

ARAŞTIRMA RESEARCH

COVID-19 Pandemisinde Kişisel Özellikler, Sosyal Bağlar ve Medya Kullanımıyla İlişkili Psikolojik Huzursuzluk ve Anlam Bulma

Psychological Distress and Finding Meaning in Relation to Personal Characteristics, Social Ties, and Media Use in the COVID-19 Pandemic

Fatih Özdemir¹, Gizem Çeviker²

Öz

Çalışmanın amacı COVID-19 pandemisinin Türkiye'yi yoğun olarak etkilediği dönemde kişilerin psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma düzeylerine odaklanmak ve bu kavramların belirli demografik değişkenler, yerel/geniş gruplara yönelik sosyal bağlar ve sosyal/klasik medya kullanımıyla olan ilişkilerini incelemektir. Çalışmaya 18-46 yaş aralığında bulunan 1023 kişi (828 kadın, 195 erkek) katılmıştır. Araştırma hipotezleriyle tutarlı olarak, erkeklere kıyasla kadınlar hayatı anlamlı bulma, yerel sosyal bağ, geniş sosyal bağ ve klasik medya kullanımı değişkenlerinde daha yüksek skorlara sahiptir. Pandemi sürecinde yerel gruba (aile bireyleri, arkadaşlar, işyerindeki/okuldaki kişiler ve komşular) ve geniş gruba (yaşanılan şehir ve ülke) yönelik kuvvetli sosyal bağlar algılayan kişiler hayatı daha anlamlı bulmaktadır. Fakat yerel gruba yönelik kuvvetli sosyal bağlar algılayan kişilerin belirttikleri psikolojik huzursuzluk daha kuvvetlidir. Pandemiye ilişkin gelişmeleri sosyal ve/veya klasik medya mecralarından daha fazla takip eden kişilerin algıladıkları psikolojik huzursuzluk daha kuvvetliken, klasik medya mecralarını takip eden kişilerin hayatı anlamlı bulma düzeyleri daha yüksektir. Pandeminin başladığı dönemde kişilerin ne ölçüde psikolojik huzursuzluk algıladığını ve hayatlarını anlamlı bulduğunu saptamak ve ilişkili değişkenleri belirlemek pandemi-temelli gelişmekte olan alanyazında önemli bir boşluğu doldurmada ve uygulanacak müdahale çalışmaları için bilgi sağlamaktadır.

Anahtar sözcükler: COVID-19 pandemisi, psikolojik huzursuzluk, anlam bulma, sosyal bağlar, medya kullanımı

Abstract

The purpose of this study is to focus on people's psychological distress, the degree as to how meaningful they consider their lives during a period in which the COVID-19 pandemic has affected Turkey substantially, as well as to examine the relationship between these concepts and certain demographic variables, social ties with local or extended groups, and the use of social and traditional media. The study includes 1023 participants (828 of which are female and 195 are male) between the ages of 18-46. In parallel with the study hypotheses, women (compared to men) scored higher in the variables of finding meaning in life, local social ties, extended social ties and the use of traditional media. Those who have a perception of strong social ties with their local group (family members, friends, co-workers, and neighbors) and extended group (the city and the country they live in) during the pandemic consider life more meaningful. However, the psychological distress claimed by those who have a perception of stronger ties with their local group is stronger. While the perceived psychological distress of those who follow the developments regarding the pandemic on social and/or traditional media more closely are stronger, those who follow traditional media have a higher degree of considering their life more meaningful. Determining the level of psychological distress perceived by the people and how meaningful they consider life during the early stages of the pandemic, and to ascertain the related variables fills a major gap in the pandemic-based literature that is still growing and provides a source of information for the interventional studies to be conducted.

Keywords: COVID-19 pandemic, psychological distress, finding meaning, social ties, media use

¹ Bursa Uludağ Üniversitesi, Bursa

² Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

✉ Fatih Özdemir, Bursa Uludağ Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Bursa, Turkey
psyfatihozdemir@gmail.com | 0000-0003-1013-5366

Geliş tarihi/Received: 17.03.2021 | Kabul tarihi/Accepted: 26.06.2021 | Çevrimiçi yayın/Published online: 28.06.2021

ÇİNİN Vuhan eyaletinde 2019 yılı Aralık ayında ortaya çıkarak dünyayı etkisi altına alan ve ateş, öksürük, nefes darlığı gibi fizyolojik belirtilerle birlikte akut solunum yolu hastalığına sebep olan yeni tip coronavirus (COVID-19), 2021 yılı Haziran ayı itibarıyla dünya genelinde yaklaşık 180 milyon insanda saptanmış ve yaklaşık 4 milyon insanın ölümüne sebep olmuştur (Worldometer 2021). Türkiye'de ise ilk vaka 11 Mart 2020 tarihinde rapor edilmiş ve ardından virüs ülke genelinde hızlı bir yayılım göstermiştir. Ancak COVID-19 kaynaklı pandeminin süregelen olumsuz etkileri kötüleşen fizyolojik sağlık durumuyla sınırlı değildir. Pandemiye kontrol altına alma niyetiyle uygulanan devlet politikaları (örn., sokağa çıkma yasakları, karantinalar, düğün ve cenaze gibi kalabalık sosyal ortamların engellenmesi, okulların ve işyerlerinin kapatılması ve şehirler ve ülkeler arası ulaşımın kısıtlanması) ve mevcut belirsizlik ortamı kişilerin psikolojik sağlığını da olumsuz yönde etkileyebilmektedir. (Ahorsu ve ark. 2020, Qui ve ark. 2020, Tian ve ark. 2020). Pandemi sürecinde artan psikolojik problemlerin muhtemel sebeplerini anlamlandırma ve pandemi kaynaklı belirsiz bir dönemde kişilere destek sağlayacak psikolojik süreçleri inceleme devam eden bir ihtiyaçtır. Bu bağlamda çalışmanın amacı pandeminin ve pandemiye kontrol altına alma amacıyla uygulanan kısıtlamaların yoğun olduğu dönemde (Nisan-Haziran 2020) demografik değişkenlere (cinsiyet, yaş, algılanan sağlık durumu), sosyal bağa ve medya kullanımına odaklanarak kişiler tarafından algılanan psikolojik huzursuzluğu ve bu süreçte koruyucu bir faktör olan hayatı anlamlı bulma düzeyini incelemektir.

Ebola ya da SARS salgınının etkili olduğu dönemlerle benzer olarak, COVID-19 pandemisi sırasında anksiyete, depresyon ve stresle ilişkili rahatsızlıkların sıklığı ve klinik bir tanı olmaksızın genel anlamda huzursuzluk, mutsuzluk, öfke patlamaları ve duygusal tükenmişlik şeklinde tanımlanabilen psikolojik huzursuzluk düzeylerinde artışlar yaşandığı araştırmacılarca saptanan bir bulgudur (Maunder ve ark. 2003, Hawryluck ve ark. 2004, Ji ve ark. 2017, Xiang ve ark. 2020). Pandemi sürecinde artan psikolojik huzursuzluk hali uykusuzluk, yerinde duramama, üzüntülü olma ve gün içerisinde yayılan evhamlılık şeklinde kendini göstermektedir (Barkur ve ark. 2020, Gautam ve ark. 2020). Pandeminin söz konusu psikolojik huzursuzluk hali üzerindeki etkilerini incelerken koruyucu faktörlere odaklanmak ise küresel olarak yaşanan bu kriz sırasında ve sonrasında bireylere ve kitlelere yönelik gerçekleştirilecek tedavi ve erken müdahale yaklaşımları için bir gerekliliktir (Coie ve ark. 1993).

Stresli ve zorlayıcı zamanlarda kişinin kendi hayatını ne derece anlamlı bulduğu psikolojik iyi oluş halini belirleyen koruyucu faktörlerden biridir (Park 2013, Aiena ve ark. 2016). Hayatı anlamlı bulmama hali zihinsel rahatsızlıklarla ve psikolojik huzursuzlukla ilişkilendirilmektedir (Maccallum ve Bryant 2019). Benzer doğrultuda, COVID-19 pandemisi sürecinde hayatı anlamlı bulan kişiler pandemiye acı ve kayıp gibi kavramlardan ziyade varoluşsal bir temele dayandırmış ve bu süreci kıymetli bir imtihan olarak değerlendirmiştir. Bu yaklaşıma sahip kişilerde pandemi kaynaklı stres faktörlerinin psikolojik huzursuzluk hali üzerindeki olumsuz etkileri ve kaygı ve anksiyete sebebiyle oluşan davranışsal belirtiler daha az gözlemlenmiştir (Schnell ve Krampe 2020). Pandemi sürecinde Türkiye'de yürütülen çalışmalar da benzer bulguları içermektedir. Hayatı anlamlı bulma olumlu duygulanım ve hayat doyumuyla pozitif yönde ilişkiliyken, depresyon, somatizasyon ve anksiyeteye negatif yönde ilişkilidir (Arslan ve ark. 2020). Pandemi sürecinde psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma değişkenleri arası olası ters yönlü ilişki bilinse de, bu değişkenlerin ardında bulunan süreçler yeterince netleştirilmemiştir. Bu çalışma ise COVID-19 pandemisi sürecinde Türkiye'de yaşayan

bireylerin algıladıkları psikolojik huzursuzluğa ve hayatı anlamlı bulma düzeyine odaklanmakta ve bu kavramları yordama olasılığına sahip demografik değişkenleri, algılanan sosyal bağı ve medya kullanımını incelemektedir.

Sosyal gruplarla kurulan bağlar bir yere ait ve güvende hissetme, içerisinde bulunulan sosyal düzeni anlamlandırma, sosyal desteğe erişme ve iletişimde olma gibi temel psikolojik ihtiyaçları karşılamaktadır. Bu ihtiyaçların karşılanması sebebiyle kaliteli sosyal bağlar olumlu duygulanım ve psikolojik iyi oluşla pozitif yönde ilişkilidir (King ve ark. 2006, Hicks ve King 2007, Krause 2007). Benzer şekilde, hayatı anlamlı bulma değişkenine odaklanan çalışmalar da kaliteli sosyal bağların ve beraberinde gelen sosyal desteğin önemini sıklıkla vurgulamaktadır (Baumeister ve Leary 1995, Ryan ve Deci 2001). Özellikle stresli ve zorlayıcı zamanlarda ihtiyaç duyacağı sosyal desteğe erişebileceğini öngördüğü sosyal bağlara sahip olan kişilerin hayatı anlamlı bulma düzeyleri daha yüksektir (Krause 2007). COVID-19 pandemisi sürecinde uygulanan uzun soluklu karantinalar, sokağa çıkma yasakları, sosyal mesafe kuralları ve farklılaşan iletişim şekilleri kişiler tarafından algılanan sosyal bağı ve sosyal desteği azaltmış ve temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyini düşürmüştür (Brooks ve ark. 2020). Karantinalar ve sokağa çıkma yasakları sebebiyle evlerde geçirilen süreçte, sosyal bağlarda algılanan azalma kişilerin yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluşunu olumsuz yönde etkilemiştir (Calvo ve ark. 2020). Bu sebeplerle, salgın sürecinde yerel/küçük gruplara (örn., aile bireyleri, arkadaşlar, işyerindeki/okuldaki kişiler, komşular) ve geniş/büyük gruplara (örn., yaşanılan şehir, ülke) yönelik algılanan sosyal bağlar araştırmacılar tarafından odaklanılması gereken önemli değişkenlerden biri haline gelmiştir.

Travmatik olaylar esnasında mevcut durumu anlamlandırma ve durumla başa çıkma motivasyonları kişiyi bilgi arayışına yönlendirmekte ve bu yönelim medya kullanımını artırmaktadır. Nielsen araştırma firması tarafından hazırlanan 2020 medya tüketim raporuna göre, COVID-19 pandemisinin etkili olduğu 2020 yılında (2019 yılına kıyasla) medya kullanımı Amerika'da %215, İtalya'da %180, Tayland'da %125, Japonya'da %78 ve Avustralya'da %52 oranında artış göstermiştir (Oxford Business Group 2020). Medya kullanımında gerçekleşen artış algılanan stresi ve psikolojik rahatsızlıkları tetiklemektedir (Yeung ve ark. 2018, Holman ve ark. 2020). Medya kullanım çeşitliliği, sıklığı ve süresindeki artış COVID-19 pandemisiyle ilişkili depresyon ve anksiyete belirtilerini kuvvetlendirirken, özellikle sosyal medya kullanımındaki artış psikolojik huzursuzluğa sebep olmaktadır (Zhao ve Zhou 2020, Neill ve ark. 2021). COVID-19 pandemisi sürecinde bireylerin hissettiği bunalmışlık ve huzursuzluk hali ile stres ve anksiyete arasında pozitif yönde gerçekleşen ilişkiyi inceleyen bir diğer çalışmada ise medya kullanımı belirtilen bu ilişkiye aracılık etmiştir (Chao ve ark. 2020). Travmatik olaylar esnasında gerçekleşen medya kullanımı ve hayatı anlamlı bulma hali arasındaki ilişkiye odaklanan çalışmaların sayısı ise oldukça azdır. Travmatik zamanlarda hayatı anlamlı bulma halinin koruyucu bir faktör olduğu ve takip edilen medya içeriğine bağlı olarak medya kullanımının hayatı anlamlı bulma düzeyini belirlediği saptanan bulgular arasında yer alsa da (Zhang ve ark. 2015), medya kullanım çeşitliliğine ve süresine ilişkin yeterli bilgi bulunmamaktadır. Bu sebeple, pandemi sürecinde medya kullanım çeşitliliği (sosyal medya ve klasik medya) ve süresi bu araştırmanın temel değişkenlerinden biri olmuştur.

Farklı salgın dönemlerinde yürütülen ve demografik değişkenlere odaklanan çalışma bulgularına göre yaş arttıkça dürtüsel davranışlarda gerçekleşen azalmalar sebebiyle virüsten korunmaya yönelik alınan önlemlerde bir artış yaşanmaktadır, fakat yaş ve virüsten korunma davranışları arasındaki ilişki genellikle ters U eğrisine sahiptir (Leung

ve ark. 2003, Vijaya ve ark. 2005, Spinella 2007). COVID-19 pandemisi esnasında yürütülen bir diğer çalışmada orta yaşlarda bulunan kişiler erken ve ileri yaşlarda bulunan kişilere kıyasla sahip oldukları yüksek risk algılarından ötürü, virüsten korunma davranışlarını daha fazla sergilemiştir (Pasion ve ark. 2020). Bir diğer husus ise COVID-19 pandemisi sürecinde yaş ve hayatı anlamlı bulma değişkenleri arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir araştırmaya rastlanmamış olmasıdır. Ancak farklı bağlamlarda yürütülen çalışmalar yaş ve hayatı anlamlı bulma değişkenleri arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğunu belirtmektedir (Reker 2005).

Ek olarak, COVID-19 pandemisinin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisini inceleyen araştırmalarda kadınlar ve erkekler arasında anlamlı farklar saptanmış ve bu farklar sıklıkla biyolojik cinsiyetten ziyade toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkilendirilmiştir. Salgın sürecinde uygulanan karantinalar ve sokağa çıkma yasaklarının yanı sıra, yüz yüze gerçekleştirilen çalışma ve eğitim süreçlerinin çevrimiçi platformlara taşınması kadınlara yüklenen ev-içi sorumlulukları ve iş yükünü artırmış ve bu durum erkeklerle kıyasla kadınların psikolojik sağlığını daha olumsuz şekilde etkilemiştir (OECD 2020, Wenham ve ark. 2020). Araştırma bulguları kadınlar arasında daha yaygın olan psikolojik sorunları COVID-19 virüsüne yakalanma endişesi ve artan ev-içi iş yüküne ek olarak, sokağa çıkma yasakları sebebiyle artan aile içi psikolojik şiddet vakalarındaki artışla da ilişkilendirmektedir (Özdin ve Bayrak-Özdin 2020, Sediri ve ark. 2020, Wang ve ark. 2020). Pandemi-temelli alanyazından olmasa da cinsiyet farkına ilişkin bir diğer bulgu kadınların erkeklerle kıyasla ilişkisel değerleri ve sosyal bağları daha fazla içselleştirdiği ve bu içselleştirmenin hayatı anlamlandırma halini güçlendirdiği yönündedir (İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün 2004, İmamoğlu ve ark. 2011, Özdemir ve ark. 2019). Son olarak belirtilen ilişkisellik sebebiyle erkeklerle kıyasla kadınların medyayı daha fazla takip edeceğini öngörmek yanlış bir beklenti olmayacaktır. Fakat özellikle sosyal medya bağımlılığının cinsiyet farkı olmaksızın her iki grupta da yüksek seviyelerde olduğunu bulgulayan araştırmaların varlığını da belirtmek gerekmektedir (CBS 2018).

COVID-19 pandemisine ilişkin incelenmesi gereken bir diğer demografik değişken algılanan sağlık durumudur. Mevcut araştırmalar sıklıkla algılanan iyi oluş haline odaklanmakta ve bu değişkenin psikolojik huzursuzlukla negatif yönde, hayatı anlamlı bulma düzeyiyle ise pozitif yönde ilişkili olduğunu belirtmektedir (Arslan ve ark. 2020, Yıldırım ve ark. 2021). Bu çalışmada ise yaş, cinsiyet ve algılanan sağlık durumu değişkenleri kontrol edildikten sonra psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma düzeylerine odaklanılmakta ve bu kavramların algılanan sosyal bağ ve medya kullanımı ile ilişkileri test edilmektedir.

COVID-19 pandemisinin Türkiye'de yayıldığı dönem olan "Nisan-Haziran, 2020" tarih aralığında kişilerin ne derece psikolojik huzursuzluk algıladıklarını ve hayatı anlamlı bulduklarını inceleyen bu araştırma (i) cinsiyet, yaş ve algılanan sağlık durumu isimli demografik değişkenlere, (ii) yerel ve geniş gruplara yönelik algılanan sosyal bağın kuvvetine ve (iii) sosyal ve klasik medya mecralarının kullanım sıklığına odaklanmaktadır. Yerel sosyal bağ küçük gruplara (aile bireyleri, arkadaşlar, işyerindeki/okuldaki kişiler ve komşular) yönelik algılanan bağı ifade ederken, geniş sosyal bağ büyük gruplara (yaşanılan şehir ve ülke) yönelik algılanan bağı belirtmektedir. Ek olarak, sosyal medya mecraları Facebook, Youtube, Twitter, Instagram ve Reddit gibi çevrimiçi platformları içerirken, klasik medya mecraları hükümet kaynakları, basılı materyalleri ve radyo/televizyon platformlarını kapsamaktadır.

Betimleyici hipotezler bağlamında, (H1) araştırma değişkenleri üzerinde anlamlı cinsiyet farkları beklenmektedir. Erkeklere kıyasla kadınlar psikolojik huzursuzluk, hayatı anlamlı bulma, yerel sosyal bağ, geniş sosyal bağ, sosyal medya kullanımı ve klasik medya kullanımı değişkenlerinde daha yüksek skorlara sahip olacaktır. Ek olarak (H2) yaş ve algılanan sağlık durumu kişilerin pandemi döneminde hissettikleri psikolojik huzursuzlukla negatif yönde ilişkili iken, pandemi sürecinde hayatı anlamlı bulma haliyle pozitif yönde ilişkili olacaktır. Temel hipotezler bağlamında ise, (H3) yerel gruplara (aile bireyleri, arkadaşlar, işyerindeki/okuldaki kişiler ve komşular) ve geniş gruplara (yaşanılan şehir ve ülke) yönelik algılanan sosyal bağın kuvveti kişilerin pandemi sürecinde algıladıkları psikolojik huzursuzlukla negatif yönde ilişkili iken, pandemi sürecinde hayatı anlamlı bulma haliyle pozitif yönde ilişkili olacaktır. Ek olarak (H4) COVID-19 pandemisine ilişkin bilgilere sosyal medya (Facebook, Youtube, Twitter, Instagram, vb.) ve klasik medya (hükümet kaynakları, basılı materyaller ve radyo/televizyon) aracılığıyla maruz kalma süresi kişilerin pandemi sürecinde algıladıkları psikolojik huzursuzlukla pozitif yönde ilişkili iken, pandemi sürecinde hayatı anlamlı bulma haliyle negatif yönde ilişkili olacaktır.

Yöntem

Örneklem ve İşlem

Genel protokolü University of Texas at Austin Araştırma Destek ve Etik Kurulu tarafından 04.11.2019 tarihinde 2016-11-0136 protokol numarasıyla onaylanan geniş-çaplı araştırma projesinin bir parçası olan bu çalışma, Türkiye’de "Nisan-Haziran 2020" tarih aralığında QUALTRICS yazılımı kullanılarak çevrimiçi ortamda yürütülmüştür. Araştırma duyuruları sosyal medya kanallarında paylaşılmış, katılımcılara çevrimiçi bilgilendirme formuyla araştırmanın içeriğine ve araştırmacılara yönelik bilgi sağlanmış ve gönüllü katılımın önemi vurgulanmıştır. Demografik bilgi formu ve ölçüm envanteri yanıtlandıktan sonra ise, yanıtlara bağlı olarak hesaplanan kişisel toplam skorlara ilişkin bilgi katılımcılara sunulmuş ve COVID-19 pandemisiyle başa çıkma sürecinde fayda sağlayacak bilişsel, duygusal ve davranışsal önerilerde bulunulmuştur. Ek olarak, Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü gibi COVID-19 pandemisine ilişkin yönlendirmelerde bulunan kurumların iletişim adresleri katılımcılara iletilmiştir.

Tesadüfi örnekleme yöntemiyle toplanan verinin örneklem büyüklüğü belirlenirken, "ölçüm envanterindeki her bir madde için en az 10 katılımcıya ulaşılmalı (Tinsley ve Tinsley 1987)" kuralı dikkate alınmıştır. Çalışmaya Türkiye’de yaşayan, üniversite eğitime devam eden ya da bu eğitimi tamamlamış ve internete erişimi olan 1023 kişi katılmıştır. Katılımcıların 195'i erkek (%19.1), 828'i kadındır (%80.9). Örneklem yaş aralığı 18 ve 46 arasında değişirken, yaş ortalaması 25.14 yıldır ($S = 6.60$). Kişilerin algılanan sağlık durumu heterojen bir dağılım gösterirken, "1: çok kötü" ve "5: çok iyi" arasında değişen 5li Likert tipi ölçümde algılanan sağlık durumu ortalama skoru 3.58 ($S = .77$) olarak saptanmıştır.

Veri toplama araçları

Demografik bilgi formu

Yaşanılan ülke, eğitim düzeyi, cinsiyet, yaş ve algılanan sağlık durumu şeklindeki 5 sorudan oluşan form katılımcıların demografik bilgilerini değerlendirmek amacıyla

kullanılmıştır.

Psikolojik huzursuzluk ölçümü

Bu araştırma kapsamında geliştirilen iki maddeli ölçüm, COVID-19 pandemisi sürecinde kişilerin ne derece "umutsuz ve depresif" ve "korkmuş ve endişeli" hissettiklerini test etmek amacıyla kullanılmıştır. Katılımcılar ölçüm ifadelerini "1: çok az veya hiç" ve "5: çok fazla" arasında değişen 5li Likert ölçeği üzerinde değerlendirmiş ve ölçümün iç-tutarlılık katsayısı .80 olarak saptanmıştır. Yüksek ölçüm skorları COVID-19 pandemisi sürecinde psikolojik huzursuzluk halinin yüksek düzeyde olduğunu ifade etmektedir.

Hayatı anlamlı bulma ölçümü

Bu araştırma kapsamında geliştirilen tek maddeli ölçüm, COVID-19 pandemisi sürecinde kişilerin ne derece hayatlarını anlamlı bulduğunu test etmek amacıyla kullanılmıştır. Katılımcılar ölçüm ifadesini "1: çok az veya hiç" ve "5: çok fazla" arasında değişen 5li Likert ölçeği üzerinde değerlendirmiştir. Yüksek ölçüm skorları COVID-19 pandemisi sürecinde hayatı anlamlı bulma halinin yüksek düzeyde olduğu anlamına gelmektedir.

Sosyal bağ ölçümü

Bu araştırma kapsamında geliştirilen iki boyutlu ölçüm, COVID-19 pandemisi sürecinde kişilerin ne derece yerel ve geniş gruplarla sosyal bağlar algıladığını test etmek amacıyla kullanılmıştır. Yerel sosyal bağ boyutu aile bireylerine, arkadaşlara, işyerindeki/okuldaki kişilere ve komşulara yönelik algılanan sosyal bağı içerirken, geniş sosyal bağ boyutu yaşanan şehir ve ülkeye yönelik algılanan sosyal bağı kapsamaktadır. Katılımcılar ölçüm ifadelerini "1: çok az veya hiç" ve "5: çok fazla" arasında değişen 5li Likert ölçeği üzerinde değerlendirmiş ve ölçümün iç-tutarlılık katsayısı yerel sosyal bağ boyutu için .72 ve geniş sosyal bağ boyutu için .75 olarak saptanmıştır. Yüksek ölçüm skorları COVID-19 pandemisi sürecinde yerel gruba ve/veya geniş gruba yönelik algılanan sosyal bağın yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

Medya kullanımı ölçümü

Bu araştırma kapsamında geliştirilen iki boyutlu ölçüm, COVID-19 pandemisine ilişkin bilgileri kişilerin ne derece sosyal ve klasik medya mecralarından takip ettiğini test etmek amacıyla kullanılmıştır. Sosyal medya kullanımı boyutu Facebook, Youtube, Twitter ve diğer sosyal medya mecralarını (Instagram, Reddit, vb.) kapsarken, klasik medya kullanımı boyutu hükümet kaynakları, basılı materyaller ve radyo/televizyon mecralarını içermektedir. Katılımcılar ölçüm ifadelerini "1: çok az veya hiç" ve "5: çok fazla" arasında değişen 5li Likert ölçeği üzerinde değerlendirmiş ve ölçümün iç-tutarlılık katsayısı sosyal medya kullanımı boyutu için .71 ve klasik medya kullanımı boyutu için .66 olarak saptanmıştır. Yüksek ölçüm skorları COVID-19 pandemisine ilişkin bilgileri sosyal medya ve/veya klasik medya mecralarından takip etme halinin yüksek düzeyde olduğunu ifade etmektedir.

İstatistiksel analiz

Ortalama ve standart sapma istatistikleri IBM SPSS-22 isimli istatistik programıyla

hesaplanmış ve psikolojik huzursuzluk, hayatı anlamlı bulma, yerel sosyal bağ, geniş sosyal bağ, sosyal medya kullanımı, klasik medya kullanımı, yaş ve algılanan sağlık durumu değişkenleri bağlamında cinsiyet farkları çok değişkenli varyans analiziyle (MANOVA) test edilmiştir. Değişkenler arası ilişkiler ise Pearson korelasyon testiyle değerlendirilmiştir. Psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma düzeylerini yordayan değişkenleri saptamak için üç aşamalı hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. İlk blokta demografik değişkenler (cinsiyet, yaş ve algılanan sağlık durumu), ikinci blokta sosyal bağ değişkenleri (yerel sosyal bağ ve geniş sosyal bağ), üçüncü blokta medya kullanımı değişkenleri (sosyal medya kullanımı ve klasik medya kullanımı) psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma düzeylerinin muhtemel yordayıcı değişkenleri olarak analize dâhil edilmişlerdir. Hiyerarşik regresyon analizindeki modellerin belirlenmesinde Pearson korelasyon testinin bulguları ve değişkenleri farklı bloklarda kontrol etme ihtiyacı etkili olmuştur.

Bulgular

Araştırma değişkenleri bağlamında muhtemel cinsiyet farklarını test etmek için veri, bootstrap tekniğiyle (5000 yeniden örnekleme) tek-yönlü MANOVA kullanılarak analiz edilmiş ve cinsiyetin değişkenler üzerinde anlamlı bir genel etkisinin olduğu saptanmıştır ($F(8, 1014) = 5.28, p < .001, Wilks' \lambda = .96$).

Tablo 1. Betimleyici istatistikler ve korelasyon skorları

Değişkenler (Ort (SS))	Erkek n=195	Kadın n=825	Top- lam n=1023	Korelasyon Skorları										
				1	2	3	4	5	6	7	8	9		
1. Psikolojik huzursuzluk	1.79 (.97) _a	1.86 (.96) _a	1.85 (.96)	----										
2. Hayatı anlamlı bulma	3.38 (1.29) _a	3.72 (1.10) _b	3.66 (1.15)	-.17 ^d	----									
3. Yerel sosyal bağ	3.15 (.72) _a	3.32 (.78) _b	3.29 (.78)	.09 ^d	.17 ^d	----								
4. Geniş sosyal bağ	2.93 (1.02) _a	3.32 (1.08) _b	3.25 (1.08)	.06	.20 ^d	.57 ^d	----							
5. Sosyal medya kullanımı	2.46 (.86) _a	2.44 (.77) _a	2.44 (.79)	.19 ^d	-.01	.14 ^d	.12 ^d	----						
6. Klasik medya kullanımı	3.15 (1.11) _a	3.35 (1.04) _b	3.31 (1.06)	.13 ^d	.13 ^d	.17 ^d	.22 ^d	.27 ^d	----					
7. Cinsiyet	----	----	1.81 (.39)	.03	.12 ^d	.09 ^d	.14 ^d	-.01	.08 ^c	----				
8. Yaş	26.07 (7.02) _a	24.93 (6.48) _b	25.14 (6.60)	-.00	-.02	.05	-.02	-.08 ^d	.02	-.07 ^c	----			
9. Algılanan sağlık durumu	3.63 (.77) _a	3.57 (.77) _a	3.58 (.77)	-.09 ^d	.12 ^d	.10 ^d	.08 ^c	.02	.09 ^d	-.03	-.06	----		

Cinsiyet: 1 = erkek, 2 = kadın. Cinsiyet-temelli karşılaştırmalar her bir satırdaki alt-simgelerle (a, b) gösterilmiştir. Farklı alt-simgeler anlamlı cinsiyet farkını ($p < .05$) göstermektedir.; c: $p < .05$; d: $p < .01$

Tek-değişkenli analiz bulgularına göre hayatı anlamlı bulma ($F(1, 1021) = 14.17, p < .001, \eta^2 = .01$), yerel sosyal bağ ($F(1, 1021) = 7.43, p < .01, \eta^2 = .01$), geniş sosyal bağ ($F(1, 1021) = 21.77, p < .001, \eta^2 = .02$), klasik medya kullanımı ($F(1, 1021) = 5.76, p < .05, \eta^2 = .01$) ve yaş ($F(1, 1021) = 4.73, p < .05, \eta^2 = .01$) değişkenlerinde anlamlı cinsiyet farkı bulunmuştur. Erkeklere kıyasla kadınlar hayatı anlamlı bulma, yerel sosyal

bağ, geniş sosyal bağ ve klasik medya kullanımı değişkenlerinde daha yüksek skorlara sahipken, yaş değişkeninde daha düşük skora sahiptir (Tablo 1).

Değişkenler arası korelasyon skorları Tablo 1'de sunulmaktadır. Psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma değişkenleri arasında negatif yönde bir ilişki vardır. Ek olarak, psikolojik huzursuzluk değişkeni yerel sosyal bağ, sosyal medya kullanımı ve klasik medya kullanımı değişkenleriyle pozitif yönde ilişkiliyken, algılanan sağlık durumu değişkeniyle negatif yönde ilişkilidir. Hayatı anlamlı bulma değişkeni ise yerel sosyal bağ, geniş sosyal bağ, klasik medya kullanımı, cinsiyet (1: erkek, 2: kadın) ve algılanan sağlık durumu değişkenleriyle pozitif yönde ilişkiye sahiptir.

Tablo 2. Hiyerarşik regresyon bulguları bağlamında psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma

Demografik değişkenler	Psikolojik Huzursuzluk			Hayatı Anlamlı Bulma		
	B	SE	β	B	SE	β
Cinsiyet	.06	.08	.03	.35	.09	.12**
Yaş	-.00	.01	-.01	-.00	.01	-.00
Algılanan sağlık durumu	-.11	.04	-.09**	.18	.05	.12**
	$R^2 = .01, F(3, 1019) = 3.02^*$			$R^2 = .03, F(3, 1019) = 9.70^{**}$		
Sosyal bağ	B	SE	β	B	SE	β
Yerel sosyal bağ	.11	.05	.09*	.12	.06	.08*
Geniş sosyal bağ	.02	.03	.02	.14	.04	.13**
	$\Delta R^2 = .01, F(5, 1017) = 3.79^{**}$			$\Delta R^2 = .03, F(5, 1017) = 13.47^{**}$		
Medya kullanımı	B	SE	β	B	SE	β
Sosyal medya kullanımı	.19	.04	.16**	-.08	.05	-.06
Klasik medya kullanımı	.08	.03	.09**	.10	.04	.09**
	$\Delta R^2 = .04, F(7, 1015) = 8.43^{**}$			$\Delta R^2 = .01, F(7, 1015) = 11.06^{**}$		

* $p < .05$; ** $p < .01$; Cinsiyet: 1 = erkek, 2 = kadın

Psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma düzeylerini yordayan değişkenleri saptamak amacıyla üç aşamalı hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır (Tablo 2). İlk blokta cinsiyet, yaş ve algılanan sağlık durumu; ikinci blokta yerel sosyal bağ ve geniş sosyal bağ; üçüncü blokta sosyal medya kullanımı ve klasik medya kullanımı yordayıcı değişkenler olarak analize eklenmiştir. Yordayıcı değişkenler arası çoklu ortak doğrusallık (multicollinearity) riskini kontrol etmek için varyans büyütme faktörleri (variance inflation factor) hesaplanmıştır. Faktör skorları 1.53'ün altındadır ve üst-sınır olan 5 eşiğini (Alauddin ve Son-Ngheim, 2010) geçmemeleri sebebiyle çoklu ortak doğrusallık problemi saptanmamıştır.

Psikolojik huzursuzluk değişkeni algılanan sağlık durumu ($\beta = -.09, p < .01$) tarafından negatif yönde yordanırken, yerel sosyal bağ ($\beta = .09, p < .05$), sosyal medya kullanımı ($\beta = .16, p < .01$) ve klasik medya kullanımı ($\beta = .09, p < .01$) tarafından pozitif yönde yordanmıştır. Sağlık durumunu kötü olarak algılayan, COVID-19 pandemisi sürecinde yerel gruba (aile bireyleri, arkadaşlar, işyerindeki/okuldaki kişiler ve komşular) yönelik yüksek düzeyde sosyal bağlar algılayan, COVID-19 pandemisine ilişkin bilgileri sıklıkla sosyal medya (Facebook, Youtube, Twitter, Instagram, Reddit, vb.) ve klasik medya (hükümet kaynakları, basılı materyaller ve radyo/televizyon) mecralarından takip eden kişiler yüksek düzeyde psikolojik huzursuzluk haline sahiptir.

Hayatı anlamlı bulma değişkeni ise cinsiyet ($\beta = .12, p < .01$), algılanan sağlık durumu ($\beta = .12, p < .01$), yerel sosyal bağ ($\beta = .08, p < .05$), geniş sosyal bağ ($\beta = .13, p < .01$) ve klasik medya kullanımı ($\beta = .09, p < .01$) tarafından pozitif yönde yordanmıştır. Kadın, sağlık durumunu iyi olarak algılayan, COVID-19 pandemisi sürecinde yerel

gruba (aile bireyleri, arkadaşlar, işyerindeki/okuldaki kişiler ve komşular) ve geniş gruba (yaşanılan şehir ve ülke) yönelik yüksek düzeyde sosyal bağlar algılayan ve COVID-19 pandemisine ilişkin bilgileri sıklıkla klasik medya (boyutu hükümet kaynakları, basılı materyaller ve radyo/televizyon) mecralarından takip eden kişiler yüksek düzeyde hayatı anlamlı bulma haline sahiptir.

Tartışma

COVID-19 pandemisi dünya genelinde ciddi kayıplara sebep olmuş ve toplumun her kesimini farklı bağlamlarda etkilemiştir. Kişilerin fizyolojik sağlık temelli kaygılarına ek olarak, pandemiyi kontrol altına alma amacıyla hükümet tarafından (ya da bireysel) alınan önlemlerin ve uygulanan kısıtlamaların kişiler ve kitleler üzerinde yarattığı psikolojik, sosyal ve ekonomik olumsuz etkiler COVID-19 pandemisi temelli yeni bir araştırma alanının gelişmesine sebep olmuştur. Araştırmacılar hem yaygınlığı hem olası etkileri bağlamında insanlık tarihinde sık karşılaşılmamış olan bu durumu farklı bağlamlarda anlamlandırmaya çalışmakta ve pandeminin olumsuz etkilerini azaltmayı hedeflemektedir. Mevcut çalışma ise COVID-19 pandemisinin Türkiye'yi yoğun olarak etkilediği dönemde kişilerin psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma düzeylerine odaklanmakta ve bu kavramların belirli demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, algılanan sağlık durumu), yerel/geniş gruplara yönelik algılanan sosyal bağlar ve sosyal/klasik medya kullanımıyla olan muhtemel ilişkilerini incelemektedir.

Araştırmanın betimleyici bulgularına göre ve ilk hipotezle tutarlı olarak erkeklere kıyasla kadınlar COVID-19 pandemisi sürecinde (i) yaşadıkları hayatı daha anlamlı bulmakta, (ii) yerel gruba (aile bireylerine, arkadaşlara, işyerindeki/okuldaki kişilere ve komşulara) ve (iii) geniş gruba (yaşanılan şehir ve ülkeye) yönelik daha kuvvetli sosyal bağlar algılamakta ve (iv) hükümet kaynaklarını, basılı materyalleri ve radyo/televizyon platformlarını içeren klasik medya mecralarını daha fazla takip etmektedir. Bulgular mevcut alanyazın çalışmalarıyla tutarlıdır (Hupkens ve ark. 2016, Yu ve ark. 2017). Ek olarak erkeklere kıyasla kadınların ilişkisel değerleri daha fazla içselleştirdiği sıklıkla saptanan bir bulgudur (İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün 2004, İmamoğlu ve ark. 2011) ve bu bulgu toplumsal cinsiyet rolleriyle açıklanmaktadır. Ancak bu çalışmada, beklenenin aksine, (i) psikolojik huzursuzluk ve (ii) Facebook, Youtube, Twitter, Instagram ve Reddit gibi çevrimiçi platformları içeren sosyal medya kullanımı değişkenlerinde cinsiyet farkı saptanmamıştır. Pandeminin ilk döneminde kadınlar ve erkekler benzer düzeyde psikolojik huzursuzluk algılamıştır. Bu bulgu pandemi başlangıcında yaşanan belirsizlik ortamının ve algılanan risklerin cinsiyetten bağımsız olarak kişileri benzer düzeyde huzursuz ettiğini destekler niteliktedir. Ek olarak, sosyal medya bağımlılığının her iki cinsiyet grubunda yaygın olduğunu belirten araştırmaların varlığını da belirtmek gerekmektedir (CBS 2018).

Diğer betimleyici bulgulara göre ve ikinci hipotezle tutarlı olarak, COVID-19 pandemisi sürecinde sağlık durumunu iyi olarak algılayan kişiler daha düşük düzeyde psikolojik huzursuzluk algılamakta, hayatı anlamlı bulma düzeyleri daha yüksektir. Fakat beklenenin aksine yaş ve psikolojik huzursuzluk ya da hayatı anlamlı bulma değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Yaşla ilişkili doğrulanamayan betimleyici hipotezlerin bir sebebi, çalışmada yer alan katılımcıların yaş aralığının yeterince geniş olmayışı olabilir. Örneğin yaş ve pandemiyle ilişkili davranışlar (örn., virüse yönelik önlem alma) arasındaki ilişkinin ters U eğrisine sahip olduğunu saptayan çalışmalar

bulunmaktadır (Leung ve ark. 2003, Vijaya ve ark. 2005, Spinella 2007; Pasion ve ark. 2020). Bu bağlamda, gelecekte yürütülecek çalışmalar örneklem özelliklerine ve demografik dağılıma dikkat etmelidir.

Araştırmanın temel bulgularına göre ve üçüncü hipotezle tutarlı olarak aile bireyleriyle, arkadaşlarıyla, işyerindeki/okuldaki kişilerle ve komşularıyla ya da yaşadıkları şehirle ve ülkeyle güçlü sosyal bağlar algılayan kişiler pandemi sürecinde hayatı anlamlı bulmaktadır. Bu bulgu mevcut alanyazın bulgularınca da desteklenmektedir (Hicks ve King 2007, Krause 2007, Hicks ve King 2009). Fakat aynı hipotezde beklenenin aksine aile bireyleriyle, arkadaşlarıyla, işyerindeki/okuldaki kişilerle ve komşularıyla güçlü sosyal bağlar algılayan kişilerin pandemi sürecinde algıladıkları psikolojik huzursuzluk daha kuvvetlidir. Bu durum katılımcıların güçlü bağlar algıladıkları yerel gruplarda bulunan kişilerin sağlık durumlarına ilişkin hissedebilecekleri endişe ve stres ile açıklanabilir. Ancak bu açıklamanın geçerliği gelecekte yürütülecek çalışmalarda test edilmelidir.

Son olarak dördüncü hipotezle tutarlı olarak Facebook, Youtube, Twitter, Instagram ve Reddit gibi çevrimiçi platformları içeren sosyal medya mecralarından ya da hükümet kaynaklarını, basılı materyalleri ve radyo/televizyonu kapsayan klasik medya kanallarından COVID-19 pandemisine ilişkin gelişmeleri daha fazla takip eden kişilerin algıladıkları psikolojik huzursuzluk yüksektir. Bu bulguları doğrulayan alanyazın çalışmaları mevcuttur (Asibong ve ark. 2020, Holman ve ark. 2020, Thorisdottir ve ark. 2020, Neill ve ark. 2021). Fakat aynı hipotezde önerilen görüşün aksine, klasik medya kanalları aracılığıyla COVID-19 pandemisine ilişkin gelişmeleri daha fazla takip eden kişilerin pandemi sürecinde hayatı anlamlı bulma düzeyleri yüksektir. Bu bulgunun sebebi kişilerin takip ettiği klasik medya mecralarında maruz kaldıkları mesajların içeriğine bağlı olarak açıklanabilir (Zhang ve ark. 2015). Fakat mevcut çalışmada kişilere COVID-19 pandemisine ilişkin bilgileri ne derece sosyal ve klasik medya mecraların takip ettikleri sorulsa da, bu mecralar aracılığıyla maruz kaldıkları mesajların içeriğine yönelik herhangi bir soru yöneltilmemiştir. Gelecekte yürütülecek çalışmalar pandemi sürecinde maruz kalınan mesajların içeriğine odaklanmalı ve bu içeriklerin psikolojik süreçler üzerindeki etkilerini anlamlandırmalıdır.

COVID-19 pandemisi sürecinde psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma hali arasında saptanan negatif yönlü ilişki, pandemiye hayatı anlamlı bulma düzeyinin kişiler açısından koruyucu bir faktör olduğunu destekler niteliktedir. Ek olarak mevcut araştırmanın COVID-19 pandemisine ilişkin Türkiye'de yürütülen ilk çalışmalardan biri olduğunu vurgulamak araştırmanın önemini belirtmek için faydalı olacaktır. Analiz bulguları yüksek sayıda katılımcının (n = 1023) pandemiye yönelik sergilediği ilk tepkileri içermektedir. Pandeminin başladığı dönemde kişilerin ne ölçüde psikolojik huzursuzluk algıladığını ve hayatlarını anlamlı bulduğunu saptamak ve bu durumlarla ilişkili değişkenleri belirlemek dünyayı etkisi altına alan pandemi temelli mevcut problemlere bağlı olarak gelişmekte olan alanyazında önemli bir boşluğu dolduracaktır. Araştırma bulguları ek olarak, pandemiye yönelik geliştirilecek ölçüm araçları ve uygulanacak müdahale çalışmaları için bilgi sağlamaktadır.

Bahsedilen katkılara ek olarak, araştırmanın sınırlılıklarını belirtmek gerekmektedir. Çalışmanın ilişkisel araştırma deseni ve analiz yöntemi bulgulara yönelik nedensel çıkarımlarda bulunmayı engellemektedir. Okuyucular, değişkenler arası ilişkileri nedensel ifadelerle yorumlamaktan kaçınılmalıdır. Nedensel çıkarımların yapılabilmesi için deneysel araştırma desenine ihtiyaç vardır. Bu bağlamda, benzer değişkenlere ilişkin gelecekte yürütülecek çalışmalar deneysel araştırma deseninde tasarlanmalı ve bu çalışmada

saptanan ilişkilerin nedenselliği test edilmelidir. Çalışmada kullanılan veri toplama araçlarının geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin yapılması muhtemel eleştiriler araştırmanın bir diğer sınırlılığı olarak nitelendirilebilir. Hayatı anlamlı bulma ölçüm aracı tek maddeden oluşmaktadır. Psikolojik huzursuzluk, sosyal bağ ve medya kullanımı ölçüm araçları ise ilk defa bu araştırma bağlamında kullanılmıştır. Şunu vurgulamak faydalı olacaktır ki pandemiye yönelik verilen ilk tepkilere ulaşma amacı ölçüm araçlarının kısa sürede yazarlar tarafından geliştirilmesini bir gereklilik haline getirmiştir. Ek olarak, tek maddeli farklı ölçüm araçları alanyazında sıklıkla kullanılmaktadır (Wanous ve ark. 1997, Elo ve ark. 2003). Mevcut çalışmada saptanan ve alanyazın çalışmalarıyla tutarlı olan bulgular da ölçüm araçlarının geçerlik ve güvenilirliğini destekler niteliktedir. Son olarak katılımcıların belirli demografik özellikleri çalışmanın bir diğer sınırlılığını oluşturabilir. Örneğin, katılımcıların geçmişte ya da halen ruhsal bir hastalık tanısına sahip olmaları araştırma bulgularının yorumlanmasını etkileyebilir. Fakat demografik bilgi formunda bu hususa ilişkin soru bulunmamaktadır. Gelecekte yürütülecek çalışmalarda herhangi bir ruhsal hastalık tanısı alıp almadıkları katılımcılara sorulmalıdır. Ek olarak, araştırmanın çevrimiçi ortamda gerçekleştirilmesi sebebiyle, internet erişimi olan kişiler çalışmaya katılım sağlayabilmiştir. Belirtilen sınırlılıkların bulgular üzerindeki karıştırıcı etkisini en az seviyeye indirmek amacıyla çalışma, geniş bir örneklemeden edinilen veri setiyle yürütülmüştür.

Sonuç

Araştırma bulguları, pandeminin başladığı dönemde kişilerin psikolojik huzursuzluk ve hayatı anlamlı bulma düzeylerini ve bu kavramlarla ilişkili değişkenleri anlamlandırmakta ve pandemi sebebiyle gelişen alanyazına ve ilgili alanda çalışan araştırmacılara/uygulayıcılara önemli katkılar sağlamaktadır. Araştırma değişkenleri bağlamında saptanan cinsiyet farklarına ve demografik değişkenlerin (cinsiyet, yaş, algılanan sağlık durumu), yerel/geniş gruplara yönelik algılanan sosyal bağların ve sosyal/klasik medya kullanımının psikolojik huzursuzluğu ve hayatı anlamlı bulma halini nasıl yordadığına ilişkin elde edilen bulgular pandemi sonrası müdahale programlarının geliştirilmesinde faydalı olacaktır. Fakat etkileri ve yaygınlığı sebebiyle COVID-19 pandemisinin insanlık tarihinde sık karşılaşılmamış bir durum olduğunu ve bu nedenle pandeminin etkilerini inceleyen araştırmalara yönelik ihtiyacın devam ettiğini belirtmek gerekmektedir.

Kaynaklar

- Ahorsu, DK, Lin CY, Imani V, Saffari M, Griffiths MD, Pakpour AH (2020) The fear of COVID-19 scale: Development and initial validation. *Int J Ment Health Addict*, doi: 10.1007/s11469-020-00270-8.
- Aiena BJ, Buchanan EM, Smith CV, Schulenberg SE (2016) Meaning, resilience, and traumatic stress after the Deepwater Horizon oil spill: A study of Mississippi coastal residents seeking mental health services. *J Clin Psychol*, 72:1264-1278.
- Alauddin M, Son-Ngheim H (2010) Do instructional attributes pose multicollinearity problems? An empirical exploration. *Econom Anal Policy*, 40:351-361.
- Arslan G, Yıldırım M, Karataş Z, Kabasakal Z, Kılınç M (2020) Meaningful living to promote complete mental health among university students in the Context of the COVID-19 pandemic. *Int J Ment Health Addict*, 10.1007/s11469-020-00416-8.
- Asibong U, Okafor CJ, Asibong I, Ayi E, Omoronyia O, Owoidoho U (2020) Psychological distress and social media usage: A survey among undergraduates of a university in Calabar, Nigeria. *Niger Postgrad Med J*, 27:115-121.

- Barkur G, Vibha, Kamath GB (2020) Sentiment analysis of nationwide lockdown due to COVID-19 outbreak: Evidence from India. *Asian J Psychiatr*, 51:Article 102089.
- Baumeister RF, Leary MR (1995) The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychol Bull*, 117:497-529.
- Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N et al. (2020) The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *Lancet*, 395:912-920.
- Calvo RA, Deterding S, Ryan RM (2020) Health surveillance during Covid-19 pandemic. *BMJ*, 369:m1373.
- CBS (2018) More and more young adults addicted to social media. <https://www.cbs.nl/en-gb/news/2018/20/more-and-more-young-adults-addicted-to-social-media> (Retrieved 15.03.2021).
- Chao M, Chen X, Liu T, Yang H, Hall BJ (2020) Psychological distress and state boredom during the COVID-19 outbreak in China: The role of meaning in life and media use. *Eur J Psychotraumatol*, 11:1769379.
- Coie JD, Watt NF, West SG, Hawkins JD, Asarnow JR, Markman HJ et al. (1993) The science of prevention. A conceptual framework and some directions for a national research program. *Am Psychol*, 48:1013-1022.
- Elo AL, Leppanen A, Jahkola A (2003) Validity of a single-item measure of stress symptoms. *Scand J Work Environ Health*, 29:444-451.
- Gautam K, Adhikari RP, Gupta AS, Shrestha RK, Koirala P, Koirala S (2020) Self-reported psychological distress during the COVID-19 outbreak in Nepal: Findings from an online survey. *BMC Psychol*, 8:127.
- Hawryluck L, Gold WL, Robinson S, Pogorski S, Galea S, Styra R (2004) SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *J Emerg Infect Dis*, 10:1206-1212.
- Hicks JA, King LA (2007) Meaning in life and seeing the big picture: Positive affect and global focus. *Cogn Emot*, 21:1577-1584.
- Hicks JA, King LA (2009) Positive mood and social relatedness as information about meaning in life. *J Posit Psychol*, 4:471-482.
- Holman EA, Garfin DR, Lubens P, Silver RC (2020) Media exposure to collective trauma, mental health, and functioning: Does it matter what you see? *Clin Psychol Sci*, 8:111-124.
- Hupkens S, Machielse A, Goumans M, Derks P (2016) Meaning in life of older persons: An integrative literature review. *Nurs Ethics*, 25:973-991.
- İmamoğlu EO, Günaydın G, Selçuk E (2011) Özgün benliğin yordayıcıları olarak kendileşme ve ilişkisellik: Cinsiyet ve kültürel yönelimlerin ötesinde. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26:27-43.
- İmamoğlu EO, Karakitapoğlu-Aygün Z (2004) Self-construals and values in different cultural and socioeconomic contexts. *Genet Soc Gen Psychol Monogr*, 130:277-306.
- Ji D, Ji YJ, Duan XZ, Li WG, Sun ZQ, Song XA et al. (2017) Prevalence of psychological symptoms among Ebola survivors and healthcare workers during the 2014-2015 Ebola outbreak in Sierra Leone: A cross-sectional study. *Oncotarget*, 8:12784-12791.
- King LA, Hicks JA, Krull JL, Del Gaiso A (2006) Positive affect and the experience of meaning in life. *J Pers Soc Psychol*, 90:179-196.
- Krause N (2007) Longitudinal study of social support and meaning in life. *Psychol Aging*, 22:456-469.
- Leung GM, Lam TH, Ho LM, Ho SY, Chan BHY, Wong IOL et al. (2003) The impact of community psychological responses on outbreak control for severe acute respiratory syndrome in Hong Kong. *J Epidemiol Community Health*, 57:857-863.
- Maccallum F, Bryant RA (2019) A network approach to understanding quality of life impairments in prolonged grief disorder. *J Trauma Stress*, 33:106-115.
- Maunder R, Hunter J, Vincent L, Bennett J, Peladeau N, Leszcz M et al. (2003) The immediate psychological and occupational impact of the 2003 SARS outbreak in a teaching hospital. *CMAJ*, 168:1245-1251.
- Neill RD, Blair C, Best P, McGlinchey E, Armour C (2021) Media consumption and mental health during COVID-19 lockdown: a UK cross-sectional study across England, Wales, Scotland and Northern Ireland. *Z Gesundh Wiss*, doi:10.1007/s10389-021-01506-0.
- OECD (2020) SIGI 2020 Regional Report for Latin America and the Caribbean, Social Institutions and Gender Index. Paris, OECD Publishing.
- Oxford Business Group (2020) How has Covid-19 changed media consumption? <https://oxfordbusinessgroup.com/news/how-has-covid-19-changed-media-consumption> (Retrieved 15.03.2021).

- Özdemir F, Ashokkumar A, Swann WB (2019) May positive and negative group-based values strengthen subjective well-being? Associations with life satisfaction and identity fusion. XVI. Avrupa Psikoloji Kongresi, 2-5 Temmuz 2009 Moskova, Rusya. Kongre Özet Kitabı sayfa:542.
- Özdin S, Bayrak-Özdin Ş (2020) Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish society: The importance of gender. *Int J Soc Psychiatry*, 66:504-511.
- Park CL (2013) The meaning making model: A framework for understanding meaning, spirituality, and stress-related growth in health psychology. *Eur Health Psychol*, 15:40-47.
- Pasion R, Paiva TO, Fernandes C, Barbosa F (2020) The AGE effect on protective behaviors during the COVID-19 outbreak: Sociodemographic, perceptions and psychological accounts. *Front Psychol*, 11:785.
- Qiu J, Shen B, Zhao M, Wang Z, Xie B, Xu Y (2020) A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations. *Gen Psychiatr*, 33:e100213.
- Reker GT (2005) Meaning in life of young, middle-aged, and older adults: Factorial validity, age, and gender invariance of the personal meaning index. *Pers Individ Dif*, 38:71-85.
- Ryan RM, Deci EL (2001) On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annu Rev Psychol*, 52:141-166.
- Schnell T, Krampe H (2020) Meaning in life and self-control buffer stress in times of COVID-19: Moderating and mediating effects with regard to mental distress. *Front Psychiatr*, 11:582352.
- Sediri S, Zgueb Y, Ouanes S, Ouali U, Bourgou S, Jomli R et al. (2020) Women's mental health: Acute impact of COVID-19 pandemic on domestic violence. *Arch Womens Ment Health*, 23:749–756.
- Spinella M (2007) Normative data and a short form of the Barratt Impulsiveness Scale. *Int J Neurosci*, 117:359-368.
- Thorisdottir I, Sigurvinsdottir R, Kristjansson AL, Allegrante JP, Lilly CL, Sigfusdottir ID (2020) Longitudinal association between social media use and psychological distress among adolescents. *Prev Med*, 141:106270.
- Tian F, Li H, Tian S, Yang J, Shao J, Tian C (2020) Psychological symptoms of ordinary Chinese citizens based on SCL-90 during the level emergency response to COVID-19. *Psychiatr Res*, 288:112992.
- Tinsley HEA, Tinsley DJ (1987) Uses of factor analysis in counseling psychology research. *J Couns Psychol*, 34:414-424.
- Vijaya K, Low YY, Chan SP, Foo LL, Lee M, Deurenberg-Yap M (2005) Behaviour of Singaporeans during the SARS outbreak: The impact of anxiety and public satisfaction with media information. *Int J Health Promot Educ*, 43:17-22.
- Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS et al. (2020) Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health*, 17:1729.
- Wanous JP, Reichers AE, Hudy MJ (1997) Overall job satisfaction: How good are single-item measures? *J Appl Psychol*, 82:247-251.
- Wenham C, Smith J, Morgan R (2020) COVID-19: The gendered impacts of the outbreak. *Lancet*, 395:846-848.
- Worldometer (2021) Coronavirus Pandemic. <https://worldometers.info/coronavirus/>?%20 (Retrieved 09.06.2021).
- Xiang YT, Yang Y, Li W, Zhang L, Zhang Q, Cheung T et al. (2020) Timely mental health care for the 2019 novel Coronavirus outbreak is urgently needed. *Lancet*, 7:228-229.
- Yeung NCY, Lau JTF, Yu NX, Zhang J, Xu Z, Choi KC et al. (2018) Media exposure related to the 2008 Sichuan Earthquake predicted probable PTSD among Chinese adolescents in Kunming, China: A longitudinal study. *Psychol Trauma*, 10:253–262.
- Yıldırım M, Arslan G, Wong PTP (2021) Meaningful living, resilience, affective balance, and psychological health problems among Turkish young adults during coronavirus pandemic. *Curr Psychol*, doi: 10.1007/s12144-020-01244-8.
- Yu EA, Chang EC, Yu T, Bennett SC, Fowler EE (2017) Examining gender differences in the roles of meaning in life and interpersonal expectancies in depressive symptoms. *Gender Issues*, 34:203–222.
- Zhang Y, Mei S, Li L, Chai J, Li J, Du H (2015) The relationship between impulsivity and internet addiction in Chinese college students: A moderated mediation analysis of meaning in life and self-esteem. *PLoS One*, 10:e0131597.
- Zhao N, Zhou G (2020) Social media use and mental health during the COVID - 19 pandemic: Moderator role of disaster stressor and mediator role of negative affect. *Appl Psychol Health Well Being*, 12:1019–1038.

Yazarların Katkıları: Yazarlar çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağladıklarını ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduklarını kabul etmişlerdir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Etik Onay: Araştırma için University of Texas at Austin Araştırma Destek ve Etik Kurulundan onay alınmıştır. Tüm katılımcılar aydınlatılmış onam vermişlerdir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir

Authors Contributions. Authors attest that they have made an important scientific contribution to the study and have assisted with the drafting or revising of the manuscript.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Ethical Approval: Ethical approval was obtained from the ethics committee of University of Texas at Austin for the study. All participants gave informed consent.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared by the authors.

Financial Disclosure: The authors declared that this study has received no financial support.