (2015). Online emotional support delivered by trained volunteers: Users' satisfaction and their perception of the service compared to psychotherapy. *Journal of Mental Health*, *24*(5), 313-320.
7. Andersson, G. ve Titov, N. (2014). Advantages and limitations of internet-based intervention for common mental disorders. *World Psychiatry*, *13*(1), 4-11.
8. Wind, T. R., Rijkeboer, M., Andersson, G. ve Riper, H. (2020). The covid-19 pandemic: The 'black swan' for mental health care and a turning point for e-health. *Internet Interventions*, *20*, 1-2.
9. Joinson, A. (1998). *Causes and implications of disinhibited behavior on the Internet.* In J. Gackenbach (Ed.), *Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal, and transpersonal implications* (p. 43–60). Academic Press.
10. Çapacı, M. ve Özkaya, S. (2020). COVID-19 Pandemi Döneminde Tele-tıp Uygulamaları. *Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi*, *25*, 260-262.

PRSB-85

COVID-19 PANDEMİSİ VE ÖZEL GRUPLAR; OTİZMLİ ÇOCUKLAR

***Tuba SAÇIK*[1], *Emine GÜDEN*[2], *Filiz ERSÖĞÜTÇÜ*[3]**

[1]Fethi Sekin Şehir Hastanesi, Elazığ/Türkiye, Eposta: tubays232@gmail.com
[2] Gazi Yaşargil Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Diyarbakır/Türkiye, Eposta: gdnemn.59@gmail.com
[3]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ/Türkiye, E posta: filizersogutcu@gmail.com

Özet

Covid-19 virüsü Aralık 2019'da, Çin'in Hubei eyaletine bağlı Wuhan kentinde ortaya çıktı. Bu virüs insandan insana büyük ölçüde solunum yolu ve damlacık yoluyla yayılan bir beta koronavirüs (SARS - CoV - 2) tarafından üretilen oldukça bulaşıcı bir virüstür. Covid -19 'un hızlı yayılması, mortalite ve morbidite oranlarının yüksek olmasıyla Dünya Sağlık Örgütü tarafından 11 Mart 2020 de pandemi olarak ilan edildi. Covid-19 virüsü hızlı yayılımını engellemek için hükümetler sokağa çıkma, şehirleri karantinaya alma, seyahat yasakları gibi birçok önlem almaya çalıştılar. Bu önlemlerde birçok kesimi olumsuz etkiledi. Bu kesimlerden biride çocuklardır. Çocukların Covid-19 morbidite ve mortalite oranları az olmasına rağmen, başkalarına bulaştırma oranları yüksektir. Bu yüzden çoğu ülkede okulları kapatmasının yanı sıra sokağa çıkma yasağı nedeniyle çocukların rutinlerinde önemli değişiklikler oldu. Bu değişiklerden en çok etkilenen gruplarından biri de Otizm Spektrum Bozukluğuna sahip çocuklardır. Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), bireyin sosyalleşme becerilerini engelleyen, tekrarlayan davranışlar ile karakterize olan sözlü iletişimi etkileyen yaygın nöro- gelişimsel bozukluk olarak tanımlanmaktadır. Pandemi süreci, OSB'li bireylerin yaşamlarında birçok rutinin değişmesine neden oldu. Bu değişimlerin en başında pandemi boyunca kesintiye uğrayan eğitim süreci gelmektedir. OSB'li bireyler eve kapanarak uygun olmayan çevrimiçi eğitimlere uyum sağlamaya çalışmış ve fiziksel hareketsizlikle beraber gelişimsel özellikleri risk altına girmiştir. OSB 'li çocuklar sosyal mesafe kuralı, el hijyeni ve maske takma konusunda zorluk yaşayabilirler. Covit-19 pandemisinde bu becerilerdeki eksiklikler bireyin hastalığa yakalanma riskini artırmaktadır. Bu nedenlerle OSB'li bireylerin ihtiyaçlarını dikkate alarak gelecekte Covit-19 gibi hızla gelişen koşullara uyum sağlamak için bireyleri, ebeveynlerini, tüm bakıcıları, sağlık ve eğitim kuruluşları ile hizmet sağlayıcıları güçlendiren önlemlerinin alınması önemlidir. Sağlık sisteminin önemli hizmet sağlayıcılarından

hemşirelerin de bütüncül bakım planlarına özel gruplar için psikososyal bakım hedeflerini eklemeleri önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Covıd-19, Otistik Spektrum Bozukluk, Hemşirelik

COVID-19 PANDEMIC AND SPECIAL GROUPS; CHILDREN WITH AUTISM

Abstract

The Covid-19 virus emerged in December 2019 in the city of Wuhan, Hubei province of China. This virus is a highly contagious virus produced by a beta coronavirus (SARS - CoV - 2) that spreads largely from person to person through the respiratory tract and droplet. With the rapid spread of Covid -19 and the high mortality and morbidity rates, it was declared a pandemic by the World Health Organization on March 11, 2020. In order to prevent the rapid spread of the Covid-19 virus, governments have tried to take many measures such as curfews, quarantines in cities, travel bans. These measures had a negative impact on many sectors. One of these segments is children. Although children's Covid-19 morbidity and mortality rates are low, their rates of transmission to others are high. That's why there have been significant changes in the routines of children due to the curfew in addition to closing schools in most countries. One of the groups most affected by these changes is children with Autism Spectrum Disorder. Autism Spectrum Disorder (ASD) is defined as a pervasive neurodevelopmental disorder that interferes with the individual's socialization skills and affects verbal communication, characterized by repetitive behaviors. The pandemic process has caused many routines to change in the lives of individuals with ASD. At the forefront of these changes is the education process that was interrupted during the pandemic. Individuals with ASD tried to adapt to inappropriate online education by staying at home and their developmental characteristics were at risk with physical inactivity. Children with ASD may have difficulties in social distancing, hand hygiene and wearing masks. In the covit-19 pandemic, the deficiencies in these skills increase the risk of getting the disease. For these reasons, taking into account the needs of individuals with ASD, it is important to take measures that empower individuals, their parents, all caregivers, health and education institutions and service providers in order to adapt to rapidly evolving conditions such as Covid-19 in the future. It is important for nurses, who are important service providers of the health system, to add psychosocial care goals for special groups to their holistic care plans..

Keywords: Covid-19, Autistic Spectrum Disorder, Nursing

GİRİŞ

Yeni Koronavirüs 2019 hastalığı Betakoronavirus ailesinden şiddetli akut solunum yetmezliği koronavirus 2 (COVID-19) virüsünün Aralık 2019'da, Çin'in Hubei eyaletine bağlı Wuhan şehrinde bulunan balık pazarından ortaya çıktı. COVID-19 hastalığı , Wuhan'da büyük bir hasta grubunda görülen akut solunum yolu yetmezliği sendromu ile belirlenmiştir. Bu virüs insandan insana büyük ölçüde solunum yolu ve damlacık yoluyla yayılan bir beta koronavirüs (SARS - CoV - 2) tarafından üretilen oldukça bulaşıcı bir virüstür (1,16).

Koronavirüs hastalığı 2019 (COVID-19) salgını, hızlı yayılması ve yüksek mortalite oranı ciddi sıkıntılara sebep olduğu için dünya genelinde acil bir durum haline geldi. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından 11 Mart 2020 tarihinde COVİD-19 tüm dünyada pandemi ilan edilmiştir. 10 Mayıs 2021 'e kadar dünyada 15,7 milyon COVİD-19 vakası ve 3.2 ölüm DSÖ'ne bildirildi (2,3).

İnsanlardaki CoV'un ana bulaş şekilleri damlacık enfeksiyonu, aerosolizasyon ve enfeksiyon nakletme özelliği olan eşyalarladır. Enfeksiyonun yaygın belirtileri solunum semptomları, ateş, öksürük ve dispnedir. Bu belirtilere zaman içinde virüsün mutasyon geçirmesiyle yenileri de eklenmiştir. Küresel bir pandemi haline gelen COVID-19 sadece tıbbi değil, sosyal, mesleki, politik, ekonomik, etik ve ahlâki bazı sonuçlara sebebiyet vermiştir. Ülkelerin daha önceden COVID-19 salgınına karşı hazırlıklı olmaması, alınacak tedbirlerde bazı gecikme ve karmaşaların yaşanması, bunlara ek olarak hastalığın bulaş hızının yüksek olması nedeniyle epidemik yayılımın pandemiye dönüştüğü görülmüştür . Pandemi ilan edilmesiyle birlikte sosyal izolasyonu sağlamak şart olmuştur. Bunun sebepleri arasında hastalıktan korunmak üst sıradadır(22).

Bu nedenle COVID-19 salgınının yayılma hızını yavaşlatmak amacıyla öncelikle Çin Hükümeti yetkililerinin ve ardından Dünya Sağlık Örgütü'nün bu konuda bazı açıklamaları olmuş ve bu doğrultuda alınması gereken tedbirler ülkeler tarafından uygulanmıştır. Bunlar;

- Şehirleri karantinaya almak,
- Sokağa çıkma yasağı ilan etmek,
- Parklar ve spor alanları gibi halka açık alanları kapatmak,
- Sinema, tiyatro, alışveriş merkezleri, eğlence alanlar, sınırlama getirmek
- Uyarılar, iptaller ve seyahat yasakları,
- Kronik rahatsızlığı olan kişiler için kamu izinleri
- Okulların kapatılması…vb. sayılabilir.

Birçok ülkede sosyal mesafeyi koruma ve ev ortamında bireysel izolasyon gibi uygulamaların hayata geçirilmesi ile yayılımın olabildiğince önüne geçilmesi hedeflenmiştir. Ancak insanların aynı şartlara sahip olmamasından kaynaklı virüs kontrol altına alınamamıştır. Bunun sonucunda COVID-19 tüm dünyada sosyoekonomik ve psikolojik etkiler yarattı ve etkileri halen devam etmektedir (6,16).

Bu durumda COVID-19 salgınından en çok etkilenen ve bu anlamda incinebilir grup şeklinde adlandırılan 65 yaş ve üstü grupların yanı sıra, hastalığın çocuklarda da görülüyor olması, hatta bunların taşıyıcı şeklinde ifade edilmesinden dolayı, çocuklarında sosyal izolasyona alınmasının önemine değinilmiştir. Bu durumun toplumsal yapı üzerinde oluşturduğu bazı olumsuzluklar değişik tavırlara dönüşmüş, etik ve ahlâki olmayan bazı davranışların görülmesi nedeniyle bireysel ya da kitlesel damgalamanın (stigma) bir sorun haline gelmesine sebep olmuştur. COVID-19 pandemisi süresince yaşanılan olumsuzluklar, çocuklar için zor bir süreç haline gelmiştir. Bu süreçte, çocukların kaygı ve korkuyu deneyimlemesi oldukça muhtemeldir. Yaşanılan kaygı ve korkunun nedenleri arasında; kendisi, ailesi ve akrabalarının ölmesinden veya tıbbi tedavinin anlamını bilmemelerinden korkma sayılabilir . Başlıca psikolojik etkiler iştahsızlık, ajitasyon, dikkatsizlik, kabus görme, uyku düzeninde bozulma, akrabaları ve salgın hakkında sorular sorma korkusu olduğu bildirilmiştir. Okulların kapanmasının yanı sıra sokağa çıkma yasağı nedeniyle çocukların rutinlerinde önemli değişiklikler olmuştur. Salgın sırasında çocuklar, park gibi açık alanlarda aktiviteler yapmadan ve yaşıtlarıyla yeterli iletişim kurmadan evlerinde sınırlandırıldıklarında, sağlıkları üzerindeki bu gibi olumsuz etkiler yaşanabilir.

Bu süreçte tüm çocuklar ve aileler COVID-19 salgınından etkilenmekle beraber özellikle özel gereksinimi olan ve desteğe ihtiyacı olan çocuklar ve aileler salgından en çok etkilenen taraf olmuşlardır(11). Hızlı bir şekilde alınan önlemlerle evde kalmak, evde uyulması beklenen kurallara uymak (elleri dezenfekte etme, maske takma, evde kalma gibi) ve eski rutinler yerine yeni rutinler oluşturmak; özellikle aniden gelişen stresli durumları kavramada güçlük, sosyal-iletişim ipuçlarını anlamada zorluk çeken ve rutin değişikliklerine karşı aşırı direnç gösteren Otizm Spektrum Bozukluğu için daha da zor olabilmektedir(11).

APA (American Psychiatric Association) tarafından 2013 yılında yayımlanan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabında (DSM-V)'te otizm spektrum bozukluğu (OSB), sınırlı/tekrarlayıcı davranış dizileri, rutinde ısrarcılık ve rutinlere karşı aşırı bağlılık, sürekli devam eden sosyal etkileşim ve iletişim problemleri ve duygusal uyaranlara karşı normal olmayan tepkilerle karakterize nöro-gelişimsel bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır. OSB iki ile üç yaş arasında ortaya çıkar ve hayat boyu devam eder. Erkeklerde kadınlara oranla

daha fazla görülür ve toplumda görülme sıklığı artan bir bozukluktur. OSB olan bireylerde yetersizlik gösteren gelişim alanlarının başında dil ve sosyal iletişim problemleri gelmektedir. Bu yetersizlikler, ailelerin OSB olan bireye yönelttikleri dikkat ipuçlarını anlamlandırmasını zorlaştırmakta ve bundan dolayı OSB olan bireylerin aileleriyle aralarında olan etkileşimi olumsuz olarak etkilemektedir (10,12).

OSB'li bireylerde, ev, okul, iş hayatını düzenlememize yardımcı olan rutinler, bireylere düzenli, kararlı ve tutarlı etkinlik biçimlerinden gelen güven duygusunu hissettirmeleri açısından oldukça önemlidir(11). Bu bireylerin kendilerini rahat ve güvende hissetmeleri için önemli olan tutarlılığı sağlayan bu rutinler ve kuralların beklenmedik şekilde değişmesi normal gelişim gösteren çocuklarda bile travma, depresyon, psikolojik baskı gibi çeşitli ruhsal ve fiziksel sorunlara neden olmuş, rutinlere sıkı sıkıya bağlı olan OSB olan çocuklar ve aileleri için ise üstesinden gelmeleri gereken anlaşılması ve yönetilmesi zor bir duruma dönüşmüştür (11). OSB' li çocukların rutin değişikliklere dirençli olduğu iyi bilinmekte ve bunun sonucunda OSB olan çocukların karşılaştıkları kısıtlamalar ve rutinlerinin bozulması yönetilmesi zor bir dizi duygu ve düşünceye (ör. virüsle ilgili korku, hayal kırıklığı, yoksun kalma, evde eğitimini tamamlamak zorunda olmayı sıkıcı bulma ve öfke duyma vb.) sahip olabilecekleri şeklinde değerlendirilmektedir. Stankovic ve diğerleri (2020) tarafından yapılan çalışmada OSB olan çocuğa sahip ailelerin yaşadıkları zorluklar arasında çocuklarının yeme ve beslenme konusunda aşırı seçici olması ya da aynı şeyi yemede ısrarcı olması gibi bazı zorluklar nedeniyle problemli davranışlar sergilemeleri konusunda kendilerini çaresiz hissettiklerini belirtmişlerdir. Salgın ve acil durum ile ilgili en büyük endişeleri sorulduğunda ise ailelerin enfeksiyon kapma olasılığından ziyade günlük rutinlerdeki değişiklikler nedeniyle (örn; okula devamsızlık, anaokulu, enfekte bilgilerin sürekli tekrarlanması vb.) OSB belirtilerinin artması/yoğunlaşması ve çocuğun daha önce edindiği veya öğrendiği becerileri kaybetmesi şeklinde endişeleri olduğu belirtilmiştir. Okul, hastane, iş yeri gibi ortamlarda yapılan kurumsal müdahalelerin tamamen değiştiği göz önüne alındığında bu değişen koşullarda birçok konuda (örn; sosyal-iletişim, özbakım, mesleki, psikolojik vb.) ilgili kurumlardan uzman desteği alan OSB olan çocuk ve ailelerin daha yüksek düzeyde strese sahip olmaları ve sosyal destek yetersizliği yaşayabilmeleri olasıdır. OSB olan bireylerin normal gelişim gösteren bireylere kıyasla belirsizlik karşısında kaygı, endişe ve depresyona yakalanma olasılığının daha yüksek olduğu düşünüldüğünde günlük yaşamdaki sınırlamaların bu rutinleri bozması ve OSB olan birçok bireyin zihinsel sağlığı üzerinde olumsuz bir etkisi olması muhtemeldir. Bu doğrultuda ailelerin daha önce söz ettikleri sağlanan desteklerin yetersizliği, çaresizlik duyguları, yaşadıkları çeşitli zorluklar salgın ve acil durum sırasında daha belirgin hale gelmektedir. Bu nedenle aileler,

terapistler ve araştırmacılar iş birliğiyle çalışarak onların güvenli ve huzurlu olmasını sağlamak ve COVID-19 salgınının sonucunda "yeni normal"e hızla uyum sağlamaları için hızla yeni ve işlevsel kaynaklar oluşturmanın önemli olduğu belirtilmektedir. OSB'li bireylerin değişen koşullara adapte olmaları ve bağımsız olarak yaşamlarını sürdürebilmeleri için hayatın her döneminde eğitime gereksinimleri vardır.

COVID-19 pandemi sürecinde sosyal mesafe kuralı, el hijyeni ve maske takma konusunda OSB' li bireyler zorluk yaşayabilirler. Pandemiye neden olan gözle görülmeyen virüsün tehlikesi bireye açıklanmalı ve gerekli önlemlerin alınması için eğitim verilmelidir. OSB' li bireylerde sosyal oryantasyon, hareket algısı, mekânsal dikkat bozuklukları sosyal mesafe ayarlama algısını olumsuz yönde etkileyebilir. Kendine bakım becerileri eksik olan bireyde ise hijyen kurallarına uyulmayabilir . Çok ciddi sonuçları olabilen COVID-19 pandemisinde bu becerilerdeki eksiklikler bireyin hastalığa yakalanma riskini artırmaktadır. Dışarıda teması azaltmak için görev dışı davranışların azalması ve kurallara uymak önemlidir. Eğitim sürecinde sadece OSB' li bireye odaklanmak yetersiz kalacaktır. Toplumda yeteri kadar bu konuda farkındalık oluşmadığı bilinmektedir. Bu nedenle bireyin çevresine veya ona temas edebilecek kişilere OSB'li bireyin davranışı öğretilmelidir. Sosyal mesafesini ayarlayamadığı zamanlarda bu görev çevresine düşmektedir.

SONUÇ

COVID-19 kısıtlamasıyla beraber, ev ortamı aile üyeleri için tek yaşanan bağlam haline gelmiştir. Bu noktada ev ortamında yeni rutinler/etkinlikler oluşturmak gerekmiştir. Ancak ebeveynlerin önemli olmayan eşyaların sınırlı teslimatları nedeniyle OSB olan çocuklarının kardeşleriyle vakit geçirmelerini sağlamak ve yeni ilgi alanları oluşturmak için gerekli oyuncaklar veya ürünler tedarik etmekte ve yeni düzenlemeleri nasıl yapabilecekleri konusunda zorlandıkları belirtilmektedir. Bu nedenle, ailelerin evdeki sınırlı ortam ve materyaller nedeniyle yeni rutinler oluşturmak için yeterli olamadıkları ve OSB olan çocukların rutinlerinin bozulması sonucunda ortaya çıkan stres, kaygı ile başa çıkmada zorlandıkları söylenebilmektedir. COVID-19 salgını, tüm dünyada ailelerin hayatlarını olağanüstü bir şekilde etkilemiş olmakla birlikte özellikle OSB olan çocuklarla yaşayan aileler, uygulamalı davranış analizi gibi hizmet sağlayıcılarından ve bireysel sunulan desteklerden aniden yoksun kalmışlar ve çocuklarının eğitimi ciddi bir sorun haline gelmiştir. OSB'li birçok aile, COVID-19 sırasında, eğer varsa, daha az önemli uzaktan özel eğitim hizmeti alıyor ve davranış, konuşma ve mesleki terapi hizmetlerinde aksaklıklarla karşılaşabiliyor. Bu süreçte uzaktan evde eğitimleri sürdürmek OSB olan çocuklar ve aileleri için oldukça zorlayıcı ve yıkıcı olabilmektedir (15).

Bu ani değişiklik, ebeveynlerin kendilerini eş zamanlı olarak ebeveyn, özel eğitim öğretmeni ve bireysel yardımcı olarak rollere bürünme, diğer çocuklara bakım sağlama ve evden çalışma sorumluluklarını yerine getirme gibi ek sorumluluklar da yüklemiştir. Bu süreçte ailelerin çocuklarının ihtiyaç duyduğu gelişim alanlarındaki beceri ve davranışların kazandırılması ve problem davranışların azaltılması için özel eğitim uzmanının yol göstericiliğine ihtiyaç duyduğu bir gerçektir. OSB olan çocukların annelerinde diğer gelişimsel yetersizliği olan çocukların ya da normal gelişim gösteren çocukların anneleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek düzeyde stresli oldukları araştırma bulgularıyla desteklenmektedir. Ebeveynlerin yanı sıra OSB olan bireylerin de normal gelişim gösteren bireylerden daha stresli oldukları ve intihara meyilli oldukları bilinmektedir.OSB' li bireylerin izolasyon ve yalnızlığın azaltılarak akran etkileşimi için alternatif yollar ve destek grupları oluşturulması ve telepsikiyatri yöntemlerinin yaygınlaştırılarak , kısıtlı fiziksel temas zamanlarında tele sağlık ve tele psikiyatri gibi yetkinlik ve becerilere bakılmaksızın tüm yaş grupları tarafından kullanılabilecek veri korumalı özellikte olan kullanıcı dostu sistemler geliştirilebilir(17,18,19,20).

Evde yapılabilecek fiziksel aktivitelerin planlanması, sağlıklı diyet, uyku düzeni, uygun hijyenik uygulamalar, yemek, yatma zamanı, çalışma ve egzersiz için rutinleri oluşturmak ve bunlara uymak, evde gerekli gıda maddeleri ve ilaçların bulunması, çocukların ev işlerine katılımı ile yeterlilik hislerinin arttırılması, oyunlar, filmler gibi eğlenceli aktivitelerin planlanması, olumlu bir duygulanımın sürdürülmesi, anne babanın sabırlı ve toleranslı tutumları ile model olmaları, OSB li bireyler için çok önemlidir. Covid-19 un OSB 'li çocuklarda hasar oluşturulması bu şekilde azaltılmaya çalışılmalıdır(21).

KAYNAKÇA

1. Kowalski, LP., Sanabria, A. & Ridge, JA. (2020). COVID-19 salgını: Kulak burun boğaz ve baş boyun cerrahisi uygulaması için etkiler ve kanıta dayalı öneriler . *Baş ve Boyun* . 42 : 1259–1267. 10.1002 / hed.26164.

2. Yang, L., Liu, S., Liu, J. (2020). COVID-19: immünopatogenez ve İmmünoterapötikler. *Sig Transduct Target Ther* **5,** 128. https://doi.org/10.1038/s41392-020-00243-2

3. https://covid19.who.int/ Erişim tarihi:11/5/2021

4. AKOĞLU, G., KARAASLAN, T. (2020). COVID-19 ve İzolasyon Sürecinin Çocuklar Üzerindeki Olası Psikososyal Etkileri. İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi. 5(2): 99-103

5. Yarımkaya, E., & Esentürk, O. K. (2020). Promoting physical activity for children with autism spectrum disorders during Coronavirus outbreak: benefits, strategies, and examples. International Journal of Developmental Disabilities. https://doi.org/10.1080/20473869.2020.1756115.

6. Erol, R. (2020). COVID-19 Enfeksiyonunun Çocuklar Üzerindeki Psikososyal Etkileri. YIU Saglik Bil Derg. 1:109-114. https://doi.org/10.51261/yiu.2020.00026

7. Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, CS. et al. (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. Int J Environ Res Public Health. 17:1729. https://doi.org/10.3390/ ijerph17051729

8. Wiener, J., Biondic, D., Grimbos, T. & Herbert, M. (2016). Parenting stress of parents of adolescents with attention-deficit hyperactivity disorder. J Abnorm Child Psychol. 44:561–574. https://doi.org/10.1007/s10802-015-0050-7

9. Lee, J. (2020). Mental health effects of school closures during COVID-19. Lancet Child Adolesc Health. 4:421. https://doi.org/10.1016/s2352-4642(20)30109-7

10. Sahin, E., Öz, A.O. & Sıngın, H.R. (2020). Covid-19 Pandemi Sürecinin Otizm Spektrum Bozukluğunda Motor Becerilere Etkisi. EJERCongress Bildiri Özetleri Kitabı.

11. Sani-Bozkurt, S., Bozkuş-Genç, G. & Yıldız, G. (2021). COVID-19 küresel salgınının otizm spektrum bozukluğuna yansımaları: Betimsel durum çalışması. Journal of Qualitative Research in Education, 25, 29-52. doi: 10.14689/enad.25.2.

12. Atlı Yılmaz, E., Atlı, A. (2020). Otizm spektrum bozukluğu olan bireylerde Covid-19 pandemisinde uyulması gereken kuralların video modelle öğretilmesi. International Journal of Social Sciences and Education Research. 6(2), 282-293.

13. Abbeduto, L., Seltzer, M. M., Shattuck, P., Krauss, M. W., Orsmond, G., & Murphy, M. M. (2004). Psychological well-being and coping in mothers of youths with autism, down syndrome, orfragile X syndrome. American Journal on Mental Retardation, 109(3), 237-254. https://doi.org/10.1352/0895-8017(2004)109%3C237:pwacim%3E2.0.co;2

14. Özçevik, D., Ocakçı, A.F. (2020). COVID-19 ve Ev Hapsindeki Çocuk: Salgının Psikolojik Etkileri ve Hafifletme Yolları. ASHD, 19(1):13-17.

15. *Pecor, K.W., Barbyannis, G., Yang, M., Johnson, J., Materasso, S., Borda, M., Garcia, D., et al. (2021).* DEHB ve / veya OSB'li Çocukların Bakıcıları için COVID-19 Salgını Sırasında Yaşam Kalitesi Değişiklikleri. *Int. J. Environ. Res. Halk Sağlığı* , *18* (7), 3667; https://doi.org/10.3390/ijerph18073667

16. Yanartaş, M., Törün, S. (2020). COVİD-19 ve Çocuk. Sağlık Bilimlerinde İleri Araştırmalar Dergisi. Cilt 3,Ek Sayı 1,DOI:10.26650/LARHS2020-S1-0005

17. https://www.nasponline.org/resource-and-publications/resource-and-prodcasts/school-climate-safety-and-crisis/healty-crisis-resource/helping-children-cope-with-changes-resulting-from-covid-19

18. Anatolian Clinic Journal of Medikal Sciences. (2020). January; volüme 25. Special issue 1

19. Covid-19 Salgınının Çocuklar Üzerindeki Etkileri https://www.unicef.org/turkey/documents/covid-19-salg%C4%B1n%C4%B1n%C4%B1n-%C3%A7ocuklar-%C3%BCzerindeki-etkileri Erişim tarihi:16/5/2021

20. Uzunçayır, D. & İlhan, E.L. (2020). Covıd-19 Pandemi Döneminde Özel Gereksinimli Çocukların Fiziksel Aktivite İhtiyaçları: Ebeveyn Görüş Açısıyla Nitel Bir Değerlendirme

21. Yektaş, Ç. (2020). Ergenlerde Pandeminin Ruhsal Etkileri. COVID-19 Pandemisi ve Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; p.13-8.

22. Covıd-19 Ve Çocuklar, https://psikiyatri.org.tr/uploadFiles/2420201236-cocuklarCOVID.pdf

PRSB-92

PANDEMİDE YAŞLI BİREY OLMAK

[1]İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, İzmir/ Türkiye, E-Posta: songul.duran@gmail.com

Özet

Aralık 2019'da Çin'in Wuhan eyaletinde ortaya çıkan yeni tip korona virüsü (SARS-Cov 2) pandemisi kısa sürede hızla yayıldı, tüm dünyada milyonlarca insanı etkilemiştir. Başta "sosyal mesafeyi korumak" olmak üzere salgının yayılmasını önlemek için çok sayıda önlem alınmış ve zorunlu eve kapanma dönemleri, hijyen gibi koruyucu önlemlere ağırlık verilmiştir. Yaşlı bireyler, bağışıklık sistemlerinin yaşlanması ve eşlik eden kronik hastalıklar nedeniyle COVID-19'a karşı riskli grupta yer almaktadır. Bu yaş grubunda morbidite ve mortalite oldukça yüksektir, bu nedenle yaşlı bireylerde önleme önlemleri daha da önemlidir. Ancak gerek pandemi gerekse pandemi için alınan enfeksiyon kontrol önlemleri yaşlı bireylerin fiziksel sağlıklarının yanı sıra ruh sağlıklarını da olumsuz etkilemektedir. Bu derlemede yaşlı bireylerin COVID-19 döneminde nasıl etkilendikleri ele alınmıştır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, pandemi, yaşlı

BEING AN ELDERLY PERSON IN A PANDEMIC

Abstract

The new type of corona virus (SARS-Cov 2) pandemic, which emerged in Wuhan, China in December 2019, spread rapidly in a short time and affected millions of people all over the world. Numerous measures have been taken to prevent the spread of the epidemic, especially "maintaining social distance" and focused on protective measures such as mandatory lockdown periods and hygiene. Elderly individuals are in the risk group against COVID-19 due to the aging of their immune systems and accompanying chronic diseases. Morbidity and mortality are quite high in this age group, so prevention measures are more important in elderly individuals. However, both the pandemic and the infection control measures taken for the pandemic negatively affect the mental health of the elderly as well as their physical health. In this review, the issue of how elderly individuals are affected during the COVID-19 period is discussed.

Key Words: COVID-19, pandemi, elderly

GİRİŞ VE AMAÇ

Dünya, Aralık 2019'dan bu yana SARS-CoV-2'nin neden olduğu Coronavirus hastalığı (COVID-19) ile küresel bir tehditle karşı karşıya kaldı [1]. 2020'nin başlarında, koronavirüs hastalığı-19 (COVID-19) küresel boyutlara ulaştı ve Mart ayında Dünya Sağlık Örgütü bir pandemi durumu ilan etti. [2]

COVID-19 hastalığında hafif evredeki semptomlar başlıca kuru öksürük, boğaz ağrısı, ateş, halsizlik ve yorgunluktur. Bununla birlikte, ciddi vakalarda pnömoni, akut solunum sıkıntısı sendromuna (ARDS) ve çoklu organ yetmezliğine yol açarak sonunda ölüme yol açabilir. Ölüm oranı, Şiddetli Akut Solunum Sendromu (SARS) gibi daha önceki türdeşlerine kıyasla çok daha düşük orandadır ancak COVID-19 daha bulaşıcıdır. [2]

Ülkeler, kuruluşlar ve bireyler bu tehlikeli durumu engellemek için birçok farklı önlem almıştır. Dünya Sağlık Örgütü, hasta olduğunda evde kalma, öksürürken veya hapşırırken ağız ve burnun bükülü dirsek veya mendille kapatılması, kullanılmış mendilin hemen atılması, ellerin sık sık sabun ve su ile yıkanması ve dokunulan yüzeylerin temizlenmesi gibi sağlık önlemlerine uyulması talimatını vermiştir. [3] Ülkeler bölgeleri kilitleme, sokağa çıkma yasağı, seyahat kısıtlamaları ve sosyal mesafe gibi sıkı önlemler almıştır. Hastalığın enfekte bir personelden daha fazla yayılmasını önlemek için merkezlerde kendi kendine karantina ve karantina uygulanmaktadır. Etkilenen hastaları belirlemek ve tedavi etmek için test tesisleri ve hastane kapasiteleri derhal iyileştirilmiş sağlık personeli hastaları yönetmek için 7/24 çalışmak durumunda kalmıştır. [3]

Çalışmalar, virüsün önceden var olan koşullardan/hastalıklardan kaynaklanan semptomları kötüleştirebileceğinden, yaşlı nüfusun COVID-19 enfeksiyonlarından daha ciddi şekilde etkilenebildiğini göstermektedir. [2] Komorbiditesi olan bireyler özellikle risk altındadır ve yaşlılıkta multimorbidite sıktır. Diğer bir endişe ise izolasyon ve yaşlılar üzerindeki etkileridir. Temel ihtiyaçları için başkalarına bağımlı olanlar, yalnız yaşayanlar ve bakım evlerinde kalanlar için sorunlar daha vahimdir. Her ne kadar birçok ülke destek sistemleri kurabilse ve dünyanın birçok yerinde yardım için birçok gönüllü kuruluş devreye girse de yaşlı yetişkinler zorluklar yaşamaya devam etmektedir. Sağlık sistemleri genişledikçe, kronik bulaşıcı olmayan hastalıkları olan yaşlı yetişkinlere verilen desteğin değişken bir ölçüde tehlikeye girmesi oldukça olasıdır. Şu anda dikkatler anlaşılır bir şekilde virüsün yayılmasını kontrol altına almaya, tedavi sağlamaya ve genel halk için ekonomik destek sağlamaya odaklanmış olsa da yaşlı yetişkinlerin sorunlarını da ele almak için özel bir ihtiyaç vardır. Daha yaşlı yetişkinlerin, daha fazla kırılganlığa sahip oldukları bilinmektedir ve ihtiyaçlarının çoğu zaman ihmal edildiği bir gerçektir. [4]

Yaşlı bireyler sürekli evde kapanmaya bağlı hareketsizliğin sonucu olarak sarkopeni için risk altındadır. [5] Bu nedenle yaşlı bireylere tam kapanma döneminde belirli saatlerde sokağa çıkma izni verilmelidir. Yalnız yaşayan yaşlılar, doğuştan gelen yalnızlık ve çaresizlik duygularına daha yatkındır ve bu mevcut ruhsal bozukluklar, COVID-19 pandemisi sırasında daha da kötüleşebilir. Bu nedenle, bu bireylerin zihinsel sağlıklarına daha fazla dikkat edilmelidir.[6] Pandemi süresince zorunlu evde kapanmalar nedeniyle evde tek başına ya da çoğunlukla hane halkı üyeleriyle daha uzun süre kalmak, sosyal yaşamın aşırı derecede bozulmasına yol açmaktadır. Sosyal mesafe ve izolasyon konusunda özellikle risk altındaki gruplara yönelik alınan önlemlerin sosyal izolasyon ve yalnızlık ile sonuçlanabileceği bildirilmiştir. [7] Bunun yanı

sıra yaşlı bireylerin kurumlardan alınarak zorunlu olarak evlerinde kalmaları şiddet riski altında olan bireyler için tehdit oluşturmuştur. COVID-19 salgını ve karantina prosedürlerinin uygulanması sırasında yaşlı yetişkinlere yönelik şiddetin keskin bir şekilde arttığı bildirilmiştir. [8] Ayrıca, strese yanıt olarak bireylerde uyku kalitesi düşebilir ve depresyon riskini artırabilir. Yaşlı yetişkinler, normal yaşlanmanın bir parçası olarak fiziksel aktivite, uyarıcı faaliyetlere katılım ve sosyal ağ gibi çeşitli yaşam tarzı değişkenleri bilişsel gerileme ile karşı karşıyadır. COVID-19 pandemisi de buna ek olarak sosyal izolasyona ve aktivite kaybına neden olur ve bilişsel işlevi de etkileyebilir. [7]

COVID-19 nedeniyle eşini veya tanıdıklarını kaybeden bireyler yas deneyimleyebilir. Yalnızlık duygusu ve zihinsel sağlık sorunlarının yasın en ciddi sonuçları olduğu bulunmuştur. [9] COVID-19'dan ölüm genellikle ani ve beklenmedik olur. Pandemi nedeniyle uygulanan kısıtlamalar, ölüm deneyimini değişmiştir. Sağlık sistemleri, hastaları ziyaret etme konusunda katı sınırlamalar getirmiştir. Sevilen birini hastanede şahsen ziyaret etme izni sadece kısa bir süre için verilmekte veya hiç verilmemektedir. Sonuç olarak, ölmekte olan kişilerin yanında olanlar aile üyeleri değil, sağlık çalışanları, destek personeli veya din görevlileridir. Bu zor koşullar, bu salgın sırasında sevilen birinin kaybıyla uğraşan aile üyelerinin yükünü arttırmıştır. Bir kaybın gerçekliğini anlamak her koşulda zordur, ancak ölümün ani olduğu ve sevilen birinin yalnız ölüme terk edildiği durumlarda daha da zordur. [10] Ayrıca bu süreçte COVID-19 nedeniyle yakınını kaybeden bireyler kültürel ve dini ritüellerini de yerine getirememektedir. Pandemi döneminde hastalık nedeniyle kaybedilen bireye inanca ve kültüre dayalı uygulamalara izin verilmemektedir. COVID-19 nedeniyle cenaze hizmetlerinden önce, sırasında ve sonrasında herhangi bir fiziksel temas kesinlikle önerilmediğinden, yas tutanlar birbirlerine sarılmaktan veya dokunmaktan kaçınmıştır. Yas tutanlar ve onların destekleyici yakınları bu ritüelleri gözlemlemenin yeni yollarını bulmalıdır. Yas tutanlar, geleneksel anma törenlerini belirsiz bir sonraki tarihe ertelemelidir. [10]

Yaşlılar genç nesillerle karşılaştırıldığında, haber ve güncellemeler için zamanında internete sınırlı erişim nedeniyle, pandemi için iyi bilgilendirilmeyebilir veya hazırlıklı olmayabilirler. Bu popülasyonlara yeni COVID-19 bilgilerinin iletilmesi için daha fazla çaba gösterilmelidir.[6] Özellikle altta yatan sağlık sorunları, yaşamı tehdit eden komplikasyon geliştirmeye yatkın olmaları ve COVID-19'dan ölüm açısından en savunmasız yaş grubunda olmaları nedeniyle, önceden psikiyatrik bozuklukları olmayan yaşlı yetişkinler, ruh sağlığı sorunları geliştirmeye son derece duyarlı görünmektedir. [11]

Oldukça rahatsız edici bir şekilde, kamu medyası COVID-19'u sosyal damgalamaya, olumsuz klişelere ve yaşlı bireylere karşı yaşa dayalı ayrımcılığa yol açan ve sonuçları artan izolasyondan sağlık ve yaşam hakları ihlallerine kadar değişen bir yaşlı hastalığı olarak tasvir etmiştir. Bu durum sadece yaşlı bireyler için değil, aileleri ve bakıcıları için de ek sıkıntıya neden olmaktadır. [11]

Psikolojik danışmanlık, psikiyatrik bakım ve tedavi, pandemi sırasında paniği önlemek ve pandemi sonrası travmatik stres bozukluğundan (P-PTSD) daha fazla acı çekmekle başa çıkmak için kritik bir rol oynamaktadır. Ancak ulusal karantina sırasında, yaşlıların zihinsel bakımları için sahip olabileceği daha az seçenek vardır. Daha önceden ruhsal bozukluğu olmayan yaşlıların ruh sağlığı için, psikolojik hizmetler, yaşlıların günlük yaşamına yardımcı olan, ruhsal durumlarını izleyen ve gerçek zamanlı olarak psikolojik ilk yardım danışmanlığı ve bakımı sağlayan yerel topluluklarla iş birliği yapabilir. [6]

SONUÇ VE ÖNERİLER

Pandemi nedeniyle yaşlıların fiziksel ve ruhsal yönden olumsuz etkilendikleri görülmektedir. Bu nedenle yaşlı bireyleri korumak ve destekleme için gerekli önlem ve müdahaleler alınmalıdır. Başta aile hekimleri, hemşireler, fizyoterapistler olmak üzere tüm sağlık çalışanları ve özellikle yaşlı bireylerle çalışan ruh sağlığı çalışanları, salgınlar sırasında yaşlılarda görülebilecek psikolojik tepkiler konusunda bilgilendirilmeli; karşılaştıkları tüm yaşlı hastalarda intihar düşünceleri, anksiyete ve depresyon belirtilerini değerlendirmelidirler. [12] Riskli gruba gerekli destek verilmelidir.

Sosyal medyayı kullanamayan ve sosyal iletişim ağı zayıf olan yaşlılara gerekli desteği sağlamak için telefonla arama, TV ile destekleyici programlar yapma vb. yöntemler uygulanabilir.

Ayrıca yalnız yaşayan ve risk altındaki gruba sosyal mesafe kurallarına uygun şekilde kısa süreli kapıdan ziyaret edilip fiziksel ihtiyaçları karşılanabilir.

KAYNAKÇA

1. Hirst, R.B., Jordan, J.T., Schüssler-Fiorenza Rose, S.M., Schneider, L., Kawai, M., Gould, C.E., et al. (2020). The 5-HTTLPR long allele predicts two-year longitudinal increases in cortisol and declines in verbal memory in older adults. *Int J Geriatr Psychiatry,* 35:982–8. https://doi.org/10.1002/gps.5319.
2. Grolli, R.E., Mingoti, M.E.D., Bertollo, A.G., Luzardo, A.R., Quevedo, J., Réus, G.Z., et al. (2021). Impact of COVID-19 in the Mental Health in Elderly: Psychological and Biological Updates. *Mol Neurobiol*, 58:1905–16. https://doi.org/10.1007/s12035-020-02249-x.
3. Ellepola, A., Rajapakse, S. (2020). Foreseeable psychological impact of COVID 19 in Sri Lanka. *ResearchGate,* https://doi.org/10.13140/RG.2.2.26156.21120.
4. Kar, N. (2020). COVID-19 and older adults: in the face of a global disaster (2020). *J Geriatr Care Res,* 7:1–2.
5. Altın, Z. (2020). Elderly People in Covid-19 Outbreak. *J Tepecik Educ Res Hosp,* 30:49–57. https://doi.org/10.5222/terh.2020.93723.
6. Zhang, Q., Song, W. (2020). The challenges of the COVID-19 pandemic: Approaches for the elderly and those with Alzheimer's disease. *MedComm,* 1:69–73. https://doi.org/10.1002/mco2.4.
7. De Pue, S., Gillebert, C., Dierckx, E., Vanderhasselt, M.A., De Raedt, R., Van den Bussche, E. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on wellbeing and cognitive functioning of older adults. *Sci Rep,* 11:1–11. https://doi.org/10.1038/s41598-021-84127-7.
8. Radwan, E., Radwan, A., Radwan, W. (2020). Challenges Facing Older Adults during the COVID-19 Outbreak. *Eur J Environ Public Heal,* 5:em0059. https://doi.org/10.29333/ejeph/8457.
9. van Tilburg, T.G., Steinmetz, S., Stolte, E., van der Roest, H., de Vries, D.H. (2020). Loneliness and Mental Health During the COVID-19 Pandemic: A Study Among Dutch Older Adults. *Journals Gerontol Ser B,* XX:1–7. https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa111.
10. Goveas, J.S., Shear, M.K. (2020). Grief and the COVID-19 Pandemic in Older Adults. *Am J Geriatr Psychiatry,* 28:1119–25. https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.06.021.

11. Tsamakis, K., Tsiptsios, D., Ouranidis, A., Mueller, C., Schizas, D., Terniotis, C., et al. (2021). COVID-19 and its consequences on mental health (Review). *Exp Ther Med,* 21:1–7. https://doi.org/10.3892/etm.2021.9675.
12. Aki, Ö.E. (2020). Covid-19 pandemic and the mental health of elderly. *Turk Geriatr Derg,* 23:291–8. https://doi.org/10.31086/tjgeri.2020.165.

PRSB-98

COVID-19 DÖNEMİNDE CİNSİYETE DAYALI KADINA YÖNELİK ŞİDDET

Dilek KILIÇ[1], Şeyma EŞKİ[2], Filiz YILMAZ[3]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-posta: dilek@atauni.edu.tr

[2]Sağlık Bakanlığı, Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Erzurum /Türkiye, E-posta: seymaeski7@hotmail.com

[3]Sağlık Bakanlığı, Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Erzurum /Türkiye, E-posta: filizyilmaz3625@gmail.com

ÖZET

İnsanlık tarihinin başından beri var olan şiddet kavramı Covid-19 pandemisinin ortaya çıkmasıyla birlikte önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Kadına yönelik şiddet kadının insan haklarının ihlali ve bir halk sağlığı sorunudur. Dünya Sağlık Örgütü, Covid-19 nedeniyle erkeklerin ölüm oranı %4.8, kadınların ölüm oranı 2.8 olmasına rağmen Covid-19 sürecinin kadın sağlığının erkek sağlığına göre daha fazla olumsuz etkilendiğini belirtilmiştir. Birleşmiş Milletler Genel Kurulu tarafından kadına yönelik şiddeti, ister kamusal isterse özel yaşamda meydana gelsin, kadınlara fiziksel, cinsel veya psikolojik acı veya ızdırap veren veya verme ihtimali olan, cinsiyete dayanan bir eylem veya bu tür eylemlerle tehdit etme, zorlama veya keyfî olarak özgürlükten yoksun bırakma şeklinde tanımlanmaktadır. Pandemi ile ilgili korku ve belirsizlik, yine pandeminin beraberinde getirdiği işsizlik oranında artış ve işsizliğin sebep olduğu ekonomik sıkıntılarla birlikte psikolojik sorunlar, sağlık sistemine erişimin zor olması, izolasyonun getirdiği alkol tüketiminde ki artış gibi bir çok durum kadına yönelik şiddeti arttırdığı ifade edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Pandemi, Kadına yönelik şiddet

GENDER –BASED VIOLENCE AGAİNST WOMENIN THE COVID-19 PERIOD

ABSRACT

The concept of violence, which has existed since the beginning of human history, emerges as an important concept with the emergence of the Covid-19 pandemic. Violence against women is a violation of women's human rights and a public health problem. The World Health Organization stated that although the mortality rate of men was 4.8% due to Covid-19 and the mortality rate of women was 2.8, the Covid-19 process was more negatively affected by women's health than men's health. By the United Nations General Assembly, violence against women, whether occurring in public or private life, causes or is likely to cause physical, sexual or psychological pain or suffering to women, or threatening, coercion or arbitrary deprivation

of liberty with such acts It is defined as. Fear and uncertainty related to the pandemic, the increase in the rate of unemployment and the economic problems caused by unemployment, psychological problems, difficult access to the health system, and the increase in alcohol consumption caused by isolation have been stated to increase violence against women.

GİRİŞ VE AMAÇ

İnsanlık tarihinin başından beri var olan şiddet kavramı Covid-19 pandemisinin ortaya çıkmasıyla birlikte Kadına yönelik şiddet pandeminin görünmeyen ve üstü örtülen salgınıdır. Kadına yönelik şiddet kadının insan haklarının ihlalidir. [1]

Kadına yönelik şiddet; cinsel yolla bulaşan hastalıklara, HIV ve plansız gebelikler de dahil olmak üzere fiziksel, mental, cinsel ve üreme sağlığı üzerine olumsuz etkilere neden olmaktadır.[2,3] Kadına yönelik şiddet, dünyanın her yerinde farklı ırk, dil, din, sınıf ve etnik gruplara mensup kadınların yaşadıkları ortak bir sorundur. Kadına yönelik şiddet özel alanda meydana geldiği için ve çoğu zaman gizli tutulduğundan doğru verilere ulaşmak güç olmaktadır. Bir toplumda kadın ve erkekler arasındaki eşitsizlik oranı ne kadar büyükse, kadına karşı şiddet de o kadar fazla yaşanmaktadır.[4] Erkek egemenliğinin belirgin olduğu, kadınların şiddetten uzaklaşmak ve korunmak için ihtiyaç duydukları sosyal ve hukuki destek sistemlerinin yeterli ve nitelikli olmadığı az gelişmiş ülkelerde kadına yönelik şiddet yaygınlığı yüksektir. Kadına yönelik şiddet sosyoekonomik ve eğitim düzeyi düşük olan, evlilik sorunları yaşayan, boşanmış veya boşanmak üzere olan, daha önce şiddete maruz kalmış, kendisi de çocuklarına veya diğer insanlara şiddet uygulayan, yeti yitimi olan kadınların şiddete maruz kalma riski daha yüksektir[5]

Dünya Sağlık Örgütü, Covid-19 nedeniyle erkeklerin ölüm oranı %4.8, kadınların ölüm oranı 2.8 olmasına rağmen Covid-19 sürecinin kadın sağlığının erkek sağlığına göre daha fazla olumsuz etkilendiğini belirtilmiştir.[6] bu süreçte kadının ev işi, çocuk, hasta ve yaşlı bakımı gibi omzundaki yükü artıran faktörler şiddet gösteren bireyle mücadele etme gücünü azaltabilir. Ayrıca bütün bu durumlar kadını fiziksel şiddetin yanı sıra duygusal ve cinsel şiddete karşı da açık hale getirebilmektedir.[7]

Kadınların dezavantajlı gruplar arasında yer alması, bu süreçte evde kalmanın kadınlar üzerinde artırdığı sorumluluklar, kadınların ev içerisinde ki sorumluluklarının görmezden gelinmesi ve izolasyon sürecinin kadının destek hizmetlere ulaşımını zorlaştırarak kadın sağlığını hem fiziksel hem de mental olarak olumsuz yönde etkileyeceği düşünülmektedir.

Sonuç

Günümüzde cinsiyet eşitsizliğinin sebep olduğu şiddet varlığını sürdürmekle beraber Covid-19 sürecinde bu oranların artmış olması gösteriyor ki izolasyon süreci enfeksiyonel oranı azaltıyor ancak çeşitli faktörlerin etkisiyle kadına yönelik şiddet oranının artmasınasebep oluyor.

Bu pandemi sürecinde her ülke kendi bünyesinde konunun öneminin farkına varmalı ve kadına şiddeti önleyecek girişimlerde bulunmalıdır. Ülkeler sığınma evleri, destek hatları ve diğer koruyucu önlemler konusunda halkı bilinçlendirmeli ve Covid-19 sürecinde artan internet kullanımını avantaja çevirerek sosyal medyanın gücünden faydalanmalıdır.

Pandemi sürecinde büyük sorumluluk alan sağlık personeline bu süreçte kadına yönelik şiddetin tespitinde ve önlenmesinde de önemli görevler düşmektedir. Hemşireler, hekimler, psikologlar başta olmak üzere kolluk kuvvetlerinin desteğiyle tespit ve önleme süreci ekip olarak titizlikle yürütülmelidir.

KAYNAKÇA

1. Who, Violence against women,2017. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women
2. Violence against women: A priority health issue World Health Organization.1997. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/63553/WHO_FRH_WHD_97.8.pdf
3. García-Moreno C, Jansen HAFM, Ellsberg M, Heise L, Watts C. WHO multi-country study on women's health and domestic violence against women. Geneva: World Health Organization. 2005. 204, 1-18. https://www.researchgate.net/publication/237389201_WHO_Multi_Country_Study_on_Women's_Health_and_Domestic_Violence_Against_Women
4. Kadına yönelik aile içi şiddetin önlenmesi projesi https://vatandas.jandarma.gov.tr/KYSOP/uzaktan_egitim/Documents/2%20KYAIS.pdf
5. Yüksel Ş, Başterzi AD. Türkiye Psikiyatri Derneği Kadına Yönelik Şiddeti Önleme Görev Grubu Raporu. Içinde: Kadınların Yaşamı ve Kadın Ruh Sağlığı. Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları; 2013. s. 715-35.
6. World Health Organization (WHO) (2020). China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 (Covid-19). (2020, 16 Mayıs). https://www.who.int/publications/i/item/report-of-the-who-china-joint-mission-on-coronavirus-disease-2019-(covid-19)
7. (Marques, E. S., Moraes, C. L. de Hasselmann, M. H., Deslandes, S. F., & Reichenheim, M. E. (2020). A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela COVID-19: Panorama, motivações e formas de enfrentamento. Cadernos de Saúde Pública, 36 (4), e00074420.).

PRSB-108

PSİKİYATRİ HASTALARININ PANDEMİ İLE İLGİLİ BİLDİRİMLERİ; REMİSYONDA OLAN VE ALEVLENME YAŞAYAN POLİKLİNİK HASTALARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Hacer Akgül CEYHUN[1]

[1]***Atatürk Üniversitesi, Tıp Fakültesi Psikiyatri AD, Erzurum / Türkiye, EPosta:h.ceyhun@atauni.edu.tr***

Özet

Amaç: COVID-19 pandemisi gibi bir felakete maruz kalmakla; karantina, tecrit gibi kısıtlayıcı önlemler sağlıklı bireylerde korku ve stres tepkilerine yol açarsa, ruhsal bozukluğu olan savunmasız bireylerde salgının etkilerinin oldukça farklı olabileceğini hayal etmek zor değil. Ayaktan tedavi alan psikiyatri hastalarının; Covid-19 için önleyici tedbirler ve uyum, enfeksiyon ve kayıp, stresle başa çıkma tutumları, kişiler arası ilişkiler, karantinanın fiziksel ve ruhsal etkileri, günlük rutinlerdeki değişiklikler konularındaki bildirimleri değerlendirilecek.

Yöntem: Atatürk Üniversitesi psikiyatri polikliniğine ayaktan başvuran 134 birey psikiyatrist tarafından literatür ışığında hazırlanan bir anket ve yarı yapılandırılmış klinik görüşme ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Katılımcıların %31.3'ü erkek,%68.7'si kadındı. Yaş ortalaması 31±11.9 idi. Hastaların %27.6'sı Covid enfeksiyonu geçirdiğini, %21.6'sı Covid-19 nedeni ile vefat eden sevdiklerinin yasını yaşadığını bildirdi. %56.7'si önlemlerin, %71.6'sı aşının gerekliliğine inanıyor, %26.1'i önlemlere uymakta güçlük yaşıyordu. %55.2'sinin pandemi öncesi dönemde psikiyatrik tanıları vardı.%68.7' si pandemide başlayan veya kötüleşen psikiyatrik semptomlar bildirdiler. Remisyonda olan hastalar ile pandemi döneminde yeni tanı alan veya alevlenme yaşayan hastaların bildirimlerinin karşılaştırılmasında; pandemide ruh ve fiziksel sağlıkla ilgili olumsuz sonuçlar, karantinada evde kalmanın sağlık sorunları oluşturması, pandemide kişiler arası ilişkilerde zorluk yaşama bildirimleri yeni tanı alan veya alevlenme yaşayan hastalarda yüksekti. Ruh sağlığının olumsuz etkilenmesi; karantinada evde kalma sırasında yaşanan kişilerarası ilişkilerde öfke ve hayat kırıklığı yaşama nedeni ile birlikte yaşamanın zorlaşması, hastalanma ve sevdiklerini kaybetme endişesi, uyku-uyanıklık saatlerinde değişim ve fiziksel sağlık sorunları ile ilişkili idi.

Sonuç: Ruh sağlığı hizmetleri sunarken; karantinada evde kalmanın; hastaların ev içinde kişiler arası ilişkilerde zorluklar, strese karşı yüksek duygusal tepkisellik ve sirkadiyen ritimde

değişikliklerle ruh sağlığının kötüleşmesine veya nükslere neden olabileceği göz önünde bulundurmalıdır.

Anahtar Kelimeler: ayaktan psikiyatri hastaları, COVİD-19 pandemisi, kaygı, kişiler arası ilişkiler, ruhsal bozukluk, sirkadiyen ritim, önleyici tedbirler

PSYCHIATRIC PATIENTS' EXPERIENCE OF THE PANDEMIC; COMPARISON OF OUTPATIENT WITH REMISSION AND EXACERBATION

Abstract

Aim: Being exposed to a disaster such as the COVID-19 pandemic; If restrictive measures such as quarantine and isolation cause fear and stress in healthy individuals, it is not difficult to imagine that the effects of the epidemic on vulnerable individuals with mental disorders could be quite different. Outpatient psychiatric patients; Reports on preventive measures and adaptation for Covid-19, status of infection and bereavement, attitudes to cope with stress, interpersonal relationships, physical and mental effects of quarantine, changes in daily routines will be evaluated.

Methods: 134 outpatients who applied to Atatürk University psychiatry outpatient clinic were evaluated by a psychiatrist using a questionnaire prepared in the light of the literature and a semi-structured clinical interview.

Results: 31.3% of the participants were male and 68.7% were female. The mean age was 31±11.9 years. 27.6% of the patients reported that they had a Covid infection, and 21.6% reported that they were mourning their loved ones who passed away due to Covid-19. 56.7% believed in the necessity of the precautions, 71.6% the vaccine, 26.1% had difficulty in complying with the precautions. 55.2% of them had psychiatric diagnoses that started in the pre-pandemic period. 68.7% reported psychiatric symptoms that started or worsened during the pandemic. In the comparison of the reports of patients in remission and those newly diagnosed or exacerbated during the pandemic period; Reports of negative effects on mental and physical health in the pandemic, health problems caused by staying at home in quarantine, and difficulties in interpersonal relationships during the pandemic were high in patients newly diagnosed or experiencing exacerbation. Negative impact on mental health; It was associated with difficulty in living together due to anger and disappointment in interpersonal relationships during staying at home in quarantine, anxiety about getting sick and losing loved ones, changes in sleep-wake hours, and physical health problems.

Conclusion: While providing mental health services; staying at home in quarantine; It should be taken into account that patients may have difficulties in interpersonal relationships at home,

high emotional reactivity to stress, and changes in circadian rhythm, resulting in worsening mental health or relapses.

Key Words: anxiety, circadian rhythm, COVID-19 pandemic, interpersonal relationships, mental disorder, outpatient psychiatric patients, preventative measures

GİRİŞ VE AMAÇ

COVID-19 Pandemisi bireyleri yalnızca fiziksel değil ruhsal ve psikososyal alanları etkileyen halk sağlığı sorunudur. Pandeminin sağlıklı bireylerin ruh sağlıklarına etkisinin araştırıldığı bir çalışmada, bu süreçte yüksek oranlarda anksiyete bozukluğu, depresyon semptomları ve uyku kalitesi bozukluğu tespit edildiği bildirilmiştir[1]. COVID-19 pandemisi gibi bir felakete maruz kalmakla; karantina, tecrit gibi sınırlama önlemleri sağlıklı bireylerde korku ve stres tepkilerine yol açarsa, ruhsal bozukluğu olan savunmasız bireylerde salgının etkilerinin oldukça farklı olabileceğini tahmin etmek zor değildir. Tüm toplumda olduğu gibi özellikle ruhsal bozukluğu olan hastalarda da pandemide bulaş tehdidi, yeni bir stres etkeni veya travma biçimidir. Pandemide tecrit, yalnızlık, ölümler sonrası yalnız yaşanan yas, geçim kaynaklarını kaybetme ve aniden hayatını kaybetme korkusuyla karşı karşıya kalmanın ruhsal belirti ve bozuklukların insidansında artışa neden olacağı beklenmektedir[1]. Psikiyatri hizmetleri sunarken; ruh sağlığı ve refahı üzerindeki etkileri uzun süre devam edecek olan pandemi ile ilgili risk faktörlerinin tespiti önemlidir. COVID-19 salgını sırasında daha önce ruhsal bozukluk tanısı almış hastaların; ertelenen hastane ziyaretleri nedeniyle rutin psikiyatrik bakım alamama, salgın sırasında doktorlardan reçetelere erişemedikleri için kendi kendine ilaç dozajını azaltma ve ilaçlarını almayı bırakma durumları bildirilmiştir[2]. Biyolojik veya psikososyal stres faktörlerine karşı zaten savunmasız bir örnekleme karşı gelen psikiyatri hastalarının aynı zamanda önleyici tedbirlere uyum zorluğu, sağlık kaynaklarına ve aşıya ulaşım konularında zorluk yaşayabileceği için enfeksiyon riskleride yüksek görülmektedir[3]. Tüm bu tedhitler ve yaşam rutinlerindeki değişikliklerin psikiyatrik bozukluğu olan duyarlı gruplarda ruh sağlığına etkisini değerlendirmek önemlidir.

Bu çalışmanın amacı psikiyatri polikliniğine başvuran hastaların; Covid-19 için önleyici tedbirler ve uyum, enfeksiyon ve kayıp, stresle başa çıkma tutumları, kişiler arası ilişkiler, karantinanın fiziksel ve ruhsal etkileri, günlük rutinlerdeki değişiklikler konularındaki bildirimleri değerlendirmektir. Remisyonda olan ve alevlenme yaşayan poliklinik hastalarının bildirimleri karşılaştırılması ve pandemide hastaların ruh sağlığında olumsuz etkisi ile ilişkili biyopsikososyal risk faktörlerinin tespiti amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Psikiyatri polikliniğine başvuran dahil edilme kriterlerini karşılayan ve bildilendirilmiş onamları alınan 134 hasta psikiyatrist tarafından literatür ışığında hazırlanan bir anket ve yarı yapılandırılmış klinik görüşme ile değerlendirilmiştir. Hasta örneklemi; Mart 2020 öncesi dönemde Depresif Bozukluklar, Anksiyete Bozuklukları, Bipolar Bozukluk, OKB, PTSB tanıları ile takip edilen 74 hasta ile benzer tanıları ilk kez Pandemi döneminde alan 60 hastadan oluşuyordu.

Dahil edilme kriterleri; her iki cinsiyette, 18-65 yaş arasında hastalar, eşlik eden kronik tıbbi rahatsızlığı olmayan, psikiyatrik görüşme ve anketi tamamlamasına engel olabilecek okur yazar olmama, ileri derece işitme, görme sorunu ve zeka geriliğinin bulunmaması şeklindedir. Psikotik bozukluklar, Nörobilişsel bozukluklar ve Alkol ve madde kullanım bozuklukları çalışma dışı bırakılmıştır. Hastalara çalışma ile ilgili bilgilendirilme yapılıp yazılı onamları alınmıştır. Çalışmaya dahil edilme kriterlerini karşılayan hastaların sosyodemografik veri formu ve literatür ışığında hazırlanan Covid anketini geriye dönük olarak doldurmaları sağlanmıştır. Covid anketi hastaların düşüncelerini "tamamen katılıyorum", "katılıyorum", "kararsızım", "katılmıyorum" ve "kesinlikle katılmıyorum", şeklinde ifade etmelerine olanak tanıyacak şekilde hazırlanmıştır.

Psikiyatrist tarafından yarı yapılandırılmış klinik görüşme ile remisyon ve alevlenme durumu değerlendirilmiştir. Önceki psikiyatrik tanının remisyon durumu 1 yıl boyunca klinik olarak stabilite (klinik stabilite, klinik kayıtlara dayalı olarak "çalışmadan önceki 1 ay içinde ilaçta önemli bir değişiklik olmaması ve hastaneye yatış olmaması" olarak tanımlanmıştır).

İstatistiksel Analiz: Analizler IBM SPSS 20 istatistik analiz programı ile yapıldı. Veriler ortalama, standart sapma, medyan, minimum, maksimum, yüzde ve sayı olarak sunuldu. Remisyonda olan hastaların bildirimleri yeni tanı alan ve alevlenme yaşayan iki bağımsız grup arasındaki kıyaslamalarda normal dağılım şartı sağlandığı durumda İndependent Samples t testi ile karşılaştırdı. Pandeminin ruh sağlığına etkisi bildirimleri normal dağılım gösteren değişkenler için korelasyon analizi Pearson testi kullanılarak, normal dağılım göstermeyen değişkenler için Spearman korelasyon analizi yapıldı.

BULGULAR

Katılımcıların %31.3'ü erkek,%68.7'si kadındı. Yaş ortalaması 31±11.9 idi. %55.2'sinin pandemi öncesi dönemde psikiyatrik tanıları vardı. %68.7'si pandemide başlayan veya

kötüleşen psikiyatrik semptomlar bildirdiler. Çalışmaya dahil edilen olgulara ilişkin sosyodemografik bilgiler Tablo-1'de yer almaktadır. Hastaların %53'ü Anksiyete bozuklukları, %35.8'i Depresif bozukluklar ve %11.2 'si Bipolar-OKB-PTSB bozukluk tanıları aldı.

Tablo1:Çalışmaya Dahil Edilen Olgulara İlişkin Sosyodemografik ve Klinik Özellikler

Yaş	18-65 (30.74+-11.8)	n-%
Cinsiyet	Erkek	42-31.3
	Kadın	92-68.7
Eğitim	İlköğretim	29-21.6
	Lise	49-36.6
	Yükseokul- üniversite	56-41.8
Medeni durum	Bekar	49-36.6
	Evli	85-63.4
Ekonomik durum	Geliri giderinden az	10-7.5
	Geliri gideri dengede	93-69.4
	Geliri giderinden fazla	31-23.1
Çalışma durumu	Evhanımı- çalımıyor	54-40.3
	Öğrenci	40-29.9
	Memur	15-11.2
	Serbest meslek	25-18.6
Kimlerle yaşadığı	Tek	15-11.2
	Arkadaş ile	27-20.1
	Aile ile	92-68.7
2020 Mart öncesi tanı öyküsü	var	74-55.2
	yok	60-44.8
Remisyon durumu	var	42-56.8
	yok	32-43.2
Pandemi döneminde başlayan veya kötüleşen şikayetlerin varlığı	var	42-31.3
	yok	92-68.7

Hastaların bildirimleri değerlendirildiğinde; %27.6'sı Covid enfeksiyonu geçirdiğini, %21.6'sı Covid-19 nedeni ile vefat eden sevdiklerinin yasını yaşadığını bildirdi. %56.7'si önlemlerin, %71.6'sı aşının gerekliliğine inanıyordu, %26.1'i önlemlere uymakta güçlük yaşıyordu.

Remisyonda olan hastalar ile pandemi döneminde yeni tanı alan veya alevlenme yaşayan hastaların bildirimlerinin karşılaştırılmasında; pandemide ruh sağlığı (p=0.001) ve fiziksel sağlıkla (p=0.017) ilgili olumsuz sonuçlar, karantinada evde kalmanın sağlık sorunları oluşturması (p=0.05), pandemide kişiler arası ilişkilerde zorluk yaşama (p=0.003) bildirimleri yeni tanı alan veya alevlenme yaşayan hastalarda yüksekti. Pandemi ile ilgili alınan önlemlerden memnuniyet düzeyi, önleyici tedbirlere uymakta güçlük yaşama durumu, Covid-19 aşısının gerekliliğine inanma, bulaş- hastalanma- ölüm- sevdiklerini kaybetme korkusu yaşama, kendisinin ve ailesinin Covid -19 enfeksiyonu geçirme durumu, Covid-19 nedeni ile vefat eden sevdiklerinin yasını yaşama, pandemide sosyal destek algısı, stresle başa çıkma tutumları, sağlık davranışları, pandemi öncesine göre uyku-uyanıklık saatlerinde değişim bildirimleri gruplar arasında benzerdi (herbiri için p>0.05).

Tüm katılımcılardan alınan bildirimlerin korelasyonları incelendiğinde;
Ruh sağlığının olumsuz etkilenmesi; fiziksel sağlık sorunları, karantinada kişilerarası ilişkilerde zorluklar, öfke, hayal kırıklığı gibi duygusal zorluklar yaşama, bulaş-hastalanma-ölüm ve sevdiklerini kaybetme endişesi, uyku-uyanıklık saatlerinde değişim bildirimleri ile pozitif korele idi. Ruh sağlığı; pandemide sağlık hizmetlerine, tedavi ve ilaçlara ulaşım durumu ile ilişkili idi. Ruh sağlığının olumsuz etkilenmesi; pandemide stresi azaltmak için; sigara-alkol içme-ilaç alma, yemek-abur cubur yeme, telefon/tablet/televizyon gibi ekran başında vakit geçirme gibi sağlıksız başa çıkma tutumları bildirimleri ile ilişkili idi(r ve p değerleri için bakınız tablo 2)

Tablo 2: Pandemide Ruh Sağlığının Hasta Bildirimleri İle Korelasyonları

Pearson Correlation		Fiziksel sağlık	Endişe	Kişisel arası ilişkilerde zorluk	Aile İçi şiddet	Uyku-uyanıklık saatlerinde değişim	Duygusal zorluklar	Sağlıksız başa çıkma tutumları	Sağlık hizmetleri ve tedaviye erişim
Ruh sağlığı	r p n	,401** ,000 134	,420** ,000 134	,453** ,000 134	,244** ,004 134	,196* ,024 134	,238** ,006 134	,276** ,001 134	,230* ,008 134

SONUÇ VE ÖNERİLER

Çevresel faktörlerin ve yaşam olaylarının psikiyatrik bozuklukların klinik seyrini etkilediği ve alevlenme dönemlerinde rol oynadığı bilinmektedir. Çalışmamızda alevlenme yaşayan veya ilk kez pandemi döneminde tanı alan hastaların; pandeminin ve karantinada evde kalmanın kişiler arası ilişkilerde zorluklar oluşturduğu hem ruhsal hem de fiziksel sağlıkları açısından olumsuz sonuçları olduğu bildirimleri remisyondaki hastalardan farklıydı. Çalışmamızda fiziksel ve ruhsal sağlık sonuçlarında ortak bildirimler; konumuz olan psikososyal risk faktörleri yanında biyolojik risk faktörü olan Covid—19 enfeksiyonu ile santral sinir sisteminde inflamatuar değişiklikler ve etkilenen BDNF düzeyleri, enfeksiyona maruz kalınmasa da artan stres hormonları seviyelerine kronik maruziyet, fiziksel aktivite ve sirkadiyen ritimlerin değişimleri gibi birtakım ortak patofizyolojik süreçlerde ilişkili olabilirler[3].

Çalışmamızda karantinada kişilerarası ilişkilerde zorluklar; öfke hayal kırıklığı gibi duygusal zorluklar yaşama nedeni ile birlikte yaşamanın zorlaşması ve aile içi şiddet alt bildirimleri ruh sağlığı ile ilişki bulundu. Enfeksiyon kontrolünü sağlama konusunda etkili bir yöntem olan sosyal izolasyon uygulamalarının, bireylerde hapsedilme-soyutlanma hissi, öfke ve hayal kırıklığına, depresyon ve anksiyeteye neden olduğu bildirilmiştir[1,4]. Batı toplumlarındaki çalışmalarda karantina süreci sosyal izolasyon ve yanlızlaşma şeklinde yaşansa da aile ile yaşama oranlarının yüksek olduğu toplumumuzda uzun süre evde kalan bireylerin kişilerarası ilişkilerdeki sorunları şaşırtıcı değildir. Ruhsal bozukluğu olan bireylerde duygusal tepkileri düzenlemede güçlüklerle birlikte davranışları düzenleme sürecinde de sorun yaşamaları, dürtüsel hareketlere ve kontrol eksikliği hissi ile tepkisel saldırgan davranışlara yönelme olasılıkları şüphesiz aile yapısı ve kişiler arası ilişkilerde gerilimlerle ilişkili olabilir. Stres seviyesinde yükselme ile ilişkili olarak aile dinamiklerinde bozulmalar ve aile içi şiddet olgularında artış literatürle uyumlu gözükmektedir[5]. Ruh sağlığı profesyonelleri, danışanlarına aile içi şiddet eylemlerinin önlenmesi ve kriz durumlarının yönetimini amaçlayan baş etmeye yönelik çalışmalar ve psikoterapi teknikleri ile yardımcı olabilirler. Aynı zamanda psikososyal hizmetler çerçevesinde; cinayet veya intihar gibi tehlikeli durumlar için yüksek riskli bireylerin belirlenmesinde aile içi tarama araçları kullanılmalı ve acil durum barınakları, internet veya telefon ile uzaktan danışmanlık ve yardım hizmetlerini içeren programlar oluşturulmalıdır.

Çalışmamızda uyku-uyanıklık saatlerinde değişim bildirimleri ile ruh sağlığında olumsuz etkilenme korele idi. Fiziksel ve ruhsal sağlık göstergesi olan normal bir sirkadiyen uyku ritmi

ve duygudurum stabilitesinin sağlanması; temelde normal aydınlık-karanlıkla düzenlenen hormonlar ve beslenme- egzersiz ile şekillenen iç ritim ile sosyal katılımla düzenlenen dış ritim arasındaki istikrarlı bir ilişkiye bağlıdır. COVID-19 pandemisinin ve buna bağlı evde kalma sürecinde sosyal ve fiziksel aktivitelerden uzaklaşmak ile günlük rutinlerin korunamamasının, uzayan ekran süreleri ile ışık maruziyetinin, sirkadiyen ritim değişiklikleri ile uyku kalitesi ve duygudurum stabilitesi sağlamada güçlük gibi olumsuz ruhsal sonuçlarla ilişkili olabileceği gösterilmiştir[6]. Günlük uyku-uyanma ve yeme rutinlere mümkün olduğunca devam edilmesi, gün içinde egzersiz yapılması ve ekran süresini azaltma önerileri hastalara önerilmesi gereken sağlık davranışları olmalıdır.

Bulaş-hastalanma-ölüm ve sevdiklerini kaybetme çalışmamızda ruh sağlığı sorunları ile birliktelik göstermiştir. Ruhsal bozukluğu olan bireyler, yaşanan karmaşık sosyal ve psikolojik durumlar, medyaya aşırı maruz kalarak mikro-travmalar, pandemi haberlerini kısıtlamadığı sürece artan stres ve korku seviyeleri ve zorunlu karantina sürecinde ciddi anksiyete ile karşı karşıya kalmışlardır. Özellikle salgının ortaya çıkışı ve vaka sayılarının arttığı dönemlerde bireylerin artan düzeyde korku, endişe ve stres algıladığı gözlenmiştir. İlerleyen süreçte fertlerin travmatik maruziyetlerini ve stresin getirdiği baskıyı azaltmaya dair kendini korumaya yönelik davranış değişikliklerinin şekillendirmeleri beklenir. Ruh sağlığının olumsuz etkilenmesi; pandemide stresi azaltmak için; sigara-alkol içme-ilaç alma, yemek-abur cubur yeme, telefon/tablet/televizyon gibi ekran başında vakit geçirme gibi sağlıksız başa çıkma tutumları bildirimleri ile ilişkili idi. Öte yandan olumlu sağlık davranışları olan; aktif başa çıkma, farkındalık ve gevşeme egzersizleri gibi stres yönetimi tekniklerinin kullanılması ruh sağlığı ile ilişkili bulunmamıştır. Bu durum hastalara sorduğumuz koruyucu müdahalelerin ruhsal bozukluklu bireylerde etkin olamaması veya bireyler tarafından ifade edildiği şekilde uygulanmamış olması ile ilişkili olabilir.

Ruh sağlığı; pandemide sağlık hizmetlerine, tedavi ve ilaçlara ulaşım durumu ile ilişkili idi. Sağlık sisteminde ve ruh sağlığı hizmetlerinde bir aksama yaşanmamış olsa da, hastaların bireysel bulaş korkusu, hizmetlere ulaşımı erteleme, önceden raporlanmış tedavilerinin bulunmaması gibi nedenlerle ilişkili olabilir.

Ruh sağlığı hizmetleri sunarken; karantinada evde kalmanın; hastaların ev içinde kişiler arası ilişkilerde zorluklar, strese karşı yüksek duygusal tepkisellik ve sirkadiyen ritimde değişikliklerle ruh sağlığının kötüleşmesine veya nükslere neden olabileceği göz önünde bulundurmalıdır.

Çalışmanın kısıtlılıkları; olgularımızın tedavi ve takiplerine düzenli devam eden, remisyonda seyreden, grubun görece az sayıda hastadan oluşması, çalışmanın kesitsel niteliği ve tek

merkezli olmasıdır. Güçlü yönleri ise; klinisyenin yaptığı görüşme ile tanıların konulmuş ve remisyon durumunun değerlendirilmiş olmasıdır. Katılımcıların özbildirimlerine dayalı olan veriler klinik görüşmede ele alınmış ve pek çok risk faktörü derinlemesine sorgulanabilmiştir.

KAYNAKÇA

1. Huang Y, Zhao N. (2020) Chinese mental health burden during the COVID-19 pandemic. Asian Journal of Psychiatry. Jun;51:102052. Ue
2. Zhou J, Liu L, Xue P, Yang X, Tang X. (2020) Mental Health Response to the COVID-19 Outbreak in China. Am J Psychiatry. Jul 1;177(7):574-575.
3. Motaghinejad, M., & Gholami, M. (2020). Possible Neurological and Mental Outcomes of COVID-19 Infection: A Hypothetical Role of ACE-2\Mas\BDNF Signaling Pathway. *International journal of preventive medicine*, *11*, 84.
4. BAHAR, A., ÇUHADAR, D., & BAHAR, G. (2020) COVİD-19 PANDEMİSİ: KARANTİNA VE İZOLASYON SÜRECİNDE RUH SAĞLIĞI. ERÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 7(2), 42-48.
5. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Neil Greenberg FM, et al. (2020) The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. Lancet.; 6736 (20).
6. Aydınoğlu, Ü., & Yazla, E. (2021). COVID-19 pandemisinin bipolar bozukluk tanılı hastaların uyku kalitesine etkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, *24*(1).

PRSB-113

COVİD -19 PANDEMİSİNDE UMUTSUZLUK

***Tuba AYDIN*[1], *Hatice DURMAZ* [2]**
[1]Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum / Türkiye,
e-posta:tubaa5656@gmail.com
[2]AtatürkÜniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye,
e-posta: haticedurmaz@atauni.edu.tr

Özet

Umutsuzluk kişilerin kendileri hakkında olumsuz düşüncelerinin olması, geleceklerine yönelik olumlu düşüncelerinin eksikliği ve olumsuz olayların değişmeyeceğine dair olan varsayımlarıdır. Günümüzde insanlarda umutsuzluğu tetikleyen küresel bir pandemi söz konusudur. COVİD-19 hastalığı; 2020 yılının ocak ayında Çin'de başlayan ve çok kısa bir sürede tüm dünyaya yayılan bir pandemidir. Bu pandemi hala etkinliğini devam ettirmekte ve ciddi solunum yolu rahatsızlığına sebep olmaktadır.Hastalığa neden olan virüsün ortaya çıkış nedeninin tam olarak bilinememesi, virüsün kontrol altına alınamaması ve dünyadaki tüm bireylerin risk altında olması pandemiyi evrensel bir travmaya dönüştürmüştür. Covid-19 pandemisinin korkutucu tablosu ve getirdiği yeni düzen insanları fiziksel, psikolojik, sosyolojik, maddi ve manevi birçok olumsuz etki altında bırakmıştır.Bu olumsuz etkiler kişiler üzerinde bir çok negatif durumuda beraberinde getirmiştir.Bu negatif durumlardan birisi de umutsuzluktur. Yapılan araştırmalar travmatik durumlara neden olan bulaşıcı hastalıkların toplumda umutsuzluk düzeyini artırdığını göstermiştir.

Bu derlemenin amacı da pandemi sürecinin farklı kesimlerdeki bireyleri umutsuzluk açısından nasıl etkilendiğini ortaya koymaktır.

Anahtar Kelimeler: Umutsuzluk, COVİD-19, Pandemi , Hemşirelik.

HOPELESSNESS İN THE COVID -19 PANDEMIC

Abstract

Hopelessness is the assumption that people have negative thoughts about themselves, lack of positive thoughts about their future, and that negative events will not change. Today, there is a global pandemic that triggers hopelessness in people. COVID-19 disease; It is a pandemic thatstarted in China in January 2020 and spread all over the world in a very short time. This pandemic is still active and causes serious respiratory illness. The fact that the cause of the emergence of the virus that causes the disease is not known exactly, the virus cannot be

controlled and allindividuals in the world are at risk have turned the pandemic into a universal trauma. The frightening picture of the Covid-19 pandemic and the new order it has brought have left people under many negative effects, physically, psychologically, sociologically,materially and spiritually. These negative effects have brought many negative situations on people. One of these negative situations is hopelessness. Studies have shown that infectious diseases that cause traumatic situations increase the level of hopelessness in society.

The purpose of this review is toreveal how the pandemic process has affected individuals from different segments in terms of hopelessness.

Keywords: Hopelessness, Covid-19, Pandemic, Nursing.

GİRİŞ

Umutsuzluk kavramını anlamak için önce umut kavramının anlaşılması gerekir çünkü umutsuzluğu ortadan kaldıran asıl durum umuttur.Umut Türk Dil Kurumu'nda "ummaktan doğmuş olan güven duygusu'' olarak tanımlanmaktadır.[1] Umut bireyin istekliliğini,motivasyonunu yaşama aktaran bir makinadır, hastalıkta veya karşılaşılan her problemde karamsarlık ve çaresizlik duygularına engel olur . Umut aynı zaman da zorlu şartların altından kalkmak ve mutsuzluğu gidermek için gerekli olan etkendir.[2] Kısacası umut bireyin yaşama gücüdür. Umutsuzluk ise umudun olmadığı tablodur. Umutsuzluk 1986 yılında Kuzey Amerika Hemşirelik Tanılama Derneği tarafından "bireyin sınırlı ya da hiç alternatif göremediği veya kişisel seçenekler bulamadığı ve kendi yararı için enerji sarf edemediği bir durum" olarak tanımlanmıştır.[3] Umutsuzluk, geleceğe dair beklentilerimizin olumsuz yönde olduğu duygusal durumdur. Geleceğin kötü olacağını sandığımız iyi şeyler "ummadığımız" hissidir.[4] Umut ve umutsuzluk zıt duygulardır. Umutsuzluk bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan olumsuz beklentilerdir. Umut ise bir amacı gerçekleştirmek için sıfırdan fazla olan olumlu beklentilerdir.[5] Umutsuzluk doğuştan var olan bir duygu değildir oluşmasında bazı etkenler neden olmaktadır. Bu etkenler Tanç'ın aktardığına göre Amerikan Psikoloji Derneği tarafından (1977) yılında;

- Yalnızlık,
- Beden sağlığının kötüleşmesi,
- Stresin uzun sürmesi ,
- Kendini bırakmak ,
- Soyut değerlere inancını kaybetmek olarak tanımlanmıştır.[6]

COVID-19 PANDEMİSİ VE UMUTSUZLUK

Günümüzde tüm dünyayı etkisi altına almış, hala etkinliğini devam ettiren COVİD-19 pandemisi ve getirdiği yeni düzen bireylerde umutsuzluk düzeyini artırabilir.Covid 19 pandemisine neden olan virüs Aralık 2019 çinin Wuhan kentinde ortaya çıkıp, enfekte ettiği kişilerde akciğer enfeksiyonuna neden olan bir virüstür.[7] Ortaya çıktıktan çok kısa bir süre sonra bütün dünya geneline yayılmış ve 11 mart 2020 de Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından pandemi olarak ilan edilmiştir.[8] Bu virüs insanlarda başta normal bir grip gibi belirtiler gösterip kuru öksürük, baş ağrısı, eklem ağrısı, ateş, ishal, tat ve koku almada güçlük, solunum güçlüğü gibi belirtiler göstererek insanların hayatlarını kaybetmelerine neden olmuştur.Öyle ki bu salgının neden olduğu virüs, 2021 yılı ortalarında 175 Milyondan fazla insanı enfekte ederek yaklaşık 4 milyon insanın hayatını kaybetmesine neden olmuştur.[8] COVİD 19 salgını tüm toplumu sağlık açısından etkilediği kadar psikoloji, sosyolojik ve ekonomik olarak da etkilemiştir.Bütün dünyada ve ülkemizde salgını kontrol altında tutmak için hükümetler tarafından birçok önlemler alınmıştır. Bu önlemlerden bazıları, sokağa çıkma yasağı, sosyal mesafe kuralı, sosyal izolasyon, karantina, seyahat kısıtlamaları, çalışma saatlerinde esneklik, uzaktan eğitim ve evden çalışma uygulaması gibi sosyal ilişkileri sekteye uğratan önlemlerdir.[9]Bu salgın, toplumsal ve ekonomik düzeni önemli derecede etkileyen, kurumlara karşı güven duygusunu sarsan, değerleri sorgulatan, belirsizlik ve korkunun hâkim olduğu evrensel bir kriz oluşturmuştur. Yaşanan belirsizlikle birlikte hastalık kapma endişesiyle yaşanılan korku, mutsuzluk, ümitsizlik, çaresizlik gibi duygular da salgın halini almıştır.[10,11]Yapılan birçok araştırmada da umutsuzluk duygusu travmayla ilişkili bir değişken olarak bulunmuştur.[12] COVİD 19 pandemisi ve getirdiği yeni düzen umutsuzluğun nedenleriyle neredeyse birebir uyuşmaktadır. Birey özellikle kendi ile ilişkili ve gelecekle ilgili sürekli negatif beklentiler içinde olma, küresel olayların sebepleri üzerinde kötü yönde çıkarımda bulunmasının sonucu olarak, istenmeyen bir olay meydana geldiğinde umutsuzluk yaşamaktadır. [14] 2020 yılı sonunda aşı geliştirme çalışmalarından olumlu sonuçların alınsa da , salgının küresel ekonomi üzerindeki olumsuz etkisinin bir süre daha devam edeceği düşünülmektedir. Bu salgın sürecinin ne zaman biteceği, eski normal düzene ne zaman dönüleceği konusundaki belirsizlikler umutsuzluğu arttırmaktadır.[13] Eski düzene dönmesi, ekonomik ve sosyal sistemde yarattığı tahribatın nasıl ve ne zaman düzeltileceği konusundaki belirsizlikler çaresizlik ve umutsuzluğu artırmaktadır.[14] Bu zorlu belirsizliğin hâkim olduğu süreçte yaşanan umutsuzluğun düzeyi ve bireylerin psikolojik sağlığına ne tür etkiler yaptığının anlaşılması oldukça önemlidir. Bu derlemenin amacı da, pandemi sürecinin farklı kesimlerdeki bireyleri umutsuzluk açısından nasıl etkilediğini ortaya koymaktır.

UMUTSUZLUĞUN SOSYAL VE PSİKOLOJİK ETKİLERİ

Umutsuzluk, kişinin içinde bulunduğu fiziksel, zihinsel veya toplumsal durumun düzelmeyeceğine ilişkin genel ruh halini yansıtır.[15] Yani umutsuzluk, bedensel, ruhsal ve sosyal iyilik hallerinin tamamını etkileyebilecek bir kavramdır .[3] Umutsuzluğu fazlaca yaşayan bireylerde enerji azlığı, geride bekleme, mutsuz olma, çaresizlik, eylem azlığı, hedef koymada zorluk, organizasyon güçlüğü, bilgiyi bütünleştirme ve eskiyi hatırlayamama gibi özellikler görülmektedir.[16] Bütün bu özellikler kişide sosyal çekilmeye neden olabilir. Ruhsal açıdan bireyleri olumsuz etkilemesi ile birlikte depresyon gibi psikiyatrik bozuklukların görülmesine neden olan bir duygudur.[17] Depresif hastaların çoğu kliniğe umutsuzluk yakınması ile başvuru yapar.Tümkaya'nın aktardığına göre Beck ve ark. (1985) umutsuzluk ölçeğini kullanarak yatan hastalar ile yaptığı çalışmalarda depresyon ve umutsuzluğun intihar eğilimi ile ilişkili olduğunu,umutsuzluk kontrol altına alındığında depresyon ve intihar arasındaki ilişkinin kaybolduğunu saptamışlardır.[5] Umutsuzluk yaşayan insanlar, yaşadıklarını çözmek adına madde, alkol ve sigara bağımlılıkları oluşturabilirler. Aslında bağımlılığın asıl nedeni umutsuzluktur. Kısacası umutsuzluk depresyon,intihar,şizofreni,alkolizm sosyopati ve fiziksel bir çok hastalıkla ilişkilendirilmiştir.[13] Bu yüzden tespiti ve önlenmesi önemlidir.

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE UMUTSUZLUK DÜZEYİ

Pandemi süreci boyunca uluslararası ve ulusal alanda bireylerde bir çok Psikososyal sorun yaşamışlardır.Bu sorunlardan ülkemizde umutsuzluk üzerinde yapılan çalışma sonuçları aşağıda sıralanmıştır.

Pandemi sürecinde çalışan hemşirelerin Anksiyete ve umutsuzluk düzeyine bakılan bir çalışmada ,umutsuzluk düzeylerin orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın sonuçlarında daha çok genç hemşirelerde umutsuzluğun yaşanması; klinik deneyim azlığı, mesleğin ilk yıllarında yoğun kliniklerde görev alma, haftalık çalışma süresinin normalden fazla ve daha çok gece mesailerinde çalışma gibi nedenlere bağlı olduğu tespit edilmiştir. [18]

Bir diğer çalışmada sağlık çalışanlarının, sağlık çalışanı olmayan bireylere göre umutsuzluk düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Aynı çalışma sonucuna göre hemşirelerin umutsuzluk seviyesi hekimlere kıyasla daha yüksek bulunmuştur. [19] Bir başka çalışmada COVID_19 ile mücadele etmeye yönelik bölgesel ve küresel düzeyde alınan sağlık, ekonomi ve güvenlik önlemlerini yeterli bulmadıklarını rapor etmiştir. Yaklaşık 3 katılımcıdan biri umutsuzluk semptomlarını orta ila şiddetli düzeyde olduğunu tespit etmişlerdir.[20]

Bir kurumda karantina altında bulunan bireylerde umutsuzluk düzeylerine bakan bir diğer çalışmada, karantina altında olup liseden daha az eğitim alanlar, çalışmayanlar, 3 ve üzerinde çocuk sahibi olanlar, psikiyatrik hastalık öyküsü ve uyku bozukluğu olanlar ile 8 saat

ve üstünde sosyal medya kullananların umutsuzluk gelişimi için daha fazla risk altında olduğu belirlemişlerdir.[14] Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada,pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve umutsuzluklarının kariyer geleceği algısı üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkileri incelenmiştir. Çalışmada psikolojik dayanıklılığın kariyer gelecek algısını hem doğrudan hem de umutsuzluk üzerinden dolaylı olarak pozitif yönde etkilediği belirlenmiştir. Psikolojik dayanıklılığın, katılımcıların umutlu olma durumlarını da pozitif yönde etkilediği belirlemişlerdir.[13]

SONUÇ VE ÖNERİLER

Ulusal düzeyde pandemi döneminde umutsuzluk üzerine yapılan çalışmaların incelendiği bu derlemede pandeminin bireylerde birçok psikososyal soruna ve özelliklede umutsuzluğa neden olduğu sonucuna varılmıştır.Umutsuzluk ile ilgili yapılan çalışmaların sonuçlarında pandeminin bireylerde ki olumsuz etkilerinin yadsınamayacak düzeyde olduğunu göstermiştir.Bu sonuçlar doğrultusunda umutsuzluğun riskli faktörlerinin belirlenmesi, umutsuzluk ile ilgili baş etme yöntemlerinin hemşirelik girişimlerine entegre edilmesi, konuyla alakalı tanımlayıcı ve deneysel çalışmaların yapılması önerilebilir.

KAYNAKÇA

1) Türk Dil Kurumu Sözlükleri ,Umut Nedir?(2021).https://sozluk.gov.tr/(E.T.17.06.2021)
2) Doğan, S. Ve Kelleci, M. (2004). Fiziksel Hastalık Nedeniyle Hastanede Yatan Bireylerin Bazı Tanı Gruplarına Göre Umutsuzluk Düzeyleri. İstanbul Üniversitesi F.N.H.Y.O. Dergisi. 13- 52.
3) Deveci, S. E., Ulutaşdemir, N., & Yasemin, A. Ç. I. K. (2011). Bir Mesleki Eğitim Merkezi Öğrencilerinde Umutsuzluk Düzeyi Ve Etkileyen Faktörler. *Dicle Tıp Dergisi*, *38*(3), 312-317.
4) Umutsuzluk Nedir? (2021).https://www.dmy.info/umutsuzluk-nedir//(E.T.12.06.2021)
5) Tümkaya, S. (2005). Ailesi Yanında Ve Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, *3*(4), 445-459.
6) Tanç, S. (1999)Benlik Değeri, Umutsuzluk Ve Kariyer Beklentileri, İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
7) Loveday, H. (2020). Fear, Explanationand Action–Thepsychosocialresponsetoemerginginfections. Journal Of Infectionprevention, 21, 44-46.
8) DSÖ Coronavirüs (Covid 19) Panosu (2021)https://www.who.int/campaigns/world-health-day/2021 (E.T.12.06.2021)
9) Bozkurt, Y., Zeybek, Z., & Aşkın, R. (2020). Covid-19 Pandemisi: Psikolojik Etkileri Ve Terapötik Müdahaleler. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *19*(37), 304-318.

10) Sim, K.,Chan, Y. H., Chong, P. N., Chua, H. C., Ve Soon, S. W. (2010). Psychosocialandcopingresponseswithinthecommunityhealthcaresettingtowards A Nationaloutbreak Of An İnfectiousdisease. Journal Of Psychosomaticresearch, 68(2), 195- 202.

11) Wu, P.,Fang, Y., Guan, Z., Fan, B., Kong, J., Yao, Z., Ve Hoven, C. W. (2009). Thepsychologicalimpact Of The Sars Epidemic On Hospitalemployees İn China: Exposure, Risk Perception, Andaltruisticacceptance Of Risk. Thecanadianjournal Of Psychiatry, 54(5), 302-311.

12) Kardaş F, Tanhan F. (2018).Van Depremini Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin Travma Sonrası Stres, Travma Sonrası Büyüme Ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. Yyü Eğitim Fakültesi Dergisi,15(1):1-36.

13) Alnıaçık, E., Of, M., Balkaş, J., Tülemez, S., Mirzayev, M., &Alfarra, H. (2021). Pandemi Sürecinde Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları Ve Umutsuzluklarının Kariyer Geleceği Algısı Üzerindeki Etkileri. *Business & Management Studies: An International Journal*, *9*(1), 248-266

14) Ayşegül, K. O. Ç., Demirkol, M. E., Uzun, L. N., & Tok, H. H.(2021).Covid-19 Sebebiyle Bir Kurumda Karantina Altında Bulunan Bireylerde Kaygı Ve Umutsuzluk Düzeyleri Ve Etkileyen Faktörler. *Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, *7*(1), 54-63.)

15) Çınar, O., Karcıoğlu, F. (2012). "Büro Yönetimi Bölümü Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyleri Ve Kontrol Odağı İnançları Üzerine Bir Araştırma: Erzincan Üniversitesi Myo Uygulaması", Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 16(3), 283-296

16) Eliüşük, A. (2008). Şizofrenili Hastası Olan Ailelerin Algılanan Sosyal Destek Ve Umutsuzluk Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya

17) Abela Jrz, Brozina K, Seligman Mep.(2004). A Test Of Theintegration Of Theactivationhypothesisandthediathesis-Stresscomponent Of Thehopelessnesstheory Of Depression. Cognittherres; 43(Pt 2):111-28.).

18) Bayülgen, M. Y., Bayülgen, A., Yeşil, F. H., & Türksever, H. A. (2021).Covıd-19 Pandemisi Sürecinde Çalışan Hemşirelerin Anksiyete Ve Umutsuzluk Düzeylerinin Belirlenmesi. *Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi*, *3*(1), 1-6.

19) Hacımusalar, Y., Kahve, A.C., Yaşar, A.B., & Aydın, M.S. (2020). Anxietyandhopelessnesslevels İn Covıd-19 Pandemic: A Comparativestudy Of Healthcare Professionalsandothercommunitysample İn Turkey. Journal Of Psychiatricresearch, 129, 181-188. Doi:10.1016/J. Jpsychires.

20) Erdoğdu, Y., Koçoğlu, F., & Sevim, C. (2020). Covıd-19 Pandemisi Sürecinde Anksiyete İle Umutsuzluk Düzeylerinin Psikososyal Ve Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, *23*

PRSB-114

COVID-19 BOYUNCA KANSER HASTALARININ YAŞADIKLARI MENTAL SAĞLIK SORUNLARI

***Pınar HARMANCI*[1] Erman YILDIZ[2]**

[1]Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Erbaa Sağlık Bilimleri Fakültesi, Tokat / Türkiye, E-Posta:forzapinar@hotmail.com

[2] İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Malatya / Türkiye, E-Posta: erman.yildiz@inonu.edu

Özet

Covid 19 Pandemisi boyunca kanserli hastaların mental sağlık sorunlarında değişiklikler olup-olmadığı ve bu değişikliklerin sağlıklı popülasyona oranla düzeyinin ne olduğu önemli bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Sağlık popülasyonda dahi mental sağlık sorunlarını başlatan ve artıran bir kriz dönemi olarak Covid 19 Pandemi'si kanser tanılı hastalar açısından da önemli mental sağlık sorunları yaratan bir süreç olarak bilinmektedir. Covid 19 Pandemisi'nin hastanelerde yarattığı kaos; bir çok kanser hastasının rutin takipleri için hastaneye gitmeleri konusunda endişelerinin artmasına sebep olmaktadır. Kanser hastaları bir yandan hastalıkları ile ilgili yaşadıkları endişelere, Covid 19'un sebep olduğu diğer sosyal ve duygusal sorunları da eklemektedirler. Aktif tedavi alan kanser tanılı hastaların bağışıklık cevaplarının zayıflaması nedeniyle, hastaneye tedavi almak için gitmek zorunda kalmaları ile Covid 19 virüsünün bulaşma riskinin artması ikileminde endişe ve korku sorunlarının arttığını görebilmekteyiz.

Anahtar Kelimeler:kanser, covid-19, mental sağlık

MENTAL HEALTH PROBLEMS EXPERIENCED BY CANCER PATIENTS DURING COVID-19

Abstract

It is an important issue whether there are changes in the mental health problems of cancer patients during the Covid 19 Pandemic and what the level of these changes is compared to the healthy population. As a crisis period that initiates and increases mental health problems even in the health population, the Covid 19 Pandemic is known as a process that creates

significant mental health problems for patients diagnosed with cancer. The chaos created by the Covid 19 Pandemic in hospitals; This increases the anxiety of many cancer patients about going to the hospital for routine follow-up. On the one hand, cancer patients add other social and emotional problems caused by Covid 19 to their worries about their illness. We can see that the problems of anxiety and fear increase in the dilemma of the fact that cancer patients who are receiving active treatment have to go to the hospital for treatment due to weakened immune responses and the risk of transmission of the Covid 19 virus increases.
Key words: cancer, covid-19, mental health

Giriş ve Amaç:

Kanser tanısı alan ya da tedavisi süren kişilerin bu zorlu süreç (covid 19 pandemisi) boyunca önemli düzeyde anksiyete ve depresyon yaşadıkları bilinmektedir (O'Hea ve ark 2020). Genel topluma göre kanser tanılı bireyin mental sağlık sorunları yaşama olasılığının çok daha yüksek olduğu da bilinmektedir (Wang ve ark 2020). 2020 yılında Türkiye'de yeni kanser tanısı alan vaka sayısı 233.834 ve kansere bağlı yaşam kaybı sayısı 126.335 olarak bildirilmektedir. Ülkemiz, tüm dünyada vaka sıklığı açıcından 50. sırada yer almaktadır (GCO 2020).

Covid 19 Pandemisi boyunca tüm dünyada özellikle ilk vakanın görüldüğü aydan başlamak üzere yaygın bir şekilde karantina uygulaması toplumdaki depresyon semptomlarının sıklığının arttığını göstermektedir (Huang ve ZHAO 2020). Pandemi boyunca depresyon semptomlarının yanı sıra anksiyete, Travma Sonrası stres Bozukluğu genel popülasyonda en sık görülen mental sağlık sorunları olarak karşımıza çıkmaktadır (Pfefferbaum ve North 2020). Kanserli hastalar için Covid 19 Pandemisi süresince ciddi bir tanı ve tedavi gecikmesi yaşandığı ve bu durumun sonuçlarının korkutucu olabileceği özellikle akut tedavi ihtiyacı olan kanserli hastalarda hızlı metastazların olabileceği düşünülmektedir. Çünkü Covid 19 Pandemisinin özellikle sosyal mesafe koruma kuralı, bağışıklık sistemleri zayıf olan kanserli hastaların azami dikkat ettiği bir kural olarak karşımıza çıkmaktadır. Ancak bunun aksine kan kanseri ilişkili hastalıklarda yaygın olarak bağışıklık sisteminin bozulduğu, buna karşın kolon kanseri, meme kanseri, akciğer kanseri gibi hastalıklara sahip hastaların aktif tedavileri dışında bağışıklık sistemlerinin zayıf olmadığı söylenmektedir. Kanserli hastalar bu durumda Covid 19 virüsü bulaş riski, metastaz ya da kanserden ölmekle karşı karşıya kalmaktadır.

Avrupa Tıp Onkolojisi Topluluğu (ESMO), Amerikan Klinik Onkoloji Topluluğu (ASCO) gibi uluslararası onkoloji toplulukları virüsün öldürücülüğünün kanserden ölme riski ile karşı karşıya olan bu bireylerde, kanserden daha yüksek olmadığını bildirmektedirler. Oysa kanserli hastaların % 50'sinin küratif tedavi (tam iyileşme) alabilecekleri bildirilmektedir

(Burki 2020). Kanserli hastalarda Covid 19 Pandemisi öncesinde en sık yaşanan mental sağlık sorunlarının ve korkuların, finansal sorunlar, finansal stres ve kanserin yenilemesi gibi sorunlar olduğu bilinirken (Carrera ve ark 2008, Reet ve ark 2020), Covid 19 Pandemisi ile birlikte mevcut mental sağlık sorunlarının kötüleştiği, ek olarak genel popülasyondan çok daha yüksek intihar riski taşımaya başladıkları ve bu riskin ölçülemeyecek kadar yüksek olduğu bildirilmektedir. Üstelik internet ve teknolojinin kullanımında ve erişiminde yaşadıkları engeller psiko sosyal bakımla erişebilecekleri telesağlık müdahalelerinin verimliliğini de negatif yönde etkilemektedir (Jhaveri ve ark 2020, DeGuzman ve ark 2020). Yine de Covid 19 Pandemisi boyunca süren sosyal izolasyon ya da karantina önlemleri, internet temelli müdahalelerin kanserli hastalarda psikolojik iyi oluşluk ve yaşam kalitesi çıktılarına pozitif yönde etki etmektedir (Harkin ve ark 2020, Kingot ve ark 2017). İslam ve ark 2021'de Covid 19 boyunca kanserli hastaların mental sağlık ilişkili semptomlarının evrimini inceledikleri çalışmalarında bu süreçten kanserli hastaların daha fazla etkilendikleri özellikle sosyal izolasyonun susidal düşünceleri arttırdığını ve internet temelli müdahalelerin mutlaka devam ettirilmesi gerektiğini bildirmektedirler (İslam ve ark 2021). Çin'de yapılan bir çalışmada meme kanseri olan kadınların anksiyete ve depresyon düzeylerinin pandemi öncesinden %10 daha fazla, stres semptomlarının ise %15 daha fazla olduğu bildirilmektedir. Meme kanseri tanısı alan kadınların sağlıklı olmayan koşullarda yaşıyor olmaları, tanıdan sonra kısa bir süre geçmiş olması, hastalıklarının agresif bir tür olması, hastalıklarının metastatik kanser olması ya da bir Covid 19 hastasıyla çok yakın temas kurmuş olmaları gibi durumlarda psikolojik olarak daha düşük düzey göstergeye sahip oldukları bildirilmektedir. Eşlik eden başka bir hastalıklarının olması Covid 19 boyunca aynı grup hastalardan da daha yüksek düzeyde stres yaşamalarına neden olmaktadır. Psikolojik sağlıklarını etkileyen bir başka durum olarak anti-kanser ilaçlarının Covid 19 önlemleri kapsamında etkili bir şekilde anlamayacağı korkusu olarak bildirilmektedir (Juan Juan ve ark 2020). Bauerle ve ark 2021'de Alman kanser hastalarının Covid 19 öncesi ve sonrası mental sağlık yüklerini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmalarında, mental sağlık yüklerine, somatik sağlık sorunlarının da eklenerek stres ve anksiyete semptomlarının çok daha fazla olduğu bildirilmektedir (Bauerle ve ark 2021). Covid 19 Pandemisinin kanserli hastalarda yalnızlık duygusunu da daha fazla hissettikleri ve tüm bu sorunların çözümünde psiko sosyal yardım arama davranışının normal popülasyondan çok daha fazla olduğu görülmektedir (Uzzo ve ark 2020). Kanserli hastalar arasında Covid 19 virüsü bulaş korkusu, geçen bir yıla rağmen hala devam etmektedir. Bu sebeple özellikle kanser hastalarında Covid 19 bulaşı için alınan güvenlik önlemlerine uyum, normal popülasyondan çok daha fazla görülmektedir (Musche ve ark 2020). Negatif düşünce temelli ruminasyonların

kanser tanısı almış kadınlarda depresyon ve anksiyete semptomları ile birlikte artış gösterdiği bildirilmektedir (Swainston ve ark 2020). Bu süreçte her gruptan kanser hastaları kansere bağlı yaşadıkları duygusal, ekonomik, sosyal yüklerin yanı sıra Covid 19 virüsünün bulaşma riski ilişkili ek yükler hissetmektedirler. Bu sorunlar anti kanser tedavinin alınmasının önünde oluşan fiziksel engellerin yanı sıra tedavinin gecikmesine bağlı ya da aktif tedavinin alınması sırasında bir Covid 19 virüsünün bulaşının gerçekleşmesine bağlı yükleri içermektedir. Pediatrik hematoloji onkoloji grubu hastalarının oluşturduğu neredeyse on bin çocuğu kapsayan ve aktif kemoterpi ve immun spresyon alan bir grupta Covid 19 ile enfekte olunması durumunda ılımlı belirtiler ortaya çıktığı, bu sebeple çocuklar ve ailelerinin belirtileri gözden kaçırmış olabileceği, sonuç olarak ek mental sağlık yükü hissetmeyecekleri söylenmektedir (Hrusak ve ark 2020). Buna karşın Milan'da adölesan grupla yapılan bir çalışmada, kanser tanısı olan bu grubun Covid 19 virüsünün ciddi komplikasyonları olabileceği sebebiyle anksiyete ve ek mental yük hissettikleri söylenmektedir (Cazanova ve ark 2020).

Bu derleme çalışmasının amacı; Covid-19 Pandemi'si boyunca çeşitli coğrafi bölgelerde yayınlanan ve kanser tanısı almış bireylerin ruhsal sağlığını değerlendiren çalışmaların sonuçlarını değerlendirmektir.

Sonuç ve Öneriler: Covid 19 Pandemisinin tanı ve tedavi aşamasında olan kanserli hastalarda anksiyete, depresyon, yalnızlık ,negatif düşünce, korku, distres gibi varolan semptomlarını arttırdığı görülebilmektedir. Buna karşın çocuk popülasyonda tıpkı sağlıklı popülasyonda olduğu gibi yetişkin kanserli hastalara göre daha az endişe yaşanabileceği ancak yine de aktif tedavi aşamasında kanser tanılı çocuk popülasyonunda mental sağlık sorunlarının yüksek olabileceği söylenebilmektedir.

KAYNAKLAR

1. O'Hea, E. et al. Impact of the mental health and dynamic referral for oncology (MHADRO) program on oncology patient outcomes, health care utilization, and health provider behaviors: a multi-site randomized control trial. Patient Educ. Couns. 103, 607–616 (2020).
2. Wang, Y., Duan, Z., Ma, Z., Mao, Y., Li, X., Wilson, A., ... & Chen, R. (2020). Epidemiology of mental health problems among patients with cancer during COVID-19 pandemic. *Translational psychiatry*, *10*(1), 1-10.
3. https://gco.iarc.fr/databases.php (erişim tarihi:24.03.2021)
4. Huang Y, Zhao N. Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. Psychiatry Res 2020 Jun;288:112954
5. Pfefferbaum B, North CS. Mental Health and the Covid-19 Pandemic. N Engl J Med 2020 May 13:e

6. Burki, T. K. (2020). Cancer guidelines during the COVID-19 pandemic. *The Lancet Oncology*, *21*(5), 629-630.
7. Carrera PM, Kantarjian HM, Blinder VS: The financial burden and distress of patients with cancer: Understanding and stepping-up action on the financial toxicity of cancer treatment. CA Cancer J Clin 68:153-165, 2018
8. Reed SC, Bell JF, Miglioretti DL, et al: Fear of cancer recurrence and associations with mental health status and individual characteristics among cancer survivors: Findings from a nationally representative sample. J Psychosoc Oncol 38:125-142, 2020
9. Jhaveri K, Cohen JA, Barulich M, et al: "Soup cans, brooms, and Zoom:" Rapid conversion of a cancer survivorship program to telehealth during COVID-19. Psychooncology 29:1424-1426, 2020 34.
10. DeGuzman PB, Bernacchi V, Cupp CA, et al: Beyond broadband: Digital inclusion as a driver of inequities in access to rural cancer care. J Cancer Surviv 14: 643-652, 2020
11. Harkin LJ, Beaver K, Dey P, et al: Secret groups and open forums: Defining online support communities from the perspective of people affected by cancer. Digit Health 6:2055207619898993, 2020
12. Kingod N, Cleal B, Wahlberg A, et al: Online peer-to-peer communities in the daily lives of people with chronic illness: A qualitative systematic review. Qual Health Res 27:89-99, 2017
13. Islam, J. Y., Vidot, D. C., & Camacho-Rivera, M. (2021). Evaluating Mental Health–Related Symptoms Among Cancer Survivors During the COVID-19 Pandemic: An Analysis of the COVID Impact Survey. *JCO Oncology Practice*, OP-20.
14. mJuanjuan, L., Santa-Maria, C. A., Hongfang, F., Lingcheng, W., Pengcheng, Z., Yuanbing, X., ... & Chuang, C. (2020). Patient-reported outcomes of patients with breast cancer during the COVID-19 outbreak in the epicenter of China: a cross-sectional survey study. *Clinical Breast Cancer*, *20*(5), e651-e662.
15. Bäuerle, A., Musche, V., Schmidt, K., Schweda, A., Fink, M., Weismüller, B., ... & Teufel, M. (2021). Mental Health Burden of German Cancer Patients before and after the Outbreak of COVID-19: Predictors of Mental Health Impairment. *International journal of environmental research and public health*, *18*(5), 2318.
16. Uzzo, R. G., Kutikov, A., & Geynisman, D. M. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Cancer care during the pandemic. *Up To Date [online]. Available at: https://www. uptodate. com/contents/coronavirus-disease-2019-covid-19-cancer-care-during-the-pandemic*.
17. Musche, V., Bäuerle, A., Steinbach, J., Schweda, A., Hetkamp, M., Weismüller, B., ... & Teufel, M. (2020). COVID-19-related fear and health-related safety behavior in oncological patients. *Frontiers in psychology*, *11*, 1984.
18. Swainston, J., Chapman, B., Grunfeld, E. A., & Derakshan, N. (2020). COVID-19 lockdown and its adverse impact on psychological health in breast cancer. *Frontiers in psychology*, *11*, 2033.
19. Hrusak O, Kalina T, Wolf J, Balduzzi A, Provenzi M, Rizzari C, Rives S, Del Pozo Carlavilla M, Alonso MEV, Domínguez-Pinilla N, et al: Flash survey on severe acute respiratory syndrome coronavirus-2 infections in paediatric patients on anticancer treatment. Eur J Cancer 132: 11-16, 2020.

20. Casanova M, Pagani Bagliacca E, Silva M, Patriarca C, Veneroni L, Clerici CA, Spreafico F, Luksch R, Terenziani M, Meazza C, et al: How young patients with cancer perceive the COVID-19 (coronavirus) epidemic in Milan, Italy: Is there room for other fears? Pediatr Blood Cancer: Apr 2, 2020 (Epub ahead of print).

PRSB-116

COVID-19 PANDEMİSİNDE PSİKİYATRİ KLİNİKLERİ

Gülşen MOURSEL[1], Sibel COŞKUN[2]

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Hastanesi, İzmir, Türkiye, E-Posta: gulsen.moursel@deu.edu.tr

[2]Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, İzmir, Türkiye, E-Posta: cosibel@gmail.com

Özet

COVID-19 Pandemisinde ülkelerin sağlık sistemlerinin, hastaların ve sağlık çalışanlarının korunması, aynı zamanda hasta bakımının optimize edilmesi ve enfeksiyonu önleme stratejilerinin geliştirilmesi için revize edilmesi zorunlu olmuştur. COVID-19 Pandemisiyle mücadelede psikiyatri klinikleri diğer tıbbi birimlere göre farklı zorluklarla karşılaşmıştır. Psikiyatri klinikleri bulaşıcı solunum hastalıklarına karşı gerekli olan izolasyon standartlarına göre tasarlanmamıştır. Bu nedenle psikiyatri kliniklerinde hastaların COVID-19'dan maruziyetini en aza indirgemek, korumak, kaliteli ve güvenli tedavi ve bakımı sağlamak için çok sayıda özel önlemlerin alınması, çeşitli organizasyonel ve işlevsel değişikliklerin uygulanması gerekmiştir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19 pandemisi, Psikiyatri klinikleri, Ruhsal hastalıklar

PSYCHIATRIC CLINICS IN THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

In the COVID-19 Pandemic, in order to protect patients and healthcare workers, as well as to optimize patient care and develop infection prevention strategies, it was imperative that countries' health systems be revised. Psychiatry clinics faced different types of challenges compared to other medical units in the fight against the COVID-19 Pandemic. Psychiatric clinics are not designed according to the isolation standards to protect against infectious respiratory diseases. In order to minimize and protect patients from exposure to COVID-19 in psychiatry clinics, and to provide quality and safe treatment and care, it was necessary to take many special precautions and implement various organizational and functional changes.

KeyWords: Covid-19 pandemic, Psychiatric clinics, Mental illnesses

GİRİŞ VE AMAÇ

Dünyada (COVID-19) vakalarının ortaya çıkmasından kısa bir süre sonra, pandeminin bireyler, aileler ve sistemler üzerindeki yıkıcı etkileri hızla artmaya başlamıştır.[16] (COVID-19) pandemisinin sosyal, ekonomik ve sağlıkla ilgili birçok olumsuz sonuçları olmuştur.[4]Pandemi

sırasında ruhsal hastalığı olan savunmasız insanların sesi çok az duyulmuştur.[1,8] Gerçekte ruh sağlığı sorunları olan kişiler, COVID-19 pandemisinin getirdiği duygusal durumlardan daha fazla etkilenebilir ve pandemi genel nüfusa kıyasla strese karşı yüksek duyarlılık nedeniyle var olan ruhsal hastalıkların nüksetmesini veya kötüleşmesini arttırmış olabilir.[18]

Pandemide ülkelerin sağlık sistemlerinin, hastaların ve sağlık çalışanlarının korunması, aynı zamanda hasta bakımının optimize edilmesi ve enfeksiyonu önleme stratejilerinin geliştirilmesi için revize edilmesi zorunlu olmuştur.[8] Hastaneler sürekli gelişen pandemi bilgilerine dayalı ve kapsamlı organizasyonel değişiklikleri uygulamaya başlamışlardır.[16] Hastanelerde birçok klinik kapatılma ya da birleştirilme noktasına geldiğinde çoğu psikiyatri klinikleri kapanmamış olsa da COVID-19 pandemisi, dünya genelinde hastanelerdeki psikiyatri kliniklerindeki bakım ve hizmetleri etkilemiştir.[5,11] Amerika Birleşik Devletleri'nde,[5,8,13] Çin'de,[17,19] Almanya' da [1]ve diğer ülkelerdearaştırmacılar tarafından COVID-19 pandemisinde psikiyatri kliniklerinde yaşanılan zorluklar ve alınan önlemler rapor edilmiştir. Ülkemizde de benzer uygulama ve zorluklar yaşanmış olmakla birlikte literatürde bu konuda yapılan bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Bu derleme ülkemizde yapılacak araştırmalara kaynak oluşturması amacıyla yazılmıştır.

COVID-19 Pandemisiyle mücadelede psikiyatri kliniklerinin fiziksel ve işleyiş yapısı, bakımın verildiği modaliteler, hastalar, çalışanlar, ziyaretçiler ve uygulamalar açısından diğer tıbbi kliniklerle göre benzersiz zorlukları bulunmaktadır.[5,11] Psikiyatrik klinikleri, tedavinin bir parçası olarak etkileşimi arttırmaya yönelik bir düzende yapılar olarak biçimlendirilmiştir.[8] Bulaşıcı solunum hastalıklarına karşı gerekli olan izolasyon standartlarına göre tasarlanmamıştır.[5] Yatan hasta psikiyatrisi için zorluklar arasında personel ve hastalar arasında riskli yakın temas, hastalarınuzun süre aynı ortamda kalmaları, aynı odada yatmaları, yemek yeme, sigara içme ve grup terapilerine katılmada ortak alanların, ortak banyo ve tuvaletlerin kullanılması, kilitli kapıların olması, havalandırma yetersizliği gibi yapısal engeller yer almaktadır. [7,17,18] Bazı kliniklerde ziyaretçi uygulamaları [5], ev izinleri ve bahçe izinlerinin bulunması yine zorluklardandır.[19] Psikiyatri biriminde hastalar, diğer hastalarla birlikte vakit geçirmekte ve etkileşimde bulunmaktadırlar. Bu şartlarda davranış bozukluğu, aktif mani ve psikoz semptomlarının olması ve yetersiz iç görüleri nedeniyle hastaları izole etmek, sosyal mesafe kurallarına uymasını ve maske takmalarını sağlamak oldukça zor olabilmektedir. [7,16,17] Bazı psikiyatri hastaları, hastalıklarının bir sonucu olarak kişisel hijyeni sağlama ve talimatları anlama ve uygulama konusunda sınırlı yeteneklere sahiptir. Bu durum virüse yakalanma risklerini arttırabilmektedir. [5,7,17]

COVID-19'un asemptomatik bir dönemi vardır ve bazı ruhsal hastalığı olan kişilerde hastaneye yatırılmadan önce COVID-19 semptomları olmayabilir.[2] Birden fazla tıbbi komorbiditesi olan yaşlı psikiyatri hastaları, özellikle genç hastalarla grup ortamlarında risk altında olabilirler.[7]Ruhsal hastalığı olan hastalar genellikle, yüksek oranda sigara içme, akciğer hastalığı, sağlıksız yaşam tarzları, psikotrop ilaçların yan etkileri, kardiyovasküler hastalık, diyabet, ve obezite nedeniyle COVID-19 açısından da daha ciddi prognoz riski altındadırlar.[9,10,17]

Ayrıca psikiyatri çalışanları yakın gözlem, görüşme, güvenlik amaçlı iletişim kurmak için hastalarla günde birçok kez terapötik etkileşime geçmektedirler.[7,13] Tecrit veya kısıtlama gerektirebilecek saldırgan davranışı olan hastalarla yakın temasta bulunmak zorunda kalmaktadırlar.[13] İzolasyon önlemleri nedeniyle refakatçı kısıtlamaları, personel yetersizliği nedeniyle sağlık çalışanı destek gereken hastaların bakımını sağlamada zorlanabilmektedir.[12,14] Diğer taraftan psikiyatri çalışanları bulaşıcı hastalıklarla uğraşma konusunda çok az deneyime sahiptir[19] ve bulaşıcı hastalık protokolleri konusunda ayrıca eğitilmemişlerdir. [5]

Psikiyatri kliniklerinde COVID-19 pandemisi sırasında önemli zorluklarla karşılaşılmıştır. Psikiyatri hastalarının COVID-19'dan maruziyetini en aza indirgemek, korumak, kaliteli ve güvenli bakımı sağlamak için çok sayıda özel önlemlerin alınması gerekmiştir.[8] Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri, sağlık hizmetleri ortamlarında COVID-19 yayılmasını en aza indirmek için tavsiyeler yayınlamış, ziyaretçileri kısıtlama, bakım standartlarını ayarlama, prosedürleri değiştirme gibi COVID-19'un hastanelerde bulaşıcılığını azaltmak için tavsiyelerde bulunmuştur.[8] Bu yönergeler doğrultusunda pandeminin ilk aşamalarında, çoğu ülkelerdeki psikiyatri kliniklerinde oldukça hızlı bir şekilde büyük değişiklikler meydana gelmiştir. Psikiyatri kliniklerinin tümünde olmasa da bazılarında rutin ziyaretler durdurulmuş, hasta yakınlarını hastaneye malzeme teslim edilirken bile temasları engellenmiş, COVID-19'a maruz kalan yabancılar tarafından doğrudan temas riskini en aza indirmek için başka klinik çalışanlarının ziyareti ve öğrenciler içinde kısıtlamalar getirilmiş, yatan hasta kliniklerinde tüm yeni hasta kabulleri için önlemler alınmıştır.[5,7,11,19] Hastalar mümkün olduğunca ortak yatak odaları yerine tek kişilik odalara yerleştirilmiştir.[6] Pandemi durumunun dalgalar halinde ilerlemesi beklendiği için planın çok yönlü tasarımı önemli görülmüştür. Yapılan planların özünde en son bilimsel ve klinik deneyime dayanarak iyileştirme stratejileri yer almıştır.[1] Enfeksiyon riskini erken bir aşamada azaltmak için hastaneye yatışı kısıtlayarak ayaktan tedaviye ağırlık vermek, taburculuğu hızlandırmak, fiziksel koruyucu malzeme sağlamak ve psikolojik yardım sağlamak gibi olası tüm yöntemlerin uygulanması önerilmiştir. [19] Grup

terapileri gibi sosyal etkileşimler tedavinin önemli bir bileşeni olduğu için tamamen kaldırmak yerine yakın fiziksel temas gerektirdiği için, grup etkinliklerine katılan bireylerin sayısını sınırlamak ve bireyler arasında gerekli fiziksel mesafenin oluşmasını sağlamak da dahil olmak üzere, grup tedavisindeki değişiklikleri kolaylaştıracak kararlar alınmıştır.[7] Psikiyatri kliniğinde hastaların ve çalışanların sosyal mesafe kurallarına uymaları, maske takmaları, fiziksel mesafeli oturmaları ve odalarında yemek yemeleri, el yıkama ve kişisel hijyene uymaları sağlanmıştır.[3,6] Klinik içinde el hijyeni için lavabolar ve el dezenfektanı kullanılmıştır.[13] Psikiyatri kliniğinde COVID-19, ciddi ve kritik vakalar erken bir aşamada tespit edilmeye çalışılmış, ilerlemesini ve komplikasyonlarını önlemek için erken uyarı belirtileri yakından izlenmiştir.[1] Şüphelenilen bulaşıcı semptomları yakından izlemek için rutin vücut sıcaklığının ölçümü yapılmıştır. [17]

Pandemide birçok psikiyatrist hastaların seyahat riskini azaltmak, tedaviye erişimi kolaylaştırmak için tele sağlık uygulamalarını kullanmıştır.[11] Kendi kendine yardım, psikoeğitim, aile görüşmelerinde kullanımının faydalı olabileceği düşünülse de gizlilik, güvenlik ve internete erişim, kullanımda bilgi yeterliliği gerektirmesi gibi nedenlerden dolayı tele sağlığın kullanımı ile ilgili tartışmalar sürmektedir.[7,11,15,16] Diğer taraftan psikiyatri hemşireleri COVID-19 pandemisinde tedavi felsefesini pandemi ile mücadele etmek için değiştirmek ya da revize etmek zorunda kalmıştır.[13,16] Hastaları çoğunlukla diğer hastalarla sosyalleşmeye teşvik ederken artık daha fazla izole olmaları için yönlendirmek zorunda kalmışlar ve bu durum bakım hedeflerini etkilemiştir. Psikiyatri hemşirelerinin hastalara sosyal mesafe, maske takma ve el yıkama konusunda eğitimler vermelerigerekmiştir. COVID-19 pandemisi ile mücadele ederken iletişim becerilerini kullanarak hastaların endişelerini, streslerini azaltmak, paranoid psikozu olan hastalara güven sağlamak, psikosomatik sanrıları olan hastalar için rahatlama tekniklerini, aktif dinleme ve empati gibi iletişim becerilerini kullanmışlardır.[16]

SONUÇ VE ÖNERİLER

Covid-19 pandemisi psikiyatri kliniklerinde önemli değişiklikler yapılmasına neden olmuştur. Psikiyatri kliniklerinde çalışan sağlık profesyonelleri ruhsal hastalığı olan bireyleri hem salgının bulaşmasını engellemek ve olumsuz etkilerinden korumak hem de hastaları ruhsal olarak tedavi etmek için büyük çaba sarf etmişlerdir. Psikiyatri hemşirelerininuygulamalarını, paradigmalarını hastaların lehine değiştirmeleri gerekmiştir. Bu değişiklerden dersler çıkarmak ve gerekli önlemleri almak gelecekte karşılaşılabilecek yeni pandemilere karşı hazırlıklı olabilmemiz açısından önemlidir. Ülkemizde pandeminin psikiyatri kliniklerine etkisine

yönelik yeterince araştırma yapılmamıştır. Bu konuda daha fazla araştırmanın yapılmasına ve klinik deneyimlerin paylaşılmasına ihtiyaç vardır.

KAYNAKÇA

1. Adorjan, K., Pogarell, O., Streb, D., Padberg, F., Erdmann, C., Koller, G., ... &Falkai, P. (2021). Role Of Psychiatric Hospitals During A Pandemic: Introducing The Munich Psychiatric Covıd-19 Pandemic Contingency Plan. Bjpsych Open, 7(2).
2. Al-Tawfiq, J. A. (2020). Asymptomatic Coronavirus Infection: Mers-CovAnd Sars-Cov-2 (Covıd-19). Travel Medicine and İnfectious Disease.
3. Barnett, B., Esper, F., &Foster, C. B. (2020). Keeping The Wolf At Bay: Infection Prevention And Control Measures For Inpatient Psychiatric Facilities In The Time Of Covıd-19. General Hospital Psychiatry.
4. Bitan, D. T., Krieger, I., Kridin, K., Komantscher, D., Scheinman, Y., Weinstein, O., ... &Feingold, D. (2021). Covıd-19 Prevalence and Mortality Among Schizophrenia Patients: A Large-Scale Retrospective Cohort Study. Schizophrenia Bulletin.
5. Bojdani, E., Rajagopalan, A., Chen, A., Gearin, P., Olcott, W., Shankar, V., ... & Delisi, L. E. (2020). Covıd-19 Pandemic: İmpact On Psychiatric CareInThe United States, A Review. Psychiatry Research, 113069.
6. Kostro, K. B., & Gershengoren, L. (2021). Covıd-19-Negative Psychiatric Units: Mitigating Sequelae Of Pandemic Isolation. General Hospital Psychiatry, 68, 100
7. Li, L. (2020). Challenges and Priorities İn Responding To Covıd-19 İn Inpatient Psychiatry. Psychiatric Services, 71(6), 624-626.
8. Li, L., Roberts, S. C., Kulp, W., Wing, A., Barnes, T., Colandrea, N., ... &Martinello, R. (2021). Epidemiology, Infection Prevention, Testing Data, and Clinical Outcomes Of Covıd-19 On FiveInpatient Psychiatric UnitsIn A Large Academic Medical Center. Psychiatry Research, 298, 113776.
9. Lobo-Escolar A, Saz P, Marcos G, Quintanilla Ma, Campayo A, Lobo A. (2008) Somatic And Psychiatric Comorbidity InThe General Elderly Population: Results From The Zarademp Project. J Psychosom Res, 65: 347–355
10. Moesmann Madsen, M., Dines, D., & Hieronymus, F. (2020). Optimizing Psychiatric Care During The Covıd-19 Pandemic. Acta Psychiatrica Scandinavica, 142(1), 70-71.
11. Öngür, D., Perlis, R., &Goff, D. (2020). Psychiatryand Covıd-19. Jama, 324(12), 1149-1150.
12. Resnick, K. S., &Fins, J. J. (2021). Professionalism and Resilience After Covıd-19. Academic Psychiatry, 1-5.
13. Russ, M. J., Parish, S. J., Mendelowitz, R., Mendoza, S., Arkow, S. D., Radosta, M., ... &Wilner, P. J. (2021). The Interface Of Covıd-19 and Inpatient Psychiatry: Our Experience and Lessons Learned. Journal Of Psychiatric Practice, 27(3), 172.
14. Styra R, Hawryluck L, Robinson S, Kasapinovic S, Fones C, Gold Wl. Impact On Health CareWorkers Employed İn Highrisk Areas During The Toronto Sars Outbreak. J PsychosomRes. 2008;64(2):177–83. Https://Doi.Org/10.1016/J.Jpsychores. 2007.07.015
15. Vieta, E., Pérez, V., &Arango, C. (2020). Psychiatry ınThe Aftermath Of Covıd-19. Revista De Psiquiatria Y Salud Mental, 13(2), 105.

16. Ward-Miller, S., Farley, E. M., Espinosa, L., Brous, M. E., Giorgi-Cipriano, J., &Ferguson, J. (2021). Psychiatric Mental Health Nursing İn The International Year Of The Nurse And Covıd-19: One Hospital's Perspective On Resilience and Innovation-Past, Present and Future. Archives of Psychiatric Nursing, 35(3), 303-310.
17. Xiang, Y. T., Zhao, Y. J., Liu, Z. H., Li, X. H., Zhao, N., Cheung, T., &Ng, C. H. (2020). The Covıd-19 OutbreakAnd Psychiatric Hospitals İn China: Managing Challenges Through Mental Health Service Reform. International Journal Of Biological Sciences, 16(10), 1741.
18. Yao, H., Chen, J. H., &Xu, Y. F. (2020). PatientsWith Mental HealthDisordersInThe Covıd-19 Epidemic.
19. Zhu, Y., Chen, L., Ji, H., Xi, M., Fang, Y., &Li, Y. (2020). The Risk And Prevention Of Novel Corona virus Pneumonia İnfections Among İnpatientsIn Psychiatric Hospitals. Neuroscience Bulletin, 36(3), 299-302.

PRSB-118

COVID-19 SALGINI SÜRECİNDE ERGENLERİN ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEK VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ARASINDAKİ İLİŞKİ: TÜRKİYE'DEN BİR ÇALIŞMA

[1]Fatma KURUDİREK, [2]Duygu ARIKAN, [3]Sümeyye EKİCİ

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/ Türkiye, E-posta: fsaban@atauni.edu.tr

[2]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/ Türkiye, E-posta: darikan@atauni.edu.tr

[3]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum/ Türkiye,E-posta:ekicisumeyye@atauni.edu.tr

Özet

Amaç: Araştırma, COVID-19 salgını sürecinde ergenlerin algıladıkları sosyal destek ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapıldı.

Yöntem: Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı nitelikte olan bu araştırma, Aralık 2020- Ocak 2021 tarihleri arasında yapıldı. Araştırmanın evrenini, Türkiye'de yaşayan ergenler oluşturdu. Örneklemini ise; 13-18 yaş aralığında olan ergenlerden, ebeveyni ya da kendisi sosyal medya gruplarına (Facebook, Whatsapp, İnstagram vb.) üye olan, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 378 ergen oluşturdu. Veriler toplanmadan önce etik kurul izni, ergenlerden sözlü ve yazılı izin alındı. Verilerin toplanmasında, "Anket Formu", "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği", "Ergen Psikolojik Sağlamlık Ölçeği" kullanıldı. Verilerin analizinde sayı, yüzde, ortalama, bağımsız gruplarda t testi, Anova, Kruskal-Wallis H Testi ve korelasyon kullanıldı. Araştırmada etik ilkelere bağlı kalındı.

Bulgular: Araştırmaya katılanların yaş ortalaması 14.66±1.65 ve %52.1'i kızdır. Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek toplam puan ortalamasının 54.39±17.13**,** Psikolojik Sağlamlık toplam puan ortalamasının ise 91.13±12.34 olduğu belirlendi. Ergenlerin cinsiyet ile Sosyal Destek ve Psikolojik Sağlamlık düzeyi arasında anlamlı bir fark saptandı ($p<0.05$). Ergenlerin Sosyal Destek ile Psikolojik Sağlamlık toplam puanı arasında, istatistiksel olarak pozitif yönde ve güçlü bir anlamlı ilişki olduğu bulundu.

Sonuç: Türkiye'de COVID-19 salgını sırasında ergenlerin algıladıkları sosyal destek ile psikolojik sağlamlık düzeylerinin iyi olduğu bulundu. Ergenlerin algıladıkları sosyal destek düzeyi arttıkça psikolojik sağlamlık düzeylerinin de pozitif yönde arttığı belirlendi.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, ergen, sosyal destek, psikolojik sağlamlık

RELATIONSHIP BETWEEN ADOLESCENTS' PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DURING COVID-19 PANDEMIC: A CASE STUDY FROM TURKEY

Abstract

Aim: Research has been conducted to decide the relationship between social support and psychological well-being perceived by adolescents during the COVID-19 Pandemic.

Methods: This research is such as to be definitive and relative based on web. This research, with its descriptive and relative features, was conducted from December 2020 to January 2021. The population of the study was comprised of adolescents living in Turkey. On the other hand, the sample consisted of 378 adolescents in range of 13-18 age who or their parents were members of social media groups such as Facebook, Whatsapp, Instagram, etc., and accepted to participate voluntarily. Before the data collection, ethics committee permission, and oral or written admonitions from adolescents were taken. During the data collection process, "questionnaire form", "Multidimensional Scale of Perceived Social Support" and "Psychological Well-being Scale for Adolescents" were used. In data analysis, number, percentage, mean, independent samples t-test, ANOVA, Kruskal-Wallis H test and correlation were used.

Results: Of the 378 admitted participants, mean age was 14.66±1.65, and 52.1% were female. The total mean for perceived social support of adolescents was decided as 54.39±17.13. As for psychological well-being, it was determined as 91.13±12.34. There was a significant difference between adolescents' social support and psychological well-being level ($p<0.05$). Between both social support scores and psychological well-being scores, there was a statistically positive and strong correlation.

Conclusion: In the present study, during the outbreak of COVID-19, it was found that level of perceived social support and psychological well-being of adolescents was decent. It was determined that as adolescents' perceived social support increases, their psychological well-being levels positively increase.

Key Words: Adolescent, COVID-19, psychological well-being, social support

GİRİŞ

Çin'in Hubei Eyaletinde ortaya çıkan yeni koronavirüs SARS-CoV2, şubat ayından bu yana tüm dünyayı etkileyen bir toplum sağlığı sorunudur [1]. 29 Aralık 2020 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü (WHO) toplam COVID-19 vaka sayısının 175,686,814, toplam ölüm sayısının 3,803,597 olduğunu bildirdi [2]. Türkiye'de 29 Aralık 2020 tarihinde, T.C. Sağlık Bakanlığı

tarafından toplam vaka sayısı 5,336,073, toplam ölüm sayısı 48,795 olarak bildirildi [3]. COVID-19 salgını sağlık, ekonomi, sosyal ve psikolojik olarak birçok alanda etkisini göstermiştir. Dünya genelinde yapılan araştırmalara bakıldığında salgının keder, kayıp, depresyon, anksiyete, travma sonrası stres bozukluğu gibi çok çeşitli psikolojik sorunların oluşumunu tetiklediği sonucuna varılmıştır [4-7]. COVID-19 ve yayılmasını engellemek için alınan önlemler ülkeden ülkeye farklılık göstermekle birlikte birçok ülkede; okulların kapatılması, seyahat kısıtlamaları, ev kilitlenmeleri, semptomatik bireyleri ve temaslılarını izole etme gibi farmasötik olmayan müdahaleler uygulamaya konulmuştur [8]. Bu dönemde alınan önlemler çocukların ve ergenlerin ruh sağlığını önemli ölçüde tehdit etme potansiyeline sahiptir [9]. Salgın nedeniyle okulların kapatılmasına bağlı olarak çocuklar tüm zamanlarını evde ebeveynleriyle geçirmeye başlamıştır. 20 yaş altındakilerin sokağa çıkmalarını yasaklayan düzenleme ile, hayata daha aktif katılan ergenler, sosyal çevrelerinden uzakta kaldıkları ve istenilen düzeyde sosyalleşemedikleri için çeşitli psikolojik sorunlarla karşı karşıya kalmışlardır [10]. Çocuk ve ergenlerde önemli olabilecek bu sorunlar kolaylıkla göz ardı edilebilmektedir [11].

Her birey, günlük hayatın zorluklarıyla başa çıkmak için sosyal ve duygusal desteğe ihtiyaç duymaktadır. Bireyin ihtiyacı olduğunda çevresindekiler tarafından sevgi, değer ve ilgi gördüğüne inanması, her durumda bireyin desteklenmesi anlamına gelen sosyal destek kavramı, stres verici yaşam olaylarının oluşumunu önleyerek fiziksel ve psikolojik hastalık riskini ortadan kaldırmaktadır [12, 13]. Bu sosyal destek, özellikle ergenlikte önemlidir; çünkü ergenlik, ergenin bir dizi önemli fiziksel, duygusal ve sosyal değişimle başa çıkması gereken bir dönemdir [14]. Olumlu sosyal etkileşimler ve sosyal destek, ergenlerin ruhsal sağlık durumlarını ve iyilik düzeylerini olumlu yönde etkilemektedir. Ergenlik döneminde rol oynayan en önemli destek kaynakları; ailesi, arkadaşları ve öğretmenleridir [15]. Algılanan sosyal destek ile psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir ilişki olduğu bildirilmiştir [16, 17]. Ailedeki duygusal bağlar, destek, iletişim, uyumluluk, akran ve öğretmenler tarafından desteklenmenin psikolojik sağlamlığa katkısı bulunmaktadır [15]. Olumsuz hayat koşullarına karşı hızlıca iyileşme, kendini toparlayabilme becerisi olarak tanımlanan psikolojik sağlamlık, hoşa gitmeyen hayat olayları ya da yaşanan psikolojik stresle başa çıkmaya ve bu durumlara karşı adaptasyon sürecine başarılı bir şekilde yanıt verme yeteneğini ifade etmektedir [18, 19]. Psikolojik sağlamlık, bireyi olumsuz yaşam olaylarından (hastalık, şiddet, yoksulluk, doğal afet, savaş, terör) koruyan dinamik bir süreçtir. Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan bireylerin; stresli ve olumsuz çevre koşullarının var olduğu bir ortamla başa çıkabilme becerilerinin yüksek olduğu görülmüştür [20-22]. Yapılan bir araştırmada çocukluk ve ergenlik dönemlerinde riskli durumlarla karşılaşmak, riskli durumlar içerisinde bulunmak ve bunlarla baş edebilme becerisinin

yetersizliği bireyin sonraki gelişim evrelerinin sağlıksız olmasına sebep olabilmektedir [23]. COVID-19 salgınından önce zamanının çoğunu okulda, dershanede, parkta, arkadaşları ve öğretmenleri ile birlikte geçiren çocuk ve ergenler COVID-19 süreciyle birlikte zamanının neredeyse tamamını evde geçirmeye başlamışlardır. Aile içi iletişim durumu, rol dağılımı, ailenin ekonomik durumu, akranlarla olan iletişimin devamı gibi şartlar bu süreçte çocuk ve ergenler üzerinde önemli etkilere neden olmuştur. Bu nedenle, bu araştırma, ergenlerin COVID-19 salgını sürecinde algıladıkları sosyal destek ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapıldı.

YÖNTEM

Araştırmanın Tipi: Bu araştırma, web tabanlı olarak tanımlayıcı ve ilişki arayıcı niteliktedir

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi: Araştırma, Türkiye' de Aralık 2020- Ocak 2021 tarihleri arasında yapıldı. Araştırmanın evrenini Türkiye'de yaşayan ergenler oluşturdu. Örneklemini ise; 13-18 yaş grubu ergenlerden, ebeveyni yada kendisi sosyal medya gruplarına (Facebook, Whatsaap, İnstagram vb.) üye olan ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 378 ergen oluşturdu.

Veri Toplama Araçları: Araştırma verileri "Anket Formu", "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği" ve "Ergen Psikolojik Sağlamlık Ölçeği" kullanılarak toplandı.

Anket Formu: Araştırmacılar tarafından literatür incelenerek hazırlanan, ergene ait tanıtıcı özellikleri içeren (yaş, cinsiyet, anne baba mesleği, gelir durumu, aile yapısı, yaşanılan yer, zamanını değerlendirme biçimi) 8 sorudan oluşan bir formdur.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ): Zimet ve ark. (1988) tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ), Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması Eker ve Arkar (1995) tarafından yapılmıştır. Ölçek 12 madde, 3 alt boyuttan oluşan 7'li likert tipinde öz bildirime dayalı bir ölçektir. Alt boyutları; aile, arkadaş ve özel bir insandır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan ise 84'tür. Elde edilen puanın yüksek olması algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin uyarlama sürecinde güvenirlik geçerlilik analizleri kapsamında Cronbach Alfa katsayısı ölçeğin geneli için .89'dur. Bu araştırmada ise genel sosyal destek Cronbach Alfa katsayısı .86 olarak bulundu [24, 25].

Ergen Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (EPSÖ): Bu araştırmada, Bulut, Doğan ve Altundağ (2013) tarafından geliştirilen Ergen Psikolojik Sağlamlık Ölçeği kullanıldı. Ölçek 29 madde, 6 alt boyuttan oluşan 4'lü likert tipindedir. Ölçeğin alt boyutları; aile desteği, okul desteği, akran desteği, uyum, empati ve mücadele azmidir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 29, en yüksek ise 116'dır. Ölçekten alınan puan ne kadar yüksekse kişinin psikolojik sağlamlığı da o kadar yüksektir. Ölçeğin uyarlama sürecinde güvenirlik geçerlilik analizleri kapsamında Cronbach Alfa katsayısı ölçeğin geneli için .87'dir. Bu araştırmada ise genel ergen psikolojik sağlamlık Cronbach Alfa katsayısı .84 olarak bulundu [26].

Verilerin Toplanması : Araştırmanın verileri, etik kuruldan izin alındıktan sonra Aralık 2020-Ocak 2021 tarihleri arasında, pandemi sürecindeki riskler göz önünde bulundurularak online anket doldurulması şeklinde yapıldı. Araştırma, 13-18 yaş grubu ergenlerden kendisi ya da ebeveyni sosyal medya gruplarından herhangi birine (Facebook, Whatsapp, İnstagram vb.) üye olanlarla yapıldı. Bu amaçla Google Form'da oluşturulmuş olan formlar (Anket formu, ÇBASDÖ, EPSÖ) katılımcılara Facebook, Whatsapp, İnstagram ve e-mail aracılığıyla iletildi. Formun giriş kısmında katılımcılar için araştırmanın amacı ve kapsamını içeren açıklama metnine yer verildi. Katılımcılar, bu açıklamayı okuyup onayladıktan sonra doldurulacak olan formlar erişime açıldı. Veri araçlarının doldurulması her bir katılımcı için yaklaşık 10-15 dakika sürdü.

Verilerin Değerlendirilmesi: Araştırma sonucunda toplanan veriler, lisansı Atatürk Üniversitesi tarafından alınan Statistical Package fort he Social Sciences for Windows 20.0 hazır istatistik paket programında; sayı, yüzde, ortalama, bağımsız gruplarda t testi, Anova, Kruskal-Wallis H Testi ve korelasyon analizi kullanılarak yapıldı.

Araştırmanın Etik Yönü: Araştırmanın yapılabilmesi için Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Etik Kurulu'ndan etik onay alındı. Araştırmalarda bireysel hakların korunması gerektiğinden "Gönüllük İlkesi" ve "Bilgilendirilmiş Onam" şartı yerine getirildi.

BULGULAR

Tablo1. Ergenlerin demografik özelliklerinin dağılımı (N=378)

Yaş (ortalama)	**14.66±1.65**	
	n	**%**
Cinsiyet		
Kız	197	52.1
Erkek	181	47.9
Sınıf		
9	99	26.2
10	89	23.5
11	92	24.3
12	98	25.9
Anne Mesleği		
Ev hanımı	352	93.1
İşçi	10	2.6
Memur	16	4.2
Baba Mesleği		
İşçi	84	22.2
Memur	96	25.4
Sağlık çalışanı	15	4.0
Serbest meslek	183	48.4
Ailenin gelir durumu*		
Gelir giderden az	141	37.3
Gelir gidere denk	187	49.5
Gelir giderden fazla	50	13.2
Aile Tipi		
Çekirdek aile	296	78.3
Geniş aile	69	18.3
Parçalanmış aile	13	3.4
Yaşanılan Yer		
İl	264	69.8

İlçe	68	18.0
Köy	46	12.2
Pandemi Sürecinde Zamanı Değerlendirme Şekli		
Ders çalışıp, kitap okuyarak	146	38.6
TV izleyerek ve internette vakit geçirerek	156	41.3
Ailem ile ev içi etkinlikler yaparak	52	13.8
Sürekli uyuyarak	24	6.3

*Ergenlerin kendi ifadelerine göre

Ergenlerin yaş ortalaması 14.66±1.65'dir. Ergenlerin %52.1'inin kız, %26.2'sinin 9.uncu sınıfa gittiği, %93.1'inin annesinin ev hanımı olduğu, %48.4'ünün babasının serbest meslek yaptığı, %49.5'inin gelir durumunu gelir gidere denk olarak ifade ettiği ve %78.3'ünün çekirdek aile tipine sahip olduğu ve %69.8'inin bir il merkezinde yaşadığı bulundu. Ergenlerin %41.3'ü pandemi sürecinde zamanının çoğunu TV izleyerek ve internette takılarak geçirdiğini ifade ettiler (Tablo 1).

Tablo 2. ÇBASDÖ, EPSÖ Alt Boyut ve Toplam Puanların Ortalama, Minimum ve Maksimum Değerleri

Ölçekler		**Alınabilecek Min – maks puanlar**	**Alınan Min – maks puanlar**	**(Mean±SD)**
ÇBASDÖ Alt Boyutları	Aile Desteği	4-28	4-28	22.25±6.69
	Arkadaş Desteği	4-28	4-28	18.88±7.63
	Özel İnsanlar Desteği	4-28	4-28	13.24±8.63
Toplam ÇBASDÖ		12-84	12-84	54.39±17.13
EPSÖ Alt Boyutları	Aile Desteği	7-28	7-28	23.47±4.98
	Akran Desteği	5-20	5-20	16.21±4.46
	Okul Desteği	5-20	5-20	15.57±4.09
	Uyum	4-16	4-16	11.71±2.12
	Mücadele Azmi	5-20	7-20	14.30±2.57

	Empati	3-12	3-12	9.83±2.03
Toplam EPSÖ		29-112	31-112	91.13±12.34

Abbreviations: ÇBASDÖ, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği; EPSÖ, Ergen Psikolojik Sağlamlık Ölçeği.

Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek alt boyutlarından aile desteği puanı 22.25±6.69, arkadaş desteği puanı 18.88±7.63, özel insanların desteği puanı 13.24±8.63'dür. Ergenlerin Psikolojik Sağlamlık alt boyutlarından Aile Desteği puanı 23.47±4.98, Akran Desteği puanı 16.21±4.46, Okul Desteği puanı 15.57±4.09, Uyum puanı 11.71±2.12, Mücadele Azmi puanı 14.30±2.57, Empati puanı 9.83±2.03'dür.

Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek toplam puan ortalamasının 54.39±17.13**,** Psikolojik Sağlamlık toplam puan ortalamasının ise 91.13±12.34 olduğu belirlendi. Alınan puanlar değerlendirildiğinde ergenlerin sosyal destek düzeyi iyi, psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek olduğu bulundu (Tablo 2).

Tablo 3. Ergenlerin demografik özellikleri ile ÇBASDÖ ve EPSÖ toplam ortalama puanlarının Karşılaştırılması

	Toplam ÇBASDÖ **Mean**±SD	**Test ve p**	**Toplam EPSÖ** **Mean**±SD	**Test ve p**
Cinsiyet				
Kız	56.75±56.75	**t=-2.592**	93.51±12.73	**t=-1.022**
Erkek	52.21±52.21	**p=.010**	88.81±11.90	**p=.007**
Sınıf				
9	55.44±16.83		90.96±12.74	
10	53.17±17.96	F=.317	91.43±13.45	F=.037
11	53.93±16.93	p=.813	90.90±12.00	p=,990
12	54.85±17.03		91.24±11.35	
Anne Mesleği				
Ev hanımı	54.29±17.23		91.00±12.37	
İşçi	56.00±11.35	KW=.465	97.00±4.80	KW=2.268

Memur	55.56±18.67	p=.792	90.25±14.50	p=.322
Baba Mesleği				
İşçi	52.89±15.99		91.25±11.53	
Memur	55.90±18.30		91.41±13.52	
Sağlık çalışanı	60.20±11.76	KW=3.485	94.80±8.03	KW=2,021
Serbest meslek	53.80±17.34	p=.323	90.63±12.37	p=.568
Ailenin gelir durumu*				
Gelir giderden az	52.76±16.62		90.11±11.86	
Gelir giderden fazla	55.88±21.10	KW=2.154	90.74±16.22	KW=2.946
Gelir gidere denk	55.21±16.32	p=.341	92.01±11.49	p=.229
Aile Tipi				
Çekirdek aile	54.53±17.03		90.66±12.56	
Geniş aile	53.72±16.36	KW=.192	92.73±11.06	KW=1.733
Parçalanmış aile	54.61±23.86	p=.908	93.23±13.69	p=.421
Yaşanılan Yer				
İl	54.40±17.02		91.19±12.21	
İlçe	54.85±18.21	F=.067	91.01±12.03	F=.010
Köy	53.65±16.47	p=.935	90.97±13.75	p=.990

*Ergenlerin kendi ifadelerine göre

Abbreviations: ÇBASDÖ, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği; EPSÖ, Ergen Psikolojik Sağlamlık Ölçeği

Ergenlerin cinsiyet ile Sosyal Destek ve Psikolojik Sağlamlık düzeyi arasında anlamlı bir fark saptandı ($p<0.05$). Ergenlerin sınıf, anne-baba mesleği, gelir durumu, aile tipi ve yaşanılan yer ile Sosyal Destek ve Psikolojik Sağlamlık düzeyi arasında istatistiksel olarak önemli bir fark bulunmadı (Tablo 3).

Tablo 4. ÇBASDÖ ve EPSÖ Toplam puanları Arasındaki İlişki

	EPSÖ
ÇBASDÖ	**r=.678****
	p=000

Note: r = Pearson correlation

Abbreviations: ÇBASDÖ, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği; EPSÖ, Ergen Psikolojik Sağlamlık Ölçeği.

**Correlation is significant at the 0.001 level (two-tailed).

Ergenlerin Sosyal Destek ile Psikolojik Sağlamlık toplam puanı arasında, istatistiksel olarak pozitif yönde ve güçlü bir anlamlı ilişki olduğu bulundu (Tablo 4).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmaya dahil edilen ergenlerin COVID-19 salgını sırasında ailelerinin, arkadaşlarının ve diğer önemli kişilerin desteğine ilişkin algıları iyi ve psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksek olarak bulundu. Ergenlerin algıladıkları sosyal destek ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki saptandı; algıladıkları sosyal destek arttıkça psikolojik sağlamlık düzeyleri arttı. Ayrıca ergenlerin cinsiyeti algılanan sosyal destek ve psikolojik sağlamlık düzeylerini etkilediği sonucuna varıldı.

Salgın hastalıklar döneminde risk ve koruyucu faktörleri belirlemek, bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlıklarının korunmasına yönelik izlenecek politikaların belirlenmesine katkı sağlayacaktır. Sosyal desteğin artırılması, psikolojik sağlamlığı geliştirici aktivitelerin yapılması koruyucu faktörler arasındadır. Bu dönemde ergenlerin; aile üyeleri, arkadaş ve öğretmenleriyle yakın ve açık iletişimde olması sağlanmalı; öğretmenlerle etkileşim kurma ve gerektiğinde psikolojik danışmanlık alma fırsatları sunulabilir. COVID-19 pandemi sürecinde sosyal destek ve psikolojik sağlamlık düzeyleri, farklı gelişim dönemlerinde ve daha geniş örneklem grubunda araştırılması ve sonuçlarının Sağlık Bakanlığı ile paylaşılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

1. Velavan, T.P., Meyer, C.G., (2020).The COVID-19 epidemic. *Tropical medicine & international health,* 25(3):278.
2. World Health Organization. https://covid19.who.int/, 2020. (E.T. 15.06.2021)
3. Republic of Turkey Ministry of Health COVID-19 Status Report (2020). https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66935/genel-koronavirus-tablosu.html. (E.T. 15.06.2021)
4. Liang L., Gao T., Ren H., Cao R., Qin Z., Hu Y., Li C., Mei S., (2020). Post-traumatic stress disorder and psychological distress in Chinese youths following the COVID-19 emergency. *Journal of Health Psychology,* 25(9):1164-1175.
5. Qi M., Zhou S-J., Guo Z-C., Zhang L-G., Min H-J., Li X-M., Chen J-X., (2020). The effect of social support on mental health in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *Journal of Adolescent Health,* 67(4):514-518.

6. Grey I., Arora T., Thomas J., Saneh A., Tohme P., Abi-Habib R., (2020). The role of perceived social support on depression and sleep during the COVID-19 pandemic. *Psychiatry research,* 293:113452.
7. Zhai Y., Du X., (2020). Loss and grief amidst COVID-19: A path to adaptation and resilience. *Brain, Behavior, and Immunity,* 87:80-81.
8. Flaxman S., Mishra S., Gandy A., Unwin H.J.T., Mellan T.A., Coupland H., Whittaker C., Zhu H., Berah T., Eaton J.W., (2020). Estimating the effects of non-pharmaceutical interventions on COVID-19 in Europe. *Nature,* 584(7820):257-261.
9. Fegert J.M., Vitiello B., Plener P.L., Clemens V., (2020). Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child and adolescent psychiatry and mental health,* 14:1-11.
10. Moroni G., Nicoletti C., Tominey E., (2020) Children's socio-emotional skills and the home environment during the COVID-19 crisis.
11. Wang G., Zhang Y., Zhao J., Zhang J., Jiang F., (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet,* 395(10228):945-947.
12. Taylor S.E., (2011) Social support: A review.
13. Yang X., Yang X., Kumar P., Cao B., Ma X., Li T., (2020). Social support and clinical improvement in COVID-19 positive patients in China. *Nursing outlook,* 68(6):830-837.
14. Pinkerton J., Dolan P., (2007). Family support, social capital, resilience and adolescent coping. *Child & family social work,* 12(3):219-228.
15. Meredith L.S., Sherbourne C.D., Gaillot S.J., Hansell L., Ritschard H.V., Parker A.M., Wrenn G., (2011). Promoting psychological resilience in the US military. *Rand health quarterly,* 1(2).
16. Karal E., Biçer B.G., (2020). Examining the effect of perceived social support on the psychological well-being of individuals during the epidemic period. *Journal of Individual & Society,* 10(1):129-156.
17. Güngörmüş K., Okanlı A., Kocabeyoğlu T., (2015). Factors Influencing Resilience in Nursing Students. *Journal of Psychiatric Nursing,* 6(1):9-14.
18. Hollister-Wagner G.H., Foshee V.A., Jackson C., (2001). Adolescent aggression: Models of resiliency 1. *Journal of Applied Social Psychology,* 31(3):445-466.
19. Weston K., Parkin J., (2010). From at-risk to at-promise: The resilience movement. *Encyclopedia of Cross-Cultural School Psychology,* 808-815.
20. Bilge Y., Bilge Y., (2020). Investigation of the effects of coronavirus and social isolation on psychological symptoms in terms of psychological resilience and coping styles. *Turkish Journal of Clinical Psychiatry,* 23.
21. Bozdağ F., (2020). Psychological Resilience during Pandemic. *Electronic Turkish Studies,* 15(6).
22. Kasapoğlu F., (2020). Examination of the Relationship Between Anxiety with Spirituality, Resilience and Intolerance of Uncertainty in the COVID-19 Outbreak Process. *Electronic Turkish Studies,* 15(4).

23. Masten A.S., (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity: Challenges and prospects. *Educational resilience in inner city America: Challenges and prospects*: Lawrence Erlbaum, 3-25.

24. Zimet G.D., Dahlem N.W., Zimet S.G., Farley G.K., (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment,* 52(1):30-41.

25. Eker D., Arkar H., (1995). Perceived social support: psychometric properties of the MSPSS in normal and pathological groups in a developing country. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology,* 30(3):121-126.

26. Bulut S., Doğan U., Altundağ Y., (2013). Adolescent psychological resilience scale: validity and reliability study. *Contemporary Psychology, Suvremena Psihologija,* 16(1):21-32

PRSB-129

COVID-19 PANDEMİSİ KAYIP, ÖLÜM VE YAS

Filiz ERSÖĞÜTÇÜ[1], Çiğdem AKPOLAT[2], Fırat GÖZAL[3]

[1]Fırat Üniversitesi, Dr. Öğr. Üyesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Elazığ / Türkiye, E-posta: filizersogutcu@gmail.com

[2]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ / Türkiye, E-Posta: cigdak111@gmail.com

[3]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ/ Türkiye, E-Posta: firatgumus1905@gmail.com

Özet

COVİD-19 hayatımıza girdiğinden beri, hastalığın yayılımının önlenememesi, hastalık hakkında çok net bilgiler edinilememesi ve tedavisinin etkinliğinin bilinmemesi, hastalığa karşı kaygı düzeyini arttırmıştır. Bununla birlikte sevilen insanların kaybı ve onlarla değerlerimize uygun olarak vedalaşamamak, yas sürecini olumsuz etkilemiş, başa çıkma becerilerini olumsuz düzeye indirgemiştir. Hastalık, bulaşma yolları, kayıp ve yas süreci hakkında bilgi sahibi olunmasının, yas sürecini etkili yönetmeye, yaşanan kayıplar nedeni ile baş etme becerilerinin etkinliğine olumlu yönde katkıda bulunacağı düşünülmüştür. Bu çalışmada COVİD-19, kayıp, ölüm, yas terimleri hakkında bilgi vermek amaçlanmış, bu süreçte psikososyal desteğin önemi vurgulanmış ve uygulanabilir seçenekler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: COVİD-19, kayıp, ölüm, yas, pandemi

COVID-19 PANDEMIC LOSS, DEATH, AND MOURNING

Abstract

Since COVID-19 entered our lives, the inability to prevent the spread of the disease, the inability to obtain very clear information about the disease and the unknown effectiveness of its treatment have increased the level of anxiety against the disease. However, the loss of loved ones and the inability to say goodbye to them in accordance with our values negatively affected the bereavement process, reducing their coping skills to a negative level. It was believed that knowledge of the disease,transmission routes, loss and bereavement process would positively contribute to effective management of the bereavement process and the effectiveness of coping skills due to losses experienced. In this study, COVID-19 was intended to provide information about the terms loss, death, bereavement, the importance of psychosocial support in this process

was emphasized and viable options were presented.

Key Words: COVİD-19, loss, death, mourning, pandemic

GİRİŞ VE AMAÇ

Tarih boyunca yaşanan salgın hastalıklar ve pandemiler canlılar üzerinde olumsuz etkiler bırakmıştır. 2019 Aralık ayında ortaya çıkan COVID-19 salgının yayılımı, etkileri ve bugünkü sonuçları incelendiğinde tüm canlılarda fiziksel, sosyal, ekonomik ve psikolojik etkiler yaratmış, kurulu tüm dengeleri değiştirmiştir. Tüm dünyaya hızlı yayılımı, halen durdurulamamış olması ve sonuçları ile bir afeti oluşturmuştur.[1] Sağlıktan sosyoekonomik yaşama kadar her alanda olumsuz etkileri görülen bu virüs ülkeleri hazırlıksız yakaladığından dolayı ekonomide, sağlıkta, sosyal yaşamda şok kriz şeklinde kendisini göstererek kurulu düzenleri yeniden şekillenmeye ve köklü değişimlere zorlamaktadır.[2] Bu çalışmada amaç; pandemide anksiyete düzeyini azaltmak, sevilen insanların kaybı nedeniyle yas sürecinin sağlıklı yürütülebilmesi için pandemi, ölüm, kayıp ve yas kavramları hakkında bilgi vermek, yas sürecindeki bireye psikososyal destek vermenin, bu süreci sağlıklı yürütmede olumlu etkilerinin olduğunu vurgulamaktır.

Salgının ortaya çıkışı ve vaka sayılarının arttığı dönemlerde bireylerin artan düzeyde korku, endişe ve stres algıladığı gözlenmiştir. Sosyal ilişkilerin ruh sağlığını koruyucu rolü göz önüne alındığında salgının olumsuz ruhsal etkileri kaçınılmaz hale gelmiştir. Bu dönemde yaşanan ölümlerde kültürel ve dini ritüellerin gerçekleştirilememesi, yakınlarıyla vedalaşamama gibi trajik sonuçlar, yas sürecinin ertelenmesi ve tamamlanamamasına yol açmaktadır. Bu nedenle salgının psikolojik etkilerinin uzun vadeli olacağı öngörülmektedir. Özellikle salgının ilk zamanlarında cesetlerin hızla ve rastgele gömülmesi, kimi ülkelerde sokak ortasında topluca ve acımasızca yakılması milyarlarca insan tarafından dehşetle izlenmiştir. Kamuoyundaki tartışmalar, "korkmayanları" korkutmaya yaramakla kalmayıp, zaten endişeli/kaygılı insanları daha da korkuttuğu düşünülmektedir. Önceki çalışmalar, bulaşıcı hastalıkların yaygınlığının, genel popülasyonda anksiyete, depresyon ve stres düzeylerini artırabildiğini göstermiştir.[3]

Salgınlarda psikolojik tepkiler şu şekilde özetlenebilir:

Hastalanma ve ölüm korkusu, tedavi gereken durumlarda hastalığı kapma endişesiyle sağlık kurumlarına başvurmaktan çekinme, geçim kaynaklarını kaybetme, izolasyonda iken çalışamama, işten çıkarılma korkusu, hastalıkla ilişkilendirilip toplum tarafından dışlanma ya

da temaslı olarak değerlendirilip karantina altına alınma korkusu, sevdiklerini koruyamama, onlara virüs bulaştırma ve virüs yüzünden sevdiklerini kaybetme korkusu, karantina uygulaması nedeniyle sevdiklerinden ve bakım verenlerden ayrı tutulma korkusu, ebeveynleri veya bakım verenleri karantina altına alındığı için yanında refakatçisi olmayan ve onlardan ayrı tutulan çocuklar, engelliler veya yaşlılarla ilgilenmeyi hastalık kapma korkusuyla reddetme, izolasyon koşullarından dolayı çaresizlik, sıkıntı, yalnızlık ve depresif hissetme.[4]

Covid-19

Yeni tespit edilen COVID-19 virüsü hakkında yeterli bilgi olmadığı için tedavisinde zorluklar yaşanmış, hastalık hızla yayılmıştır. Hastalığın kıtalar arasında yayılması ve pek çok ülkede ciddi boyutlara ulaşması nedeniyle Dünya Sağlık Örgütü bu salgını "pandemi" olarak kabul etmiştir. Hastalık esas olarak damlacık yoluyla bulaşmaktadır. Ayrıca hasta bireylerin öksürme, hapşırma yoluyla ortaya saçtıkları damlacıklara diğer kişilerin elleri ile temas etmesi sonrasında ellerini ağız, burun veya göz mukozasına götürmesi ile bulaşmaktadır. Hastalıktan korunmanın en önemli yolu virüse maruz kalmamaktır. Bulaş yollarına yönelik alınabilecek en etkili ve en kolay yöntemler el yıkama ve sosyal mesafeyi korumaktır.[5] Spesifik bir tedavisi ve aşısı henüz geliştirilmemiştir. Korunmak için temasın azaltılması, el hijyeninin sağlanması, şüpheli ya da kesin vakaların izolasyonu ve kişisel koruyucu donanımların doğru bir şekilde kullanımı çok büyük bir öneme sahiptir.[6] Hastalığın klinik görünümü inkübasyon sürecini takiben olası ateş, inatçı kuru öksürük, nefes darlığı ve miyaljiyi içerir. Nadir ancak yaşamı tehdit eden vakalar, pnömoni ve Akut Solunum Sıkıntısı Sendromu (Acute Respiratory Distress Syndrome, ARDS) ile sonuçlanır.[7]

Pandemi; Yunanca "pan" tüm ve "demos" insanlar kelimelerinden türemiş bir sözcüktür. Geniş bir alanda yayılıp etkisini gösteren salgınlar olarak tanımlanır.[8] Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) tanımlamasına göre, bir hastalığın pandemi olabilmesi için kabaca üç kriter aranıyor: • Yeni bir virüs olması • İnsanlara kolayca geçebilmesi • İnsandan insana kolay ve sürekli bir şekilde bulaşması.

Karantina; tıp alanında kullanılan karantina kelimesinin kökeni İtalyanca ''quarantina''dan gelmektedir, anlamı ''Kırk gün''dür. Karantinanın genel tanımı; bulaşıcı bir hastalığın yayılarak çoğalmasını önlemek amacı ile belli bir bölgenin kontrol altına alınıp bu bölgeye giriş ve çıkışların engellenmesi şeklindeki uygulamalardır.

Sosyal mesafe; enfekte kişilerin hastalığı diğer kişilere bulaştırma olasılığını en aza indirmek amacı ile sağlık yetkilileri tarafından uygun görülen veya zorunlu kılınan uygulamaları ifade eder.[9] Sosyal mesafe kavramı, sosyal ilişkilerde uzamsal yakınlık ve uzaklıkla ilgilidir. Birey ve sosyal grupların birbirleri karşısında koyduğu yakınlık ve uzaklık derecesini anlatır.[10]

Kayıp

Freud, kayıp, melankoliye ve yasa bilimsel bir açıklık getiren ilk teorisyenlerden birisidir. Yasın yalnızca ölüme tepki olarak ortaya çıkmadığı, değerler ve durumlar için de ortaya çıkabileceği görüşünü savunmuştur Yaşamda kayıplara bağlı olarak bir şeyler değişmekte ve insan olarak bu duruma uyum sağlamamız gerekmektedir. Yas sürecinin tamamlanması ile kayıpla yüzleşme, duygularla başa çıkabilme ve sonunda uyum sağlama ya da yeni ilişki ya da hedeflere yenilenmiş bir enerji ile uyum sağlanması amaçlanmaktadır.[11]

COVID-19 salgının başlaması ile birlikte tüm dünyada ekonomik göstergeler önemli kayıplarla birlikte uzun süreli bir ekonomik krizin yaşanacağını ve bu durumun küresel boyutta etkileri olacağına işaret etmektedir. İptal edilen organizasyonlar, kapanan işletme ve fabrikalar nedeni ile çok sayıda insan işini kaybetmiş durumdadır. Bu nedenle, COVID-19 ile mücadelede uygun ruh sağlığı hizmetleri oluşturulması ve planlanması gereklidir. Çünkü artan psikiyatrik morbidite ve buna bağlı intihar davranışı ile ilgili kayıpların yaşanması kaçınılmazdır Özellikle travma sonrası stres bozukluğu, uyku bozuklukları, alkol ve madde kullanımı öyküsü ve öncesinde intihar girişimi olan olguların pandemi sırasında ve sonrasında intihar için riskli gruptadır.[12] Pandemi sürecinde toplumda yaşanan kayıp duygusu, doğrudan sosyal temasları kaybetmekten kaynaklanabilir ve kayıp birden fazla formda (örn. sevilen kişiler, istihdam, eğitim fırsatları, rekreasyon, özgürlükler ve sosyal desteklerin kaybı gibi) karşımıza çıkabilir. Ayrıca yaşanan kayıplar depresyon ve intihar açısından önemli risk faktörleri olarak bilindiğinden dikkatli gözlem ve kaybın türüne göre çeşitli yaklaşımları gerektirmektedir.[13] Bireyler hayatları boyunca işini kaybetme, boşanma, arkadaşlarından ayrılma dahil olmak üzere kırktan fazla örnekle açıklanabilecek kayıplarla karşı karşıya kalmaktadır. Her kayıp değerli olmakla beraber, bir son ve geri dönüşsüz yaşantının prototipi olarak ölüm, diğer kayıplara göre baş etmesi zor bir kayıptır. Birinin ölümün ardından sonra bireyler çeşitli durumlarla karşı karşıya kalmaktadır. Bu durum, birbirinin yerine de kullanılan birbirinden farklı kavramlarla açıklanmaktadır.

Kayıp yaşama (breavement); birinin kaybedilmesi,

Matem; bir kişinin ölümünden dolayı üzüntü yaşanan zamanı,

Yas; ölüm nedeniyle kayba verilen tepkiler,

Yas süreci; ölüm nedeniyle kayba verilen tepkilerin gerçekleştiği süreçtir.

Yas

Yas kişinin kayba karşı verdiği öznel tepkisidir. Ölüm nedeniyle kayıp yaşayan bireylerde kayba karşı verilen uyum tepkilerini, sıkıntıyı, daha çok kaybın iç parçasını ve hissedilenleri yansıtır. Kayba karşı verilen yas tepkileri duygusal, fiziksel davranışsal ve bilişsel alanlarda reaksiyon biçimleri ile kendini gösterebilir.[14]

Yası aşamalarla açıklayan modellerin en bilineni Kübler Ross (1969) tarafından geliştirilen modeldir. Modele göre yas süreci; "inkâr, öfke, pazarlık ve depresyon ve kabul etme" beş aşamada gerçekleştirilmektedir.

Covid 19 nedeniyle gelişen yas, hem birincil kayıplara hem de ikincil kayıplara (özgürlük kaybı, işsiz kalmak, sosyal destekten yoksun olmak gibi) yol açabilmektedir. Bilindiği üzere birincil kayıplar, ölüm ve büyük yaşam değişiklikleri gibi olaylarla ilişkiliyken, ikincil kayıplar, aile rolü, arkadaşlığın kaybedilmesi gibi durumlarla ilişkilidir. İkincil kayıplar çeşitli psikososyal desteklerle yönetilebilecekken, birincil kayıp olarak adlandırılabilecek ölümler çeşitli güçlükler barındırmaktadır. Bu durum, Covid-19 salgını nedeniyle gerçekleşen ölümlerin çoklu ve dolaylı travmatik özellikler barındırmasından kaynaklanmaktadır. Bu özellikleri; ailede birden fazla kaybın olmasından dolayı başa çıkma kapasitesine olumsuz yönde etki eden "yas taşması" olarak adlandırılabilecek durumla karşı karşıya kalmaları, salgın nedeniyle ailelerin son günlerinde ölen kişiye yardım edememeleri ve cenaze törenleri yapmamaları olarak tanımlamak mümkündür. Hastanın yoğun bakım ünitesinde vefat etmesi, hastanın entübeyken ölmüş olması, geride kalan kişinin hastayla vedalaşamaması, yoğun bakım koşulları nedeniyle hekimlerle iletişimin zayıf olması da uzamış yas sendromu ve travma sonrası stres bozukluğu gibi karmaşık yas tepkilerine yol açabilmektedir.[15]

Yas üç farklı şekilde tanımlanmaktadır.

1.Normal Yas: Tamamlanmamış ya da akut yas olarak ifade edilir. Kaybın doğal bir sonucu olarak kayıp sonrasında kişilerde gözlenen duygusal, bilişsel, fiziksel ve davranışsal tepkilerin varlığını tanımlamaktadır.

2. Patolojik/ Karmaşık Yas: Kaybın ardından en az altı ay geçmesine rağmen kayıp yaşayan kişinin kişisel, sosyal ve mesleki yaşam alanlarındaki işlevselliğini giderek bozulması sonucu kendini gösteren bir sorun olarak tanımlanabilir.

3.Travmatik Yas: Sevilen birinin beklenmedik ve ani bir şekilde şiddet veya korkunç bir biçimde ölüm sonucunda kaybı yaşayan kişilerde oluşan tepkilerdir ve bu tepkilerin kişinin işlevselliğini bozması olarak tanımlanabilir.[14]

Schut ve arkadaşları (2001) yas sürecinde verilen profesyonel desteği temelde birincil veya genel, ikincil ve üçüncül önleyici uygulamalar olarak sınıflandırılmıştır.

a. Genel veya birincil önleyici uygulamalar, kayıp yaşayan bütün bireylere yapılan uygulamalardır. Birincil önlemede kanıt temelli herhangi bir uygulama bulunmamakla birlikte farklı aile üyelerine yapılan uygulamaların ruh sağlığını geliştirme ve ruhsal hastalıkları önleme bağlamında pozitif sonuçlar sağladığı belirlenmiştir.
b. İkincil önleyici uygulamalar, patolojik yas gelişimi için riskli bireylerin izlenmesini kapsar. Beklenmeyen kayba karşı gecikmiş, baskılanmış veya kronik yas tepkisi, kaybedilen bireye karşı ambivalan duygular veya eşlerin birbirine aşırı bağımlı olduğu durumlar, patoloik yas riskini artırmaktadır
c. Üçüncül önleyici uygulamalar ise genellikle patolojik yas tepkisi gösteren veya yasla birlikte depresyon yaşayan bireylere psikoterapi ve psikolojik tedavilerin uygulanmasını kapsar. Üçüncül önleyici uygulamalar kapsamında en çok yapılan girişimler, yas terapisi, kişilerarası ve psikodinamik terapi, bilişsel davranışçı terapi ve aile odaklı yas terapilerini içeren bireysel ve grup terapileridir.[16]

Ölüm

Her canlı varlık için, oldukça doğal bir hadise ve mutlak bir sona eriş ve bir eriyiş olan ölüm, bir tecrübenin konusu değil, objektif ve kesin bir bilginin konusudur. Tıpkı mümkün olan her tecrübenin başlangıcı olan doğumun bireyin kendisi tarafından tecrübe edilemeyişi gibi, ölüm de her tecrübenin sonu olduğu için tecrübe edilemez bir olgudur.[17] Ölümle ilgili endişe duymak, insan olmanın getirdiği durumunun normal bir parçasıyken bazı insanlar için, kendi ölümlerini veya ölme sürecini düşünmek, yoğun kaygı ve korkuya neden olabilmektedir. Yalom'a göre her birey ölüm kaygısını kişisel olarak tecrübe etmektedir. Kimilerine göre bu kaygı hayatın olağan akışına eşlik ederken kimilerine göre ise daha yüksek ve baş edilmesi güçtür. Ölüm kaygısını etkileyen bazı faktörler, cinsiyet, medeni hal, yaş, inanç, ölüm ile karşılaşma sıklığı, ölüme yakın deneyimler olarak sıralanabilmektedir. Araştırmalara göre Aralık 2019'dan beri içinde bulunduğumuz ve tüm dünyanın mücadele ettiği Covid-19 salgınının ölüm kaygısını tetiklediği belirlenmiştir.[18]

Hastalara Yönelik Psikososyal Hemşirelik Bakımı/Yaklaşımı

Krize müdahalede ilk amaç COVID 19 sebebiyle hastanın duygu ve düşüncelerinin paylaşılması ve sorunun çözüm yolları üzerinde durarak bireyi krizden önceki duruma geri getirebilmektir. Bunun için öncelikle bireyin duygularını ve destek kaynaklarını araştırmak, geçmişte kullanmış olduğu baş etme yöntemlerinin etkili olup olmadığını sorgulamak, etkisiz ise yeni başetme yöntemlerini bireye öğretmek gerekir. Bireyin üç aşamada değerlendirmesi yapılır.

Fiziksel olarak; "hastalarda uyku ve beslenme problemi görülüyor mu?",

Sosyal olarak; "bireyin krizle baş edebilmesi için kendisine destek verecek olan kişiler ile ilişkileri nasıl?",

Duygusal olarak; "hastada en çok hangi duygular yaşanmaktadır?" soruları doğrultusunda hasta durumu değerlendirilir. Kriz dönemlerinde, hastaların fiziksel olarak; çoğunlukla uyku problemi ve beslenme sorunları, sosyal olarak; yalnızlık hissi, duygusal olarak da en çok anksiyete yaşadığı görülmüştür.

Hastaların yaşadığı anksiyeteyi fark etmek, yönetmek ve anksiyete ile etkili bir şekilde başetmesini sağlamak önemlidir. COVID-19 tanısı alan hasta, anksiyete ile başetmede inkâr savunma mekanizmasını kullanabilir ya da aşırı kaygı duyabilir. Her iki yaklaşım da anksiyete ile etkili bir başetme yöntemi değildir. Hemşire bu iki durumun da farkında olmalı ve hastaya uygun baş etme yöntemlerini öğretmelidir.

- Bunun için öncelikle güvene dayalı bir ilişki geliştirmek için hastaya empatik yaklaşmalıdır.
- Hastanın anksiyete düzeyini arttıran risk faktörlerini belirlemelidir.
- Hastalıkla ilgili duygu ve düşüncelerini ifade etmesine olanak sağlamalı ve hastayı gerçekliğe çekmelidir.
- Hastanın olumlu ve olumsuz inançlarını değerlendirip, hatalı inanışların yerine destekleyici bir şekilde hastanın durumunu fark etmesi ve kabul etmesi sağlanmalıdır. Bu yaklaşım hastanın anksiyetesi ve olumsuz duyguları ile baş etmesine yardım edecektir.
- Bu dönemde uyku bozukluğu olan hasta bireylere, düzenli egzersizin yararları, nikotin ve alkol tüketiminden kaçınmak gerektiği, yatmadan önce uyarıcı içecekler (çay, kahve, kola gibi) ve ağır yemekler yememek gerektiği, düzenli yatma saati belirlemenin önemi anlatılır. Düzenli uykunun aynı zamanda bağışıklık sistemine olan olumlu etkisi konusunda bilgi verilir.[19]

SONUÇ VE ÖNERİLER

Covid-19 gündemimizde yer edinen en büyük sorunlardan biridir. Hakkında yeterince bilgi sahibi olmamak, covid-19 ile süregelen ölüm anksiyetesini ateşlemekte, yas sürecini sağlıksız hale getirmektedir. Bireylerin hem pandemi sürecinde hastalanma korkusu hem de yaşadığı kayıplarla yüzleşmek durumunda kalması yaşanan yası karmaşık hale getirmektedir. Covid-19 fizyolojik sağlığın yanı sıra psikolojik olarak da bireylere darbe vurmakta, bu nedenle pandemi sürecinde pikososyal destek verilmesi elzem olmaktadır. Bu bağlamda sağlık çalışanlarına da hastalığın gidişatı hakkında bilgi vermek ve psikososyal destek vermek gibi görevler düşmektedir. Daha sonraki çalışmalarda Covid-19 pandemisinin travmatik bir olay olarak incelenmesi, Covid-19 anksiyetesini azaltacak yöntemler sunulması, psikososyal destek yaklaşımları geliştirilmesi önerilir.

Kaynakça

1. Demir,S., (2021). Covıd-19 ve Palyatif Bakım. Covıd-19 Pandemisinde Sağlık Hizmetleri. Editörler: Doç. Dr. Nilgün Ulutaşdemir, Öğr. Gör. Nurşen Kulakaç. Isbn: 978-625-7636-47-6. S.198. Ankara.
2. Alpago, H., Alpago, D., (2020). Koronavirüs Salgınının Sosyoekonomik Sonuçları. IBAD Sosyal Bilimler Dergisi Sayı: 8 Sayfa: 99-114.
3. Aşkın ve Ark. (2019). Covid-19 Pandemisi: Psikolojik Etkileri ve Terapötik Müdahaleler. İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. Covid-19 Sosyal Bilimler Özel Sayısı. Sayı:37. Bahar (Özel Ek) S.304-318.
4. Tükel, R., (2020) Covıd-19 Pandemi Sürecinde Ruh Sağlığı
5. Til, A., (2020). Yeni Koronavirüs Hastalığı Covid-19 Hakkında Bilinmesi Gerekenler. Göller Bölgesi Aylık Ekonomi ve Kültür Dergisi Ayrıntı Cilt 8 Sayı 85 Nisan 2020
6. Tercan, B., (2020). Biyolojik Afetler ve Covıd-19. Paramedik ve Acil Sağlık Hizmetleri Dergisi Pashid 2020; 1(1):41-50.
7. Karaağaç, M., H., Karaağaç, A., (2021). Covıd-19 Hastalığında Fizyoterapi ve Rehabilitasyon: Bir Derleme Makalesi. Igusabder, 13 (2021): 144-156.
8. Kuzucu, L., (2020). Covıd-19 Pandemisi. Aydın İl Sağlık Müdürlüğü Dijital Dergi 2. Sayı.
9. Yurtkulu, F., Akçay, M., (2021). Hayatta Kalmanın Yeni Adı: Sosyal Mesafe. Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği Yayını. Editör: Abidin Özdemir. Ankara.
10. Canatan, K., (2020). Kriz Zamanlarında Sosyal Mesafe. Adam Akademi Sosyal Bilimler Dergisi, 10(1), 1-18 Doı: 10.31679/Adamakademi. 724523.
11. Özel, Y., Özkan, B., (2020). Kayıp ve Yasa Psikososyal Yaklaşım. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches İn Psychiatry; 12(3):352-367 Doi: 10.18863/Pgy.652126.

12. Hocaoğlu Ç, Erdoğan A. (2020). Covıd-19 ve İntihar. Coşar B, Editör. Psikiyatri ve Covıd-19. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; P.35- 42.
13. Yıldız, E., (2020). 13.Ünite: Covıd-19 Pandemisinin Yaşam Tarzı ve Psikososyal Alandaki Etkileri. Yeni Koronavirüs Hastalığının Toplum Üzerine Etkileri ve Hemşirelik Yaklaşımları. Editörler Prof. Dr. Rukuye Aylaz Dr. Öğr. Üyesi Erman Yıldız. Isbn: 978-605-7853-43-1.İnönü Üniversitesi Yayınevi. Malatya.
14. Çolak, V., G., Hoaoğlu, Ç., (2021). Kayıp ve Yas: Bir Gözden Geçirme. Cyprus Turkish Journal Of Psychiatry & Psychology Vol.3 Issue.1 Doi:10.35365/Ctjpp.21.1.07.
15. Savaş, E. (2020). Covid-19 Sürecinde Yas. Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi 4(3), 82-89
16. Şimşek Arslan, B., Buldukoğlu, K., (2019). Yasın Aile Üzerine Etkilerini Azaltmak İçin Uygulanan Yas Destek Programları. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 11 (3), 402-417. Doı: 10.18863/Pgy.444297
17. Kandemir, F., (2020). Bazı Demografik Değişkenler Bağlamında Covid-19 Pandemi Neslinin Dindarlık ve Ölüm Kaygısı İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma. Tokat İlmiyat Dergisi 8/1 (Haziran 2020), 99-129.
18. Turhan, E., H., (2021). Ölüm Sosyolojisi Ekseninde Ölüm Kaygısı ve Koronavirüs. Habıtus Toplumbilim Dergisi Sayı/Issue 2.
19. Ayakdaş Dağlı, D. ve ark., (2020). Covıd-19 Da Psikososyal Yaklaşım. İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi 2020; 5(2): 191-195.

PRSB-140

COVID-19 PANDEMİSİNDE BAĞIMLILIK VE YAŞAM KALİTESİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN BELİRLENMESİ

Esin KAVURAN[1], Eda AY[2]
[1]Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Hemşirelik Esasları Ana Bilim Dalı, Erzurum/Türkiye
e-mail: esinkavuran@hotmail .com
[2]Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Psikiyatri Hemşireliği Ana Bilim Dalı, Erzurum/Türkiye
e-mail: edaay25@gmail.com

Özet

Amaç: Bu araştırma Covid-19 pandemisinde ergenlerin bağımlılık düzeyleri ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacı ile kesitsel ve tanımlayıcı türde yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmanın evrenini 12-18 yaş aralığında olan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 173 birey oluşturmuştur. Araştırma verilerinin toplanmasında Sosyodemografik Veri Formu, CAGE (Cut down, Annoyed, Guilty, Eyeopener), Fagerström Nikotin Bağımlılığı Testi, COVID-19'un Yaşam Kalitesine Etkisi Ölçeği, Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği, TV Bağımlılığı Ölçeği ve Yale Yeme Bağımlılığı Ölçeği kullanılarak Google Form aracılığıyla çevrim içi olarak 9-14 Haziran tarihleri arasında elde edilmiştir.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalaması 14.38±1.81, % 53.2 erkek, %66.5i kırsal alanda yaşamakta,%60.1'inin akıllı telefonu, %40.5'inin dizüstü bilgisayarı bulunmaktadır, %45.1'i sigara,%9.2'si ise alkol kullanmaktadır. Katılımcılar, CAGE alkol bağımlılığı ölçeğinden 1.68±1.35, Fagerström Nikotin Bağımlılığı Testinden 5.39±2.93, COVID-19'un Yaşam Kalitesine Etkisi Ölçeğinden 2.34±1.76,Teknoloji Bağımlılığı Ölçeğinden 97.21±13.63, TV Bağımlılığı Ölçeğinden 99.39±25.63 ve Yale Yeme Bağımlılığı Ölçeğinden 4.08±1.94 puan almışlardır. Katılımcıların Teknoloji, TV ve Yeme Bağımlılığı Ölçekleri ile yaşam kalitesi ölçeği arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.($p<0.05$).

Sonuç: Pandemi döneminde, insanları bağımlılıkla ilgili konularda duyarlı hale getirmeye ihtiyaç vardır. COVID-19 salgını sırasında fiziksel ve psikolojik iyi oluşu desteklemek adına bireylerin oyun, sosyal medya ve internetten çevrimiçi alışkanlıklarındaki değişimlerin izlenmesi ve dengeli bir kullanım için teşvik edilmeleri önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Covid 19, ergen, bağımlılık, teknoloji, TV, yeme, alkol, sigara

DETERMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN ADDICTION AND QUALITY OF LIFE DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract

Aim: This study was conducted in a cross-sectional and descriptive type with the aim of determining the relationship between the addiction levels of adolescents and their quality of life in the Covid-19 pandemic.

Method: The population of the study consisted of 173 individuals aged 12-18 years who agreed to participate in the research. Research data was collected using the Sociodemographic Data Form, CAGE (Cut down, Annoyed, Guilty, Eyeopener), Fagerström Nicotine Addiction Test, COVID-19 Impact on Quality of Life Scale, Technology Addiction Scale, TV Addiction Scale, and Yale Food Addiction Scale via Google Form. Obtained online between 9-14 June.

Results: The mean age of the participants was 14.38±1.81, 53.2% male, 66.5% live in rural areas, 60.1% have a smart phone, 40.5% have a laptop, 45.1% smoke and 9.2% drink alcohol. Participants were 1.57±1.39 from the CAGE alcohol addiction scale, 5.92±2.84 from the Fagerström Nicotine Addiction Test, 2.00±1.70 from the COVID-19 Impact on Quality of Life Scale, 96.35±11.45 from the Technology Addiction Scale, 95.92±26.45 from the TV Addiction Scale, and 4.00±1.75 from the Yale Eating Scale. There is a negative significant relationship between the Technology, TV and Eating Addiction Scales of the participants and the quality of life scale ($p<0.05$).

Conclusion: During the pandemic period, there is a need to sensitize people on addiction-related issues. In order to support physical and psychological well-being during the COVID-19 epidemic, it is important that individuals are encouraged to monitor the changes in their online habits of gaming, social media and internet and to use them in a balanced way.

Keywords: Covid 19, adolescent, addiction, technology, TV, eating, alcohol, smoking

GİRİŞ

Küresel bir halk sağlığı acil durumu olan Koronavirüs (COVID-19) salgını, virüsün benzersiz özellikleri nedeniyle dünyaya hızla bir yayılım göstermiştir[1]. COVID-19'un etkisiyle hükümetler hastalığın yayılmasını engellemek için[2] arasında okulların kapatılması[3.4], ev tabanlı uzaktan öğrenme modellerinin kullanılması[4], açık alanlara girişlerin yasaklanması, çalışma rutinlerinin değişmesi[5] ve zorunlu "sosyal mesafe" nedeniyle yüz yüze etkileşimlerin sınırlandırılması[2] gibi bir dizi önlem almıştır. Bu kriz döneminde dünyanın dört bir yanındaki insanların panik, fobi, sağlık kaygısı, uyku bozuklukları, dissosiasyon benzeri belirtilere kadar çeşitli ruhsal sağlık zorluklarıyla karşılaşmalardır[6] Günlük yaşamdaki aksaklıklar nedeniyle

duyulan endişe, geleceğe dair belirsizlik, yalnızlık duygusu, kayıplar nedeniyle yaşanılan keder bu dönemde beklenir duygulardır. Bu duyguların kişiyi bir dizi sağlıksız davranış ve başa çıkma stratejisine yönlendirmesi muhtemeldir[7]. Stresli yaşam olayları ve beyin-stres sistemleri arasındaki ilişkinin bağımlılık hastalığında önemli bir rol oynadığı bilinmektedir[8].

Bağımlılık; bir maddenin amacı dışında, gittikçe artan miktarlarda alınması; kişinin hayatında sorunlara neden olmasına rağmen kullanımı bırakamaması ve madde alımını azalttığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması ile giden tablodur. Bağımlılıkta kişi yaşadığı, ailevi, sosyal ve iş/okul hayatı ile ilgili sorunlara rağmen maddeyi kullanmayı sürdürür[9]. Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı-5'de (DSM-5) bağımlılık yapan maddeleri; alkol, kafein, esrar, halusinojenler, inhalanlar, opiyatlar, sedatif-hipnotik ve anksiyolitikler, stimulanlar, nikotin ve diğer (ya da bilinmeyen maddeler) şeklinde ona ayırmıştır[10,11]. Karantina döneminde ve sonrasında potansiyel sıkıntılar nedeni ile bağımlılık davranışlarında artış olabileceği düşünülmektedir. Keyif kaynakları, pandemi döneminde kapalı mekân etkinlikleri ile sınırlı olduğundan, televizyon ve elektronik cihazların kullanımında artış olması muhtemeldir; bu durumun uzun vadede davranışsal bağımlılıklara neden olabilme riski mevcuttur. Özellikle gelişmekte olan ülkelerde ve genç kuşakta davranışsal bağımlılık geliştirme olasılığı daha yüksek beklenmektedir[12]. Eğitim, çalışma, sosyalleşme faaliyetleri pandemi döneminde internet üzerinde sürmeye devam etmektedir, internet kullanımı bu dönemde hem sosyal izolasyonun etkilerini azaltmak hem de günlük yaşamın devamlılığını sağlamak için insanların hayatında önemli bir yere sahiptir. Ancak, internet kullanımı özellikle pandemi döneminde ve sonrasında sorunlu hale gelebilecek bir potansiyele sahiptir (aşırı kullanım, video oyunu bağımlılığı, çevrimiçi kumar, internetten pornografi bağımlılığı). COVID-19 pandemisi döneminde Meksika'da yapılan bir çalışmada, hafif veya orta seviyede internet bağımlılığının yaygın olduğu (%62), ayrıca kaygı ve depresyon düzeyleri ile ilişkili olduğu belirtilmiştir[13]. Yine pandemi sırasında Çin nüfusunun %82'sinin sıklıkla sosyal medyaya maruz kaldığı raporlanmıştır[14]. Uzun süreli izolasyon, teknoloji temelli aktivite ve sınırlı yüz yüze etkileşim, sağlıksız yaşam tarzı kalıplarının alışkanlık haline gelmesi COVID-19 krizi geçtikten sonra yeniden uyumda zorluklara yol açma tehlikesine sahiptir.

MATERYAL METOD

Araştırmanın amacı: Bu araştırma Covid-19 pandemisinde ergenlerin bağımlılık düzeyleri ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacı ile yapılmıştır

Araştırma Tipi: Araştırma kesitsel ve tanımlayıcı türdedir.

Araştırmanın Evreni ve Örneklem Seçimi: Araştırmanın evrenini 12-18 yaş aralığında olan bireyler, araştırmanın örneklemini ise araştırma tarihleri arasında araştırmaya katılmaya gönüllü olan 173 birey oluşturmuştur.

Verilerin Toplanması: Online oluşturulan veri toplama formu araştırmanın yapıldığı 9-14 Haziran tarihleri arasında sosyol medya (Facebook, Twitter, Watsapp…vb) üzerinden paylaşılmış ve anketi dolduranlardan anketi kendi sosyal medyalarında paylaşmaları istenmiştir. Çalışma verilerinin cevaplanma süresi yaklaşık olarak 15-20 dakika sürmektedir.

Veri Toplama Araçları

Sosyo-demografik veri formu: Çalışmanın amaçları doğrultusunda araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Yaş, cinsiyet, yaşanılan yer, çalışma durumu ve ekonomik duruanne-baba eğitim durumu, kardeş sayısı, interneti kaç saat kullandığı, alkol ve/veya sigara kullanımı olup olmadığı, TV izleme sıklığı gibi sorular yer almaktadır.

CAGE (Cut down, Annoyed, Guilty, Eyeopener): 1970 yılında Ewing ve Rouse[15] tarafından geliştirilmiş kısa, basit, klinik çalışmalarda sık kullanılan en yeterli ve etkili tarama araçlarındandır. Dört madde olup toplam skor 0-4 arasında puanlanır. Türkçe geçerlilik ve güvenirliliği Arıkan ve ark.[16] tarafından 1991 yılında yapılmıştır. İki veya daha fazla evet yanıtı varsa riskli kullanım olarak değerlendirilerek, alkol kötüye kullanımı ve bağımlılık açısından ek değerlendirmeyi gerektiren bir tarama ölçeğidir.

Fagerström Nikotin Bağımlılığı Testi: 1989'da Fagerstrom ve Schneider[17] "Nikotin Bağımlılığı için Fagerstrom testi"ni (Fagerstrom Tolerance Test for Nicotine Dependency, FTND) sigara içmeye bağlı gelişen nikotin bağımlılığının saptanması amacıyla geliştirmişlerdir. Bu ölçek uyandıktan sonraki ilk sigara, sigara içmenin yasak olduğu yerlerde sigarasız olma durumu, içmeden yapılamayan sigara, günde içilen sigara sayısı, sabah saatlerinde içilen sigara miktarı hasta olduğunda sigara içme durumu ile ilgili soruları içeren 6 maddelik bir testtir. Sigara tüketiminin miktarı kompulsiyon biçiminde kullanılması ve bağımlılığı değerlendirilmektedir. Bu ölçek nikotin bağımlılığı için iyi bir tarama testi olup elde edilen bilgiler sonucunda tedavinin planlanması ve hastalığın gidişi konusunda yararlanılabilir[18]. Ülkemizde de 2004 yılında geçerlilik ve güvenirlilik çalışması Uysal ve ark. Tarafından yapılmıştır[19]. Çalışmalarda 5 ve üzerinde puan alanların bağımlılık şiddetinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir(0-2 çok az bağımlı, 3-4 az bağımlı, 5 orta derecede bağımlı, 6-7 yüksek bağımlılık, 8-10 çok yüksek bağımlılık)[17].

COVID-19'un Yaşam Kalitesine Etkisi Ölçeği (COV19-QoLTR): Ölçek, Repišti ve arkadaşları (2020) tarafından geliştirilmiş olup Türkçe geçerlik güvenirliği Sümen ve Adibelli (2021) tarafından COVID-19 tanısı alan ve almayan bireylerde yapılmıştır[20,21]. COV19-

QoLTR, ruh sağlığı ile ilgili temel yaşam kalitesi alanlarını kapsayan 6 maddeden oluşmaktadır. İlk madde, mevcut pandeminin kişilerin genel olarak yaşam kaliteleri üzerindeki etkisine ilişkin duygularını kapsamaktadır. İkinci ve üçüncü maddeler, kişilerin zihinsel ve fiziksel sağlık bozulmasına ilişkin algılarını içermektedir. Dördüncü ve beşinci maddeler, kişilerin pandemiye bağlı anksiyete ve depresyon düzeylerini ölçmektedir. Son madde, bireylerin kişisel güvenliklerinin ne ölçüde tehlikede olduğu ile ilgili algılarını belirlemeye yöneliktir. Tüm maddeler beşli likert tipte (1-kesinlikle katılmıyorum,5-kesinlikle katılıyorum) ve kişilerin son yedi gün içindeki duygu ve düşüncelerini değerlendirmektedir. Ölçek puanı, toplam puanın madde sayısına bölünmesi ile hesaplanmaktadır. Puanın yükselmesi, pandeminin kişinin yaşam kalitesi üzerindeki etkisinin daha büyük olduğunu göstermektedir. Ölçeğin genel toplumdan elde edilen veriler için Cronbach alfa katsayısı 0.910, tanı almayan örneklem için 0.905 ve tanı alan örneklem için 0.856 olarak bulunmuştur[21].

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği: Aydın ve Şimşek (2017) tarafından geliştirilen ölçek öğrencilerin teknoloji bağımlılığı düzeylerini belirlemek için dört alt ölçeği barındıran toplam 24 maddeden oluşan bir ölçektir[22]. Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği'nin (SABÖ) Cronbach α değeri 0.786, Anlık Mesajlaşma Bağımlılığı Ölçeği'nin (AMBÖ) Cronbach α değeri 0.806, Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği'nin (ÇOBÖ) Cronbach α değeri 0.897, Web Siteleri Bağımlılığı Ölçeği'nin (WSBÖ) Cronbach α değeri 0.861 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bağımlılık düzeylerini belirlemek için aritmetik ortalama puanları hesaplanarak, her bir ölçeğe ait en düşük ve en yüksek puan aralıkları belirlendikten sonra farkların beşe bölünmesiyle bağımlılık düzeylerine denk gelen derecelemeler elde edilmiştir. TBÖ'ye ait alt ölçeklerin her birisi için aritmetik ortalamalar yorumlanırken, en yüksek puan 30 (6×5) en düşük puan ise 6 (6×1) olarak belirlenmiştir. TBÖ'nün tümüne ait alınabilecek en yüksek puan 120 (24×5) ve en düşük puan ise 24 (24×1) olarak belirlenmiştir. Ölçeğin tümüne ait aritmetik ortalamalar yorumlanırken 0-24 puan aralığı "Bağımlı değil", 25-48 puan aralığı "Düşük düzeyde bağımlı", 49-72 puan aralığı "Orta düzeyde bağımlı", 73-96 puan aralığı "Oldukça Bağımlı", 97-120 puan aralığı ise "Tam Bağımlı" olarak kabul edilmiştir[22].

Yale Yeme Bağımlılığı Ölçeği: Gearhardt ve arkadaşları tarafından, DSM-IV-TR madde bağımlılığı tanı kriterlerini göz önüne alarak geliştirilmiştir[23]. Bayraktar ve arkadaşları tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır[24]. Yeme Bağımlılığı Ölçeği için yapılan güvenilirlik analizinde ölçeğin Cronbach's Alfa değeri 0,93 bulunmuştur. 8 alt boyuttan oluşan YYBÖ'nün ilk 7 alt boyutu bağımlılık tanısı verirken 8. alt boyut klinik anlamlılık skorunu verir. İki puanlama yöntemi mevcut olup; YB ölçütlerini karşılar demek için semptomlardan en az birini karşılamalı; YB tanısı koymak için ise son bir yıl da semptomlardan 3 veya daha fazlasını

karşılamalı ve klinik olarak bozulma eşlik etmelidir. Toplam skorun belirlenmesi için sorulara ait alt boyutların ölçütü karşılayıp karşılamadığı değerlendirilmekte ve buna göre puan verilip alt boyutlara ait puanlar toplanmaktadır. Her bir alt boyuttan elde edilen puan 1 veya daha fazlaysa bu maddenin ölçütleri karşıladığı kabul edilip 1 puan verilmektedir[24].

TV Bağımlılığı: Balantekin (2009) tarafından öğrencilerin televizyona yönelik tutumlarını ve televizyona bağımlı olup olmadıklarını belirlemek amacı ile geliştirilen ölçek 37 maddeden oluşmaktadır ve Cronbach's Alfa değeri 0.85 olarak bulunmuştur. Tüm maddeler üçlü likert (Katılıyorum-1, Kararsızım-2, Katılmıyorum-3). Ölçekten alınan puanlara göre 37 puan- 65 puan arası puan alanlar televizyona bağımlı değil, 66 puan - 92 puan arası puan alanlar kararsız, 93 puan - 111 puan arası puan alanlar ise televizyona bağımlı olmaktadır[25].

Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizler: İstatistik analizlerinde SPSS 20.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler sayı (n), yüzde (%), aritmetik ortalama, standart sapma ve ortanca olarak belirtilmiştir. Sürekli değişkenlerin normallik varsayımlarını test etmek için tek örneklem Kolmogorov Smirnov testi, normal dağılım gösteren sürekli değişkenlerde hipotez testleri için bağımsız örneklemlerde t testi ve tek yönlü varyans analizi (one way ANOVA) testleri, normal dağılım göstermeyen değişkenlerde hipotez testleri için Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri kullanılacaktır.

Etik ilkeler: Araştırmaya başlamadan önce Hemşirelik Fakültesi etik kurulundan etik kurul izni alınacaktır. Araştırma kapsamına alınan bireylere çalışmanın amacı ile ilgili bilgilendirme yapılarak "Bilgilendirilmiş Onam" ilkesi, elde edilen bilgilerin gizli tutulacağı belirtilerek "Gizlilik ve Gizliliğin Korunması" ilkesi, gönüllü olarak tüm bireylerin katılımı ile de "Özerkliğe Saygı" ilkesi yerine getirilecektir.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerinin dağılımı

	N	%
Yaş	14.38±1.81	
Cinsiyet		
Kadın	81	46.8
Erkek	92	53.2
Yaşanılan yer		
Kırsal	58	33.5
Kentsel	115	66.5
Kardeş sayısı		
Tek çocuk	24	13.9
1-3 kardeş	50	28.9
4-5 kardeş	42	24.3
5'ten fazla kardeş	57	32.9
Anne eğitim durumu		
Okur-yazar değil	58	33.5
Okur-yazar	48	27.7
Orta öğretim mezunu	47	27.2
Lise mezunu	13	7.5
Üniversite/Master	7	4.0
Baba eğitim durumu		
Okur-yazar değil	13	7.5
Okur-yazar	55	31.8
Orta öğretim mezunu	50	28.9
Lise mezunu	25	14.5
Üniversite/Master	30	17.3
Kendine ait akıllı telefon		
Var	104	60.1
Yok	69	39.9
Kendine ait masaüstü bilgisayar		
Var	70	40.5

Yok	103	59.5
Kendine ait dizüstü bilgisayar		
Var	72	41.6
Yok	101	58.4
Düzenli spor yapma		
Evet	37	21.4
Hayır	136	78.6
Sigara kullanma		
Evet	78	45.1
Hayır	95	54.9
Alkol kullanma		
Evet	16	9.2
Hayır	157	90.8
İnternette geçirilen zaman/gün		
1 saatten az	24	13.9
1-3 saat	34	19.7
4-7 saat	38	22.0
8-11 saat	40	23.1
11 saatten fazla	37	21.4
Tv izlenen zaman/gün		
1 saatten az	15	8.7
1-3 saat	9	5.2
4-7 saat	13	7.5
8-11 saat	96	55.5
11 saatten fazla	40	23.1

Araştırmaya katılanların yaş ortalaması 14.38±1.81, %53.2'si erkek, %66.5!i kentsel bölgede yaşamakta, %32.9'unun kardeş sayısı 5'ten fazladır. Anne ve baba eğitim durumuna bakıldığında annelerin %33.5'i okur-yazar değil babaların ise %31.8'i okur-yazardır. Katılımcıların %60.1'inin kendine ait akıllı telefonu, %40.5'inin kendine ait masaüstü bilgisayarı ve %46.1'inin kendine ati dizüstü bilgisayarı bulunmaktadır. Katılımcıların %45.1'i sigara, %9.2'si ise alkol kullanmaktadır (Tablo 1).

Tablo 2. Covid 19 pandemisi süresince bağımlılık ile ilgili bazı değişkenlerin dağılımı

	Azaldı	**Arttı**	**Değişmedi**
Covid 19 pandemisi başladığından beri,	**N(%)**	**N(%)**	**N(%)**
İnternette geçirilen zaman	39(22.5)	71(41.1)	63(36.4)
Sigara kullanımı	22(12.7)	27(15.6)	124(71.7)
Alkol kullanımı	5(2.9)	1(0.6)	167(96.5)
Okul başarı durumu	61(35.3)	56(32.4)	56(32.4)
TV izleme durumu	96(55.5)	52(30.1)	25(14.5)
Yeme alışkanlığı	15(8.79)	29(16.8)	129(74.6)

Covid 19 pandemisi başladığından beri katılımcıların %41.1'i internette geçirdikleri zamanın arttığını, %71.1'i sigara kullanma durumlarının,%74.6'sının yeme alışkanlıklarının değişmediğini, %35.3'ü okul başarı durumunun,%55.5'inin TV izleme durumlarının azaldığını belirtmişlerdir (Tablo 2).

Tablo 3. CAGE, Fagerström Nikotin Bağımlılığı, COVID-19'un Yaşam Kalitesine Etkisi, Teknoloji Bağımlılığı, TV Bağımlılığı ve Yale Yeme Bağımlılığı Ölçekleri Toplam Puanları

Ölçekler	**XX±SD**
CAGE	1.68±1.35
Fagerström Nikotin Bağımlılığı Testi,	5.39±2.93
COVID-19'un Yaşam Kalitesine Etkisi Ölçeği	2.34±1.76
Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği	97.21±13.63
Sosyal Ağ Bağımlılığı	22.32±6.75
Anlık Mesajlaşma Bağımlılığı	23.39±7.99
Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı	26.69±3.82
Web Siteleri Bağımlılığı	17.38±9.47
TV Bağımlılığı Ölçeği	99.39±25.63
Yale Yeme Bağımlılığı Ölçeği	4.08±1.94

Katılımcıların CAGE, Fagerström Nikotin Bağımlılığı, COVID-19'un Yaşam Kalitesine Etkisi, Teknoloji Bağımlılığı, TV Bağımlılığı ve Yale Yeme Bağımlılığı Ölçekleri toplam puanları Tablo 3'te verilmiştir. Katılımcıların alkol bağımlılık testinden aldıkları puan

ortalaması 1.68±1.35, Nikotin Bağımlılığı puan ortalaması 5.39±2.93, COVID-19'un Yaşam Kalitesine Etkisi Ölçeği puan ortalaması 2.34±1.76, Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği puan ortalaması 97.21±13.63, TV Bağımlılığı Ölçeği puan ortalaması 99.39±25.63 ve Yale Yeme Bağımlılığı Ölçeği puan ortalaması 4.08±1.94'tür (Tablo 3).

Tablo 4. COVID-19'un Yaşam Kalitesine Etkisi ile CAGE, Fagerström Nikotin Bağımlılığı, ,Teknoloji Bağımlılığı, TV Bağımlılığı ve Yale Yeme Bağımlılığı Ölçekleri Arasındaki İlişki

Ölçekler	**COVID-19'un Yaşam Kalitesi**	
	r	**p**
Fagerström Nikotin Bağımlılığı	-0.15	.897
Alkol Bağımlılığı	.072	.791
Teknoloji Bağımlılığı	.196	**.010**
TV Bağımlılığı	-262	**.000**
Yale Yeme Bağımlılığı	-314	**.000**

Katılımcıların COVID-19'un Yaşam Kalitesine Etkisi ile CAGE, Fagerström Nikotin Bağımlılığı, ,Teknoloji Bağımlılığı, TV Bağımlılığı ve Yale Yeme Bağımlılığı Ölçekleri arasındaki ilişkiye bakıldığında Covid 19'un Yaşam Kalitesine Etkisi ile TV Bağımlılığı arasında negatif yönlü çok zayıf anlamlı, Yale Yeme Bağımlılığı arasında ise negatif ise negatif yönlü zayıf anlamlı bir ilişki bulunurken, Teknoloji Bağımlılığı ile arasında pozitif yönlü çok zayıf anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Tablo 4).

Öneriler: Pandemi döneminde, insanları bağımlılıkla ilgili konularda duyarlı hale getirmeye ihtiyaç vardır, ruh sağlığı yardım hattı ve danışmanlık bu sorunları ele almak için yararlı olabilir. Bağımlılıkta sosyal desteğinin önemi göz önüne alındığında, klinisyenlerin pandemi sırasında sosyal desteği arttırıcı yaklaşımlarda daha fazla bulunmaları, aile ve bakım sağlayıcılarına her zamankinden daha fazla odaklanmaları önerilir. Ayrıca, COVID-19 salgını sırasında fiziksel ve psikolojik iyi oluşu desteklemek adına kişilerin oyun, sosyal medya ve internetten pornografi gibi çevrimiçi alışkanlıklarındaki değişimlerin izlenmesi ve dengeli bir kullanım için teşvik edilmeleri önemlidir

KAYNAKLAR

1. Zhou F, Yu T, Du R, Fan G, Liu Y, Liu Z, et al. Clinical course and risk factors for mortality of adult inpatients with COVID-19 in Wuhan, China: a retrospective cohort study. Lancet. 2020
2. Andrews JL, Foulkes L, Blakemore SJ. Peer influence in adolescence: Public-health implications for COVID-19. Trends Cogn Sci 2020; 24(8): 585-587
3. Rundle AG, Park Y, Herbstman JB, et al. COVID-19 related school closings and risk of weight gain among children. Obesity 2020; 28(6): 1008-1009
4. Golberstein E, Wen H, Miller BF. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) and mental health for children and adolescents. JAMA Pediatr 2020; 174(9): 819-820.
5. Ornell F, Schuch JB, Sordi AO, Kessler FHP. "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. Braz J Psychiatry 2020; 42(3): 232-235.
6. Banerjee D. The COVID-19 outbreak: Crucial role the psychiatrists can play. Asian J Psychiatr. 2020;50:102014.
7. Enez Darcin A, Kose S, Noyan CO, Nurmedov S, Yılmaz O, Dilbaz N. Smartphone addiction and its relationship with social anxiety and loneliness. Behav Inf Technol. 2016;35:520-5.
8. Koob GF. Addiction is a reward deficit and stress surfeit disorder. Front Psychiatry. 2013;4:72.
9. Koç A, Tayaz E, Erdem Ö, Kurt B, Öztaş D. Hemşirelik Öğrencilerinin Bağımlılık ile İlgili Bilgi ve Görüşlerinin Değerlendirilmesi. J Ankara Med 2018; 18: 508-18.
10. Vardar E. Alkol Madde Bağımlılığı Tanı ve Tedavi El Kitabı; 2012: 43-53.
11. Jaffe JH, Anthony JC. Substance-related disorders: introduction and overview. In Kaplan and Sadock's Comprehensive Texbook of Psychiatry, 8th ed. (Eds HI Sadock, VA Sadock): Philadelphia, Lippincott Williams and Wilkins; 2005:1137-67.
12. Kar SK, Arafat SMY, Sharma P, Dixit A, Marthoenis M, Kabir R. COVID-19 pandemic and addiction: Current problems and future concerns. Asian J Psychiatr. 2020.
13. Garcia-Priego BA, Triana-Romero A, Pinto-Galvez SM, Duran-Ramos C, Salas-Nolasco O, Reyes MM, et al. Anxiety, depression, attitudes, and internet addiction during the initial phase of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic: A cross-sectional study in Mexico. medRxiv. 2020.
14. Gao J, Zheng P, Jia Y, Chen H, Mao Y, Chen S, et al. Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak. PLoS One. 2020;15:e0231924.
15. Ewing JA. Detecting alcoholism. The CAGE questionnaire. JAMA 1984; 252:1905-1907.
16. Arıkan Z, Özdemir YD, Candansayar S. MAST ve CAGE tarama testlerinin alkolizmin tanısal önemi üzerine bir çalışma. 27. Ulusal Psikiyatri Kongresi, Antalya, 1991.
17. Fagerstrom K, Shneider NG. Measuring nicotine dependence: a review of the Fagerstrom Tolerance Questionnaire. J Behav Med 1989;12:159-181.
18. Fagerström K. New perspectives in the treatment of tobacco dependence. Monaldi Arch Chest Dis 2003;60:179-183.
19. Uysal A, Kadakal F, Karşıdağ Ç, Bayram NG, Uysal Ö, Yılmaz V. Fagerstrom nikotin bağımlılık testinin türkçe versiyonunun güvenirliği ve faktör analizi. Tuberk Toraks 2004;52:115-121.

20. Repišti, S., Jovanović, N., Kuzman, M. R., Medved, S., Jerotić, S., Ribić, E., ... & Russo, M. (2020). How to measure the impact of the COVID-19 pandemic on quality of life: COV19-QoL–the development, reliability and validity of a new scale. *Global Psychiatry*, 3(2), 201-210.
21. Sümen, A., & Adibelli, D. (2021). *Adaptation of the COV19-QoL Scale to Turkish culture: Its psychometric properties in diagnosed and undiagnosed individuals*. Death Studies.
22. Aydın, F., & Şimşek, N. D. (2017). Teknoloji bağımlılığının sınıf ortamında yarattığı sorunlara ilişkin öğrenci görüşleri (Doctoral dissertation).
23. Gearhardt AN, Corbin WR, Brownell KD. Preliminary validation of the Yale Food Addiction Scale. Appetite. 2009;52:430-436.
24. Bayraktar F, Erkman F, Kurtuluş E. Adaptation study of Yale food addiction Scale. Klinik Psikofarmakol Bulteni. 2012;22(1):38
25. Balantekin, Y. (2009). 10-14 yaş arası çocuklarda televizyon bağımlılığı üzerine bir araştırma (Master's thesis, Uludağ Üniversitesi).

PRSB-146

YA SONRA? COVID 19 VE TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU

Burcu KARAKÖSE [1] **,** ***Ayşe KUZU*** [2]

[1]***Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Kliniği, Zonguldak/ Türkiye, E-Posta:burcucalik@hotmail.com***

[2]***Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Ahmet Erdoğan Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Zonguldak/ Türkiye, E-Posta: aysekuzu@gmail.com***

Özet

COVID-19 ilk olarak Çin'in Wuhan eyaletinde yüksek ateş ve nefes darlığı ile tanımlanan yeni viral solunum yolu hastalığıdır. DSÖ tarafından yaklaşık 120 ülkede COVİD-19 vakalarının görülmesi, yayılımı ve yaptığı kliniğin şiddeti nedeniyle 11 Mart 2020'de pandemi olarak ilan edilmiştir. Hastalığın beklenmedik şekilde yayılma hızı, artan vaka ve ölümler, karantina ve izolasyon şeklindeki fiziksel kısıtlamalar, özgürlüğün kaybı, sevdiklerinden uzak kalma, çaresizlik, ölüm korkusu, iş, aile ve sosyal yaşamındaki değişimler, hastalığın seyrindeki belirsizlikler virüsün yayılmasına bağlı dışlanma ve damgalanmayı içeren tutum ve davranışların sergilenmesi ve toplumun tüm kesimindeki kişilerin risk altında olması salgını küresel bir travmaya dönüştürmüştür. İlgili literatürde COVID-19 salgınında ölüm tehdidiyle karşı karşıya kalmanın, sağlık alanında çalışmanın, enfeksiyon ile doğrudan temas etmenin, kısıtlayıcı önlemlere tabi tutulmanın ve pandemi hakkında medya bilgisine aşırı maruz kalmanın ise Travma Sonrası Stres Bozukluğu gelişme riskini artırdığı görülmektedir. Ruh sağlığı hemşiresi, hastanın; travmatik hatıraların duygusal baskısına dayanabilmesi, başa çıkabilmesi, olaylara yönelik tutarlı anlam ve inanç geliştirmesi, doyum verici kişilerarası ilişkiler yaşaması için çaba göstermelidir. COVID-19 pandemisinin ruh sağlığı da dahil kişileri birçok yönden etkilediği düşünüldüğünden, pandemi sürecinde ve sonrasında çok sayıda kişiye ulaşabilecek, ruh sağlığını koruma, iyileştirme ve güçlendirmeye yönelik müdahalelerin geliştirilmesi öncelik arz etmektedir.

Anahtar Kelime: Pandemi, COVID-19, Travma Sonrası Stres Bozukluğu

AND THEN? COVID 19 AND POST TRAUMA STRESS DISORDER

Abstract

COVID-19 is a new viral respiratory illness first identified with high fever and shortness of breath in Wuhan, China. It was declared a pandemic by WHO on March 11, 2020, due to the occurrence and spread of COVID-19 cases in approximately 120 countries and the severity of the clinic. Unexpected spread of the disease, increased cases and deaths, physical restrictions in the form of quarantine and isolation, loss of freedom, being away from loved ones, helplessness, fear of death, changes in work, family and social life, uncertainties in the course of the disease, attitudes and stigmatization due to the spread of the virus, behaviors and the risk of people from all segments of society have turned the epidemic into a global trauma. In the relevant literature, it is seen that facing the threat of death in the COVID-19 epidemic, working in the health field, being in direct contact with the infection, being subject to restrictive measures, and excessive exposure to media information about the pandemic increase the risk of developing Post Traumatic Stress Disorder. Mental health nurse, patient; should strive to withstand and cope with the emotional pressure of traumatic memories, to develop consistent meaning and belief towards events, and to have satisfying interpersonal relationships. Since the COVID-19 pandemic is thought to affect people in many ways, including mental health, it is a priority to develop interventions to protect, improve and strengthen mental health that can reach a large number of people during and after the pandemic.

Key Words: Pandemic, COVID-19, Post Traumatic Stress Disorder.

GİRİŞ VE AMAÇ

COVİD-19 vakası ilk olarak Çin'in Wuhan eyaletinde yüksek ateş ve nefes darlığı ile tanımlanan yeni viral solunum yolu hastalığıdır.[1-2] DSÖ tarafından 11 Mart 2020 de pandemi olarak ilan edilmiştir.[3]

Hastalığın beklenmedik yayılma hızı, artan vaka ve ölüm sayıları, karantina ve izolasyon uygulamaları, yaşanan ekonomik kayıplar, alınan önlemler yaşam şeklini beklenmedik bir şekilde ve önemli ölçüde değiştirmiştir. Bu özellikleri ile COVID-19 pandemisi bireylerin yaşamlarını, varlıklarını tehdit eden, herkes için sıkıntı verici niteliği olan bir travma olarak değerlendirilmektedir.[4]

Bu çalışma COVID-19 pandemisi ve travma sonrası stres bozukluğu ve hemşirelik yaklaşımlarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

COVID-19 ve Travma

Travma, kişinin ruhsal ve bedensel varlığını farklı biçimlerde sarsan, inciten, yaralayan her türlü olay için kullanılan bir kavramdır. Travmalar fiziksel ve ruhsal travmalar olmak üzere iki farklı şekilde incelenmektedir.[5] Ruhsal travma bireyin çaresizliğiyle karşı karşıya gelmesidir.[6] Başka bir deyişle ruhsal travma, bireyin ya da yakınlarının fiziksel bütünlüğünü tehdit eden, kişinin deneyim sınırları dışında kalan olaylara verdiği aşırı korku, kaygı ve çaresizlik şeklinde de tanımlanabilir.[7] Dünya genelinde COVİD-19 pandemisi bireylerin fiziksel sağlığını etkilediği gibi ruhsal sağlığını da etkilemektedir.[8] Bu küresel salgın öncelikle bireylerin yaşamlarını, varlıklarını tehdit eden, herkes için sıkıntı verici niteliği olan bir travmadır. Bu travmatik etkiler bireyin sınıfsal yapısı, sosyoekonomik durumu, kültürel özellikleri, bireysel özellikleri ve ruhsal altyapısı çerçevesinde değişkenlik göstermektedir. Bu örseleyici yaşam deneyimine sürecin farklı dönemlerinde verdikleri ruhsal tepkiler de öncelikle her birey, grup ya da sosyal sınıfta farklı düzeylerde yaşanmaktadır. Hastalığın beklenmedik şekilde yayılma hızı, artan vaka ve ölümler, karantina ve izolasyon şeklindeki fiziksel kısıtlamalar, özgürlüğün kaybı, sevdiklerinden uzak kalma, çaresizlik, ölüm korkusu, iş, aile ve sosyal yaşamındaki değişimler, iş kaybına bağlı yaşanan ekonomik sorunlar, hastalığın seyrindeki belirsizlikler virüsün yayılmasına bağlı dışlanma ve damgalanmayı içeren tutum ve davranışların sergilenmesi ve toplumun tüm kesimindeki kişilerin risk altında olması salgını küresel bir travmaya dönüştürmüştür.[4]

Hastalığın doğası gereği yaşanan güçlükler yanında, hastalığın yayılmasını engellemek, kontrol altına almak için alınan önlemlerden biri izolasyon ve karantina uygulamalarıdır.[9] Karantina ve izolasyon uygulamaları ile toplum hastalıktan korunurken diğer yandan bireyleri sosyal ilişkilerini sınırlandırmakta, yakın gelecek planlarından aniden vazgeçmek zorunda bırakmakta aynı zamanda bireylerin iş ve ailesine karşı sorumluluklarını da yerine getirememesine ve kaygının artmasına sebep olmaktadır[10] Sevdiklerinden ayrı kalmak, bağımsızlığını yitirmek, kontrolünü yitiriyormuş gibi hissetmek, dışarıdan zorla dayatılan bir şeye riayet etmek yanında kendi ve çevresindekilerin hastalık durumuyla ilgili belirsizlikler öfke patlamalarına, özkıyım düşüncelerine ya da karantinadan kaçma gibi sonuçlara da neden olabilmektedir.[11]

Tüm bunların yanında salgına yönelik konularda bilimsel dayanağı olmadan, yetkisi olmayan kişilerin kitle iletişim araçları aracılığıyla toplumu yanlış bilgilendirmesi, toplumun korkuya kapılarak stres ve kaygı düzeylerinin artmasına neden olmaktadır.[12] Hastalık ve iş kayıpları nedeniyle yaşanan ekonomik güçlükler ve yaşanan stres aile içi şiddetin artmasına

neden olmaktadır. Covid-19 ile ilişkili hasta ve yakınları damgalanma ve ayrımcılıkla karşı karşıya kalabilmektedir. Damgalanmış kişiler, ayrımcılığa, dışlanmaya ve reddedilmeye maruz kalabilmektedirler.[10]

Yaşanan tüm güçlükler bireylerin fiziksel sağlığı yanında ruh sağlığı da büyük ölçüde etkilemektedir. Pandemi ile birlikte en sık görülen ruhsal bozukluklar depresyon, yaygın anksiyete bozukluğu, uyum bozukluğu, panik bozukluk, duygudurum bozuklukları ve travma sonrası stres bozukluğudur.[11]

COVID-19 ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Travma Sonrası Stres Bozukluğu, insanların deprem, kasırga ve SARS gibi travmatik bir deneyime girdikten sonra ortaya çıkabilecek psikolojik bir hastalıktır. Temel özelliği, travmatik bir deneyime, kişisel trajik bir yaşam olayına veya başkalarının fiziksel bütünlüğüne zarar veren ölüm, yaralanma veya tehdit içeren olaylara maruz kalma sonucu gelişen semptomlardır. Çin ve İtalya' da yapılan ilk çalışmalarda COVID-19'un hayatı tehdit eden bir halk sağlığı acil durumu ve TSSB'ye neden olacak kadar ciddi bir hastalık olduğunu bildirmektedir.[13] Liu ve arkadaşları tarafından Çin'de yapılan bir araştırmaya göre Covid-19 sonrasında TSSB prevelansı ayda %7 olarak belirlenmiştir.[14] Bir başka çalışmada COVID-19 salgınında ölüm tehdidiyle karşı karşıya kalanlar, sınırlı güvenlik ekipmanlarıyla aşırı çalışan ve güçsüzlük ve çaresizlik duyguları yaşayan sağlık çalışanları, enfeksiyon ile doğrudan temas eden ve enfeksiyon riski ile ilgili korku yaşayan sağlıklı insanlar, kısıtlayıcı önlemlere tabi tutulan genel nüfus (örn. sosyal mesafe, karantina, izolasyon) ve pandemi hakkında medya bilgisine aşırı maruz kalma TSSB gelişme riskinin yüksek olduğu bildirilmektedir [15] Bo ve ark. (2020) yaptığı çalışmada COVID-19 tedavisi tamamlanıp hastaneden taburcu olan klinik olarak stabil kişilerde travma sonrası stres semptom oranlarının yüksek olduğu yüksek bildirilmiştir.[16] Rossi ve ark.(2020) İtalya'da koronavirüs ve karantina önlemlerinin ruh sağlığına etkilerini incelemek için yaptıkları web tabanlı anket çalışması sonuçlarına göre; karantina katılımcıların %37'sinde TSSB belirtileri gözlenmiştir.[17] Huang ve ark. (2020) COVID-19 tedavisine katılan sağlık çalışanları ile yaptığı bir çalışmada, çalışanların %23"ünde klinik anksiyete belirtilerinin, %27.4"ünde ise TSSB belirtilerinin gelişme gösterdiği gözlenmiştir.[18]

Covid-19 Sonrası Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Ruh Sağlığı Hemşireliği Uygulamaları

TSSB'ye neden olabilecek ve toplumun önemli bir bölümünü etkileyen doğal ya da insan eliyle oluşturulan felaketlerde hemşireler "krize yanıt ekiplerinin" önemli bir parçasını

oluşturmaktadır. Bu bağlamda hemşireler, COVID-19 pandemisinde de olduğu gibi felaket ne kadar büyük, şiddetli ya da tehlikeli olursa olsun ön safhalarda çalışan sağlık profesyonelleridir.[19] Bu bağlamda ruh sağlığı hemşirelerinin travmatik olaylara maruz kalmış kişilerde görülebilecek psikolojik reaksiyonları tanıması, uygun girişimlerde bulunabilmesi ve psikolojik ilk yardım yapabilmesi gelişebilecek riskleri ve travmatik reaksiyonların kronikleşmesini önlemede önemli bir katkı sağlayacaktır.[20]

Travma yaşamış kişi ile çalışırken amaç, kişinin yaşamını devam ettirebilmesi; diğer bir deyişle "bu olay yüzünden artık her şey bitti" durumundan "bu olay bana bir şeyler öğretti ve yaşamıma devam edebilirim" durumuna geçmeyi sağlamaktır.[20] Kişinin kendisiyle ve diğer insanlarla barışık olması, geleceğe ilişkin olumlu ve umutlu beklentilerin, hedeflerin oluşturulması önemlidir. Ruh sağlığı hemşiresi, hastanın; travmatik hatıraların duygusal baskısına dayanabilmesi, başa çıkabilmesi, olaylara yönelik tutarlı anlam ve inanç geliştirmesi, doyum verici kişilerarası ilişkiler yaşaması için çaba göstermelidir.[21] Bireyin emosyonel tepkilerini anlamak ve kabul etmek travma sonrası iyileşmede önemli bir etkiye sahiptir. Hemşireler Covid-19 sonrası gelişen travma sonrası stres bozukluğuna müdahalede birey yaşadığı sorunlarla ilgili konuşması için cesaretlendirilmeli, duyguları kabul edilmeli ve onaylamalıdır. Hastayı, yaşadıklarının normal tepkiler olduğunu anlaması için desteklemeli, tehditkar olmayan özel bir çevre sağlamalı ve eğer hasta isterse başka bir kişi de bu çevreye dahil edilmelidir. Hasta ile güvene dayalı ilişki kurulmalı, duygu ve düşüncelerini ifade edebilmeleri için cesaretlendirilmeli, hastanın baş etme stratejileri tanımlanmalı ve geliştirilmeli, hastanın kendisine zarar verici düşünce ve davranışlarını değerlendirmelidir.[19] Hemşirenin önemli sorumluluklarından birisi de travmatik durum karşısında yalnızlık, yardım görememe ve çaresizlik duyguları içinde olan hasta birey ve ailesi için mevcut destek kaynaklarını farkettirmek ve nasıl ulaşabileceği konusunda bilgilendirmektir.[22]

Hemşireler travma sonrasında kişilerin, kendilik değerlerini ve geleceğe dair umutlarını artırmak ve içinde yaşadıkları çevre hakkındaki çarpıtılmış yorumlarını düzelterek daha gerçekçi ve olumlu bakış açılarını geliştirebilmek, problem çözme becerilerini geliştirmek, duygu ve düşüncelerini rahatlıkla ifade edebilmesi için güçlendirme programları uygulayabilirler.[21] Duygu ve düşüncelerini ifade etmesinin sağlanması, stresle başetme becerilerinin desteklenmesi, hastalığa bağlı damgalanma ve ayrımcılık sorunlarının önüne geçilerek; günlük aktivite ve işlerin sağlanması konusunda desteklemek, izolasyon sürecinde kişilerin günlük rutinleri belirlenerek uygulanması güçlenme ve ruh sağlığının korunmasında etkilidir.[9]

SONUÇ VE ÖNERİLER

Covid-19 pandemisi toplumumuzda ve tüm dünyada insanları dolaylı/dolaysız olarak etkileyen ve pek çok kısıtlılıkları beraberinde getiren yaşamsal ve ruhsal bir travmadır. Travma sonrası yaşanılacak olumsuz durumlara karşı hazırlıklı olmak, belirtileri erken dönemde tanımak, önlemini almak ve rehabilite edebilmek için her türlü müdahalede ruh sağlığı hemşirelerine büyük sorumluluklar düşmektedir. COVID-19 salgın sürecinde, hasta olma deneyimi yaşayan bireylerin içinde bulundukları kriz durumunda, hemşirenin hastayı bir bütün olarak ele alması ve olası psikososyal problemleri erken dönemde tespit ederek gerekli müdahaleyi yapması önemlidir.

Kaynakça:

1) Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., et al., (2020) Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. JAMA Netw Open, 3(3):1–12.
2) Röhr, S., Müller, F., Jung, F., Apfelbacher, C., Seidler, A., Riedel-Heller S.G.,(2020). Psychosocial Impact of Quarantine Measures During Serious Coronavirus Outbreaks : A Rapid Review. Psychiatr Prax,47(04):179–89.
3) Akdağ, B., (2020). Primer İmmün Yetmezliği Olan Çocukların Ebeveynlerinde Covid-19 Pandemi Süreci ile İlişkili Anksiyete Bozukluğu ve Travma Sonrası Stres Bozukluğunun Değerlendirilmesi. Uzmanlık Tezi. Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Antalya.
4) Center for the Study of Traumatic Stress Department of Psychiatry. Psychological Effects of Quarantine During the Coronavirus Outbreak: What Healthcare Providers Need to Know. http://www.cstsonline.org/assets/media/documents/CSTS_FS_Psychological_Effects_Quarantine_During_Coronavirus_Outbreak_Providers.pdf (E.T:10.06.2021)
5) Öztürk, M.O., Uluşahin, N.A., (2015). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları 13. Baskı, BAYT Bilimsel Araştırmalar Basın Yayın Ve Tanıtım Ltd. Şti. s:380-390.
6) Türksoy, N., (2001). Psikolojik travma ve tanım sorunları. Psikolojik Travma Yazıları (1). 5US Yayınları.
7) Karataş, R.D., (2016). Cinsel Saldırı Mağdurlarında Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve İlişkili Faktörler. Uzmanlık Tezi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Eskişehir.
8) Yeni Koronavirüs Hastalığı Pandemisi Döneminde Online Yaşam ve Psikolojik Etkileri. https://www.academia.edu/43045398 (E.T:10.06.2021)
9) Bahar, A., Çuhadar, D., Bahar, G., (2020). Covid-19 Pandemisi: Karantina ve İzolasyon Sürecinde Ruh Sağlığı. ERÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi. 7(2): 42-48

10) Tükel, R., (2020). COVID-19 Pandemi Sürecinde Ruh Sağlığı. Türk Tabipleri Birliği COVID-19 Pandemisi Altıncı Ay Değerlendirme Raporu. s:617-628.
11) Türkiye Psikiyatri Derneği. Karantinanın Ruhsal Etkileri ve Koruyucu Önlemler. https://psikiyatri.org.tr/TPDData/Uploads/files/KarantinaCOVID.pdf (E.T.15.06.2021)
12) Korkmaz, C., Çevirme, A., Tarsuslu, B.,(2021). Reflection of COVID-19 on the Psychosocial Structure of Society. J Educ Res Nurs. 2021. 18(2):266-269
13) Forte, G., Favieri, F., Tambelli, R., Casagrande, M., (2020). COVID-19 Pandemic in the Italian Population: Validation of a Post-Traumatic Stress Disorder Questionnaire and Prevalence of PTSD Symptomatology. Int. J. Environ. Res. Public Health,17(11): 4151.
14) Liu, N., Zhang, F., Wei, C., Jia, Y., Shang, Z., Sun, L., et al. (2020). Prevalence and predictors of PTSS during COVID-19 outbreak in China hardesthit areas: Gender differences matter. Psychiatry Res, 287: 112921.
15) Dubey, S., Biswas, P., Ghosh, R., Chatterjee S., Dubey, M.J., Chatterjee S., Lahiri, D., Lavie, C.J., (2020). Psychosocial impact of COVID-19. Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews, 14(5): 779-788.
16) Bo, H.X., Li, W., Yang, Y. Wang, Y., Zhang, Q., Cheung, T., Wu, X., Xiang, Y.T., (2020). Posttraumatic stress symptoms and attitude toward crisis mental health services among clinically stable patients with COVID-19 in China. Psychological Medicine, 1–2.
17) Rossi, R., Socci, V., Talevi, D., Mensi, S., Niolu, C., Pacitti, F., Di Marco, A., Rossi, A., Siracusano, A., Di Lorenzo, G., (2020). COVID-19 Pandemic and Lockdown Measures Impact on Mental Health Among the General Population in Italy. Front Psychiatry,11:790.
18) Huang, J.Z., Han, M.F., Luo, T.D., Zhou, X.P., (2020). Mental health survey of medical staff in a tertiary infectious disease hospital for COVID-19. Zhonghua Lao Dong Wei Sheng Zhi Ye Bing Za Zhi, 38(3): p. 192- 195.
19) Oflaz, F., Özcan, C.T., Taştan, S., Çiçek, H., Aslan, Ö., Vural, H., (2010). Hemşirelerin Travma Sonrası Stres Bozukluğu Belirtilerini Tanıma Durumları. Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 1(1):1-6.
20) Oflaz, F., (2008). Felaketlerin Psikolojik Etkileri ve Hemşirelik Uygulaması. C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 12(3):70-76.
21) Çam, O., Büyükbayram, A., Turgut, Ö.E., (2016). Travma Sonrasında Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Yaklaşımı. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 19(3): 210-216.
22) Kum, N., (1996). Psikiyatri hemşireliği uygulama standartları. Psikiyatri Hemşireliği El Kitabı. 2. Baskı. Vehbi Koç Vakfı Yayınları, 4-8.

PRSB-149

KORONASOMNİA (COVID-SOMNİA)

Filiz ERSÖĞÜTÇÜ[1], Serpil TAN[2], Şahin TÜRKOĞLU[3]
[1]Fırat üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ /Türkiye E-Posta:fersogutcu@firat.edu.tr
[2]Fırat üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ /Türkiye E-Posta:baharserpil93@gmail.com
[3]Fırat üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ /Türkiye E-Posta:turkoglusahin.83@gmail.com

ÖZET Pandemi sadece fiziksel sağlığı değil aynı zamanda enfekte olmamış toplumun uyku düzenini ve iyilik halini etkilemektedir. Covid-19 pandemisi uykunun süresi ve kalitesini etkilemektedir ve uykuya dalma güçlükleri, sirkadyen uyku-uyanıklık ritm bozukluğu gibi uyku ile ilgili diğer hastalıkların ortaya çıkmasına neden olabileceği gibi daha önceden var olan uyku hastalıklarının kötüleşmesine de yol açmaktadır. Uykunun bağışıklık sistemi üzerinde önemli etkileri olduğunun unutulmaması gerekir. Bu makalede Covid-19 pandemisi sırasında meydana gelen insomnianın insanlar üzerindeki etkileri ve insomnia ile başetme yöntemleri ele alınmışır.
Anahtar kelimeler: Covid-19, Koronasomnia, Covid-Somnia başetme yöntemleri

CORONASOMNIA(COVID-SOMNIA)

ABSTRACT Pandemia effects not only physical health but also the sleep patterns and wellbeing of the noninfected population. The Covid-19 pandemic affects the duration and quality of sleep and may lead to the emergence of other sleep-related disorders such as falling asleep, circadian sleep-wake rhythm disorder, as well as worsening pre-existing sleep disorders. It should not be forgotten that sleep has important effects on the immune system. In this article, the effects of insomnia on people during the Covid-19 pandemic, and methods of coping with insomnia are discussed.
Keywords: Covid-19, Coronasomnia, Covıd-Somnia coping methods

GİRİŞ VE AMAÇ

Covid-19 salgını sağlık, sosyal, ekonomik boyutlarıyla birçok izler bıraktı, bırakmaya da devam ediyor. İnsanlar teması azaltmak için evlerine hapsoldu, sosyalleşme uzaktan gerçekleşti. Bu önemli boyutta bir davranış değişikliği yarattı. Evde kapalı olma hali fiziksel aktiviteleri, yeme alışkanlıklarını ve uyku alışkanlıkları da dahil olmak üzere kişilerin rutin hayatını değiştirdi.[1,2] Uyku, fiziksel ve zihinsel sağlığı korumak ve daha iyi bir yaşam kalitesi için önemli fizyolojik

bir aktivitedir. Uyku, sağlıklı bir yaşam tarzı sürdürmek için temel bir gereklilik olarak görülmekte ve insanların bu gereksinime doğuştan sahip oldukları belirtilmektedir.[3] Uyku bozukluklarının oluşumundaki risk faktörleri arasında stresli durumları, depresyonu, anksiyeteyi, travmayı, düşük sosyoekonomik durumu, kentsel yaşamı ve teknoloji kullanımını sayabiliriz.[4]

Covid-somnia (Koronasomnia): Pandemi sırasında görülen uyku bozukluklarını tanımlamak için kullanılan bir terimdir. Uyku için uygun ortam koşulları bulunmasına rağmen, uykuya başlamada veya uykuyu sürdürmede zorluk ve buna bağlı gündüz fonksiyon bozuklukları ile süren bir klinik olarak tanımlanmıştır.[5] Covid-19 pandemisinde, uyku bozukluklarını incelemek amacıyla birçok çalışma yapılmıştır. Oldukça geniş kapsamlı bir araştırmada, uyku bozukluğu yaygınlığının çeşitli toplumlarda **%**2.3-76.6 arasında olduğu görülmüştür. Sağlık çalışanlarında ise durumluk kaygı düzeylerinin **%**50,5, uykusuzluk şiddeti düzeylerinin **%**35,4 görülmüştür.[6]

Sağlık çalışanlarında hem insomnia, hem de uyku kalitesinde azalma tespit edilirken, ön safta çalışanlarda bu bozukluklar daha fazla bulunmuştur. Farklı araştırmalarda; insomnia dışında, uyku kesintisi, istem dışı uykuya dalma, geç saatte uyuma, kabus görme şeklinde uyku bozuklukları da bildirilmiştir. 13 ülkeden, 54.231 katılımcıyı içeren bir araştırma; uyku bozukluğu prevalansının genel popülasyonda **%**32.3, sağlık çalışanlarında **%**36, covid enfekte hastalarda **%**74.8 olduğunu ortaya koymuştur.[4]

Koronasomnia'nın Hayatın Olağan Akışına Olumsuz Etkileri

Covid-19 hastalığını kontrol altına almak için gerekli tedbirlerle birlikte yeni bir yaşam tarzı ortaya çıkmıştır. Bu yeni yaşamın hem uyku kalitesini hem de insomnia şiddetini arttırdığı ön görülmüş ve bu durum, insanlarda uyku alışkanlıklarını doğrudan etkilemiştir.[7]

Salgın dönemi boyunca evde geçirilen sürenin artması, okulların kapatılması, bazı işlerin evden uzak bir şekilde çevrim içi yürütülmeye başlanması gibi sebepler yüzünden insanların hareket alanı daralmış ve bunun sonucunda fiziksel aktiviteleri azalmıştır.[8] Televizyon, bilgisayar ve cep telefonuyla geçirilen süre, eskiye oranla hayli artmış ve böylece insanların uyku alışkanlıkları bozulmuştur.[9,10] İş saatlerinin düzensizleşmesi ile birlikte çalışan kesimin uyku saatlerinde kaymalar meydana gelmiştir. Çok geç yatmalar, gündüz uykusunu arttırmış bu da, uyku süresini ve kalitesini bozmuştur.[11]

Salgın dönemi boyunca değişen günlük rutinlerimizle birlikte uyku bozukluklarında artışlar olmuştur. Gün boyunca hareket alanımız ve hayat akışımız bundan olumsuz etkilenmiştir.[9,12]

Koronasomnia'nın Fizyolojik Etkileri

Uyku; bağışıklık sisteminin çalışmasını sürdürdüğü, beynin kompleks düşüncelerden arınmaya

başladığı ve sinir sisteminin dinlenmeye geçtiği bir zaman dilimidir.[13] Bu yüzden yeterli bir uyku; günlük yaşamımızdaki karmaşık olayları daha rahat çözmeye, düşünce becerilerimizi geliştirmeye ve hafızamızı güçlendirmeye yarar. Uyku, hem fiziksel aktivitemiz hem de bağışıklık sistemimiz için hayati bir öneme sahiptir. Yapılan kimi çalışmalar, uyku eksikliğinin bazı aşıların etkinliğini azalttığını ortaya koymuştur.[8] Kaliteli ve yeterli bir uyku; vücudumuzun savunma ve endokrin sistemi, hafıza, bellek, motivasyon, kardiyovasküler ve nörolojik gibi sistemlerimiz için çok önemlidir. Yeterli uykunun alınamaması durumlarında bu ve benzeri hastalıklar açısından ciddi artışlar görülmüştür.[9,14]

Uyku bozukluğu, kişilerdeki proinflamatuar sitokinleri ve histamini yükselterek bağışıklık sistemini olumsuz etkilemiş ve buna bağlı olarak organizmayı dışarıdaki enfeksiyonlara açık hale getirmiştir. Bu yüzden uyku eksikliği, Covid-19 için yüksek risk oluşturmaktadır.[8,15]Ayrıca uyku ve Covid-19 enfeksiyonu arasında paralel bir ilişki vardır.[16]

Koronasomnia'nın Psikolojik Etkileri

Salgın döneminde Covid-19 hastalığıyla ilgili yetersiz bilgilerin olması, hastalığa yakalanma ve hastalığı sevdiklerine bulaştırma riski ya da bu hastalık yüzünden sevdiklerini kaybetme korkusu, insanlardaki psikolojik baskıları arttırarak uyku sağlıklarını ciddi ölçüde etkilemiş ve psikolojik birçok hastalığa zemin hazırlamıştır.[8,10,17]

Yapılan bir çalışmada; stresin uyku kalitesiyle ilgili olduğu, artan kaygı duygusunun uykuya dalmayı zorlaştırdığı ve gece sık sık uyanmaya neden olduğu vurgulanmıştır.[18]

Salgının başında hastalıkla mücadele etmek için insanlarda yeterli güç ve enerji olmasına rağmen sürecin belirsiz olması ve uzamasıyla birlikte virüsle ilgili olumsuz haberler, artan ölüm sayıları, karantina önlemlerinin yol açtığı ekonomik kayıplar ve sevdiklerini kaybetme korkusu gibi endişeler, gece uykuya dalmadan önce düşüncelerin yoğunlaşması beyni aktif tutmuş ve uykusuzluğu beraberinde getirmiştir.[11,14,19]

Bu hastalıktan sevdiklerini kaybedenlerin yaşadığı depresyon ve yas, evde karantinayla birlikte daha da şiddetlenebilir. Depresyon ve yalnızlık; kendini değersiz hissetme, umutsuzluk, yapılan işlerden zevk almama, çaresizlik, yoğun korku, tahammülün kalmaması, anksiyete ve öfke patlamalarıyla kendini gösterebilir.[8,20]

Covid-19'un tedavisinde kullanılan HCQ'nun (hidroksiklorokin) nadir psikiyatrik yan etkileri vardır. Bunlar; depresyon, deliryum, uykusuzluk ve intihar düşüncesidir. Bu yan etkiler ekarte edilmelidir.[21]

Koronasomnia'nın Etkilediği Gruplar

Sağlık Çalışanları

Covid-19 gibi salgın hastalığın yaşandığı bir durumda, herkes evde kalarak kendini ve

sevdiklerini korumaya çalışır. Fakat pozitif tanı konmuş ya da şüpheli hastalarla direkt temas halinde olan sağlık çalışanları, hastalığın kendisine ve sevdiklerine bulaşma durumunu göze almış, böylece kendi canlarını hiçe sayarak görevlerini en iyi şekilde yerine getirmeye devam etmişlerdir. Ölümcül bir hastalıkla mücadele etmenin verdiği stres; sağlık çalışanlarında depresyon, anksiyete ve uykusuzluğa neden olmaktadır. Uzun ve vardiyalı çalışma saatleri, tam olarak bilin(e)meyen viral bir enfeksiyonun bulaşma riski bu durumu daha da kötüleştirmektedir. Vücuda alınan viral yük, hastalığı şiddetlendirdiği için Covid-19'a yakalanan sağlık çalışanları hastalığı daha ağır geçirmiş ve bazı bireylerde virüs, semptom göstermeden yayıldığı için sağlık çalışanlarında korku ve anksiyeteyi arttırmıştır. Bu da uyku kalitelerini olumsuz etkilemiştir.[22,13,23]

Covid-19 tanılı hastaya tedavi ve bakım veren sağlık personelinin uyku bozuklukları sorunu ise daha da kötüleşmiştir. Sağlık çalışanlarının; maske, eldiven, önlük gibi koruyucu ekipmanlarla hastaya yaklaşmaları onların iş yükünü artırmış ve sevdiklerine hastalığı bulaştırma ihtimalini en aza indirmek için evlerinde izole bir şekilde yaşamak zorunda kalmaları beraberinde psikolojik sorunları da getirmiştir. Yapılan çalışmalarda, psikolojik sorunlarla uykusuzluk arasında negatif bir etkinin olduğu bulunmuştur.[22,18,24]

Sağlık çalışanlarının uyku süresi ve kalitesinin değişmesi, onların duygu durumlarının değişmesine neden olmuş ve bu da hastalara yansımıştır. Aynı zamanda yapılan işlerde performanslarının düşmesi ve dikkatlerinin dağılmasıyla birlikte Covid-19'nun bulaş(ma) ihtimalini de arttırmıştır.[11,25]

Çocuklar ve Adölesanlar

Yeterli ve dengeli bir uyku, çocuk ve ergenlerde gelişim için çok önemlidir. Çocuk ve ergenlerde görülen uyku bozukluğu, onların hayat kalitesini önemli ölçüde etkilenmekte ve bu durum birçok hastalığa neden olmaktadır.

Pandemi dönemindeki karantina önlemleri kapsamında, 18 yaş ve altı çocukların sokağa çıkması yasaklanmıştır. Bununla birlikte kreş, bakımevi ve okulların kapatılmasıyla da çocuklar eve hapsolmuştur. Tüm bu yasaklarla birlikte sosyal faaliyetlerden uzak kalan çocukların hareket alanları daralmış ve evde geçirdikleri süre artmıştır. Derslerin çevrimiçi olmasıyla birlikte çocukların internette geçirdiği süre artmış ve böylece onlar, telefon ve bilgisayara daha bağımlığı hale gelmiştir. Ayrıca bütün bunlar, çocuklardaki uyku kalitesini de etkilemiştir. Cinsiyete göre çocuklarla yapılan birçok çalışmada erkeklerde uyku bozukluğu daha fazla görülürken genel anlamda kız çocuklarında ise strese bağlı hormonal değişiklikler yüzünde bu oran daha fazla çıkmıştır.

Uyku, çocuk ve ergenlerin zihinsel ve emosyonel gelişimi için çok önemlidir. Çocuk ve

ergenlerde sıklıkla görülen uyku bozuklukları; saldırganlık, dikkat eksikliği ve çeşitli davranış bozukluklarına neden olmaktadır. Bu da; onların okul başarılarını, aile ve sosyal yaşamlarını önemli ölçüde etkilemiştir. Ayrıca pandemi döneminde bu özel grupla ilgili yapılan çalışmalar da yetersizdir. [1]

Yaşlılar

Yaşlanma; kanser, metabolik, kardiak ve nörolojik dahil olmak üzere birçok kronik hastalık için risk faktörüdür. Bu da; düşük yaşam kalitesine, yüksek morbidite ve mortaliteye neden olur. Yaşlılık aynı zamanda uyku süresini ve kalitesini de önemli ölçüde azaltır.

Gün ışığı vücudumuzun sirkadiyen ritmini düzenleyen temel unsurdur. Sirkadiyen ritim ise gün ışığına maruz kalmak, belirli bir saatte kalkmak, düzenli beslenmek, egzersiz yapmak ve sosyal aktivitelere katılmak gibi günlük rutinlerimizle şekillenir. Pandemi döneminde yaşlıların yoğun karantina önlemleriyle birlikte evlere hapsolmaları, onları hem gün ışığından mahrum bırakmış hem de fiziksel aktivitelerini olabildiğince azaltmıştır. Günün çoğunu evde geçiren yaşlılar, yapay aydınlatmalar gibi sirkadiyen ritmini etkilemeyen düşük ışık şiddetine maruz kalırlar. Özellikle akşam saatlerinde haberleri izlemek gibi ekran başında aşırı kalma süresine yol açan kimi durumlar yüzünden cep telefonları, tabletler ve bilgisayarlar kullanılır. Bu yüzden ekranlardan yayılan mavi ışık, geceleri melatoninin doğal üretimini bastırır. Gün içinde azalan aktivite seviyeleri de uykuyu olumsuz etkiler.

Covid-19 pandemisinin sebep olduğu; sosyal izolasyon daha yüksek strese neden olur ve yaşla birlikte melatonin seviyelerinide azaltır. Üstelik sirkadiyen ritmi bozan geceleri ışığa daha fazla maruz kalınması gibi çeşitli faktörler de göz önünde bulundurulmalıdır. Bu nedenle, sağlıklı sirkadiyen ritimlerin korunması, yaşlı bireylerde olması gereken önemli bir etkendir. [26]

Koronasomnia İle Başa Çıkmanın Yolları

Yeni çalışmalar, uyku hijyeni ve kalitesinin kontrolünün covid-19 hastalarının rehabilitasyonuna dahil edilmesi gerektiğini öne sürüyor. [27]

Kaliteli bir uyku için çarşaf ve yastık kılıflarını düzenli değiştirmek, odayı sık sık havalandırmak ve ortamı ferah bir hale getirmek gerekir.[23]Kaygı ve endişe verici düşüncelerden zihni arındırmak için gün içinde egzersizler yapılmalı ve kişi, kendini uykuya hazır hissedince yatağa girmelidir. Ayrıca yatak içinde bilgisayarla çalışmamak, gece uyumadan önce sosyal medyada gezmemek ya da moral bozucu haberleri okumamak da önemlidir. Bunların yanı sıra çay, kahve, alkol ve sigaradan uzak durmalı ve geç saatlerde tüketilmemelidir. Üstelik doğal ışıktan yararlanmak için yürümek, düzenli beslenmek, sıcak bir banyo yapmak, kitap okumak ya da rahatlatıcı müzikler dinlemek de sağaltım için önemli aktivitelerdir.[11,19]Covid-19 nedeniyle iş saatleri azalan ve evde çalışmak zorunda olanlar, geç uyuyup geç kalkmak

isteyebilir. Fakat bu, olabildiğince az yapılmalıdır. Mümkünse aynı saatte uyumalı ve kalkılmalıdır. Yetişkin bir bireye günde ortalama yedi ile sekiz saat uyku yeterli olduğu için bu sayının üstündeki uyku, gün boyu kişinin kendisini yorgun ve agresif hissetmesine neden olur. Ayrıca bireyin dikkatini olumsuz şekilde etkilemenin yanında uyumayı da zorlaştırır.[8,14,17]

SONUÇ VE ÖNERİLER:

Covid-19 enfeksiyonu ile uyku bozuklukları arasında çift yönlü bir ilişkinin olduğu söylenebilir. Uyku bozukluklarının en uygun yönetimi, pandemi sırasında enfeksiyona yakalanma riskini azaltmanın yanı sıra, hastalıkla ilişkili olumsuz sağlık sonuçlarını azaltmak için de önemlidir. Pandemi sırasında hem genel nüfusun hem de sağlık çalışanlarının uyku kalitesinin iyileştirilmesi önemlidir. Uyku kalitesini artırabilecek yöntemler arasında; sosyal ve idari desteğin alınması, gevşeme tekniklerinin ve çeşitli egzersizlerin uygulanması ve iyileşmeye izin veren elverişli çalışma programları sayılabilir.

KAYNAKLAR

1. Fidancı, İ., (2021). Aksoy, H., Yengil Taci, D., Fidancı, İ., Ayhan Başer, D., Cankurtaran, M., Evaluation of the Effect of the COVID-19 Pandemic on Sleep Disorders and Nutrition in Children, Int J Clin Pract., e14170.

2. Aydın Sünbül, E., Karacı, R., Mayda Domaç, F., (2020). COVID-19 Pandemisi Sürecinde Uyku Polikliniğine Başvuru Nedeni: Uykusuzluk, Düzce Tıp Fakültesi Dergisi, 22(S1):29-33.

3. Kandemir, M., Bozdemir, E., Hayran, Y., Tonga, Z., Kandemir, A., (2021). Sleep Deprivation Scale for Children and Adolescents, Journal of Interdisciplinary Education: Theory and Practice, 3(1), 48-61.

4. Abbas, A., Al Otaibi, T., Gheith Ashry, O., Maher Nagib, A., M.Farid, M., Walaa, M., (2021). Sleep Quality Among Healthcare Workers During the COVID-19 Pandemic and Its Impact on Medical Errors: Kuwait Experience, DOI: 10.5152/TurkThoracJ.2021.20245.

5. Uzun Soylu, P., (2020). Pandemi ve İnsomni, Eskisehir Med J. 1 (1): 5-9. doi: 10.48176/esmj.2020.2.

6. Kocevska, D., F. Blanken, T., Eus J.W. Van S., Lösler L., (2020). Sleep Quality During the COVID-19 Pandemic: Not One Size Fits All, Sleep Medicine 76, 86e88.

7. İlhanlı Alp, S., Deveci, M., Erdal, B., Bilgin Akalın, R., Terzi, D., (2020). Coronavirüs Hastalığı 2019 (COVİD 19) Döneminde Üniversite Öğrencilerinde Uyku Kalitesi ve İnsomni Şiddeti, Namık Kemal Tıp Dergisi, 8(3): 295 – 302.

8. Altena, E., Baglion, C., A.Espie, C., Ellis, J., Gavriloff, D., Holzinger, B., Schlarb, A., Frase, L., Jernelöv, S., Riemann, D., (2020). DOI: 10.1111/jsr.13052.

9. Sousa Martins e Silva, E., Vitor Silva Ono, B.H., (2020). Carlos Souza, J., Sleep and

immunity in times of COVID-19, https://doi.org/10.1590/1806-9282.66.s2.143.

10. Jo Coiro M., Asraf, K., Tzischinsky, O., Hadar Shoval, D., Tannous Haddad, L., R. Wolfson, A., (2021). Sleep quality and COVID-19-related stress in relation to mental health symptoms among Israeli and U.S. adults, DOI: https://doi.org/10.1016/j.sleh.2021.02.006.
11. Qi, J., Xu, J., Li B., Huang, J., Yang, Y., Zhang, Z., Yao, D., Liu Q., Jia, M., Gong, D., Ni,X., Zhang, Q., Shang, F., Xiong, N., Zhu, C., Wang, T., Zhang, X., (2020). The Evaluation of Sleep Disturbances for Chinese Frontline Medical Workers under the Outbreak of COVID-19, doi: https://doi.org/10.1101/2020.03.06.20031278.
12. Pérez Carbonell, L., Johan Meurling, I., Wassermann, D., Gnoni, V., Leschziner, G., Weighall, A., Ellis, J., Durrant, S., Hare, A., Steier, J., (2020). Impact of the novel coronavirus (COVID-19) pandemic on sleep, doi: 10.21037/jtd-cus-2020-015.
13. Şayık, D., Açıkgöz, A., Mutlu, F., (2021). Koronavirüs Pandemisinde Sağlık Personellerinin Uyku Kalitesi: Meta-analiz, Journal of Turkish Sleep Medicine, 1:1-6.
14. Prather, A.A., Janicki Deverts, D., Hall, M.H., Cohen, S., (2015). Behaviorally Assessed Sleep and Susceptibility to the Common Cold, https://doi.org/10.5665/sleep.4968. 15. Kim, H., Hegde, S., LaFiura, C., Raghavan, M., Luong, E., Cheng, S., Rebholz, C., Seidelmann S.B., (2021). COVID-19 İllness in Relation to Sleep and Burnout, Kim H, et al. bmjnph 0.doi:10.1136/bmjnph-2021-000228.
16. Gupta, R., Pandi Perumal Seithikurippu R., (2020). COVID-Somnia: How the Pandemic Afects Sleep/Wake Regulation and How to Deal with it? , Sleep and Vigilance 4:51–53.
17. Santamaria Vazque, M., (2020). Influence of Confinement by COVID-19 on the Quality of Sleep and the Interests of University Students, Nature and Science of Sleep 12 1075–1081.
18. Salcan, S., Sarıkaya, B., (2020). COVID-19 Pandemisinde Eczanede Çalışan Personelin Kaygı, Uykusuzluk ve Depresyon Prevalansı, Turk J Public Health 18(Special issue):58-65 doi: 10.20518/tjph.770288.
19. Chandra, A., Karki, P., Prakash, P., Chandra, A., Khadka, S., Impact of Covid-19 Pandemic on Quality of Sleep Among Nepalese Residents, DOI: https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-31619/v1. 20. Söğütlü, Y., Söğütlü, L., Şifa Göktaş S., (2021). COVID-19 Pandemisinin Sağlık Çalışanlarında Kaygı, Öfke, Uyku ve Duygu Düzenleme ile İlişkisi, DOI: 10.16899/jcm.804329 J Contemp Med 11(1):41-49.
21. Tatlı, S.Z., Çakar, G., Çolak, B., Özel Kızıl, E.T., (2020). COVID-19 Pandemisinde Psikofarmakolojik Tedavi, Klinik Psikiyatri 23(Ek 1): 52-66.
22. Ataç, Ö., Sezerol M.A., Taşçı Y., Hayran O., (2020). COVID-19 Pandemisinde Görev Yapan Sağlık Çalışanlarında Anksiyete Belirtileri ve Uykusuzluk, Turk J Public Health 18(Special issue):47-57.
23. Çıtak, Ş., Pekdemir, Ü., (2020). An Analysis on Sleep Habits and Generalized Anxiety Levels of Individuals during the COVİD-19 Pandemic, Journal of Family, Counseling and Education, 5(1), 60-73.
24. Datta, K., Tripathi, M., (2021). Sleep and Covid-19, DOI: 10.4103/0028-3886.310073.
25. Yalçın, A., Tunca, Ü., Çevik, D., Aslankoç, R., Saygın M., (2020). Yoğun Bakım Ünitesinde Çalışanların Yorgunluk ve Uyku Kalitesi İlişkisi, Uyk. Bült./Slep Bult., 1 (2): 32-37.
26. P. Cardinali,D., M. Brown, G., J. Reiter, R., R. Pandi-Perumal, S., (2020). Elderly as a

High-risk Group during COVID-19 Pandemic: Efect of Circadian Misalignment, Sleep Dysregulation and Melatonin Administration, Sleep and Vigilance 4:81–87, https://doi.org/10.1007/s41782-020-00111-7.
27. Semyachkina-Glushkovskaya, O., Mamedova, A., Vinnik, V., Klimova, M., Yu, T., Zhu, D., Penzel, T., Kurths, J., (2021). Brain mechanisms of COVID-19-sleep disorders, (doi: 10.20944/ön baskılar202105.0099.v1).

PRSB-150

PANDEMİ SÜRECİNDE HEMŞİRELİK EĞİTİMİ VE ZOOM YORGUNLUĞU

Afife YURTTAŞ[1],Tuğçe KABAK[2]

[1]Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Erzurum / Türkiye, E-Posta:afife-72@hotmail.com

[2] Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Erzurum / Türkiye, E-Posta:tugcekbk22@gmail.com

Özet

Ülkemizde Covid-19'un Dünya Sağlık Örgütü tarafından bir pandemi olarak tanımlanmasının ardından yüksek öğretim kurumlarında yüz yüze eğitime ara verilmiş ve uzaktan eğitim süreci başlamıştır. Bununla birlikte, bu olanaklar bazı sorunları da beraberinde getirmektedir. Eşzamanlı sınıf oturumlarının genellikle uzun derslere dönüşmesi, çoklu görevleri ve dikkatin dağılmasını sebep olabilmektedir. Bireysel yaşantıya (ev ve iş hayatı, ikamet bölgesi) bağlı olarak derslere katılmaları zorlaşabilmektedir. Bu faktörler nedeniyle insanların hüsrana uğraması, tükenmesi, yorgun hissetmeleri "Zoom Yorgunluğu" terimini ortaya çıkarmaktadır. Geleceğin sağlık profesyoneli adayı olan hemşirelik öğrencilerinin Covid-19 pandemisinde zoom yorgunluğuna ve uzaktan eğitim sürecinde stres kaynaklı biyopsikososyal bir takım sorunlar yaşadıkları, bu süreçte hayatlarının hem olumlu hem de olumsuz olarak etkilendiği ve öğrencilerin klinik uygulama yapmadan sadece teorik bilgiyi alması konuları çabuk unutmalarına sebep olmuştur. Bu problemler nedeniyle hemşirelik mesleğine ilişkin bazı negatif düşünceler oluştuğu belirlenmiştir. Öğrencilerin yeterli geribildirim alamaması, kendilerini yeterince ifade edemediklerini düşünmeleri ve dinledikleri konuları çabuk unutmaları bu eğitim modelinin dezavantajlarının bulunduğunu ve öğrenciler için kişisel ve mesleki gelişime de engel olduğunu göstermektedir.

Sonuç: Pandeminin yıkıcı ve yıpratıcı psikolojik etkilerini azaltmak amacıyla öğrencilerin, zoom doğru kullanımı ve olası sorunlar hakkında bilgilendirilmesi ve duygularını net ifade edilebilmeleri için imkân yaratılması, gerektiği zaman ruh sağlığı profesyonellerine başvurmaları konusunda desteklenmeleri; mesleki bilgi ve yeterliliklerini artırabilecekleri, gelişimlerine katkı sağlayabilecek mesleki topluluk veya derneklerle etkileşim içinde olmaları önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Pandemi, Hemşirelik Öğrencileri, Zoom Yorgunluğu

NURSING EDUCATION AND ZOOM FATIGUE IN THE PANDEMIC PROCESS

Abstract

After the definition of Covid-19 as a pandemic by the World Health Organization in our country, face-to-face education in higher education institutions was suspended and the distance education process started. However, these possibilities also bring some problems. The fact that simultaneous classroom sessions often turn into long lectures can lead to multitasking and distraction. Depending on individual life (home and work life, residence area), it may be difficult for them to attend classes. Because of these factors, people feel frustrated, exhausted, and tired, resulting in the term "Zoom Fatigue". Nursing students who are prospective health professionals of the future have experienced zoom fatigue in the Covid-19 pandemic and some biopsychosocial problems caused by stress in the distance education process, their lives have been affected both positively and negatively in this process, and students' taking only theoretical knowledge without clinical practice has caused them to forget the issues quickly. Due to these problems, it has been determined that some negative thoughts about the nursing profession have occurred. The fact that students do not receive enough feedback think that they cannot express themselves adequately, and forget the subjects they have listened to quickly shows that this education model has disadvantages and prevents personal and professional development for students.

Conclusion: In order to reduce the devastating and wearisome psychological effects of the pandemic, students should be informed about the correct use of zoom and possible problems, creating opportunities for them to express their feelings clearly, and supporting them to consult mental health professionals when necessary; It is recommended that they interact with professional societies or associations that can increase their professional knowledge and competencies and contribute to their development

Key Words: Pandemic, Nursing Students, Zoom Fatigue

GİRİŞ VE AMAÇ

Tarih boyunca çiçek hastalığı, kolera, veba ve SARS gibi birçok pandemi olmuştur. Bununla birlikte, bir salgının neden ve ne zaman başladığını ya da yeniden ortaya çıktığını belirlemek imkansızdır.[1] Günümüzde ise dünya genelinde çoğu ülkeyi etkileyen ve pek çok alanda dönüşüme ve değişime sebep olan Covid-19 pandemisi hayat tarzımızı büyük ölçüde etkilemiştir. Bu bağlamda ülkemizde ilk Covid-19 vakası 11 Mart tarihinde görülmüş ve bu tarihten itibaren hemen her alanda önemli kararlar alınarak uygulanmaya başlanmıştır.[2]

Yüksek Öğretim Kurumu, Türkiye'de bulaş durumunun engellenmesi ve eğitim-öğretimdeki mağduriyetin azaltılması amacıyla 16 Mart 2020 tarih itibariyle yüksek öğretim kurumlarında öğretime üç hafta ara verildiğini açıkladı.[3] Pandemi sürecinin belirsizliği nedeniyle 26 Mart 2020 tarihinde YÖK tarafından 2019-2020 eğitim-öğretim yılı bahar yarıyılında yüz yüze ders yapılmayacağı duyuruldu. Böylece ülkemizde uzaktan eğitim kavramı gündeme geldi.[4] Covid-19 salgını, kolejleri ve üniversiteleri yüz yüze kursları bir tür uzaktan öğrenmeye veya çevrimiçi formata taşımaya zorladı.[5] Bu, üniversitelerin etkin çevrimiçi öğrenmeyi sağlamak için donanım ve yazılım da dahil olmak üzere ileri teknolojinin yardımını gerektiren bir krizle başa çıkmaya hazır olup olmadıklarını test etti. Böyle bir kapatma, öğrenmenin kesintiye uğramaması için çevrimiçi öğrenme ortamlarının gelişimini hızlandırdı. Birçok kurum, kurs içeriğinin çevrimiçi olarak en iyi nasıl sunulacağı, öğrencilerin katılımının nasıl sağlanacağı ve değerlendirmelerin nasıl yapılacağı ile ilgilenmeye başlamıştır. Bu nedenle, Covid-19 insanlık için bir tehlike olmakla birlikte, kurumları çevrimiçi öğrenmeye yatırım yapacak şekilde geliştirmiştir.[6, 7]

Çevrimiçi öğrenme sistemleri, kursları İnternet üzerinden dağıtmak, izlemek ve yönetmek için web tabanlı yazılımlardır.[8] Öğrenme içeriğini yönlendirmek, tasarlamak ve sunmak ve öğrenciler ile öğretim üyeleri arasında iki yönlü iletişimi kolaylaştırmak için teknolojideki ilerlemelerin uygulanmasını içerir.[9] Evde barınan ve günlük aktivitelerini uzaktan yürütmeye çalışan bireylerle[10] video konferans, eğitim,[11] sağlık hizmetleri[12] ve çok önemli bir araç haline geldi. Bir video konferans uygulaması olan Zoom'un kullanımındaki hızlı artış, Aralık 2019'da günlük yaklaşık 10 milyon Zoom toplantı katılımcısından Mart 2020'de 200 milyona ve Nisan 2020'de 300 milyona ulaştı.[13] Ayrıca, birçokları için, senkronize video, belki de en iyi şekilde öğretmeye yönelik geleneksel sınıf yaklaşımlarına yakındır. Senkron iletişimin önemli kolaylıkları vardır. Örneğin, canlı senkronize toplantılar sorunları hızla netleştirmeye, izolasyonu azaltmaya ve sosyal varlığı veya topluluğu iyileştirmeye yardımcı olabilir.[14, 15] Bununla birlikte, bu olanaklar bazı kısıtlamalarla birlikte gelir. Video konferanslardaki bu otuz kat artış, eşzamanlı sınıf oturumlarının genellikle uzun derslere dönüşmesi, çoklu görevleri ve dikkatin dağılmasını sebep olabilmektedir. Bireysel yaşantıya (ev ve iş hayatı, ikamet bölgesi) bağlı olarak derslere katılmaları zordur. Bu faktörler nedeniyle insanların hüsrana uğraması, tükenmesi, yorgun hissetmeleri popüler medyada hızla yayılan "Zoom Yorgunluğu" terimiyle birlikte artan endişenin bir parçası olmaktadır.[11, 16, 17] Literatürde, Zoom kullanımındaki bu artışın psikolojik etkilerini inceleyen çok az deneysel araştırma var. [17] Bailenson (baskıda) Zoom Yorgunluğunun sözel olmayan nedenleri için dört olası açıklamanın ana hatlarını çiziyor: yakın mesafede olağanüstü miktarda göz, sınırlı fiziksel hareketlilik, kendi kendine videonun

sürekli izlenmesi ve göndericiler ve alıcılar için artan bilişsel yük.[18] Bu sorunların varlığı Covid-19 pandemisinin ilk aylarında üniversitedeki hemşirelik öğrenci yaşamını anlamak, öğrencilerin stres altındaki deneyimlerini onurlandırması ve hızlı değişim koşullarında hemşirelik eğitimi üzerine araştırma için bir yol oluşturabilmesi açısından önemlidir.[19] E-öğrenme, iş ve aile sorumlulukları olan veya sınırlı elektronik kaynakları olan öğrenciler için zorluklar ortaya çıkarmıştır.[20] Bazı ülkelerde, eğitmenlerden hastaneler tarafından yerinde klinik eğitimden kaçınmaları istendi, bu nedenle klinik deneyimler, aceleyle tasarlanmış çevrimiçi sanal hasta senaryoları ile değiştirildi.[19, 21] Fakat son kanıtlar, artan ilgi nedeniyle video konferansların yüz yüze toplantılara göre daha yorucu olduğunu gösteriyor.[22]

Ülkemizde uzaktan eğitim, öğrencilerin dönem kaybetme veya mezun olamama gibi sorunları yaşamaması ve etkili bir süreç yönetimim için hızlıca gerçekleştirilmesi gereken bir uygulama olarak kabul edildi. Aniden ortaya çıkan ve dizayn edilmeye çalışılan bu uygulamanın olumsuz etkisi ve eksiklikleri mevcuttur.[23] İnsana sağlık hizmeti verecek ve uygulama alanları sağlık bakım merkezleri olan hemşirelik öğrencileri üzerindeki etkisi daha farklı olacaktır. Hemşirelik öğrencilerinin yeterli cevap alamaması, kendilerini istenilen düzeyde ifade edemediklerini düşünmeleri ve öğrendikleri konuları çabuk unutmaları bu eğitim modelinin eksikliklerini göstermektedir. Geleceğin sağlık profesyoneli olan hemşirelik öğrencilerinin Covid-19 pandemisi sosyal izolasyon sürecinde stres kaynaklı davranışsal, sosyal, fizyolojik ve psikolojik bir takım sorunlar yaşadıkları, bu süreçte hayatlarının hem olumlu hem de olumsuz olarak etkilendiği ve öğrencilerde hemşirelik mesleğine ilişkin pozitif ve negatif bazı düşünceler oluştuğu belirlenmiştir.[24] Öğrencilerin klinik uygulama imkanının olmaması sadece teorik bilgiyi almaları ve konuları çabuk unutmalarına neden olabileceği ifade edilmektedir. Literatürde web tabanlı öğrenme etkinliklerinin planlanmasında, yalnızca içeriği kapsamaması, bununla beraber öğrenme süreci için önemli olan farklı etkileşim olanaklarının da göz önünde bulundurulmasının gerekli olduğu belirtilmektedir.[25, 26]

SONUÇ VE ÖNERİLER

Pandeminin yıkıcı ve yıpratıcı psikolojik etkilerini azaltmak amacıyla hemşirelik öğrencilerin, zoom, video konferans yöntemlerini doğru kullanımı ve olası sorunlar hakkında bilgilendirilmesi ve duygularını net ifade edilebilmeleri için imkân yaratılması, gerektiği zaman ruh sağlığı profesyonellerine başvurmaları konusunda desteklenmelidir. Profesyonel sağlık disiplini üyesi olmaya aday olan öğrencilerin bu süreçte mesleki bilgi ve yeterliliklerini artırabilecekleri, gelişimlerine katkı sağlayabilecek mesleki topluluk veya derneklerle etkileşim içinde olmaları önerilmektedir.

KAYNAKÇA

1. Yıldırım B. Preschool education in Turkey during the Covid-19 pandemic: A phenomenological study. *Early Childhood Education Journal*, 2021: 1-17.
2. Özer M. Educational policy actions by the Ministry of National Education in the times of Covid-19 pandemic in Turkey. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 2020, 28: 1124-1129.
3. Yüksek Öğretim Kurulu (YÖK). Koronavirüs (Covıd-19) Bilgilendirme Notu: 1. https://www.yok.gov.tr/Sayfalar/Haberler/2020/coronavirus_bilgilendirme_1.aspx. 3 Haziran 2021.
4. Yüksek Öğretim Kurulu (YÖK). YÖK'ten hemşirelik programlarındaki son sınıf öğrencileri için alınan yeni karar. https://www.yok.gov.tr/Sayfalar/Haberler/2020/hemsirelik-programlarindaki-ogrencilere-uzaktan-egitim-imkani.aspx. 3 Haziran 2021.
5. Hodges C, Moore S, Lockee B, Trust T, Bond A. The difference between emergency remote teaching and online learning. *Educause review*, 2020, 27: 1-12.
6. Mukhtar K, Javed K, Arooj M, Sethi A. Advantages, Limitations and Recommendations for online learning during COVID-19 pandemic era. *Pakistan journal of medical sciences*, 2020, 36: S27.
7. Kumar SC. Awareness, benefits and challenges of e-learning among the students of Kurukshetra University Kurukshetra: A study. *International Journal of Information Dissemination and Technology*, 2018, 8: 227.
8. Keis O, Grab C, Schneider A, Öchsner W. Online or face-to-face instruction? A qualitative study on the electrocardiogram course at the University of Ulm to examine why students choose a particular format. *BMC Med Educ*, 2017, 17: 194.
9. Thanji M, Vasantha S. ICT factors influencing consumer adoption of ecommerce offerings for education. *Indian Journal of Science and Technology*, 2016, 9: 1-6.
10. Nguyen MH, Gruber J, Marler W, Hunsaker A, Fuchs J, Hargittai E. Staying connected while physically apart: Digital communication when face-to-face interactions are limited. *New Media & Society*, 2021: 1461444820985442.
11. Lowenthal P, Borup J, West R, Archambault L. Thinking beyond Zoom: Using asynchronous video to maintain connection and engagement during the COVID-19 pandemic. *Journal of Technology and Teacher Education*, 2020, 28: 383-391.
12. Feijt M, de Kort Y, Bongers I, Bierbooms J, Westerink J, IJsselsteijn W. Mental health care goes online: Practitioners' experiences of providing mental health care during the COVID-19 pandemic. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2020, 23: 860-864.
13. Iqbal M. Zoom revenue and usage statistics.https://www.businessofapps.com/data/zoom-statistics/. 3 Haziran 2021.
14. Lowenthal P, Dunlap J, Snelson C. Live synchronous web meetings in asynchronous online courses: Reconceptualizing virtual office hours. *Online Learning Journal*, 2017, 21: 177-194.
15. McDaniels M, Pfund C, Barnicle K. Creating dynamic learning communities in synchronous online courses: One approach from the Center for the Integration of Research, Teaching and Learning (CIRTL). *Online Learning*, 2016, 20: 110-129.

16. Lederman D. Will Shift to Remote Teaching be Boon or Bane for Online Learning? . historynewsnetwork. org/article/174661.
17. Fauville G, Luo M, Muller Queiroz AC, Bailenson JN, Hancock J. Zoom Exhaustion & Fatigue Scale. *SSRN Electronic Journal*, 2021: 1-25.
18. Bailenson JN. Nonverbal overload: A theoretical argument for the causes of Zoom fatigue. *Technology, Mind, and Behavior*, 2021, 2.
19. Heilferty CM, Phillips LJ, Mathios R. Letters from the pandemic: Nursing student narratives of change, challenges and thriving at the outset of COVID-19. *Journal of Advanced Nursing*, 2021, 00: 1-10.
20. Ramos-Morcillo AJ, Leal-Costa C, Moral-García JE, Ruzafa-Martínez M. Experiences of Nursing Students during the Abrupt Change from Face-to-Face to e-Learning Education during the First Month of Confinement Due to COVID-19 in Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020, 17: 5519.
21. Meltem K, Kurt A. COVID-19 pandemisi döneminde hemşirelik öğrencilerinin uzaktan eğitim konusunda yaşadiklari sorunlar. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 2020, 7: 66-77.
22. Spataro J. The future of work—the good, the challenging & the unknown. https://www.microsoft.com/en-us/microsoft-365/blog/2020/07/08/future-work-good-challenging-unknown/. 25 Mayıs 2021.
23. Sahu P. Closure of universities due to coronavirus disease 2019 (COVID-19): impact on education and mental health of students and academic staff. *Cureus*, 2020, 12: 4-9.
24. Mucuk S, Ceyhan Ö, Kartın Tekinsoy P. COVID-19 pandemi sürecinde uzaktan hemşirelik eğitimi: Ulusal deneyim. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2021, 6: 33-36.
25. Bernard RM, Abrami PC, Borokhovski E, Wade CA, Tamim RM, Surkes MA, Bethel EC. A meta-analysis of three types of interaction treatments in distance education. *Review of Educational research*, 2009, 79: 1243-1289.
26. Keskin M, Özer D. COVID-19 sürecinde öğrencilerin web tabanlı uzaktan eğitime yönelik geri bildirimlerinin değerlendirilmesi. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2020, 5: 59-67.

PRSB-115

ÇOCUĞU OKULA GİDEN EBEVEYNLERİN COVID-19 KORKU DÜZEYLERİ İLE ANKSİYETE, DEPRESYON VE STRES DURUMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Hasret YALÇINÖZ BAYSAL[1], Esra BAYRAKÇEKEN[2], Mine CENGİZ[3], Şeyma EŞKİ[4], Eda ÇEKER[5]

[1] Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Halk sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum / Türkiye E-Posta: h.yalcinoz@hotmail.com

[2] Atatürk Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum / Türkiye E-Posta: esra.bayrakceken@atauni.edu.tr

[3] Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum / Türkiye, E-Posta: minecengiz25@hotmail.com

[4] Bölge Eğitim Araştırma Hastanesi, Eğitim Birimi, Erzurum / Türkiye E-Posta: seymaeski7@hotmail.com

[5] Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Sağlık Yüksek Okulu, Hemşirelik Bölümü, Ağrı / Türkiye, E-Posta: edaceker85@gmail.com

ÖZET

Amaç: Bu araştırma pandemi sürecinde çocuğu okula giden ebeveynlerin yaşadıkları Covid-19 korku düzeyleri ile anksiyete, depresyon ve stres durumlarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Materyal ve Metot: Araştırma tanımlayıcı ve kesitsel tipte yapılmıştır. Araştırma Erzurum'da ikamet eden 18 yaş ve üzeri Covid-19 sürecinde çocuğu okula giden 810 gönüllü ebeyevn ile yürütülmüştür. Veriler 2021 yılı Mayıs- Haziran aylarında online olarak toplanmıştır. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Covid-19 Korku Ölçeği, Depresyon, Anksiyete ve Stress (DASS21) Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; yüzdelik, ortalama, standart sapma ve t testi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan ebeveynlerin yaş ortalamasının 40.48±75.59 arasında olduğu, %68'inin kadın olduğu, %52.3'ünün üniversite mezunu olduğu, %26.9'unun Covid-19 geçirdiği, %37'sinin Covid-19 aşısı olduğu, %18.3'ünün kronik hastalığının olduğu, %5.4'ünün çocuğunun kronik hastalığı olduğu tespit edilmiştir. Kadın olan, Covid-19 geçiren ve çocuğunda kronik hastalık bulunan ebeveynlerin Covid-19 korku, depresyon, anksiyete, stres ve genel DASS 21 puanının anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuç ve Öneriler: Kadın ebeveynlerin, Covid-19 geçiren ebeveynlerin ve çocuğunda kronik hastalık bulunan ebeveynlerin Covid-19 korkusu ile depresyon, anksiyete, stres düzeyleri daha yüksektir. Bu nedenle Covid-19 sürecinin ebeveynler üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmak için özellikle bu gruptaki ebeveynlere yönelik sağlık çalışanları tarafından psiko-sosyal programlar geliştirilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Covid-19 korkusu, Ebeveynler

EVALUATION OF COVID-19 FEAR LEVELS AND ANXIETY, DEPRESSION AND STRESS SITUATIONS OF PARENTS WHOSE CHILDREN GO TO SCHOOL

ABSTRACT

Aim: This research was conducted to determine the Covid-19 fear levels and anxiety, depression and stress situations experienced by parents whose children went to school during the pandemic process.

Material and Method: The research was conducted in descriptive and cross-sectional type. The research was carried out with 810 volunteer parents residing in Erzurum, 18 years of age and older, whose children went to school during the Covid-19 process. Data were collected online in May-June 2021. Personal Information Form, Covid-19 Fear Scale, Depression, Anxiety and Stress (DASS21) Scale were used to collect data. In the evaluation of the data; percentage, mean, standard deviation and t test were used.

Results: The average age of the parents participating in the research was between 40.48±75.59, %68 were women, %52.3 were university graduates, %26.9 had Covid-19, %37 had Covid-19 vaccine, %18.3 was determined that they had a chronic disease and %5.4 had a child with a chronic disease. Fear of Covid-19, depression, anxiety and stress levels of female parents, parents with Covid-19 and parents with chronic diseases in their children are higher.

Conclusion and resommendations: Fear of Covid-19, depression, anxiety and stress levels of female parents, parents with Covid-19 and parents with chronic diseases in their children are higher. Therefore, in order to reduce the negative effects of the Covid-19 process on parents, it is recommended to develop psycho-social programs especially for parents in this group

Key words: Covid-19, Fear of Covid-19, Parents

GİRİŞ

Çinin Wuhan kentinde başlayan ve hızla tüm dünyaya yayılan Covid-19 11 Mart itibariyle DSÖ tarafından pandemi ve halk sağlığı acil durumu olarak ilan edilmiştir.[1] Pandemi tüm dünyada sağlık sistemi başta olmak üzere ülkelerin ekonomilerini ve eğitim sistemlerini derinden etkilemiştir.[2] Covid-19, dünya çapında sağlığa yönelik büyük bir tehdit ve küresel ekonomiye yönelik bir tehlike olarak algılanmakta, insanların günlük davranışlarını etkileyerek kaygı, depresyon ve panik duygularına neden olarak sıklıkla yoğun bir korkuyu tetikleyerek yaşamlarını etkilemektedir.[3] Covid-19 pandemisinin dünyadaki yıkıcı etkisi göz önüne alındığında, böyle bir kriz zamanında, çocukların ve gençlerin eğitim ihtiyaçlarına cevap vermek büyük önem taşımaktadır.[4] Çin'de yapılan araştırmada bireylerin, Covid 19 salgınına

bağlı stres, kaygı ve depresyon gibi psikolojik etkilerinin yüksek düzeylerde olduğunu belirlemiştir.[5] Roccella'nın 2020 yılında yaptığı çalışmada Covid-19 pandemisinin ebeveynlerde kontrol edilemeyen bir stres halini aldığını ve bu mevcut durumlarının çocukların gelişimsel davranışlarını önemli ölçüde etkileyerek kısıtladığı tespit edilmiştir.[6] Türkiye'de pandemi döneminde yapılan bir çalışmada velilere yöneltilen soru kapsamında "Haziran ayına kadar okullar açılırsa okula gönderme konusunda tedirginlik yaşama" durumuna yönelik görüşleri alınmış olup, %54.17'sinin çocuklarını okula gönderme konusunda tedirginlik yaşadıkları tespit edilmiştir.[7]

Covid-19 salgınının zirvesi sırasında ülkemizde çocuğu okula giden ebeveynlerin bu süreçte yaşamış olduğu psikolojik etkiler ve ruh sağlıkları hakkında yeterli miktarda bilgi bulunmamaktadır. Bu, özellikle benzeri görülmemiş büyüklükteki bir salgını çevreleyen belirsizlikle ilgilidir. Bu nedenle bu araştırma pandemi sürecinde çocuğu okulla giden ebeveynlerin yaşadıkları Covid-19 korku düzeyleri ile anksiyete, depresyon ve stres durumlarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

YÖNTEM

Araştırma tanımlayıcı ve kesitsel tipte yapılmıştır. Araştırma Erzurum'da ikamet eden 18 yaş ve üzeri Covid-19 sürecinde çocuğu okula giden 810 gönüllü ebeveyn ile yürütülmüştür. Veriler 2021 yılı Mayıs- Haziran aylarında online olarak kartopu örnekleme yöntemiyle toplanmıştır. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Covid-19 Korku Ölçeği, Depresyon, Anksiyete ve Stres (DASS21) Ölçeği kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanmış olup 10 sorudan oluşmaktadır.

Koronavirüs (Covid-19) Korku Ölçeği: Bakioğlu ve arkadaşları[8] (2020) tarafından uyarlanan ölçek tek boyut ve yedi maddeden oluşmaktadır. Ters madde bulunmayan ölçek 5'li likert tiptedir. Ölçeğin tüm maddelerinden alınan toplam puan bireyin yaşadığı Koronavirüs (Covid-19) korku düzeyini yansıtmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 7 ile 35 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan yüksek düzeyde koronavirüs korkusu yaşamak anlamına gelmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach's Alpha katsayısı .90 olarak bulunmuştur.

Depresyon, Anksiyete ve Stres (DASS21) Ölçeği: Lovibond ve Lovibond[9] (1995) tarafından geliştirlmiş olup 42 maddeden oluşmaktadır. Brown ve ark.[10] (1997) bu ölçeğin daha kısa formlarının da aynı ölçümü gerçekleştirebilecek geçerliliğe sahip olduğunu ifade etmişlerdir. Çalışmada kullanılan 21 soruluk DASS ölçeği Henry ve Crawford[11], (2005) ve Mahmoud ve

ark.[12] (2010) çalışmalarından alınmıştır. Bu ölçekte (DASS-21) depresyon, stres ve anksiyete boyutlarını ölçmek için her alt boyut için 7 soru bulunmaktadır. Ölçek 4'lü Likert tipinde olup; 0 "bana uygun değil", 1 "bana biraz uygun", 2 "bana genellikle uygun", ve 3 "bana tamamen uygun" yanıtlarına karşılık gelmektedir. Bu çalışmada DASS-21 cronbachalpha .95, anksiyetecronbachalpha .85, depresyon cronbachalpha .90, stres cronbachalpha .87 olarakbulunmuştur.

Verilerin Değerlendirilmesi: Verilerin istatistiksel analizinde SPSS-25 (Statistical Package fort he Social Science-25) paket programı kullanılarak yapılmıştır. Verilerin analizinde yüzdelik, ortalama, standart sapma, varyans analizi ve t testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya katılan ebeveynlerin yaş ortalamasının 40.48±7.59 ve %68' inin kadın, %69'unun çalıştığı,%52.3'ünün üniversite mezunu olduğu %56.9'unun gelirinin giderine eşit olduğu, %26.9'unun Covid-19 geçirdiği, %37'sinin aşı olduğu, %18.3'ünün kronik bir rahatsızlığının var olduğu,%5.4'ününde çocuğunda kronik bir rahatsızlık olduğu bulunmuştur (Tablo 1). Kadınların Covid-19 korku puanı (t_{808}=2.058 p<.05), depresyon puanı (t_{808}=2.267 p<.05), anksiyete puanı (t_{808}=3.158 p<.05), stres puanı (t_{808}=3.192 p<.05) ve genel DAS 21 puanının erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır. Ebeveynlerin gelir durumlarına göre depresyon puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir (F_{807}=3.457 p<.05). Yapılan ileri analizde geliri giderine eşit olanların geliri giderinden fazla olanlara göre, geliri giderinden az olanların ise geliri giderinden fazla olanlara göre depresyon puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırmada Covid-19 geçirenlerin Covid 19 korku puanı ($t_{402.425}$=2.439 p<.05), depresyon puanı ($t_{203.138}$=3.293 p<.05), anksiyete puanı (t_{808}=4.669 p<.05), stres puanı (t_{808}=1.961 p≤.05) ve genel DAS 21 puanı anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Kronik hastalığı olan ebeveynlerin Covid 19 korku puanı ($t_{196.459}$=3.061 p<.05), depresyon puanı (t_{808}=2.528 p<.05), anksiyete puanı (t_{808}=4.371 p<.05), stres puanı (t_{808}=3.026 p≤.05) ve genel DAS 21 puanının, kronik hastalığı olmayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Çocuğu hasta olanların Covid 19 korku puanı ($t_{46.471}$=2.822 p<.05), depresyon puanı (t_{808}=4.722 p<.05), anksiyete puanı (t_{808}=4.107 p<.05), stres puanı (t_{808}=32.757 p≤.05) ve genel DAS 21 puanının çocuğu hasta olmayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca ebeveynlerin yaşı arttıkça depresyon, anksiyete ve stres puanları azalmıştır.

Tablo 1. Ebeveynlerin Covid-19 korku ölçeği, Das 21 ölçeği ve alt boyutlarının tanımlayıcı değişkenler açısından farklılık durumları (N=810)

Ölçüm Araçları							
	N	%	**Covid19 korku**	**Depresyon**	**Anksiyete**	**Stres**	**Das21**
			X±SS	**X±SS**	**X±SS**	**X±SS**	**X±SS**
Ebeveyn Cinsiyeti							
Kadın	551	68	16.42±7.13	6.82±5.70	6.14±5.28	7.94±5.67	20.92±15.46
Erkek	259	32	15.31±7.34	5.83±5.84	4.91±5.08	6.59±5.69	17.33±15.85
Test ve p değeri			**t=2.058 p=.040**	**t=2.267 p=.024**	**t=3.158 p=.002**	**t=3.192 p=.001**	**t=3.056 p=.002**
Ebeveynin Çalışma durumu							
Çalışıyor	559	69	15.93±7.20	6.54±5.86	5.65±5.20	7.35±5.72	19.55±15.91
Çalışmıyor	251	31	16.38±7.22	6.41±5.69	5.98±5.24	7.88±5.67	20.27±15.12
Test ve p değeri			t=-.822 p=.411	t=.305 p=.760	t=-.840 p=.401	t=-1.205 p=.229	t=-.605 p=.545
Ebeveynin Eğitim Durumu							
İlkokul	109	13.5	16.90±6.98	5.38±5.43	5.53±5.26	6.77±5.57	17.68±14.92
Ortaokul	57	7	16.82±8.15	7.05±6.42	5.31±4.89	7.87±6.06	20.24±15.36
Lise	121	14.9	16.74±7.41	5.94±5.08	5.68±5.23	7.60±5.64	19.23±14.77
Üniversite	424	52.3	15.53±6.93	6.64±5.78	5.70±5.02	7.44±5.56	19.78±15.55
Lisans üstü	99	12.2	16.21±7.71	7.54±6.56	6.56±6.07	8.35±6.32	22.46±17.94
Test ve p değeri			F=1.394 P=.234	F=2.289 P=.058	F=.765 P=.548	F=1.077 P=.367	F=1.264 P=.283
Ebeveynin Gelir Durumu							
Gelirim giderimden az[a]	180	22.2	16.28±7.00	7.37±6.12	6.48±5.27	8.10±5.65	21.96±15.62
Gelirim giderime eşit[b]	461	56.9	15.80±7.16	6.44±5.70	5.61±5.17	7.42±5.68	19.47±15.57
Gelirim giderimden fazla[c]	169	20.9	16.57±7.55	5.76±5.65	5.36±5.22	7.17±5.83	18.30±15.81
Test ve p değeri			F=.803 p=.448	F=3.457 **p=.032** Fark:b-c , a-c	F=2.407 p=.091	F=1.313 p=.269	F=32.595 p=.075
Covid 19 geçirme durumu							

Evet	240	29.6	17.07±7.83	7.30±5.81	6.97±5.49	8.12±5.69	22.40±15.94
Hayır	570	70.4	15.65±6.89	6.17±5.77	5.24±5.00	7.26±5.70	18.67±15.43
Test ve p değeri			t=2.439	t=2.528	t=4.371	t=1.961	t=3.103
			p=.015	**p=.012**	**p=.000**	**p=.050**	**p=.002**
Covid-19 aşı olma durumu							
Evet	300	37	16.30±7.	6.78±6.10	5.86±5.16	7.56±5.73	20.20±16.18
Hayır	510	63	15.93±7.	6.34±5.63	5.69±5.24	7.49±5.69	19.53±15.36
Test ve p değeri			t=.701	t=1.025	t=.456	t=.154	t=.592
			p=.483	p=.310	p=.648	p=.878	p=.554
Ebeveynin kronik hastalık durumu							
Evet	148	18.3	17.88±8.19	8.02±6.29	7.54±5.57	8.79±5.93	24.35±16.47
Hayır	662	81.7	15.66±6.91	6.16±5.64	5.35±5.05	7.23±5.62	18.75±15.31
Test ve p değeri			t=3.061	t=3.293	t=4.669	t=3.026	t=3.966
			p=.003	**p=.001**	**p=.000**	**p=.003**	**p=.000**
Okul çocuğunun kronik hastalık durumu							
Evet	44	5.4	19.56±8.52	10.47±5.91	8.86±5.73	9.81±4.91	29.15±15.41
Hayır	766	94.6	15.87±7.08	6.27±5.72	5.57±5.13	7.38±5.72	19.24±15.52
Test ve p değeri			t=2.822	t=4.722	t=4.107	t=2.757	t=4.122
			p=.007	**p=.000**	**p=.000**	**p=.006**	**p=.000**

SONUÇ VE ÖNERİLER

Kadın ebeveynlerin, Covid-19 geçiren ve çocuğunda kronik hastalık bulunan ebeveynlerin Covid-19 korkusu ile depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Covid-19 sürecinin ebeveynler üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmaya yönelik sağlık çalışanları tarafından psiko-sosyal programlar geliştirilmesi, ebeveynlere yönelik bilinçlendirme çalışmalarının yapılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

1. WhoCorona virüs diseas (covid 19) dashboard. Erişim adresi: https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public. Erişim tarihi: 15.06.2020

2. Erol M., Erol A., (2020)Koronavirüspandemisi sürecinde ebeveynleri gözünden ilkokul öğrencileri, Millî Eğitim *Dergisi*,49(1), 529-551.

3. Jiao, WY, Wang, LN, Liu, J., Fang, SF, Jiao, FY, Pettoello-Mantovani, M., &Somekh, E. (2020). COVID-19 salgını sırasında çocuklarda davranışsal ve duygusal bozukluklar. *Pediatri dergisi* , *221* , 264.

4. Reimers F. M., Schleicher A., (2020) Covıd-19 Pandemisine Karşı Eğitimde Atılabilecek Adımlara Rehberlik Edecek Bir Çerçeve, OECD,

5. Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., &Ho, R. C. (2020). Immediatepsychologicalresponsesandassociatedfactorsduringtheinitialstage of the 2019 coronavirusdisease (COVID-19) epidemicamongthe general population in China. *International journal of environmentalresearchandpublichealth*, *17*(5), 1729.

6. Roccella, M. (2020), Childrenandcoronavirusınfection (Covid-19): whattotellchildrentoavoid post-traumaticstressdisorder, The Open PediatricMedicineJournal, 10, 1-2. DOI: 10.2174/1874309902010010001.

7. Yılmaz E., Mutlu H., Güner B., Doğanay G., Yılmaz D., (2020). Veli algısına göre pandemi dönemi uzaktan eğitim sürecinin niteliği, Palet yayınları,

8. Bakioğlu, F., Korkmaz, O., Ercan, H. (2020). Fear of COVID-19 andpositivity: Mediating role of intolerance of uncertainty, depression, anxiety, andstress. *International Journal of MentalHealthandAddiction*, 1-14.

9. Lovibond, P. F. & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. Behaviour research and therapy, 33(3), 335-343. https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U

10. Brown, T. A., Chorpita, B. F., Korotitsch, W., & Barlow, D. H. (1997). Psychometric properties of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) in clinical samples. Behaviour research and therapy, 35(1), 79-89. https://doi.org/10.1016/S0005-7967(96)00068-X

11. Henry, J. D., & Crawford, J. R. (2005). The short- form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS- 21): Construct validity and normative data in a large non- clinical sample. British Journal of Clinical Psychology,44(2), 227-239. https://doi.org/10.1348/014466505X29657

12. Mahmoud, J. S. R., Staten, R. T., Hall, L. A., & Lennie, T. A. (2012). The relationship among young adult college students' depression, anxiety, stress, demographics, life satisfaction, and coping styles. Issues in mental health nursing, 33(3), 149-156.

13. Nazan, B., & Bilgel, N. B. (2010). Turkish version of the depression anxiety stress scale (DASS-42): Psychometric properties. Nöropsikiyatri Arşivi Dergisi, 47, 118-126

14. Akın, A. & Çetin, B. (2007). The depression anxiety and stress scale (DASS): The study of validity and reliability. Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri, 7(1), 260-268.

ULUSLARARASI PANDEMİNİN RUH SAĞLIĞINA YANSIMALARI VE PSİKOSOSYAL BAKIM KONGRESİ

International Congress on Reflections of Pandemic on Mental Health and Psychosocial Care

"PANDEMİNİN RUHUMUZDA BIRAKTIĞI İZLER"

"Traces of the Pandemic in Our Souls"

PRSB 2021
KONGRE SONUÇ RAPORU

KONGRE
ÇEVRİMİÇİ
24-25 HAZİRAN 2021

Atatürk Üniversitesi

Psikiyatri Hemşireleri Derneği

ISBN 978-625-7960-40-3

KONGRE SONUÇ RAPORU

Kongre Tarihi **:** 24-25 Haziran 2021

Kongre Yeri **:** Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi (online)

Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anbilim dalı ve Psikiyatri Hemşireliği Derneği işbirliği ile **Uluslararası Pandeminin Ruh Sağlığına Yansımaları ve Psikososyal Bakım Kongresi** 24-25 Haziran 2021 tarihinde Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi online programı ile gerçekleştirilmiştir. Dili Türkçe/İngilizce olarak belirlenen kongre hazırlık çalışmaları, Ocak 2021 tarihinden itibaren Kongre Başkanı Doç. Dr. Sibel ASİ KARAKAŞ ve Kongre Eş Başkanı Prof. Dr. Fatma ÖZ liderliğinde başlatılmıştır. Daha sonra, kitabın başında belirtilen kongre onursal kurulu, düzenleme ve bilimsel kurulu belirlenmiştir. Kongre çalışmaları kapsamında Atatürk Üniversitesi BAUM, Kurumsal İletişim, ATAÖGEM ve Çeviri Merkezi'nde fiyat teklifleri alınmış ve anlaşmalar yapılmıştır.

Kongreye Amerika, Avusturalya, İrlanda, İskoçya, Hollanda, Irak, İsrail, Ürdün ve Ukrayna'dan ve ülkemizden psikiyatri hemşireliği ve psikososyal bakım konusunda uzman konuşmacılarla bilimsel açıdan dolu bir programda toplam 5 konferans ve 6 panel sunulmuştur. Kongreye Türkiye, Amerika, Avusturalya, İrlanda, İskoçya, Hollanda, Irak, İsrail, Ürdün ve Ukrayna olmak üzere toplam 10 ülkeden 222 kişi katılmıştır. Bu katılımcılardan 161 kişi ücretli katılımcıdır. Diğer katılımcılar onursal kurul, düzenleme kurulu ve kongre başkanları, oturum başkanları, davetli konuşmacılar, panelistler ve destek veren öğrencilerden oluşmaktadır. Kongre süresince 8 sözel bildiri oturumunda **150** sayıda sözel bildiri yer almış ve tartışılmıştır.

KONGRE GERİ BİLDİRİMLERİ

İki gün boyunca devam eden kongrede sözel olarak birçok başarı ve teşekkür mesajı alınmıştır. Kongre online olarak düzenlendiği için herhangi bir değerlendirme formu dağıtılmamıştır. Tüm konferans, panel ve yabancı sunumlar eksiksiz şekilde gerçekleştirilmiştir.

Kongre sonucunda;

Muhammet Ali ORUÇ, Arzu Yalçınkaya, Nurhan Eren tarafından yapılan **"Covid-19 Pandemi Sürecinde Sağlık Çalışanları ve Çocukları ile Yapılan Resim Terapisinin Duygu İfadesine Etkileri: Pilot Çalışma"** isimli araştırma sözel birincilik ödülünü,

Emel ERDENİZ, Selma DOĞAN tarafından yapılan "**Toplum Ruh Sağlığı Merkezine Devam Eden Hastaların Covıd-19 Pandemi Sürecinden Etkilenme Durumları ile İlişkili Faktörlerin İncelenmesi"** isimli araştırma sözel ikincilik ödülünü,

Nuran DUDAKLI, Hilal ALTUNDAL, Serpil TÜRKLEŞ, Mualla YILMAZ tarafından yapılan "**Türkiye'de Covıd-19 Tanılı Hastalara Bakım Veren Hemşire ve Hasta Arasındaki Etkileşim ve Yaşam Deneyimleri: Kalitatif Bir İkili Yaklaşım"** isimli çalışma sözel bildiri üçüncülük ödülünü,

Buket ŞİMŞEK ARSLAN**,** Sibel ÇAYNAK, Ahmet GÖKTAŞ, İlkay KESER, Kadriye BULDUKOĞLU tarafından yapılan "**Covıd-19 Pandemisi Sürecinde Psikiyatrik Bakım: Türkiye'den Bir Durum Çalışması"** isimli çalışma yine sözel bildiri üçüncülük ödülünü almıştır.

Kongremizde poster bildiri yer almamıştır.

Kongremiz, pandemi, ruh sağlığı ve psikososyal bakım alanlarında önde gelen araştırmacıları bir araya getiren uluslararası bir platformda; bilimsel program, seçkin bilim insanlarının öncülüğünde açılış oturumları, alt disiplinlerin sunumları, genç bilim adamları ve lisansüstü öğrencilerin etkileşimi ve paylaşımını içermiştir. Yeni disiplinler arası bilimsel iş birlikleri ve ağlar için dünyanın her yerinden uzmanları bir araya getiren Psikiyatri Hemşireliği alanındaki uluslararası ilk sanal platform olmuştur. Kongrenin geniş kapsamı nedeniyle, önde gelen davetli konuşmacıların yer aldığı belirli araştırma alanına özel koordineli paralel oturumlar, sözlü sunumları ile katılımcılarına bilimsel ve güncel bir bilgilendirme fırsatı sunmuştur.

Hazırlık sürecinin tüm aşamalarında birlikte çalıştığımız kongre düzenleme kurulunda fedakârca çalışan, bilimsel kurulda yer alan tüm meslektaşlarımıza ve katılımcılarımıza sonsuz teşekkürlerimizi sunuyoruz…