

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDEKİ EBEVEYNLERİN YAŞAM
DOYUM VE KAYGI DÜZEYLERİ İLE ÇOCUKLARININ KAYGI
SEVİYELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Serpilnur AVAR

Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

AĞUSTOS 2021

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDEKİ EBEVEYNLERİN YAŞAM
DOYUM VE KAYGI DÜZEYLERİ İLE ÇOCUKLARININ KAYGI
SEVİYELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Serpilnur AVAR
191287044**

Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Fatma Yeşim CAN

AĞUSTOS 2021



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ

Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi

Enstitümüz, Klinik Psikoloji Tezli Lisans Programı 191287044 numaralı öğrencisi Serpilnur AVAR'ın "Covid-19 Pandemisi Sürecindeki Ebeveynlerin Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeyleri İle Çocuklarının Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulu tarafından 09.08.2021 tarihinde oluşturulan jüri tarafından *Oy birliği* ile Yüksek Lisans tezi olarak *Kabul* edilmiştir.

Öğretim Üyesi Adı Soyadı

Tez Savunma Tarihi: 09/08/2021

- 1) Tez Danışmanı:** Doç Dr. Fatma Yeşim CAN
- 2) Jüri Üyesi:** Prof. Dr. Fatma Sibel MERCAN
- 3) Jüri Üyesi:** Prof. Dr. Öğr. Haluk ARKAR

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Covid-19 Pandemi Sürecindeki Ebeveynlerin Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeyleri ile Çocuklarının Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişki” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (09/08/2021)

Serpilnur AVAR



ÖNSÖZ

Bu tez çalışmasında Covid-19 Pandemi sürecindeki ebeveynlerin kaygı ve yaşam doyum düzeyleri ile okul öncesi dönemde bulunan çocuklarının kaygı seviyeleri arasındaki ilişki incelenmek istemiştir.

Öncelikle tez konusunun belirlenmesi ve hazırlanma sürecinin her aşamasında değerli bilgilerini, zamanını ve yol göstericiliğini benden esirgemeyen, bana her zaman anlayış ve hoşgörü ile yaklaşan ve tezimin ilerlemesine sonsuz destek olan tez danışmanın Doç. Dr. Fatma Yeşim Can'a teşekkürlerimi sunarım. Tez dönemim boyunca benden desteğini hiçbir zaman esirgemeyen İzmir Ekonomi Üniversitesi Medicalpark Hastanesi Başhekim Yardımcısı Dr. Özlem Ecemiş'e,

Yüksek Lisans eğitimim boyunca bana destek olan iş arkadaşlarıma, desteklerini her zaman derinden hissettiren dostlarıma, bu yolculuğa beraber çıktığım ve zor zamanlarda dahi yorulmama izin vermeyen Melis Kiriş'e

Hayatım boyunca her anlamda yanımda olan, desteğini hiçbir zaman esirgemeyen, sevgileri ve ilgileri ile yolumu aydınlatan ve bana sonsuz emek veren canım annem Nurdan Avar, canım babam Mustafa Avar, canım kardeşlerim Fatmanur Avar Çalışkan, Recep Avar, Oğuzcan Çalışkan'a, bana her zaman inanan, ilgisi ve sevgisiyle yanımda Anıl Bozkurt'a tüm kalbimle teşekkür ediyorum.

Ağustos 2021

Serpilnur AVAR

Psikolog

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
ÖNSÖZ	iv
İÇİNDEKİLER	v
ÇİZELGE LİSTESİ	viii
KISALTMALAR	ix
ÖZET	x
ABSTRACT	xi
1.GİRİŞ	1
1.1 Problemin Tanımı ve Önemi	1
1.2 Araştırmanın Amacı	2
1.3 Araştırmanın Hipotezleri	2
2. GENEL BİLGİLER	3
2.1 Covid-19 Pandemisi İle İlgili Genel Bilgiler	3
2.1.1 Covid-19 pandemisi ve ruh sağlığı	3
2.1.2 Covid-19 pandemisinin yetişkinler üzerindeki etkileri.....	4
2.1.3 Covid-19 pandemisinin çocuklar üzerindeki etkileri.....	5
2.2. Yaşam Doymu İle İlgili Genel Bilgiler	7
2.2.1 Yaşam doyumunu etkileyen faktörler.....	8
2.2.1.1 Sağlık.....	9
2.2.1.2 İhtiyaçlar	10
2.2.1.3 Yaş.....	11
2.2.1.4 Cinsiyet	12
2.2.1.5 İlişki doymu	12
2.2.1.6 Çocuk sahibi olma.....	14
2.2.1.7 Eğitim düzeyi	16
2.2.1.8 İş doymu.....	16
2.2.1.9 Evden/ işyerinden çalışma durumu	18
2.2.1.10 Covid-19 pandemisi ve yaşam doymu	20
2.3 Kaygı ile ilgili Genel Bilgiler	21
2.3.1 Kaygı boyutları	22
2.3.2 Kaygı türleri.....	23
2.3.2.1 Durumluk kaygı	23
2.3.2.2 Sürekli kaygı	24
2.3.3 Yetişkinlikte kaygı	25
2.3.3.1 Yetişkinlerde kaygıyı etkileyen faktörler.....	26
2.3.3.1.1 Kalıtım.....	26
2.3.3.1.2 Kişilik özellikleri	26
2.3.3.1.3 Sağlık.....	27
2.3.3.1.4 Yaş.....	28
2.3.3.1.5 Cinsiyet.....	28
2.3.3.1.6 Eğitim düzeyi.....	28
2.3.3.1.7 Sosyoekonomik düzey.....	29

2.3.3.1.8 Çocuk sahibi olma	29
2.3.3.1.9 Evden/işyerinden çalışma durumu	30
2.3.3.1.10 Covid-19 pandemisi ve yetişkinlerde kaygı	31
2.3.4 Çocukta kaygı	32
2.3.4.1 Kaygıyı etkileyen etmenler	33
2.3.4.1.1 Yaş	33
2.3.4.1.2 Cinsiyet	34
2.3.4.1.3 Kardeş sayısı	35
2.3.4.1.4 Doğum sırası	35
2.3.4.1.5 Anne baba tutumu	35
2.3.4.1.6 Anne baba eğitim durumu	36
2.3.4.1.7 Sosyoekonomik durum	36
2.3.4.1.8 Anne baba mesleği	37
2.3.4.1.9 Kaygıyı etkileyen diğer etmenler	37
2.3.4.1.10 Covid-19 pandemisi ve çocukta kaygı	38
3. GEREÇ VE YÖNTEM	40
3.1 Araştırmanın Tipi	40
3.2 Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	40
3.3 Araştırmanın Kısıtlılıkları	40
3.4 Veri Toplama Araçları	41
3.4.1 Bilgilendirilmiş onam ve rıza formu	41
3.4.2 Sosyodemografik bilgi formu	41
3.4.3 Beck anksiyete ölçeği	41
3.4.4 Yaşam doyum ölçeği	42
3.4.5 Okul öncesi kaygı ölçeği	42
3.5 İstatistiksel Analiz	43
4. BULGULAR	44
4.1 Ebeveynlerin ve Çocukların Demografik ve Klinik Özellikleri	44
4.2 Cinsiyetler Arası Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyine İlişkin Bulgular	45
4.3 Çalışma Durumuna Göre Kadınların Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulgular	46
4.4 Çalışma Durumuna Göre Erkeklerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulgular	46
4.5 Çalışma Durumuna Göre Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulgular	47
4.6 Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulgular	48
4.7 Çalışma Durumuna Göre Kadınların Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyi ve Çocuklarının Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular	48
4.8 Çalışma Durumuna Göre Erkeklerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyi ve Çocuklarının Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular	50
4.9 Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyi ve Çocuklarının Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular	51
4.10 Ebeveynlerin Çocuk Sayısına Bağlı Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular	51
5. TARTIŞMA VE SONUÇ	53
5.1 Cinsiyetler Arası Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyine İlişkin Bulguların Tartışılması	53
5.2 Çalışma Durumuna Göre Kadınların ve Erkeklerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	54
5.3 Çalışma Durumuna Göre Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	55

5.4 Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	58
5.5 Çalışma Durumuna Göre Kadınların ve Erkeklerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyi ve Çocuklarının Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	59
5.6 Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyi ve Çocuklarının Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	61
5.7 Ebeveynlerin Çocuk Sayısına Bağlı Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	63
6. ÖNERİLER	64
KAYNAKLAR	65
EKLER.....	82
ÖZGEÇMİŞ.....	89



ÇİZELGE LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Çizelge 4.1: Demografik Bilgiler	44
Çizelge 4.2: Cinsiyetler arası kaygı ve yaşam doyum düzeyleri ortalamaları arasındaki fark	45
Çizelge 4.3: Kadınların çalışma durumuna göre kaygı ve yaşam doyum düzeyleri ortalamaları arasındaki fark.....	46
Çizelge 4.4: Erkeklerin çalışma durumuna göre kaygı ve yaşam doyum düzeyleri ortalamaları arasındaki fark.....	46
Çizelge 4.5: Ebeveynlerin evden / işyerinden çalışma durumu bağlı olarak kaygı ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ortalama farkı.....	47
Çizelge 4.6: Ebeveynlerin kaygı ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki korelasyon	48
Çizelge 4.7: Kadınların kaygı ve yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki korelasyon	49
Çizelge 4.8: Ebeveynin kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki korelasyon	51
Çizelge 4.9: Ebeveynlerin çocuk sayısına bağlı olarak kaygı düzeyleri ortalamaları arasındaki fark	51

KISALTMALAR

WHO	: Dünya Sağlık Örgütü
OKB	: Obsesif Kompulsif Bozukluk
STAI	: Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri
DSM	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
İYD	: İş-Yaşam Dengesi
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
ALSS	: Yetişkinler için Yaşam Doyum Ölçeği
BAO	: Beck Anksiyete Ölçeği
OÖÇAÖ	: Okul Öncesi Çocuklarda Anksiyete Ölçeği
SPSS	: Statistical Package

COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDEKİ EBEVEYNLERİN YAŞAM DOYUM VE KAYGI DÜZEYLERİ İLE ÇOCUKLARININ KAYGI SEVİYELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu çalışmanın temel amacı, Covid-19 pandemi sürecinde evden ya da işyerinden çalışan ebeveynlerin yaşam doyum ve kaygı düzeyleri arasındaki farkın incelenmesi ve bu iki değişkenin okul öncesi (3-6 yaş aralığında) çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmaya katılan kişilerin yaşı, eğitimi, mesleği, ekonomik yeterliliği, çocuk sayısı ve evden/işyerinden çalışma durumu gibi kişisel veriler araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik bilgi formu kullanılarak tespit edilmiştir. Ebeveynlerin yaşam doyum düzeylerinin belirlenmesi amacıyla 'Yaşam Doyum Ölçeği', kaygı düzeylerinin belirlenmesi amacıyla 'Beck Anksiyete Ölçeği' ve çocuklarının kaygı düzeylerinin belirlenmesi için de 'Okul Öncesi Kaygı Ölçeği' kullanılmıştır. Bu ölçekler 01/02/2021-15/03/2021 tarihleri arasında İzmir İl Müdürlüğü'ne bağlı okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların ailelerine elden, elden ulaştırılması mümkün olmayan ve farklı şehirlerde yaşayan ebeveynlere ise çevrimiçi olarak uygulanmıştır. Çalışmaya toplam 200 kişi katılmıştır (50 evden çalışan kadın- 50 işyerinden çalışan kadın-50 evden çalışan erkek-50 işyerinden çalışan erkek). Veriler İzmir İl Müdürlüğü'ne bağlı okullardan elden, farklı şehirlerde yaşayan insanlar içinse 'Google Anket' yardımıyla toplanmıştır. Verilerin analizi SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 23 programı kullanılarak yapılmıştır.

Yapılan çalışmanın sonuçları incelendiğinde, ebeveynlerin kaygı düzeyleri ile okul öncesi çocuklarının kaygı düzeyleri arasında yüksek derecede pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < .05$; $r: .55$). Ebeveynlerin yaşam doyum düzeyleri ile okul öncesi çocuklarının kaygı düzeyleri arasında düşük düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p < .05$; $r = -.26$). Araştırmanın diğer hipotezlerinden olan Covid-19 nedeni ile çalışma koşulları değişerek evden çalışan ebeveynlerin yaşam doyum düzeyleri ile çalışma koşulları değişmeyerek işyerinden çalışan ebeveynlerin yaşam doyum düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($t(198) = .82$, $p > .05$). Benzer biçimde Covid-19 nedeni ile çalışma koşulları değişerek evden çalışan ebeveynlerin kaygı düzeyleri ile çalışma koşulları değişmeyerek işyerinden çalışan ebeveynlerin kaygı düzeyleri arasında istatistiksel anlamda bir ilişki saptanmamıştır ($t(198) = .03$, $p > .05$). Çalışma sonucu göz önüne alındığında, ebeveynlerin kaygı ve yaşam doyum düzeylerinin çocuklarının kaygı düzeyleri üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Ancak evden/işyerinden çalışma durumunun kaygı ve yaşam doyum üzerine anlamlı bir sonuca ulaşılamamıştır. Bu nedenle bu konu ile ilgili farklı popülasyonlarda ve ülkelerde çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Pandemi, Yaşam Doyum Düzeyi, Yetişkin Kaygısı, Çocuk Kaygısı

**INVESTIGATION THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LIFE
SATISFACTION AND ANXIETY LEVELS OF PARENTS AND
ANXIETY LEVEL OF THEIR CHILDREN THROUGH COVID-19
PANDEMIC PROCESS**

ABSTRACT

The main purpose of this study is to examine the difference between life satisfaction and anxiety levels of parents working at home or at work during the Covid-19 pandemic process and to examine the relationship between these two variables and the anxiety level of preschool children (aged 3-6). Personal data such as age, education, occupation, economic competence, number of children and working status from home or workplace of the participants were determined using the sociodemographic information form prepared by the researcher. The "Life Satisfaction Scale" was used to determine the life satisfaction levels of the parents, the "Beck Anxiety Scale" to determine the anxiety levels, and the "Preschool Anxiety Scale" to determine the anxiety levels of their children. These scales were brought to the families of children attending pre-school education institutions affiliated to İzmir Provincial Directorate between 01/02 / 2021-15 / 03/2021, but were applied online to parents living in different cities. A total of 200 people participated in the study (50 female working from home - 50 female working from workplace - 50 male working from home - 50 male working from workplace). The data were collected by hand from the schools affiliated to Izmir Provincial Directorate, and for people living in different cities with the help of "Google Survey". The analysis of the data was performed using the SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 23 program.

When the results of the study were examined, a highly positive significant relationship was found between the anxiety levels of the parents and the anxiety levels of preschool children ($p < .05$; $r = .55$). There is a low-level negative and significant relationship between the life satisfaction levels of the parents and the anxiety levels of preschool children ($p < .05$; $r = -.26$). Due to Covid-19, one of the other hypotheses of the study, there was no statistically significant difference between the life satisfaction levels of the parents working from home and the life satisfaction levels of the parents working from the workplace ($t(198) = .82$, $p > .05$). Similarly, working conditions changed due to Covid-19 and the anxiety levels of the parents working from home did not change and the anxiety levels of the parents working from the workplace were not found statistically significant ($t(198) = .03$, $p > .05$). Considering the result of the study, it is seen that parents' anxiety and life satisfaction levels have an effect on their children's anxiety levels. However, a meaningful result could not be reached on the anxiety and life satisfaction of working from home / workplace. Therefore, it is recommended to conduct studies on this subject in different populations and countries.

Keywords: Pandemic, Life Satisfaction, Adult Anxiety, Child Anxiety

1.GİRİŞ

1.1 Problemin Tanımı ve Önemi

Virüs dünyada ilk olarak 165-180 yıllarında Roma İmparatorluğu'nda ortaya çıkmıştır. Bu dönemde kişiler virüs ile ilk defa Antoninus Vebası (Galen'in Vebası) ile tanışmıştır. Bu virüs günde iki bin kişinin ölmesine neden olmuş ve dünyanın ilk büyük salgınlarından biri olarak tarihe geçmiştir. Daha sonra Jüstinyen Vebası, Kara Veba, Tifüs Salgını, İspanyol Gribi ve AIDS dünyaya yayılan en büyük virüs salgınları arasında yer almaktadır.

Geçmiş yıllardaki virüsler gibi şimdilerde de Korona virüs adı ile de bilinen Covid19 tüm dünyada hızla yayılmakta ve çok sayıda insanın ölümüne neden olmaktadır. Covid 19 pandemisi olarak da bilinen koronavirüsü ilk defa mart 2003 yılında Çin'de görülen ve şiddetli akut solunum yetmezliğine neden olan bir virüstür. Tanım olarak pandemi 'tüm dünyaya yayılan, dünyayı etkisi altına alan salgın' anlamı taşımaktadır. İnsanlarda enfeksiyon yaratan korona virüsler Alfa ve Beta korona virüs cinsleri içerisinde yer almakta ve özellikle hayvanlardan insanlara bulaşarak, bulaştığı kişilerde yüksek ateş, öksürük, kas ağrısı, ishal, zor nefes alma şeklinde semptomları meydana getirmektedir. Virüs özellikle yakın temasta bulunan insanlar arasında epidemik salgınlar oluşturabilmektedir (Yücel ve Görmez, 2019). Yayılma hızı nedeni ile Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 12 Mart 2020 tarihinde Covid-19 enfeksiyonunu bir pandemi olarak ilan etmiştir. Covid-19 pandemisinde en yaygın görülen semptomlar arasında ateş, öksürük, yorgunluk yer alırken, daha seyrek semptomları ise ağrı, sızı, ishal, baş ağrısı, ciltte döküntü, itaat alma ve koku duyma gibi duyularının kaybı, ciddi semptomları ise solunum/nefes güçlüğü, nefes darlığı, göğüste meydana gelen ağrı, konuşma ve hareket kaybı gibi semptomlar yer almaktadır (Samancı, 2020). Başladığı günden bu yana Türkiye'de toplam vaka sayısı 2.556.837, toplam vefat sayısı 27.093'tür (Covid19.saglik.gov.tr). Dünyada ise toplam vaka sayısı 107.291.728, toplam vefat sayısı 151. 486.801' dir (WHO,2020).

Neredeyse bütün dünyayı etkileyen Covid-19 pandemisi hayatımızın her alanında uygulanması zorunlu değişikliklere neden olmuştur. Uluslararası uçuşlar iptal

edilmiş, toplu organizasyonlara sınırlamalar getirilmiş, sokağa çıkma yasakları uygulanmış, sosyal mesafe kuralları belirlenmiş, maske kullanımı olmadan dışarıda bulunmak yasaklanmış, öğrenciler ile yüz yüze eğitime ara verilerek uzaktan eğitime geçilmiş, çoğu işyeri esnek çalışma saatlerini uygulayarak, evden çalışma uygulamasına geçilmiştir (Çölgeçen, & Çölgeçen, 2020). Salgının kişilerde yarattığı bedensel etkiler hayati önem taşıyor olsa da, kişilerde ortaya çıkarttığı psikolojik etkilerin tedavisinin çok daha uzun yıllar süreceği düşünülmektedir.

1.2 Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı, okul öncesi çocuğa sahip ve Covid-19 pandemisi nedeniyle çalışma koşulları değişerek evden çalışan ve çalışma koşullarında herhangi bir değişiklik olmaksızın işyerinden çalışan ebeveynlerin kaygı düzeyleri, yaşam doyum düzeyleri arasındaki farkın ve bu iki değişkenin yüksek veya düşük çıkmasının çocuğun kaygı düzeyi ile ilişkisinin incelenmesidir.

1.3 Araştırmanın Hipotezleri

“Ebeveynlerin kaygı ve yaşam doyum düzeyleri ile çocuklarının kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?”

Temel Hipotez:

Ebeveynlerin kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında pozitif ilişki vardır.

Ebeveynlerin yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında negatif ilişki vardır.

H1: Covid-19 nedeni ile çalışma koşullarında yaşanan değişiklik ebeveynlerin yaşam doyum düzeyini etkiler.

H2: Covid-19 nedeni ile çalışma koşullarında yaşanan değişiklik ebeveynlerin kaygı düzeyini etkiler.

H3: Covid-19 nedeni ile çalışma koşulları değişerek evden çalışan ebeveynlerin kaygı düzeyi daha düşüktür.

H4: Covid-19 nedeni ile çalışma koşulları değişerek evden çalışan ebeveynlerin yaşam doyum düzeyi daha düşüktür.

2. GENEL BİLGİLER

2.1 Covid-19 Pandemisi İle İlgili Genel Bilgiler

Yunanca bir kelime olan pandemi ‘herkes’ anlamı taşımaktadır. Pandemi kelimesi, bir ülkenin tamamını kapsama veya bütün dünyayı kapsama anlamında kullanılmaktadır (Honigsbaum, 2009). En temel tanım olarak kabul edilebilecek, Dünya Sağlık Örgütü’nün tanımına göre ise pandemi, dünyada eşzamanlı ortaya çıkan ve pek çok insanın sağlığını tehdit eden bulaşıcı hastalık olarak tanımlanmaktadır (DSÖ, 2020). Bir virüsün pandemi olarak kabul edilebilmesi için, geniş bir coğrafi bölgeye yayılmış olması, bir bölgeden diğer bölgeye bulaşması, ölümcül etkilere sahip olması ve hızlı bir biçimde yayılıyor olması gibi özellikleri karşılıyor olması gerekmektedir (Rewar, Mirdha, & Rewar, 2015).

Uzun yıllardır meydana gelen ve tüm dünyayı etkisi altına alan virüsler incelendiğinde, sosyal, ekonomik ve psikolojik gibi pek çok alanı olumsuz yönde etkilemektedir (Davies, 2013).

2.1.1 Covid-19 pandemisi ve ruh sağlığı

Yapılan araştırmalar pek çok hastalıkta olduğu gibi korona virüsün de sağlığa olan olumsuz etkilerinin yanında psikolojik sorunlara da yol açtığını göstermektedir. Ancak Covid-19 pandemisinin yayılma hızı ve yaşamı tehdit eden yönü sebebiyle bu virüse yakalanan kişilerin tedavisine odaklanılmış ve hastalığın sebep olduğu psikolojik yıpranma nispeten ihmal edilmiştir. Ancak virüsün yaşamı tehdit eden özelliği nedeniyle kişiler yoğun korku ve anksiyete duymaktadır. Özellikle virüs ile ilgili medyada sıklıkla yapılan haberler, her geçen gün artan vaka sayıları, kişilerin alışık olduğu gündelik yaşam düzenlerinin tamamen değişmesi, yaşanan belirsizlik süreci, aşı ile ilgili yeterli bilginin verilmemesi, getirilen aşuların sayısı hakkındaki belirsizlikler ve hastalığın henüz tedavisinin bulunamaması kişilerin stres düzeyini artırmakta bunun sonucunda da aile çatışmaları, fobiler, uyku sorunları, beslenme sorunları, intihar girişimleri, obsesif düşünceler ve kompulsif davranışlar ortaya çıkmaktadır (Görkem ve Ünal, 2020). 2020 pandemi sürecinde Çin’de yapılan bir

çalışmada Covid-19 ile enfekte olmuş kişilerde yüksek depresyon, anksiyete, yeme ve uyku sorunları, travma sonrası stres bozukluğu gibi bulgulara rastlanmıştır (Lai, et al., 2020). Virüsün neden olduğu bütün bu sorunlar kişide içsel çatışmalar ve duygusal sorunlar yaratmaktadır. Yaşanan bu çatışma ve sorunlarda kişinin psikolojik denge durumunu korumak için savunma mekanizmaları devreye girmektedir.

2.1.2 Covid-19 pandemisinin yetişkinler üzerindeki etkileri

Kişilerin alışkın oldukları rutinin dışına çıkılması, pandemi nedeniyle getirilen yasaklar ve sınırlamalar her yaştan bireyi olumsuz olarak etkilemiş ve bu durumun sonrasında uzun vadeli ruhsal sıkıntılara neden olacağı düşünülmektedir. Kişilerin yaşamlarının pek çok alanında farklılaşmalar olmuş, bu farklılıklardan en belirgin olanı okul ve işyerlerinin ev ortamından yürütülebilme imkanının sunulmasıdır. Bu yönüyle salgın kişilerin eğitim ve iş yapma biçimlerinde köklü değişikliklere neden olan yeni bir döneme kapıların açılmasını sağlamıştır. Salgının neden olduğu bu zorunlu sosyal izolasyon kişilerin eve kapanmalarına, buna bağlı olarak da yalnızlık duygusunun artmasına neden olmuştur (Bozkurt, Zeybek, & Aşkın, 2020).

Bu yönüyle bakıldığında, Covid-19 pandemisi kişilerin yalnızca fiziksel sağlığını olumsuz etkilemekle kalmamış, bunun yanı sıra enfekte olan ya da enfekte olmamış bireyleri de psikolojik açıdan olumsuz yönde etkilemektedir. Virüsün psikolojik açıdan olumsuz etkilerinin en yaygın görüldüğü alan olarak, her kültürün kendi açısından önem verdiği ve farklı ritüellerle gerçekleştirdikleri kültürel ve dini açıdan önemli bir yere sahip olan cenaze törenlerinin yapılış şeklinin değişmesi olarak düşünülebilir. Özellikle Türk kültüründe ölüm olgusu geniş bir yer işgal etmektedir. Ölüm anı ile ilgili inançlar ve bu inançlara bağlı olarak gerçekleştirilen uygulamalar pandemi nedeniyle gerçekleştirilemez duruma gelmiştir (Ersoy, 2002). Pandemi nedeniyle bu ritüellerin gerçekleştirilememesi, kişilerde görevlerini yerine getiremedikleri duygusu yarattığından suçluluk hissetmelerine ve yaşadıkları bu süreci daha zor atlatmalarına neden olmaktadır.

Cenaze törenlerinde gerçekleştirilen ritüellerin yanı sıra, Covid-19 pandemi süreci boyunca kişilere “evde kal” çağrısı yapılmış ve kişiler sosyal açıdan birbirlerinden uzaklaştırılmıştır. Kişiler arasında gerçekleşen sosyal ilişkilerin psikolojik iyi oluş açısından önem taşıdığı yapılan araştırmalarca kanıtlanmıştır (Holt-Lunstad, 2017).

İnsanın doğduğu andan itibaren sosyal bir varlık olduğu göz önünde bulundurulursa, kişilerin fiziksel, zihinsel ve duygusal iyi oluşları için diğer bireyler ile kurdukları sosyal ilişkiler büyük önem taşımaktadır (Akın, 2019). Covid-19 pandemisi sürecinde yapılan bu evde kal çağrısı, kişilerde depresyon, kaygı bozukluğu, panik bozukluğu, okb ve tüm bunların yanı sıra finansal olarak da endişeye neden olmuştur (Savaş,2017).

2.1.3 Covid-19 pandemisinin çocuklar üzerindeki etkileri

Erikson bireylerin bilişsel, davranışsal ve ahlaki olgunlaşmasında diğer bireyler ile yüz yüze gelmesi, iletişim içerisinde olması ve onlarla yaşadığı çatışmaların etkili olduğunu ileri sürmektedir (McLeod, 2013). Kişilerin fizyolojik ihtiyaçlarının yanı sıra gidermek durumunda oldukları duygusal ve sosyal gereksinimleri de vardır. Bu gereksinimlerin giderilebilmesi için çevre ile iletişim halinde olmak gerekmektedir (Yüksel,1999). Bu iletişim çocuklar için de oldukça önemlidir. Çocuklar bu iletişim sayesinde duygu, düşünce ve isteklerini başkalarına aktarırlar. 0-6 yaş öğrenmenin en yoğun olduğu dönemdir. Bu nedenle özellikle bu yaş dönemindeki çocukların yaşamlarında aile, okul ve çevre oldukça önemli yer tutmaktadır.

Çocuklar aile, okul ve akranları ile olan iletişimleri sayesinde gelişim gösterirler ve toplumun diğer üyeleri tarafından kabul edilirler. Her kültürün benimsemiş olduğu belirli tutum ve kurallar mevcuttur ve her yaş düzeyindeki bireylerin kendi dönemleri ile orantılı olarak bunlara uyum sağlaması beklenmektedir. Bunlardan biri de sosyal becerilerdir. Sosyal beceriler sayesinde bireyler yaşadıkları sosyal ortamlarda kabul görürler ve diğer bireyler ile olumlu ilişkiler kurarlar (Çubukçu, & Gültekin, 2006). Çocuklar sahip oldukları sosyal beceriler sayesinde sağlıklı ilişkiler kurar ve sürdürürler. Çocuğun küçük yaşlardan itibaren kurduğu bu olumlu ilişkiler gelecek yaşamı için de oldukça önemli bir yer tutmaktadır. Sosyal becerinin gelişimine katkı sağlayan en etkin kurum şüphesiz okullardır. Çocuklar okulda yalnızca akademik becerileri almamakta aynı zamanda doğal ve olağan bir süreç içerisinde sosyal beceri de kazanmaktadırlar. Çocuklar okulda görmüş oldukları akademik eğitimin yanı sıra, drama, tiyatro çalışmaları, spor etkinlikleri, okul gezileri, sosyal okul kulüpleri, grup içi çalışmalar yapmakta ve akranları ile oynadıkları oyunlar sayesinde sosyal becerileri gelişmektedir. Ancak Covid-19 pandemisi nedeniyle çocuklar okula gidememekte ve eğitimler çevrimiçi olarak ilerlemektedir. Bu durum çocuk için çok

önemli bir yere sahip olan sosyal becerinin gelişimini olumsuz etkilemektedir (Samancı, & Ziya, 2017).

Teknolojinin gelişimiyle birlikte çocuklar erken yaşlardan itibaren teknoloji ile tanışmaktadır. Covid-19 öncesi aktif olarak okula gidebilen veya gün içerisinde herhangi bir saat kısıtlaması olmaksızın dışarıda vakit geçirebilen çocuklar pandemi nedeniyle eve kapanmak durumunda kalmıştır. Bu nedenle aileler çeşitli nedenlerle çocukları ile zaman geçirmekte zorlanmakta ve çareyi çocuklarına televizyon, telefon, tablet, bilgisayar gibi aletler vererek onların zaman geçirmelerini sağlamaktadır. Verilen bu teknolojik cihazlar, çocukları bilişsel, duygusal ve sosyal açıdan etkilemektedir (Tüzün, 2002). Yoğun olarak kullanılan bu teknolojik araçlar çocuklarda davranışsal bağımlılığa neden olmaktadır. Yoğun teknoloji kullanımı beyindeki ödül-ceza sistemini bozmakta ve kişide bağımlılığa neden olmaktadır (Arisoy, 2009). Bunun yanı sıra yoğun teknoloji kullanımı çocuklarda kas-iskelet sistemini olumsuz etkilemekte, dikkat sorunları, agresif davranışlar, uyku sorunları ve obezite gibi pek çok olumsuz durumun oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Çocuklar yemek, uyku, hareket veya sosyalleşme için ayırmaları gereken zamanı teknoloji kullanımı için ayırmakta ve bu bozuklukların oluşmasına neden olmaktadır. Bu bozuklukların yanı sıra, yoğun teknoloji kullanımı çocukların ileride oluşacak akademik yaşamlarına da zarar vermektedir. Teknoloji çocukların bilişsel işlevlerine de zarar vermekte, dikkat süreleri kısalmakta ve dağınıklık düzeyleri artmaktadır (Nathanson, Sharp, Alade, Rasmussen, &Christy, 2013). Ayrıca yoğun teknoloji kullanımı nedeniyle çocukların dil gelişiminde gecikme olmakta, teknolojik aletler karşısında uzun süre hareketsiz kalan çocukların büyük ve küçük kas grupları, el-göz koordinasyonları, ince ve kaba motor gelişimleri aksamaktadır (Mustafaoğlu, Zirek, Yasacı, & Ozdinçler, 2018).

Covid-19 pandemisine olan yaklaşım ülkeler ve kişiler arasında farklılıklar gösterse de ölüm sayılarının giderek artması, hatta daha öncesinde işyerinde çalışan çoğu kişinin ev ortamında çalışmaya başlamasıyla, kişiler alışık oldukları rutinin dışına çıkmış ve bu durum onların kaygı ve yaşam doyum düzeylerinde farklılıkların oluşmasına neden olmaktadır. Evden çalışan bir grup kişinin kaygı düzeyi artarken, bir grubun azalmaktadır. Benzer biçimde evden çalışan bir grup kişinin yaşam doyum düzeyinde artış gözlemlenirken bir grup kişide azalma söz konusudur. Kişilerin sahip oldukları bu kaygı ve yaşam doyum düzeyleri çocukları ile olan

ilişkilerine yansımakta ve çocuklarının kaygı seviyeleri ebeveynlerin kaygı ve yaşam doyum düzeylerine bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir (Kermen, Tosun, & Doğan, 2016).

Bu çalışmada okul öncesi çocuğa sahip ve Covid-19 nedeniyle evden çalışan ve çalışma koşulları değişmeyerek işyerinden çalışmaya devam eden ebeveynlerin kaygı düzeyleri, bu kişilerin yaşam doyum düzeyleri ve bu iki değişken ile çocuğun kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Literatür taraması yapıldığında, ebeveynin kaygı düzeyinin çocuğun kaygı düzeyi üzerindeki etkisi, ebeveynin yaşam doyum düzeyinin çocuğun kaygı düzeyi ile ilişkisine dair pek çok çalışma yer almakta, ancak Covid-19 tüm dünyadaki bireyler için yeni bir durum olduğu ve pek çok kişinin çalışma biçiminde değişikliğe yol açması nedeniyle bu kişilerin kaygı ve yaşam doyum düzeyi ile ilişkisine dair pek fazla çalışma yer almamaktadır. Bu anlamda bu yürütülecek olan çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ebeveynlerin sahip olduğu bu iki değişkenin okul öncesi çocuğun kaygı düzeyine etkisi merak konusu olmakta ve bu çalışma konusunun seçilmesinde önemli bir rol oynamaktadır.

2.2. Yaşam Doyumu İle İlgili Genel Bilgiler

Doyum, eldekenden hoşnut olma durumu, bunlarla yetinme, beklentilerin, isteklerin ve gereksinimlerin karşılanması olarak tanımlanabilir. Yaşam doyumunu ise, kişinin sosyal ilişkiler, iş yaşamı, sağlığı veya kazancı gibi konularda kendisini değerlendirmesidir. Başka bir tanımla yaşam doyumunu, kişinin yaşamdan beklentileri ile sahip olduklarını karşılaştırması sonucunda elde edilen durumdur (Özer, & Karabulut, 2003). Yaşam doyumunu tek ya da belirli bir duruma bağlı olan doyum değil, tüm yaşantıyı kapsayan doyumunu ifade etmektedir.

Yaşam doyumunu kavramı 1961 yılında Neugarten, Havighurst ve Tobin (1961) tarafından ele alınmıştır. Neugarten yaşam doyumunu kişinin ne istediği ve neye sahip olduğunu karşılaştırması sonucu elde edilen durum olarak tanımlamıştır. Başka bir tanımda yaşam doyumunu, kişinin kendi yaşamı hakkında var olan bilişsel değerlendirmesi olarak tanımlanmıştır (Diener, 2009). Vara ise yaşam doyumunun kişinin tüm yaşamını içerisine aldığı ve bu kavramın kişinin içinde olduğu gerçek durum ile beklentileri arasında var olan ilişki olarak açıklamaktadır (Vara, 1999). Bireylerin beklentileri karşılandığında yaşam doyumları yüksek, karşılanmadığı

durumlarda ise yaşam doyumlarının düşük olduğu görülmektedir (Diener, 2000). Yapılan bütün bu tanımlamaların özeti olarak, en genel anlamda yaşam doyumunu, kişinin kendi yaşamının kalitesini ve verimliliğini derecelendirme durumu olarak tanımlanabilir. Yaşam doyumunu kavramı, kişinin yaşamına ilişkin olumlu yönleri ifade eder (Kaba, Erol, & Güç, 2018).

Yurtdışında yetişkin bireyler üzerinde yapılan çalışmalarda yaşam doyumuna ilişkin pek çok farklı ölçüm aracı kullanılmasına rağmen ülkemizde yapılan pek çok çalışmada Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen ve Köker (1991) ve Yetim (1993) tarafından Türkçe'ye uyarlanması yapılan Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmaktadır. Yapılan pek çok farklı çalışmada yaşam doyumunu kavramı mutluluk ile ilişkilendirilmiş, kişinin sahip olduğu mutluluk düzeyi ile var olan yaşam doyumunu düzeyi arasında doğru ilişki olduğu ileri sürülmüştür (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). Yaşam doyumunu kavramına ilişkin hazırlanan ölçekler kullanılarak yurtiçi ve yurtdışında yapılan çalışmalara bakıldığında, kişilerin yaşam doyum düzeylerini etkileyen pek çok farklı etken bulunmaktadır. Kişinin fiziksel ve psikolojik iyi olma durumu, sosyal hayatı, sahip olduğu iletişim becerileri, gelir düzeyi, sahip olduğu imkanlar, aldığı eğitim veya mesleğinden tatmin olma gibi pek çok faktör kişilerin yaşam doyum düzeyleri üzerinde farklı oranlarda etkiye sahiptir. Kişi verilen bu maddelerin pek çoğunu olumlu yönde karşılıyorsa yaşam doyum düzeyi yüksek, karşılamıyorsa yaşam doyum düzeyinin düşük olduğu görülmektedir (Dağlı, & Baysal, 2016).

2.2.1 Yaşam doyumunu etkileyen faktörler

Kişiler kendi yaşamlarına ilişkin olumlu ve olumsuz değerlendirmeler yaparlar. Bu değerlendirmenin yapılmasında içerisinde buldukları yaşam standartları ve bu standartların onlar açısından yeterliliği büyük önem taşımaktadır. Kişinin kendi yaşamını ilişkin olumlu değerlendirmeleri olumsuz değerlendirmelerine kıyasla fazlaysa, yaşam kalitesi yüksek olarak düşünülebilir (Myers, & Diener, 1995). Yaşam doyumunu etkileyen faktörler üzerine pek çok farklı görüş mevcuttur. Khako (2004) yaşam doyumunu etkileyen faktörler arasında özgürlük, demokrasi, aktiflik, kendi hayatını kontrol edebilme gücü, aile hayatı, arkadaş çevresi, evli olmak, güvenli bir yerde yaşam sürme durumunu verirken, Appleton ve Song (2008), kişinin gelir düzeyi, mesleği, sahip olduğu imkanları, refah koşulları, yaşadığı ülkedeki

devlet politikası, çevresi, ailesi ve sosyal ilişkileri gibi yaşam doyumunu etkileyen altı faktörün olduğunu savunmuştur. Başka bir çalışmada ise, yaşam doyumunu etkileyen faktörler olarak ekonomi, fiziksel sağlık, yaşama yüklenen anlamlar, bireysel kimlik, sosyal ilişkiler, rutin hayattan alınan mutluluk verilmiştir (Diener, 1984).

2.2.1.1 Sağlık

Dünya Sağlık Örgütüne göre sağlık, bireyin yalnızca belirli hastalıklarının veya rahatsızlıklarının olmayışı değil, kişinin fizyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan bütün olarak iyi olma halidir (WHO, 2006). Sağlık, kişinin yaşamı boyunca fiziksel, zihinsel ve sosyal zorluklar ile başa çıkabilme yeteneği olarak tanımlanabilir (Huber, Knottnerus, Green, Horst, & Smith, 2011). Kişinin sağlığı üzerinde yaşam tarzı, çevresel ve biyomedikal faktörler etkilidir. Yaşam tarzı kişinin hastalığa sebep olan veya katkısı bulunan kişisel yaşam tarzının tümü olarak tanımlanırken, çevresel faktörler kişinin hastalığı üzerinde az oranda kontrol sahibi olduğu ya da hiç olmadığı faktörlerken, biyomedikal ise, kişinin fiziksel ve zihinsel sağlığında kalıtsal, genetik yapısının etkisidir (Lalonde, 1974). Yaşam tarzı terimi üzerinde çalışan Alameda Bölge Çalışması'ndan elde edilen verilere göre, yeterince uyku ve egzersiz yapmak, sağlıklı besinler tüketmek, alkol ve sigara kullanım miktarını sınırlandırmak ve gerekli vücut ağırlığını korumaya almak kişinin yaşam tarzının iyileştirilmesine yarayan etmenlerdir. Çevresel faktörler de kişinin sağlığı üzerinde önemli etkiye sahip bir diğer etmenddir. Çevresel faktörler, doğal çevre, inşa edilmiş çevre ve sosyal çevreyi içermektedir. Biyomedikal faktör ise, bireyin sağlık durumunda kalıtsal özellikleri içerir. Genetik faktörler, fizyolojik hastalıklar üzerinde önemli bir etkiye sahipken, psikolojik rahatsızlıklarda da büyük etkisi vardır (Kantola, Barath, Nazir, & Andre, 2016). Dünya sağlık örgütü zihinsel sağlığı, bireyde yalnızca akıl hastalığının yokluğu değil, aynı zamanda kişinin kendi yeteneklerini yerine getirebildiği, üretken bir biçimde topluma katkıda bulunabileceği ve yaşamdaki stres etmenleri ile başa çıkabileceği iyilik hali olarak tanımlamaktadır (WHO, 2005). Şüphesiz hem fizyolojik hem kalıtsal hem de psikolojik rahatsızlıkların tümü kişilerin yaşam doyum düzeyi üzerinde olumsuz etkiye sahiptir. Kişi aile hayatında, sosyal hayatında ya da iş alanında yaşamından tatmin olsa dahi herhangi bir sağlık probleminde yaşam doyum düzeyinin düştüğü yapılan çalışmalarca kanıtlanmıştır. Çünkü yaşam doyumunu kişinin yaşamına ilişkin

tek bir alanı kapsamayıp, tüm yaşantıyı kapsayan doyumunu ifade eder (Özer, & Karabulut, 2003). Kişinin sağlığının birincil önemi göz önüne alındığında, sağlık alanında yaşadığı sorunların tümünün yaşam doyum düzeyini önemli derecede etkilediği yadsınamaz bir gerçektir.

2.2.1.2 İhtiyaçlar

Yapılan bir çalışmada “Maslow’un İhtiyaçlar Hiyerarşisi” ele alınarak yaşam doyumunu kavramı açıklanmıştır. Maslow İhtiyaçlar Hiyerarşisi’ni beş basamakta açıklamış ve kişinin bir üst seviyeye geçebilmesi için bir alt seviyedeki ihtiyaçlarının karşılanmak zorunda olduğunu belirtmiştir. İhtiyaçlar Hiyerarşisi’ne göre kişiler yaşamlarında kendileri için hedefler belirler ve bu hedeflere ulaşabilme yönünde yaşamlarını sürdürürler (Maslow, 1943).

Maslow’un bu teorisine göre en alt basamakta, kişinin yeme, içme, uyuma, barınma gibi temel ihtiyaçlar yer alırken, ikinci basamakta bireyin güvenlik ihtiyacı yer almaktadır. Üçüncü basamakta, birilerini sevme veya sevilme, bir yere ait olma gibi sevgi ve aidiyet içeren ihtiyaçlar yer alırken dördüncü basamakta bireyin başarıya, saygı görme gibi ihtiyaçları yer alır. Beşinci ve son basamakta ise, kişinin kendi kapasitesinin farkına varması ve bu yönde davranışlar sergilemesi yani kişinin kendini gerçekleştirme ihtiyacı yer almaktadır (Kula, & Çakar, 2015).

İlk adım olarak, fizyolojik ihtiyaçlar düşünüldüğünde, fizyolojik ihtiyaçlar olarak adlandırılan ilk basamak her birey için doğumıyla başlayıp yaşamı boyunca süren ve karşılanması gereken en temel ihtiyaçtır. Dünya üzerinde açlık ve yoksulluk seviyesinde olup bu en temel ihtiyaçlarını karşılayamayan pek çok insan bulunmaktadır. Herkes için en temel ihtiyaç olarak nitelendirilen bu ilk basamak sağlıklı bir biçimde karşılanabiliyorsa, kişilerin yaşam doyum düzeylerinde olumlu bir etki yarattığı düşünülebilir. Benzer biçimde ikinci basamak olarak nitelendirilen, güvenlik basamağının da yaşam doyum düzeyi için önemli olduğu bilinmektedir. Çünkü güvenlik kaygısı yaşayan bir kimse bir üst basamağa geçemez. Ülkesinde terör, savaş gibi olumsuz durumların yaşandığı kişiler düşünüldüğünde bu kimseler, yaşadıkları yerin maddi olarak en güçlü insanları arasında yer alsalar da bütün varlıklarını orada bırakıp başka ülkelere göç etmişlerdir. Aslında fiziksel açıdan pek çok imkana sahip oldukları düşünülen bu kişiler, güvenlik açısından kendilerini mutlu hissetmemekte ve bu bölgelerden uzaklaşmaktadırlar. Bu durumda kişilerin

hayatında güven duygusunun ne denli önemli olduğunu göstermektedir. Tıp ki bu iki temel basamak gibi kalan üç basamağı da kişinin sağlıklı biçimde tamamlaması, yaşam doyumu açısından önemli bir yer tutmaktadır. Ancak yapılan çalışmalar kişilerin fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçlarının yaşam doyum düzeyinde en etkili faktörler olduklarını göstermektedir. En temel basamak olan fizyolojik ihtiyaçların yeterli düzeyde karşılanamadığı durumlarda kişilerin yaşam doyumu sağlayamayacakları, ikinci basamak olan güvenlik ihtiyacında kişilerin polise ve adalete güven duymaları, yaşadıkları ülkelerin demokrasi ile yönetilen ve insan haklarına önem verilen toplumlarda yaşam doyum düzeyinin daha yüksek olduğu yapılan çalışmalarca gösterilmiştir (Ömeroğlu, 2012).

Tıpkı Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisinde olduğu gibi Murray da ihtiyaçların bir önceliği olduğunu kabul etmiş ve karşılanması acil olan ihtiyaçların yaşam doyum düzeyine daha fazla etkili olduğunu savunmuştur (Murray, 1938). Murray, uyuma, özerklik, saldırganlık, başarı ve yakınlık gibi 20 farklı ihtiyaç tanımlamış ve iki veya daha çok ihtiyacın çatışması durumunda en temel ihtiyacın karşılanacağını belirtmiş, karşılanamaması durumunda ise, kişinin yaşam doyum düzeyinin düşük olacağını söylemiştir.

İhtiyaçlar alanı ile ilgilenen bir başka kuramcı Glasser, insanların tamamında varlığına inandığı 5 temel ihtiyacı tanımlamıştır. Hayatta kalma, ait olma, güç, özgürlük ve eğlenme olarak tanımladığı bu 5 temel ihtiyacın bir şekilde karşılanamaması gerektiği, karşılanamadıkları durumlarda ihtiyaçlar arasında çatışma olduğu ve bu çatışmanın da kişinin yaşam doyum düzeyini olumsuz yöne etkileyebileceğini savunmuştur (Rapport, 2007).

2.2.1.3 Yaş

Bireylerin içerisinde buldukları yaş ile yaşam doyum düzeyleri arasında doğrudan ilişki olduğunu gösteren pek çok çalışma mevcuttur. Yapılan bir çalışmada 12-17 yaş aralığında bulunan kişilerin yaşam doyum düzeyleri araştırılmış ve kişilerin yaşı arttıkça yaşam doyum düzeylerinin düştüğü görülmüştür (Goldfarb, & Menachemi, 2015). Benzer biçimde başka bir çalışmada, 6-9. Sınıf öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri araştırılmış ve sınıf düzeyi ilerledikçe kişilerin yaşam doyum puanlarının düştüğü görülmüştür (Taylor, Baranowski, & Young, 1998). Bu yaş düzeyinde olduğu gibi, yetişkin bireyler arasında da yaş ile yaşam doyumu arasındaki ilişki

incelenmiş ve kişilerin yaşı arttıkça yaşam doyum düzeylerinin düştüğü görülmüştür. Yapılan çalışmalarda bunda en büyük etkiye sahip faktörün yetişkinlikle beraber artan kronik rahatsızlıklar, kişilerin etkinlik düzeylerinin düşmesi, kişinin fiziksel ve bilişsel fonksiyonlarının gerilemesi, üretkenliğin, cinsel yaşamın azalması gibi faktörlerin etkili olduğu düşünülmektedir (Aksüllü, & Doğan, 2004)

2.2.1.4 Cinsiyet

Yaşam doyumunu etkileyen pek çok faktör arasında genetik faktörler, demografik faktörler ve amaçlı etkinlikler gibi pek çok faktör yer almaktadır. Demografik faktörleri yaş, cinsiyet, eğitim gibi değişkenler oluşturmak ve bu demografik faktörlerin kişilerin yaşam doyum düzeyinde %10 oranında bir etkiye sahip olduğu savunulmaktadır (Lyubomirsky, 2001).

Özellikle Batı ülkelerinde yapılan pek çok çalışma incelendiğinde, kişilerin cinsiyeti ile yaşam doyum düzeyleri incelenmiş ve bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yapılan çalışmalardan bazıları cinsiyet ile yaşam doyum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulamazken, bazı çalışmalar cinsiyetin yaşam doyum düzeyi üzerinde etkili olduğunu savunmaktadır (Fujita, 1991). Makinson (2002) yapmış olduğu çalışmada, kadınların ruh sağlığı, genel sağlık durumu, cinsel doyum gibi konularda daha iyi olduklarını ve bundan hareketle yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğunu saptamıştır. Benzer biçimde Reisoğlu (2017), cinsiyet ve yaşam doyum düzeyi değişkenlerini araştırdığı çalışmasında, kadınların yaşam doyum düzeylerinin erkeklerin yaşam doyum düzeylerinden daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Avşaroğlu (2005) ise yapmış olduğu çalışmasında, erkeklerin yaşam doyum düzeylerini kadınlara kıyasla daha yüksek bulmuştur. Ancak hem ülkemizde hem de dünyada cinsiyet ile yaşam doyum düzeyi arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalar oldukça sınırlıdır.

2.2.1.5 İlişki doyumu

Kişilerin mutlulukları üzerinde nelerin etkili olduğu araştırılan bir çalışmada, çalışmaya katılan bireyler mutlulukları üzerinde kurdukları ilişkilerin etkili olduğunu belirtmiştir (Myers, & Diener, 2018). Yani kişilerarası kurulan ilişkiler bireyler için oldukça önemli bir yer tutmaktadır. Bu kişilerarası ilişkilerin içinde romantik ilişkiler de yer almaktadır. Romantik ilişkiler üzerine pek çok çalışma yapılmış ve romantik ilişkilerin başka değişkenlere olan etkileri araştırılmıştır. Bunlardan biri de yaşam

doyumudur (Furman, & Shaffer, 2003). Romantik ilişkiler, kişilerin ‘aşk, bağlanma, duygusal destek’ gibi değişkenlerini kapsar ve kişinin hayatını zenginleştirerek iyi olma durumuna katkı sağlar (Kalkan, & Yalçın, 2012). Başka bir tanımda romantik ilişki, kadın ve erkeğin aynı düzeyde ortak kabul ettiği ilişki türü olarak açıklanmaktadır (Collins, 2003). Erikson (1968), kişinin sağlıklı bir romantik ilişki içerisinde olmasının kişinin ruh sağlığı ve kuracağı diğer ilişkiler için oldukça etkili olduğunu belirtmiştir. Erikson’un ortaya koyduğu Psikososyal Gelişim Dönemleri’ne göre geç ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde kişinin aşması gereken kriz ‘yakınlığa karşı yalıtılmışlık krizidir. Eğer kişi bu krizle sağlıklı biçimde başa çıkamazsa yalıtılmışlık yaşar ve yalnız kalır.

Romantik ilişkilerin olumlu yönlerini değerlendiren kavram ilişki doyumu olarak adlandırılır. En temel tanımı ile ilişki doyumu, kişilerin içerisinde bulunduğu ilişkiyi değerlendirme biçimidir. Başka bir tanımla ilişki doyumu, kişinin ilişkiden beklentileri ile sürdürdüğü ilişki arasındaki uyumdur (Sabatelli, 1988). Rusbult (1983) ise ilişki doyumunu, bir ilişki için var olan olumlu duygular ve iki kişi arasındaki çekim olarak tanımlamıştır. İlişkisinde doyum aldıklarını belirten pek çok kişi, kendilerini daha sağlıklı ve mutlu hissettiklerini belirtmiştir.

Yakın ilişkiler içerisinde yer alan ve kişinin yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu düşünülen evlilik kavramını da pek çok faktör etkilemektedir. En temel tanımı ile evlilik doyumu, kişinin kendi evliliğine ilişkin oluşan olumlu ve olumsuz duygularının tümü olarak ifade edilebilir (Spainer, & Lewis, 1980). Çağ ve Yıldırım (2013), kişilerin evlilik doyumları üzerinde, eş desteği ve bundan sonra da cinsel yaşamlarından almış oldukları tatminin oldukça önemli olduğunu belirtmiştir. Araştırmacılar çok uzun yıllar boyunca evlilik faktörünün kişilerin yaşam doyum düzeyleri üzerindeki etkilerini araştırmış ve evli olma fikri bireyleri mutlu etse de, asıl önemli olanın evliliklerinden doyum alma düzeylerinin olduğunu belirtmişlerdir. Bunun yanı sıra evlilikleri başarısız giden bireyler kendilerini oldukça mutsuz hissettiklerini belirtmiş ve bu durum onların yaşam doyum düzeyleri üzerinde etkili olmuştur (Seligman, 2007). Yaşam doyumu üzerine etkili olan faktörler ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, evlilik doyumunun yaşam doyumunu ile doğru bir ilişkisi olduğu, yani evlilik doyumunun yaşam doyum düzeyini etkileyen önemli bir faktör olduğu görülmektedir (Celenk, & van de Vijver, 2013). Evlilik kavramı bütün kültürler için oldukça önemli bir yer tutmaktadır, bu nedenle evlilik ile ilgili yaşanan

problemler, bireyin çeşitli alanlarda sıkıntı yaşamasına neden olur. Bu açıdan bakıldığında da evlilik kurumundan alınan doyumun, kişinin yaşam doyumunu belirlemede öncelikli olarak yer alan değişkenler içinde olduğu söylenebilir (Sacco, & Phares, 2001).

2.2.1.6 Çocuk sahibi olma

En temel tanımı ile aile kavramı, anne, baba ve çocuktan oluşan toplumun en küçük birimi olarak bilinmektedir. Çocuklar, ebeveynlerinden aldıkları kalıtsal özelliklerin etkisi ile dünyaya gelir ve topluma uyum sağlamak için çalışır. Çocuğun aileye katılması, aile için en önemli geçiş aşamalarından birisidir. Anne ve babanın çocuk sahibi olmaya karar vermesinden başlayan bu süreç, çocuğun dünyaya gelmesi ile ev içerisinde yeni rutinlerin oluşmasına ve rollerin yeniden belirlenmesine neden olmaktadır. Bu nedenle anne ve baba oluşan bu yeni rol ve rutinelere uyum sağlamak durumundadır (Kazak, & Marvin, 1984). Çocuğun gelişimi için özellikle 0-6 yaş önemli yer tutmaktadır. Çocuk kendisini ifade etmeye ve duygu, düşüncelerini paylaşmaya yaşamlarının bu döneminde başlar. Çocuğun ileriki yaşamı için sağlıklı bir kişilik oluşturmasında, anne ve babası ile kurmuş olduğu ilişki oldukça önemli yer tutmaktadır (Yavuzer, 1993).

Çocuğun yaşamının ilk yıllarında anne ve babası ile kurduğu ilişki oldukça önemli olsa da, özellikle annesi ile kurmuş olduğu bağ ileriki yaşamı için oldukça etkilidir. Bu nedenle özellikle 0-6 yaş arası çocuğu olan annelerin yaşam doyum düzeylerinin yüksek olması oldukça önemli yer tutmaktadır. (Sabuncu, & Berkem, 2006). Özellikle son yıllarda kadınlar iş yaşamında daha aktif olarak yer almakta ve çalışan kadının sayısı gün geçtikçe artmaktadır. Bu durum beraberinde hem olumlu hem olumsuz etkilere neden olmaktadır. Çalışma hayatına giren kadın kendini daha güçlü ve yeterli hissetmiş böylece yaşam doyumunu düzeyi artmıştır. Bunun yanı sıra bazı kadınlar çalışma hayatının getirdiği sorumluluklar ile baş etmede zorlanmış ve toplumsal cinsiyet ile ilgili karmaşa yaşayarak yaşam doyum düzeyleri olumsuz etkilenmiştir. Bütün bunlar düşünüldüğünde çocuk sahibi olma ile kişilerin sahip oldukları yaşam doyum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamış, bu iki kavramın beraberinde çok sayıda değişken getirdiği göz önüne alınarak çalışmalar devam etmektedir.

Başka bir alan olarak incelenecek olursa, engelli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyum düzeylerini araştıran pek çok çalışma mevcuttur. Engelli çocuğa sahip olma durumu ebeveynlerde, şaşkınlık, suçluluk, öfke, çaresizlik gibi duygulara sebep olmaktadır. Çoğu ebeveyn çocuğunun engelli olduğunu kabul etmek istememekte ve bu durum onlarda hayal kırıklığına neden olmaktadır. Bu durumun tam olarak nedenini bilemedikleri için büyük endişe hissederler. Çocuklarının bu durumunu kabul etmeleri bazen birkaç ay sürerken, bazı aileler için bu durum birkaç yıl sürmektedir (Akkök, 1994). Bütün bunlar göz önüne alındığında, engelli çocuğa sahip olan ebeveynlerin yaşam doyumlarını içeren çok sayıda çalışma yapılmıştır. Acar'ın (2009) çalışmasında, engelli çocuğa sahip olan bireylerin yaşam doyum düzeyleri ve umutsuzluk düzeyleri araştırılmış, bu iki kavram üzerinde gelir düzeyi, eğitim düzeyi, ebeveynleri yaşı gibi farklı değişkenlerin de etkili olduğu görülmüştür. Yapılan başka bir çalışmada, 3-6 yaş gelişim geriliğine sahip çocuğu olan ebeveynlerin yaşam doyum düzeyleri araştırılmıştır. Bunun için 121 tane gelişim geriliği olan ve 60 tane sağlıklı çocuğu olan anne seçilmiş, araştırmanın sonunda annelerin yaşam doyum puanı ve suçlu hissetme puanları ile gelişim geriliğine sahip olan ya da sağlıklı çocuğa sahip olma durumu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür (Şener, 2017). Yapılan başka bir çalışmada ise, engelli çocuğu olan ebeveynlerin, sosyal ilişkilerden kaçındıkları, çocukları hakkında gerçekçi olmayan beklentiler içine girdikleri savunulmuştur (Küçükler, 1993). Engelli bir çocuğa sahip olan ebeveynler kendilerini çocuklarına bağımlı hissetmekte ve çocuklarına yönelik gelecek kaygısı taşımaktadırlar. Bu durum pek çok ebeveynde depresyonun oluşmasına neden olmaktadır. Ebeveynler duygusal olarak kendilerini güçsüz hissederler ve durumu diğer ilişkilerine özellikle eşiyile olan ilişkisine yansıtarak, evlilik dinamiğinin bozulmasına sebep olurlar. Bütün bu durumlar kişinin yaşam doyum düzeyi üzerinde olumsuz etki yaratmaktadır.

Bütün bunların yanı sıra çocuğun cinsiyeti ve sahip olunan çocuk sayısı ile ebeveynlerinin yaşam doyum düzeyine ilişkin yapılmış olan çalışmalar da mevcuttur. Kimi çalışma çocuk sayısının artışının yaşam doyum düzeyi üzerinde olumsuz bir etki yarattığı görüşünü savunsa da bu iki değişken ile yaşam doyum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Kısacası çocuk sahibi olmak ile ilgili yapılan çalışmaların bir bölümü yaşam doyum düzeyi ile ilişki bulamazken, bir bölümü özellikle engelli çocuğa sahip olan

ebeveynlerin yaşam doyum düzeylerinin düşük olduğunu ortaya koymuştur (Cantez, & İyidoğan, 1990).

2.2.1.7 Eğitim düzeyi

Eğitim düzeyinin yaşam doyumuna üzerine etkisi konusunda çok fazla çalışma yapılmasına rağmen bu konuda pek çok farklı fikir mevcuttur. Bazı araştırmacılar eğitimin yaşam doyumuna üzerindeki etkisinin düşük olduğunu savunmaktadır. Bazıları ise, eğitim düzeyi arttıkça insanların yaşam doyumunun azaldığını belirtmektedir. Bu durumu da iş doyumuna ile bağdaştırmaktadırlar. Kişinin eğitim düzeyi arttıkça işten beklentileri de artmakta ve bu durum iş doyumuna olumsuz etkilediğinden yaşam doyum düzeyi üzerine de dolaylı olarak olumsuz bir etkiye sahiptir (Keser, 2005). Şener eğitim düzeyi, iş doyumuna ve yaşam doyumuna değişkenlerini kullanarak hemşireler üzerinde yapmış olduğu çalışmada, yüksek okul mezunu hemşirelerin iş doyum düzeylerini, lise mezunu hemşirelerden daha düşük bulmuş ve buna paralel olarak da yaşam doyum düzeylerini düşük görmüştür. Yani Şener'e göre eğitim düzeyi arttıkça kişilerin yaşam doyum düzeyleri azalmaktadır (Şener, 2002).

Plagnol ve Easterline (2008) ise yapmış oldukları çalışmada, yüksek eğitime sahip bireylerin isteklerini ve hayattan beklentilerini daha net olarak belirlemeleri ve aile hayatlarını daha başarılı ve mutlu sürdürebilmeleri nedeni ile yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğunu savunmaktadır. Benzer biçimde başka bir çalışmada da kişilerin eğitimi ile yaşam doyum düzeyi arasındaki ilişki incelenmiş ve eğitim düzeyi yüksek bireylerin yaşam doyum düzeylerinin diğer bireylerden daha yüksek olduğu görülmüştür (Torlak, & Yavuzçehre, 2008).

2.2.1.8 İş doyumuna

Mutlu olmak yani yaşam doyumuna kişinin yaşamında edindiği en önemli amaçları arasında yer almaktadır. Çalışan bireylerin gününün büyük bir bölümünü işyerinde geçirdiği düşünülürse, kişinin yaşamından memnun olması için, yaptığı işten doyum sağlaması gerekmektedir (Izgar, 2000). İş doyumuna başka bir deyişle iş tatmini Latince 'satis' kelimesinden gelmektedir ve en sade biçimi ile açıklamak gerekirse 'yeterli' anlamı taşır. İş doyumuna, kişinin yapmış olduğu işten duyduğu hoşnutluk ya da hoşnutsuzluk olarak tanımlanabilir (Davis, 1988). Başka bir tanıma göre iş doyumuna, kişinin yapmış olduğu işin ve bu doğrultuda kazandığı başarının kişinin

gereksinimlerini ve hayattan beklentilerini karşıladığını fark ettiği noktada kazanılır (Türk, 2007). Maslow ise iş doyumunu, kişinin ihtiyaçlarının doyurulması ile ilişkilendirmiştir. Kişinin tercih ettiği iş hayatı yalnızca onun ekonomik ihtiyaçlarını karşılamakla kalmayıp, bunun yanında sosyal ilişkilerini ve buna bağlı olarak ruhsal sağlığını da etkilemektedir (Aşık, 2017).

Kişinin bir işe sahip olmasının yanı sıra yapmış olduğu işten memnun olması da yaşam doyum düzeyini etkilemektedir. Campvelli ve arkadaşları (1976) tarafından yapılan bir çalışmada, kişilerin yaşam doyum düzeyleri iş esas alınarak incelenmiş ve çalışan bireylerin yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Akt., Yetim, 1991). Bunun yanı sıra çalışma koşullarının stresli oluşu, bireylerin baskı altında çalışması, maaşlarının zamanında yatmaması da yaşam doyum düzeylerini düşüren etmenler arasındadır (Tümkiye, Hamarta, Deniz, Çelik, & Aybek, 2008). Erdoğan (1999), kişilerin çalışırken kendi ihtiyaçlarını desteksiz biçimde karşılayabildikleri için olumlu hissettiklerini belirtmiş ve bu durumun kişinin motivasyonu üzerindeki etkisinden söz etmiştir.

Kişilerin günlük yaşamlarının büyük bölümünü iş hayatlarında geçirdikleri düşüncesini esas alarak, kişilerin iş hayatlarındaki doyum seviyeleri ile yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin bulunduğunu ifade eden pek çok çalışma mevcuttur. Bu çalışmalara göre eğer kişi iş yaşamından doyum sağlıyorsa yaşam doyum düzeyi yüksek, tam tersi olarak eğer kişi iş yaşamından doyum sağlayamıyorsa yaşam doyum düzeyi düşüktür. Başka bir çalışmada ise, kişilerin yaşam doyum düzeyleri ile iş doyumları arasında herhangi bir ilişkinin olmadığı belirtilmiştir (Uyguç, Arbak, Duygulu, & Çıraklar, 1998).

İş doyumunu kişisel olarak ele almayarak, işyerinin başarısı üzerine inceleme yapan pek çok çalışma mevcuttur. Yapılan çalışmada iş doyumunu ile başarı arasındaki ilişki incelenmiş ve iş doyumunu ile verimlilik arasında ilişkinin olduğu belirtilmiştir. Eğer çalışan kişiler başarılarının ödüllendirileceğinin farkında olurlarsa, daha çok çaba göstermekte bu şekilde de iş doyumları artmaktadır. Yani iş doyumunu iş başarısı üzerinde de oldukça önemli bir etkiye sahiptir (Erdoğan, 1999). Yapılan pek çok çalışmada kişilerin yaşam doyum düzeyleri ile iş doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin bulunduğu savunulmaktadır. Ancak, bazı çalışmalar iş doyumunun mu yaşam doyum düzeyini yoksa yaşam doyum düzeyinin mi iş doyumunu etkilediğini araştırmaktadır. Kişinin ailesinden ve sosyal yaşamından doyum sağlamış olması

onun verimliliği üzerinde olumlu etki yaratacağından yaşam doyumunun iş doyumunu etkilediğini söyleyen çalışmalar mevcuttur (Blood, & Hulin, 1967). Orpen (1978), ise yapmış olduğu çalışmada kişilerin işyerinde edindikleri alışkanlıkları iş dışında da sürdürdüklerini göz önüne alarak iş doyumunun yaşam doyumuna daha fazla etkisi olduğunu ileri sürer.

2.2.1.9 Evden/ işyerinden çalışma durumu

Tarihin ilk yıllarından itibaren farklı nedenlere dayalı olarak toplumlar sürekli olarak değişim sürecine girmişlerdir. Toplumların ekonomik, sosyal ve kültürel dinamiklerine bağlı olarak çalışma hayatında da değişimler yaşanmıştır (Paksoy, & Özbezek, 2013). Tüm dünyada her anlamda değişim yaşanmasına neden olan pandemi süreci pek çok alanda olduğu gibi iş yaşamında da köklü değişikliklere neden olmuştur. Pek çok işletme pandemi sürecinde ayakta kalabilmek için, dijital hayata uyum sağlamış ve pek çok kurum evden çalışma düzenine geçmiştir (Şen, & Batı, 2020). Evden çalışma, kişinin teknolojiyi kullanarak işinin bir bölümünü veya tamamını evden yürütme durumudur (Kavi, & Koçak, 2010). 1990'lı yılların başında uzaktan/evden çalışma şeklinin çok daha yaygınlaşacağı konuşulmuş olsa da çeşitli nedenlere bağlı olarak bu durum gerçekleştirilememiştir. Ancak 2020 yılında tüm dünyayı etkisi altına alan ve günümüzde devam eden Covid 19 salgının etkisi ile evden çalışma durumu hızlı bir biçimde yayılma göstermiştir (ILO, 2020).

Kişilerin hayatlarının önemli bir zaman dilimini işte geçirdiği düşünülürse, çalışma hayatında yaşanan kaygı, umutsuzluk, doyumsuzluk, isteksizlik, hayal kırıklığı gibi durumların bireyin genel yaşamına etki ettiği düşünülmektedir. Bu türde yaşanan olumsuzluklar kişinin diğer bireylerle olan ilişkisini, kendi fiziksel ve ruhsal sağlığını olumsuz etkilemektedir (Keser, 2005).

Evden çalışan bireylerin zamanlarını esnek kullanabilmeleri, yolda harcanan zamandan tasarruf etmeleri, aileleri ile daha fazla vakit geçirebilme imkanına sahip olmaları onlar üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir. Benzer biçimde işletme sahiplerinin de işyeri maliyetlerinin azalması, enerji tasarrufunun sağlanması ve bu bağlamda maddi giderlerin önemli düzeyde düşmesi psikolojik sıkıntılarının azalmasına neden olmaktadır (Kıdır, 2019). Sağlık faktörünün kişilerin yaşamında oldukça önemli olduğu göz önüne alınarak, evden çalışan bireylerin kalabalık alanlara girmeyerek, virüsün bulaşma riskinin düşmesi onlar için olumlu bir taraftır.

Ayrıca özellikle kadın çalışanlar için çocukları ile çok daha fazla zaman geçirme ve ilgilenme, çocuklarının eğitimine daha çok zaman ayırabilme gibi avantajlar sunmuş ve kişilerin yaşamdan aldıkları doyum düzeyini arttırmıştır (Akça, & Küçüköglü, 2020). Dengeleme modeline göre işyerinden çalışan bireyler sosyal hayata daha az vakit ayırabilmekte buna bağlı olarak da yaşam doyumları düşmektedir (Dikmen, 1995).

Birçok alanda olduğu gibi evden çalışma durumunun avantajlarının yanında dezavantajları da mevcuttur. Özellikle kadınların ev ve çocuk ile ilgili sorumlulukları, çalışma hayatı içerisine yüklenmiş bu da sorumluluklarında artış yaşanmasına neden olmuştur. Bunun yanı sıra evden çalışma durumu, kişilerin sosyal hayatını azaltmış, bu durum yalnızlığa ve sosyal becerilerin azalmasına, teknik aksaklıklara müdahale süresinin uzamasına, ev içerisinde sürekli birbirlerine maruz kalan aile üyelerinin çatışmalarının artmasına ve bütün bu nedenlere bağlı olarak kişilerin yaşadığı stres düzeyinin artışına neden olduğu belirtilmektedir (Kırcı, 2019). Evden çalışma durumunun her meslek grubu için elverişli olmayışı da bu çalışma durumunun bir diğer dezavantajıdır. Yöneticiler, akademisyenler, medya çalışanları, online satış yapan işletme çalışanları evden rahatlıkla çalışabilirken, sağlık çalışanları, inşaat ve tarım sektöründe çalışanlar için evden çalışma durumu mümkün değildir. Bunun yanı sıra teknoloji alt yapısının yetersiz oluşu, internet ile yaşanan problemler bireylerin stres düzeyinde artışa neden olmakta bu da doğrudan yaşam doyum düzeyini düşürmektedir.

Evden/ işyerinden çalışma durumuna ilişkin yapılan bir araştırmada, evden çalışan 20 akademisyenin sonuçları incelenmiş ve bu kişiler zamanı daha verimli kullanabildiklerini, herhangi bir teknik problem ile karşılaşmadıklarını ve evden çalışma durumunun aile ilişkilerine katkı sağladığını belirtmiştir (Göktepe, 2020). Evden çalışma durumuna yönelik ve yine akademisyenleri içeren başka bir çalışmada toplam 124 akademisyen seçilmiş ve bu kişiler, özellikle uygulamalı derslerin verimsiz geçtiğini, derse motive olmakta güçlük yaşadıklarını ve uzaktan eğitimi kullanarak ders vermekten memnun olmadıklarını belirtmişlerdir (Sayan, 2020). İsveç'te evden/işyerinden çalışma durumuna bağlı olarak yapılan çalışmada, kişiler evden çalışma durumunun sosyal ilişkilerini azalttığını, iş yaşamı ile kişisel yaşamın iç içe geçtiğini ve bu bağlamda iş motivasyonlarının düştüğünü belirtmişlerdir (Hallin, 2020). Yapılan başka bir çalışmada bireyler evden çalışma durumunun iş

performansını düşürdüğünü, özellikle çocukları olan bireylerin toplantılara katılmada güçlük çektiğini, çalışma zamanlarının esnediği ve bu nedenle uzadığı için bu durumdan memnun olmadıklarını belirtmişlerdir (Tuna, & Türkmendağ, 2020). Mustajab tarafından yapılan çalışmada ise (2020), araştırmaya katılan 50 kişiye evden çalışma durumunun etkileri sorulmuş, araştırmacının sonucuna göre bu durumun avantaj ve dezavantajlarının eşit olduğu belirtilmiştir.

Evden/işyerinden çalışma durumu ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, çoğu kişi evden çalışma durumunun daha çok dezavantaj içerdiğini savunsa da, her iki durumun da avantaj ve dezavantajlara sahip olduğu ve bu bağlamda yaşam doyum düzeyini farklı boyutlarda etkilediği görülmüş, hangi durumun yaşam doyum düzeyini arttırdığı ya da azalttığına dair farklı görüşler mevcuttur. Evden/işyerinden çalışma durumunun yaşam doyum düzeyine ile ilişkisine dair olarak hem ülkemizde hem de yurtdışında yapılan çalışmalar oldukça sınırlıdır.

2.2.1.10 Covid-19 pandemisi ve yaşam doyumu

Covid-19 pandemisinin beklenmedik biçimde yayılması, her geçen gün artan vaka sayıları, ölüm oranlarındaki artış kişilerde stres, kaygı, depresyon gibi semptomlar ortaya çıkarmakta ve buna bağlı olarak da bireylerin yaşam doyum düzeyleri düşmektedir (Buruk ve Özlü, 2020). Yapılan araştırmalar pandemi sürecindeki bireylerin kendisinin yanı sıra yakın çevresinin bulaş riskini yönelik yüksek düzeyde kaygı yaşadığını ve bu durumun onların yaşam doyum düzeylerini olumsuz etkilediğini göstermiştir (Duan ve Zhu, 2020). Sağlığın yaşam doyum ile ilişkili olduğu herkes tarafından kabul gören bir durumdur. Covid-19 pandemisi kişilerin sağlığı üzerinde olumsuz sonuçlara neden olmuş ve buna bağlı olarak da kişilerin yaşam doyum düzeyleri düşmüştür. Kişinin sağlığının birincil önemi göz önüne alındığında, sağlık alanında yaşadığı sorunların tümünün yaşam doyum düzeyini önemli derecede etkilediği yadsınamaz bir gerçektir (Huang ve Zhao, 2020). Bunun yanı sıra evden/işyerinden çalışma durumunun kişilerin yaşam doyum düzeyi üzerine ilişkin farklı görüşler olsa da, bireylerin alışık olduğu yaşam düzenlerinin değişmesi onlarda mutsuzluk yaratmakta ve buna bağlı olarak yaşam doyum düzeylerini düşürmektedir (Ganesh ve Narvekar, 2021). Covid-19 pandemi sürecinin özellikle çalışan bireylerin yaşamlarında ortaya çıkardığı değişim kişilerin psikolojik iyi oluşlarını olumsuz olarak etkilemiş ve yaşam doyumlarını düşürmüştür (Pakpour ve

Griffiths, 2020). Geçmiş yıllarda salgın süreçlerine bağlı yapılan çalışmalar incelendiğinde, kişilerin aile bireylerinin sağlığı konusundaki endişeleri, ekonomik açıdan oluşan belirsizlikler, ani ölümler ve yas süreci gibi durumların kişilerin yaşam doyumlarını olumsuz etkilediği görülmüştür (Kuss, Rooij, Shorter, Griffiths, & Mheen, 2013). Covid-19 pandemisinin de bireylerin hayatlarında meydana getirdiği kısıtlamalar nedeniyle benzer etkiler yarattığı düşünülmektedir (Leung ve Shek, 2020).

2.3 Kaygı ile ilgili Genel Bilgiler

Kaygı, kişilerin nedenini bilemediği, ancak tehlikeli ve tehdit edici olarak algıladığı olaylar karşısında hissettiği huzursuzluk ve bir çeşit korku hissidir (Özgül, 2003).

Kaygı kelimesinin kökü, eski Yunanca “anxietas” olup, endişe, korku ve merak anlamında kullanılmaktadır. Kaygı 19. Yüzyılda Freud tarafından incelenmiştir. Freud 1926’da yayımlanan “Ketlenmeler, Belirtiler ve Anksiyete” adlı yapıtıyla, kaygıyı egonun bir işlevi olarak tanımlamış ve kaygının psikolojik bir olgu olduğunu ileri sürmüştür (Freud, 1926). Freud’a göre kaygı, fiziksel veya toplumsal çevreden gelen tehlikelere karşı bireyi uyarma, gerekli uyumu sağlama ve yaşamı sürdürebilme işlevlerinin yerine getirilmesini sağlar.

Yapılan pek çok araştırmada kaygı ile ilgili olarak farklı tanımlamalar ve açıklamalar yer almaktadır. Büyüköztürk kaygı ile ilgili çalışmasında, kaygıyı bir tehdit nedeniyle hissedilen korku ve gerginlik durumu olarak tanımlamaktadır (Büyüköztürk, 1997).

Taş’ın (2005) çalışmasında kaygı, kişinin karşılaştığı uyaran sonucunda bedeninde, zihninde ve duygularında görülen değişimlerle kendini gösteren uyarılmışlık hali olarak açıklanmıştır.

Carl, Gustav ve Jung ise kaygıyı, ortak bilinçaltından gelen ve akılcı olmayan baskılar, korkular ve imgeler tarafından bilincin saldırıya uğraması olarak tanımlamıştır (Gümüş, 2002). Köknel (2005), kaygının bireyde yarattığı fizyolojik etkiler üzerinde durmuş ve kaygılı bireylerde görülen bedensel belirtiler olarak; ağızda oluşan kuruluk, baş ağrısı ve baş dönmesi, bulantı, kalp çarpıntısı, bedensel güçsüzlük, halsizlik, iştahsızlık, kan basıncının düşmesi ya da tersi olarak yükselmesi, kaslarda gerginlik, mide-bağırsak yakınmaları, solunum sayısında artma,

terleme, titreme ve uykusuzluk, ruhsal belirtiler olarak ise endişe, gerginlik, güvensizlik, korku, panik şaşkınlık, tedirginlik durumlarından söz etmiştir (akt. Çakır, 2010).

Kaygının davranışlardaki en yaygın belirtileri ise, korku, sinirlilik, aşırı öfke, yorgunluk, kas ağrıları, aşırı heyecan ve hareketlilik halinden uyuşukluk haline dönüşme şeklindedir (Akandere, 1997). Kaygı, kişide olumsuz bir etki yaratsa da kontrol altına alındığında ve sağlıklı bir şekilde yönetildiğinde kişinin olumlu yönde gelişimine de etkisi vardır (Çolak, Doğan ve Eren, 2017). Kaygının türü, süresi ve yoğunluğu bu süreçte önemlidir. Süresi ve yoğunluğu arttığı zaman kaygı, problem haline dönüşebilmektedir (Tokgöz, 2017; Öztürk, 2006).

Bu bağlamda kaygı hem olumlu hem olumsuz etkilere sahiptir denebilir. Kaygı, kişinin varlığını sürdürebilmesi ve oluşan değişimlere uyum sağlayabilmesi için yararlı bir dürtü olarak tanımlanmakta ve kimileri; kaygıyı, kişiliğin oluşmasına neden olan ilk ve temel güç olarak kabul etmekte, kimi de yine kaygının etkisi üzerinde durmakta ancak onlar kaygıyı, ikincil olarak oluşan fakat kişiliğin gelişmesinde ve davranışın ortaya çıkmasında önemli bir faktör olarak görmektedir (Köknel, 1997). Kaygı başarılı bir şekilde yönetildiğinde, uyum davranışı gelişirken, yeni ve bilinmeyen tehlikelerden korunma ve baş etme davranışları da görülür (Kaplan, Bahar ve Sertbaş, 2007).

Cüceloğlu (1997) ve Gall (2006) çalışmalarında öğrenme ve kaygı ilişkisini ele almışlardır. Az seviyede hissedilen kaygının veriminin de az olduğunu, orta seviyede hissedilen kaygının en yüksek verimliliğe sahip olduğunu, en üst seviyede panik olmuş bir şekilde hissedilen kaygının veriminin de en düşük seviyede olduğunu ortaya koymuşlardır (akt. Çakır, 2010). Bu durum Işık'ın (1996) çalışmasında, kaygının belirli bir seviyeye kadar performansı olumlu yönde etkilediği, tehlikelere karşı önlem olarak kişiyi güdülediği ve kişinin kendisini geliştirmesini sağladığı sonuçlarını ortaya çıkartmıştır (akt. Çakır, 2010).

2.3.1 Kaygı boyutları

Kaygı psikolojik ve fizyolojik olarak iki boyutta ele alınmaktadır.

Fizyolojik kaygı, değişen şartlarda organizmanın göstermiş olduğu ve belirli olmayan bir tepki sürecidir. Bu tepki süreci, vücudun fizyolojik dengesinin bozulmasına karşı verdiği bir cevaptır. Organizmanın verdiği bu tepki “genel uyum

sendromu” olarak tanımlanır ve üç farklı aşamada sınıflandırılır. Bunlara alarm tepkisi, direnç dönemi ve yorgunluk dönemidir (Singer, 1975).

Psikolojik faktörlerin strese yol açması ve bunun kişilerde farklı belirtiler olarak ortaya çıkması, kaygının fizyolojik boyutunun yanında psikolojik boyutunun da önemli düzeyde etkili olduğunu ortaya çıkarmaktadır. Psikolojik kaygıyı en anlaşılır ve kapsamlı biçimde “Lozarus Modeli” tanımlamaktadır. Bu modele göre kaygı, kişinin olay esnasındaki kaygı tepkileri, olayın yapısı ve kişilik özelliklerini kapsayan sürecin sonucu olarak oluşmaktadır (Singer, 1975).

2.3.2 Kaygı türleri

2.3.2.1 Durumluk kaygı

Spielberger (1971)’de ilk defa ve Scherer 1961)’in yaptıkları çalışmada “durumluk kaygı” ve “sürekli kaygı” olarak adlandırılan iki farklı kaygı türünden söz etmektedir (Gümüş, 2002).

Kaygı her bireyin yaşadığı doğal bir süreçtir. Kişiler tehlikeli olarak gördükleri her durumda kaygı yaşayabilir. Tehlikeli durumun yarattığı bu kaygı türü, duruma bağlı gerçekleşir ve “Durumluk Kaygı” olarak adlandırılır (Özgül, 2003).

Durumluk kaygı “state anxiety,” durumlar arasında yoğunluğu değişen ve sürekli olmayan durumlara bireyin gösterdiği geçici duygusal reaksiyonlardır. Bireyin stres yaratan durumu tehdit edici olarak algıladığı zamanlarda durumluk kaygı düzeyi yüksek, tehdit edici olarak algılamadığı durumlar da ise durumluk kaygı düzeyi düşüktür (Akarçeşme, 2004).

Durumluk kaygının önemli bir özelliği, yoğunluğunun değişen seviyelerde bulunması ve zaman içinde değişime sahip olmasıdır. Sakinlik ve durgunluk durumu durumluk kaygının olmadığını gösterir. Ancak gerilim, endişe ve sinirlilik orta düzeyleri gösterirken; korku, felaket düşünceleri ve panik davranışlar yüksek düzeyde durumluk kaygı olduğunu gösterir (Engür, 2002). Durumluk kaygı, tehdit faktörü olarak adlandırılan olaylar öncesinde veya esnasında ortaya çıkan, çoğunlukla mantıklı nedenlere bağlanabilen ve buna bağlı olarak diğer kişiler tarafından da nedenleri anlaşılabilen bir kaygı türüdür (Öğüt, 2000).

2.3.2.2 Sürekli kaygı

Sürekli kaygı “trait anxiety” stres yaratan durumların tehdit edici olarak algılanması ve buna bağlı olarak bu tehditlere karşı oluşan durumluk duygusal reaksiyonlarının yoğunluğunun artarak süreklilik kazanmasıdır (Öner, 1994).

Sürekli kaygı, kişinin içinde bulunduğu durumları genel anlamda kendi açısından stresli olarak adlandırmasıdır. Bu tür kaygı seviyesi yüksek bireylerin, diğer kişilere kıyasla daha kolay incindiği ve negatif düşüncelere daha kolay kapıldıkları söylenmektedir. Bu bireyler, durumluk kaygıyı da daha sık ve yoğun biçimde yaşamaktadır (Özgül, 2003).

Sürekli kaygı, bireyler arasında değişiklik gösteren bir kişilik özelliğidir. Spielberger ve arkadaşları, durumluk kaygı ve sürekli kaygıyı ölçmek amacıyla Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (STAI) geliştirmiştir (Spielberger, 1970). Sürekli kaygı ölçeği, bireyin “genellikle” ve “sürekli” olarak kendilerini nasıl hissettiklerine göre kaygıyı ölçmektedir. Bu ölçek, bireyin nötr olan durumların çoğunu genellikle stresli ve tehdit edici olarak görme ve yorumlama eğilimlerinin olup olmadığını ölçmektedir (Öner, 1994). Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları ise, Öner ve Le Comte (1983) tarafından yapılmıştır.

Kısacası, durumluk kaygı, öznel gerilim ve korku duyguları ile kendisini gösteren geçici bir duygusal reaksiyon olarak tanımlanabilir. Sürekli kaygı ise bireyde var olan kaygı eğilimini göstermekte olup, durumluk kaygının yoğunlaşarak sürekli hale gelme durumudur.

Kaygı bir duygudur ve bu duygu her birey tarafından farklı seviyelerde tecrübe edilir. Çoğu zaman korkuya, kötü bir şey olacak endişesine veya bir baskıya benzeyebilir. Hafif bir tedirginlik veya gerginlik şeklinde hissedilebileceği gibi, panik bozukluklarda olduğu gibi çok şiddetli bir korku şeklinde de hissedilebilir. Eğer kaygı sebebi, şiddeti, sıklığı ve bireyde meydana getirdiği neticeler ile kişinin yaşam kalitesini olumsuz yönde etkiliyorsa, kaygısal bozukluklar meydana gelir (Arabal, 2017). DSM-5’te kaygısal bozukluklar, ayrılma kaygısı bozukluğu, seçici konuşmazlık (mutizm), özgül fobi, toplumsal kaygı bozukluğu (sosyal fobi), panik bozukluğu, agora fobi, yaygın kaygı bozukluğu, madde/ilacın yol açtığı kaygı bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu, madde kullanımına bağlı kaygı bozukluğu, başka bir sağlık durumuna bağlı kaygı bozukluğu, tanımlanmış diğer bir

kaygı bozukluğu, tanımlanmamış kaygı bozukluğu olarak sıralanmıştır (DSM-5) (Sheehan, 1999).

2.3.3 Yetişkinlikte kaygı

Kaygının bir durum olmaktan çıkarak, bozukluk olarak tanımlanabilmesi için kişinin işlevselliğini bozması gerekmektedir. Kişide baş dönmesi, sersemlik, mide bulantısı, el ve bacaklarda uyuşma hissi veya kasılma durumu, baygınlık gibi fiziksel belirtilerin var olması ve bu durumun sürekli devam etmesi gerekmektedir. Kaygı gündelik yaşamın getirdiği stres faktörlerinden çıkarak, bozukluk olduğu zaman, kişinin aile yaşantısı, iş hayatı, kendine dair oluşturduğu algısı ve diğer bireyler ile kurduğu sosyal ilişkiler bozulur (DSM-V, 2014). Yapılan çalışmalara bakıldığında, yaşam koşullarının giderek zorlaşmasından kaynaklı olarak bireylerde kaygı bozukluğu giderek artmaktadır. WHO (2017) verileri dikkate alındığında; 2015 yılında dünya nüfusunun yaklaşık % 3,6'sı kaygı bozukluğuna sahiptir.

Nasıl ki kişilerde kaygının nedenleri ve tetikleyicileri farklı olabiliyor ise, yaşadıkları kaygı türleri de çeşitlilik göstermektedir. Yaygın kaygı bozukluğu, bir neden ya da kişiye bağlı olmaksızın ortaya çıkan ve kişide bedensel ve psikolojik açıdan rahatsızlıklara neden olan kaygı bozukluğu türüdür (Şahin, 2019). Başka bir kaygı bozukluğu türü olan, sosyal kaygı bozukluğunda ise bireyler sosyal ortamlara girdikleri zaman diğer bireyler tarafından olumsuz algılanma korkusu nedeniyle yoğun korku ve huzursuzluk yaşarlar ve bu nedenle de sosyal ortamlara girebilecekleri toplantılardan ve buluşmalardan kaçınırlar (Heimberg, Hofmann, Liebowitz, Schneier,& Craske, 2014). Yetişkin bireylerde sıklıkla görülen başka bir kaygı bozukluğu türü ise panik bozukluktur. Panik bozukluk beklenmeyen ve şiddeti giderek artan panik ataklar ile ortaya çıkar. Panik atak sırasında kişide kalp çarpıntısı, ter dökme, el ve ayaklarda uyuşma, öleceğine dair düşünceler ortaya çıkar ve kişide bu atakların tekrar görüleceğine dair korku oluşur (Etik, Taner, Aslan, & Işık, 2007). Yaygın anksiyete bozukluğundan farklı olarak özgül fobide ise, kişi belirli bir olay, nesne veya kişiye karşı yoğun biçimde korku hisseder ve bunlara maruz kaldığı takdirde kişinin işlevselliğinde bozulma meydana gelir (Essau, Conradt, & Petermann, 2000). Ayrılma kaygı bozukluğu hem yetişkin bireylerde hem de çocuklarda görülen başka bir kaygı bozukluğu türüdür. Bu bozukluk yetişkin kimselerde eşinin ya da çocuğunun kötü bir şey yaşayacağını düşünerek onlardan

ayrılmak istememesi veya güven duyduğu alandan ayrılmak istememesi ile açığa çıkar (Bögels, Knappe, & Clark, 2013). Bütün bunların yanı sıra maddenin veya ilacın neden olduğu kaygı bozukluğu, başka bir sağlık durumuna bağlı kaygı bozukluğu, tanımlanmış diğer bir kaygı bozukluğu ve tanımlanmamış kaygı bozukluğu da diğer kaygı bozukluğu türleri arasındadır. Kaygı bozukluğunun çeşitleri farklılık gösterdiği gibi bu bozukluğu etkileyen faktörlerde farklılık göstermektedir.

2.3.3.1 Yetişkinlerde kaygıyı etkileyen faktörler

Yetişkinlerde kaygı bozukluğunun pek çok farklı çeşidi olabildiği gibi etkileyen faktörlerde çok çeşitlilik göstermektedir. Kaygı ile ilgili olarak yapılan çalışmaların birçoğunda kaygı bozukluğunun kaynağını çocukluk yaşantılarından aldığı savunulmaktadır. Küçük yaşta yaşanan reddedici tutumlar, ergenlik döneminde yaşanan alaycı tutumlar ileriki yaşlarda bireylerde kaygı bozukluğuna neden olmaktadır (Geçtan, 1984). Bunun yanı sıra yetişkinlerde sağlık, yaş, cinsiyet, eğitim seviyesi, iş doyumu, aile yaşantısı yetişkin bireylerin kaygı düzeylerini etkileyen faktörlerden bir kaçıdır.

2.3.3.1.1 Kalıtım

Son yıllarda kalıtımın kaygı üzerine etkisi önemli araştırma konularından biri haline gelmiştir. Buradaki temel amaç, kalıtımın etkisini saptayarak kişideki kaygı semptomlarını azaltmak hatta mümkünse ortadan kaldırmaktır. Yapılan pek çok araştırma, kaygı üzerinde kalıtımın etkili olduğu yönündedir (Fidanoğlu, 2006). Kaygı durumundan rahatsızlık duyarak, uzmana başvuran pek çok kişinin aile bireylerinde de kaygı durumu olduğu görülmüştür. Hem yurtiçinde hem de yurtdışında genetik faktörlere dayalı yapılan çalışmaların sayısı az olsa da, kalıtım kaygı üzerinde belirleyici bir faktör olarak kabul edilmektedir (Köroğlu, 2004).

2.3.3.1.2 Kişilik özellikleri

Kimi kuramcıya göre, kaygı kişilerin hayatları boyunca devam eden özellikler arasında yer alır (Dağ, 1999). Mizaç özellikleri arasında kolay paniğe kapılma, kararsızlık, kolay ağlama, bir şeylerin kötü gideceğine dair var olan inançlar kaygı düzeyini etkileyen faktörler arasındadır. Ayrıca diğer insanlara bağımlı özellik gösteren bireylerin kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu yapılan araştırmalarca

gösterilmiştir (Fidanoğlu, 2006). Bunun yanı sıra, yaşadıkları olaylara aşırı tepki gösteren, heyecanlı bireylerin kaygı seviyelerinin daha yüksek olduğu düşünülmektedir.

2.3.3.1.3 Sağlık

Sağlık kavramı tarihsel süreç içinde farklılaşmıştır. Eski dönemlerde sağlık kavramı anlatılırken, kişilerin yalnızca fiziksel sağlığı üzerinde durulmuş ve bireylerin sağlıklı olarak nitelendirilebilmesinde psikolojinin de önemi 19. Yüzyıldan sonra fark edilmiştir. İkinci Dünya Savaşı sırasında bireyler yoğun bir stres altında olduklarından psikolojik sorunlar yaşamaya başlamış ve bu ruhsal sorunlara dayanarak fiziksel yetersizlikler ortaya çıkmıştır. Bu durumdan sonra sağlıklı olma tanımının bir bütün olarak değerlendirilebileceği anlaşılmıştır (Ocakcı, 2013). Bu açıdan bakıldığında, sağlıklı olma durumu, bireyin fizyolojik, psikolojik ve duygusal olarak bir bütün halinde iyi olması olarak tanımlanabilir. Sağlık kaygısı ise, kişinin bedeninde meydana gelen belirtileri yanlış yorumlamasına bağlı olarak ortaya çıkan, kişinin çok ciddi bir hastalığa yakalanmış olacağını düşünmesi ile ortaya çıkan yoğun korku durumudur (Karapıçak, Aslan, & Utku, 2012).

Fizyolojik ve kronik rahatsızlıkların kişinin kaygı düzeyini önemli ölçüde yükselttiği yapılan pek çok çalışma tarafından gösterilmiştir. Tıp ki fizyolojik ve kronik rahatsızlıklarda olduğu gibi, kişinin yaşadığı psikolojik rahatsızlıklar da kaygı düzeyi üzerinde oldukça önemli bir etkiye sahiptir. Hepimiz için yoğun kaygıya sebep olan Covid-19 pandemi dönemi ele alınacak olursa, enfekte olan ya da enfeksiyona yakalandığı şüphe duyulan kişilerin yoğun korku, öfke, yalnızlık duyguları, bununla beraber çevresi ile ilişki sorunları, uyku problemleri yaşadıkları bilinmektedir (Ornell, Schuch, Sordi, & Kessler, 2020). Çoğu kişide bu belirtiler ciddi sorunlara neden olurken özellikle panik bozukluk veya travma sonrası stres bozukluğu yaşayan bireylerde intiharlara sebep olabilmektedir. Yapılan çalışmalar özellikle yaşlı bireylerde sağlık sorunlarının daha yüksek düzeyde kaygıya sebep olduklarını göstermiştir. Yaşadıkları fizyolojik ve kronik rahatsızlıkların tümü yaşam kalitelerini düşürmekte ve kişilerde birine muhtaç olmaktan korkma veya ölüm konularında kaygıya sebep olabilmektedir. Bunun yanı sıra kişilerin sahip oldukları depresyon, yeme bozuklukları, kişilik bozuklukları, bağımlılıklar, cinsel sorunlar kişilerin kaygısını tetikleyen ve buna bağlı olarak da kaygı düzeyini artıran etmenlerdir.

2.3.3.1.4 Yaş

Kaygı ve yaş arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok çalışma, yetişkinlerde yaş düzeyi arttıkça kaygı düzeyinin de arttığını göstermektedir. Bu durumu çoğu kişi ölüm anksiyetesi ile açıklamaktadır. Ölüm kaygısı, kişilerin doğumu ile başlayıp ölümlerine kadar devam eden, kişinin kendisinin ve dünyanın sonsuza kadar var olmayacağını fark etmesi ile ortaya çıkan duygudur (Erdoğan, & Özkan, 2007). Kişilerin sahip oldukları ölüm kaygısını yalnızca yaş ile açıklamayı yetersiz gören pek çok araştırmacı, bu durumun etmenleri arasında cinsiyet, kişilik özellikleri, sosyoekonomik değerler, kişilerin sahip oldukları hastalıklarının da olduğunu belirtmişlerdir.

Yaş ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok çalışmadan, bazı çalışmalar kişilerin yaş aldıkça ölüm kaygılarının azaldığını bazı çalışmalar ise kişilerin yaşlandıkça ölüm kaygısının arttığını belirtmektedir. Yapılan bir çalışmada yaşlı bireyler iki farklı gruba ayrılmış ve, 70'li yaşlara sahip bireylerin ölüm kaygı düzeyinin 60'lı yaşlara sahip bireylerin sahip oldukları ölüm kaygı düzeyinden daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır (Wink, & Scott, 2005).

2.3.3.1.5 Cinsiyet

Kadınların kaygı düzeyinin erkeklerin kaygı düzeyinden yüksek olduğu yapılan pek çok çalışmada gösterilmiştir. Pandemi döneminde yapılan çalışmalarda, virüsten kadınların erkeklere kıyasla daha çok olumsuz etkilendikleri ve bu doğrultuda kaygı düzeylerinin arttığı belirtilmiştir. Kadınlar bu hastalığı daha bulaşıcı ve ölümcül algılamakta, buna bağlı olarak da kaygı seviyeleri yükselmektedir (Çırakoğlu, 2011). Yıllardır yapılan pek çok çalışma kadınların kaygı düzeyinin daha yüksek olduğunu savunsa da, bu durum sosyal açıdan incelendiğinde, özellikle bizim toplumumuz için farklı olabileceği düşünülmektedir. Erkeklerden daha çok başarılı olma, duygusal dışavurumunu ketleme, ekonomik açıdan daha yeterli olma gibi beklentilerin varlığı nedeniyle cinsiyet ve kaygı arasındaki bu ilişkinin zaman içerisinde değişimi beklenmektedir (Schmidt, Lerew, & Joiner, 2000).

2.3.3.1.6 Eğitim düzeyi

Eğitim bireyin kendisini geliştirme süreci olarak ifade edilebilir. Eğitimli bireyler kendi duygu ve davranışlarının altında yatan temel nedenlerin farkına daha kolaylıkla

varırlar ve bu davranışlarını düzenleme becerisinde daha başarılılardır. Bu yönleriyle eğitim, bireyin davranışlarında olumlu değişiklikler yaratır (Yapıcı, 2003). Spielberger, yüksek eğitilmiş kişilerin kaygıları ile başa çıkmada daha başarılı olduklarını belirtmiştir (Akt. Bilge, & Pektaş, 2004). Yapılan pek çok çalışmada da kişilerin eğitim düzeyleri ile sahip oldukları kaygı seviyeleri arasında ters ilişki olduğunu gösterir niteliktedir.

2.3.3.1.7 Sosyoekonomik düzey

Durkheim, kişilerin psikolojik sağlığı ile sosyoekonomik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve gelir düzeyi düşük bireylerin daha mutsuz olduğunu belirtmiştir (Yaşar, 2015). Başka bir çalışmada bireylerin benlik saygısı ve kaygı seviyesi ile sosyoekonomik düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş ve sosyoekonomik düzey düştükçe, kişilerin benlik saygısının da düştüğü buna bağlı olarak da yaşanan kaygı seviyesinin arttığı belirtilmiştir (Merey, 2010). Kişilerin sosyoekonomik düzeyleri ile kaygı seviyeleri arasındaki ilişki pek çok çalışmaya konu olmuştur. Yapılan pek çok çalışma kişilerin sosyoekonomik düzeylerinin düştükçe kaygı seviyelerinin arttığını göstermektedir. Buna sebep olarak da, kişiler temel ihtiyaçlarını karşılayamadıkça, hayattan tatmin almamakta ve daha gergin, sinirli bir birey haline gelmektedir. Buna bağlı olarak da kaygı seviyeleri yükselmektedir.

2.3.3.1.8 Çocuk sahibi olma

Çocuk sahibi olmak kişilere, karı koca olma durumlarının yanı sıra anne-baba olma gibi yeni bir sorumluluk yüklemektedir. Çocuk sahibi olmakla beraber, kişilerin yaşam amaçları değişmekte ve daha çok çocuğun ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik olmaktadır (Özgüven, 2000). Kişiler hamilelik döneminden itibaren, yeni yaşamları için heyecanlanmakta ve maddi manevi olarak bu düzen için hazırlık sürecine girmektedir. Ancak çocukla beraber sorumlulukların artması, kişilerin yaşadığı maddi yetersizlikler, kişilerin eskiden olduğu gibi kendilerine, sosyal hayatlarına veya ilgi alanlarına zaman ayıramamaları onlarda duygusal olarak mutsuzluk yaratabilmekte ve kaygı düzeylerini yükseltmektedir. Yapılan pek çok çalışma çocuk sahibi olma durumunun kaygıya sebep olduğunu ve çocuk sayısı arttıkça kaygı düzeyinin de arttığını göstermektedir (Şendil, & Balkan, 2005).

Bunun yanı sıra, bazı çalışmalar engelli çocuğa sahip bireyler ile engelsiz çocuğa sahip bireylerin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeye yönelik yapılmıştır.

Çalışmalar, engelli çocuğa sahip bireylerin kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Aileler engelli çocukları ile etkin bir iletişim kuramamakta bu da onların ihtiyaçlarına tam olarak yanıt veremediklerini hissetmelerine neden olmaktadır. Bunun yanı sıra engelli bireyler hakkında gerçekçi olmayan beklentilere girilmesi ve daha sonrasında yaşanan hayal kırıklığı, öfke, suçluluk ya da aşırı koruyucu tutum benimsemeleri, kendilerine bir şey olursa çocuklarına dair yaşadıkları gelecek korkusu gibi pek çok faktör kaygı seviyelerini yükseltmektedir (Whirter, & Acar, 2000).

2.3.3.1.9 Evden/işyerinden çalışma durumu

Covid-19 bir sağlık problemi olarak algılansa da beraberinde getirdiği kişilere bulaşma riski, alınması gereken önlemler ve kısıtlamalar, yaşanan kayıplar ve ekonomik sıkıntılar ve bütün bunlara bağlı olarak ortaya çıkan kaygı, bu durumu yalnızca sağlık problemi olmaktan çıkararak küresel bir sorun haline getirmiştir. Çalışma hayatı salgından en çok etkilenen alanlar içerisinde yer almaktadır.

Covid-19 sürecinde yapılan araştırmalar sonucundan her 5 çalışandan 4'ünün pandemiden farklı biçimlerde etkilendiği görülmüştür (Ilostat, 2020). Evden çalışan kişiler dışında, işyerinden çalışanların tümünün sosyal olarak ilişki içinde olmaları enfekte olmaya yönelik kaygılarının artmasına neden olmaktadır. Ancak çalışma hayatı içerisinde olan tüm bireyler aynı düzeyde kaygıya sahip değildir. Özellikle sağlık çalışanlarının yoğun çalışma saatleri, bu virüsün kendilerine ve yakınlarına bulaşma riskinin daha fazla oluşu ve sosyal desteği yeterli düzeyde alamamaları nedeniyle işyerinden çalışan gruplar içerisinde kaygı düzeyi en yüksek olan gruptur. Wuhan'da yapılan bir araştırmada bu salgın sürecinde işyerinden çalışan sağlık çalışanlarının kaygı oranı %23 ve stres bozukluğu %27 olarak belirlenmiştir (Huang ve ark., 2020). Yapılan başka bir çalışmada da sağlık çalışanlarının kaygı düzeylerinin artış nedeni olarak 'damgalama' verilmiştir. Sağlık çalışanlarının enfekte olma riskinin diğer bireylere kıyasla daha fazla oluşu, diğer kişiler tarafından yok sayma, uzaklaşma, ayrımcılık ile ortaya çıkmış bu da sağlık çalışanlarının depresyon ve kaygı düzeyinde artışa neden olmuştur (Özgür, 2020). Bu sürecin işyerinden çalışanlar için getirmiş olduğu bir diğer dezavantaj ise, işyeri sahiplerinin kazançlarının düşmesi nedeniyle sosyal güvenceden yoksun günlük çalıştırabilecekleri kişilere yönelmiş ve bu da bu bireylerin geleceğe yönelik kaygı

düzeylerinde artışa neden olmuştur (ILO Cenevre Raporu, 2020). Turizm sektöründe çalışan bireyler için de benzer durum söz konusudur. Bu kişilerin günlük ücretlerinin düşük olması, istihdamın düzensiz oluşu, sosyal korunmanın sınırlı düzeyde olması ve yapılan işin geçici olması bireylerin kaygı düzeyini artırmıştır (Karakaş, 2020).

Evden/işyerinden çalışma durumunun kaygı üzerindeki etkisi incelendiğinde, bu durumun ülkelerin gelir seviyesine göre değişim göstereceği belirtilmektedir. İnternet alt yapısının yeterli olması, kişinin fiziki imkanlarının evden çalışmaya uygun oluşu ve sosyal ağların niteliğinin yeterliliği kaygı düzeyini düşüren faktörler arasında yer almaktadır. Salgının yalnızca solunum yollarına değil kalbe, böbreklere, pankreasa ve diğer organlara da verdiği zarar düşünüldüğünde kişilerin kaygı düzeyini önemli derecede arttırdığı görülmektedir (Cinel, 2020). Pandemi sürecinde işyerinden çalışan bireyler üzerinde yapılan çalışmaların kişilerin virüse yakalanma durumlarında işini kaybetmeye yönelik kaygılarının da olduğu görülmüştür (Haywood, 2020). Yapılan başka bir çalışmada bir satış firmasında işyerinden çalışan bireylere kaygı düzeyleri sorulmuş ve bu kişiler, gün içerisinde ortalama 30-40 kişi ile iletişim kurduklarını ve bu nedenle kendilerini oldukça kaygılı hissettiklerini belirtmiştir (Nastopoulous, 2020). Pandemi sürecinde evden/işyerinden çalışma durumu ile bireylerin kaygı seviyelerine yönelik yapılan araştırmaların bir kısmı evden çalışma durumunun kaygı düzeyini azalttığını savunurken, bir kısım araştırmacı ise bu durumun bireylerin kaygı düzeylerini arttırdığını savunmaktadır.

2.3.3.1.10 Covid-19 pandemisi ve yetişkinlerde kaygı

Kaygının ortaya çıkması için pek çok etmen söz konusudur ve etmenler öğrenci, öğretmen, doktor, işletmeci gibi bireylerde değişim gösterse de, küresel bir salgın olan Covid-19 pandemisi şühesiz ki bütün bireylerde farklı seviyelerde de olsa kaygıya neden olmuştur (Acar, 2020). Bu süreçte özellikle sağlık çalışanlarının rik grubunda olması, ülkemizde ve dünyada ölüm sayılarını gördükçe kendi sağlıkları hakkında endişelenmiş ve kaygı düzeyleri giderek artmıştır (Sakaoğlu, Orbatu, Emiroğlu, & Çakır, 2020). Özellikle salgının ortaya çıktığı ilk zamanlar ve vaka sayılarının giderek arttığı dönemler bireylerin kaygılarının giderek arttığı gözlenmiştir (Rajkumar, 2020). Bunun yanı sıra salgın döneminde alınan önlemler bireylerin yaşam düzenlerini değiştirmiş ve kaygı yaşamalarına neden olmuştur.

Bu salgın tüm bireylerin yaşamlarında köklü değişikliklere neden olan, belirsizlik ve korkunun hakim olduğu evrensel bir krize neden olmuş, yaşanan bu belirsizlikler, kişilerde mutsuzluk, ümitsizlik, korku, çaresizlik ve kaygı gibi duyguların gelişmesini sağlamıştır (Asmundson ve Taylor, 2020).

Varoluşçu psikoloji açısından ölüm kaygısı oldukça geniş bir yer tutmaktadır. Covid-19 salgını kişilerin en önemli özelliklerinden biri olan öz kontrollerini ellerinden almış ve varoluşsal açıdan ölümlü bir varlık olduğunu anımsatmıştır (Kandemir, 2020).

Covid-19 pandemisi yalnızca kişileri fiziksel ve psikolojik açıdan olumsuz etkilemekle kalmayıp, aynı zamanda sosyoekonomik olarak da olumsuz etkilemiştir. Yapılan pek çok araştırmada yüksek sosyoekonomik düzeye sahip bireylerin düşük sosyoekonomik düzeylere sahip bireylere kıyasla daha mutlu oldukları ve kaygı düzeylerinin daha düşük olduğu savunulmuştur. New York ve Kanada’da yapılan çalışmalara göre, düşük sosyoekonomik düzeye sahip bireylerin sağlık, eğitim ve diğer kaynaklara erişimi daha zorlu olduğu için depresyon ve kaygı semptomlarının daha yoğundur. Covid-19 pandemi döneminde ABD’de yapılan bir çalışmada bireylerin kaygı düzeyleri incelenmiş ve sağlık alanındaki kaygı düzeyleri ile ekonomik olarak yaşadıkları kaygı düzeylerinin aynı olduğu görülmüştür. Pandemi sürecinin her açıdan belirsiz olması, kişilerin kapatılan işyerlerinin ne zaman açılacağı konusunda bilgi sahibi olmamaları, işten çıkarmaların yoğun olduğu bu süreçte kişiler temel ihtiyaçlarını gidermekte güçlük çekmekte ve bu durum depresyon, kaygı ve aile içi şiddetin artmasına neden olmaktadır (Tönbül, 2020). Erdoğan ve arkadaşları tarafından (2020) yapılan çalışmada, Covid-19 sürecinde bireylerin kaygı semptomları incelenmiş ve her dört bireyden bir tanesinin kaygı semptomu gösterdiği görülmüştür. Benzer biçimde koronavirüs enfeksiyonunu atlaman 402 kişi incelenmiş ve bu kişilerin yaklaşık %42’sinin kaygı bozukluğu yaşadığı görülmüştür (Mamun ve Griffiths, 2020). Covid-19 pandemisinin bireylerde yarattığı etkileri araştıran çalışmalar incelendiğinde, pandemi sürecinin yarattığı pek çok farklı etmenin kişilerin kaygı seviyelerini yükselttiği görülmektedir.

2.3.4 Çocukta kaygı

Çocukluk yılları yaşamda meydana gelen en hızlı gelişim yıllarıdır. Bu yıllarda fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişimin temelleri atılır. Çocuk çevresini tanımaya, olaylara karşı bakış açısı kazanmaya, anlamaya ve yorumlamaya çalışır.

Bu gelişim süreci boyunca da yaşadığı ortamın koşullarına bağlı olarak çocuğun kaygı seviyesi şekillenir. Çocuğun kaygı seviyesi ebeveynlerinin, kardeşlerinin, öğretmenlerinin veya arkadaşlarının yani yaşamında yer alan kişilerin davranışlarına ve yaklaşımlarına bağlı olarak değişim gösterir (Işık, 1996).

Çocukların küçük yaşlardan itibaren sahip olduğu kaygılar, ileri yaşlarda patolojik tepkilerin temelini oluşturur (Alisinoğlu ve Ulutaş, 2000). Kaygı her çocuk için farklı olarak tanımlanabilir. Fakat bazı durumlarda benzer özellikleriyle de görülmektedir. Çocukların düşüncelerinde veya zihinsel işlemlerinde yarattığı kaygı, tehlike ve tehdide sebep olup, fiziksel olarak bedenlerinde de yaşanır. Böylece tehlikelerle savaşmaya veya kaçmaya hazırlayarak korunması sağlanır. Kaygı çocuklarda solunum yükselmesi, kalbin hızlı atması, terleme, bulantı gibi nedenlere sebep olduğu için çocuklar baş ağrısı, kusma, ishal, yorgunluk, mide ağrısı gibi durumlardan şikâyet edebilirler. Son olarak bu durum çocuğun davranışlarını da etkiler. Çocuklar hareketli olur, ağlar, sarılmak ister veya titrer. Bunların yanı sıra kaçınma davranışları da görülebilir (M. Rapee, H. Spence, Cobham ve Wignall, 2017). Yapılan araştırmalarda kaygıyı etkileyen etmenler arasında yaş, cinsiyet, doğum sırası, anne-baba tutumları, anne-baba eğitim durumu, sosyoekonomik durum, anne-baba mesleği, kardeş sayısı, çocuğun başarı durumu gibi pek çok farklı faktörün yer aldığı saptanmıştır (Alisinoğlu ve Ulutaş, 2000).

2.3.4.1 Kaygıyı etkileyen etmenler

2.3.4.1.1 Yaş

Freud kişilik gelişiminde bebeklik ve çocukluk yıllarında geçirilen yaşanmışlıkların etkili olduğunu savunmaktadır. Freud kişiliğin doğumdan itibaren beş psikoseksüel (oral, anal, fallik, latent ve genital) gelişim evresinde geliştiğini belirtmiş ve çocuğun farklı yaşlara sahip olduğu bu dönemlerde temel gereksinimlerine doyum bulmasının gerekliliğinden söz etmektedir. Eğer çocuk farklı yaşlarda bulunduğu bu dönemlerinde doyum sağlamazsa, çocuk içinde bulunduğu döneme saplanır, bir sonraki evreye geçemez ve bunun sonucunda da yoğun kaygı hisseder (Deniz, 2017).

Bu anlamda yaş kaygıyı etkileyen önemli bir faktör olarak kabul edilebilir. Çocuk gelişiminde her yaşın kendine özgü gelişimsel özellikleri mevcuttur ve çocukların kaygısı içinde bulunduğu yaşın özelliklerine göre farklılık göstermektedir (Fırat, 2015). Doğumdan itibaren bebeğin, bakım veren kişi tarafından ihtiyaçlarının

beklediği düzeyde karşılanmaması ve bebeğin bağımlı hale getirilmesi ilkel kaygının bir unsurudur. Yaşamın ilk yıllarında anneye bağımlı olan çocuğun en büyük kaygısı annesinden ayrılma kaygısıdır. Çocuklar 3-4 yaşına geldiklerinde erkeklerde iğdiş edilme kaygısı, ilkokul yıllarında arkadaş edinememe, derslerinde başarılı olamama kaygısı ve ergenlik döneminde ise beğenilmemeye yönelik yoğun kaygı yaşarlar. Benzer şekilde ergenlik yıllarında yakın arkadaşlar edinme, bir grubun üyesi olma, karşı cinse hoş görünme ve bedenindeki değişikliklere karşı duyulan kaygılar görülür. Sonraki dönemlerde ise kişi kendini gerçekleştirememeye, herhangi bir yere ait olamama ve ölüm konusunda kaygı duyabilir.

Kişilerin sahip olduğu farklı yaş aralıklarına bağlı olarak kaygının şiddeti ile durumluk ve süreklilik düzeyi değişim göstermektedir. Yapılan çalışmalar kaygının en yoğun yaşandığı yılların doğumdan sonraki ilk iki yıl ve ergenlik yılları olduğunu ileri sürmektedir (Fırat, 2015). Araştırmalar küçük çocukların kaygı düzeyinin büyük çocuklardan daha düşük olduğunu göstermiştir. Bunun nedeni olarak da yaşa bağlı üstlenilen sorumlulukların, hayattan beklentilerin artması ve gerçeklerin geçmiş yıllara oranla daha çok farkına varılması gösterilmektedir (Özbey ve Yenilmez, 2006).

2.3.4.1.2 Cinsiyet

Bireylerin kaygı düzeyleri cinsiyete göre değişmektedir. Yapılan pek çok araştırmada kızların kaygı düzeylerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Varol, 1990; Girgin, 1990). Bunun sebebi ilk olarak kızların daha duygusal bir yapıdan oluştuğu söylenebilir. Ancak pek çok araştırmada asıl olarak, özellikle geleneksel toplumlarda yaşayan kız çocuklarının o toplumun benimsediği kurallara bağlı olarak baskı altında yetiştirilmesi verilmiştir. Bu tür toplumlarda kız çocuklarının çevreden çekinmeleri, kendilerine güvenmemeleri ve ebeveynlerinden baskı görmeleri söz konusudur. Özellikle bu tarz toplumlarda erkek ve kız çocuklarının yaşama biçiminde farklılıklar vardır. Erkekler yetişmiş oldukları toplumun değerleri doğrultusunda daha özgür bir yaşam sürdürürken, kızlar için böyle bir durum söz konusu değildir. Erkekler için sıradan olarak değerlendirilen pek çok şey kızlar için tabu olabilmektedir. Bu nedenle, erkeklerin toplumda aldıkları yaşam doyumunun kızlara oranla daha fazla olabileceği gibi kızların yaşadıkları yabancılaşmanın, sıkıntıların ve engellemelerin o oranda fazla olacağı beklenebilir. Bahsedilen bütün

nedenlere bağlı olarak da kaygı düzeyi ve cinsiyet arasındaki ilişkinin incelendiği pek çok araştırmada kızların kaygı düzeyinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Gençtan, 1993; ner & Le Compte, 1998; Bozkurt, 2004).

2.3.4.1.3 Kardeş sayısı

Kardeş sayısının artması ile çocuğun kaygı seviyesi arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok çalışma vardır. Kardeş sayısı ailenin tutum ve davranışlarına ve ailenin sahip olduğu ekonomik imkanlara bağlı olarak kaygıyı etkileyebilen bir faktördür. Anne-babanın gelecek olan kardeşe çocuğu yeterince hazırlamamaları, yeni doğan çocuğa daha fazla zaman ayırmaları, çocuklar arasında ayırım yapmaları ve ebeveynin eşit olmayan tutumları çocukta kaygıya neden olmaktadır. Kardeş sayısı arttıa ocuk sadece anne ve babasının ilgisini değil aynı zamanda odasını, eşyalarını, harçlığını ve daha öncesinde yalnızca kendisine ait olan pek çok eşyayı paylaşmak zorunda kalmaktadır. Bütün bu etmenlere bağlı olarak yapılan araştırmalar, kardeş sayısının artmasının kaygı seviyesini yükselttiğini bulmuştur (zbey ve Yenilmez, 2006).

2.3.4.1.4 Doğum sırası

Yapılan araştırmalar, ailede büyük çocuğun küçük çocuğa oranla daha fazla kaygı taşıdığını göstermiştir. Bunun nedeni olarak da, ailenin büyük çocuğa maddi ve manevi olarak daha çok yatırım yapması dolayısıyla ondan başarı beklentisinin hep daha yüksek olduğu ve büyük çocukların çoğunun kardeşinin sorumluluğunu üstlenmek zorunda bırakıldığı grlmştir (Fırat, 2015).

Fransa'da, Büyükler ve Küçükler kitabının yazarı olan Marc Sznajder, ocukların doğum sırasına göre karakterlerini incelemiş ve incelenen ailelerin çoğunluğunda küçük çocuğun daha dışa dönük ve bağımsız olduğu görülürken, büyük çocuğun daha kaygılı ve ie kapanık olduğunu belirtmiştir.

2.3.4.1.5 Anne baba tutumu

Anne babaların 0 – 6 yaş dönemlerindeki çocuklarına gösterdikleri tutumlar onların geleceklerine de etki eder. Özellikle 0-1 yaş anneye bağlanma ve 1-3 yaş anneden ayırışma dönemlerini sağlıklı bir şekilde atlatamayan çocuklarda kaygı görülmektedir (Yılmaz, 2017).

Kişinin çocukluk yılları kaygının kökeninin olduğu yıllardır. Çocukluk döneminde maruz kalınan aşırı reddedici veya küçük düşürücü tutumlar, ergenlik döneminde diğer yetişkinlerin alaycı tutumları, çocuğun fiziksel veya psikolojik baskı altında tutulması, çocuğun altını ıslatma ve cinsel oyunlarının tepki ile karşılanması, aşırı koruyucu tutumlar, ebeveynlerin birbirine karşıt düşen istekleri, tutarsızlıkları, boşanmış ailelerde anne-baba arasında boşandıktan sonra da devam eden çekişmeler gibi yaşanan pek çok olumsuz durum çocukta kaygının oluşmasına neden olabilmektedir (Alisinaoğlu ve Ulutaş, 2000)

Araştırmalar annenin kaygı düzeyinin çocuğu üzerinde önemli düzeyde etkili olduğunu göstermiş ve anneden geçen kaygı sonucunda çocuğun zihninde yeni bağlantılar kurarak çevresindeki bazı kişiler ve durumlar karşısında kaygı duymaya başlayabileceğini kanıtlamıştır. Olumsuz ebeveyn tutumları bireyde psikolojik olarak olumsuzluklar yaratabilmektedir. Ebeveynlerinin kendilerine karşı “demokrat” olduğunu ifade eden çocuklarla “otoriter” tutum gösteren ebeveynlerin çocuklarında kaygı düzeyi açısından farklılık olduğu görülmektedir. “Demokrat” tutumu benimseyen ebeveynlerin çocukları daha düşük kaygı düzeyine sahiptir (Geçtan, 1995).

2.3.4.1.6 Anne baba eğitim durumu

Gümüş (1997) çalışmasında anne ve babanın eğitim durumu arttıkça çocuğun kaygısının azaldığını saptamıştır. Eğitimli aileler ile ilkokul mezunu olan ailelerin çocuklarına uyguladıkları tutumlar farklılık göstermektedir. Eğitimli ailelerin daha bilinçli olması, çocuklarına okul ve diğer pek çok konuda yardım etmede daha yeterli olması çocuğun kaygısını azaltıcı etkiye sahiptir.

2.3.4.1.7 Sosyoekonomik durum

Konuyla ilgili olarak daha önce yapılan araştırmalar incelendiğinde, ekonomik durumun kaygı üzerinde etkisinin olduğu görülmektedir. Yapılan çoğu araştırmada düşük gelir düzeyine sahip ailelerin çocuklarının kaygı seviyesinin daha yüksek olduğu savunulmaktadır. Bunun nedeni olarak da çocukların ihtiyaçlarının beklenen düzeyde sağlanamaması nedeniyle ortaya çıkan doyumsuzluk, güvensizlik ve eksiklik duyguları içinde olmaları gösterilmiştir. Ayrıca düşük gelir düzeyine sahip ailelerin temel ihtiyaçlarını karşılayamamasına ve bu nedenle de hayattan tatmin olamamalarına sebep olabilmektedir. Bu da aile ilişkilerinin olumsuz yönde

etkilemekte ve bireyler arasında gerginlik, sinirlilik ve tedirginlik oluşturmakta ve bunun sonucu olarak da çocuğun yaşamını sürdürme kaygılarının oluşmasına neden olabilmektedir (Varol, 1990).

Bozkurt (2004) yaptığı araştırmasında, sosyoekonomik olarak yüksek düzeyde yaşayan çocukların kaygı seviyelerini daha yüksek olarak bulmuş ve bunun nedeni olarak da ailenin çocuk için çok fazla imkân sunması, bunun karşılığında çocukta beklentilerin yüksek olmasının çocukta depresyon düzeyini arttırdığını savunmaktadır.

2.3.4.1.8 Anne baba mesleği

İnsanların vaktinin büyük çoğunluğunu işte geçirmesi nedeniyle onların meslekleri kişilik özelliklerini etkileyebilmektedir. Varol, baba mesleği işçi, çiftçi, esnaf olan öğrencilerin kaygı düzeylerinin baba mesleği memur, subay ile serbest meslek olanlara göre yüksek olduğunu belirtmiştir. Anne mesleğine göre ise anne mesleği ev hanımı, işçi, esnaf olan öğrencilerin kaygı düzeylerinin, anne mesleği serbest meslek olanlara göre daha yüksek olduğunu saptamıştır (Varol, 1990). Ayrıca ebeveynlerin tehlikeli işlerde çalışması (polis), iş saatlerinin esnek olması, gece nöbetlerine sık sık kalması veya yoğun iş seyahatleri de anne babanın mesleği ile ilgili olarak çocuğun kaygı düzeyini arttıran etmenler arasındadır.

2.3.4.1.9 Kaygıyı etkileyen diğer etmenler

Verilen bütün bu etmenlerin yanı sıra yapılan literatür taraması sonucu çocukların farklı etmenlerden dolayı da kaygılı oldukları bulunmuştur.

Bunlardan biri, çocuğun gelişiminde önemli rol oynayan ailenin ölüm veya boşanma sonucu parçalanması, çocuğun zaten stresli olduğu dönemi körükleyerek çocuğun depresif ve kaygılı olmasına neden olabilir (Saylor 1993, akt. Özdal, Aral, 2005).

Ani değişimler çocukta kaygıyı arttıran diğer bir faktördür. Çocuklarda taşınma, kreşe başlama, çok sevdiği bir şeyi veya birini kaybetme gibi değişimlerde kaygı yaratabilmektedir. Böyle ani gelişen değişimlere veya yeniliklere çocuk psikolojik olarak önceden hazırlanmalıdır (Yılmaz, 2017).

Kalıtım kaygı düzeyini önemli derecede etkileyen bir değişkendir. Kaygının kalıtsal geçişi yüksektir. Kaygılı anne babaların çocuklarında da kaygı görülme olasılığı yüksektir (M. Rapee, H. Spence, Cobham, Wignall, 2017).

Çocukların akran ilişkisi de kaygıyı etkileyen faktörlerdendir. Okul öncesi dönemde akranları tarafından reddedilen veya akran şiddetine maruz kalan çocukların ileriki yaşlarda depresyon, yalnızlık, kaygı gibi durumlara sahip olduğu görülmüştür (Kochenderfer ve Ladd, 1996; Ladd ve Burgess, 2001). Bu durum okula uyumu da olumsuz yönde etkilemektedir (Ladd, Kochenderfer ve Coleman,1996).

2.3.4.1.10 Covid-19 pandemisi ve çocukta kaygı

Çocukların fiziksel, bilişsel, dil ve sosyal gelişimleri düşünüldüğünde Covid-19 pandemi sürecinden en çok etkilenen grup içerisinde yer alması beklenmektedir. Çocuklarda 2 yaş ve sonrası dönemde gelişen egosantrizm nedeniyle, küçük yaşta bulunan çocuklar pandemi nedeniyle yaşanan kayıpların suçlusu olarak kendilerini görmekte ve bu durum onların ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir. Özellikle küçük yaştaki çocukların okula daha kolay adapte olması amacıyla uygulanan oryantasyon süreci pandemi nedeniyle sekteye uğramış ve online eğitime geçilmek durumunda kalmıştır. Çocuklar herhangi bir oryantasyon süreci yaşamadan duruma uyum sağlamak zorunda kalmıştır (Çaykuş, 2020). Küçük yaştaki çocuklarda henüz soyut düşünebilme durumu gelişmediği için durumu anlamlandırmada güçlük çekmekte ve kaygılarında artış oluşmaktadır. Piaget 2-6 yaş aralığında bulunann dönemi 'işlem öncesi dönem' olarak nitelendirmekte ve bu dönemdeki çocukların durumlara tek bir açıdan bakabildiğini belirtmektedir. Piaget benmerkezci düşüneyi olayları anlamlandırmada en büyük engel olarak görmektedir. Benmerkezci olarak düşünen ve soyut düşünebilme yetisinin henüz kazanamamış okul öncesi çocukların pandemi sürecini anlamaları oldukça güçtür. Buna bağlı olarak da kaygı seviyeleri yetişkin bireylere kıyasla daha hızlı biçimde artmaktadır (Tarkoçin, Alagöz, & Boğa, 2020).

Bunların yanı sıra salgın sürecinde yaşanan değişimler, belirsizlikler ve kayıplar yetişkin bireylerin kaygısını artırmakta ve bu da doğrudan çocuklarının kaygılarının yükselmesine neden olmaktadır (Wagner, 2020). Yetişkinlerin bakteri, mikrop, virüs gibi kavramları çocuğa tam açıklamadan söyelemsi çocukta belirsizlik yaratmakta ve kaygısını pekiştirmektedir (Ercan, 2020). Sosyal desteğe en çok ihtiyaç duydukları bu süreçte, sokağa çıkma kısıtlamalarının olması, çocukların arkadaşları ile iletişim kurmalarını engellemiş ve bu durumla başa çıkabilmelerini zorlaştırmıştır (Unicef, 2020). Okul öncesi dönemdeki çocukların oyun çocuğu olduğu düşünüldüğünde, pandemi sürecinde ortaya çıkan yasaklar nedeniyle çocuk akranları ile zaman

geçirememekte, yaşanan bu durum çocuğun motor, sosyal, ruhsal gelişimini sekteye uğratmakta ve çocuklarda var olan korku, kaygı, saplantı gibi sorunların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Witt, 2020). Bunun yanı sıra tıp ki yetişkinlerde olduğu gibi küçük yaşta çocuklar da zaman zaman ruh sağlığı hizmetinden yararlanmaya ihtiyaç duymaktadır. Ancak Covid-19 pandemi sürecinde pek çok uzmanın seanslarını online olarak gerçekleştirmesi ve çocukların dikkat sürelerinin kısa olması durumu göz önüne alındığında, çocukların bu desteği alması da güçleşmiş ve korku, mutsuzluk, kaygı düzeylerinde artış olduğu görülmüştür (Maldives, 2020). Covid-19 pandemi sürecinde kaygı düzeylerinde en çok artışın görüldüğü grup özel gereksinimli çocuklardır. Çünkü bu çocukların rutinlerinin dışına çıkılması onlarda yoğun stres, sinir ve kaygı yaratmakta ve bu duygular ile başa çıkamamaktadırlar (Reyhan, 2020). Covid-19 pandemisi ve çocukta yarattığı kaygıya ilişkin yapılan pek çok çalışmada, pandemi sürecinin çocukları olumsuz etkilediği ve kaygı düzeylerinde en çok artış görülen grubun okul öncesi çocuklar olduğu savunulmaktadır.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1 Araştırmanın Tipi

Çalışmada kesitsel model kullanılmıştır. Kesit alma yaklaşımı, ayrı gruplar üzerinde tek bir defa uygulanan ve sonuçlarının aynı grup olarak yorumlandığı durumdur.

3.2 Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini Türkiye’de yaşayan, okul öncesi çocuğa sahip (3-6 yaş arası) ve aktif olarak çalışan (evden veya işyerinden) anne/babalar oluşturmaktadır. Çalışma evreni içerisinde hazırlanan çalışmada Türkmendağ ve arkadaşlarının yapmış olduğu klinik olarak anlamlı değişkenlerin gösterildiği çalışmada evden çalışma ve çalışma motivasyonu arasındaki anlamlı fark açısından etki büyüklüğü 1.0 olarak belirlendi (Tuna, & Türkmendağ, 2020). Alınması gereken en küçük örneklem büyüklüğü bilgisayar ortamında Epi Info Starcalc Sample Size programında örnek büyüklüğü oluşturma kısmı kullanılarak belirlenmiştir. Etki büyüklüğü 1.0 α değeri 0.005 gücü %80 olacak şekilde her bir grup için katılımcı sayısı 45 olmak üzere 90 olarak hesaplandı. Olası nedenlerle örneklerin araştırma dışı kalma olasılığı dikkate alındığında araştırmaya 200 kişi alınması planladı. Araştırmanın örneklemini Türkiye’de yaşayan ve okul öncesi çocuğa sahip 200 kişi (50 evden çalışan kadın, 50 işyerinden çalışan kadın, 50 evden çalışan erkek, 50 işyerinden çalışan erkek) oluşturmaktadır. Çalışma için kullanılan ölçekler 01/02/2021-15/03/2021 tarihleri arasında İzmir İl Müdürlüğü’ne bağlı okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların ailelerine elden, elden ulaştırılması mümkün olmayan ve farklı şehirlerde yaşayan ebeveynlere ise çevrimiçi olarak uygulanmıştır.

3.3 Araştırmanın Kısıtlılıkları

Araştırma, evden veya işyerinden aktif olarak çalışan kişilerin kaygı ve yaşam doyum düzeylerini incelemektedir. Bu nedenle çalışmayan bireyler araştırmanın dışında kalmaktadır. Araştırma okul öncesi dönemde yer alan çocukların kaygı

düzenini ölçmektedir. Bu nedenle, 3-6 yaş arası çocuğu bulunmayan kişiler araştırmanın dışında kalmaktadır.

3.4 Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan örnekleme, çalışmanın kim tarafından yürütüleceği, konusu, amacı, çalışmaya katılabilme koşulları ve gizliliğe yönelik bilgi verebilmek amacıyla Bilgilendirilmiş Onam ve Rıza Formu kullanılmıştır. Bunun yanında örneklemin demografik bilgilerini elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Sosyodemografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Ebeveynlerin kaygı düzeyini ölçmek amacıyla 'Beck Anksiyete Ölçeği', yaşam doyum düzeyine ilişkin bilgileri ölçmek amacıyla Türkçe'ye uyarlaması Abidin Dağlı tarafından yapılan 'Yaşam Doyum Ölçeği' ve ebeveynlerin çocuklarının kaygı düzeylerini anlamlandırabilmek için ise, 30 maddeden oluşan ve 3-6 arası çocuklar için hazırlanmış olan 'Okul Öncesi Kaygı Ölçeği' kullanılmıştır.

3.4.1 Bilgilendirilmiş onam ve rıza formu

Araştırmacı tarafından çalışmanın konusu ve amacı ile ilgili bilgi vermek ve katılımcının onayını almak üzere hazırlanmıştır.

3.4.2 Sosyodemografik bilgi formu

Sosyodemografik Bilgi Formu, katılımcının cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, çocuğunun cinsiyeti, çocuk sayısı, Covid-19 pandemisi döneminde evden/işyerinden çalışma durumu ve maaş değişikliği gibi katılımcının demografik bilgilerini elde etmek amacı ile araştırmacının çalışma konusu kapsamında hazırlanan bir formdur.

3.4.3 Beck anksiyete ölçeği

Bu ölçek, 1988 yılında Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş ve 1993 yılında Ulusoy tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılmıştır (Ulusoy, Sahin, ve Erkmen, 1998). Bireylerin yaşadığı kaygı belirtilerinin sıklığına belirlemek amacıyla hazırlanmıştır (Beck, 1988). Test 21 maddeden oluşmaktadır. Bireyin kaygı düzeyini 0-3 arasında puanladığı likert tipi bir ölçektir. 0 puan hiç, 1 puan hafif derecede, 2 puan orta derecede ve 3 puan ise ciddi derecede bir kaygı düzeyini belirtmektedir. Kişi toplam 21 soruya cevap verir ve testin sonunda kişinin kaygı puanı elde edilir. Kişinin testin sonunda aldığı puan 8-15 aralığında ise hafif kaygı belirtilerine, 16-25

puan aralığında ise orta düzeyde kaygı belirtilerini, 26-63 puan aralığında ise şiddetli düzeyde kaygı belirtilerine sahip olduğu ifade edilmektedir (Güleç, Sayar, ve Özkorumak, 2005).

3.4.4 Yaşam doyum ölçeği

Ölçek toplam 5 maddeden oluşmaktadır. Diener ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş olan bu ölçek kişilerin yaşamdan aldıkları doyum düzeyini yani iyi oluş ve mutluluk düzeylerini ölçmektedir (Diener, Emmons, Larsen, ve Griffin, 1985). Türkçe'ye uyarlaması Abidin Dağlı ve Nigah Baysal tarafından yapılmıştır (Dağlı, ve Baysal, 2016). Ölçek yaşam doyumuna ilişkin 5 maddeden oluşmaktadır. Kişi bu maddeleri 1-5 arasında puanlamaktadır. 1 puan hiç katılmıyorum, 2 puan çok az katılıyorum, 3 puan orta düzeyde katılıyorum, 4 puan büyük oranda katılıyorum ve 5 puan tamamen katılıyorum şeklindedir. Ölçekten alınabilecek puan 5 ile 25 arasında değişmektedir. Ölçeğin tek boyutlu modelinin uyumunu belirlemek amacıyla yapılan faktör analizi sonucunda hesaplanan uyum indeksi değerleri kabul edilebilir düzeyde bulunmuş olup, ölçekteki bu maddelerin faktör yükleri .728 ile .893 arasında değişmektedir. Ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı .88 olarak hesaplanmıştır.

3.4.5 Okul öncesi kaygı ölçeği

Ölçek toplam 30 maddeden oluşmaktadır. 3-6 yaş arası çocukların kaygı düzeylerini ölçmek amacı ile oluşturulmuştur. Ölçek 2010 yılında Edwards ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş (Edwards, Rapee, Kennedy, ve Spence, 2010) ve Türkçe geçerlilik çalışması 2016 yılında yapılmıştır (Güler, ve Totan, 2016). Ölçek 3-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynler tarafından çocuğun kaygı durumu göz önüne alınarak doldurulmaktadır. Ölçeğin geçerlilik güvenirlik çalışması 600 ebeveyne uygulanarak yapılmıştır. Ölçek toplam 30 maddeden oluşmakta, ancak 3. ve 6. maddeler puanlamaya dahil edilmemektedir. 5'li likert tipi ile puanlanan ölçekte 0 puan hiç doğru değil, 1 puan nadiren doğru, 2 puan bazen doğru, 3 puan oldukça, 4 puan çok zaman doğru anlamına gelmektedir. Ölçekte Sosyal kaygı, Genellenmiş Kaygı, Ayrılık Kaygısı ve Belirgin Korkular olmak üzere toplam 4 tane alt boyut bulunmaktadır. Ölçekte ters kodlanan puan bulunmamaktadır. İlgili maddeler toplanarak alt boyutlara ulaşılır. Ayrıca bu alt boyutların toplamı kaygı puanını verir. Yüksek puan yüksek kaygıya işaret eder. 28 maddenin toplamı alınmaktadır.

Sosyal Kaygı Alt Boyutu

Madde 2 + 5 + 9 + 12 + 15 + 18 + 25

Genellenmiş Kaygı Boyutu

Madde 1 + 20 + 21 + 23 + 26 + 27 + 29

Ayrılık Kaygısı Boyutu

Madde 7 + 10 + 13 + 17 + 28

Belirgin Korkular Boyutu

Madde 4 + 8 + 11 + 14 + 16 + 19 + 22 + 24 + 30

3.5 İstatiksel Analiz

Verilerin analizi için SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 25.0 istatistik programı kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesi %95 güven aralığında ve $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde yapılmıştır. Çalışma durumunun (evden çalışma veya iş yerinden çalışma) kişinin kaygı düzeyinde ve yaşam doyum düzeyinde bir fark yaratıp yaratmadığına bakmak için iki ayrı bağımsız grup t test analizi yapılmıştır. Okul öncesi kaygının, ebeveyn kaygı düzeyi ve yaşam doyum düzeyiyle olan ilişkisinin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizleri kullanılmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde katılımcılardan elde edilen verilerin analiziyle oluşturulmuş araştırma sorularına ilişkin bulgular yer almaktadır.

4.1 Ebeveynlerin ve Çocukların Demografik ve Klinik Özellikleri

Çalışmaya 50 işyerinden, 50 evden çalışan anne ve 50 işyerinden, 50 evden çalışan baba olmak üzere 3-6 yaş arasında çocuğa sahip toplam 200 kişi katılmıştır. Katılımcılar ile ilgili demografik bilgiler, Yaşam Doyum düzeyleri, Anksiyete düzeyleri ve çocuklarının Okul Öncesi Kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirme kriterleri Çizelgelarda gösterilmiştir.

Çizelge 4.1: Demografik Bilgiler

Değişkenler	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Kadın	100	50
	Erkek	100	50
Ebeveyn Sağ Durumu	Hayatta	189	97
	Hayatta Değil	11	3
Ebeveyn Birliktelik Durumu	Birlikte	182	91
	Boşanmış	18	9
Eğitim Düzeyi	İlkokul	7	3
	Lise	35	15
	Üniversite	119	59
	Yüksek Lisans	39	23
Çocuğun İhtiyaçlarını Karşılama Durumu	Karşılatabilen	182	90
	Karşılatabilmeyen	18	10
Çocuk Cinsiyeti	Kız	98	50
	Oğlan	102	50
Ebeveyn Çocuk Sayısı	Tek Çocuk	111	53
	İki ve Üzeri Çocuk	89	47
Maaş Değişikliği Durumu	Artış	17	8
	Azalış	53	32
Çalışma Durumu	Sabit	130	60
	Evden	100	50
	İşyerinden	100	50

Çizelge 4.1’de görüldüğü üzere; katılımcıların 100’ü kadın (%50) ve 100’ü erkek (%50) olmak üzere toplamda 200 kişi çalışmaya katılmıştır. Çalışmaya katılan

ebeveynlerden 100 tanesi (%50) evden çalışırken, 100 tanesi (%50) işyerinden çalışmaktadır. Katılımcılardan her iki ebeveynini hayatta olduğu 189 kişi (%97) kişi ve hayatta olmadığı 11 kişi (%3) kişi mevcuttur. Ebeveynlerin birliktelik durumu incelendiğinde; 182 kişi (%91) birlikte ve 18 kişi (%9) kişi boşanmıştır. Ebeveynlerin eğitim düzeyi incelendiğinde; 7 kişi (%3) ilkokul mezunu, 35 kişi (%15) lise mezunu, 119 kişi (%59) kişi üniversite mezunu, 39 kişi (%23) yüksek lisans mezunudur. Ebeveynler çocuklarının ihtiyaçlarını karşılama açısından incelendiklerinde; 182 kişinin (%90) çocuklarının ihtiyaçlarını karşılayabildikleri, 18 kişinin (%10) karşılayamadığı görülmüştür. Ebeveynlerin sahip oldukları çocuklarının cinsiyeti açısından incelendiğinde; 98 kişinin (%49) 102 kişinin (%51) erkek çocuğa sahip olduğu görülmüştür. Ebeveynlerin sahip olduğu çocuk sayısı incelendiğinde; 111 tanesi (%53) tek çocuğa, 89 tanesi (%47) iki ve üzeri çocuğa sahiptir. Pandemi sürecinde yaşanan maaş değişikliği incelendiğinde; 17 kişinin (%8) maaşında artış, 53 kişinin (%32) maaşında azalış ve 130 kişinin maaşında değişiklik yaşanmamıştır.

4.2 Cinsiyetler Arası Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.2: Cinsiyetler arası kaygı ve yaşam doyum düzeyleri ortalamaları arasındaki fark

	Cinsiyet				<i>t</i>	<i>P</i>
	Kadın (n = 100)		Erkek (n = 100)			
	\bar{X}	<i>Ss</i>	\bar{X}	<i>Ss</i>		
Yaşam Doyumu	16,89	0,45	14,11	0,45	4,36	.00
Beck Anksiyete	21,12	1,27	12,86	0,83	5,44	.00

**p<0.05 **p<0.05

Cinsiyetler arası kaygı ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki farkı incelemek amacıyla t test kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda, kadınların kaygı düzeyinin ($X=21,12$, $Ss=1,27$) erkeklerin kaygı düzeyinden ($X=12,86$, $Ss=0,83$) yüksek olduğu benzer biçimde kadınların yaşam doyum düzeyinin ($X=16,89$, $Ss=0,45$) erkeklerin yaşam doyum düzeyinden ($X=14,11$, $Ss=0,45$) yüksek olduğu bulunmuştur (Çizelge 4.2).

4.3 Çalışma Durumuna Göre Kadınların Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.3: Kadınların çalışma durumuna göre kaygı ve yaşam doyum düzeyleri ortalamaları arasındaki fark

	Çalışma durumu				<i>t</i>	<i>P</i>
	Evden (n = 50)		İşyerinden (n = 50)			
	\bar{X}	<i>Ss</i>	\bar{X}	<i>Ss</i>		
Yaşam Doyumu	16,66	4,86	17,12	4,12	0,51	0,06
Beck Anksiyete	20,88	14,66	21,36	10,57	0,19	0,06

**p>0.05 **p>0.05

Kadınların çalışma durumuna(evden/işyerinden) bağlı olarak kaygı ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki farkı incelemek amacıyla t test kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda, Covid-19 nedeni ile çalışma koşulları değişerek evden çalışan kadınların yaşam doyum düzeyleri ile ($X=16,66$, $Ss= 4,86$), çalışma koşulları değişmeyerek işyerinden çalışan kadınların yaşam doyum düzeyleri ($X=17,12$, $Ss=4,12$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır. Benzer biçimde evden çalışan kadınların kaygı düzeyleri ile ($X=20,88$, $Ss=14,66$), işyerinden çalışan kadınların kaygı düzeyleri ($X=21,36$, $Ss=10,57$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır (Çizelge 4.3).

4.4 Çalışma Durumuna Göre Erkeklerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.4: Erkeklerin çalışma durumuna göre kaygı ve yaşam doyum düzeyleri ortalamaları arasındaki fark

	Çalışma durumu				<i>t</i>	<i>P</i>
	Evden (n = 50)		İşyerinden (n = 50)			
	\bar{X}	<i>Ss</i>	\bar{X}	<i>Ss</i>		
Yaşam Doyumu	13,78	4,56	14,42	4,56	0,7	0,97
Beck Anksiyete	13,06	7,79	12,66	8,82	-0,24	0,51

**p>0.05 **p>0.05

Erkeklerin çalışma durumuna(evden/işyerinden) bağlı olarak kaygı ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki farkı incelemek amacıyla t test kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda, Covid-19 nedeni ile çalışma koşulları değişerek evden çalışan erkeklerin yaşam doyum düzeyleri ile ($X=13,78$ $Ss= 4,56$), çalışma koşulları değişmeyerek işyerinden çalışan kadınların yaşam doyum düzeyleri ($X=14,42$, $Ss=4,56$) arasında istatikselsel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır. Benzer biçimde evden çalışan erkeklerin kaygı düzeyleri ile ($X=13,06$, $Ss=7,79$), işyerinden çalışan erkeklerin kaygı düzeyleri ($X=12,66$, $Ss=8,82$) arasında istatikselsel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır (Çizelge 4.4).

4.5 Çalışma Durumuna Göre Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.5: Ebeveynlerin evden / işyerinden çalışma durumu bağlı olarak kaygı ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ortalama farkı

	Çalışma durumu				<i>t</i>	<i>P</i>
	Evden (n = 100)		İşyerinden (n = 100)			
	\bar{X}	<i>Ss</i>	\bar{X}	<i>Ss</i>		
Yaşam Doyumu	15,22	0,49	15,77	0,45	0,82	0,15
Beck Anksiyete	16,97	1,23	17,01	1,06	0,025	0,71
Okul Öncesi Kaygı	29,12	1,67	30,26	1,5	0,73	0,59

**p>0.05 **p>0.05

Ebeveynlerin çalışma durumu (evden/işyerinden) ile kaygı ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki fark bağımsız grup t test yapılarak incelenmiştir.

Yapılan analizler sonucunda, Covid-19 nedeni ile çalışma koşulları değişerek evden çalışan ebeveynlerin yaşam doyum düzeyleri ile ($X = 15.22$, $Ss= .49$), çalışma koşulları değişmeyerek işyerinden çalışan ebeveynlerin yaşam doyum düzeyleri ($X = 15.77$, $Ss = .45$) arasında istatikselsel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır $t(198) = .82$, (Çizelge 4.5).

Benzer biçimde yapılan analizler sonucunda, Covid-19 nedeni ile çalışma koşulları değişerek evden çalışan ebeveynlerin kaygı düzeyleri ($X = 16.97$, $Ss= 1.23$) ile çalışma koşulları değişmeyerek işyerinden çalışan ebeveynlerin kaygı düzeyleri ($X=$

17.01, $S_s = 1.06$) arasında istatistiksel anlamda bir ilişki saptanmamıştır $t(198) = .03$, (Çizelge 4.5).

4.6 Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.6: Ebeveynlerin kaygı ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki korelasyon

<i>Değişkenler</i>	\bar{X}	S_s	1	2	3
1. Beck Anksiyete Ölçeği	17,05	11,48	1		
2. Yaşam Doyum Düzeyi	15,48	4,72	-0,15**	1	
3. Okul Öncesi Kaygı Ölçeği	29,69	15,86	0,55	-0,26**	1

** $p < 0.05$

Araştırmada ebeveynlerin kaygı ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla korelasyon kullanılmıştır.

Yapılan analiz sonucunda, ebeveynlerin kaygı düzeyi ile yaşam doyum düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. $p < .05$; $r: -0,15$ (Çizelge 4.6). Bulgulara göre ebeveynlerin kaygı düzeyi arttıkça yaşam doyum düzeyi azalmaktadır.

4.7 Çalışma Durumuna Göre Kadınların Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyi ve Çocuklarının Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular

Araştırmada kullanılan çalışma durumuna göre kadınların kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla korelasyon kullanılmıştır.

Yapılan analiz sonucunda, evden çalışan kadınların kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. $p < 0.05$; $r: 0,67$. İşyerinden çalışan kadınların kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. $p < 0.05$; $r: 0,61$ (Çizelge 4.7). Bulgulara göre, evden ve işyerinden çalışan kadınların kaygı düzeyi arttıkça çocuklarının da kaygı düzeyi artmaktadır.

Ek olarak, çalışma durumuna göre kadınların yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla korelasyon kullanılmıştır.

Çizelge 4.7: Kadınların kaygı ve yaşam doyumu düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki korelasyon

<i>Değişkenler</i>	\bar{X}	S_s	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Okul Öncesi Kaygı Ölçeği	29,69	15,86	1								
2. Beck Anksiyete/ Kadın/Evden Çalışan	21,67	10,445	0,67**	1							
3. Beck Anksiyete/ Erkek/Evden Çalışan	12,98	7,854	0,46**	0,02	1						
4. Yaşam Doyum/ Kadın/Evden Çalışan	17,08	4,152	0,42**	-0,002	-0,146	1					
5. Yaşam Doyum/Erkek/Evden Çalışan	13,96	4,425	0,38**	0,121	-0,228	0,106	1				
6. Beck Anksiyete/Kadın/İşyerinden Çalışan	21,04	14,77	0,61**	0,205	0,116	0,017	-0,116	1			
7. Beck Anksiyete/ Erkek/İşyerinden Çalışan	12,55	8,874	0,53**	0,097	-0,107	-0,188	-0,211	0,104	1		
8. Yaşam Doyum/Kadın/İşyerinden Çalışan	16,71	4,903	-0,22	-0,086	-0,275	0,095	0,2	-0,513	-0,18	1	
9. Yaşam Doyum/Erkek/İşyerinden Çalışan	14,31	4,538	0,02	-0,003	0,073	-0,031	-0,172	0,088	-0,276	0,016	1

**p<0.05

Yapılan analiz sonucunda, evden çalışan kadınların yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. $p<0.05$; $r:0.42$ İşyerinden çalışan kadınların yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. $p<0.05$; $r:-0,22$ (Çizelge 4.7). Bulgulara göre işyerinden çalışan kadınların yaşam doyum düzeyi arttıkça çocuklarının kaygı düzeyi azalmaktadır.

4.8 Çalışma Durumuna Göre Erkeklerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyi ve Çocuklarının Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular

Araştırmada kullanılan çalışma durumuna göre çalışma durumuna bağlı olarak erkeklerin kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla korelasyon kullanılmıştır.

Yapılan analiz sonucunda, evden çalışan erkeklerin kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. $p<0.05$; $r:0,46$. İşyerinden çalışan erkeklerin kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. $p<0.05$; $r:0,53$ (Çizelge 4.7). Bulgulara göre, evden ve işyerinden çalışan erkeklerin kaygı düzeyi arttıkça çocuklarının da kaygı düzeyi artmaktadır.

Ek olarak, çalışma durumuna göre erkeklerin yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla korelasyon kullanılmıştır.

Yapılan analiz sonucunda, evden çalışan erkeklerin yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. $p<0.05$; $r:-0.38$ İşyerinden çalışan erkeklerin yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. $p>0.05$; $r:0,02$ (Çizelge 4.7). Bulgulara göre evden çalışan erkeklerin yaşam doyum düzeyi arttıkça çocuklarının kaygı düzeyi azalmaktadır.

4.9 Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyi ve Çocuklarının Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.8: Ebeveynin kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki korelasyon

<i>Değişkenler</i>	\bar{X}	S_s	1	2	3
1. Beck Anksiyete Ölçeği	17,05	11,48	1		
2. Yaşam Doyum Düzeyi	15,48	4,72	-0,15**	1	
3. Okul Öncesi Kaygı Ölçeği	29,69	15,86	0,55	-0,26**	1

**p<0.05

Araştırmada kullanılan ebeveyn kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla korelasyon kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, ebeveynlerin kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında orta derecede pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur $p < .05$; $r: .55$ (Çizelge 4.8). Bulgulara göre kaygı düzeyi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarının da kaygı düzeyi yüksektir.

Araştırmada kullanılan ebeveyn yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla korelasyon kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, ebeveynlerin yaşam doyum düzeyleri ile okul öncesi çocuklarının kaygı düzeyleri arasında düşük düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır $p < .05$; $r = -.26$ (Çizelge 4.8). Bulgulara göre yaşam doyum düzeyi düşük olan ebeveynlerin çocuklarının çocuklarının kaygı düzeyi yüksektir. Ulaşılan sonuçlar göz önüne alındığında, ebeveynin yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyleri arasındaki ilişki, ebeveynlerin kaygı düzeyleri ile çocuklarının kaygı düzeyleri arasındaki ilişki kadar yüksek düzeyde anlamlı değildir.

4.10 Ebeveynlerin Çocuk Sayısına Bağlı Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.9: Ebeveynlerin çocuk sayısına bağlı olarak kaygı düzeyleri ortalamaları arasındaki fark

	Kardeş durumu				<i>t</i>	<i>P</i>
	Var		Yok			
	\bar{X}	S_s	\bar{X}	S_s		
Beck Anksiyete	14,87	1,07	18,69	1,16	2,37	0,03

**p<0.05

Ebeveynlerin çocuk sayısına bağlı olarak kaygı düzeyleri arasındaki farkı incelemek amacıyla t test kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda, çocuğun kardeşinin olup olmaması ebeveynlerin kaygı düzeylerini etkilemektedir. Bulgulara göre, ocuk sayısı 2 ve üstü olan ebeveynin kaygı düzeyi ($X = 14.87$, $S_s = 1.07$), tek çocuğa sahip olan ebeveynin kaygı düzeyinden ($X = 18.69$, $S_s = 1.16$) daha düşüktür. (izelge 4.9). Bulgular incelendiğinde ebeveynlerin sahip olduğu ocuk sayısına bağlı olarak kaygı düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmuştur $t(198) = 2.37$, $p < .05$, $d = .53$.



5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Yapılan bu çalışmada ebeveynlerin kaygı ve yaşam doyum düzeyi ile okul öncesi çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Aynı zamanda Covid-19 pandemi sürecindeki ebeveynlerin evden/işyerinden çalışma durumunuonların kaygı ve yaşam doyum düzeylerine etkisi, bu etkinin çocuklarının kaygı düzeyi ile ilişkisi ve katılımcıların sosyo demografik bilgilerine göre kaygı ve yaşam doyum düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. İstatiksel analizler sonucu elde edilen veriler daha önce benzer konularda yapılan araştırmalar ışığında tartışılacaktır. Araştırma sonucunda elde edilen bulguların daha önce yapılan çalışmalar ile paralel olup olmadığı incelenmiştir.

5.1 Cinsiyetler Arası Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada elde edilen bulgulara göre kadınların kaygı düzeyinin erkeklerin kaygı düzeyinden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; Schneier ve arkadaşlarının (1992) cinsiyet ve sosyal kaygı üzerine yaptıkları çalışmada, kadınların sahip oldukları sosyal kaygının erkeklerin sosyal kaygısından iki kat fazla olduğu bulunmuştur. Yapılan başka bir çalışmada kişilerin sınav kaygısı, performans kaygısı ve cinsiyet ilişkisi incelenmiş, kadınların sınav kaygısının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Ayrancı, ve Öge, 2011). Genç'in çalışmasında (2013), kadın ve erkeklerin genel kaygı düzeyi incelenmiş ve sonuç olarak kadınların genel kaygı düzeyi puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Çakmak ve Hevedanlı (2005) tarafından yapılan çalışmada, kadınların kaygı ve depresyon düzeyleri erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur. Dönmez tarafından yapılan çalışmada (2018), kadın ve erkeklerin sahip oldukları sosyal görünüş kaygısı incelenmiş ve kadınların kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kaygı düzeyinin kadınlarda daha yüksek olduğunu savunan pek çok çalışmanın yanı sıra, kaygı duyarlılığının da daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Amerikan Psikiyatri Birliği,

2000). Yapılan bir çalışmada kişilerin evlilikte yaşadığı kaygı düzeyi incelenmiş ve kadınların hissettiği kaygının yüksek olduğu görülmüştür (Curun, 2006).

Çalışmada cinsiyetler arası kaygı düzeyinin incelenmesinin yanı sıra, yaşam doyum düzeylerine ilişkin bulgular da incelenmiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre kadınların yaşam doyum düzeyinin erkeklerin yaşam doyum düzeyinden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; İtalya'da yapılan bir çalışmada kişilerin yaşam doyumlarının cinsiyetler arası farkı incelenmiş ve kadınların yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Meggiolaro ve Ongaro, 2015). Yaşam doyum düzeyinin cinsiyetler arası ilişkisini inceleyen başka bir çalışmada da kadınların sosyal iyilik halinin daha yüksek olmasından kaynaklı olarak yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Owen, Demirbaş-Çelik, & Doğan, 2018). Keser tarafından yapılan çalışmada (2005), yaşam doyumunu ve iş doyumunu kavramlarının cinsiyet ile ilişkisi incelenmiş ve kişilerin sahip oldukları iş doyum düzeylerinde cinsiyetler arası farka rastlanmazken, kadınların sahip oldukları yaşam doyum düzeyi erkeklerin yaşam doyum düzeyinden yüksek bulunmuştur. Benzer biçimde ülkemizde yapılan başka bir çalışmada da kadınların yaşam doyum düzeylerinin erkeklere kıyasla yüksek olduğu saptanmıştır (Ünal, Karlıdağ, & Yoloğlu, 2001). Rose tarafından yapılan çalışmada (2003) çalışan kadın ve erkeklerin yaşam doyum düzeyleri incelenmiş ve kadın çalışanların yaşam doyum düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

5.2 Çalışma Durumuna Göre Kadınların ve Erkeklerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada elde edilen bulgulara göre Covid-19 pandemi sürecinde evden/işyerinden çalışma durumu ile kadınların ve erkeklerin kaygı düzeyine ilişkin anlamlı ilişki saptanamamıştır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; Ercan (2020) çalışmasında, pandemi döneminde evden çalışan kadın ve erkekleri incelemiş ve bu yeni durumun onların kaygılarında bir değişikliğe yol açmadığını belirtmiştir. Bu durumu destekler biçimde yapılan başka bir çalışma da evden ve işyerinden kadınların kaygı puan farkına bakılmış ve bu iki grup arasında anlamlı bir fark

görülmemiştir (De Vos, J., 2020). Pandemi sürecinde evden çalışma durumunun kadın kaygısı üzerindeki etkisini inceleyen bir çalışmada, bu dönemde ev içerisindeki sorumlulukların artmasına rağmen evde beraber geçirilen zamanın fazlaşması ile beraber dengelendiğini ve bu kadınların kaygı düzeyinde bir fark olmadığını göstermiştir (Gümüşgöl, ve Aydoğan, 2020). Tuna ve Türkmendağ (2020) tarafından yapılan çalışmada kadın ve erkekten oluşan ve pandemi nedeniyle evden çalışan 23 katılımcı incelenmiş ve teknolojik alt yapı açısından sorun yaşamadıkları için kaygı düzeylerinde bir değişiklik olmadığı görülmüştür. Yapılan başka bir çalışmada, evden çalışan ve esnek çalışma şartlarına sahip olan kadın ve erkekler incelenmiş ve katılımcılar evden çalışmanın kıyafet serbestliği, trafikten uzaklık gibi olumlu yönlerinin olduğunu ancak aynı zamanda çalışma saatlerinin uzamasının olumsuz durumlar yarattığını belirterek kaygı düzeylerinde bir farka rastlanmamıştır (Dingel, ve Neiman, 2020).

Araştırmada elde edilen bulgulara göre Covid-19 pandemi sürecinde evden/işyerinden çalışma durumu ile kadınların ve erkeklerin yaşam doyum düzeyine ilişkin anlamlı ilişki saptanamamıştır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; Evren yapmış olduğu çalışmasında (2020) Covid-19 döneminde evden çalışan bireylerin kaygı ve yaşam doyumlarında değişim olmadığını bildirmiştir. Aksoy ve Atılgan (2020) tarafından yapılan çalışmada kişilerin yaşam doyum düzeyleri ile evden/işyerinden çalışma durumuna ilişkin ilişki bulunamamıştır. Gencer (2020) tarafından yapılan çalışmada yaşam doyum, çalışma durumu ve yaş faktörü arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

5.3 Çalışma Durumuna Göre Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada elde edilen bulgulara göre Covid-19 pandemi sürecinde evden/işyerinden çalışma durumu ile ebeveynlerin kaygı düzeyine ilişkin anlamlı ilişki saptanamamıştır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; Motiejūnaite-Schulmeisterve Crosier (2020), fen bilimleri öğretmenleri üzerine yapmış olduğu çalışmada öğretmenlerin evden ya da işyerinden çalışma durumlarının

kaygı seviyelerinde değişikliğe neden olmadığını bulmuştur. Rusli, Edimansyah ve Naing (2008) tarafından yapılan çalışmada Malezya'daki çalışan kişilerin evden ve işyerinden çalışmalarının kaygıları üzerine etkileri araştırılmış ve iki durumun kaygı düzeylerinde farklılık yaratmadığı saptanmıştır. Almondes ve Araujo (2009) 22-25 yaşları arasında bulunan toplam 239 çalışanın evden ve işyerinden çalışma durumlarında meydana çıkan kaygı düzeylerini incelemiş ve bu iki durum arasında anlamlı bir ilişki saptayamamıştır. Fan (2015) Amerikalılar ile yapmış olduğu çalışmada 30-60 yaş 129 kişinin evden/işyerinden çalışma durumunun kaygı üzerindeki etkisini araştırmış ve iki durumun kaygı düzeylerini etkilemediği sonucuna ulaşmıştır.

Araştırmanın sonucundan farklı olarak bir grup araştırmacı evden çalışma durumunun kaygı düzeyini artırdığını belirtmektedir. Nohe, Meier, Sonntag ve Micherl (2015) tarafından yapılan çalışmada Covid-19 pandemisi nedeniyle evden çalışan kadınların birden çok rolü üstlendiği ve buna bağlı olarak da kaygı düzeylerinde artış olduğu savunulmuştur. Covid-19 sürecinde evden çalışma durumunu inceleyen Mariki (2020) evden çalışmanın sosyal yaşamlarının kısıtlanması, ev içerisinde artan sorumluluklar, sürekli evde vakit geçiren bireylerin hızlı kilo artışı ile ortaya çıkan bedenden memnun olmama, temelinde bireylerin alışkın oldukları günlük rutinlerin değişimi gibi nedenlerden dolayı kaygı düzeylerinde artış olduğunu savunmuştur. Jiao (2020) tarafından yapılan çalışmada, evden çalışmanın ev dışında vakit geçirememesi nedeniyle kendini özgür hissedememe, çocukların evden eğitim görmesi nedeniyle uyku ve yeme düzenlerinde oluşan sorunlar, teknolojik cihazlara daha çok bağlanma, temizlik konusunda sağlıklı olabilecek düzeyde aşırıya kaçma gibi faktörler nedeniyle özellikle ebeveynlerin kaygı düzeyini artırdığı bulgusuna ulaşılmıştır. Kandiyoti (2020) tarafından yapılan çalışmada evden çalışma durumunun özellikle kadınların kaygı düzeyinde artışa neden olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Evden çalışma durumunun kaygı düzeyini düşürdüğünü savunan çalışmalar da mevcuttur. Simon ve arkadaşları (2020) tarafından yapılan çalışmada Covid-19 nedeniyle evden çalışma durumu incelenmiş ve pandemiden önceki döneme göre aile fertleri arasında boş zamanları beraber değerlendirme, evdeki sorumlulukları paylaşma, birbirlerine destek olma gibi nedenlerden dolayı kaygı düzeylerinin azaldığını savunmaktadır. Başka bir çalışmada ise, Covid-19 nedeniyle aile fertleri

ev içerisinde daha çok vakit geçirmeye başlamış ve yaşanan çatışmalar azalmış ve kişilerin kaygı düzeyinde azalma olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (De Vos, J., 2020). Kundi & Bhowmik (2020) tarafından yapılan çalışmada pandemi sürecinde evden çalışan bireylerin bulaş korkusu yaşamadıkları ve bundan kaynaklı olarak da kaygı seviyelerinde azalma olduğu bulunmuştur. Demirbaş ve Koaçk (2020) tarafından yapılan çalışmada 2-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin evden çalışma durumlarında çocukları ile yan yana olmalarından kaynaklı kendilerini daha güvende hissettikleri ve kaygı düzeylerinde düşüş olduğu gözlemlenmiştir.

Evden çalışma ve kaygı arasındaki farkı inceleyen araştırmalar mevcuttur. Araştırmaların bir kısmı evden çalışma durumunun kaygı düzeyini artıracakını düşünürken bir kısmı bu durumun kaygı düzeyini düşürdüğünü, bazı araştırmalar ise, çalışmamızda bulduğumuz sonuca paralel olarak evden/işyerinden çalışma durumunun kaygı düzeyi üzerinde etkisinin bulunmadığını savunmaktadır.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre Covid-19 pandemi sürecinde evden/işyerinden çalışma durumu ile ebeveynlerin yaşam doyum düzeyine ilişkin anlamlı ilişki saptanamamıştır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; Çiçek ve Almalı (2020) tarafından Covid-19 sürecinde evden ve işyerinden çalışan bireylerin yaşam doyum düzeyleri incelenmiş ve iki grup arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Aksoy ve Atılğan (2020) tarafından yapılan çalışmada kişilerin yaşam doyum düzeyleri ile evden/işyerinden çalışma durumuna ilişkin ilişki bulunamamıştır. Yapılan başka bir çalışmada evden/işyerinden çalışma durumu ile yaşam doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu durumda evden çalışma durumu ve işyerinden çalışma durumunun yaşam doyum düzeyi üzerinde etkisinin olmadığı söylenebilir (Demirbulat, & Bozok, 2015).

Bu durumun aksine yapılan bir çalışmada evden çalışma durumunun hem işveren hem de çalışan için avantajlı olduğu belirtilmiştir. Evden çalışma durumunun işveren için maliyetleri ve işe devamsızlık durumunu azalttığı, çalışan için rekabet gücünü ve performansı arttırdığı, iş stresini ve tükenmeyi azalttığı görülmüştür (Gajendran, & Harrison, 2007). Eryiğit (2000) tarafından yapılan çalışmada evden çalışma durumu işverenin maliyetini önemli düzeyde azaltmakta, çalışan için ise iş süresinin işçinin koşullarına göre ayarlanabilmesini sağlaması açısından yaşam doyum düzeylerinde

artıŖa neden olmaktadır. Salgın döneminde yapılan bir çalışmada evden çalışan bireylerin yaşamlarından daha memnun olduğu buna bağlı olarak yaşam doyum düzeylerinin işyerinden çalışanlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur (Zhang, Wang, Rauch, & Wei, 2020).

Sarbu (2018) tarafından yapılan çalışmada ise, evden çalışmanın kişilerin işe olan bağlılıklarının azaltması, aile sorumluluklarının arttırması, aile arasında var olan sınırın korunamaması, esnek çalışma saatleri nedeniyle yaşanan stres düzeyindeki artış nedeniyle evden çalışma durumunun yaşam doyum düzeyini dşrdğu belirtilmiştir. Crosbie ve Moore (2004) tarafından yapılan çalışmada evden çalışma durumunun sosyal iletişimi azalttığı ve yalnızlık hissine neden olduğu için kişilerin yaşam doyum düzeyini önemli ölçüde dşrdğu belirtilmiştir. Virick (2010) yaptığı araştırma kapsamında evden çalışma ile yaşam doyum düzeyi arasında da benzer bir ilişki bulmuş ve kişilerin evden çalışma süreleri arttıka iş ve yaşam doyum düzeylerinin düştüğünü savunmuştur.

Evden alışma ve yaşam doyum arasındaki korelasyonu inceleyen araştırmalar mevcuttur. Araştırmaların bir kısmı evden çalışma durumunun yaşam doyum düzeyini arttıracadığını düşünürken bir kısmı bu durumun yaşam doyum düzeyini düşürdüğünü, bazı araştırmalar ise, çalışmamızda bulduğumuz sonuca paralel olarak evden/işyerinden çalışma durumunun yaşam doyum düzeyi üzerinde etkisinin bulunmadığını savunmaktadır.

5.4 Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre ebeveynlerin yaşam doyum düzeyi ile kaygı düzeyleri arasında negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bulgulara göre yaşam doyum düzeyi yüksek olan kişilerin kaygı düzeyleri düşüktür.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; ürün ve ztrk (2020) alışmasında, sosyal görünüş kaygısını ele almış ve kişilerin görünüşüne karşı kaygı düzeyi arttıka yaşam doyum düzeylerinin düştüğü bulgusuna ulaşmıştır. Evren (2020) alışmasında, Covid-19 konusunda kaygı düzeyi yüksek bireylerin yaşam doyumunun daha düşük olduğunu savunmuştur. Stein ve Heimberg (2004) tarafından yapılan çalışmada, ABD’de yaşayan bireyler üzerinde

çalışılmış ve yaygın kaygı bozukluğuna sahip bireylerin yaşam doyum düzeylerinin düşük olduğu saptanmıştır. Daig (2009) tarafından yapılan çalışmada, kaygının kişilerin yaşam doyum düzeylerini düşürdüğü bulgusuna ulaşılmıştır. Benzer biçimde Ghazwin (2016) İran'lı hemşireler ile yaptıkları çalışmada kaygının yaşam doyumunu düşürdüğü savunulmuştur. Diğer araştırmacılar gibi Lombordo (2018) da çalışmasında kaygı ile yaşam doyum düzeyi arasında negatif ilişkiden söz etmektedir. Türkiye'de yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlar bulunmuş, Satici (2020) çalışmasında Covid-19 pandemi sürecinde bireylerin kaygı seviyeleri ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki negatif ilişkiden söz etmiştir. Çiçek ve Almalı (2020), pandemi sürecindeki bireyler üzerinde çalışmış ve kaygı düzeyleri yüksek olan bireylerin yaşam doyum düzeylerinin düşük olduğunu belirtmiştir. Sosyal kaygı, psikolojik iyi oluş ve yaşam doyum arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir çalışmada sosyal kaygı ve yaşam doyum düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür (Lampe, Slade, Issakidis, & Andrews, 2003).

5.5 Çalışma Durumuna Göre Kadınların ve Erkeklerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyi ve Çocuklarının Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre işyerinden çalışan kadınların kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bulgulara göre işyerinden çalışan kadınların kaygı düzeyi arttıkça çocuklarının da kaygı düzeyi artmaktadır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; Muris ve Merckelbeack (1998) çalışmasında, kaygılı annelerin çocuklarının da kaygı düzeyinin yüksek olduğunu savunmuştur. Benzer biçimde Alisinaoğlu ve Ulutaş'ın (2003) çalışmasında da annelerin sürekli kaygı düzeyi ile çocuklarının sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişki incelenmiş ve aralarında pozitif bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Başka bir çalışmada annenin kaygı düzeyi ile çocuklarının ayrılık kaygısı arasındaki ilişki incelenmiş ve annenin kaygı düzeyi arttıkça çocuklarının ayrılık kaygısının da arttığı sonucu bulunmuştur (Erermiş, 2009). Dört yaşındaki çocukların kaygısının incelendiği bir çalışmada annelerin kaygı düzeyi araştırılmış ve kaygı düzeyi yüksek olan annelerin çocuklarının kaygı düzeylerinin daha fazla olduğu görülmüştür (Wichstrom, Belsky, BergNielsen, 2013). Küçüköyük'ün (2015) çalışmasında farklı yaşlarda çocukları bulunan annelerin ve çocuklarının kaygıları

incelenmiş ve anne kaygısının en çok okul öncesi çocukları etkilediği sonucun ulaşılmıştır. Erermiş ve arkadaşlarının (2009) yaptığı çalışmada okul öncesi çocuklarının kaygı düzeyi incelenmiş ve annelerinin kaygı düzeyi ile uyumlu olduğu görülmüştür. Altıntaş'ın (2009) yapmış olduğu çalışmada ayrılma anksiyetesi tanısı almış çocukların anneleri incelenmiş ve bu çocukların annelerinde de ayrılma ve kontrol kaygısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Topaloğlu (2013) tarafından yapılan çalışmada 4-5 yaşlarında bulunan toplam 227 çocuk incelenmiş ve bu çocukların kaygılarının annelerinin kaygı düzeyi ile uyumlu olduğu bulunmuştur.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre evden ve işyerinden çalışan erkeklerin kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bulgulara göre evden ve işyerinden çalışan erkeklerin kaygı düzeyi arttıkça çocuklarının da kaygı düzeyi artmaktadır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; çocukların sosyal kaygısı üzerine yapılan bir çalışmada, dış görünüme yönelik kaygı taşıyan babaların çocuklarının daha kaygılı olduğu görülmüştür (Takako, 1994). Hudson ve Rapee (2000) tarafından yapılan çalışmada sosyal kaygısı bulunan çocukların babalarının da sosyal kaygıya sahip olduğu görülmüştür (Öngider, 2013). Yapılan başka bir çalışmada 3-6 yaş aralığında olan çocukların ebeveynlerin kaygısından en çok etkilendiği ve kaygılı babaların çocuklarında da benzer özellikler görüldüğü belirtilmiştir (Soysal, ve Bodur, 2004).

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre işyerinden çalışan kadınların yaşam doyum ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bulgulara göre işyerinden çalışan kadınların yaşam doyum düzeyi arttıkça çocuklarının da kaygı düzeyi azalmaktadır. Benzer biçimde araştırmadan elde edilen bulgulara göre evden çalışan erkeklerin yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bulgulara göre evden çalışan erkeklerin yaşam doyum düzeyi arttıkça çocuklarının kaygı düzeyi azalmaktadır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; Aksoy ve Diken (2009) çalışmasında annelerin ve babaların yaşam doyum düzeyini incelemiş ve yaşam doyum düzeyi düşük olan kişilerin çocuklarının daha kaygılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer biçimde yapılan başka bir çalışmada Düzgün (2006) anne ve babaların yaşam doyum düzeylerini incelemiş ve yaşam doyum

düzeyi düşük olan anne ve babaların çocuklarının sosyal kaygıya sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır.

5.6 Ebeveynlerin Kaygı ve Yaşam Doyum Düzeyi ve Çocuklarının Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre ebeveynlerin kaygı düzeyleri ile okul öncesi çocuklarının kaygı düzeyleri arasında yüksek derecede pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bulgulara göre kaygı düzeyi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarının da kaygı düzeyi yüksektir.

Literatür incelemesi yapıldığında, kaygının oluşumu ile ilgili pek çok farklı görüş mevcuttur. Horney'e göre kişinin kaygısının temel sebebi ebeveyninin tutumu ve onların kaygı seviyesidir (Alisinoğulları, & Ulutaş, 2003). Horney'e göre kaygı öğrenilen bir duygudur. McBride ve Belsky (1988), yaptıkları çalışmada ayrılma güçlüğü yaşayan 3 aylık bebekleri incelemiş ve bu bebeklerin annelerinde de ayrılma kaygısının yüksek olduğunu görmüştür. Yapılan başka bir çalışmada, 38 tane okul öncesi çocuk ve anneleri incelenmiş, araştırmanın sonucunda çocuk kaygısı ile annelerinin kaygıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Peleg, Halaby, & Whaby, 2006). Çocuk kaygısı ile ebeveynlerinin kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir çalışmada, ayrılma kaygısı tanısı almış olan çocukların %63'ünün ebeveynlerinin en az birinde kaygı bozukluğu olduğu saptanmıştır (Manicavasager, Silove, Rapee, Waters, & Momartin, 2001).

Çocukların kaygıyı ebeveynlerinden görerek öğrenmelerinin yanı sıra kalıtım da oldukça etkilidir. Anne ve babalarının yaşadığı kaygı bozuklukları kalıtımsal olarak çocuklarına geçmektedir (Merikangas, Venevoli, Dierker, & Grillon, 1999). Hazen ve arkadaşlarının sosyal kaygıya yönelik yaptığı çalışmada, anne ve babasında sosyal kaygı bulunan çocukların, sosyal kaygı yaşamaya daha yatkın oldukları savunulmuştur (Stein Chartier, Hazen, Kozak, Tancer, & Lander, 1998).

Covid-19 döneminde ebeveyn kaygı düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara bakıldığında, benzer sonuçlar söz konusudur. Amariki (2020) yapmış olduğu çalışmada salgın sürecinde otuz sekiz tane duygu ifadesi kullanmış ve bu duygulardan kaygı, endişe ve korku duygularının katılımcıların tümünde görüldüğünü belirtmiştir. Kundi ve Bhowmik (2020) yapmış oldukları

çalışmada katılımcıların korku, endişe, öfke ve yalnızlık duygularını en yoğun yaşadıklarını belirtmiş ve bu duygularını çocuklarına yansıttıklarını bildirmiştir. Ghosh (2020) yapmış olduğu çalışmada okulların kapatılması, sosyal ilişkilerde oluşan değişimler, çocukların uyku saatlerinin değişmesi gibi nedenlerden dolayı ebeveynlerin kaygı düzeylerinin yükseldiğini ve aynı doğrultuda çocuklarının da kaygı düzeylerinin yüksek olduğunu bildirmiştir. Pandemi sürecinde ebeveynlerde görülen bir diğer kaygı ise, okulların yeterli düzeyde temiz olamayacağı ve çocuklarına virüs bulaşabileceğidir. Yapılan çalışmada bu kaygıyı taşıyan ve aşırı titiz, koruyu ve kollayıcı olan ebeveynlerin çocuklarının da diğer çocuklara kıyasla kaygı düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür (Ercan, Erman, Emiroğlu, Öztop, & Yalçın, 2020). Ebeveynleri kaygılandıran bir diğer konu ise, eğitim sistemi için alt yapının yetersiz olmasıdır. Ebeveynler çocuklarının yeterli eğitimi alamadığını düşünmekte bu konuda kendilerini kaygılı hissetmekte ve bu ebeveynlerin çocukları da eğitimlerine yönelik kaygı yaşamaktadır (Can, 2020).

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre ebeveyn yaşam doyum düzeyi ile çocuklarının kaygı düzeyi arasında negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; yaşam doyumunu etkileyen faktörler arasında sağlık, yaş, cinsiyet, kişilerin ihtiyaçlarını karşılayabilme durumu, ilişki doyumunu, eğitim düzeyi, iş doyumunu ve çocuk sahibi olma gibi faktörlerin yer aldığı görülmektedir (Özgür, Gümüş, & Durdu, 2010). Kişilerin yaşam doyum düzeylerinin pandemi sürecinde ayrı olarak değerlendirilmesinin önemi vurgulanan bir çalışmada, özellikle eğitim ve gelir seviyesi düşük olduğu kişilerin işini kaybetme endişesini daha yoğun yaşadıkları ve buna bağlı olarak yaşam doyum düzeylerinin düştüğü ve bu kişilerin çocuklarının kaygı seviyesinde artış olduğu belirtilmiştir (Atar, Urgan, & Erdoğan, 2020). Benzer biçimde Aksoy ve Atılğan (2020) tarafından yapılan çalışmada da Covid-19 pandemi sürecinin kişilerin yaşam doyum düzeylerinde düşüşe neden olduğu ve bu kişilerin çocuklarında kaygı belirtilerinin var olduğu savunulmuştur. Gencer (2020) çalışmasında Covid-19 sürecinde sınava girecek öğrencilerin yaşam doyum ve kaygı düzeylerini incelemiş ve bu öğrencilerin kaygı düzeylerinin yüksek, yaşam doyum düzeylerinin düşük olduğunu belirtmiştir. Öğrencilerin ailelerinin yaşam doyum düzeyi incelendiğinde, ebeveynlerin yaşam doyum düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür.

5.7 Ebeveynlerin Çocuk Sayısına Bağlı Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre çocuk sayısı iki ve üstü olan ebeveynlerin kaygı düzeyinin tek çocuğa sahip olan ebeveynin kaygı düzeyinden daha düşük olduğu saptanmıştır.

Literatürdeki bulgular incelendiğinde araştırmanın bulgularına paralel olarak; Indianapolis (1941) yapmış olduğu çalışmada, tek çocuğa sahip ebeveynlerin yoğun kaygı yaşadıklarını ve tek çocuğun olumsuz özelliklerini engellemek amacıyla birden çok çocuğa sahip olduklarını savunmuştur. Blake (1974) çalışmasında, ailelerin tek çocukların davranış problemlerinin daha fazla olduğunu, sosyal yönden eksik olduğunu, arkadaş edinmede güçlük yaşayacağını, olumsuz sosyal davranışlara sahip olacağını düşündüklerini ve tek çocuklu ebeveynlerin kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Polit ve Falbo (1987) tarafından yapılan çalışmada tek çocukların daha çok olumsuz özelliğe sahip olduğunu ve bu çocukların ebeveynlerinin kaygısının yüksek olduğunu belirtmiştir. Benzer biçimde Downey ve Condron (2004) yaptıkları çalışmada kardeşi olan çocukların sosyal beceri düzeyinin arttığını ve bu çocukların ebeveynlerinin kaygı seviyelerinin azaldığını saptamıştır. Aydoğdu ve Dilekman (2016) tarafından yapılan çalışmada, üç çocuk sahibi olan ebeveynlerin mutluluk düzeylerinin tek çocuk sahibi olan ebeveynlerden mutluluk düzeyinden daha yüksek ve kaygı düzeylerinin daha düşük olduğu belirtilmiştir.

6. ÖNERİLER

Sonuç olarak, bu çalışmada Covid-19 pandemi sürecindeki ebeveynlerin kaygı ve yaşam doyum düzeyleri ile okul öncesi çocuklarının kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Çalışmaya yalnızca annelerin değil babaların da dahil edilmesi ve evden/işyerinden çalışma durumu olarak ayrılması alanyazın ile ilgili daha karşılaştırılabilir sonuçların elde edilmesine katkı sağlamıştır. Çalışmada sadece 3-6 yaş aralığında çocuğu bulunan ebeveynlerin dahil edilmesi ve bu kişilerin çalışıyor durumda olma koşulu araştırmanın kısıtlılıklarındandır. Çalışmaya farklı yaş gruplarından çocuğa sahip ebeveynlerin dahil edilmesi alanyazında daha geniş verilerin elde edilmesini sağlaması açısından iyi olacaktır.

KAYNAKLAR

- Acar, M.** (2009). Zihinsel ve fiziksel özürlü çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Akandere, M.** (1997). Üniversite Gençliğinde Görülen Kaygının Giderilmesinde Sporun Etkisi. Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi.
- Akarçesme, C.** (2004). Voleybolda müsabaka öncesi durumluk kaygı ile performans ölçütleri arasındaki ilişki. Gü Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Akkök, F.** (1994). Özürlü bir çocuğa sahip anne babaların benlik kavramlarına ilişkin bir ön çalışma. Özel Eğitim Dergisi, 1(4), 10-22.
- Akın, M. H.** (2019). Sosyal Etkileşim ve Sosyal Benlik Kaynağı Olarak Aile. Medeniyet ve Toplum Dergisi, 3(1), 1-14.
- Aksoy, C., & Atılgan, D. A.** Covid-19 Korkusu ve Yaşam Doyum: Özel Yetenek Giriş Sınavlarına Katılan Öğrenciler Örnekleme. Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi, 4(1), 40-50.
- Aksüllü, N., & Dogan, S.** (2004). Huzurevinde ve evde yaşayan yaşlılarda algılanan sosyal destek etkenleri ile depresyon arasındaki ilişki/Relationship of social support and depression in institutionalized and non-institutionalized elderly. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 5(2), 76.
- Alisinanoğlu, F., & Ulutaş, İ.** (2000). Çocuklarda kaygı ve bunu etkileyen etmenler Milli Eğitim Dergisi, 145, 15-19.
- Alisinanoğlu, F. ve Ulutaş, D.** (2000). Milli Eğitim Bakanlığı Dergisi. 147, 15-19'dan Atılgan Erözkan, Üniversite Öğrencilerinde Sınav Kaygısı ve Başa Çıkma Davranışları. SBE Dergisi. 12, (Bahar 2004), s.13-38.
- Alisinanoğlu, F., & Ulutaş, İ.** (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Eğitim ve Bilim, 28(128).
- Almond, K. M. D., & Araújo, J. F.** (2009). The impact of different shift work schedules on the levels of anxiety and stress in workers in a petrochemicals company. Estudos de Psicologia (Campinas), 26(1), 15-23.
- Altıntaş, İ.** (2009). Ayrılma anksiyetesi tanısı alan çocukların ebeveynlerinin mizaç ve karakter özellikleri. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

- Amakiri, P. C., Chude, C. F., Oradiegwu, S. U., Ipsita Pramanik, I., Anoka, C. F., & Ezeoke, A. Q.** (2020). Psychological effect of pandemic COVID-19 on families of health care professionals. *British Journal of Psychology Research*, 8(2), 1-7.
- Amato, P. R.** (2001). Children of divorce in the 1990s: an update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of family psychology*, 15(3), 355.
- American Psychiatric Association, A. P.** (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-IV)* (Vol. 886). Washington: Washington, DC:American psychiatric association.
- Amerikan Psikiyatri Birliği** (2000). *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Dördüncü Baskı (DSM-IV) Yeniden Gözden Geçirilmiş Tam Metin*. Washington DC, Amerikan Psikiyatri Birliği.
- Appleton, S., & Song, L.** (2008). Life satisfaction in urban China: Components and determinants. *World Development*, 36(11), 2325-2340.
- Arabul, E.** (2017). *kaygı durumları ile iletişim becerilerinin ilişkisi*. İstanbul: Yüksek Lisans Tezi.
- Arısoy, Ö.** (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.
- Asmundson, G. J., & Taylor, S.** (2020). How health anxiety influences responses to viral outbreaks like COVID-19: What all decision-makers, health authorities, and health care professionals need to know. *Journal of anxiety disorders*, 71, 102211
- Aşık, N. A.** (2017). *Pozitif ve negatif duygulanım ve iş doyumunun örgütsel özdeşleşmeye etkisi: otel çalışanları üzerine bir araştırma*.
- Atar, Ö. Ü. A., Urgan, Ö. Ü. S., & Erdoğan, Ö. Ü. P.** *Covid-19 Pandemi Dönemindeki İyimserlik-Kötümserlik ve Yaşam Tatmininin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*.
- Avsaroglu, S., Deniz, M. E., & Kahraman, A.** (2005). Teknik öğretmenlerde yaşam doyumunu iş doyumunu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 115-129.
- Aydoğdu, F., & Dilekmen, M.** (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2).
- Ayrancı, E., & Ercan, Ö. G. E.** *Bir Vakıf Üniversitesindeki Öğrencilerin Sınav Kaygısı Hakkında Araştırma*. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, (30), 87-102.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Carbin, M. G.** (1988). Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical psychology review*, 8(1), 77-100.
- Bilge, A., & Pektas, İ.** (2004). Öğrencilerin Sosyo-Kültürel Özellikleri, Durumluk sürekli Kaygı Düzeyleri ve Basa Çıkma Becerilerinin İncelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 20(1), 47-55.
- Blake, J.** (1974). Can we believe recent data on birth expectations in the United States. *Demography*, 11(1), 25-44.

- Blood, M. R., & Hulin, C. L.** (1967). Alienation, environmental characteristics, and worker responses. *Journal of Applied Psychology*, 51(3), 284.
- Bozak, M. M.** (1982). Anksiyete ve okul başarısı arasındaki ilişkiye ait bir araştırma. *Psikoloji Dergisi*, 16, 24-39.
- Bozkurt, N.** (2004). Bir grup üniversite öğrencisinin depresyon ve kaygı düzeyleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiler. *Eğitim ve Bilim*, 29(133).
- 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.
- Bowlby, J.** (1973). Attachment and loss: Volume II: Separation, anxiety and anger. In *Attachment and Loss: Volume II: Separation, Anxiety and Anger* (pp. 1-429). London: The Hogarth press and the institute of psycho-analysis.
- Bögels, S. M., Knappe, S., & Clark, L. A.** (2013). Adult separation anxiety disorder in DSM-5. *Clinical psychology review*, 33(5), 663-674.
- Buehler, C., & Gerard, J.** (2002). Marital conflict, ineffective parenting, and children's and adolescents' maladjustment. *Journal of Marriage and Family*, 64(1), 78-92.
- Buruk, K., & Tevfik, O.** (2020). New Coronavirus: SARS-CoV-2. *Mucosa*, 3(1), 1-4.
- Büyüköztürk, Ş.** (1997). Araştırmaya yönelik kaygı ölçeğinin geliştirilmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 3(4), 453-464.
- Cantez, E., & İyidoğan, Z.** (1990). Oligofren Çocuğa Sahip Ailelerin Psikolojik Sorunları. 5. Ulusal Psikoloji Kongresi Psikoloji Seminer Dergisi Özel Sayısı. Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, İzmir.
- Celenk, O., & Van de Vijver, F. J.** (2013). What makes couples happy? Marital and life satisfaction among ethnic groups in the Netherlands. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44(8), 1275-1293.
- Cinel, E. A.** (2020). Covid-19'un küresel makroekonomik etkileri ve beklentiler. *Politik Ekonomik Kuram*, 4(1), 124-140.
- Collins, W. A.** (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of research on adolescence*, 13(1), 1-24.
- Crosbie, T., & Moore, J.** (2004). Work-life balance and working from home. *Social Policy and Society*, 3(3), 223.
- Curun, F. Y., & Hovardaoğlu, S.** (2020). Yüklemeler, İletişim Çalışmaları, Cinsiyet Ve Cinsiyet Rolü Yönelimi ve Evlilik Doyumunu Arasındaki İlişki (Doctoral Dissertation, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı).
- Çakır, S.** (2010). Bilişsel -Davranışçı Yaklaşımına Dayalı Olarak Hazırlanan Sosyal Kaygıyla Başa Çıkma Programının Lise Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerine Etkisi. Bursa: yüksek lisans tezi.

- Çakmak, Ö.** (2005). Eğitim ve Fen-Edebiyat Fakülteleri Biyoloji Bölümü Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(14), 115-127.
- Çaykuş, E. T., & Çaykuş, T. M.** (2020). Covid-19 Pandemi Sürecinde Çocukların Psikolojik Dayanıklılığını Güçlendirme Yolları: Ailelere, Öğretmenlere Ve Ruh Sağlığı uzmanlarına Öneriler. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 95-113.
- Çırakoğlu, O. C.** (2011). Domuz Gribi (H1N1) Salgınıyla İlişkili Algıların, Kaygı ve Kaçınma Düzeyi Değişkenleri Bağlamında İncelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67).
- Çiçek, B., & Almalı, V.** (2020). COVID-19 Pandemisi Sürecinde Kaygı Özyeterlilik ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki: Özel Sektör ve Kamu Çalışanları Karşılaştırması. *Electronic Turkish Studies*, 15(4).
- Çifter, İ.** (1985). *Psikiyatri I. Gata Eğitim Yayınları*, Ankara, 313-315.
- Çölgeçen, Y., & Çölgeçen, H.** (2020). Covid-19 Pandemisine Bağlı Yaşanan Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi: Türkiye Örneği. *Electronic Turkish Studies*, 15(4).
- Çubukçu, Z., & Gültekin, M.** (2006). İlköğretimde öğrencilere kazandırılması gereken sosyal beceriler. *Bilig*, (37), 155-174.
- Dağ, İ.** (1999). Psikolojinin ışığında kaygı. *Doğu Batı Düşünce Dergisi*, 6, 181-189.
- Dağlı, A., & Baysal, N.** (2016). Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59).
- Daig, I., Herschbach, P., Lehmann, A., Knoll, N., & Decker, O.** (2009). Gender and age differences in domain-specific life satisfaction and the impact of depressive and anxiety symptoms: a general population survey from Germany. *Quality of Life Research*, 18(6), 669-678.
- Davis, Keith;** 1988: "İşletmede İnsan Davranışı: Örgütsel Davranış, Çev: Kemal Tosun, İ.Ü.İşletme Fakültesi, Yayın No.199, İstanbul
- Davies, S. E.** (2013). National security and pandemics. *UN Chronicle*, 50(2), 20-24.
- Demirbulat, Ö. G., & Bozok, D.** (2015). Presenteeism (işte varolamama) ile yaşam doyumunu, fiziksel ve ruhsal iyilik halinin etkileşimine yönelik seyahat acentası işgörenleri üzerinde bir araştırma. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 2015(1), 7-13.
- Demirbaş, N. K., & Koçak, S. S.** (2020). 2-6 Yaş Arasında Çocuğu Olan Ebeveynlerin Bakış Açısıyla Covid-19 Salgın Sürecinin Değerlendirilmesi. *Avrasya Sosyal Ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(6), 328-349.
- Deniz, M. E.** (2017). Erken çocukluk döneminde gelişim. *Pegem Atıf İndeksi*, 1-388.
- De Vos, J.** (2020). The effect of COVID-19 and subsequent social distancing on travel behavior. *Transportation Research Interdisciplinary Perspectives*, 5, 100121.

- Dick-Niederhauser, A., & Silverman, W. K.** (2006). Separation anxiety disorder. In *Practitioner's guide to evidence-based psychotherapy* (pp. 627-633). Springer, Boston, MA.
- Diener, E.** (1984). Subjective well-being. *The science of well-being*, 11-58.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L.** (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276.
- Diener, E.** (2009). Subjective well-being. *The science of well-being*, 11-58.
- Diener, E., & Diener, M.** (2009). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. In *Culture and well-being* (pp. 71-91). Springer, Dordrecht.
- Diener, E.** (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34.
- Dingel, J. I., & Neiman, B.** (2020). How many jobs can be done at home?. *Journal of Public Economics*, 189, 104235.
- Downey, D. B., & Condran, D. J.** (2004). Playing well with others in kindergarten: The benefit of siblings at home. *Journal of Marriage and Family*, 66(2), 333-350.
- Duan, L., & Zhu, G.** (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), 300-302.
- Dönmez, Ş. N.** (2018). Evli çiftlerde sosyal görünüş kaygısı ile cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul:İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.*
- Engür, M.** (2002). Elit sporcularda başarı motivasyonunun, durumluk kaygı düzeyleri üzerine etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir.*
- Ercan, E. S., Arman, A. R., Emiroğlu, N. İ., Öztop, D. B., & Yalçın, Ö.** (2020). Türkiye çocuk ve genç psikiyatrisi derneği covid-19 (korona) virüs salgını sırasında aile, çocuk ve ergenlere yönelik psikososyal ve ruhsal destek rehberi. 2020. Erişim tarihi, 6.
- Erdoğan, İ.** (1999). *İşletmelerde Davranış*, İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Yayınları Yayın No: 242.
- Erdoğan, M. Y., & Özkan, M.** (2007). Farklı dini inanışlardaki bireylerin ölümkaygıları ile ruhsal belirtiler ve sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler.
- Erdoğan, Y., Koçoğlu, F., & Sevim, C.** (2020). COVID-19 pandemisi sürecinde anksiyete ile umutsuzluk düzeylerinin psikososyal ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23.
- Ereymiş, S., Bellibaş, E., Özbaran, B., Büküşoğlu, N. D., Altıntoprak, E., Bildik, T. E. Z. A. N., & Çetin, S. K.** (2009). Ayrılma anksiyetesi bozukluğu olan okul öncesi yaş grubu çocukların annelerinin mizaç özellikleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 14-21.
- Ertuğ, C. A. N.** (2020). Coronavirüs (Covid-19) pandemisi ve pedagojik yansımaları: Türkiye'de açık ve uzaktan eğitim uygulamaları. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 11-53.

- ErsEssau, C. A., Conradt, J., & Petermann, F.** (2000). Frequency, comorbidity, and psychosocial impairment of specific phobia in adolescents. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29(2), 221-231.oy, R. (2002). Türklerde ölüm ve ölü ile ilgili rit ve ritüeller. *Milli Folklor*, 14, 54.
- Eryiğit, S.** (2000). Esnek üretim, esnek organizasyon, esnek çalışma. *Kamu-İş, İş Hukuku ve İktisat Dergisi*, 5(4), 1-16.
- Etik, Ç., Taner, E., Aslan, S., & Işık, E.** (2007). Panik bozukluğu: solunumsal alt tipler, yakın ve geçmiş yaşam olaylarının rolü. In *Yeni Symposium* (Vol. 45, No. 3, pp. 128-33).
- 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*, 1-7.
- Fan, L. B., Blumenthal, J. A., Watkins, L. L., & Sherwood, A.** (2015). Work and home stress: associations with anxiety and depression symptoms. *Occupational medicine*, 65(2), 110-116.
- Fırat, B.** (2015). Ayrılma Anksiyetesi Belirtisi Gösteren Çocuklarda Kaygı ve Düzeyini İncelenmesi. İstanbul: Yüksek lisans tezi.
- Fidanoğlu, O.** (2006). Evlilik Uyumu, Mizah Tarzı ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Fujita, F. D.** (1991). An investigation of the relationship between extraversion, neuroticism, positive affect, and negative affect (Doctoral dissertation, University of Illinois at Urbana-Champaign).
- Furman, W., & Shaffer, L.** (2003). The role of romantic relationships in adolescent development. *Adolescent romantic relations and sexual behavior: Theory, research, and practical implications*, 3-22.
- Gajendran, R. S., & Harrison, D. A.** (2007). The good, the bad, and the unknown about telecommuting: Metaanalysis of psychological mediators and individual consequences. *Journal of Applied Psychology*, 92(6), 1524-1541. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.92.6.1524>
- Ganesh, A., & Narvekar, H.** (2021). "The repercussions of Internet Use during COVID-19 on Mental Health and Addiction. *Clinical Psychology and Mental Health Care*, 2(4).
- Geçtan, E.** (1984). İnsan Olmak, İstanbul: Adam Yayıncılık
- Gençtan, E.** (1993). Psikanaliz ve sonrası, Remzi Kitabevi, 5. Basım, Ankara.
- Gencer, N.** (2020). Pandemi sürecinde bireylerin koronavirüs (Kovid-19) korkusu: Çorum örneği. *Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi*, (4), 1153-1173.
- Ghazwin, M. Y., Kavian, M., Ahmadloo, M., Jarchi, A., Javadi, S. G., Latifi, S., ... & Ghajarzadeh, M.** (2016). The association between life satisfaction and the extent of depression, anxiety and stress among Iranian nurses: a multicenter survey. *Iranian journal of psychiatry*, 11(2), 120.

- Ghosh, R., Dubey, M. J., Chatterjee, S., & Dubey, S.** (2020). Impact of COVID-19 on children: special focus on the psychosocial aspect. *Minerva Pediatrica*, 72(3), 226-235.
- Girgin, G.** (1990). Farklı sosyo ekonomik kesimden 13–15 yaş grubu öğrencilerinde kaygıların ve kaygı düzeyinin başarıyla ilişkisi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Güleç, H., Sayar, K., & Özkorumak, E.** (2005). Depresyonda bedensel belirtiler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16(2), 90-96.
- Gümüş, A.** (1997). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi.
- Gümüş, M.** (2002). Profesyonel futbol takımlarında puan sıralamasına göre durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya.
- Gumusgul, O., & Aydoğan, R.** (2020). Yeni tip koronavirus-covid 19 kaynaklı evde geçirilen boş zamanların ev içi rekreatif oyunlar ile değerlendirilmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 107-114.
- Hallin, H.** (2020). Home-Based Telework During the Covid-19 Pandemic.
- Haywood, K. M.** (2020). A post COVID-19 future-tourism re-imagined and re-enabled. *Tourism Geographies*, 22(3), 599-609.
- Hock, E., & Schirtzinger, M. B.** (1992). Maternal separation anxiety: Its developmental course and relation to maternal mental health. *Child Development*, 63(1), 93-102.
- Holt-Lunstad, J.** (2017). The potential public health relevance of social isolation and loneliness: Prevalence, epidemiology, and risk factors. *Public Policy & Aging Report*, 27(4), 127-130.
- Honigsbaum, M.** (2009). Pandemic. *The Lancet*, 373(679), 1939.
- Huang, Y., & Zhao, N.** (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry research*, 288, 112954
- Huber, M., Knottnerus, J. A., Green, L., van der Horst, H., Jadad, A. R., Kromhout, D., ... & Smid, H.** (2011). How should we define health?. *Bmj*, 343.
- International Labour Organization.** (2020). Teleworking during the COVID-19 pandemic and beyond: A Practical Guide.
- Işık, E.** (1996). *Nevrozlar*. Ankara: Kent Matbaası.
- Izgar, H.** (2000). Okul yöneticilerinin tükenmişlik düzeyleri (burnout) nedenleri ve bazı etken faktörlere göre incelenmesi (Orta Anadolu örneği) (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

- 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.
- Kaba, İ., Erol, M., & Güç, K.** (2018). Yetişkin yaşam doyumu ölçeğiningeliştirilmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 1-14.
- Kandemir, F.** (2020). Bazı Demografik Değişkenler Bağlamında Covid-19 Pandemi Neslinin Dindarlık ve Ölüm Kaygısı İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma. *Tokat İlmîyat Dergisi*, 8(1), 99-129.
- Kandiyoti, D.** (2020) Salgın, modern kadının yaşadığı illüzyonu yıktı geçti. [online] Erişim adresi: <https://www.gazeteduvar.com.tr/gundem/2020/04/30/deniz-kandiyoti-salgin-modern-kadinin-yasadigi-illuzyonu-yikti-gecti/> (Erişim tarihi: 03 Mayıs 2020).
- Kantola, J. I., Barath, T., Nazir, S., & Andre, T. (Eds.)**. (2016). *Advances in Human Factors, Business Management, Training and Education: Proceedings of the AHFE 2016 International Conference on Human Factors, Business Management and Society, July 27-31, 2016, Walt Disney World®, Florida, USA (Vol. 498)*. Springer.
- Kaplan S., Bahar, A., Sertbaş, G.** (2007). Gebelerde Doğum Öncesi ve Doğum Sonrası Dönemlerde Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Y
- Karakaş, M.** (2020). Covid-19 salgınının çok boyutlu sosyolojisi ve yeni normal meselesi. *İstanbul Üniversitesi Sosyoloji Dergisi*, 40(1), 541-573.
- Karapıçak, Ö. K., Aslan, S., & Utku, Ç.** (2012). Panik bozukluğu, somatizasyon bozukluğu ve hipokondriaziste sağlık kaygısı. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 43-51.
- Kavi, E. ve Koçak, O.** (2010). Bilgi Toplumunda Evden Çalışmanın Etik Boyutu. *Sosyal Siyaset Konferansları*, 59, 69-88.
- Kermen, U., TOSUN, N. İ., & Doğan, U.** (2016). Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak sosyal kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 20-29.
- Keser, A.** (2005). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi: Otomotiv sektöründe bir uygulama. *Çalışma ve Toplum*, 4(1), 77-95.
- Keser, A.** (2005). Çalışma Yaşamı İle Yaşam Doyumu İlişkisine Teorik Bakış. *İstanbul Üniversitesi İktisat Fakültesi Mecmuası*, 55(1), 897-913.
- Keser, A.** (2005). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi: Otomotiv sektöründe bir uygulama. *Çalışma ve Toplum*, 4(1), 77-95.
- Kıdır, B.** (2019). Evden Çalışma: Özgürlük Mü Esaret Mi?. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(1), 173-196.
- Kochenderfer, B., Ladd, G.W.** (1996). Peer victimization: cause or consequence of school maladjustment. *Child Development*. 67, 1305-1317.

- Köker, S.** (1991). Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Köknel, Ö.** (1997). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik, ss: 20, 21, 23, 119. Altın Kitaplar Yayın Evi, İstanbul.
- Koroğlu, E.** (2004). Psikozoloji Tanımlayıcı Klinik Psikiyatri, Ankara: Hekimler Yayın Birliği
- Kula, S., & Çakar, B.** (2015). Maslow ihtiyaçlar hiyerarşisi bağlamında toplumda bireylerin güvenlik algısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. Bartın Üniversitesi İİBF Dergisi, 6(12), 191-210.
- Kundu, B., & Bhowmik, D.** (2020). Societal impact of novel corona virus (COVID-19 pandemic) in India.
- Kuss, D. J., Van Rooij, A. J., Shorter, G. W., Griffiths, M. D., & van de Mheen, D.** (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 1987-1996.
- Küçükler, S.** (1993). Özürlü Çocuk Ailelerine Yönelik Psikolojik Danışma Hizmetleri. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, 1(03).
- Küçüködük, C.** (2015). 3-5 Yaş Arasında ve Anaokuluna Giden Çocuk Annelerinin Ayrılma Kaygısı ve Bağlanma Biçimleri İle Çocuğun Davranışları ve Ayrılma Kaygısı Arasındaki İlişki: Bilişsel Esnekliğin Aracı Rolü.
- Ladd, G. W., Kochenderfer, B. J., & Coleman, C. C.** (1996). Friendship quality as a predictor of young children's early school adjustment. *Child Development*, 67, 1103-1118.
- Lalonde, M.** (1974). A new perspective on the health of Canadians. www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/phdd/pdf/perspective.pdf.
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., ... & Yao, L.** Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Netw Open*. 2020;3(3):e203976. PubMed: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32202646>.
- Lampe, L., Slade, T., Issakidis, C., & Andrews, G.** (2003). Social phobia in the Australian national survey of mental health and well-being (NSMHWB). *Psychological Medicine*, 33(4), 637.
- Leung, J. T., & Shek, D. T.** (2020). Parental control and adolescent wellbeing in Chinese adolescents in Hong Kong. *Child Indicators Research*, 13(2), 703- 727.
- Lombardo, P., Jones, W., Wang, L., Shen, X., & Goldner, E. M.** (2018). The fundamental association between mental health and life satisfaction: results from successive waves of a Canadian national survey. *BMC Public Health*, 18(1), 1-9.
- Lyubomirsky, S.** (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American psychologist*, 56(3), 239.

- Makinson, L. S.** (2002). The relationship of moral identity, social interest, gender, and wellness among adolescents.
- Maldives, Unicef** (2020). How teachers can talk to children about coronavirus disease (COVID-19).
- Mamun, M. A., & Griffiths, M. D.** (2020). First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: Possible suicide prevention strategies. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102073.
- Manicavasagar, V., Silove, D., Rapee, R., Waters, F., & Momartin, S.** (2001). Parent-child concordance for separation anxiety: a clinical study. *Journal of affective disorders*, 65(1), 81-84.
- Merikangas, K. R., Avenevoli, S., Dierker, L., & Grillon, C.** (1999). Vulnerability factors among children at risk for anxiety disorders. *Biological Psychiatry*, 46(11), 1523-1535.
- Maslow, A. H.** (1943). A theory of human motivation. *Psychological review*, 50(4), 370.
- McBride, S., & Belsky, J.** (1988). Characteristics, determinants, and consequences of maternal separation anxiety. *Developmental Psychology*, 24(3), 407.
- McLeod, S.** (2013). Erik Erikson.
- Mead, G. H.** (1913). The social self. *The Journal of Philosophy, Psychology and Scientific Methods*, 10(14), 374-380.
- MEB,** (2020). Salgın Hastalık Dönemlerinde Psikolojik Sağlamlığımızı Korumak: Yetişkinler İçin Bilgilendirme Rehberi. Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- Meggiolaro, S., & Ongaro, F.** (2015). Life satisfaction among older people in Italy in a gender approach. *Ageing & Society*, 35(7), 1481-1504.
- Meltem, A. K. C. A., & Küçüköğlü, M. T.** Covid-19 Ve İş Yaşamına Etkileri: Evden Çalışma. *Uluslararası Yönetim Eğitim ve Ekonomik Perspektifler Dergisi*, 8(1), 71-81.
- Menear, K. S., Preskitt, J. K., Goldfarb, S. S., & Menachemi, N.** (2015). Correlates of wellness among youth with functional disabilities. *Disability and health journal*, 8(2), 223-230.
- Merey, B.** (2010). Yetişkinlerde özgüven duygusu ile anksiyete düzeyi arasındaki ilişkinin karşılaştırılması ve kültürlerarası bir yaklaşım (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- M. Rapee, R., H. Spence, S., Cobham, V., Wignall, A.(ed.).** (2017). *Kaygının Çocuğa Yardım*. (Çev. Baykaldı, R.). Ankara: Arkadaş Yayıncılık.
- Murray, H. A.** (1938). *Explorations in personality: A clinical and experimental study of fifty men of college age*.
- Murat, Genç** (2013). İlköğretim Öğrencilerinin Sınıf Ve Cinsiyete Göre Sınav Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(01), 85-95.
- Muris, P., & Merckelbach, H.** (1998). Perceived parental rearing behaviour and anxiety disorders symptoms in normal children.

- Mustafaoğlu, R., Zirek, E., Yasacı, Z., & Özdiñler, A. R.** (2018). Dijital teknolojik kullanımının çocukların gelişimi ve sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5(2), 1-21.
- Mustajab, D., Azies, B. A. U. W., Irawan, A., Rasyid, A., Akbar, M. A., & Hamid, M. A.** (2020). Covid-19 Pandemic: What are the Challenges and Opportunities for e-Leadership?. *Fiscaeconomia*, 4(2), 483-497.
- Myers, D.G. and Diener, E.** (1995). Who is happy? *Psychological Science*, (6), 1:10-16.
- Myers, D. G., & Diener, E.** (2018). The scientific pursuit of happiness. *Perspectives on Psychological Science*, 13(2), 218-225.
- Nastopoulos, C.** (2020). A Scenario-Based Analysis on the Impact of COVID-19 on the Public Sector, Private Sector, and International Business.
- Nathanson, A. I., Sharp, M. L., Aladé, F., Rasmussen, E. E., & Christy, K.** (2013). The relation between television exposure and theory of mind among preschoolers. *Journal of Communication*, 63(6), 1088-1108.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J. & Tobin, S. S.** (1961). Themeasurement of lifesatisfaction. *Journal of gerontology*, 16, 134-143.doi:10.1037/a0016777
- Nohe, C., Meier, L. L., Sonntag, K., & Michel, A.** (2015). A meta-analysis of panelstudies of the relationship between work–family conflict and strain. *Journal of Applied Psychology*, 100(2), 522.
- Ocakçı A.** Sağlıkın Korunma ve Geliştirilmesinde Hemşirelik Hizmetlerinin Rolü. *Sağlık ve Toplum Dergisi*. 2003; 10(2): 20-7
- Ogelman, H. G., & Topaloğlu, Z. Ç.** (2014). 4-5 yaş çocuklarının sosyal yetkinlik, saldırganlık, kaygı düzeyleri ile anne-babalarının ebeveyn özyeterliğı algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*.
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P.** (2020). “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232-235.
- Orpen, C.** (1978). Work and Nonwork Satisfaction: A Causal-Correlational Analysis. *Journal of Applied Psychology*, 63(4), 530.
- Owen, F. K., Demirbaş-Çelik, N., & Doğan, T.** (2018). Yaş, Cinsiyet ve Yaşam DoyumlarınaGöre Ortaöğretim Öğrencilerinde İyilik Hali/Secondary School Students' Wellness According to Their Age, Gender and Life Satisfaction. *Journal of History Culture and Art Research*, 7(1), 379-397.
- Öğüt, F.** (2000). Sosyal uyum ile sürekli kaygı arasındaki ilişki. Yayınlanmamışyüksek lisans tezi. Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ömeroğlu, Ö.** (2012). Suç korkusu, cezanın caydırıcılığı ve küçüksuçlar. *Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 16(4), 329-370.
- Oner, N., & LeCompte, A.** (1983). Durumluluk surekli kaygi envanteri el kitabı (The handbook of the state-trait anxiety inventory).

- Öner, N., & LeCompte, W. A.** (1998). Durumluluk-süreklilik kaygı envanteri: el kitabı. Boğaziçi Üniversitesi Eğitim Fakültesi.
- Öner, N.** (1994). Türkiye’de kullanılan psikolojik testler [Psychological tests used in Turkey]. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları
- Özdevecioğlu, M., & AKTAŞ, A. G. A.** (2007). Kariyer bağlılığı, mesleki bağlılık ve örgütsel bağlılığın yaşam tatmini üzerindeki etkisi: İş-aile çatışmasının rolü. Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, (28).
- Özer, M. ve Karabulut, Ö.** (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. Geriatri, 6(2),72- 74.
- Özgül, F.** (2003). Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinde durumluluk ve sürekli kaygı düzeyleri. Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Sivas, 15.
- Özgür, G., Babacan Gümüş, A., & Durdu, B.** (2010). Evde ve yurtda kalan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu. Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 1(1),25-32.
- Özgür B. S.** (2020) Türkiye Ekonomisinde Covid-19’un Sektörel Etkileri, Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi (ASEAD) Eurasian Journal of Researches in Social and Economics (EJRSE) ISSN:2148-9963, 168-185.
- Özguven, İ. E.** (2000). Evlilik ve Aile Terapisi, PDREM Yayınları, Ankara.
- Paksoy, M., & Özbezek, B. D.** (2013). Örgütsel değişimde beşeri sermayenin rolü. Gazi Akademik Bakış, 6(12), 293-331.
- Pakpour, A. H., & Griffiths, M. D.** (2020). The fear of COVID-19 and its role in preventive behaviors. Journal of Concurrent Disorders, 2(1), 58-63.
- Peleg, O., Halaby, E., & Whaby, E. N.** (2006). The relationship of maternal separation anxiety and differentiation of self to children's separation anxiety and adjustment to kindergarten: A study in Druze families. Journal of anxiety disorders, 20(8), 973-995.
- Plagnol, A. C., & Easterlin, R. A.** (2008). Aspirations, attainments, and satisfaction: Life cycle differences between American women and men. Journal of happiness studies, 9(4),601-619.
- Polit, D. F., & Falbo, T.** (1987). Only children and personality development: A quantitative review. Journal of Marriage and the Family, 309-325.
- Rajkumar, R. P.** (2020). COVID-19 y salud mental: una revisión de la literatura existente. Revista asiática de psiquiatría, 102066.
- Rapport, Z.** (2007). Using choice theory to assess the needs of persons who have a disability and sexual/intimacy/romantic issues. International Journal of Reality Therapy, 27(1), 22.
- Reisoğlu, S.** (2017). Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarını Yordamada Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Mizah Tarzları ve Duygusal Zekânın Rolü/The Role of University Students’ Five Factor Personality Traits, Humor Styles, and Emotional Intelligence on Their Interpretation of Subjective Well-Being. Journal of History Culture and Art Research, 6(4), 888-912.

- Rewar, S., Mirdha, D., & Rewar, P.** (2015). Treatment and prevention of pandemic H1N1 influenza. *Annals of global health*, 81(5), 645-653.
- Rose, M.** (2003). Good deal, bad deal? Job satisfaction in occupations. *Work, employment and society*, 17(3), 503-530.
- Rusbult, C. E.** (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of personality and social psychology*, 45(1), 101.
- Rusli, B. N., Edimansyah, B. A., & Naing, L.** (2008). Working conditions, self-perceived stress, anxiety, depression and quality of life: a structural equation modelling approach. *BMC public health*, 8(1), 1-12.
- Sabatelli, R. M.** (1988). Exploring relationship satisfaction: A social Exchange perspective on the interdependence between theory, research, and practice. *Family Relations*, 217-222.
- Sabuncuoğlu, O., & Berkem, M.** (2006). Bağlanma biçemi ve doğum sonrası depresyon belirtileri arasındaki ilişki: Türkiye'den bulgular. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(4), 252-258.
- Sacco, W. P., & Phares, V.** (2001). Partner appraisal and marital satisfaction: the role of self-esteem and depression. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 504-513.
- Sarbu, M.** (2018). The role of telecommuting for work-family conflict among German employees. *Research in Transportation Economics*, 70, 37-51.
- Sakaoğlu, H. H., Orbatu, D., Emiroğlu, M., & Çakır, Ö.** (2020). Covid-19 Salgını Sırasında Sağlık Çalışanlarında Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyi: Tepecik Hastanesi Örneği. *Tepecik Eğit. Ve Araşt. Hast. Dergisi*, 30, 1-9.
- 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 in Turkey. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-9.
- Sayan, H.** COVID-19 Pandemisi Sürecinde Öğretim Elemanlarının Uzaktan Eğitime İlişkin Görüşlerinin Değerlendirilmesi. *AJIT-e: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi*, 11(42), 100-122.
- Schmidt NB, Lerew DR, Joiner TE Jr.** (2000). Prospective evaluation of the etiology of anxiety sensitivity: test of a scar model. *Behav Res Ther* 38:1083 -95.
- Samancı, O., & Ziya, Uçan** (2017). Çocuklarda Sosyal Beceri eğitimi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(1), 281-288.
- Samancı, M.** (2020). Küresel Bir Salgın: Covid-19. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 6-11.
- Savaş, H. A.** (2017). Psikolojik Rahatlık Algısının Örgütsel Sosyalleşme Üzerindeki Etkisi. *Sinop Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(2), 359-378.
- Scherer, I. W.** (1961). The prediction of academic achievement in brain injured children. *Exceptional Children*, 28(2), 103-106.

- Schneier, F. R., Johnson, J., Hornig, C. D., Liebowitz, M. R., & Weissman, M.M.** (1992). Social phobia: Comorbidity and morbidity in an epidemiologic sample. *Archives of general psychiatry*, 49(4), 282-288.
- Seligman, M. E. P.** (2007). Gerçek mutluluk (Çev. Semra Kunt Akbaş). Ankara: HYB yayınları.
- Sheehan, E.** (1999). Kaygı Bozuklukları: Kaygı, Fobiler ve Panik Ataklar. Çev. Murat Sağlam, İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım.
- Singer, R. N.** (1975). Motor learning and human performance: An application to physical education skills. Macmillan.
- Spanier, G. B., & Lewis, R. A.** (1980). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and the Family*, 825-839.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E.** (1970). Manual for the state-trait anxiety inventory.
- Spielberger, C.D.** (1971). Theory and research on anxiety. *Anxiety and Behavior* (third ed.) Edit. C.D. Spielberger. New York : Academic Press Inc. 3-20.
- Stein, M. B., Chartier, M. J., Hazen, A. L., Kozak, M. V., Tancer, M. E., Lander, S., ... & Walker, J. R.** (1998). A direct-interview family study of generalized social phobia. *American Journal of Psychiatry*, 155(1), 90-97.
- Stein, M. B., & Heimberg, R. G.** (2004). Well-being and life satisfaction in generalized anxiety disorder: Comparison to major depressive disorder in a community sample. *Journal of affective disorders*, 79(1-3), 161-166.
- Surtees, P. G., Wainwright, N. W. J., & Pharoah, P. D. P.** (2002). Psychosocial factors and sex differences in high academic attainment at Cambridge University. *Oxford Review of Education*, 28(1), 21-38.
- Şahin, M.** (2019). Korku, Kaygı Ve Kaygı (Anksiyete) Bozuklukları. *Avrasya Sosyal Ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117-135.
- Şendil, G., & Kaya Balkan, İ.** (2005). Anne baba olmak. İstanbul: Morpa Yayınları.
- Şener, E. T.** (2002). Hemşirelerin İş Doyum Düzeyleri İle Genel Yaşam Doyum Düzeyleri İlişkisi: Ankara Atatürk Göğüs Hastalıkları ve Göğüs Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi Örneği. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Şener, Ö.** (2017). 3-6 yaş arası gelişim geriliği olan çocukların annelerinin suçluluk utanç düzeyleri ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi incelenmesi (Master's thesis, Hasan Kalyoncu Üniversitesi).
- Şen, E. & Batı, G.F.** (2020). Covid-19 pandemik krizinin yönetim ve ekonomi politik üzerine olası etkileri. *Yönetim, Ekonomi ve Pazarlama Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 71-84
- Tarkoçin, S., Alagöz, N., & Boğa, E.** (2020). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Pandemi Sürecinde (COVID-19) Davranış Değişiklikleri ve Farkındalık Düzeylerinin Anne Görüşlerine Başvurularak İncelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 15(6).

- Taş, Y.** Sınav Kaygısıyla Başa Çıkma. http://www.bilkent.edu.tr/~dos/ogdm/b_sinav_kaygi.html
- Taylor, W. C., Baranowski, T., & Young, D. R.** (1998). Physical activity interventions in low-income, ethnic minority, and populations with disability. *American journal of preventive medicine*, 15(4), 334-343.
- T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü.** (2020). Covid-19 (SARS-CoV-2 Enfeksiyonu) Genel Bilgiler, Epidemioloji ve Tanı. Bilimsel Danışma Kurulu Çalışması. (Erişim Tarihi: 11.06.2020). https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/rehberler/Covid-19-rehberi/Covid-19_rehberi_genel_bilgiler_epidemioloji_ve_tani.pdf
- Torlak Evinç, S., & Savaş Yavuzçehre, Pınar** (2008). Denizli kent yoksullarının yaşam kalitesi üzerine bir inceleme. *Çağdaş Yerel Yönetimler*, 17(2), 23-44.
- Tönbül, Ö.** (2020). Koronavirüs (Covid-19) salgını sonrası 20-60 yaş arası bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Humanistic Perspective*, 2(2), 159-174.
- Tuna, A. A., & Türkmendağ, Z.** (2020). Covid-19 pandemi döneminde uzaktan çalışma uygulamaları ve çalışma motivasyonunu etkileyen faktörler. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 12(3), 3246-3260.
- Tümekaya, S., Hamarta, E., Deniz, M. E., Çelik, M., & Aybek, B.** (2008). Duygusal zeka mizah tarzı ve yaşam doyumu: Üniversite öğretim elemanları üzerine bir araştırma.
- Türk, M. S.** (2007). Örgüt kültürü ve iş tatmini. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Tüzün, Ü.** (2002). Gelişen iletişim araçlarının çocuk ve gençlerin etkileşimi üzerine etkisi. *Düşünen Adam*, 15(1), 46-50.
- Ulusoy, M., Sahin, N. H., & Erkmen, H.** (1998). The Beck anxiety inventory: psychometric properties. *J. Cogn. Psychother*, 12(2), 163-172.
- Uncef** (2020a). Covid-19 Ebeveyni Olmak, COVID-19 Hakkında Konuşmak. <https://868b1700-4f92-4143-a9e1-4d615770397f.filesusr.com/ugd/d13cc02da2137f5a394f77a9686aa13be024b7.pdf> adresinden ulaşılmıştır.
- Uyguç, N., Arbak, Y., Duygulu, E., & Çıraklar, N. H.** (1998). İş Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Üç Temel Varsayım Altında İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13(2), 193-204.
- Ünal, S., Karlıdağ, R., & Yoloğlu, S.** (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumu düzeylerinin yaşam doyumu düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(2), 113-118.
- Ürün, Ö. D., & Öztürk, C. Ş.** (2020). Yetişkin bireylerde sosyal görünüş kaygısı ile sosyal kaygı, benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 4(1), 37-45.
- Vandewater, E. A., & Lansford, J. E.** (1998). Influences of family structure and parental conflict on children's well-being. *Family relations*, 323-330.

- Vara, Ş.** (1999). Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyumunu ve genel yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Varol, Ş.** (1990). Lise son sınıf öğrencilerinin kaygı düzeylerini etkileyen bazı etmenler. Samsun Ondokuz Mayıs Üniversitesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Virick, M., DaSilva, N., & Arrington, K.** (2010). Moderators of the curvilinear relation between extent of telecommuting and job and life satisfaction: the role of performance outcome orientation and worker type. *Human relations*, 63(1), 137-154.
- Wichstrøm, L., Belsky, J., & Berg- Nielsen, T. S.** (2013). Preschool predictors of childhood anxiety disorders: a prospective community study. *Journal of child psychology and psychiatry*, 54(12), 1327-1336.
- Wink, P., & Scott, J.** (2005). Does religiousness buffer against the fear of death and dying in late adulthood? Findings from a longitudinal study. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 60(4), P207-P214.
- Witt, A., Ordóñez, A., Martin, A., Vitiello, B., & Fegert, J. M.** (2020). Child and adolescent mental health service provision and research during the Covid-19pandemic: challenges, opportunities, and a call for submissions.
- World Health Organization.** (2005). Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: a report of the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation and the University of Melbourne. World Health Organization.
- Whirter, Mc., J. ve Acar, V., N.** (2000). Ergen ve Çocukla İletişim. Ankara: US-A Yayıncılık
- World Health Organization.** (2006). Neurological disorders: public health challenges. World Health Organization
- Yapıcı, N.** (2003). Üniversite öğrencilerinin dersten kalma nedenleri. *Bilim, Eğitim ve Düşünce Dergisi*, 3(2), 3.
- Yaşar, R.**(2015). Çatışma Teorisi Bağlamında Depresyonun Sınıfsal Karakteri *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 5.
- Yavuzer, H.** (1993). Okul öncesi dönemde ailenin işlevi. *Ya-Pa Okul Öncesi Eğitimi ve Yaygınlaştırılması Semineri 2-3* . İstanbul: Ya-pa Yayınları.
- Yetim, Ü.** (1991). Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumunu *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Yetim, Ü.** (1993). Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumunu. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ege Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir
- Yılmaz, A.** (2017). Çocuk Psikolojisini Anlama Kılavuzu. İstanbul: Hayykitap.
- Yusuf, Acar**(2020). Yeni koronavirüs (Covid-19) salgını ve turizm faaliyetlerine etkisi. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 7-21.

Yüksel, G. (1999). Sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerine etkisi.

Zhang, S. X., Wang, Y., Rauch, A., & Wei, F. (2020). Unprecedented disruption of lives and work: Health, distress and life satisfaction of working adults in China one month into the COVID-19 outbreak. *Psychiatry research*, 288, 112958.



EKLER

EK 1: EBEVEYN BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM VE RIZA FORMU

Sevgili Anne/Baba

Bu çalışma İstanbul Gedik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü öğretim elemanı Doç. Dr. Fatma Yeşim CAN ve İstanbul Gedik Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Serpilnur AVAR tarafından yürütülmektedir. Bu çalışma Covid-19 pandemi sürecindeki ebeveynlerin (yaşam koşulları değişmeyerek işyerinden çalışan ve yaşam koşulları değişerek evden çalışan) yaşam doyum ve kaygı düzeyleri ile okul öncesi dönemi çocuklarının (3-6 yaş) kaygı seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmaktadır. Yapılan bu çalışma ile literatüre akademik anlamda katkı sunulması hedeflenmektedir.

Bu amaç doğrultusunda sizlerden (anne veya baba) Yaşam Doyum Ölçeği, Kaygı Ölçeği ve Okul Öncesi Kaygı Ölçeğini eksiksiz doldurmanızı isteyeceğiz. Çocuğunuza ve size ait bilgiler ve yanıtlar tamamen gizli tutulacak, elde edilecek bilgiler yüksek lisans tezi olarak yürütülen bu araştırmanın sonuçlarının değerlendirilmesinde kullanılacak olup kimseyle paylaşılmayacaktır. Bu araştırma için İstanbul Gedik Üniversitesi Etik Kurulu'ndan gerekli izinler alınmıştır. Çalışma gönüllülük esasına dayalı olarak yürütülmektedir. Çalışmadan herhangi bir zamanda ayrılmakta özgürsünüz.

Çalışmaya olan katkınız için teşekkür ederiz.

Çalışmaya Katılmayı Onaylıyorum

ADINIZ/SOYADINIZ:

*Dilerseniz adınızı belirtmeyebilirsiniz.

İMZA:

EK 2: SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Aşağıdaki sorular sizinle ilgilidir. Lütfen sizin için uygun olan şıkkı işaretleyiniz.

1. Cinsiyetiniz?

K-- **E—**

2. Yaşınız?

18-24 **25-34** **35-44** **45-54**

3. İki ebeveyn de sağ mı?

Evet---- **Hayır—**

4. Anne-Baba bir arada mı?

Evet--- **Hayır---**

5. Eğitim Durumunuz?

İlkokul Mezunu

Lise Mezunu

Üniversite Mezunu

Yüksek L.

6. Mesleğiniz?

7. Çocuğunuzun ihtiyaçlarını ekonomik olarak karşılayabiliyor musunuz?

Evet--- **Hayır---**

8. Çocuğunuzun Cinsiyeti?

Kız-- **Erkek—**

9. Çocuğunuzun başka kardeşi var mı?

Evet **Hayır**

10. Var ise çocuğunuzun doğum sırası?

11. Var ise çocuğunuzun kardeş sayısı?

--

12. Covid-19 Pandemisi nedeniyle evden mi yoksa işyerinden mi çalışıyorsunuz?

Evden çalışıyorum

İşyerinden Çalışmaya Devam Ediyorum

13. Covid-19 Pandemisi sürecinde maaş değişikliği yaşadınız mı?

Artış

Azalış

Sabit/Değişiklik Yaşamadım

EK 3: YAŞAM DOYUM ÖLÇEĞİ İZİN BELGESİ VE SORULAR

i. İzin Belgesi



Abidin DAĞLI 7 Oca
alıcı: ben v



Sevgili Serpilnur AVAR
Taraşımızdan Türkçeye uyarlanan Yaşam Doyumu Ölçeğini çalışmalarınızda kullanmanızda bir sakınca yoktur. Ölçek ekte sunulmuştur. İyi çalışmalar diliyorum. Sevgilerimle...
Doç. Dr. Abidin DAĞLI

Gönderen: Abidin DAĞLI
Gönderildi: 7 Ocak 2021 Perşembe 09:10:49
Kime: serpil avar
Konu: Re: SERPİLNUR AVAR-YAŞAM DOYUM ÖLÇEĞİ KULLANIM İZİNİ

...

[İLETİNİN TAMAMINI GÖSTER](#)

YAŞAM DOYUMU
ÖLÇEĞİ DAĞLI....
PDF PDF

ii. Yaşam Doyum Ölçeği Soruları

	Maddeler	Hiç katılmıyorum (1)	Çok az katılıyorum (2)	Orta düzeyde katılıyorum (3)	Büyük oranda katılıyorum (4)	Tamamen katılıyorum (5)
1	İdeallerime yakın bir yaşantım vardır.					
2	Yaşam koşullarım mükemmeldir.					
3	Yaşamımdan memnunum.					
4	Şimdiye kadar yaşamımdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.					
5	Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim					

EK 4: OKUL ÖNCESİ KAYGI ÖLÇEĞİ İZİN BELGESİ VE ÖRNEK SORULAR

i. İzin Belgesi

Tez konum olarak "COVID-19 PANDEMI SÜRECİNDEKİ EBEVEYNLERİN YAŞAM DOYUM VE KAYGI DÜZEYLERİ İLE ÇOCUKLARININ KAYGI SEVİYELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ" konusunu seçtim. Bu nedenle ölçek olarak "YAŞAM DOYUM ÖLÇEĞİ, BECK ANKSİYETE ÖLÇEĞİ VE OKUL ÖNCESİ KAYGI ÖLÇEĞİ" ölçeklerine ihtiyacım var. İzniniz olursa Okul Öncesi Kaygı Ölçeğini kullanmak isterim. Dönüş sağlarsanız çok memnun olurum. Saygılarımla

merve güler 10 Oca
alıcı: ben

iyi çalışmalar.

...

[İLETİNİN TAMAMINI GÖSTER](#)

Okul Öncesi
Kaygı Ölçeği (3)...

[W](#) Doküman

ii. Okul Öncesi Kaygı Ölçeği (Örnek Sorular)

OKUL ÖNCESİ KAYGI ÖLÇEĞİ					
Lütfen aşağıdaki soruları anasınıfına giden çocuğunuzu düşünerek yanıtlayınız.					
	Hiç doğru değil (0)	Nadiren doğru (1)	Bazen doğru (2)	Oldukça (3)	Çok zaman doğru (4)
1	Çocuğum endişeli olmayı bırakmakta zorlanıyor				
2	Çocuğum başka insanlara rezil olacağı bir şeyi yapmaktan korkuyor				
3	Çocuğum bir şeyi iyi yapıp yapmadığını durmadan kontrol ediyor (örneğin kapıyı kapatmak veya musluğu kapatmak)				

4	Çocuğum doktor ve/veya dişçilerden korkuyor					
5	Çocuğum bir yetişkenden yardım istemekten korkuyor (örneğin bir öğretmen veya bir grup yöneticisi)					
6	Çocuğum aklındaki düşünce veya görüntülerden rahatsız oluyor (sinirleniyor)					
7	Çocuğum gece kendi evinden başka bir yerde uyuması gerektiğinde rahatsız olabilir (sinirleniyor)					
8	Çocuğum yükseklikten (yüksek yerlerden) korkuyor					
9	Çocuğum tanımadığı insanlarla tanışmak veya konuşmaktan korkuyor					
10	Çocuğum anne ve babasının başına kötü bir şey geleceğinden korkuyor					
11	Çocuğum gök gürültüsünden korkuyor					
12	Çocuğum grup veya sınıfı karşısında konuşmaktan korkuyor (örneğin bir grup görüşmesinde)					

EK 5: BECK ANKSİYETE ÖLÇEĞİ SORULARI

ADINIZ, SOYADINIZ:.....Tarih:.....

Aşağıda insanların kaygılı ya da endişeli oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir.

Lütfen her maddeyi dikkatle okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin **BUGÜN DAHİL SON BİR (1) HAFTADIR** sizi ne kadar rahatsız ettiğini yandakine uygun yere (x) işareti koyarak belirleyiniz.

	Hiç	Hafif düzeyde pek etkilemedi	Orta düzeyde hoş değildi ama katlanabildim	Ciddi düzeyde Dayanmakta çok zorlandım
1. Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karın- calanma				
2. Sıcak/ ateş basmaları				
3. Bacaklarda halsizlik, titreme				
4. Gevşeyememe				
5. Çok kötü şeyler olacak korkusu				
6. Baş dönmesi veya sersemlik				
7. Kalp çarpıntısı				
8. Dengeyi kaybetme duygusu				
9. Dehşete kapılma				
10. Sinirlilik				
11. Boğuluyormuş gibi olma duygusu				
12. Ellerde titreme				
13. Titreklilik				
14. Kontrolü kaybetme korkusu				
15. Nefes almada güçlük				
16. Ölüm korkusu				
17. Korkuya kapılma				
18. Midede hazımsızlık ya da rahatsızlık hissi				
19. Baygınlık				
20. Yüzün kızarması				
21. Terleme (sıcaklığa bağlı olmayan)				

EK 6: ETİK KURUL ONAYI BELGESİ



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük



Sayı : E-71457743-050.01.04-2021.2.635 **193**
Konu : Etik Kurul Kararı (Serpil Nur AVAR)

08/06/2021

Sayın Doç. Dr. Fatma Yeşim CAN

Üniversitemiz Etik Kurulunun 27.05.2021 tarihli 2021/05 sayılı toplantısında; "COVID-19 Pandemisi Sürecindeki Ebeveynlerin Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeyleri ile Çocuklarının Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişki" adlı başvurunuz görüşüldü. Yapılan görüşme sonunda: "COVID-19 Pandemisi Sürecindeki Ebeveynlerin Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeyleri ile Çocuklarının Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişki" adlı başvurunuzun etik olarak uygun olduğuna katılanların oy birliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Berin ERGİN
Etik Kurul Başkanı

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu:

4D790510-5EAF-4785-8B81-12847E093DB5

Belge Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-gedik-universitesi-ebys>

Adres: T.C. İstanbul Gedik Üniversitesi Cumhuriyet
Mahallesi İkbahar Sokak No: 1-3-5 34876 Yakacak Kartal
İstanbul

Telefon No: 444 5 438 / Dahili: 1196

Faks No: 0216 452 87 17

e-Posta: info@gedik.edu.tr

KEP Adresi: gedikuniversitesi@hs01.kep.tr

Ayrıntılı bilgi için: Ozan YILDIZ

Uzman

Telefon No: 444 5 438 / Dahili: 1196



ÖZGEÇMİŞ

Serpilnur AVAR

ÖĞRENİM DURUMU:

- Lisans: Yaşar Üniversitesi-Psikoloji (2017)
- Yüksek lisans: Ege Üniversitesi- Aile Danışmanlığı (2018)
- Yüksek lisans: Gedik Üniversitesi-Klinik Psikoloji (2021)

MESLEKİ DENEYİM

- 2018-2019: Uğur Okulları
- 2021-: İzmir Ekonomi Üniversitesi Medicalpark Hastanesi