

# Pandemi Sürecinde Sağlık Çalışanı Ebeveynlerin Stres Düzeyleri ile Umut Düzeyleri İlişkisinin Belirlenmesi

## Determining the Relationship of The Stress Levels and Hope Levels of Healthcare Parents During the Pandemia

Özlem KAPUCU<sup>1</sup> | Kerime Derya BEYDAĞ<sup>2</sup>

### ÖZET

**Amaç:** Bu araştırmanın amacı, pandemi sürecinde sağlık çalışanı ebeveynlerin stres düzeyleri ile umut düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

**Yöntem:** Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı tipteki araştırma, 1 Temmuz-1 Eylül 2020 tarihleri arasında 137 sağlık çalışanı ebeveyn ile çalışma yapılmıştır. Araştırma verileri, kişisel bilgi formu, Ebeveynlik Stres Ölçeği ve Sürekli Umut Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir.

**Bulgular:** Ebeveynlerin %52,6'sı pandemi sürecinde çocukları ile aynı ortamda yaşadıklarını belirtirken, %84,7'si virüsün çocuklara zarar vermesinden endişe duyduğunu ifade etmiştir. Katılımcıların %68,6'sının çocuklarının okula gittiği, %56,9'unun bu süreçte uzaktan eğitime katıldığı, %46,7'sinin anne baba ve akrabalarından çocuk bakımında destek aldıkları belirlenmiştir. Ebeveynlerin %44,5'i "mümkün olsaydı çalışmaya ara vermek isterdim" ifadesine tamamen katıldığını belirtmiştir. Araştırma kapsamındaki ebeveynlerin, Umut Ölçeği toplam puan ortalaması 48,27±7,69, "alternatif yollar" alt boyut puan ortalaması 24,51±4,45 ve "eyleyici düşünce" alt boyut puan ortalaması 23,75±3,72'tir. Ebeveynlerin, Ebeveyn Stres Ölçeği puan ortalaması 25,50±5,95 olarak bulunmuştur. Ebeveynlerin Umut Ölçeği toplam puanının Ebeveyn Stres Ölçeği puanı ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır.

**Uygulamada kullanım:** Sağlık çalışanlarının ebeveynlik stresi ve sürekli umut düzeylerinin belirlenmesi, ihtiyaç durumunda uygun müdahale yöntemlerinin planlanması, geliştirilmesi, uygulanması ve değerlendirilmesine araştırmadan elde edilen bulguların katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Ebeveyn, Sağlık çalışanı, Stres, Umut

### ABSTRACT

**Objectives:** The aim of this research is to determine the relationship between the stress levels of healthcare workers and their hope levels during the pandemic process.

**Methods:** The descriptive and relationship-seeking research was carried out with 137 healthcare worker parents between 1 July and 1 September 2020. The research data were obtained by using the personal information form, the Parenting Stress Scale and the Dispositional Hope Scale.

**Results:** While 52.6% of the parents stated that they lived in the same environment with their children during the pandemic, 84.7% of them stated that they were worried about the virus harming the children. It was determined that the children of 68.6% of the participants went to school, 56.9% of them participated in online education in this process, and 46.7% of them received support in childcare from their parents and relatives. 44.5% of the parents stated that they completely agreed with the statement "I would like to take a break from working if possible". The mean scores of the parents within the scope of the study were 48.27±7.69 on the Hope Scale, 24.51±4.45 in the "Alternative Ways" sub-dimension, and 23.75±3.72 in the "Agent Thinking" sub-dimension. The mean score of the parents on the Parental Stress Scale was found to be 25.50±5.95. It was determined that the parents' Hope Scale total scores were negatively and significantly correlated with the Parental Stress Scale scores.

**Practice Implications:** It is thought that the results of this study will contribute to the determination of parenting stress and hope levels of healthcare professionals, and to the planning, development, implementation and evaluation of appropriate intervention methods in case of need.

**Keywords:** Health Professional, Hope, Parent, Stress

<sup>1</sup>Uzman Hemşire, Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, İstanbul, Türkiye, ORCID ID: 0000-0003-1110-5265

<sup>2</sup>Doç.Dr. İstanbul Gedik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ORCID ID: 0000-0002-7251-4882

**Sorumlu Yazar:** Doç.Dr. Kerime Derya BEYDAĞ, İstanbul Gedik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Pendik/İstanbul, Türkiye, e-mail: kderyabeydag@gmail.com

**Atf:** Kapucu, Ö., Beydağ, K.D. (2022). Pandemi Sürecinde Sağlık Çalışanı Ebeveynlerin Stres Düzeyleri ile Umut Düzeyleri İlişkisinin Belirlenmesi. Güncel Hemşirelik Araştırmaları Dergisi, 2(2),38-47.

## GİRİŞ

Çin'in Hubei eyaletine bağlı Wuhan'da görülen 2019 koronavirüs hastalığı (COVID-19), salgını tüm dünyaya hızla yayılmaya devam etmektedir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), 30 Ocak 2020'de acil bir durum toplantısı düzenleyerek yeni tip Coronavirüsün (Novel Coronavirus/2019-nCoV) sebep olduğu COVID-19 salgınının küresel düzeyde, endişe verici acil bir halk sağlığı sorunu olduğunu ilan etmiştir (Lasalvia ve ark., 2021; Liu ve ark., 2020).

Tüm dünyayı etkisi altına alan COVID-19 salgınında hizmet veren sağlık çalışanları sınırlı kaynaklarla aylardır hastaların tanı, tedavi ve bakım süreçlerinde en ön saflarda hizmet vermeye devam etmektedir. Literatürde, COVID-19 salgınına bağlı olarak hasta ve vaka sayısındaki sürekli artış, artan iş yükü, kişisel koruyucu ekipmanların sınırlılığı, olayların medyada ele alınış biçimi ve yoğunluğu, özellikle ilk dönemlerde tedavide spesifik ilaçların eksikliği ve yetersiz destek olmasının sağlık çalışanlarının ruhsal yükünün artmasına ve ruhsal açıdan olumsuz etkilenmelerine neden olmuştur (Lai ve ark., 2019; Newby ve ark., 2020). Daha önce yaşanan salgınlarla ilgili yapılan çalışmalarda da salgının akut etkisinden sonra birçok ruhsal sorunun ortaya çıkabildiği ve akut dönemdeki ruhsal sorunların kalıcı hale gelebildiği bildirilmiştir. Maunder ve ark. (2003) SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) salgınında hizmet veren sağlık çalışanlarının, bulaşma riskinin yanı sıra aile, arkadaş ve iş ortamındaki ekip üyelerine bulaştırma riski nedeniyle yoğun düzeyde korku yaşadığını bildirmiştir. Ayrıca, Lee ve ark. (2007), salgından 1 yıl sonra hayatta kalanların uzun süreli ciddi ruhsal sorunlara yol açabilecek yüksek düzeyde stres ve anksiyete yaşadıklarını ve depresif belirtiler gösterdiklerini ortaya koymuştur. Bir diğer araştırmada, COVID-19 sürecinde bir yandan mesleki görevlerini, diğer yandan eş, ebeveyn ve çocuk gibi toplumsal rollerini yerine getirmeye çalışan sağlık çalışanlarının yoğun düzeyde strese maruz kaldığı, yaşanan bu yoğun stresin, psikososyal sorunları da

beraberinde getirdiği bildirilmiştir (Lai ve ark., 2020).

Calvano ve ark. (2021) COVID-19 salgını sırasında ebeveyn olmanın son derece zor olduğunu ve ebeveynlerin aynı anda çeşitli talepleri karşılamak zorunda kaldığını belirtmiştir. Bu süreç, pandemiye kontrol altına almaya yönelik kısıtlamalar, evde uzaktan eğitim, sosyal mesafe önlemleri ve aile bağlamında derin ve karmaşık bir etkiye sahip olan izolasyon durumları nedeniyle aileler için özellikle zorlayıcıdır (Clemens ve ark., 2020; Cluver ve ark., 2020; Reizer ve ark., 2020). Özellikle evden çalışma imkânının olmaması, ekonomik zorluklar ve sosyal kısıtlamalar, sağlık çalışanı olan ebeveynlerin daha da zorlanmasına neden olmaktadır. Pandeminin günlük aile yaşamında neden olduğu köklü değişikliklerin, sağlık çalışanı olan ebeveynlerin ebeveynlik rolünü yerine getirmede zorluğa neden olabileceği, bireyin stresini ve aile içi gerginliği artırabileceği ve bunun çocukların ihtiyaçlarını karşılayamama ve ihmal gibi olumsuz sonuçlara yol açabileceği öne sürülmüştür (Fegert ve ark., 2020; Stavridou ve ark., 2020). Adams ve ark. (2021) tarafından ABD'de 5-18 yaş arası en az bir çocuğu olan ebeveynlerin katılımıyla gerçekleştirilen çalışmada ebeveynlerin %7,2'si artan iş görevlerinden kaynaklanan zaman eksikliğinin ebeveynliklerini etkilediğini bildirmiştir.

Ebeveynlik rolünün yerine getirilmesi veya getirilmesinin önündeki engeller ebeveynlik stresinin yaşanmasına neden olur. İyi bir ebeveyn olma gerekliliğinden kaynaklanan bu durum stresin özel bir alanı olan ebeveynlik stresi olarak tanımlanmaktadır. Ebeveynlik stresi; anne-baba olmayla ilişkili olarak çocuk sahibi olmanın gerektirdiği görev ve sorumluluklara karşı uyum sağlamaya yönelik yaşanan fizyolojik ve psikolojik tepkilerden oluşan bir süreç olarak tanımlanırken; iş yükü fazla olan ve stres düzeyleri yüksek olan anne babaların ebeveynlik stresi yaşadığı ifade edilmiştir (Aydoğan & Özbay, 2017). Calvano ve ark. (2021) pandemi sürecinde ebeveynlik stresinin önemli ölçüde arttığını, ebeveynlerde

anksiyete ve depresyon sıklığının yükseldiğini bildirmiştir. Çakmak ve Öztürk (2021) tarafından yapılan çalışmada ebeveynlik stresinin, ebeveynlerin işi, iş ortamı, evlilik ilişkileri, günlük sorunları ve çocuklarının özelliklerinden etkilendiğini, özellikle okul çağında çocuğu olan sağlık çalışanlarında çocuklarını kontamine etme endişesinin ve ebeveyn stresinin oldukça yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum bir yandan sağlık çalışanlarının çocuklarıyla kurdukları ilişkinin niteliğini ve ailenin stres düzeyini etkilerken diğer yandan çalışmaya tutkunluk ve çalışma isteğini de etkilemektedir (Giménez-Espert ve ark., 2020).

Pandemi sürecinde sağlık çalışanı olan ebeveynlerin yaşadıkları anksiyete, korku, belirsizlik, stres, karantina, sosyal izolasyon ve sosyal kaynaklardaki değişiklikler sağlık çalışanlarının umutlarını ve psikolojik refahlarını önemli ölçüde etkilemiştir (Bernardo ve ark., 2020). Stassen ve Staats'ın (1988) tanımına göre umut; gelecekteki olumlu beklentilerin olumsuz gelecek düşüncelerinden yüksek olmasıdır ve umut düzeyi bireylerin ruhsal ve fiziksel sağlık koşullarından, yaşam kalitelerinden, öz yeterliliklerinden etkilenir. COVID-19 salgını sırasında yapılan çalışmalarda, sağlık çalışanlarının toplum örneğine göre daha fazla umutsuzluk yaşadığı bildirilmiştir. Özellikle çocuklarına bakmakta güçlük çekenlerin umutsuzluk, sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Hacımusalar ve ark., 2020; Kayaoğlu ve ark., 2021).

Tüm dünyayı etkileyen COVID-19 salgını ve bu sorunla mücadelede en ön safta yer alan sağlık çalışanlarının ruh sağlığı ve aile süreçlerinin sağlıklı sürdürülmesi, yalnızca hizmetlerin devamlı ve güvenli biçimde yürütülmesi için değil aynı zamanda salgının kontrol altına alınmasında ve bakım kalitesinin yükselmesinde de hayati öneme sahiptir (Liu ve ark., 2020). Bu nedenle, pandemi sürecinde sağlık çalışanı olan ebeveynlerin stres düzeyleri ile umut düzeylerinin belirlenmesi; psikososyal desteğin sağlanması, olası ruhsal sorunların erken dönemde önlenmesi ve uygun müdahale hizmetlerinin sunulması açısından

önemlidir. Ayrıca sağlık çalışanı olan ebeveynlerin bu süreçte etkili bir biçimde desteklenebilmesi için stres ve umut hakkında derinlemesine bilgi edinilmesi yapılacak müdahalelere yol gösterici olacaktır (Zhang ve ark., 2021). Salgın sırasında önemli görev üstlenen sağlık çalışanı olan ebeveynler, ön görülemeyen riskler bakımından dezavantajlı konumdadır ve Türkiye'de de COVID-19 hastalarının tanı, tedavi ve bakım süreçlerini yürütmektedirler. Ülkemizde pandemi sürecinde sağlık çalışanı ebeveynlerin stres düzeyleri ile umut düzeylerini incelemek amacıyla yapılan ilk çalışmalardan biri olan bu araştırma sayesinde, uluslararası farklı bir coğrafya ve kültürden sonuçların literatüre kazandırılması yoluyla mevcut bilginin kapsamının genişletilmesi hedeflenmektedir. Mevcut araştırmanın çıktılarının, ülkemizde pandemi sürecinde sağlık çalışanı ebeveynlerin yaşadıkları stres ve umut düzeyiyle ilgili bakış açısını ortaya koyması açısından önemlidir. Bu çalışmanın çıktıları kurumlara, çalışanların stres düzeylerini azaltmaya yönelik için gerekli önemlerin alınmasında yol gösterici olabilir. Ayrıca, bu çalışmadan elde edilen sonuçlar, Türkiye'de pandemi sürecinde sağlık çalışanı ebeveynlerin stres düzeyini azaltılması ve umut düzeyinin artırılması için planlanacak psikososyal destek çalışmalarında yol gösterici olabilir.

#### **Araştırmanın amacı**

Bu araştırmanın amacı; pandemi sürecinde sağlık çalışanı ebeveynlerin stres düzeyleri ile umut düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

#### **GEREÇ ve YÖNTEM**

##### **Araştırmanın türü**

Araştırma tanımlayıcı ve ilişki arayıcı niteliktedir.

##### **Araştırmanın evren ve örnekleme**

Çalışmada geçerliliği sınanacak temel hipotezler için ilişki analizleri için korelasyon analizi kullanılması planlanmıştır. Korelasyon analizinde orta düzeyde etki büyüklüğü hedeflemesine göre ( $r=0,30$ ),  $\alpha$  hata olasılığı 0,05 ve  $1-\beta$  hata olasılığı=0,95 olarak belirlenerek G\*Power 3.0.10 programı ile gerekli minimum örneklem sayısı

hesaplanmıştır. Korelasyon analizi için, 0,950922 güce sahip (*kritik F=1,978099*) analiz için minimum 134 örneklem sayısı sonucuna ulaşılmıştır. Anket formu 165 kişiye online olarak ulaştırılmış ancak, anket sorularını eksik yanıtlayan kişiler olması nedeniyle 137 kişi ile araştırma tamamlanmıştır.

### **Veri toplama araçları**

Araştırma verileri “Kişisel Bilgi Formu” ve “Ebeveynlik Stres ölçeği” ve “Sürekli Umut ölçeği” kullanılarak elde edilmiştir.

### **Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda hazırlanan, sağlık çalışanlarının demografik özelliklerine ilişkin iki soru, pandemide çalışma koşullarına ilişkin dört soru, çocuklarının ve ailelerinin pandemi sürecindeki durumlarına ilişkin beş soru ve pandeminin psikolojik sağlıkları üzerine etkisine yönelik iki soru olmak üzere toplam 13 sorudan oluşan veri toplama aracıdır.

### **Ebeveynlik Stres Ölçeği**

Çalışmada pandemi sürecinde sağlık çalışanı ebeveynlerin stres düzeylerini belirlemek amacıyla, Ebeveyn Stres Ölçeği kullanılmıştır. Aydoğan ve Özbay (2017) tarafından geliştirilen ölçek 18 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ebeveynlik Stres Ölçeği, 0 (Hiç Tanımlamıyor), 4 (Çok iyi tanımlıyor) olmak üzere likert tipi bir ölçektir. Ölçekten min 0 ile max 72 puan alınabilir. Alınan puanların yüksekliği ebeveynlik stresinin yüksekliğini ifade etmektedir. Bu ölçek, en az bir çocuğu olan, ilköğretim ve üzeri eğitim düzeyine sahip ebeveynlere uygulanabilir (Aydoğan & Özbay, 2017). Bu ölçekte Cronbach alpha değeri 0,96 bulunmuştur.

### **Sürekli Umut Ölçeği**

Geçerlik ve güvenilirliği Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından yapılan Sürekli Umut Ölçeği, Alternatif yollar düşüncesi ve Eyleyici düşünme olmak üzere 2 alt boyut ve toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, 15 yaş ve üzerindeki bireylere uygulanabilen 8’li likert tipi bir ölçektir. (1= kesinlikle yanlış; 8= kesinlikle doğru). Ölçekten alınacak puan 8 ile 64 puan arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0,837 olarak

bulunmuştur (Tarhan & Babacanlı, 2015). Toplam puanda da arttıkça umut düzeyinin arttığı kabul edilmektedir.

*Alternatif yollar düşüncesi:* Alternatif yollar düşüncesi; arzulanan amaçlara ulaşmada kullanılabilir yollar bulma kapasitesidir. Bu boyut kişinin normal ya da zorlu koşullar altında arzulanan hedefler için başarılı planlar yapabilme ve yollar üretebilme kapasitesine ilişkin algısıdır. Puan arttıkça Alternatif yollar düşünce düzeyinin arttığı kabul edilmektedir. *Eyleyici düşünce:* Eyleyici düşünce; amacı elde etmeyi isteme ve amacı elde edebilmek için kendisinde güç hissetme olarak tanımlanmaktadır. Bu boyut geçmişte, içinde bulunulan zamanda ve gelecekte hedefi elde etmede, başarılı kararlar verildiğine/verilebileceğine ilişkin duygu ve düşüncelere karşılık gelir. Puan arttıkça eyleyici düşünce düzeyinin arttığı kabul edilmektedir.

### **Verilerin toplanması**

Araştırma verileri, 1 Temmuz-1 Eylül 2020 tarihleri arasında internet tabanlı online platformlar aracılığıyla elde edilmiştir. Oluşturulan online anket formu, öncelikle çalışmanın yapılacağı hastanede çalıştığı belirlenen bazı sağlık çalışanlarına ulaştırılmıştır. Daha sonra bu sağlık çalışanları aracılığıyla diğerlerine ulaştırılmıştır. Online anket formunun ilk sayfasında araştırmanın amacı, kapsamı ve yanıtların gizliliğine dair açıklamalar yapılmıştır. Yalnızca bu açıklamaları okuyup çalışmaya katılmayı kabul eden katılımcıların veri toplama araçlarının diğer sorularını görmelerine ve yanıtlamalarına izin verilmiştir. Veri toplama işlemi yaklaşık 5 dakika sürmüştür.

### **Araştırmanın etik boyutu**

Veri toplama işlemi öncesinde bir üniversitenin etik kurulundan (56665618-204.01.07 sayı/11.06.2020) onay alınmıştır. Ölçekleri Türkçe geçerlik ve güvenilirliğini yapan sorumlu yazarlardan e-posta aracılığıyla izin alınmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden sağlık çalışanlarından yazılı bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Ölçek açıldığında “kabul ediyorum” onayı alındıktan sonra araştırmaya başlanmıştır. Araştırma sonuçlarının kimlik bilgileri verilmeden

bilimsel amaçla yayınlanabileceği konusunda bilgi verilmiştir.

### Verilerin analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin tanımlayıcı istatistiklerinde ortalama, standart sapma, medyan en düşük, en yüksek, frekans ve oran değerleri kullanılmıştır. Değişkenlerin dağılımı Kolmogorov Simirnov testi ile ölçülmüş, verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiş ve korelasyon analizinde Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

### BULGULAR

Katılımcıların yaş ortalamasının 38,73±6,19 olduğu, %77,4'sinin hemşire olduğu,

%50,4'ünün pandemi döneminde çalışma yerinin değiştiği, %49,6'sının çalışma şeklinde değişiklik olmadığı ve %21,2'sinin her gün çalıştığı saptanmıştır (Tablo 1).

Katılımcıların %52,6'sı pandemi sürecinde çocukları ile aynı ortamda yaşadıklarını belirtmiş, %84,7'si virüsün çocuklara zarar vermesinden endişe duyduğunu ifade etmiştir.

Katılımcıların %68,6'sının çocuklarının okula gittiği ve %46,7'sinin anne baba ve akrabalarından çocuk bakımında destek aldıkları belirlenmiştir (Tablo 2).

Katılımcıların %81,8'inin ailesinde COVID öyküsü bulunmazken, %30,7'sinin bu süreçte psikolojik desteğe ihtiyacı olduğunu düşündüklerini belirtilmiştir. Katılımcıların %4,4'ü bu süreçte psikolojik yardım almıştır. "Mümkün olsaydı çalışmaya ara vermek isterdim" ifadesine ise katılımcıların %44,5'i tamamen katıldığını belirtmiştir (Tablo 3).

**Tablo 1. Ebeveynlerin mesleki özelliklerinin dağılımı (N:137)**

Değişkenler	n	(%)	
Yaş ortalaması (yaş)	38,73±6,19		
Meslek	Hemşire	106	77,4
	Diğer (Doktor, Psikolog, Sağlık Teknisyeni)	31	22,6
Pandemide Çalışma Yeri Değişikliği	Evet	69	50,4
	Hayır	68	49,6
Pandemide Çalışma Şekli	Esnek	32	23,4
	Değişiklik olmadı	66	48,2
	Nöbet-fazla mesai	39	28,5
Pandemide Çalışma Sıklığı	Her gün	29	21,2
	Daha az	108	78,8

**Tablo 2. Çocukların tanımlayıcı özelliklerinin dağılımı (N:137)**

Değişkenler	n	(%)	
Çocuklara İzole Olma Durumunuz	Hayır	41	29,9
	Aynı ortam	72	52,6
	Uzak-tamamen izole	24	17,5
Çocukların Okula Gitme Durumu	Evet	94	68,6
	Hayır	39	28,5
Virüsün Çocuklara Zarar Vermesinden Endişe Etme Durumu	Evet	116	84,7
	Hayır	9	6,6
	Kısmen	12	8,7
Çocuklara Bakım Verirken Destek Olan Kişilerin Varlığı	Bakıcı-Diğer	26	19,0
	Anne-baba-dede	64	46,7
	Yok	47	34,3

Tablo 3. COVID-19 ile ilgili tanımlayıcı özelliklerinin dağılımı (N:137)

Değişkenler		n	(%)
Ailede COVID Geçiren Kişi Varlığı	Yok	112	81,8
	Yatarak tedavi gerektirmeyecek düzeyde hastane dışı takip	18	13,1
	Hastanede yoğun bakım gerektirmeyecek düzeyde	7	5,1
Pandemi Sürecinde Psikolojik Desteğe İhtiyaç Durumu	Evet	89	65,0
	Hayır	48	35,0
Pandemi Sürecinde Psikolojik Yardım Alma (n:91)	Evet aldım	6	4,4
	Hayır almadım	85	62,0
	Tamamen katılıyorum	61	44,5
Mümkün olsaydı bu süreçte çalışmaya ara vermeyi isteme durumu	Katılıyorum	27	19,7
	Kararsızım	21	15,3
	Katılmıyorum	28	20,4

Ebeveynlerin Umut Ölçeği alt ölçeklerinden “*alternatif yollar*” puanlarının, “*eyleyici düşünce*” puanları ile ve Umut Ölçeği toplam puanları ile pozitif, Ebeveyn Stres Ölçeği puanları ile ise negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir ( $p<0,01$ ). Umut Ölçeği alt ölçeklerinden “*eyleyici düşünce*”

puanlarının da Umut Ölçeği toplam puanları ile pozitif, Ebeveyn Stres Ölçeği puanları ile ise negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir ( $p<0,01$ ). Umut Ölçeği toplam puanlarının da Ebeveyn Stres Ölçeği puanları ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır ( $p<0,01$ ) (Tablo 4).

Tablo 4. Umut Ölçeği alt boyut ve toplam puanı ile Ebeveyn Stres Ölçeği puanları arasındaki korelasyon

	Alternatif Yollar	Eyleyici Düşünce	Umut Toplam	ESÖ
Umut Ölçeği	Alternatif Yollar	1		
	Eyleyici Düşünce	0,768*	1	
	Toplam	0,951*	0,929*	1
Ebeveyn Stres Ölçeği				1
		-0,222*	-0,326*	-0,286*

\* $p<0,01$ , r: Pearson Korelasyon Katsayısı

ESÖ: Ebeveyn Stres Ölçeği

## TARTIŞMA

Katılımcıların %50,4’ünün pandemi döneminde çalışma yerinin değiştiği, %49,6’sının çalışma şeklinde değişiklik olmadığı ve %21,2’sinin her gün çalıştığı saptanmıştır (Tablo 1). Kaçkin ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada sağlık çalışanlarının, COVID-19 tanılı hastalara bakım vermek amacıyla ağır koşullarda çalıştıkları, çalışma koşulları ve rutinlerinin değiştiği bulundu. Uzun saatler süren yoğun çalışmaların, sağlık çalışanlarının bulaş riski açısından endişelenmelerine neden olduğu saptanmıştır.

Ayrıca çalışma koşullarının ağırlaşması, ek çalışma saatleri, çalışma ortamlarının ve ekiplerin değişmesi, ekip içi çatışmaların yaşanması, iş paylaşımındaki adaletsizlikler,

özellikle pandeminin başlarında kişisel koruyucu ekipmanlara erişememe ve ekipmanları kullanma güçlüğü gibi faktörler nedeniyle özellikle sağlık çalışanı olan ebeveynlerin yorgun, stresli ve endişeli oldukları belirlenmiştir. Sun ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada COVID-19 salgını nedeniyle sağlık çalışanlarının normal çalışma saatlerinin ve iş yüklerinin yaklaşık 1,5-2 kat arttığı bildirilmiştir.

Katılımcıların %52,6’si pandemi sürecinde çocukları ile aynı ortamda yaşadıklarını belirtmiş, %84,7’si virüsün çocuklara zarar vermesinden endişe duyduğunu ifade etmiştir.

Katılımcıların %68,6’sının çocuklarının okula gittiği ve %46,7’sinin anne baba ve akrabalarından çocuk bakımında destek

aldıkları belirlenmiştir (Tablo 2). Pandeminin belli dönemlerinde eğitime ara verilmesi nedeniyle, çocuklar evde kalmak zorunda kaldı. Bu durum çalışan anne babalar için çocuklarının bakımı ve eğitimi gibi birçok sorunu da beraberinde getirmiştir. Çalışmak zorunda oldukları için işten izin alamayan anne-babalar çocuklarına bakacak birini bulmakta zorlanmış, bazı bebek bakıcıları işlerini bırakmış ve çalışan anne babaların zorlukları artmıştır. Dolayısıyla bu tür stresli yaşam olaylarının ebeveynlerin endişe yaşamasına neden olması beklenen bir sonuçtur. Pandemi sürecinde eğitimle ilgili durumların pandemi koşullarına bağlı olarak sürekli değişmesi ve okulların açık veya kapalı olması konusunda istikrarsız olma durumu, ebeveynlerin pandemi sürecinde ön safta çalışmaları ve enfeksiyona maruziyet olasılıklarının yüksek olması ve çocuklarıyla temas etmeleri sonucu virüsün çocuklara zarar vermesinden endişe etme durumu ebeveynlerin stresini arttırmış olabilir. Diğer yandan okullar açıkken ebeveynlerin stres ve kaygılarının nedeni enfeksiyon riski olabilir. Okullar kapalıyken ise özellikle çalışan anne babaların çocuklarının uzaktan eğitim sürecini takip etmeleri ve mesai saatleri içinde evlerinin güvenliğini sağlamalarının zorlaşması nedeniyle ortaya çıkmış olabilir. Ayrıca bu çalışmadaki tüm katılımcılar sağlık çalışanı olduğu için çocuklarına enfeksiyon bulaştırma riski gibi benzer koşullara bağlı olarak benzer düzeyde stres hissetmiş olabilir. Konuyla ilişkili olarak Çakmak ve Öztürk (2021) tarafından yapılan çalışmada çocukların özelliklerine göre ebeveyn stresinin farklılaştığı, ilkökul çağında çocuğu olan ve çocuğu yüz yüze eğitim alan ebeveynlerin ebeveyn stresinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Konuyla ilişkili olarak Taubman-Ben-Ari ve ark. (2021) okulların kapanmasından sonra ebeveyn stresinin arttığını bildirmiştir. Brooks ve ark. (2020) pandemi sürecinde çocuklarının öğrenimi ile ilgilenmeyi, kendilerine, eşine, çocuklarına ve karantinadan önce yaptıkları etkinliklere yer ve zaman bulmakta zorlandıklarını bildiren ebeveynlerin daha stresli olduğunu bildirmiştir. Katılımcıların %30,7'sinin bu süreçte

psikolojik desteğe ihtiyacı olduğunu düşündüklerini belirlenmiş ve %4,4'ü bu süreçte psikolojik yardım almıştır. Katılımcıların %44,5'i "Mümkün olsaydı çalışmaya ara vermek isterdim" ifadesine tamamen katıldığını belirtmiştir (Tablo 3). Ülke genelinde tüm hastanelerde pandemiye özel kuralların ve çalışma koşullarının uygulanması, sağlık çalışanlarının artmış iş yükü, izin, işten ayrılma vb. taleplerinin ertelenmesi, yeterli kişisel koruyucu donanıma sahip olmama, kafa karıştıran medya haberleri, yeterli psikolojik ve sosyal destek alamama, meslektaşlar arasında enfeksiyon oranının yüksek olması gibi faktörler sağlık çalışanı ebeveynlerin psikolojik durumlarını etkilemiştir. Bu süreçte, hem kendilerini, hem de ailelerini virüsle kontamine etmekten korktukları için evlerinden ve ailelerinden ayrı kalmalarının da psikolojik olarak yıpranmalarını arttırdığı düşünülmektedir. Literatürde araştırma bulgusu ile benzerlik gösteren araştırmalar mevcuttur. Brooks ve ark. (2020) pandemi sürecinde çocuklarının öğrenimi ile ilgilenmeyi, kendilerine, eşine, çocuklarına ve karantinadan önce yaptıkları etkinliklere yer ve zaman bulmakta zorlandıklarını bildiren ebeveynlerin daha stresli olduğunu bildirmiştir. Villar ve ark. (2021), ani rol ve sorumluluk değişikliğinin sağlık çalışanlarının stres düzeyini yükselttiğini bildirmiştir. Zhang ve ark. (2021) Bolivya'daki 240 sağlık çalışanının, devam eden COVID-19 pandemisinde iş tatminlerini, yaşam tatminlerini ve işten ayrılma niyetlerini değerlendirmiş, iş tatminlerini, yaşam tatminlerini ve işten ayrılma niyetlerini etkilemediğini, bunun salgın gibi küresel bir sorun sırasında sağlık çalışanlarının tamamen salgını yok etmeye çalışma niyetlerinin sonucu olduğunu ortaya koymuştur. Dolayısıyla COVID-19 salgını önemli küresel sorunlardan biridir ve bu süreçte sağlık çalışanları sıklıkla çalışanları, muazzam iş yükü, virüse maruz kalma, yetersiz kişisel koruyucu ekipman eksikliği, ahlaki ikilemler, iş nezaketsizliği, umutsuzluk, aileden soyutlanma ve ayrımcılıkla karşı karşıya kalmıştır. Bu durumlarda, sağlık çalışanlarının deneyimlerini, aidiyet duygusunu ve

kariyerlerine karar verme sürecini etkilemiş olabilir. Franza ve ark. (2020) küresel bir sağlık krizi olarak nitelendirilen pandemi sırasında, sağlık çalışanları yüksek düzeyde strese, merhamet yorgunluğu ve tükenmişliğe maruz kaldıklarını, bu olağanüstü dönemle yakından bağlantılı sorunlardan birinin, acil durumun sona ereceğine dair beklentiler ve umutlar olduğunu bildirmiştir. COVID-19 pandemisinin Türkiye'deki kadın doğum ve jinekologların anksiyete, depresyon, umutsuzluk ve uykusuzluk düzeylerine etkisinin incelendiği bir çalışmada hekimlerin %62,3'ünün hafif, %29,5'inin orta ve %8,2'sinin şiddetli umutsuzluk belirtilerine sahip olduğu bulunmuştur (Keskin ve ark., 2021).

Bu çalışmadan elde edilen veriler, Umudun Ölçeği toplam puanlarının Ebeveyn Stres Ölçeği puanları ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu göstermiştir (Tablo 4). Birçok çalışmada COVID-19 döneminde umudun ruh sağlığı sonuçları üzerindeki etkisi incelenmiş olup umut düzeyinin COVID-19 korkusu, kaygı, depresyon, uykusuzluk ve stres düzeyiyle negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu bildirilmiştir (Keskin ve ark., 2021; Visser ve ark., 2013; Yıldırım ve Güler, 2021). Örneğin Zhang ve ark. (2021) tarafından yapılan çalışmada COVID-19 pandemisi sırasında Çin'deki sağlık personelinde algılanan stres, umut ve sağlık sonuçlarının etkisinin incelendiği çalışmada, umudun, algılanan stresin kaygı ve depresyon üzerindeki etkisini azalttığı gösterilmiştir. Ayrıca çalışmada COVID-19 salgını sırasında ön saflardaki sağlık personelinin hem zihinsel hem de fiziksel sağlığının korunmasında umudun koruyucu rolüne dikkat çekilmiştir. Visser ve ark. (2013) tarafından yapılan çalışma sonucunda olumsuz yaşam olaylarının, daha yüksek düzeyde depresif belirtilerle önemli ölçüde ilişkili olduğu ve daha yüksek umut düzeylerinin bu ilişkiyi zayıflattığı belirlenmiştir. Öyle ki, daha yüksek umut düzeyine sahip olanların, potansiyel olarak travmatik olaylarla ilgili daha az depresif belirti bildirdikleri saptanmıştır. Keskin ve ark. (2021) tarafından yapılan çalışmada hekimlerin

anksiyete, depresyon, umutsuzluk ve uykusuzluk düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma sonuçlarına göre, hekimlerin kaygı düzeyi arttıkça depresyon ve uykusuzluk düzeylerinin arttığı, umut düzeylerinin düştüğü belirlenmiştir. Hacimusalar ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada sağlık çalışanlarının umutsuzluk ve kaygı düzeyleri arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Yıldırım ve Güler (2021) tarafından yapılan çalışmada, koronavirüs kaygısı ile COVID-19 korkusu arasındaki ilişkide dayanıklılığın aracılık etkisini ve koronavirüs kaygısı ile dayanıklılık arasındaki ilişkide umudun düzenleyici etkisi olduğunu ortaya koymuşlardır. Kaçkın ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada ise, COVID-19 pandemisi sırasında sağlık çalışanlarının ailelerinden tecrit edilmesi, rutinlerinin değiştirilmesi ve sosyal destek ağlarının daraltılmasının ruhsal sorunlara yol açabileceği belirtilmiş; yalnızlık, çaresizlik, belirsizlik, stres, fiziksel ve zihinsel yorgunluk, umutsuzluk gibi farklı psikolojik etkilerin olabileceği bildirilmiştir.

#### **Araştırmanın sınırlılıkları**

Çalışmada elde edilen sonuçlar, sağlık çalışanlarının veri toplama formlarına verdikleri cevaplarla ve verilerin toplandığı zaman aralığıyla sınırlıdır. Dolayısıyla çalışma sonuçları tüm sağlık çalışanlarına genellenemeyebilir. Ayrıca bu çalışma COVID-19 pandemi sürecinde yapılmıştır. Dolayısıyla COVID-19 sürecinin dışındaki süreçlere genellendiğinde dikkatli olunmalıdır. Bu çalışma kesitsel ve niteliksel bir çalışmadır. Bu nedenle kavramlarla ilişkili faktörler boylamsal olarak incelenememiştir.

#### **SONUÇ VE ÖNERİLER**

Pandemi sürecinde sağlık çalışanı ebeveynlerin stres düzeyleri arttıkça, umut düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir. Ayrıca, ebeveynlerin tamamına yakının (%84,7) virüsün çocuklara zarar vermesinden endişe duyduğu, yarısına yakınının (%44,5) mümkün olsaydı çalışmaya ara vermek istediğini belirttiği saptanmıştır. Ebeveynlerin yarısından fazlası (%65) psikolojik desteğe ihtiyacı olduğunu düşünmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda,



sağlık çalışanı olan ebeveynlerin umut ve ebeveyn stres düzeylerinin belirli aralıklarla değerlendirilmesi ve umut düzeyini yükseltmeye ve ebeveyn stres düzeylerini azaltmaya, sağlık çalışanlarının bu konulardaki duygu, düşünce ve davranışlarını fark etmelerine olanak sağlayan stratejilerin planlanması, geliştirilmesi ve uygulanması önerilmektedir.

#### **Yazarlık katkısı:**

Araştırmanın planlanması, anket formunun hazırlanması: ÖK, KDB

Veri toplama: ÖK

#### **KAYNAKLAR**

- 1 Adams, E.L., Smith, D., Caccavale, L.J., & Bean, M.K. (2021). Parents are stressed! Patterns of parent stress across COVID-19. *Front Psychiatry, 12*(April), 1–10. Doi:10.3389/fpsyt.2021.626456
- 2 Aydoğan, D., & Özbay, Y. (2017). The Parenting Stress Scale: The validity and the reliability study. *Int J Early Child, 2*(2), 24–38.
- 3 Bernardo, A.B.I., & Mendoza, N.B. (2020). Measuring hope during the COVID-19 outbreak in the Philippines: development and validation of the state locus-of-Hope scale short form in Filipino. *Curr Psychol, 40*(11), 5698-5707. Doi: 10.1007/s12144-020-00887-x
- 4 Brooks, S.K., Webster, R.K., Smith, L.E., Woodland, L., Wessely, S., & Greenberg, N. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *Lancet, 395*(10227), 912–20. Doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8
- 5 Calvano, C., Engelke, L., Di Bella, J., Kindermann, J., Renneberg, B., & Winter, S.M. (2021). Families in the COVID-19 pandemic: parental stress, parent mental health and the occurrence of adverse childhood experiences—results of a representative survey in Germany. *Eur Child Adolesc Psychiatry, 01*(23456789). Doi:/10.1007/s00787-021-01739-0
- 6 Clemens, V., Deschamps, P., Fegert, J.M., Anagnostopoulos, D., Bailey, S., & Doyle, M. (2020). Potential effects of “social” distancing measures and school lockdown on child and adolescent mental health. *Eur Child Adolesc Psychiatry, 29*(6), 739–742. Doi: 10.1007/s00787-020-01549-w
- 7 Cluver, L., Lachman, J.M., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., & Rakotomalala, S., (2020). Parenting in a time of COVID-19. *Lancet, 395*(10231):e64. Doi: /10.1016/S0140-6736(20)30736-4
- 8 Çakmak, G., & Öztürk, Z.A. (2021). Being both a parent and a healthcare worker in the pandemic: Who could be exhausted more?

Verilerin değerlendirilmesi, yorumlanması: ÖK, KDB

Makale yazılması: ÖK, KDB

**Çıkar çatışması beyanı:** Bu çalışmada herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Finansman beyanı:** Çalışmanın yapılması ve makalenin yazımı süresince mali ve maddi destek sağlayan kişi ve kurum yoktur.

Bu çalışma, İstanbul Okan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı tarafından 2022 yılında yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

*Healthcare, 9*(5), 564-572. Doi: <https://doi.org/10.3390/healthcare9050564>

- 9 Fegert, J.M., Vitiello, B., Plener, P.L., & Clemens, V. (2020). Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: A narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health, 14*(1):1–11. Doi: 10.1186/s13034-020-00329-3
- 10 Franza, F., Basta, R., Pellegrino, F., Solomita, B., & Fasano, V. (2020). The role of fatigue of compassion, burnout and hopelessness in healthcare: Experience in the time of Covid-19 Outbreak. *Psychiatr Danub, 32*, 10–14.
- 11 Giménez-Espert, M.C., Prado-Gascó, V., & Soto-Rubio, A., (2020). Psychosocial risks, work engagement, and job satisfaction of nurses during COVID-19 pandemic. *Front Public Heal, 2020*, 8(November), 1–10. Doi: 10.3389/fpubh.2020.566896
- 12 Hacimusalar, Y., Kahve, A.C., Yaşar, A.B., & Aydın, M.S. (2020). Anxiety and hopelessness levels in COVID-19 pandemic: A comparative study of healthcare professionals and other community sample in Turkey. *J Psychiatr Res, 129*(May):181–188. Doi: 10.1016/j.jpsychires.2020.07.024
- 13 Kaçkın, O., Çiydem, E., Acı, O.S., & Kutlu, F.Y. (2020). Experiences and psychosocial problems of nurses caring for patients diagnosed with COVID-19 in Turkey: A qualitative study. *Int J Soc Psychiatry, 67*(2), 158-167. Doi:10.1177/0020764020942788
- 14 Kayaoğlu, K., Polat, H., Asi Karakaş, S., & Şahin Altun, Ö. (2021). COVID-19 enfeksiyonunun hemşirelerin kaygı ve umutsuzluk düzeylerine etkisi. *Türkiye Klin Hemşirelik Bilim Derg, 13*(4), 958-970. Doi: 10.5336/nurses.2020-80790
- 15 Keskin, S., Keskin, D.D., & Bostan, S. (2021). Effect of the COVID-19 pandemic on anxiety, depression, hopelessness, and sleepiness levels of obstetricians and gynecologists in Turkey. *J*

- Clin Med Kazakhstan*, 18(2), 14–19. Doi: 10.23950/jcmk/9713
- 16 Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., & Wei, N. (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Netw Open*, 3(3), 1–12. Doi: 10.1001/jamanetworkopen.2020.3976
- 17 Liu, Q., Luo, D., Haase, J.E., Guo, Q., Wang, X.Q., & Liu, S., (2020). The experiences of health-care providers during the COVID-19 crisis in China: A qualitative study. *Lancet Glob Heal.*, (January), 19–21. Doi: [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30204-7](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30204-7)
- 18 Lasalvia, A., Amaddeo, F., Porru, S., Carta, A., Tardivo, S., & Bovo, C. (2021). Levels of burn-out among healthcare workers during the COVID-19 pandemic and their associated factors: A cross-sectional study in a tertiary hospital of a highly burdened area of north-east Italy. *BMJ Open*, 1(1), 1–12. Doi: <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2020-045127>
- 19 Lee, A.M., Wong, J.G.W.S., McAlonan, G.M., Cheung, V., Cheung, C., & Sham, P.C. (2007). Stress and psychological distress among SARS survivors 1 year after the outbreak. *Can J Psychiatry*, 52(4), 233–40. Doi: <https://doi.org/10.1177/070674370705200405>
- 20 Maunder, R., Hunter, J., Vincent, L., Bennett, J., Peladeau, N., & Leszcz, M. (2003). The immediate psychological and occupational impact of the 2003 SARS outbreak in a teaching hospital. *Cmaj*, 168(10), 1245–1251.
- 21 Newby, J.C., Mabry, M.C., Carlisle, B.A., Olson, D.W.M., & Lane, B.E. (2020). Reflections on nursing ingenuity during the COVID-19 pandemic. *J Neurosci Nurs*, 52(5):13–16. Doi: 10.1097/JNN.0000000000000525
- 22 Reizer, A., Koslowsky, M., & Geffen, L. (2020). Living in fear: The relationship between fear of COVID-19, distress, health, and marital satisfaction among Israeli women. *Health Care Women Int*, 41(11–12):1273–1293. Doi: <https://doi.org/10.1080/07399332.2020.1829626>
- 23 Stassen, M.A., & Staats, S.R. (1988). Hope and happiness: A comparison of some discrepancies. *Soc Indic Res*, 1(2):12–17.
- 24 Stavridou, A., Stergiopoulou, A.A., Panagouli, E., Mesiris, G., Thirios, A., & Mougiakos, T., (2020). Psychosocial consequences of COVID-19 in children, adolescents and young adults: A systematic review. *Psychiatry Clin Neurosci*, 74(11), 615–616. Doi: 10.1111/pcn.13134
- 25 Sun, N., Shi, S., Jiao, D., Song, R., Ma, L., & Wang, H. (2020). A qualitative study on the psychological experience of caregivers of COVID-19 Patients Niuniu. *Am J Infect Control*, 48(6), 592–598. Doi: 10.1016/j.ajic.2020.03.018
- 26 Taubman-Ben-Ari, O., Ben-Yaakov, O., & Chasson, M. (2021). Parenting stress among new parents before and during the COVID-19 pandemic. *Child Abuse Negl*, 117(October 2020), 105080. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.105080>
- 27 Tarhan, S., & Bacanlı, H. (2015). Sürekli Umut Ölçeği'nin Türkçe' ye uyarlanması : Geçerlik ve güvenirlik çalışması *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 1-14
- 28 Villar, R.C., Nashwan, A.J., Mathew, R.G., Mohamed, A.S., Munirathinam, S., & Abujaber, A.A. (2021). The lived experiences of frontline nurses during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic in Qatar: A qualitative study. *Nurs Open*, 8(6), 3516–3526. Doi: <https://doi.org/10.1002/nop.2.901>
- 29 Zhang, X., Zou, R., Liao, X., Bernardo, A.B.I., Du, H., & Wang, Z. (2021). Perceived stress, hope, and health outcomes among medical staff in china during the COVID-19 pandemic. *Front Psychiatry*, 11(January):1–9. Doi: 10.3389/fpsy.2020.588008
- 30 Zhang, S.X., Chen, J., Afshar Jahanshahi, A., Alvarez-Risco, A., Dai, H., & Li, J., (2021). Succumbing to the COVID-19 pandemic healthcare workers not satisfied and intend to leave their jobs. *Int J Ment Health Addict*, 7, 1–10. Doi: 10.1007/s11469-020-00418-6
- 31 Visser, P.L., Loess, P., Jeglic, E.L., & Hirsch, J.K. (2013). Hope as a moderator of negative life events and depressive symptoms in a diverse sample. *Stress Heal*, 29(1), 82–88. Doi:10.1002/smi.2433
- 32 Yıldırım, M., & Güler, A. (2021). Coronavirus anxiety, fear of COVID-19, hope and resilience in healthcare workers: a moderated mediation model study. *Heal Psychol Rep*, 9(4), 388–397.