

Araştırma Makalesi

Covid-19 Döneminde Ergoterapistlerin Serbest Zaman Doyumları ve Yaşam Memnuniyetlerinin İncelenmesi

Investigation of Leisure Time Satisfaction and Life Satisfaction of Occupational Therapists in the Covid-19 Period

Sedanur GÜRLEK¹, Damla Ece IRMAK², Sedef ŞAHİN³

¹Uzm. Erg., Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Afyonkarahisar, Türkiye.

²Uzm. Erg., Damla Danışmanlık Merkezi, Edirne, Türkiye

³Doç. Dr., Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ergoterapi, Ankara, Türkiye

ÖZ

Amaç: Covid-19 son yüzyılda görülen ve toplumun tamamını etkileyen en büyük pandemidir ve bu sebeple bu çalışmanın amacı bu süreçten etkilenmiş olan ergoterapistlerin serbest zaman doyumları ile yaşam memnuniyetleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. **Gereç ve Yöntem:** Araştırma grubunu Türkiye Cumhuriyeti Yükseköğretim Kurulu'na bağlı üniversitelerin ergoterapi lisans bölümünden mezun 50 ergoterapist oluşturdu. Katılımcıların serbest zaman doyumlarını değerlendirmek için Serbest Zaman Doyum Ölçeği ve yaşam memnuniyetleri değerlendirmek için ise Yaşam Memnuniyeti Anketi uygulandı. **Sonuçlar:** Ergoterapistlerin bu süreçteki yaşam memnuniyetleri serbest zamanlarına yönelik psikolojik ve eğitimsel alanlarda hissettikleri doyum seviyeleri ile ilişkilidir. Serbest zamanın sosyal, rahatlama, fiziksel ve estetik alanlarında hissedilen doyum seviyesi ile yaşam memnuniyeti arasında ilişki bulunmamıştır. **Tartışma:** Bireylerin farklılaşan yaşam koşulları ile değişme potansiyeli olan serbest zaman oküstasyonlarındaki doyum seviyeleri ile yaşam memnuniyetlerini incelemek uygun zamanda uygun aktiviteleri seçme yönünde farkındalık kazanma açısından kıymetlidir. Yaşamın iş-üretkenlik, uyku-dinlenme, serbest zaman ve günlük yaşam aktiviteleri gibi çok boyutlu olduğu düşünüldüğünde gelecekteki çalışmalarda tüm bu alanların da değerlendirilerek yaşam memnuniyetinin incelendiği araştırmalar önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19; Ergoterapi; Boş Zaman.

ABSTRACT

Purpose: Covid-19 is the biggest pandemic seen in the last century and affecting the whole society, and therefore, the aim of this study is to examine the relationship between leisure time satisfaction and life satisfaction of occupational therapists who were affected by this process. **Material and Methods:** The research group consisted of 50 occupational therapists. Leisure Satisfaction Scale was used to evaluate the leisure satisfaction of the participants and Life Satisfaction Questionnaire was used to evaluate their life satisfaction. **Results:** The life satisfaction of occupational therapists in this process is related to the satisfaction levels they feel in the psychological and educational areas of their leisure time. No relationship was found between the level of satisfaction felt in the social, relaxation, physical and esthetic areas of leisure time and life satisfaction. **Discussion:** Examining the satisfaction levels and life satisfaction of individuals in leisure time activities, which have the potential to change with the differing living conditions, is valuable in terms of gaining awareness in choosing appropriate activities at the appropriate time. In future research, it is recommended to evaluate life satisfaction in areas such as work-education, sleep-rest, leisure time and activities of daily living.

Keywords: Covid-19; Occupational Therapy; Leisure.

Sorumlu Yazar (Corresponding Author): Sedanur GÜRLEK E-mail: sedanurbatihan@gmail.com

ORCID ID: 0000-0002-9338-4706

Geliş Tarihi (Received): 31.05.2023; Kabul Tarihi (Accepted): 24.10.2023

© Bu makale, Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı altında dağıtılmaktadır.

Bulaşıcı hastalıklar, insanlığın başlangıcından bu yana var oldu ve toplumların gelişimlerinde büyük etkiler oluşturdu (Froes, 2020). Son yıllarda da Çin ve çevresinde bulaşıcı hastalık taşıyan vakalarda artış görülmesiyle birlikte Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) 30 Ocak 2020'de bir sağlık acil durumu ilan etti. Vakalarda, zamanla artan oranlarda görülmeye başlanan bu virüs Covid-19 olarak adlandırıldı ve dünya genelinde bir pandemiye neden oldu (Lum ve Tambyah, 2020; Harapan, Itoh, Yufika ve ark., 2020). Covid-19 hastalarda ilk 14 gün içerisinde sıklıkla ateş, halsizlik, kas ağrısı, nefes darlığı ve öksürük gibi semptomlara neden olurken, bazı ağır vakalarda ise zatürre, solunum yetmezliği ve ölüme neden olmaktadır (Özmen, Özkan, Özer ve ark., 2021). Pandeminin getirdiği hastalık durumuyla birlikte karantina kararları, izolasyonlar ve sokağa çıkma yasakları ile karşı karşıya kalındı. Bireylerin uyku, yemek yeme gibi günlük temel ihtiyaçlarını karşıladıkları rutinlerinde değişikliklere sebep oldu. Aynı zamanda, günlük yaşamlarındaki iş yaşamı, serbest zaman faaliyetleri, sosyal ilişkiler, aile içi ilişkiler, okul hayatı gibi yaşamın daha bir birçok alanını olumsuz yönde etkiledi (Boland, De Smet, Palter ve ark., 2020; Goggin ve Ellis, 2020; Hou, Lai, Ben-Ezra ve ark., 2020; Yen, 2020). Pandemi toplumların ruh sağlıkları üzerinde de önemli derecede etkiler oluşturduğu belirtilmektedir (Lo ve De Angelis, 2020; Ruiz-Frutos, Ortega-Moreno, Allande-Cussó ve ark., 2021; Spoorthy, Pratapa ve Mahant 2020). Özellikle medya vb. mecralarda hastalığın ölüme neden olduğu vurgusu bireylerin psikolojik durumlarını daha da kötü etkilediği bilinmektedir (Pakpour ve Griffiths, 2020).

Pandemi nedeniyle bireylerde yaşam doyumu algılarında değişikliklere sebep olduğu ve iyilik hallerinin zayıfladığı söylenmektedir (Özmen ve ark., 2021). Bu durumdan en çok etkilenen gruplardan biri de sağlık çalışanları oldu (Lo ve ark., 2020; Ruiz-Frutos ve ark., 2021; Spoorthy ve ark., 2020). Pandemi dönemi süresince sağlık çalışanları, Covid-19 virüsünü kapma ve virüsü bulaştırma riskleriyle karşı karşıya kaldılar ve bu durumlara rağmen, büyük özveri ve çabalarla hastalıkla baş etmeye devam ettiler (Chen, Liang, Li ve ark., 2020). Çalışma ortamında stresör etmenlerin fazlaşması, dinlenme süresi yetersizliği, ekipman eksikliği ve sürecin belirsizliği gibi sebeplerle zamanla sağlık çalışanları üzerinde çeşitli sağlık sorunları görülmeye başlandı (Ruiz-Frutos ve ark., 2021; Spoorthy ve ark., 2020; Zhang, Wang, Yin ve ark., 2020)

Aktivitelere dengeli bir şekilde katılımın ve serbest zaman aktivitelerinin varlığının, bireylere bireysel ihtiyaçlarını karşılama hissi, iyilik halini artırma ve olumlu duygular sağladığı düşünüldüğünde, aktivitelerle katılım ve bireylerin iyi ve kaliteli serbest zamanlarının olması Covid-19 pandemisi sürecinde daha da önemli bir ihtiyaç haline gelmiştir. Sağlık çalışanların da pandemi nedeniyle ortaya çıkan sağlık problemlerini azaltmak için iş harici serbest zamanlarında anlamlı ve farklı faaliyetlerde bulunmalarının önemli olduğu bilinmektedir (Caldwell, 2005; Dal ve Bulgan, 2021; Siegenthaler, 1997; Wilcock, 2006).

Bu dönemde birer sağlık çalışanı olarak ergoterapistler de gerek kendi ergoterapi kliniklerinde gerekse covid birimlerinde pandemi sürecine dahil oldular. Bazı ergoterapi kliniklerinde kısıtlı bir şekilde tedavi hizmeti verilirken, bazı birimlerde ise tele-rehabilitasyon gibi uzaktan sağlık hizmeti verildi. Bazı ergoterapistler ise kısıtlamalarla birlikte terapi hizmetini tamamen ara vermek zorunda kaldı (Hoel, Zweck, Ledgerd ve ark., 2021).

Bu bilgilerden yola çıkarak planladığımız araştırmamızın amacı Covid-19 sürecinde toplumda görülen iş ve sosyal yaşamdaki değişiklikler sebebiyle, farklı birimlerde ve farklı kurumlarda çalışan ergoterapistlerin serbest zaman doyumları ile yaşam memnuniyetleri arasındaki ilişkiyi incelemektir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma, Temmuz 2021-Temmuz 2022 tarihleri arasında gerçekleştirildi. Araştırmaya dahil edilecek katılımcılara çevrimiçi (online) iletişim uygulamaları ile ulaşıldı. Araştırmaya katılmayı kabul eden kişilere içerisinde onam formu ile anket formlarının bulunduğu bir Google Forms linki gönderildi ve katılımcı sayısı 50'ye (İstatistiksel power analizi yapılarak %80 güçte, hata payı %5 (p=0.05) olarak kabul edildiğinde örneklem sayısı 48 olarak belirlendi) ulaştığında araştırma sonlandırıldı.

Katılımcılar

Araştırma grubunu Türkiye Cumhuriyeti Yükseköğretim Kurulu'na bağlı üniversitelerin ergoterapi lisans bölümünden mezun 50 ergoterapist oluşturdu. Bu çalışmaya dahil edilme kriterleri: (1) Lisans derecesini ergoterapi alanında almış olmak ve (2) Türkiye'de yaşıyor olmak idi. Hariç tutulma kriterleri ise: (1) Tanımlı kronik, ilerleyici ve/veya psikiyatrik hastalığının olması (2) Herhangi bir teknolojik uygulama kullanamıyor olmak.

Değerlendirme Araçları

Demografik Bilgi Toplama Formu: Katılımcılardan yaş, mesleki tecrübe yılı, medeni durumu ve çalıştığı kurum/kuruluş ile ilgili bilginin alındığı formdur.

Serbest Zaman Doyum Ölçeği: Ragheb ve ark. (1980) tarafından geliştirilen ölçek, bireylerin serbest zamanlarındaki bireysel ihtiyaçlarını ve serbest zamanın kendileri tarafından algılanma biçimini değerlendirir. Ölçek 6 alt alandan oluşmaktadır ve psikolojik, eğitim, sosyal, gevşeme, fiziksel ve estetik alanlarındaki serbest zaman doyumunu değerlendirir. Puanlaması 5'li likert tiptedir ve ölçekten alınabilecek puanlar 24-120 arasındadır. Ölçekte alınan yüksek puan serbest zamana yönelik doyum algısının yüksek olduğunu gösterir (Beard ve Ragheb, 1980). Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Gökçe ve ark. (2008) tarafından yapılmıştır (Gökçe ve Orhan, 2011).

Yaşam Memnuniyeti Anketi: 7'li likert tipte cevaplanan ve toplamda 5 maddeden oluşan ölçek, bireylerin finansal durum, sağlık ve başarı gibi yaşam alanlarındaki memnuniyetlerini ölçmek için kullanılır. Ölçekte alınan yüksek puan, yaşam memnuniyetine yönelik algının yüksek olduğunu gösterir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Güler ve Hamdi (2006) tarafından yapılmıştır (Chow, 2005; Güler ve Hamdi, 2006).

İstatistiksel Analiz

Katılımcılardan elde edilen verilerin analizleri Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 26.00 programı ile yapıldı. Verilerin dağılımlarına Kolmogorov-Smirnov/Shapiro-Wilk testleri, histogramlar ve olasılık grafikleri kullanılarak bakıldı. Ölçümle belirlenen değişkenler, ortalama \pm standart

sapma ($X \pm SS$) olarak ifade edilmiş, sayımla belirlenen değişkenler için yüzde (%) değeri hesaplanmıştır. Çalışmamıza dahil edilen bireylerden elde edilen verilere ait değişkenlerin normal dağılım gösterdiği tespit edildi. Parametrik değişkenler arasındaki ilişkinin yönünün ve düzeyinin belirlenmesinde Pearson Korelasyon analizi kullanıldı. Tüm istatistiklerde p anlamlılık değeri 0,05 olarak alındı.

SONUÇLAR

Katılımcıların yaş, medeni durum, mesleki tecrübe ve çalışma alanlarına ilişkin bulgular Tablo 1 de gösterilmekte olup, katılımcıların yarısını (%50,0) 25-30 yaş arası ergoterapistlerin oluşturduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan bireylerin %74,0'ü bekar olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların %48,0'i, 1 ile 5 yıl arasında deneyime, %28,0'i 5 yıldan fazla deneyime sahiptir ve %24,0'i mesleğe yeni başlayıp 1 yıldan az deneyimi olan ergoterapistlerdir. Katılımcılardan en fazla çoğunluğu %38,0 ile kamuda çalışan ergoterapistler oluşturmuştur. Onları takiben kendilerine ait olmayan özel bir merkezde çalışan ergoterapistler katılım göstermişlerdir (%24,0). En az katılım ise %4,0 ile kendi kliniği bulunan ergoterapistlerdir.

Araştırmaya katılan ergoterapistlerin Serbest Zaman Doyum Ölçeği sonuçlarına bakıldığında en düşük ortalamanın ölçeğin fiziksel alt boyutunda (12,3) olduğu görülmektedir. En yüksek ortalamanın ise rahatlama alt boyutunda (16,98) olduğu görülmektedir. Yaşam Memnuniyeti Anketi'nde ise 8 ile 34 puanları arasında değişim gösteren sonuçlar mevcut olmakla birlikte genel ortalama 22,7'dir

Tablo 1. Araştırmaya dahil edilen katılımcıların demografik bilgileri.

		Katılımcı Sayısı (n)	Yüzde (%)
Yaş	20-25	23	%46,0
	25-30	25	%50,0
	30 ve üstü	2	%4,0
Medeni Durum	Evli	13	%26,0
	Bekar	37	%74,0
Mesleki Tecrübe	1 yıldan az	12	%24,0
	1-5 yıl	24	%48,0
	5 yıl ve üstü	14	%28,0

Tablo 1 (devamı)

Çalışma Alanı			
Kamu (Covid birimi)	6	%12,0	
Kamu (ergoterapi kliniği)	19	%38,0	
Özel (kendi kliniği)	2	%4,0	
Özel (özel eğitim merkezi vb.)	12	%24,0	
Akademisyen	5	%10,0	
Çalışmıyor	6	%12,0	

Tablo 2. Serbest Zaman Doyum Ölçeği ve Yaşam Memnuniyeti Anketi sonuçları

	Min	Maks	Ort	SS
SZDÖ-Psikolojik	8	20	14,6	2,7
SZDÖ-Eğitimsel	7	20	14,08	3,4
SZDÖ-Sosyal	10	20	14	2,5
SZDÖ-Rahatlama	11	20	16,98	2,7
SZDÖ-Fiziksel	4	19	12,3	2,9
SZDÖ-Estetik	7	19	14,16	2,5
Serbest Zaman Doyum Ölçeği (Toplam)	61	108	86,12	11,9
Yaşam Memnuniyeti Anketi (Toplam)	8	34	22,7	6,4

*Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ)

Tablo 3. Serbest Zaman Doyum Ölçeği alt boyutları ve Yaşam Memnuniyeti Anketi arasındaki ilişki sonuçları

	Yaşam Memnuniyeti Anketi	
	r	p
SZDÖ-Psikolojik	0,397	0,004
SZDÖ-Eğitimsel	0,294	0,038
SZDÖ-Sosyal	0,037	0,798
SZDÖ-Rahatlama	-0,074	0,609
SZDÖ-Fiziksel	-0,050	0,730
SZDÖ-Estetik	0,027	0,855
SZDÖ Toplam	0,159	0,269

*Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ) ** $p < 0,05$ r: Korelasyon Katsayısı

Katılımcıların her iki ölçekten aldıkları puanlar arasındaki korelasyon katsayıları, Yaşam Memnuniyeti Anketi ile Serbest Zaman Doyum

Ölçeği'nin psikolojik ve eğitimsel alt alanları arasında her ikisinde de pozitif yönde olmak üzere düşük düzeyde anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$).

Tablo 4. Evli veya Bekar Olma Durumuna Göre Gruplararası Karşılaştırma

Medeni Durum				
	Evli (X±SS)	Bekar (X±SS)	F	p
SZDÖ-Rahatlama	16,61±3,54	17,10±2,49	0,650	0,039

Tablo 5. 2'den Fazla Parametrelili Demografik Bilgilere Göre Gruplararası Karşılaştırmalar

	Yaş	X±SS	F	p	Bonferoni
YMA- Toplam	1)20-25	19,82±6,57	2,701	0,007	1<2, p=0,120
	2)25-30	25,00±5,54			
	3)30 ve üstü	27,00±2,82			
Mesleki Tecrübe					
SZDÖ-Psikolojik	1)1 yıldan az	13,08±2,71	4,419	0,043	1<3, p=0,020
	2)1-5 yıl	14,58±2,39			
	3)5 yıl ve üstü	15,92±2,78			
YMA-Toplam	1)1 yıldan az	18,58±7,10	2,604	0,015	1<3, p=0,040
	2)1-5 yıl	22,58±6,28			
	3)5 yıl ve üstü	26,42±3,87			
Çalışma Alanı					
SZDÖ-Estetik	1)Kamu (COVID birimi)	15,00±1,54	2,704	0,320	1>3, p=0,33 2>3, p=0,24 3<5, p=0,31
	2)Kamu (ergoterapi kliniği)	14,68±2,82			
	3)Özel (kendi kliniği)	9,00±2,82			
	4)Özel (özel eğitim merkezi vb.)	13,50±2,06			
	5)Akademisyen	15,20±1,92			
	6)Çalışmıyor	13,83±1,72			
YMA-Toplam	1)Kamu (COVID birimi)	23,83±4,66	2,770	0,290	5>6, p=0,12
	2)Kamu (ergoterapi kliniği)	23,42±6,23			
	3)Özel (kendi kliniği)	24,50±0,70			
	4)Özel (özel eğitim merkezi vb.)	21,83±7,15			
	5)Akademisyen	28,40±1,67			
	6)Çalışmıyor	15,66±5,98			

*Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ), Yaşam Memnuniyeti Anketi (YMA) **p<0,05

Araştırmaya katılan katılımcıların demografik faktörlerine göre gruplar arası SZDÖ ve YMA kıyaslamaları Tablo 4 ve Tablo 5'te verilmiştir. Evli-Bekar olma durumuna göre bireylerde SZDÖ-Rahatlama alanında istatistiksel olarak bir farklılık görülmüştür (p<0,05) (Tablo 4). Bireylerin yaşları açısından bakıldığında YMA toplam puanında bireylerin yaşam memnuniyetleri istatistiksel olarak

farklılık göstermektedir (p<0,05). Bireylerin mesleki tecrübeleri açısından bakıldığında SZDÖ-Psikolojik alanda ve YMA toplam puanında bireyler arasında istatistiksel bir farklılık mevcuttur (p<0,05). Çalışılan mesleki alana göre bakıldığında ise SZDÖ-Estetik ve YMA toplam puanında bireyler arasında istatistiksel bir farklılık görülmektedir (p<0,05) (Tablo 5).

TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı Covid-19 sürecinde toplumda görülen iş ve sosyal yaşamdaki değişiklikler sebebiyle, farklı birimlerde ve farklı kurumlarda çalışan ergoterapistlerin serbest zaman doyumları ile yaşam memnuniyetleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Sonuçlara bakıldığında ergoterapistlerin bu süreçteki yaşam memnuniyetleri serbest zamanlarına yönelik psikolojik ve eğitimsel alanlarda hissettikleri doyum seviyeleri ile ilişkilidir. Serbest zamanın sosyal, rahatlama, fiziksel ve estetik alanlarında hissedilen doyum seviyesi ile yaşam memnuniyeti arasında ilişki bulunmamıştır.

Covid-19 döneminde, halka açık aktivite alanları ile spor salonları gibi merkezler geçici olarak kapatıldı ve bu değişiklikler, bireylerin fiziksel aktivite fırsatlarına erişimlerini kısıtladı (Hasson, Sallis, Coleman ve ark., 2022). Bireylerin bu dönemdeki fiziksel aktivite seviyeleri belirgin bir şekilde düşüş gösterdi (Ruiz-Roso, de Carvalho Padilha, Matilla-Escalante ve ark., 2020). İnsanların sosyal ortamlardaki hareketliliğinin kısıtlanması ve eve kapanma gibi kuralların gelmesi bireylerin günlük yaşamlarında olumsuz etkilere yol açtı (Altena, Baglioni, Espie ve ark., 2020; Ammar, Chtourou, Boukhris ve ark., 2020). Çalışmamızda da ergoterapistlerin Covid-19 dönemindeki serbest zaman aktivitelerine katılımına baktığımızda fiziksel aktivitelere katılımın diğer serbest zaman aktivite alanlarına göre daha az olduğu görüldü. Bunun sebebi olarak da dünyayla aynı şekilde Türkiye’de, sokağa çıkma yasaklarının gelmesi, spor faaliyetlerinin durdurulması, halka açık ortak alanların kapanması ve cafe/restaurant gibi mekanların faaliyetlerinin durdurulması ile ergoterapistlerin de hareket etme alanlarının kısıtlandığı ve daha çok evlerinde vakit geçirmeleri olduğu düşünüldü (Balci ve Çetin, 2020; Budak ve Korkmaz, 2020).

Covid-19’un getirdiği zorunlu kısıtlılıklar ve daha esnek çalışma saatleriyle bireyler işlerini daha çok evden yürüttüler ve evden işe giderken süre ayırmak zorunda kalmadılar. Bu sebeple evde geçirilen süreler çok arttı ve sirkadiyen ritim saatlerinin korunması daha da kolaylaştı (Korman, Tkachev, Reis ve ark., 2020). Evden yürütülen mesai, ulaşım masrafı için para harcamayı ortadan kaldırdı ve mesai saatleri esneyebildi. Bunun sonucunda bireylerde stres düzeyinin azaldığı görüldü ve serbest zaman aktivitelerine ayrılacak olan süre arttı (Purwanto, Asbari, Fahlevi ve ark., 2020). Bu çalışmada da literatüre benzer olarak, ergoterapistlerin Covid-19 döneminde rahatlama

aktivitelerine katılımlarının diğer serbest zaman aktivite alanlarına göre daha yüksek oranda olduğu görüldü.

Covid-19 pandemisi ile eğitim faaliyetleri online olarak da olsa devam etti, sosyalleşme imkanları görüntülü konuşmalarla veya video konferans görüşmeleri gibi teknolojik imkanlarla sağlandı. Bireyler kendi kişisel bakımlarına evlerinde dikkat edebildiler ve alışverişlerini online olarak gerçekleştirebildiler (Bermejo-Martins, Luis, Sarrionandia ve ark., 2021; Bican, Christensen, Fallieras ve ark., 2021; Billingsley, 2020; Koch, Frommeyer ve Schewe, 2020). Ergoterapistlerin de bu dönemde psikolojik, eğitimsel, sosyal ve estetik alanlardaki serbest zaman aktivitelerine katılım göstermeye devam ettikleri görüldü.

Covid-19 pandemisi döneminde, sosyal hareketlilik azaltıldı, birçok aktivite alanına kısıtlama getirildi. Bu sebeplerle sosyal aktivitelere katılmamaya ilişkin olarak bireylerin yaşam doyumları olumsuz etkilendi (Altena ve ark., 2020; Ammar ve ark., 2020). Bu çalışmada da ergoterapistlerin yaşam memnuniyetlerinin serbest zamanlarını şekillendiren psikolojik ve eğitimsel aktivitelerden etkilendiği görüldü. Bireylerin bu alanlardaki aktivitelere katılım seviyeleri onların yaşam doyumlarını da doğru orantılı olarak etkiledi.

Yaşam alanlarının iş-üretkenlik, serbest zaman, uyku-dinlenme ve günlük yaşam aktiviteleri gibi çok boyutlu olduğu düşünüldüğünde (Boop, Cahill, Davis ve ark., 2020); bu çalışmada kullanılan değerlendirme ölçeklerinin bu alanları tamamını değerlendirmiyor olması ve çalışmada bireylerin sadece serbest zaman katılımları ile yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkiye odaklanılmış olması bu araştırmanın limitasyonu olabilir. Örneklem grubunun artırılması ve ayrıca diğer sağlık meslek elemanlarıyla da katılımın karşılaştırılması ergoterapistlerin bu dönemdeki katılımlarını anlamaya daha yardımcı olabilir. Gelecekteki çalışmalarda; günlük yaşamın, iş-üretkenlik, serbest zaman, kişisel bakım aktiviteleri ve uyku-dinlenme gibi yaşamın tüm alanlarını da derinlemesine değerlendirilerek, daha geniş örneklem grubuyla ve farklı grupların da değerlendirilerek yaşam memnuniyetinin incelendiği araştırmalar önerilmektedir.

Etik Onay

Bu araştırma ile ilgili etik kurul izni Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu’ndan 2011-KAEK-2 kodu ile alındı.

Araştırmacıların Katkı Oranı

Sedanur GÜRLEK: Dizayn, veri toplama, analiz, yazma, düzenleme. Damla Ece IRMAK: Dizayn, veri toplama, yazma. Sedef ŞAHİN: Dizayn, analiz, yazma, düzenleme.

Çıkar Çatışması Beyanı

Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Destek/Teşekkür

Bu araştırmaya vakit ayırıp gönüllü katkısını sunan tüm ergoterapistlere teşekkür ederiz.

Kaynaklar

- Altena, E., Baglioni, C., Espie, C. A., Ellis, J., Gavriloff, D., Holzinger, B., et al. (2020). Dealing with sleep problems during home confinement due to the COVID-19 outbreak: practical recommendations from a task force of the European CBT-I Academy. *J Sleep Res*, 29(4), e13052. <https://doi.org/10.1111/jsr.13052>
- Ammar, A., Chtourou, H., Boukhris, O., Trabelsi, K., Masmoudi, L., Brach, M., et al. (2020). Social participation and life satisfaction of peoples during the COVID-19 home confinement: the ECLB-COVID19 multicenter study. *MedRxiv*, 2020-05. <https://doi.org/10.1101/2020.05.05.20091066>
- Balci, Y., & Çetin, G. (2020). Covid-19 pandemi sürecinin Türkiye'de istihdama etkileri ve kamu Açısından alınması gereken tedbirler. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(37), 40-58.
- Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *J Leis Res*, 12(1), 20-33. <https://doi.org/10.1080/00222216.1980.11969416>
- Bermejo-Martins, E., Luis, E. O., Sarrionandia, A., Martínez, M., Garcés, M. S., Oliveros, E. Y., et al. (2021). Different responses to stress, health practices, and self-care during COVID-19 lockdown: a stratified analysis. *J Environ Res Public Health*, 18(5), 2253. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052253>
- Bican, R., Christensen, C., Fallieras, K., Sagester, G., O'Rourke, S., Byars, M., et al. (2021). Rapid implementation of telerehabilitation for pediatric patients during COVID-19. *Int J Telerehabilitation*, 13(1), e6371. <https://doi.org/10.5195/ijt.2021.6371>
- Billingsley, L. (2020). Using video conferencing applications to share the death experience during the COVID-19 pandemic. *J Radiol Nurs*, 39(4), 275-277. <https://doi.org/10.1016/j.jradnu.2020.08.001>
- Boland, B., De Smet, A., Palter, R., & Sanghvi, A. (2020). Reimagining the office and work life after COVID-19.
- Boop, C., Cahill, S. M., Davis, C., Dorsey, J., Gibbs, V., Herr, B., et al. (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process fourth edition. *AJOT: Am J Occup Ther*, 74(S2), 1-85. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>
- Budak, F., & Korkmaz, Ş. (2020). COVID-19 pandemi sürecine yönelik genel bir değerlendirme: Türkiye örneği. *Sosyal Araştırmalar ve Yönetim Dergisi*, 3(1), 62-79. <https://doi.org/10.35375/sayod.738657>
- Caldwell, L. L. (2005). Leisure and health: Why is leisure therapeutic? *Br J Guid Coun*, 33(1), 7-26. <https://doi.org/10.1080/03069880412331335939>
- Chen, Q., Liang, M., Li, Y., Guo, J., Fei, D., Wang, L., et al. (2020). Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *Lancet Psychiatry*, 7(4), e15-e16. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30078-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30078-X)
- Chow, H. P. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: a multivariate analysis. *Soc Indic Res*, 70(2), 139-150. <https://doi.org/10.1007/s11205-004-7526-0>
- Dal, S., & Bulgan, Ç. (2021). The effects of leisure time satisfaction levels of healthcare workers on job motivations during COVID-19 pandemic. *Int J Curric Instr*, 13(1), 421-436.
- Froes, F. (2020). And now for something completely different: From 2019-nCoV and COVID-19 to 2020-nMan. *Pulmonology*, 26(2), 114. <https://doi.org/10.1016%2Fj.pulmoe.2020.02.010>
- Goggin, G., & Ellis, K. (2020). Disability, communication, and life itself in the COVID-19 pandemic. *Health Sociol Rev*, 29(2), 168-176. <https://doi.org/10.1080/14461242.2020.1784020>
- Gökçe, H., & Orhan, K. (2011). Serbest Zaman Doyum Ölçeğinin Türkçe geçerlilik güvenirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(4), 139-145.
- Güler, B. K., & Hamdi, E. (2006). Yaşam memnuniyeti ve akademik başarıda iyimserlik etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(2), 129-149.
- Harapan, H., Itoh, N., Yufika, A., Winardi, W., Keam, S., Te, H., et al. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19): A literature review. *J Infect Public Health*, 13(5), 667-673. <https://doi.org/10.1016/j.jiph.2020.03.019>
- Hasson, R., Sallis, J. F., Coleman, N., Kaushal, N., Nocera, V. G., & Keith, N. (2022). COVID-19: Implications for physical activity, health disparities, and health equity. *Am J Lifestyle*, 16(4), 420-433. <https://doi.org/10.1177/15598276211029222>
- Hoel, V., Zweck, C. V., Ledgerd, R., & Therapists, W. F. O. O. (2021). The impact of Covid-19 for occupational therapy: findings and recommendations of a global survey. *World Fed Occup Ther Bull*, 77(2), 69-76. <https://doi.org/10.1080/14473828.2020.1855044>
- Hou, W. K., Lai, F. T., Ben-Ezra, M., & Goodwin, R. (2020). Regularizing daily routines for mental health during and after the COVID-19 pandemic. *J Glob Health*, 10(2), 020315. <https://doi.org/10.7189/jogh.10.020315>
- Koch, J., Frommeyer, B., & Schewe, G. (2020). Online shopping motives during the COVID-19 pandemic—lessons from the crisis. *Sustain Sci*, 12(24), 10247. <https://doi.org/10.3390/su122410247>
- Korman, M., Tkachev, V., Reis, C., Komada, Y., Kitamura, S., Gubin, D., et al. (2020). COVID-19-mandated social restrictions unveil the impact of social time pressure on sleep and body clock. *Sci Rep*, 10(1), 22225. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-79299-7>
- Lo, D., & De Angelis, M. (2020). COVID-19: protecting healthcare workers. *Lancet*, 395(10228), 922. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30645-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30645-0)
- Lum, L. H. W., & Tambyah, P. A. (2020). Outbreak of COVID-

- 19—an urgent need for good science to silence our fears? *Singap Med J*, 61(2), 55. <https://doi.org/10.11622/smedj.2020018>
- Özmen, S., Özkan, O., Özer, Ö., & Yanardağ, M. Z. (2021). Investigation of COVID-19 fear, well-being and life satisfaction in Turkish society. *Soc Work Public Health*, 36(2), 164-177. <https://doi.org/10.1080/19371918.2021.1877589>
- Pakpour, A. H., & Griffiths, M. D. (2020). The fear of COVID-19 and its role in preventive behaviors. *Journal of Concurrent Disorders*, 2(1), 58-63.
- Purwanto, A., Asbari, M., Fahlevi, M., Mufid, A., Agistiawati, E., Cahyono, Y., et al. (2020). Impact of work from home (WFH) on Indonesian teachers performance during the Covid-19 pandemic: an exploratory study. *Int J Adv Sci Technol*, 29(5), 6235-6244.
- Ruiz-Frutos, C., Ortega-Moreno, M., Allande-Cussó, R., Ayuso-Murillo, D., Domínguez-Salas, S., & Gómez-Salgado, J. (2021). Sense of coherence, engagement, and work environment as precursors of psychological distress among non-health workers during the COVID-19 pandemic in Spain. *Saf Scie*, 133, 105033. <https://doi.org/10.1016/j.ssci.2020.105033>
- Ruiz-Roso, M. B., de Carvalho Padilha, P., Matilla-Escalante, D. C., Brun, P., Ulloa, N., Acevedo-Correa, D., Arantes Ferreira Peres, W., et al. (2020). Changes of physical activity and ultra-processed food consumption in adolescents from different countries during Covid-19 pandemic: an observational study. *Nutrients*, 12(8), 2289. <https://doi.org/10.3390/nu12082289>
- Siegenthaler, K. L. (1997). Health benefits of leisure. *Research Update. J Park Recreat Admi*, 32(1), 24,26,28,30-31.
- Spoorthy, M. S., Pratapa, S. K., & Mahant, S. (2020). Mental health problems faced by healthcare workers due to the COVID-19 pandemic—A review. *Asian J Psychiatr*, 51, 102119. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102119>
- Wilcock, A. A. (2006). *An Occupational Perspective of Health*, (Second Edition). Thorofare, NJ: Slack Incorporated.
- Yen, T. F. T. (2020). The performance of online teaching for flipped classroom based on COVID-19 aspect. *Asian J Educ and Soc Sci*, 8(3), 57-64.
- Zhang, W. R., Wang, K., Yin, L., Zhao, W. F., Xue, Q., Peng, M., et al. (2020). Mental health and psychosocial problems of medical health workers during the COVID-19 epidemic in China. *Psychother Psychosom*, 89(4), 242-250. <https://doi.org/10.1159/000507639>