



Copyright © 2021 T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı

<http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/>

Gençlik Araştırmaları Dergisi • Eylül 2021 • 9 (Özel Sayı) • 1-20

ISSN 2791-8157

Başvuru | 15 Temmuz 2020

Kabul | 10 Aralık 2020

Üniversite Öğrencilerinin Gözünden COVID-19 Salgını: Nitel Bir Araştırma

Esra Asıcı*

Aykut Günlü**

Öz

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgınının etkilerine ilişkin görüşlerinin, salgının olumsuz etkileriyle başa çıkmada kullandıkları stratejilerin ve salgın sürecinde kazandıkları farkındalıkların belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışma nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik araştırma desenine dayalı olarak tasarlanmıştır. Fenomenolojik araştırmalar insanların yaşadıkları deneyimlere odaklanmakta ve bu deneyimlerin onlar için ne anlama geldiğini ayrıntılı biçimde ortaya koymaya çalışmaktadır. Çalışmaya 38 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın verileri görüşme formu aracılığıyla toplanmıştır. Elde edilen veriler içerik analizi tekniği ile incelenmiştir. Bulgulara göre, COVID-19 doğası gereği öğrencilerin yaşamını çoğunlukla olumsuz etkilemiştir. COVID-19 sürecinde öğrencilerin olumsuz duygu ve düşünceleri, aile içi çatışmaları ve sosyal medya kullanımları artmış ve sosyal yaşamları sınırlanmıştır. COVID-19 süresince televizyonda izlenen programlar ve haberler öğrencileri psikolojik açıdan olumsuz etkilemiştir. Öğrencilerin COVID-19 salgınının olumsuz etkileriyle başa çıkmak için davranışsal (önlem alma, kitap okuma, dizi/TV izleme, yemek yapma, sosyal destek arama, spor yapma gibi) ve bilişsel (olumlu düşünme, olumsuz duyguları yönetme, dini başa çıkma gibi) stratejiler kullandıkları belirlenmiştir. Olumsuz etkilerinin yanı sıra, COVID-19 bazı öğrenciler için kişisel gelişim ve farkındalık açısından bir fırsat olmuştur. Sonuç olarak, olumlu etkileri olsa da, COVID-19 üniversite öğrencilerinin yaşamını ve ruh sağlığını çoğunlukla olumsuz etkilemektedir. Bu nedenle, COVID-19'un ruh sağlığı üzerindeki etkilerine de odaklanmak önemlidir. COVID-19 sürecinde üniversite öğrencilerini psikolojik olarak desteklemeye yönelik çalışmalar gerçekleştirilmelidir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Salgın, Pandemi, Koronavirüs, Üniversite Öğrencileri

* Dr. Öğr. Üyesi, Kilis 7 Aralık Üniversitesi, Muallim Rifat Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, esraasici01@gmail.com, ORCID: 0000-0003-0872-9042

** Öğr. Gör. Dr., Pamukkale Üniversitesi, Tavas Meslek Yüksekokulu, Çocuk Bakımı ve Gençlik Hizmetleri Bölümü, agunlu@pau.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6617-2871

Abstract

This study aims to identify university students' opinions on the effects of the COVID-19 pandemic, the strategies they have used to cope with its negative effects and the awareness they have gained during this period. As the study focused on individuals' experiences and sought to reveal what meanings these experiences had for them, we followed a phenomenological research design. A total of 38 university students participated in the study. Data were collected using an interview form that was completed in writing online, which were then analyzed using content analysis. The findings revealed that COVID-19 has had a negative effect on many students' lives. During the pandemic, students' negative feelings and thoughts, family conflicts, and social media usage increased whereas their social lives were constrained. The TV programs and news that they watched during the pandemic had a mostly negative effect on their psychology. We determined that students used behavioral (taking precautions, reading books, watching television series and movies, cooking, seeking social support, doing sports) and cognitive (positive thinking, managing negative emotions, religious coping) strategies to deal with the negative effects of the COVID-19 pandemic. Despite having mostly negative effects, some students used COVID-19 as an opportunity for personal growth and awareness, meaning that there were some positive results. It is therefore important to focus on the effects of COVID-19 pandemic on mental health. The programs aiming to support university students' psychological health should be conducted during pandemic.

Keywords: COVID-19, Pandemic, Coronavirus, University Students

Giriş

İnsanlık tarihi boyunca salgın hastalıklar bazen belli bir bölgede (epidemi), bazen de dünya genelinde (pandemi) etkili olmuştur. Örneğin, M.Ö. Antikçağ'da Atina Vebası salgınından 100 bin kişi, M.S. II. yüzyılda Antonine Vebası salgınından 5 milyon kişi, Ortaçağ'daki veba salgınından ise 100 milyon kişi etkilenmiştir (Aslan, 2020). 20. yüzyılda görülen İspanyol gribi iki yılda yaklaşık 40-50 milyon kişinin ölmesine neden olmuştur. Daha yakın tarihlerde ise SARS, MERS, domuz gribi ve ebola gibi salgınlar görülmüştür (Taylor, 2019). 2019 yılının Aralık ayında Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan yeni tip koronavirüs (COVID-19) ile dünya salgın hastalıklar tarihine bir yenisi daha eklenmiştir.

11 Mart 2020 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından pandemi olarak ilan edilen ve hâlâ etkisini sürdüren COVID-19 salgını nedeniyle bugüne (20 Kasım 2020) kadar dünya genelinde yaklaşık 58 milyon vaka tespit edilmiş ve 1 milyonun üzerinde ölüm meydana gelmiştir (WHO, 2020). Türkiye'deki ilk COVID-19 vakası ise 11 Mart 2020 tarihinde tespit edilmiş, 20 Kasım 2020 tarihi itibari ile yaklaşık 450 bin kişi COVID-19'a yakalanmış ve bunların 12084'ü yaşamını yitirmiştir (Sağlık Bakanlığı, 2020).

İnsan sağlığı için ciddi bir tehdit kaynağı olması nedeniyle, tüm dünyada olduğu gibi Türkiye'de de ilk vakanın tespit edilmesiyle birlikte virüsün yayılmasını önlemeye

yönelik çeşitli uygulamalar gerçekleştirilmiştir. Bu uygulamalardan biri, virüsün Türkiye’de görülmeye başlandığı hafta sonundan itibaren tüm eğitim kademelerinde, eğitime öncelikle üç haftalık bir aranın verilmesi ve hastalık riskinin devam etmesi nedeniyle de eğitimde verilen bu aranın, ikinci bir tarihe kadar uzatılmasıdır. Sonrasında okulların 31 Ağustos 2020 tarihine kadar kapatılması kararı alınmıştır (MEB, 2020). 2020-2021 eğitim öğretim yılına okulların sınıflara göre kademeli olarak yeniden açılması uygulaması ile başlanmış; ancak artan vaka sayıları nedeniyle son durumda okulların yeniden kapatılması ve eğitime tamamıyla uzaktan devam edilmesi kararı alınmıştır. Yükseköğretim kurumlarında ise 2019-2020 bahar döneminin yüz yüze eğitim yerine uzaktan eğitim yoluyla tamamlanması kararı alınmış (YÖK, 2020) ve 2020-2021 eğitim öğretim yılı güz döneminde de aynı karar uygulanmaya devam etmiştir. Türk eğitim sisteminin uzaktan eğitime yeteri kadar aşına olmaması nedeniyle (Sarı, 2020), uzaktan eğitime geçiş hem öğrenciler hem de öğretmenler açısından zor bir süreç olmuştur (Kırmızıgül, 2020; Özer, 2020; Yamamoto ve Altun, 2020; Üstün ve Özçiftçi, 2020). Bu zorlu süreç öğrencilerin okula ve ders çalışmaya yönelik ilgilerini olumsuz yönde etkilemiştir (Güngör, Karaman, Sari ve Çolak, 2020).

Virüse karşı alınan önlemler sadece eğitim sektörüyle sınırlı kalmamış, sosyal yaşamın birçok alanında da yürürlüğe konulmuştur. Sosyal yaşamla ilgili alınan önlemlerin tüm eğlence mekânları, kafeler, restoranlar, berber/kuaför ve güzellik salonları, alışveriş merkezleri ve insanların yakın temasta bulunma riski olan iş yerlerinin ikinci bir tarihe kadar kapatılması şeklinde uygulandığı görülmüştür (İçişleri Bakanlığı, 2020). Ayrıca otuz büyükşehir ile Zonguldak ilinde hafta sonları sokağa çıkma kısıtlaması uygulanmıştır.

COVID-19 salgınının insan sağlığı için oluşturduğu tehdidin yanı sıra, yukarıda bahsedilen önlemlerin insan yaşamını değiştirmesi ve salgının umulduğundan uzun sürmesi insanların yaşamını eğitim, ekonomi, turizm, ulaşım gibi birçok alanda etkilemiştir (Afacan ve Avcı, 2020; Deniz ve Evcı Kiraz, 2020). Gözlemlenen en temel etkilerden biri, bu süreçte toplumda korku, kaygı, endişe gibi olumsuz duyguların artması ve bireylerin kendilerini yoğun stres altında hissetmesi olmuştur (Kwok ve ark., 2020; Wang ve ark., 2020). COVID-19’un bulaşma riskinin yüksek olması, (Asmundson ve Taylor, 2020), asemptomatik olarak seyretmesi, yani kimlerin bu virüsü taşıdığı belirsiz olması (Anderson, Heesterbeek, Klinkenberg ve Hollingsworth, 2020) ve hastalıkla ilgili bilinmezlerin fazla olması yaşanan kaygıyı ve stresi artırmıştır (Pueyo, 2020). Günlük yaşamın bir anda değişmesiyle toplumlarda psikolojik sorunlar tetiklenmiş (Brooks ve ark., 2020; Duncan, Schaller ve Park, 2009), uyum ve davranış bozuklukları, duygu durum bozuklukları görülmeye başlanmıştır (Kaya, 2020). “Evde kal” sınırlandırması nedeniyle bireylerin fiziksel hareketliliği azalmış ve bu durum bireylerin psikolojik sağlığının daha da bozulmasına neden olmuştur (Glynn, 2020; Wang ve ark., 2020). Ayrıca sosyal izolasyon ve sokağa çıkma yasakları aile içi ilişkileri etkilemiş, bu süreçte aile içi şiddet yardım hattına başvuru oranlarında artış meydana gelmiştir (Branbury-Jones ve Isham, 2020).

Salgın hastalıkların olduğu dönemlerde stres yaşanması doğal kabul edilmekte, asıl önemli olanın ise bireylerin stresle nasıl başa çıktıkları olduğu vurgulanmaktadır (Pennycook, McPhetres, Zhang ve Rand, 2020). Salgının fiziksel ve psikolojik olumsuz etkileriyle başa çıkma stratejilerinden biri hijyen uygulamalarıdır. Bireylerin virüslü bir nesneye temas etme olasılığına karşı hijyen kurallarına (Sağlık Bakanlığı'nın 14 Kuralı) dikkat edilmesiyle birlikte virüsün bulaşması önlenmeye çalışılmaktadır. Ayrıca bireyin sağlıklı beslenmesinin de virüsle savaşta bağışıklık sisteminin güçlü olması açısından önemi büyüktür. Bir diğer strateji ise sosyal izolasyondur. Sosyal izolasyon, bireylerin kalabalık ortamlardan uzak durması ve insanlarla arasındaki fiziksel mesafeye dikkat etmesini içermektedir. Uygulamaya konulan tüm bu davranışlar bireylerin kendini güvende hissetmesini sağlayarak, onların psikolojik açıdan da güçlü olmalarına destek olmaktadır (Perlman ve ark., 2017).

Virüsle mücadelede önemli bir diğer strateji, hastalık hakkında doğru ve net bilginin insanlara aktarılmasıdır. Bu yolla salgının yaratacağı panik, kaygı, stres, depresif duygu durumu kontrol altında tutulmaya çalışılmaktadır (WHO, 2020). Bu noktada devletin yetkili makamları ve güvenilir bilim kurulları tarafından sağlıklı bilgilendirmelerin yapılması bir gerekliliktir. Televizyon programları ve sosyal medyanın bu konudaki tutumu sorumluluk içermekte ve toplumun salgın riskine ilişkin farkındalığının artırılması açısından önemli görülmektedir (Chan ve Shaw, 2020). Çünkü bu tür zorlayıcı süreçlerde bireylerin yoğun bilgi aktarımı karşısında ruh sağlığını koruyabilmek adına, internet ve sosyal medya kullanım eğilimi değişebilmekte (Eskici, 2020; Karataş 2020), sosyal medyada maruz kalınan içerikler ve izlenen televizyon programları toplumda yaşanan korku ve kaygıyı artırabilmektedir (Kirman, 2020).

Yukarıdaki sağlıklı başa çıkma stratejilerinin yanı sıra, bu süreçte bireyler zaman zaman sağlıksız başa çıkma stratejilerine de başvurabilirler. Alan yazında bazı bireylerin stresli durumlarla başa çıkmak için yemek yeme (Aslan, 2020; Evers ve Adriaanse, 2013; Serin ve Şanlıer, 2018) ve internet kullanma (Okur, Özkan ve Arslan, 2019; Şenormancı, Konkan ve Sungur, 2010; Vidyachathoth, Kumar ve Pai, 2014) gibi aşırı boyutlara ulaştığında sağlıksız olarak değerlendirilen davranışlara yöneldikleri vurgulanmaktadır. COVID-19 sürecinde de, insanların yarı oto kontrol yöntemiyle gönüllü olarak evde kalmaları televizyon programlarını daha çok izlemelerine yol açmıştır (Kırık ve Özkoçak, 2020). Uzaktan eğitime geçilmesi, "evde kal", sokağa çıkma kısıtlaması ve evden çalışma gibi uygulamalar, bireylerin internet ve sosyal medya kullanım alışkanlıklarının değişmesinde etkili olmuştur (Güngör, 2020). Okulların tatil edilmesi ve eğitimin uzaktan eğitime evrilmesi nedeniyle, COVID-19 süreci bireyleri yemek yeme, televizyon izleme, sosyal medyada vakit geçirme gibi davranışlara daha çok yöneltmiş olabilir (Öztürk, Kuru ve Demir Yıldız, 2020). COVID-19 toplumun her kesimini etkilemiş olmakla birlikte, bu süreçten yüksek düzeyde etkilenen grubun üniversite öğrencileri olabileceği düşünülmektedir. Çünkü COVID-19

sürecinde üniversite öğrencilerinin eğitim, aile ve sosyal yaşamlarında büyük değişimler meydana gelmiştir. Uzaktan eğitime geçilmesiyle birlikte, üniversite öğrencileri bugüne kadar alışık olmadıkları şekilde akademik olarak daha fazla sorumluluk almak, başarılı olabilmek için ders çalışma alışkanlıklarını değiştirmek ya da yeniden düzenlemek durumunda kalmışlardır. Ev ortamında internete erişim ya da ders çalışmak için uygun koşulları olmayan gençler için bu süreç daha da zorlayıcı olmuştur. Nitekim araştırmalar; öğrencilerin pandeminin yanı sıra öğrenme sürecine ve akademik başarılarına ilişkin kaygılarının da bu süreçte arttığını göstermektedir (Sarıtaş ve Barutçu, 2020). Ayrıca COVID-19 salgını nedeniyle, ailesinden uzakta yaşayan pek çok üniversite öğrencisi eve dönmüş ve tüm gün aile üyeleriyle bir arada bulunmak durumunda kalmıştır. Bu durum onların özerklik duygularını yitirmelerine ve aile içinde çatışmalar yaşamalarına yol açmış olabilir. Bunun yanı sıra, arkadaşlardan uzak olmayı gerektiren sosyal mesafe kuralı ve evde kalma süreci gençler için tahammül edilmesi zor bir süreç olmuş olabilir. Dolayısıyla, pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin hem akademik, hem ailevi hem de sosyal ilişkileri açısından yoğun stres altında oldukları düşünülebilir. Yaşanan bu zorlu sürecin olumsuz etkilerini ortadan kaldırmaya yönelik müdahaleler geliştirebilmek açısından, üniversite öğrencilerinin pandemi sürecinde neler yaşadığını ve bu süreçle nasıl başa çıktıklarını doğru bir biçimde anlamak önemlidir.

COVID-19 salgınına travmatik bir yaşantı ya da bir kriz durumu olarak değerlendirmek mümkündür. Tüm olumsuz etkilerine rağmen, travmatik yaşantılar bireylerde olumlu değişimler meydana getirerek kişisel büyüme de sağlamaktadır (Arslan ve Yeşil Örnek, 2019; Duman, 2019). Dolayısıyla, COVID-19 salgını bazı gençlerin büyümesine, gelişmesine ve güçlenmesine katkı sağlamış olabilir. COVID-19 salgınının gençler üzerindeki olumsuz etkilerinin yanı sıra olumlu etkilerini de belirlemek onlara sunulacak psikolojik destek çalışmalarına yön verebilir.

Yukarıda verilen bilgiler ışığında, araştırmada üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgınından nasıl etkilendiklerine ilişkin görüşlerinin, salgının olumsuz etkileriyle başa çıkma yollarının ve salgın sürecinde kazandıkları farkındalıkların belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda araştırmada “COVID-19 salgınının üniversite öğrencileri üzerindeki etkisi nedir?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Yöntem

Araştırmanın Deseni

Araştırma nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik araştırma desenine dayalı olarak tasarlanmıştır. Fenomenoloji araştırmaları insanların olayları nasıl algıladığını, olaylar hakkında ne hissettiklerini, olayları nasıl anımsadıklarını, bir diğer deyişle olayları nasıl tecrübe ettiğini belirlemeye yönelik olarak gerçekleştirilmektedir (Patton, 2014). Fenomenoloji insanların tecrübe ettikleri durumların davranışlarını biçimlendirdiği ilkesi üzerine kuruludur. Dolayısıyla, deneyimleri bir bilgi kaynağı olarak ele alır ve böylece

davranışların nedenlerini belirlemeye çalışır. Fenomenolojik araştırma, fenomenin belirlenmesiyle başlar. Fenomen ise araştırmacıyı araştırma yapmaya iten olgu, olay veya yaşantıdır (Miles ve Huberman, 2016). 2019-2020 eğitim öğretim yılı bahar döneminde pandeminin başlamasıyla birlikte hızlı bir şekilde hayat akışının değişmesi, eğitim ve öğretimin çevrimiçi eğitime dönüşmesi sonucunda öğrencilerde pandeminin olumsuz etkilerinin görülmesi ve öğrencilerin de yaşadıkları sorunları ifade etmeye başlamasıyla birlikte, pandeminin öğrencilerin üzerindeki etkisinin onların deneyimlerine dayalı olarak derinlemesine araştırılmasının yararlı olacağı düşünülmüştür. Bu düşünceyle mevcut araştırmada, üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgınını nasıl tecrübe ettiklerini, COVID-19 salgınının üniversite öğrencilerini nasıl etkilediğini belirlemek amacıyla fenomenolojik araştırma deseni kullanılmıştır.

Araştırmanın Katılımcıları

Araştırmanın katılımcılarını üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem seçiminde amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Bu örnekleme yönteminin seçilmesinin nedeni, salgınla birlikte uzaktan eğitime geçilmiş olmasından dolayı, katılımcılara çevrimiçi olarak ulaşmaya imkân tanınmasıdır. Araştırmaya 15 farklı şehirde yaşayan 34 kadın, 4 erkek olmak üzere toplam 38 üniversite öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerin yaşları 19 ile 27 arasında değişmekte olup, yaş ortalamaları 21.61'dir. Öğrencilerin 35'i sosyal medya ağlarını kullandığını; 3'ü ise kullanmadığını belirtmiştir. Sosyal medya ağlarını kullanan öğrencilerin 33'ü Instagram, 12'si Twitter ve 6'sı da Facebook kullanıcısı olduğunu bildirmiştir.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırmada üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgınına ilişkin görüşlerini belirlemek amacıyla görüşme formu kullanılmıştır. Fenomenolojik araştırmada araştırma soruları belirlenirken katılımcıların deneyimlerine ve olguya dair anlamlandırmalarına dayalı olması gerekmektedir (Smith, Flowers ve Larkin 2009). Alan yazında yapılan çalışmalara bakıldığında, pandemi dönemlerinin birey üzerinde bilişsel, duyuşsal ve davranışsal yönden olumlu ve olumsuz etkilerinin olduğu görülmüştür (Afacan ve Avcı, 2020; Chan ve Shaw, 2020; Güngör, 2020; Kırık ve Özkoçak, 2020; Kırmızıgül, 2020; Kwok ve ark., 2020; Pennycook, ve ark., 2020; Yamamoto ve Altun, 2020). Görüşme formu alan yazındaki konu ile ilgili yayınlara dayalı olarak oluşturulmuş ve soruların uygunluğu konusunda psikolojik danışma ve rehberlik alanından uzmanlardan görüş alınmıştır. Ayrıca görüşmelere başlanmadan önce iki öğrenci ile pilot görüşme yapılarak soruların anlaşılabilirliği değerlendirilmiştir. Görüşme formunun ilk bölümünde cinsiyet, yaş, yaşanan şehir, sosyal medya kullanım durumu ve kullanılan sosyal medya ağlarıyla ilgili demografik sorular yer almıştır. Görüşme formunun ikinci bölümünde ise araştırma sorularıyla ilgili 7 tane açık uçlu soru yer almıştır. Görüşme formunda yer alan sorulara örnek olarak

“COVID-19 salgını günlük yaşamınızı nasıl etkiledi?, COVID-19 salgını süresince televizyonda izlediğiniz programlar ya da haberler sizi nasıl etkiledi?, COVID-19 salgınıyla ilgili olumsuz düşünceleriniz ve duygularınızla başa çıkmak için neler yapıyorsunuz?” verilebilir.

Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan gerekli izin alındıktan sonra (Sayı: 68282350/2018/G04), araştırmanın verileri 2020 yılı Nisan ayının ikinci ve üçüncü haftalarında toplanmıştır. Araştırmanın gerçekleştirildiği dönemde Türkiye'de COVID-19 salgını zirve noktasında olduğu için öğrencilerle yüz yüze görüşmeler yapmak mümkün olmamıştır. Bu nedenle öğrencilerin görüşleri yazılı olarak toplanmıştır. Bu kapsamda araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilere ulaşmak için araştırmacılar uzaktan eğitim platformlarında kendilerinden ders alan öğrencilere araştırmayla ilgili bir duyuru yapmışlardır. Bu duyuruda öğrencilere araştırmanın amacı açıklanmış, araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu bilgisi verilmiş ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilerden word formatında paylaşılan görüşme formundaki soruları yanıtladıktan sonra görüşme formunu e-posta aracılığıyla araştırmacılara ulaştırmaları istenmiştir. Pandeminin başlangıç evresinde iki haftalık sürecin (pandeminin beş ve altıncı haftalarında) sonunda araştırmaya katılmaya gönüllü olan 38 öğrenci görüşme formunu doldurarak araştırmacılara ulaştırmıştır. Araştırma kapsamında toplanan verilerin çözümlenmesi içerik analizi tekniğiyle gerçekleştirilmiştir. İçerik analizinde temel olarak yapılan işlem, birbirine benzeyen verileri, belirli kavramlar ve temalar çerçevesinde bir araya getirmek ve bunları okuyucunun anlayabileceği bir biçimde düzenleyerek yorumlamaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2011). İçerik analizinde, öğrencilerin görüşme formunda yer alan açık uçlu sorulara verdikleri yanıtlar incelenerek temalar ve kodlar oluşturulmuş, bunlar frekans olarak ortaya konulmuştur. Öğrencilerin her bir soru için derinlemesine ve zengin bilgi verdiği durumlarda, bir öğrencinin söylemi birden fazla tema içinde yer alabildiğinden dolayı frekanslar, görüşülen toplam öğrenci sayısından ($n = 38$) fazla olarak bulunmuştur. Belirlenen temalara ve kodlara ilişkin öğrenci söylemleri paylaşılırken, katılımcıların kimlik bilgilerinin gizliliğini sağlamak amacıyla her bir katılımcıya bir kod verilmiştir. Bu kapsamda birinci katılımcı erkek ise “1E”, birinci katılımcı kadın ise “1K” kodu kullanılarak gizlilik ilkesine uyulmuştur. Nitel verilerin güvenilirlik çalışması kapsamında, görüşmelerden elde edilen veriler araştırmanın yazarları tarafından birbirinden bağımsız olarak kodlanmış ve sonrasında yapılan kodlamalar karşılaştırılarak kodlayıcılar arası uyum yüzdesi hesaplanmıştır. Kodlayıcılar arası uyum yüzdesi $\Delta = C / (C + \delta) \times 100$ formülü ile hesaplanmaktadır. Formüldeki Δ -güvenilirlik katsayısını; c -üzerinde görüş birliği sağlanan terim sayısını; δ -üzerinde görüş birliği bulunmayan terim sayısını belirtmektedir. Bu benzerlik oranının %80 ve üstü olması beklenmektedir (Miles ve Huberman, 2016; Patton, 2014). Yapılan karşılaştırma sonucunda uyum yüzdesi %93 olarak bulunmuştur.

Bulgular

Bu bölümde görüşme formunun ikinci kısmında yer alan cevapların içerik analizi sonuçlarına dair bulgular aktarılmıştır. Elde edilen bulgular katılımcılardan alınan örnek ifadeler ile de desteklenmiştir.

Tablo 1. COVID-19'un Günlük Yaşama, Aile İçi İlişkilere ve Sosyal Medya Kullanımına Etkisine İlişkin Görüşler

Konu Alanları	Temalar	Kodlar	f		
Günlük yaşama etkileri	Olumsuz Etkiler	Olumsuz duygu ve düşünceler	40		
		Sosyal yaşamın sınırlanması	28		
		Günlük rutin ve planların bozulması	16		
		Eğitim yaşamının güçleşmesi	10		
		Temizlik davranışlarının artması	7		
	Olumlu Etkiler	Ekonomik güçlükler	1		
		Kişisel gelişim ve farkındalık	14		
		Aileyle vakit geçirme	2		
		Aile içi ilişkilere etkiler	Olumlu etkiledi	Aile içi bağların kuvvetlenmesi	33
			Olumsuz etkiledi	Aile içi çatışma ve anlaşmazlık	17
Fiziksel mesafe temelli güçlükler	13				
Sosyal medya kullanımına etkileri	Kullanım süresi	Arttı	25		
		Değişmedi	8		
		Azaldı	3		
	Aktiviteler	Paylaşım, takip ve mesajlaşma arttı	21		
		Değişim olmadı	14		
		Paylaşımlar azaldı	4		

Tablo 1'de görüldüğü üzere, katılımcıların COVID-19 salgınının günlük yaşamlarını nasıl etkilediğine ilişkin söylemleri olumlu ve olumsuz olmak üzere iki ana tema altında toplanmıştır. Olumsuz etkiler temasında öğrenciler sırasıyla en çok olumsuz duygu ve düşünceler (f = 40), sosyal yaşamın sınırlanması (f=28), günlük rutin ve planların bozulması (f = 16) ve eğitim yaşamının güçleşmesi (f=10) ile ilgili söylemler dile getirmişlerdir. Salgının en az etkilediği alan ise ekonomik güçlükler (f=1) olmuştur. Katılımcı E1'in "Psikolojik olarak modum düştü. Hiçbir şeyden zevk almıyorum. Hayatım resmen durdu.", katılımcı K3'ün

“Bu salgın yüzünden psikoloji diye bir şey kalmadı açıkçası. Herkes eve kapandı ve aktivite yetersizliğinden dolayı bunalıma girmiş bulunmaktayım.” ve katılımcı K16’nın “COVID-19 günlük yaşamımızı olumsuz yönde etkiledi. Sürekli stres ve kaygı içerisindeyiz.” şeklindeki söylemleri olumsuz duygu ve düşüncelere örnek olarak verilebilir. Katılımcı K6’nın “Sosyal hayatımı etkilemiştir. Evde kalarak pek çok yapacağım şeylerden geri kalıyorum. Arkadaşlarımla görüşemiyorum. Sürekli bir önceki günün tekrarı gibi yaşıyorum. Kendime aktivite bulsam da yine de önceki gibi olmuyor.” ve katılımcı K26’nın “İstediğimiz zaman sokağa çıkabilirken, eğitim hayatına normal bir şekilde devam ederken şu an bütün yaşamımızın aksadığını, alışık olmadığımız bir durumla karşılaştığımızı düşünüyorum.” ifadeleri sosyal yaşamın sınırlanmasıyla ilgili olumsuz etkilere örnek olarak verilebilir. Katılımcı K17’nin “Düzenli olarak okula gittiğim için düzenli bir uyku vardı dolayısıyla uyku düzenim bozuldu. Yeme alışkanlığım bozuldu.” ve K25’in “Plânlı rutin olarak yaptığım günlük aktivitelerimde akşamlar meydana getirdi.” şeklindeki söylemleri günlük rutin ve planların bozulmasıyla ilgili olumsuz söylemlere örnek oluşturmaktadır. Katılımcı K20’nin “Eğitimimizi uzaktan eğitim ve canlı derslerle devam ettirmeye çalışıyoruz. Bu sıkıcı ve zorlayıcı oluyor.” ve katılımcı K21’in “Sınıf ortamında olmadan ders işlemek beni motive etmiyor.” ifadeleri öğrencilerin eğitim yaşamlarının olumsuz etkilendiğini gösteren ifadeler olarak öne çıkmaktadır.

COVID-19 salgınının günlük yaşamı olumlu etkilediğine ilişkin temada ise kişisel gelişim ve farkındalık (f=14) ile aileyle vakit geçirme (f=2) söylemleri öne çıkmıştır. Katılımcı K12’nin “Sahip olduğum her şeyin kıymetini şimdi daha iyi anlamaya başladım.” ve K18’in “Kendine gelme, nefes alma, bu olağanüstü hayat kargaşasında yaşam, bir dur dedi. İnsanlar evlerinde kalmak zorundalar, bu da onlara kendilerini bulabilme fırsatını verdi. Ailelerini bulabilme fırsatını. En önemlisi de sahip olduklarının değerini anlayabilme.” söylemleri, olumlu etkilere yönelik ifadelerle örnek olarak verilebilir.

Tablo 1’de görüldüğü gibi, öğrencilerin COVID-19 salgınının aile içi ilişkilerini nasıl etkilediğine ilişkin söylemleri olumlu etkiledi, olumsuz etkiledi ve etkilemedi temaları altında toplanmıştır. COVID-19 salgınının aile içi ilişkileri olumlu etkilediğine ilişkin görüşlere sahip olan öğrencilerin söylemleri (f=33) aile içi bağların kuvvetlendiğine dikkat çekmiştir. Katılımcılardan K4’ün “Ailemle daha çok vakit geçirmeye başladım, daha çok sohbet muhabbet olmaya başladı, virüs olmadan önce evde pek kimse kalmazdı, herkes bir yere giderdi ama şimdi herkes evde ve hep beraber daha çok vakit geçiriyoruz.” ve K17’nin “Açıkçası daha sıkı sıkıya bağlanma ve daha fazla vakit geçirmek oldu bu süreçte. Sanırım olumlu tek yanı bu. Daha çok ailemin kıymetli olduğunu ve onlara zarar gelmemesi için koruduğumu, onların sağlığından endişe ettiğimi gördüm.” ifadeleri aile içi ilişkilerin olumlu etkilendiğine ilişkin örnek ifadeler olarak gösterilebilir.

Öğrencilerin COVID-19 salgınının aile içi ilişkilerini olumsuz etkilediğine ilişkin söylemleri aile içi çatışma ve anlaşmazlıkların artmasını (f=17) ve fiziksel mesafe temelli güçlükleri (f = 13) içermektedir. Katılımcı K2'nin "Aile içi ilişkilerimize bakacak olursak açıkçası pek de olumlu etkilediğini söyleyemeyiz. Sürekli evin içinde olduğumuz için herkes gergin ve bunalıma girmiş gibi. Birbirimize karşı olan tavırlarımız bile değişti. Annem bizden bıkmış olmalı. Ailecek çalışmanın hayatımızdaki önemini fark ettik. Sosyal yaşamın aile içi ilişkileri düzenlemede etkisi olduğunu gözlemledim." ve katılımcı K3'ün "Özellikle kardeşlerim arasında hep bir tartışma yaşıyorum." ifadeleri aile içi çatışma ve anlaşmazlıkların artmasıyla ilgili söylemlere örnek olarak gösterilebilir. K23'ün "Evimizde babam dışında şu an hiç kimse çalışmıyor. Babam PTT personeli ve her gün eve geldiğinde ondaki o büyük tedirginlik ve çekingenlik bizi çok etkiliyor. İnsan sevdiği insana dokunmak sarılmak ister fakat babamız işten geldiğinde evde kimseye dokunmuyor sarılmıyor bunu yaşayanlar bilir, bu aile içinde çok zor ve üzücü bir durumdur." ifadesi de özellikle fiziksel mesafe nedeniyle yaşanan güçlüğü örnek gösterilebilir. Katılımcı E14'ün "Zaten pek sağlıklı aile ilişkilerim olmadığı için odama kapanıp karantina sürecini bir an önce atlattıma çalışıyorum. Normal zamanda da pek iletişim kurmadığım için bu süreç aile ilişkilerimi büyük ölçüde etkilemiş sayılmaz." şeklindeki ifadesi ise COVID-19 salgınının aile içi ilişkileri etkilemediğine ilişkin görüşü içermektedir.

Üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgınının sosyal medya kullanımları üzerindeki etkisine ilişkin söylemleri, kullanım süresi ve sosyal medyadaki aktiviteler olmak üzere iki tema altında toplanmıştır (Tablo 1). Sosyal medya kullanım süresiyle ilgili söylemlerde büyük oranda kullanım süresindeki artış vurgulanmıştır (f=25). Sosyal medyada geçirilen sürenin arttığını ifade eden katılımcı E1, düşüncesini "Çok fazla sosyal medyada zaman geçirmeye başladım. Önceden 3-4 saat zaman geçiriyorsam şu an 6-7 saate çıkmıştır." şeklinde, katılımcı K25 ise düşüncesini "Salgın sosyal medya kullanım süremde artışa neden oldu. İster istemez güncel haberleri takip etmek ve boş zamanlarımda kafamı dağıtmak için sosyal medyaya yüklenmeye başladım." şeklinde ifade etmiştir.

Katılımcıların sosyal medyadaki aktiviteler temasıyla ilgili görüşleri incelendiğinde; sosyal medyada paylaşım, takip ve mesajlaşma aktivitelerinin arttığına ilişkin söylemlerinin (f=21) ilk sırada yer aldığı görülmektedir. Sosyal medya aktivitelerinde meydana gelen değişimi katılımcı E1 "Daha fazla şeyler paylaşılmaya başlandı, özellikle virüs üzerine şeyler paylaşılmaya başlandı." sözleriyle ifade ederken, katılımcı K3 ise "Takip, mesajlar, yorumlar vb. şeylerde artış oldu çokça takip ettiğim ve takipçim çoğaldı." sözleriyle ifade etmiştir. Öğrencilerin salgın döneminde sosyal medyada gerçekleştirdikleri aktivitelerle ilgili herhangi bir değişimin olmadığına ilişkin söylemleri ikinci sırada yer alırken (f=14), çok az sayıda öğrenci de sosyal medya paylaşımlarının bu süreçte azaldığına dikkat çekmiştir (f=4).

Tablo 2. COVID-19 Salgını Süresince Televizyonda İzlenen Programlar Ya Da Haberlerin Etkilerine İlişkin Görüşler

Temalar	Kodlar	f
Olumsuz Etkiler	Olumsuz duygular	28
	Psikolojik etkiler	12
	Fiziksel ve davranışsal belirtiler	2
Olumlu Etkiler	Bilinçlenme	6
	Olumlu duygular	1
Etkilemedi	İzlemiyorum	4

Tablo 2’de görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgını süresince televizyonda izlenen programlar ya da haberlerin onları nasıl etkilediğine ilişkin görüşleri olumsuz etkiledi, olumlu etkiledi ve etkilemedi olmak üzere üç tema altında toplanmıştır. Olumsuz etkiledi teması olumsuz duygular (f=28), psikolojik etkiler (f=12) ve fiziksel ve davranışsal belirtileri (f=2) içermektedir. Katılımcı K11’in “Fazlasıyla sıkıcı, daha fazla gerginlik, karamsarlık artırıcı.” ifadesi olumsuz duygulara, katılımcı E1’in “Yüzlerce insan hayatını kaybediyor. Psikolojik olarak çökmüş durumdayım.” ifadesi psikolojik etkilere, katılımcı K36’nın “İlk başta çok etkilendim, elimi yıkamaktan, elim egzama oldu.” ifadesi ise fiziksel ve davranışsal yönden olumsuz etkilere örnek verilebilir.

Olumlu etkilerle ilgili olarak bilinçlenme (f=6) ve olumlu duygular (f=1) olmak üzere iki kod belirlenmiştir. Katılımcı K38’in “Haberlerde sunulan atlatan vatandaşlarımızın önerilerini dinleyerek kendimi bilinçlendirdim.” ifadesi bilinçlenmeye, katılımcı K9’un “Her gün artan ölüm haberleri üzse de artan iyileşme oranını görmek ümit verici.” ifadesi ise olumlu duygulara örnek verilebilir. COVID-19 salgını süresince izlenen programların ve haberlerin herhangi bir etkisinin olmadığını belirten (f=4) öğrenciler haber ve TV programı izlemediklerini dile getirmişlerdir.

Tablo 3. Öğrencilerin COVID-19 Salgınıyla İlgili Duyguları ve Salgının Olumsuz Etkileriyle Başa Çıkma Yolları

Konu Alanları	Temalar	Kodlar	f		
COVID-19 salgınıyla ilgili duygular	Olumsuz duygular	Korku-Endişe-Kaygı-Tedirginlik-Panik	24		
		Üzüntü-Hüzün-Mutsuzluk-Depresyon	19		
		Sıkıntı-Stres-Bunalma- Kafese hapsedilme	5		
		Karamsarlık-Umutsuzluk	3		
		Sinir-Öfke-Gerginlik	3		
		Şaşkınlık- Rüyada gibi olma	3		
		Belirsizlik –Güvensizlik	3		
		Hissizlik	1		
		Özlem dolu	1		
		Tereddütlü	1		
		Keyifli-İyi	2		
		Endişesiz –Soğukkanlı	2		
		COVID-19 salgınının olumsuz etkileriyle başa çıkma yolları	Davranışsal stratejiler	Önleyici/koruyucu davranışlar	15
				Kitap okuma	10
Film/dizi /TV izlemek	9				
Çeşitli aktivite ve hobilerle ilgilenme	9				
Yemek yapma	7				
Ders çalışma/ödev yapma	6				
Sosyal destek arama	5				
TV ve sosyal medyadan uzak durma	4				
Egzersiz/spor yapma	4				
Müzik dinleme	3				
Oyun oynama/puzzle yapma	3				
Temizlik yapma	3				
Olumlu düşünme	7				
Bilişsel stratejiler	Olumsuz duyguları yönetme			3	
	Dini bakış açısı			3	
	İnkâr etme			1	

Tablo 3'te görüldüğü üzere üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgınıyla ilgili hissettikleri duygular büyük oranda olumsuzdur. Katılımcıların olumsuz duygularının ilk sırasında korku, endişe, kaygı, tedirginlik ve panik (f=24); ikinci sırasında ise üzüntü, hüznün, mutsuzluk, depresyon (f=19) duyguları yer almıştır. Katılımcı 1E olumsuz duygularını, “Her gün evde durmaktan baya sıkıldım hatta bazen çıkıyorum dışarı biraz geziyorum ama dışarıda da bir şey olmadığı için bu duruma çok üzülüyorum, eve tıklıp kaldık aşırı sıkılıyorum ve bunahıyorum.” sözleriyle, katılımcı E14 “Kendimi kafese hapsedilmiş gibi hissediyorum.” sözleriyle ve katılımcı K28 de “Kötü hissediyorum ya da bazen iyi olan şeyleri görüp iyi düşünmek istiyorum. Fakat çoğunlukla kötü duygular hissediyorum. Çünkü uzak kaldığım sevdiğilerime çok fazla bağlı olduğumu ve onlardan bu denli uzakta kalınca ne kadar da depresif bir insan olduğumu hiç düşünemezdim. İyi şeyler hissetmek istiyorum ama buna içim izin vermiyor. Bu salgın içimizde büyük bir öfkeye, özleme, şaşkınlığa sebep oldu.” sözleriyle ifade etmiştir.

Olumlu duygular yaşadığını belirten az sayıdaki öğrenci ise duygularını keyifli, iyi (f=2), endişesiz ve soğukkanlı (f=2) olarak ifade etmiştir. Katılımcı K31'in “Açıkçası soğukkanlı olduğumu düşünüyorum, endişeli değilim.” ifadesi olumlu duygularına dair bir ifadedir. Bir diğer katılımcı K24 ise olumlu duygularını “İyi hissediyorum çünkü insanların bir şeylerin değerini bilmesi için kaybetmesi gerektiğini düşünüyorum. İnsanların bu süreçten iyi bir şekilde çıktıldıktan sonra bir şeylerin daha iyi farkına varacağını ve iyileşmesi açısından da iyi olacağını düşünüyorum.” ifadesi ile dile getirmiştir.

Tablo 3'te görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgınının olumsuz etkileriyle başa çıkmada kullandıkları stratejiler davranışsal ve bilişsel stratejiler olmak üzere iki tema altında toplanmıştır. Öğrencilerin davranışsal stratejilerle ilgili söylemleri sırasıyla en çok koronavirüse karşı önleyici/koruyucu davranışlar (f=15), kitap okuma (f=10), film/dizi/ TV izleme (f=9), çeşitli aktivite ve hobilerle ilgilenme (f = 9), yemek yapma (f=7), ders çalışma/ödev yapma (f=6), sosyal destek arama (f=5), TV ve sosyal medyadan uzak durma (f=4), egzersiz/spor yapma (f=4), müzik dinleme (f=3), oyun oynama (f=3) ve temizlik yapma (f=3) şeklinde olmuştur. Katılımcı K20'nin “Kaygıyla başa çıkmak için maske kullanıyorum, eve geçtiğim zaman ellerimi yıkıyorum, dokunduğum bütün eşyaları dezenfektanla temizliyorum.”, katılımcı E1'in “Oyun oynuyorum veya kendimi sevdiğim şeylere yöneltiyorum, kendimi farklı şeylerle meşgul etmeye çalışıyorum. Ara ara da temizlik yapıyorum” ve katılımcı K27'nin “Genelde annem ve babamdan destek alıyorum. Örneğin, konuşma terapisi yaptırıyorum ve rahatlayana kadar konuşmalarını istiyorum ve bu süreçte arkadaşlarım da yanımda olamasalar da sürekli sosyal medyada yardımcı olmaya çalışıyorlar. Kitap okuyorum ve beynimi meşgul edecek bir şeyler bulmaya çalışıyorum.” şeklindeki söylemleri kullanılan davranışsal başa çıkma stratejilerine örnek verilebilir.

Öğrencilerin bilişsel stratejilerle ilgili söylemleri ise olumlu düşünme (f=7), olumsuz duyguları yönetme (f=3), dini bakış açısı (f=3) ve inkâr etme (f=1) şeklinde olmuştur.

Katılımcı K6'nın "Bu salgının geçeceğini ve daha önceki düzenimize döneceğimi düşünerek kendimi motive ediyorum. Ayrıca da bir diğer motive edici nokta ise bilim bu virüse çözüm bulacaktır.", K15'in "İlk önce kendim ve sevdiğim için şükür ediyorum. Daha sonra her türlü hastalığın bir tedavisi olduğunu düşünüyorum ve umarım en kısa zamanda bulunur diye temenni ediyorum.", K17'nin "En önemlisi olan Allah'a sığınıyorum. Çünkü biliyorum ki sadece Allah isterse ve dilerse bu hastalık kalker gider." ve K12'nin "Yokmuş gibi davranmak daha çok rahatlatıyor." şeklindeki söylemleri öğrencilerin kullandıkları bilişsel stratejilere örnektir.

Tablo 4. COVID-19 Salgınının Kazandırdığı Farkındalıklar

Temalar	Kodlar	f
Yaşamla ilgili farkındalıklar	Yaşamın değeri	7
	Sahip olunanların önemi	7
	Özgürlüğün anlamı ve önemi	5
	Doğanın gücü ve önemi	5
	Sağlığın önemi	3
	Yaşamın değişkenliği	3
	Yaşamın önemsizliği ve sıkıcılığı	3
	Zamanın önemi	1
	Dünyanın adaletsizliği	1
Sevilen insanlarla ilgili farkındalıklar	Küçük sorunların önemsizliği	1
	Değerini anlama	8
	Bir arada olmanın önemi	6
	Onlar için endişe duyma	5
	Olumsuz yönleri	4
	Sevgiyi	3
	Küskünlüklere son vermenin önemi	3
	Onları daha iyi tanıma	1
	Olumsuz yönlerle ilişkin farkındalık	9
	Olumlu yönlerle ilişkin farkındalık	5
Benlikle ilgili farkındalıklar	Sosyal bağların önemi	2
	Sağlığın önemi	2
	Temizlik davranışlarının önemi	2
	Kendine vakit ayırmanın önemi	1
	Hedeflerimin önemi	1
Farkındalığım yok		5

Tablo 4'te görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinin COVID-19 salgınının kazandırdığı farkındalıklara ilişkin görüşleri yaşamla ilgili farkındalıklar, sevilen insanlarla ilgili farkındalıklar, benlikle ilgili farkındalıklar ve farkındalığım yok olmak üzere dört tema altında toplanmıştır. Katılımcıların yaşamla ilgili farkındalıklarının ilk sırasında yaşamın değeri (f=7) ve sahip olunanların önemini anlama (f=7) yer almıştır. Katılımcı K6 “Gerçekten sağlığın ve yaşamının önemini daha çok anladım. Rahat bir şekilde nefes almanın önemini daha çok anladım.” ve katılımcı K25 ise “Yaşamın bizim için ne kadar değerli olduğunu önceden çok anlayamayıp virüsün gelmesiyle birlikte ashnda ne kadar önemli, ne kadar kıymetli olduğunun farkına varmamı sağladı.” sözleriyle düşüncelerini dile getirmişlerdir. Bu iki alanı doğanın gücü ve önemi (f=5) ve özgürlüğün anlamı ve öneminin (f=5) takip ettiği belirlenmiştir. Katılımcı K12 düşüncesini “Doğayla iç içe olmanın ne kadar büyük bir nimet olduğunu fark ettim. Güneşi hiç sevmezken şu an ihtiyaç duyuyor olmanın şaşkınlığını yaşıyorum. Bu süreçte bize sunulan her şeyin kıymetini bilmemiz gerektiğini düşündüm.” şeklinde ifade ederken, katılımcı K16 ise düşüncesini “Ashnda günlük hayatta gerçekleştirdiğimiz eylemlerin bizim için özgürlük olduğunu anladım. Covid-19 olmadan önce hayatın monotonluğundan arada şikâyet etsem de, ne kadar büyük bir nimet olduğunu anladım. Ashnda en büyük özgürlüğümüz istediğimiz gibi hareket etmemişmiş.” şeklinde ifade etmiştir.

Sevilen kişilerle ilgili farkındalıklara bakıldığında; ilk sırada değerini anlama (f=8), ikinci sırada ise bir arada olmanın önemini fark etmenin (f=6) yer aldığı belirlenmiştir. Katılımcı K2 düşüncesini “Sevdiğim insanların hayatımdaki önemini, onların benim bir parçam olduğunu hissettim.”, katılımcı K15 ise düşüncesini “Onları çok seviyordum diyebilirim. Bazen gözümüzde büyüttüğümüz küçük sebepler gerçekten çok saçmaymış diye düşünüyorum. Yaşam kimsenin kalbini kırmaya değmezmiş. Birini kırsan bile kalbini alacak vakit bulamayacak kadar kısaymış. Sevdiğim insanların varlığına daha çok şükür ediyorum ve dua ediyorum.” şeklinde ifade etmiştir.

Benlik ile ilgili farkındalıklar teması altında ise ilk sırada olumsuz yönlere ilişkin farkındalık (f=9), ikinci sırada ise olumlu yönlere ilişkin farkındalık (f=5) yer almıştır. Katılımcı K6 “Kendime daha çok vakit ayırdım. Daha çok kendimi dinleme fırsatı buldum. Düşüncelerimde bazı değişiklikler oldu. Kendime gerçekten yeteri kadar değer vermediğimi ve sağlık konusunda çok rahat davrandığımı gördüm ve bunlara karşılık önlem aldım.” şeklinde düşüncesini ifade etmiştir.

Tartışma

Bulgulara göre, araştırmaya katılan öğrenciler COVID-19 salgınının günlük yaşam üzerindeki olumsuz etkilerini daha çok vurgulamışlardır. Öğrencilerin salgının olumsuz duyguların ve düşüncelerinin artmasına yol açtığına ilişkin söylemleri, pandemi dönemlerinde üniversite öğrencilerinin kaygı ve stres gibi olumsuz duygular yaşadığının

ve süreçten psikolojik olarak etkilendiklerinin (Glynn, 2020; Pennycook ve ark., 2020; Wang ve ark., 2020) göstergesidir. Koronavirüs için en çok risk taşıyan gruplardan biri yaşlılardır ve gençlerin risk oranı düşük olarak değerlendirilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre, COVID-19 sürecinde fiziksel sağlık açısından taşıdıkları risk oranı düşük olsa da, gençlerin psikolojik sağlık açısından yüksek risk altında oldukları söylenebilir. Salgının günlük yaşam üzerindeki olumsuz etkileriyle ilgili olarak öğrenciler ikinci olarak pandeminin sosyal yaşamı sınırlandırmasına dikkat çekmişlerdir. Bu sonuç, sosyal yaşam aktivitelerinin ve akran ilişkilerinin üniversite öğrencilerinin günlük yaşamının ne kadar önemli bir yönü olduğunu açıkça ortaya koymaktadır.

Öğrencilerin sıklıkla vurguladığı olumsuz etkilerden bir diğeri ise eğitim yaşamındaki değişimler olmuştur. Alan yazındaki diğer çalışmalarda da, eğitim sürecinin salgından olumsuz etkilendiği (Özer, 2020; Yamamoto ve Altun, 2020); öğrencilerin ve öğretmenlerin uzaktan öğrenmeye uyum sağlama konusunda oldukça fazla sorun yaşadığı belirtilmektedir (Kırmızıgül, 2020; Üstün ve Özçiftçi, 2020). Pandemi sürecinde eğitimin uzaktan sürdürülmesi, öğrencilerin fiziksel sağlığının korunması ve eğitim yaşamlarının sekteye uğramaması açısından önemli olsa da, bazı öğrenciler uzaktan eğitim sürecine ilişkin olumsuz algılar içerisinde. Bu sonuç, üniversite öğrencilerinin COVID-19 döneminde uygulanan uzaktan eğitimin verimliliği konusunda olumsuz görüşlere sahip olduklarını gösteren diğer çalışmalarla paralellik göstermektedir (Altuntaş Yılmaz, 2020; Kürtüncü ve Kurt, 2020). Öğrencilerin uzaktan eğitime ilişkin olumsuz algılara sahip olmaları, hem öğrencilerin hem de üniversitelerin uzaktan eğitim için gereken alt yapıya sahip olmamalarıyla ilgili olabilir. Nitekim yapılan bir çalışmada COVID-19 sürecinde üniversite öğrencilerinin büyük çoğunluğunun internet ve bilgisayar konusunda imkânlarının kısıtlı olması ve okulun kullandığı uzaktan eğitim sistemi nedeniyle dersleri takip etmekte güçlük yaşadıkları görülmektedir (Kürtüncü ve Kurt, 2020). Ayrıca akademisyenlerin uzaktan eğitimin gerektirdiği öğretim yöntem ve stratejileri konusunda yeteri kadar bilgi ve deneyim sahibi olmamaları ve öğrencilerin uzaktan eğitimin gerektirdiği öğrenme davranışlarına sahip olmamalarının da eğitim sürecini olumsuz etkilediği düşünülebilir. Bu süreçte özellikle de iç kontrol ve öz-düzenleme becerilerinden yoksun olan öğrenciler, uzaktan verilen dersleri takip etme, ödev ve sorumlulukları yerine getirme, uzaktan eğitimin etkililiğini artırmak için günlük düzenli ve planlı çalışma davranışları sergileme konusunda zorluklar yaşamış olabilirler. Uzaktan eğitime uyum sağlamakta zorlanan öğrenciler akademik kaygılar ve korkular yaşamaya başlamış olabilirler.

Öğrenciler salgın sürecinin kişisel gelişim ve farkındalığın artmasını sağladığı ve aileyle vakit geçirme fırsatı sunduğu yönünde olumlu görüşler de dile getirmişlerdir. Öğrencilerin bu görüşleri, travmatik yaşantıların bireylerde olumlu değişimler meydana

getirerek kişisel büyüme sağladığının (Duman, 2019) bir kanıtı olarak değerlendirilebilir. Bu sonuç, yaşamı olumsuz etkileyen yönlerine rağmen COVID-19 salgını olumlu olarak değerlendirebilen öğrencilerin, salgın sürecinde yaşadıkları deneyimlerle daha çok geliştikleri ve güçlendikleri şeklinde yorumlanabilir.

Katılımcıların bir bölümü salgın sürecinde aile içi ilişkilerinin kuvvetlendiğine, bir bölümü ise aile içinde yaşanan anlaşmazlık ve çatışmaların arttığına dikkat çekmiştir. Pandemi nedeniyle evlerine dönen üniversite öğrencilerinin bazıları ailesiyle bir arada vakit geçirme fırsatı bulmuş ve bu sürecin zorlukları karşısında aile üyelerinden destek aldığını hissetmiştir. Ancak bazı öğrenciler için evde olmak özerklik duygusuna zarar vermiş, gençlerin bunalmasına ve ebeveynleri ya da kardeşleriyle çatışmalar yaşamasına yol açmıştır. Özellikle de pandemi öncesinde aile üyeleri ile iyi ilişkilere sahip olmayan öğrencilerin evde kal sürecinde yaşadıkları anlaşmazlıkların daha da şiddetlendiği düşünülebilir. Ayrıca öğrencilerin bir kısmı fiziksel mesafeyi koruma gerekliliğinin aile içi ilişkileri olumsuz etkilediğini vurgulamıştır. Kimi öğrenciler kalabalık aile ortamı nedeniyle fiziksel mesafeyi korumanın güçlüğüne dikkat çekerken; kimi öğrenciler ise aile büyükleri ve akrabalarla görüşemiyor olmanın yarattığı üzüntü, yalnızlık, suçluluk duygularına dikkat çekmiştir. Elde edilen bu sonuçlar, kalabalık ailelerde pandemi dönemlerinde psikososyal sorunlarla birlikte aile içi sorunlarda da artış olduğunu, kalabalık ailelerde, uygun olmayan konutlarda yaşayan aile bireyleri arasındaki ilişkilerin pandemi sürecinden diğerlerine göre daha çok olumsuz etkilendiğini desteklemektedir (Karataş, 2020).

COVID-19 süresince izlenen programlar ya da haberler öğrencilerin olumsuz duygular yaşamasına yol açmıştır. Televizyondaki program ve haberlerde; yükselen vaka ve ölüm sayılarını görmek, öğrencilerin yaşadığı olumsuz duyguların artmasına neden olmuştur. Bu sonuç, televizyonlarda yapılan yayınların salgın döneminde bireylerin yaşadıkları olumsuz duygularda meydana gelen artışın (Kirman, 2020) önemli nedenlerinden biri olduğunu ortaya koymaktadır. Az sayıda öğrenci televizyonda izledikleri programların bilinçlenmelerine yardımcı olduğuna dikkat çekmiştir. Wang ve arkadaşlarına (2020) göre, izlenen programlardan doğru ve sağlıklı bilgi alabilmek stres, kaygı gibi olumsuz duyguların azalmasına yardımcı olmaktadır. Buna göre, televizyonların pandemi dönemlerinde en önemli sorumluluğunun toplumu bilinçlendirmek olduğu ve bu bilinçlendirmenin insanların sadece fiziksel sağlığının değil, psikolojik sağlığının da korunmasına yardımcı olacağı söylenebilir.

Araştırmaya katılan öğrenciler, COVID-19 salgınıyla ilgili en çok korku, endişe, kaygı, tedirginlik duygularını yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bu duygular, öğrencilerin kendileri ya da sevdikleri birinin hastalığa yakalanabileceğiyle ilgili düşünceler, salgının ne zaman biteceğinin belirsizliği, eğitim yaşamında yaşanan değişimler gibi pek çok nedenle ilişkili

olabilir. Öğrenciler ikinci olarak, üzüntü, mutsuzluk gibi depresif duygular yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Yapılan pek çok çalışmada pandemi sürecinde bireylerin kaygı, endişe ve depresif duygularının arttığını ortaya koymaktadır (Cao ve ark., 2020; Kwok ve ark., 2020). Özellikle gelecek ile ilgili belirsizliklerin olması bireylerin kaygısını bu süreçte daha da artırmaktadır (Kirman, 2020).

Öğrencilerin büyük bir bölümü salgın döneminde sosyal medya kullanım sürelerinin ve sosyal medyada gerçekleştirdikleri mesajlaşma, takip ve paylaşım yapma gibi aktivitelerinin arttığını belirtmişlerdir. Bu süreçte öğrenciler sosyal medyayı salgınla ilgili gelişmeleri takip etmek, salgınla ilgili paylaşımlar yaparak toplumu bilinçlendirmek ve sosyal çevreleriyle bağlantıda kalmak için kullanmışlardır. Bu sonuçlar, “Evde kal”, sokağa çıkma kısıtlaması ve evden çalışma gibi uygulamaların bireylerin internet ve sosyal medya kullanım alışkanlıklarını etkilediğini (Güngör, 2020) ve pandemi sürecinde sosyal medya kullanımının arttığını gösteren diğer bulguları (Karataş, 2020) desteklemektedir.

Salgının olumsuz etkileriyle başa çıkmak için davranışsal stratejileri kullanan öğrenciler önleyici tedbirleri uygulamak, kitap okumak, sosyal destek aramak, çeşitli aktivitelerle/hobilerle ilgilenmek, spor yapmak, müzik dinlemek gibi sağlıklı davranışlara yöneldiklerini belirtmekle birlikte; film/dizi ya da televizyon izlemek gibi aşırı boyutlara ulaştığında bağımlılık yaratabilecek davranışlara yöneldiklerini de dile getirmişlerdir. Yapılan diğer araştırmalarda da, salgın dönemlerinde başa çıkma stratejisi olarak, özellikle hijyen ve korunma kurallarına dikkat edilmesine yönelik davranışların büyük oranda artış gösterdiği (Karataş, 2020); müzik, eğlenceli videolar izleme, paylaşma (Kirman, 2020) ve ev içinde fiziksel egzersizler yapmanın (Caner ve ark., 2020) çok tercih edilen başa çıkma yöntemleri olduğu görülmektedir. Bilişsel stratejileri kullanan öğrenciler ise pandemi durumuna ilişkin algılarını değiştirmek için olumlu düşünmeye, olumsuz duygulardan uzak kalmaya çalıştıklarını ve durumu dini bir bakış açısıyla ele aldıklarını dile getirmişlerdir.

COVID-19 salgını üniversite öğrencilerinin yaşamlarının farklı alanlarında olumsuz etkiler ortaya çıkarsa da, öğrencilere kazandırdığı çeşitli farkındalıklar da olmuştur. Öğrenciler COVID-19 salgını ile birlikte yaşamla, sevdikleri kişilerle ve benlikleriyle ilgili farkındalık kazandıklarını dile getirmişlerdir. Salgın hastalıklar ve doğal afetler bireylerin yaşama ilişkin algılarında farklılıklar oluşturmaktadır (Duman, 2019). Bireyler yaşadıkları zorluklar arasında umut ve iyimserliklerini koruyarak bu süreci, bir soluklanma olarak düşünüp olumlu duygular yaşayabilmektedir (Güngör, 2020). Bireylerin bu süreçten başarılı bir şekilde çıkmaları onların kendilerine ilişkin olumlu duygular hissetmelerini sağlayabilmektedir (Tönbul, 2020). Bu araştırmanın sonuçları da üniversite öğrencilerinin yaşanan COVID-19 pandemisiyle birlikte, yaşamın ve sevdiklerinin değerini daha iyi anladıklarını, kendi iç dünyalarına dönerek kendileriyle ilgili bilmedikleri yönleri

keşfetme fırsatı bulduklarını göstermiştir. Dolayısıyla, yaşadıkları tüm zorluklara rağmen, üniversite öğrencilerinin pandemi sürecinde kişisel olarak daha çok geliştikleri, büyüdükleri ve güçlendikleri söylenebilir.

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, 2020 yılına damgasını vuran COVID-19 pandemisinin üniversite öğrencileri üzerinde hem olumlu hem de olumsuz yönde etkileri vardır. Hastalığa yakalanma riski, fiziksel mesafenin korunması gerekliliği, evde kal süreci ve eğitim sürecinde yaşanan değişimler üniversite öğrencilerini büyük ölçüde etkilemiştir. Bu süreci kendileri için bir fırsat olarak gören ve olumsuz duygularıyla ve düşünceleriyle sağlıklı yollarla başa çıkmayı başarabilen üniversite öğrencilerinin bu süreçten daha da gelişerek ve güçlenerek çıkacakları düşünülebilir. Aksine, yaşanan sürecin sadece olumsuz yönlerine odaklanan ve olumsuz başa çıkma yollarına başvuran öğrencileri pandemi bitse bile çeşitli psikolojik güçlükler bekliyor olabilir. Bu güçlükler, gençlerin olumsuz duyguları yönetme konusundaki başarısızlıkları ve olumsuz düşünceleri nedeniyle depresif duygu durumlarının uzun süre devam etmesi, artan internet ve sosyal medya kullanımı ya da film/dizi/tv izleme nedeniyle bağımlılık davranışlarının gelişmesi, aile içinde artan çatışmalar ve uzaktan eğitime uyum sağlayamama nedeniyle yaşanan akademik kaygı ve başarısızlıklar olabilir. Dolayısıyla, yükseköğretimde psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri kapsamında, pandemi sürecinden olumsuz etkilenen öğrencilere yönelik müdahale stratejilerinin geliştirilmesi önem arz etmektedir. Araştırmanın sonuçları, üniversite öğrencilerinin COVID-19 nedeniyle olumsuz duygularla başa çıkma, bağımlılık davranışlarının gelişimini önleme, aile içi anlaşmazlık ve çatışmaları yönetme ve akademik çalışmalarla ilgili psikolojik desteğe ihtiyaç duyabileceğini göstermektedir. Bu bağlamda; yüz yüze eğitime geri dönüldüğü takdirde pandemi sürecinden etkilenen öğrencileri belirlemeye yönelik tarama çalışmaları yapmak, ihtiyacı olan öğrencilere bireysel danışma hizmeti sunmak ve yukarıda sıralanan konu başlıklarıyla ilgili psikolojik destek sunmak için psikoeğitsel çalışmalar gerçekleştirmek yararlı olacaktır. Uzaktan eğitim sürecinin devam etmesi gerekliliği doğduğu takdirde de, çevrimiçi ortamda öğrencilere psikolojik destek sunmak önem arz etmektedir.

Mevcut araştırmadan elde edilen bulgular değerli olmakla birlikte; araştırmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Araştırmanın birinci sınırlılığı pandemi nedeniyle verilerin görüşme formu ile yazılı olarak ve çevrim içi ortamda toplanmasıdır. Gelecekte yüz yüze görüşmelerin yapılması öğrencilerin kendilerini daha çok açmaları ve daha iyi ifade etmeleri açısından yararlı olabilir. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise katılımcıların cinsiyet ve üniversite çeşitliliği açısından zayıf olmasıdır. Bu araştırmada, katılımcıların büyük çoğunluğu kadınlardan oluştuğu için gelecekte katılımcıların cinsiyet açısından daha dengeli olduğu bir araştırmada pandeminin etkilerinin

araştırılması yararlı olabilir. Ayrıca, katılımcılar araştırmacıların çalıştığı üniversitelerin öğrencileriyle sınırlıdır. Öğrencilerin eğitim aldıkları üniversitenin içinde bulunduğu koşullar pandemi sürecinin öğrenciler üzerindeki etkisiyle ilgili farklılıklar oluşturabilir. Bu nedenle üniversite çeşitliliğinin sağlandığı araştırmaların organize edilmesi yararlı olacaktır. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı çalışmanın tamamen nitel araştırma desenine dayalı olarak tasarlanmış olmasıdır. Gelecekte ölçme araçları kullanılarak taramalar yapılması ve nicel ve nitel araştırma desenlerinin bir arada kullanıldığı araştırmalar organize edilmesi konunun daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacaktır. Araştırmanın son sınırlılığı ise pandeminin etkilerinin sadece üniversite öğrencileri açısından ele alınmış olmasıdır. Oysaki pandemi toplumun her kesiminden bireyleri etkilemiştir. Bu nedenle farklı yaş gruplarından bireyler ile araştırmanın yenilenmesi literatüre katkı sağlayacaktır.



COVID-19 Pandemic From The Perspective of University Students: A Qualitative Research

*Esra Asıcı**

*Aykut Günlü***

Extended Abstract

Although the 2020 COVID-19 pandemic has affected all segments of society, one of the groups most affected has been university students. This is because substantial upheavals occurred in the education, family, and social lives of university students during this pandemic. With the transition to distance education, university students have had to take greater responsibility in their academic lives and have had to modify their study habits to be successful. This period has been even more challenging for young people lacking access to the Internet or suitable conditions for studying at home. Students have therefore not only been concerned about the pandemic itself but also about their education and academic performance. As a result of the COVID-19 pandemic, many university students living away from their families returned home and spent their entire days with family members. This may have caused them to lose their sense of autonomy and to experience conflicts with family members. In addition, social distancing and stay-at-home mandates have constituted significant challenges for young people, as they have required them to be separated from their friends. Given all this, it would not be inaccurate to say that university students have been under intense academic, familial, and social pressure during the ongoing COVID-19 pandemic. In order to develop ways to mitigate the negative effects of this difficult period, it is imperative to gain a correct understanding of what

* Asst. Prof., Kilis 7 Aralık University, Muallim Rifat Education Faculty, Department of Educational Sciences, esraasici01@gmail.com, ORCID: 0000-0003-0872-9042

** PhD, Pamukkale University, Tavas Vocational High School, Department of Child Care and Youth Services, agunlu@pau.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6617-2871

university students have experienced during the pandemic and how they have coped with it. Being a traumatic experience, however, the COVID-19 pandemic may also have contributed to the development and empowerment of some young people. Consequently, it is important to identify both the negative effects that the pandemic has had on young people and the awareness that they have gained as a result, as doing so will allow for more effective pandemic-related psychological support services to be offered to university students. This study has therefore aimed to determine the university students' own opinions about how they were affected by the COVID-19 pandemic, their ways of dealing with its negative effects, and the awareness they have gained during this period.

Being qualitative in nature, the study followed a phenomenological research design. A total of 38 university students participated in the research. Data were collected using an interview form that was completed in writing online, which were then analyzed using content analysis.

The findings of the study reveal that the COVID-19 pandemic has affected the daily lives and family relationships of university students both positively and negatively. Students' own statements about the negative effects that the pandemic has had on their daily lives concentrated primarily on increased negative emotions and thoughts, the constraints on their social lives, the disruption of daily routines and plans, and their academic lives becoming more difficult. Students cited increased personal development and awareness as the positive effects that the pandemic has had on their daily lives. Those students who stated that the COVID-19 pandemic has had a positive effect on their family relations expressed that their family ties were strengthened during the pandemic. The negative effects of the pandemic on family relations included increases in family conflict and disagreements as well as stress arising from physical distancing. While the vast majority of students stated that the television programs and news they watched during the COVID-19 pandemic triggered negative emotional states and caused them distress, some pointed out that they helped increase their overall awareness. The students stated that they had experienced anxiety, fear, concern, sadness, and gloom with regard to the pandemic. In addition, students stated that they had increased their use of social media to follow the developments related to the pandemic, to raise societal awareness by sharing content about the pandemic, and to stay connected with their social environment. We likewise found that students took precautions, read books, watched television shows and movies, cooked, sought social support, studying, distanced themselves from television and social media, exercised, spent time on hobbies, and engaged in positive thinking to cope with the negative effects of the pandemic. Finally, students expressed that the pandemic enabled them to develop an awareness of life, of the people they love, and of themselves.

In light of these findings, the COVID-19 pandemic has had both a positive and negative

effect on university students' lives. The risk of being infected by the COVID-19 virus, the necessity to maintain physical distance, the stay-at-home mandates, and the changes in the academic processes have affected all university students. We can speculate that those university students who saw this period as an opportunity and who were able to cope with their negative feelings and thoughts in a healthy manner will emerge from this process stronger and wiser. On the other hand, those students who focused solely on the negative aspects and who resorted to negative coping strategies may face any number of psychological difficulties even after the pandemic has ended, including prolonged depressed emotional states, increased use of the Internet and social media, family conflicts, and academic anxiety resulting from the inability to adapt to distance education and poor academic performance. It is therefore important for higher education institutions to develop intervention strategies that incorporate psychological counseling and guidance services for those students who have been adversely affected by the pandemic. Once universities return to face-to-face education, it would be beneficial to conduct survey studies to identify those students that had been adversely affected by the pandemic, to provide individual counseling services to students in need of such assistance, and to create psycho-educational groups to help them overcome the negative consequences of the pandemic. Should the need to prolong distance education arise, it is important that online psychological support be provided to students.

Kaynakça/References

- Afacan, E., & Avci, N. (2020). Koronavirüs (Covid-19) örneği üzerinden salgın hastalıklara sosyolojik bir bakış. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 1-14.
- Altuntaş Yılmaz, N. (2020). Yükseköğretim kurumlarında Covid-19 pandemisi sürecinde uygulanan uzaktan eğitim durumu hakkında öğrencilerin tutumlarının araştırılması: Fizyoterapi ve rehabilitasyon bölümü örneği. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(1), 15-20.
- Anderson, R. M., Heesterbeek, H., Klinkberg, D., & Hollingsworth, T. D. (2020). How will country-based mitigation measures influence the course of the Covid-19 epidemic? *The Lancet*, 395(10228), 931-934. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30567-5
- Arslan, Ü., & Yeşil Örnek, B. (2019). Psikolojik bozukluklar ve tedavileri. (Ed. Ş. Işık), *Psikolojiye Giriş (2. Baskı)* içinde (ss. 476-512). Pegem Akademi. Ankara.
- Aslan, R. (2020). Tarihten günümüze epidemiler, pandemiler ve Covid-19. *Göller Bölgesi Aylık Ekonomi ve Kültür Dergisi*. 8(85), 35-42.
- 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. doi: 10.1016/j.janxdis.2020.102211.
- Bradbury-Jones, C. & Isham, L. (2020). The pandemic paradox: the consequences of COVID-19 on domestic violence. *Journal of Clinical Nursing*. doi: 10.1111/jocn.15296
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912-920. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8
- Caner, Z. G., Ünal, M., Apaydın, Z., Dağ, A., Okur, Ş., Kara, E., & Bildik, C. (2020). COVID-19 hastalığı ve ev gezersizlerinin önemi. *Journal of Medical Sciences*, 1(3), 25-33. doi: 10.46629/JMS.2020.1

- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 112934. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112934
- Chan, E., Y., Y., & Shaw, R. (2020). *Public health and disasters: Health emergency and disaster risk management in Asia*. Singapore: Springer.
- Deniz, Ö., P. & Evcı-Kiraz, E. D. (2020). COVID-19 Pandemi sürecinde şehir sağlığı çalışmaları. *Journal of Biotechnology and Strategic Health Research*, 1(Özel sayı), 147-151. doi: 10.34084/bshr.726231
- Duman, N. (2019). Travma sonrası büyüme ve gelişim. *Uluslararası Afro-Avrasya Araştırmaları Dergisi*, 4(7), 178-184.
- Duncan, L. A., Schaller, M., & Park, J. H. (2020). Perceived vulnerability to disease: Development and validation of a 15-item self-report instrument. *Personality and Individual Differences*, 47(6), 541-546. doi: 10.1016/j.paid.2009.05.001
- Eskici, G. (2020). COVID-19 Pandemisi: Karantina için beslenme önerileri. *Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi*, 25(1), 1-9. doi:10.21673/anadoluklin.722546
- Evers, C., Adriaanse, M., Ridder, D. T. D., & Witt Huberts, J. C. (2013). Good mood food. Positive emotion as a neglected trigger for food intake. *Appetite* 68, 1-7. doi: 10.1016/j.appet.2013.04.007
- Glynn, J. R. (2020). Protecting workers aged 60–69 years from COVID-19. *The Lancet Infectious Diseases*. doi:10.1016/S1473-3099(20)30311-X.
- Güngör, A., Karaman, M. A., Sari, H. İ., & Çolak, T. (2020). Investigating the factors related to coronavirus disease 2019 (COVID-19) on undergraduate students' interests in coursework. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 7(3), 1-13. doi: 10.17220/ijpes.2020.03.001
- Güngör, Ö. (2020). *Salgın dönemi sosyolojisi*. Ankara: AND Center.
- İçişleri Bakanlığı. (2020). Koronavirüs tedbirleri konulu genelge [Circular on coronavirus measures] Erişim adresi: <https://www.icisleri.gov.tr/81-il-valiligine-koronavirus-tedbirleri-konulu-ek-genelge>.
- Karataş, Z. (2020). COVID-19 pandemisinin toplumsal etkileri, değişim ve güçlenme. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi* 4(1), 3-15
- Kaya, B. (2020). Pandeminin ruh sağlığına etkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23, 123-124. doi: 10.5505/kpd.2020.64325.
- Kırık, A. M. & Özkoçak, V. (2020). Yeni dünya düzeni bağlamında sosyal medya ve yeni koronavirüs (covid-19) pandemisi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7, 133-154. doi: 10.29228/SOBIDER.43146
- Kirman, F. (2020). Sosyal medyada salgın psikolojisi. Algı, etki ve başa çıkma. *Dünya İnsan Bilimleri Dergisi*, 2, 11-44.
- Kırmızıgül, H. G. (2020). COVID-19 salgını ve beraberinde getirdiği eğitim süreci. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 283-289.
- Kwok, K. O., Li, K. K., Chan, H. H., Yi, Y. Y., Tang, A., ..., & Wong, Y. S. (2020). Community responses during the early phase of the COVID-19 Epidemic in Hong Kong: Risk perception, information exposure and preventive measures. *Emerging Infectious Diseases*, 26(7), 1575-1579 . doi: 10.3201/eid2607.200500.
- Kürtüncü, M. & Kurt, A. (2020). Covid-19 pandemisi döneminde hemşirelik öğrencilerinin uzaktan eğitim konusunda yaşadıkları sorunlar. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 66-77.
- MEB (Milli Eğitim Bakanlığı, 2020). Okulların 30 Nisan 2020 tarihine kadar uzatılması kararı [The decision to extend the schools until April 30, 2020] Erişim adresi <https://www.meb.gov.tr/uzaktan-egitim-30-nisan>.
- Miles, M. B. & Huberman, A. M. (2016). *Nitel veri analizi*. Sadegül Akbaba Altun ve Ali Ersoy (Çev. Ed.). Ankara: Pegem Akademi
- Okur, S., Özkan, E., & Arslan, Ü. (2019). Ortaokul öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Turkish Studies – Information Technologies and Applied Sciences*, 14(2), 275-294. doi: 10.29228/TurkishStudies.22813
- Özer, M. (2020). Educational policy actions by the ministry of national education in the times of COVID-19. *Kastamonu Education Journal*, 28(3), 1124-1129. doi: 10.24106/kefdergi.722280

- Öztürk, Ö. E., Kuru, G., & Demir-Yıldız, C. (2020). Covid-19 pandemi günlerinde anneler ne düşünür çocuklar ne ister? Anne ve çocuklarının pandemi algısı. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 204-220.
- Patton, M. Q. (2014). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice*. London: Sage publications.
- Pennycook, G., McPhetres, J., Zhang, Y., & Rand, D., (2020). Fighting Covid-19 misinformation on social media: Experimental evidence for a scalable accuracy nudge intervention. *Psychological Science*, online first, doi: 10.1177/0956797620939054
- Perlman, D., Patterson, C., Moxham, L., Taylor, E. K., Bringhton, R., Sumskis, S., & et al. (2017). Understanding the influence of resilience for people with a lived experience of mental illness: A self-determination theory perspective. *Journal of Community Psychology*, 45(8), 1026-1032. doi: 10.1002/jcop.21908
- Pueyo, T. (2020). Coronavirus: Why you must act now. Politicians, community leaders and business leaders: What should you do and when? Retrieved from: <https://medium.com/@tomaspuayo/coronavirus-act-today-or-people-will-die-f4d3d9cd99ca>.
- Sağlık Bakanlığı (2020). *Genel koronavirus tablosu*. Erişim adresi: <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66935/genel-koronavirus-tablosu.html>
- Sarı, H. İ. (2020). Evde kal döneminde uzaktan eğitim: Ölçme ve değerlendirmeyi neden karantinaya almamalıyız? *Uluslararası Eğitim Araştırmacıları Dergisi*, 3(1), 121-128.
- Sarıtaş, E. & Barutçu, S. (2020). Öğretimde dijital dönüşüm ve öğrencilerin çevrimiçi öğrenmeye hazır bulunuşluğu: Pandemi döneminde Pamukkale Üniversitesi öğrencileri üzerinde bir araştırma. *İnternet Uygulamaları ve Yönetimi Dergisi*, 11(1), 5-22. doi: 10.34231/iuyd.706397
- Serin, Y. & Şanlıer, N. (2018). Duygusal yeme, besin alımını etkileyen faktörler ve temel hemşirelik yaklaşımları. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 9(2), 135-146. doi: 10.14744/phd.2018.23600
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method, and research*. London: Sage Publications.
- Şenormancı, Ö., Konkan, R., & Sungur, M. Z. (2010). İnternet bağımlılığı ve bilişsel davranışçı terapisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 261-268.
- Taylor, S. (2019). *The psychology of pandemics: Preparing fort he next global outbreak of infectious disease*. UK:Cambridge Scholars Publishing.
- 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.
- Üstün, Ç. & Özçiftçi, S. (2020). COVID-19 pandemisinin sosyal yaşam ve etik düzlem üzerine etkileri: Bir değerlendirme çalışması. *Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi*, 25 (Supplement 1), 142-153. doi: 10.21673/anadoluklin.721864
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729-1754. doi: 10.3390/ijerph17051729
- WHO (World Health Organization, 2020). *Weekly operational update on COVID-19 - 20 November 2020*. Retrieved from <https://www.who.int/publications/m/item/weekly-operational-update-on-covid-19---20-november-2020>
- Vidyachathoth, K. B., Kumar, N. A., & Pai, S. R. (2014). Correlation between affect and internet addiction in undergraduate students in Mangalore. *Journal of Adiction Research and Therapy*, 5(1), 175-180. doi: 10.4172/2155-6105.1000175
- Yamamoto, G. T., & Altun, D. (2020). Koronavirüs ve çevrimiçi (online) eğitimin önlenemeyen yükselişi. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 25-34. doi: 10.32329/uad.711110
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H.(2011). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık
- YÖK (Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı, 2020). Yeni koronavirüs hastalığı salgınında eğitim öğretim süreçleri. Erişim adresi: <https://covid19.yok.gov.tr/Documents/AnaSayfa/covid-19-yuksekogetim-yol-haritasi.pdf>