

COVID-19 Korkusu Yaşayan Beliren Yetişkinlerin COVID-19 Salgınına İlişkin Algıları: Bir Metafor Analizi*

Perceptions of Emerging Adults Having a Fear of Covid-19 Regarding the COVID-19 Pandemic: A Metaphor Analysis

Ebru ÇANAKÇI UĞUR^[1] Nurbanu Ebru KUZGUN^[2] Mehmet Engin DENİZ^[3]

Başvuru Tarihi: 04 Eylül 2023

ÖZ

Kabul Tarihi: 13 Şubat 2024

Bu araştırmanın amacı COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin algılarını incelemektir. Araştırmada veriler, nitel araştırma yöntemlerinden metafor analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma, 2021 yılında Türkiye’de COVID-19 korkusu yaşayan 27 beliren yetişkin ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin 21 farklı metafor ürettikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların ürettikleri bu metaforlar sekiz kategori üzerinden değerlendirilmiştir. Metafor kategorileri şu şekildedir: Bilinmezlik, olumsuz duygu yaratan, kabullenme, engellenemeyen/durdurulamayan, yaşamı tehdit eden, küresel, geçmişte benzeri yaşanmış bir durum/diğer salgınlar, yaşamı değiştiren. Ayrıca katılımcıların cinsiyetlerine, COVID-19 geçirme durumlarına ve COVID-19 sürecinde psikolojik destek alma durumlarına göre sahip oldukları metafor kategorilerinin farklılaştığı tespit edilmiştir. Araştırma verilerinden elde edilen bulgular, ilgili literatür dikkate alınarak tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19 salgını, COVID-19 korkusu, beliren yetişkinler, metafor analizi

Received Date: September 04, 2023

ABSTRACT

Accepted Date: February 13, 2024

This study is conducted to examine the perceptions of emerging adults experiencing fear of COVID-19 regarding the COVID-19 pandemic. The data in the research was analyzed using the metaphor analysis method, a qualitative research approach. The study was carried out with 27 emerging adults who had a fear of COVID-19 in Turkey in 2021. As a result of the research, it has been determined that emerging adults with a fear of COVID-19 produce 21 different metaphors. The metaphors created by the participants were divided into eight categories: obscurity, a situation that causes negative emotions, acceptance, a non-preventable/unstoppable situation, a life-threatening situation, a global situation, a situation similar to the past/other epidemics, and a life-changing situation. In addition, it has been determined that the metaphor categories of the participants differ according to gender, the situation of having COVID-19, and the status of receiving psychological support during the COVID-19 process. The findings obtained from the research data were discussed, considering the relevant literature.

Keywords: COVID-19 pandemic, fear of COVID-19, emerging adults, metaphor analysis

Atıf Cite Çanakçı Uğur, E., Kuzgun, N. B., & Deniz, M. E. (2024). COVID-19 Korkusu Yaşayan Beliren Yetişkinlerin COVID-19 Salgınına İlişkin Algıları: Bir Metafor Analizi. *Humanistic Perspective*, 6 (1), 12-32. <https://www.doi.org/10.47793/hp.1355058>

* Bu makalenin bir bölümü 22. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

^[1] Doktora Öğrencisi | Yıldız Teknik Üniversitesi | Psikolojik Danışma ve Rehberlik | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0001-6955-0340 | ebrucanakcii@gmail.com

^[2] Öğretim Görevlisi | 29 Mayıs Üniversitesi | Yabancı Diller Yüksekokulu | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0002-5900-8694

^[3] Prof. Dr. | Yıldız Teknik Üniversitesi | Psikolojik Danışma ve Rehberlik | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0002-7930-3121

GİRİŞ

COVID-19, insanların diğerleriyle etkileşimlerini sınırlandıran (Harper vd., 2020), dünyanın dört bir yanındaki milyonlarca insanın evde kalmalarını gerektiren ve psikososyal sonuçları olan bir salgındır (Pakpour ve Griffiths, 2020). Herhangi salgında yaygın olan temel temalardan birisi de korkudur (Xiang vd., 2020). Bulaşıcı bir hastalık korkusu, dejeneratif hastalık korkusundan (*oluşumunda travma ve tümör gibi faktörlerin etkili olmadığı, hücrelerdeki zedelenme ile oluşan korkudan*) farklıdır. Bulaşıcı hastalık korkusunda bireyin yaşamının tehdit edilmesi ve alışkanlıklarının değişmesi söz konusudur. Bu yüzden bulaşıcı hastalık korkusu, hem bilişsel süreçleri hem de sosyal öğrenmeyi içerir (Troisi, 2020). Bulaşıcı bir hastalık olan mevsimsel grip, daha çok insanın ölümüne sebep olmasına rağmen COVID-19 korkusu, mevsimsel grip korkusundan çok daha şiddetli bir şekilde yaşanmaktadır (Asmundson ve Taylor, 2020). COVID-19 ile birlikte hem bir virüs salgını yaşanmaktadır hem de salgının her aşamasında farklı şekillerde görülen bir korku da söz konusudur (Sungur, 2020); çünkü COVID-19 korkusu, virüsün yeni olmasından ve mevcut salgının gidişatının ne kadar kötüleşebileceğine dair belirsizlikten kaynaklanmaktadır (Asmundson ve Taylor, 2020).

COVID-19 korkusunu her birey yaşayabilmektedir. Gelişim dönemleri açısından bakılacak olursa COVID-19 korkusu yaşayan gruplardan birisi de beliren yetişkinlerdir. Beliren yetişkinler, 18-29 yaş aralığında olan bireylerdir (Arnett vd., 2014). Bireyler bu dönemde kimlik keşfini yoğun olarak yaşayarak (Eryılmaz ve Ercan, 2010) kendi geleceklerine ilişkin farklı gelişim alanlarında kararlar verip seçimler yaparlar (Atak, 2011). Yaşam ile ilgili seçimin bu kadar yoğun olduğu dönemde COVID-19 gibi yoğun etkisi olan bir salgını yaşamamanın bireyin yaşamında belirsizlikler meydana getireceği ve bireyin COVID-19 korkusu yaşamasına neden olabileceği düşünülmektedir. Beliren yetişkinler her ne kadar iş, aile ve sosyal rollerle ilgili çok fazla sorumluluğa sahip olmasalar da yaşanan belirsizliklerden ötürü ruh sağlığında sorunlar yaşamaya başlayabilirler (Arnett, 2007). COVID-19 süreci de belirsizliklerle dolu bir yaşantı getirmiştir. İzolasyon, evden çıkmama, diğerleriyle araya mesafe koyma, işe ve okula gitmeme, seyahat kısıtlaması, maske takma, yakınların kaybı, maddi kayıp gibi durumlar söz konusu olmuştur. Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin de bu durumlardan yoğun bir şekilde etkileneceği düşünüldüğünden araştırma kapsamında bu grup incelenmek istenmiştir.

COVID-19 süreci, Türkiye’de ve dünyada bireylerin hem fiziksel hem de ruhsal sağlığını etkileyen, salgın sona erse dahi psikolojik etkileri devam edeceği düşünülen bir süreçtir (Aşkın vd., 2020). Alanyazına bakıldığında hem Türkiye’de hem de dünyanın diğer yerlerinde yapılan çalışmalar, COVID-19 korkusunun, bireylerin ruh sağlığını etkilediğini ortaya koymaktadır (Cao vd., 2020; Goyal vd., 2020; Li vd., 2020; Mamun ve Griffiths, 2020; Qiu vd., 2020; Wang vd., 2020a; Zhang vd., 2020; Altıparmak vd., 2021; Kara ve Çanakçı, 2022; Padmanabhanunni ve Pretorius,

2023). Örneğin; Alanyazında gerçekleştirilen bir araştırmada katılımcıların depresyonları, COVID-19 korkusu ile ilişkilendirilmiştir. Ayrıca kadın olmanın, depresyon ve COVID-19 korkusunu yordadığı ve boşanmış ve evli olmayanlara göre evli bireylerde depresyon görülme sıklığının en az düzeyde olduğu tespit edilmiştir (Sakib vd., 2023). Hırvatistan'da gerçekleştirilen bir araştırmada ise kadınların ve COVID-19'dan ötürü yakınıni kaybedenlerin daha çok COVID-19 korkusu yaşadığı, COVID-19 korkusu arttıkça daha çok olumsuz duygulanım yaşandığı ve başa çıkma algısının daha düşük düzeyde olduğu ortaya konulmuştur (Prizmić-Larsen vd., 2023). Alanyazındaki başka bir araştırmada COVID-19 korkusu yaşayan bireylerin kaygı, depresyon ve uykusuzluk gibi sorunlar yaşadığı ortaya konulmuştur (Vilca vd., 2023). Bir başka araştırmada ise COVID-19 korkusunun duygusal tükenme ile pozitif yönde ilişkili olduğu; bununla birlikte bilinçli farkındalığın COVID-19 korkusu ile duygusal tükenme arasındaki pozitif ilişkiyi azaltabileceği tespit edilmiştir (Chen ve Eyou, 2021). Tayland'da gerçekleştirilen bir araştırma ile COVID-19 korkusunun ruhsal sağlık sorunlarını etkilediğini; bununla birlikte öz şefkatin ve psikolojik sağlamlığın COVID-19 korkusunun ruh sağlığı üzerindeki zararlı etkisini tamponladığını ortaya koymuştur (Haldorai, 2023). Alanyazındaki bu araştırmalar gözden geçirildiğinde COVID-19 korkusu ile cinsiyetin, medeni durumun ve COVID-19'dan ötürü yakınıni kaybetme durumunun ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca COVID-19 korkusu ile depresyon, kaygı, anksiyete, uykusuzluk gibi ruh sağlığı sorunları arasında bir ilişki olduğu görülmüştür. Ruh sağlığı sorunları, etkisi uzun süre devam eden ve bireyin yaşamını etkileyen durumlardır. Bununla birlikte yine Alanyazındaki çalışmalarda öz şefkatin, bilinçli farkındalığın ve psikolojik sağlamlığın COVID-19 korkusu ile ilişkili zararlı etkileri azaltmada etkili olduğu görülmüştür. Bu bilgiler ışığında COVID-19 şu an ülkelerin ana gündemi olmasa da bireylerin hayatında meydana getirdiği değişiklikler nedeniyle etkilerinin süreceği düşünülmektedir. Bununla birlikte COVID-19 ile ilgili sorunlar bağlamında koruyucu faktörler ön plana çıkarılırsa ve uygun müdahalelerde bulunulursa olumsuz etkilerle başa çıkabilmenin kolaylaşacağı düşünülmektedir.

Tüm bu bilgiler ışığında COVID-19 korkusu yaşayan bireyleri anlamak ve korkularını daha anlaşılır kılmak amacıyla gerçekleştirilen bu araştırma ile COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin algıları incelenmek istenmiştir. Beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin algıları incelenirken özellikle metafor analizi kullanılmak istenmiştir. Çünkü metaforlar duygunun sembolleştirilerek tanımlanması ve bireylerin içsel deneyimlerini sembolize etmesi açısından oldukça önemlidir (Greenberg, 2020). COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin algılarını metaforlar ile incelemenin bu yüzden önemli olacağı düşünülmektedir. Bu araştırma, COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin algılarını metafor analiziyle incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

YÖNTEM

Bu araştırmanın amacı COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin algılarını metafor analizi yoluyla incelemektir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki araştırma sorularına cevap aranmıştır:

1. Katılımcılar, COVID-19 salgınına ilişkin hangi metaforları üretmişlerdir?
2. Katılımcıların COVID-19 salgınına ilişkin metafor kategorileri nelerdir?
3. Katılımcıların cinsiyetlerine göre COVID-19 salgınına ilişkin metafor kategorileri nelerdir?
4. Katılımcıların COVID-19 geçirme durumlarına göre COVID-19 salgınına ilişkin metafor kategorileri nelerdir?
5. Katılımcıların COVID-19 sürecinde psikolojik destek alma durumlarına göre COVID-19 salgınına ilişkin metafor kategorileri nelerdir?

Araştırma Deseni

Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden metafor analizi kullanılmıştır. Sosyal olguları anlamak için popüler olarak kullanılan metafor analizi (Redden, 2017), bireylerin bir konuya ilişkin deneyimlerini ve düşüncelerini tanımlarken kullandıkları metaforlar aracılığıyla konuyla ilgili görüşlerini daha iyi anlamayı sağlayan bir yöntemdir (Zheng ve Song, 2010). Araştırma deseni oluştururken metafor analizi kullanılmasının nedenleri şu şekilde sıralanabilir: Metafor analizi yönteminde veri toplanmasının kolay olması, veri analizinin kolay olması ve metaforlar aracılığıyla konuya ilişkin zengin bir bakış açısı elde etme şansının olmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Ayrıca metaforlar, bağlama duyarlıdır ve sosyal-kültürel anlam ile kendini tanımlama süreçlerini yansıtır (Moser, 2000). Bu nedenle çalışmada COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin görüşlerini anlamaya çalışırken hem içinde yaşadıkları sosyal-kültürel ortamı hem de kendilerine ilişkin tanımlamaları yansıtmaları açısından metafor analizi yöntemi kullanılmıştır.

Katılımcılar

Bu çalışmada Türkiye’de yaşayan ve çalışmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden 18-29 yaş aralığındaki 172 beliren yetişkine internet aracılığıyla ulaşılmıştır. Katılımcıların COVID-19 korkusu yaşama durumunu tespit etmek için COVID-19 Korkusu Ölçeği (Satici vd., 2022) kullanılmıştır. 172 beliren yetişkinin 27’sinin (%15.70) COVID-19 korkusu yaşamadığı, 118’inin (%68.60) ortalama düzeyde COVID-19 korkusu yaşadığı, 27’sinin (%15.70) ise COVID-19 korkusu yaşadığı tespit edilmiştir. Çalışmada COVID-19 yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin algılarının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu yüzden çalışmanın

örneklemine araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden ve COVID-19 korkusu yaşayan 18-29 yaş aralığındaki 27 beliren yetişkin oluşturmuştur. Bu yetişkinlerin 4'ü (%14.8) erkek, 23'ü (%85.2) kadındır; 2'si (%7.4) evli, 25'i (%92.6) bekârdır; 11'i (%40.7) lise, 1'i (%3.7) ön lisans, 14'ü (%51.9) lisans, 1'i (%3.7) yüksek lisans mezunudur; 6'sı (%22.2) COVID-19 geçirmiş, 21'i (%77.8) COVID-19 geçirmemiştir; 3'ü (%11.1) COVID-19 sürecinde psikolojik yardım almış, 24'ü (%88.9) ise COVID-19 sürecinde psikolojik yardım almamıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama araçları olarak "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Katılımcıların COVID-19 salgınına ilişkin algılarını metafor analiziyle belirlemek için ise katılımcılardan "COVID-19 salgını _____ gibidir. Çünkü _____." cümlesini tamamlamaları istenmiştir.

Kişisel Bilgi Formu. Araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. Formda katılımcıların, cinsiyetini, yaşını, medeni durumunu, eğitim düzeyini, COVID-19 olup olmama durumunu ve COVID-19 sürecinde psikolojik destek alma durumunu tespit etmeye yönelik sorular sorulmuştur.

Veri Toplama Süreci

Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden kişilere online (çevrimiçi) olarak "Kişisel Bilgi Formu", "COVID-19 Korkusu Ölçeği" ve "COVID-19 salgını _____ gibidir. Çünkü _____." cümlesi gönderilerek yanıtlamaları istenmiştir. Veriler, 30 Nisan 2021 ile 27 Haziran 2021 tarihleri arasında toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Bu araştırmada öncelikle katılımcıların COVID-19 Korkusu Ölçeği'nden aldıkları puanlar hesaplanmıştır ve "COVID-19 salgını _____ gibidir. Çünkü _____." cümlesine verdikleri cevaplar tespit edilmiştir. Ölçek puanlarına ait aritmetik ortalama ile standart sapmalar hesaplanmıştır. Aritmetik ortalamaya (17.28) standart sapma (5.72) eklenerek bu puanın (23) üzerinde olanlar "COVID-19 korkusu yaşayanlar" olarak belirlenmiştir. Aritmetik ortalamadan (17.28) bir standart sapma (5.72) çıkarılarak elde edilen puandan (11.56) düşük olanlar "COVID-19 korkusu yaşamayanlar" olarak belirlenmiştir. Bu puanların arasında kalan puanlar ise "ortalama düzeyde COVID-19 korkusu yaşayanlar" olarak belirlenmiştir. Katılımcıların COVID-19 puanlarının yüksek, düşük ve orta düzey olarak sınıflandırılmaları yapıldıktan sonra yüksek düzeyde yer alan yani "COVID-19 korkusu yaşayanlar" olarak nitelendirilen katılımcılarla ilgili çalışmaya devam edilmiştir. Öncelikle "Kişisel Bilgi Formu"ndan katılımcılara ilişkin bilgiler, SPSS 21 paket analiz edilmiştir. Sonrasında ise COVID-19 korkusu yaşayan katılımcıların "COVID-19 salgını _____ gibidir. Çünkü _____." cümlesine verdikleri yanıtlar, metafor analizi yöntemi ile analiz edilmiştir. Veriler analiz edilirken sırasıyla şu aşamalar incelenmiştir:

- İsmlendirme Aşaması:** Bu aşamada COVID-19 korkusu yaşayan her katılımcı Katılımcı 1, Katılımcı 2, Katılımcı 3, ... Katılımcı 27 olarak kodlanmıştır. 27 katılımcı COVID-19 korkusu yaşadığından toplamda 27 kod oluşturulmuştur. Bir tablo oluşturularak her bir kod için cinsiyet, COVID-19 geçirme durumu, COVID-19 sürecinde psikolojik destek alma durumu ve COVID-19 salgınına ilişkin algılarını yansıtan metafor ile cümleleri bir arada görülmek istenmiştir.
- Eleme ve Arıtma Aşaması:** Burada katılımcıların COVID-19 salgınına ilişkin algılarını yansıtan metaforları parçalara ayrılarak diğer metaforlarla benzerlikleri/ortak yönleri açısından incelenmiştir. COVID-19 salgınına ilişkin algı içermeyen, mantıksız, gerekçelendirilmeyen bir ifadeye rastlanılmamıştır. Bu yüzden elenen bir katılımcı olmamıştır.
- Derleme ve Kategori Geliştirme Aşaması:** Bu aşamada ise katılımcıların COVID-19 salgınına ilişkin ifade ettikleri metaforlar ortak özellikleri bağlamında incelenmiştir. COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin 21 farklı metafor ürettikleri görülmüştür. Bazı metaforların frekanslarının birden fazla olduğu tespit edilmiştir.
- Güvenilirliği Sağlama Aşaması:** Gerçekleştirilen bu araştırma nitel bir araştırmadır. Bu noktada veri analizi sürecinin detaylı olarak açıklanması ve elde edilen bulguları işlerken ve yorumlarken katılımcıların kendi ifadelerinin temel veri kaynağı olarak görülmesi esas alınmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Ayrıca betimsel geçerlik için anlamı değiştirmeden, seçicilik yapmadan ve araştırılan konuyu bütün gerçekliği-betimsel geçerliği- (Ekiz, 2008; akt: Altun ve Camadan, 2013) sağlamak amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda katılımcılar tarafından üretilen her metafor için onu temsil ettiği düşünülen örnek bir metafor ile katılımcıların ifadelerine doğrudan yer verilmiştir. Araştırmanın güvenilirliğini sağlamak amacıyla ise sekiz kavramsal kategorinin katılımcılar tarafından üretilen metaforlar ile yansıtılıp yansıtılmadığı belirlenmek istenmiştir. Araştırmacıların ikisinin birbirinden bağımsız olarak metaforlarla ilgili "görüş birliği" ve "görüş ayrılığı" sayıları dikkate alınmıştır. Bu amaçla ($Güvenirlik = \frac{görüş\ birliği}{görüş\ birliği + görüş\ ayrılığı}$) formülü kullanılmıştır (Miles ve Huberman, 1994; akt: Altun ve Camadan, 2013). Birbirinden bağımsız olarak uzmanların 19 görüş birliği ve iki görüş ayrılığı gösterdiği tespit edilmiştir ($0.90 = \frac{19}{19 + 2}$). Birbirinden bağımsız değerlendirmeler arasındaki uyumun %90 ve üzeri olması güvenilir olarak değerlendirilmektedir. Bu yüzden araştırmanın güvenilirlik kriterini de sağladığı görülmüştür.

5. **Verileri Bilgisayar Ortamına Aktarma Aşaması:** Son olarak katılımcılara ilişkin tüm veriler, bilgisayar ortamına aktarılarak araştırma yürütülmüştür.

Etik Onay

Bu araştırma, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu 29/04/2022 tarihli 2021/02 sayılı kararı ile alınan izinle yürütülmüştür.

BULGULAR VE YORUM

Katılımcılar, COVID-19 Salgınına İlişkin Hangi Metaforları Üretmişlerdir?

Katılımcılar, COVID-19 salgınına ilişkin 21 farklı metafor üretmişlerdir. Metaforlar ve metaforların frekansları şu şekildedir: Korku (1), biyolojik savaş (1), kâbus (3), anksiyete (1), asla içinden çıkamadığımız çukur (1), ölüm (2), karabasan (1), tüm hayatı etkileyen bir ve bir süre etkisi geçmeyecek bir salgın (1), küresel bir salgın (1), dipsiz kuyu (1), cephede savaşmak (1), hapisane (1), dedikodu/yalan/iftira (1), bataklık (2), aşk acısı (1), sars (1), bant (1), insanlara verilen ceza (1), veba (2), hırsız (1), lanet (1).

Katılımcıların COVID-19 Salgınına İlişkin Metafor Kategorileri Nelerdir?

Katılımcıların COVID-19 salgınına ilişkin metafor kategorilerine ilişkin veriler, Tablo 1'de gösterilmektedir.

Tablo 1

Katılımcıların COVID-19 Salgınına İlişkin Metafor Kategorileri

Metafor Kategorisi	Metaforlar	Sayı	Frekans (n)	Oran (%)
Bilinmezlik	Cephede savaşmak, dipsiz kuyu, ölüm, kâbus	4	4	11.43
Olumsuz duygu yaratan	Hırsız, anksiyete, kâbus, ölüm, veba, bataklık	5	7	20
Kabullenme	Karabasan, tüm hayatı etkileyen ve bir süre etkisi geçmeyecek bir salgın	2	2	5.72
Engellenemeyen/durdurulamayan	Lanet, bant, aşk acısı, dedikodu, yalan, iftira, asla içinden çıkamadığımız çukur, bataklık	6	6	17.14
Yaşamı tehdit eden	Biyolojik savaş, korku, ölüm, veba	4	5	14.29
Küresel	Küresel bir salgın, kâbus	2	2	5.72
Geçmişte benzeri yaşanmış bir durum/diğer salgınlar	Sars, veba	2	3	8.57
Yaşamı değiştiren	İnsanlara verilen ceza, hırsız, hapisane, asla içinden çıkamadığımız çukur, kâbus, tüm hayatı etkileyen ve bir süre etkisi geçmeyecek bir salgın	6	6	17.14
Toplam		31	35	100

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların COVID-19 salgınına ilişkin metaforlarının sekiz kategori üzerinden değerlendirildiği görülmüştür. Metafor kategorileri şu şekildedir: Bilinmezlik, olumsuz duygu yaratan, kabullenme, engellenemeyen/durdurulamayan, yaşamı tehdit eden,

küresel, geçmişte benzeri yaşanmış bir durum/diğer salgınlar, yaşamı değiştiren. Bir katılımcının COVID-19 salgınına bilinmezlik kategorisinde ele alınan “*cephede savaşmak*” metaforunu kullanarak “*Nasıl saldırabileceği belli olmayan bir düşman (Katılımcı 14)*” şeklinde tanımladığı tespit edilmiştir. Bir diğer katılımcı, yaşamı tehdit eden kategorisindeki “*biyolojik savaş*” metaforuyla COVID-19 salgınına şu şekilde açıklamıştır: “*Çok fazla insan ölüyor (Katılımcı 3)*” Başka bir katılımcının ise “*Yıllarca süreceğini ve hiç bitmeyeceğini biliyorum (Katılımcı 9)*” diyerek COVID-19 salgınına kabullenme kategorisindeki “*karabasan*” metaforu ile açıkladığı görülmüştür. Ayrıca katılımcıların COVID-19 salgınına ilişkin metafor ifadelerinin büyük bir oranda “*engellenemeyen/durdurulamayan*” (%17.14) ve “*yaşamı değiştiren*” (%17.14) kategorilerinde olduğu görülmüştür. Engellenemeyen/durdurulamayan kategorisindeki “*dedikodu, yalan, iftira*” metaforuyla bir katılımcı “*Durdurulması, engel olması zor, yayılması kolay (Katılımcı 16)*” şeklinde COVID-19 salgınına açıklamıştır. Başka bir katılımcının ise “*Hayatımız kısıtlandı (Katılımcı 15)*” diyerek COVID-19 salgınına yaşamı değiştiren kategorisindeki “*hapishane*” metaforu ile açıkladığı görülmüştür.

Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre COVID-19 Salgınına İlişkin Metafor Kategorileri Nelerdir?

Katılımcıların cinsiyetlerine göre COVID-19 salgınına ilişkin metafor kategorilerine ilişkin veriler, Tablo 2’de gösterilmektedir.

Tablo 2

Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre COVID-19 Salgınına İlişkin Metafor Kategorileri

Metafor Kategorisi	Cinsiyet		f (%)
	Kadın n (%)	Erkek n (%)	
Bilinmezlik	2 (%5.55)	2 (%5.55)	4 (%11.11)
Olumsuz duygu yaratan	5 (%13.89)	2 (%5.55)	7 (%19.44)
Kabullenme	1 (%2.78)	1 (%2.78)	2 (%5.56)
Engellenemeyen/durdurulamayan	6 (%16.67)	0	6 (%16.67)
Yaşamı tehdit eden	5 (%13.89)	0	5 (%13.89)
Küresel	2 (%5.56)	0	2 (%5.56)
Geçmişte benzeri yaşanmış bir durum/diğer salgınlar	3 (%8.33)	0	3 (%8.33)
Yaşamı değiştiren	5 (%13.89)	2 (%5.55)	7 (%19.44)
Toplam	29 (%80.56)	7 (%19.44)	36 (%100)

Tablo 2 incelendiğinde COVID-19 korkusu yaşayan kadınların büyük bir oranda 6 (%16.67) “engellenemeyen/durdurulamayan”, erkeklerin ise büyük bir oranda 2 (%5.55) “bilinmezlik”, “olumsuz duygu yaratan” ve “yaşamı değiştiren” kategorilerine yönelik metaforlar ürettikleri tespit edilmiştir. Bununla birlikte kadın katılımcılar hem “olumsuz duygu yaratan” (%13.89) hem de “yaşamı değiştiren” (%13.89) kategorilerinde erkeklerden daha fazla metafor üretmişlerdir. Ayrıca “bilinmezlik” (%5.55) kategorisinde de erkeklerle eşit sayıda metafor ürettikleri görülmüştür. Kadın bir katılımcının COVID-19 salgınına “*Dokunduğu herkesi enfekte olmuş eder (Katılımcı 22)*” diyerek engellenemeyen/durdurulamayan kategorisindeki “bant” metaforuyla tanımlandığı görülmüştür. Erkek bir katılımcının ise “*Sokağa çıkma kısıtlamaları insanların psikolojilerini bozdu. Sosyal hayat neredeyse hiç kalmadı. İnsanların stres atmaya yönelik yaptıkları aktiviteler kalmadı (Katılımcı 4)*” diyerek yaşamı değiştiren kategorisindeki “kâbus” metaforuyla COVID-19 salgınına açıkladığı görülmüştür.

Katılımcıların COVID-19 Geçirme Durumlarına Göre COVID-19 Salgınına İlişkin Metafor Kategorileri Nelerdir?

Katılımcıların COVID-19 geçirme durumlarına göre COVID-19 salgınına ilişkin metafor kategorilerine ilişkin veriler, Tablo 3’te gösterilmektedir.

Tablo 3

Katılımcıların COVID-19 Geçirme Durumlarına Göre COVID-19 Salgınına İlişkin Metafor Kategorileri

Metafor Kategorisi	COVID-19 Geçirme Durumu		f (%)
	Geçirmiş n (%)	Geçirmemiş n (%)	
Bilinmezlik	0	4 (%11.11)	4 (%11.11)
Olumsuz duygu yaratan	2 (%5.55)	5 (%13.89)	7 (%19.44)
Kabullenme	0	2 (%5.56)	2 (%5.56)
Engellenemeyen/durdurulamayan	2 (%5.56)	4 (%11.11)	6 (%16.67)
Yaşamı tehdit eden	1 (%2.78)	4 (%11.11)	5 (%13.89)
Küresel	0	2 (%5.56)	2 (%5.56)
Geçmişte benzeri yaşanmış bir durum/diğer salgınlar	0	3 (%8.33)	3 (%8.33)
Yaşamı değiştiren	0	7 (%19.44)	7 (%19.44)
Toplam	5 (%13.89)	31 (%86.11)	36 (%100)

Tablo 3 incelendiğinde COVID-19 korkusu yaşayan ve COVID-19 geçiren beliren yetişkinlerin çoğunlukla 7 (%19.44) “yaşamı değiştiren” kategorisine yönelik metaforlar ürettikleri görülmüştür. Katılımcılardan birisi COVID-19 salgınına yaşamı değiştiren kategorisinde

ele alınan “hırsız” metaforuyla şu şekilde açıklamıştır: “Bütün hayatımızı, düzenimizi, sevdiğimizimizi, motivasyonumuzu, yani bizi mutlu eden her şeyi çaldı (Katılımcı 26).” Başka bir katılımcının “Bir türlü bitmiyor ve normal hayatımda yaptığım hiçbir şeyi yapamıyorum. Kendi hayatımı çok özledim. Hayatımı yaşayamıyorum artık (Katılımcı 6).” diyerek COVID-19 salgınına yaşamı değiştiren kategorisinde ele alınan “asla içinden çıkamadığımız çukur” metaforuyla açıkladığı tespit edilmiştir.

Katılımcıların COVID-19 Sürecinde Psikolojik Destek Alma Durumlarına Göre COVID-19 Salgınına İlişkin Metafor Kategorileri Nelerdir?

Katılımcıların COVID-19 sürecinde psikolojik destek alma durumlarına göre COVID-19 salgınına ilişkin sahip oldukları metafor kategorilerine ilişkin veriler, Tablo 4’te gösterilmektedir.

Tablo 4

Katılımcıların COVID-19 Sürecinde Psikolojik Destek Alma Durumlarına Göre COVID-19 Salgınına İlişkin Metafor Kategorileri

Metafor Kategorisi	Psikolojik Destek Alma Durumu		
	Almış n (%)	Almamış n (%)	f (%)
Bilinmezlik	0	4 (%11.11)	4 (%11.11)
Olumsuz duygu yaratan	1 (%2.78)	6 (%16.66)	7 (%19.44)
Kabullenme	0	2 (%5.56)	2 (%5.56)
Engellenemeyen/durdurulamayan	1 (%2.78)	5 (%13.89)	6 (%16.67)
Yaşamı tehdit eden	1 (%2.78)	4 (%11.11)	5 (%13.89)
Küresel	0	2 (%5.56)	2 (%5.56)
Geçmişte benzeri yaşanmış bir durum/diğer salgınlar	0	3 (%8.33)	3 (%8.33)
Yaşamı değiştiren	2 (%5.55)	5 (%13.89)	7 (%19.44)
Toplam	5 (%13.89)	31 (%86.11)	36 (%100)

Tablo 4 incelendiğinde COVID-19 korkusu yaşayan ve psikolojik destek almayan beliren yetişkinlerin 31 (%86.11) daha fazla metafor ürettikleri tespit edilmiştir. COVID-19 korkusu yaşayan ve psikolojik destek almayan beliren yetişkinlerin büyük bir oranda 6 (%16.67) “*olumsuz duygu yaratan*” kategorisine yönelik metaforlar ürettikleri görülmüştür. Katılımcılardan biri, “*Bireyde aşırı kaygı yaratıyor (Katılımcı 5).*” diyerek COVID-19 salgınına olumsuz duygu yaratan kategorisindeki “*anksiyete*” metaforuyla açıklamıştır. Başka bir katılımcı ise olumsuz duygu yaratan kategorisindeki “*bataklık*” metaforuyla COVID-19 salgınına şu şekilde açıklamıştır: “*Çünkü o bataklığa giren kişilerin, insanların ömürlerinden ömür gidiyor. Psikolojik olarak kötü hissediyor (Katılımcı 23).*”

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonucunda COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin sahip oldukları metafor ifadelerinin büyük bir oranda (%17.14) “engellenemeyen/durdurulamayan” kategorisinde olduğu görülmüştür. Salgınlar, bir yandan yaşamı tehdit eden ve korkulması gereken gerçek korku odaklarıyken diğer yandan örneğin COVID-19 sürecinde gerekli sosyal mesafeyi korumak, hijyeni sağlamak, evde kalmak gibi davranışları harekete geçirerek virüsün yayılmasını önleyen bir yapıdır (Sungur, 2020). Ayrıca birey, hayatının çeşitli dönemlerinde travmatik yaşam olaylarıyla karşılaşabilmektedir ve her birey, karşılaştığı bu zorlu yaşam olaylarından farklı şekillerde etkilenmektedir (American Psychological Association, 2012). COVID-19 süreci de bireyin karşılaştığı travmatik yaşam olaylarından birisidir. COVID-19, insanların diğerleriyle etkileşimlerini sınırlandıran (Harper vd., 2020), dünyanın dört bir yanındaki milyonlarca insanın evde kalmalarını gerektiren ve psikososyal sonuçları olan bir salgındır (Pakpour ve Griffiths, 2020). Herhangi salgında yaygın olan temel temalardan birisi de korkudur (Xiang vd., 2020). Bu nedenlerle COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin sahip oldukları metafor kategorilerinin çoğunlukla “engellenemeyen/durdurulamayan” olması açıklanabilir. Alanyazında gerçekleştirilen bir araştırmada COVID-19 korkusu arttıkça bireylerin başa çıkma algısının daha düşük düzeyde olduğu ortaya konulmuştur (Prizmić-Larsen vd., 2023). Bu bağlamda COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin, COVID-19 salgınına ilişkin “engellenemeyen/durdurulamayan” metafor kategorilerine sahip olmaları, başa çıkma algıları ile ilişkili olabilir. Bu noktada bireyler, COVID-19 sürecinde almaları beklenen ve gereken önlemler olmasına rağmen COVID-19 sürecini kontrol edemeyeceklerini düşündükleri söylenebilir. Ayrıca COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin sahip oldukları metafor ifadelerinin büyük bir oranda (%17.14) “yaşamı değiştiren” kategorisinde olduğu tespit edilmiştir. Bireyin yakınlarını ölüm sonucu kaybetmesi, sosyal destek sistemlerinin zayıflaması, sağlık hizmetlerine erişimin sınırlandırılması ve yaşadığı ekonomik zorluklar bireyin yaşamını yeniden düzenlemesine neden olan faktörlerdir (Fegert vd., 2020). Tüm bunlarla birlikte bulaşıcı bir hastalık korkusu, bireyin yaşamını tehdit eder ve alışkanlıklarını değiştirir (Troisi, 2020). Bu yüzden araştırma sonucunda COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin sahip oldukları metafor kategorilerinin büyük oranda “yaşamı değiştiren” kategorisinde olması aslında beklenen bir durumdur. Çünkü COVID-19, bireylerin yaşamlarını değiştirmiştir. Bireyler, sosyal izolasyondan ötürü eskisi gibi yakınlarıyla görüşmemekte, zamanı evde geçirmekte, dışarı çıkamamakta, eğitim ve sağlık hizmetlerinden eskisi gibi yararlanamamakta, işe gidememekte, her gün ölüm haberlerine şahit olmakta ve dahası yakınlarını kaybetmektedir. Tüm bunlarla

birlikte bireylerin yaşamı ani ve sarsıcı bir şekilde değişmiştir. Özetle araştırma sonucunda COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinler, çoğunlukla “engellenemeyen/durdurulamayan” ve “yaşamı değiştiren” kategorilerinde metaforlar üretmişlerdir. Bu durum şu şekilde açıklanabilir: Her iki kategoride de COVID-19 süreci ile ilgili kontrol, COVID-19 korkusu yaşayan bireylere ait görünmemektedir. Bireyler, COVID-19 sürecinde edilgen konumda olup COVID-19 salgınına ve salgının etkilerine maruz kalan görece “daha pasif” bir konumda görünmektedir.

Araştırma sonucunda COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin sahip oldukları metafor kategorileri incelendiğinde kadınların büyük oranda 6 (%16.67) “engellenemeyen/durdurulamayan”, erkeklerin ise büyük oranda 2 (%5.55) “bilinmezlik”, “olumsuz duygu yaratan” ve “yaşamı değiştiren” kategorilerine yönelik metaforlar ürettikleri tespit edilmiştir. Kadınların çoğunlukla (%16.67) “lanet, bant, aşk acısı, dedikodu, yalan, iftira, asla içinden çıkamadığımız çukur, bataklık” şeklinde tanımladıkları “engellenemeyen/durdurulamayan” kategorisini erkek katılımcıların hiçbirinin tanımlamaması oldukça dikkat çekicidir. Katılımcı 18’in COVID-19 salgınına “aşk acısı” metaforuyla “Hiçbir zaman biteceğine inanmıyorum.” şeklinde; Katılımcı 17’nin ise “bataklık” metaforuyla “Bitmek bilmiyor.” şeklinde açıklaması duruma ilişkin umutsuzluk duygularını yansıtmaktadır. Erkeklerin büyük oranda (%5.55) “bilinmezlik”, “olumsuz duygu yaratan” ve “yaşamı değiştiren” kategorilerine yönelik metaforlar ürettikleri görülmüştür. Ancak, kadın katılımcılar hem “olumsuz duygu yaratan” (%13.89) hem de “yaşamı değiştiren” (%13.89) kategorilerinde erkeklerden daha fazla metafor üretmişlerdir. Ayrıca kadınların “bilinmezlik” (%5.55) kategorisinde de erkeklerle eşit sayıda metafor ürettikleri görülmüştür. Metaforlar, bireyin içsel deneyimini sembolize eden ve duygunun sembolleştirilerek tanımlandığı kavramlardır (Greenberg, 2020). Her birey kendine özgü duygulanıma sahiptir ve her birey farklı duygusal tepkiler verebilmektedir (Kuzucu, 2010). Araştırma sonucunda elde edilen veriler doğrultusunda kadın ve erkekler arasındaki bu farklılık toplumsal cinsiyet kalıp yargıları ile açıklanabilir. Toplumda toplumsal cinsiyet kalıp yargılarının etkisi ile kadınların daha duygusal ve daha hassas olmaları; erkeklerin ise daha sert ve daha güçlü görünmeleri beklenmektedir (Atakan vd., 2013). Kadın ya da erkeğin, toplum tarafından belirlen bu kalıp yargılara uygun davranmaması ise toplum tarafından ayıplanmayla ve hatta dışlanmayla sonuçlanabilir (Sankır, 2010). Bu nedenle kadınların daha çok kendilerini açarak duygularından ve düşüncelerinden söz etme eğilimleri olurken erkeklerin daha çok kendileri dışındaki iş, siyaset, spor gibi konular hakkında konuşma eğiliminde oldukları bilinmektedir (Siyez, 2012). Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda araştırma sonucunda elde edilen bu veriler, daha açıklanabilir olmaktadır. Alanyazında gerçekleştirilen bir çalışmada kadınların daha çok COVID-19 korkusu yaşadığı ve COVID-19 korkusu arttıkça daha çok olumsuz duygulanım yaşandığı tespit edilmiştir (Prizmić-Larsen vd., 2023). Yine başka bir çalışmada COVID-19 korkusunun duygusal tükenme ile pozitif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Chen ve Eyoun,

2021). Alanyazında gerçekleştirilen araştırma sonuçları, bu araştırma sonucuyla örtüşmektedir. COVID-19 korkusu olumsuz duygulanım ve duygusal tükenme ile ilişkili olabilir. Kadınlar hem COVID-19 korkusunu daha çok yaşadıklarından (Prizmić-Larsen vd., 2023; Sakib vd., 2023) hem de duyguları daha kolay dışavurdularından (Siyez, 2012) metaforları bu kategorilerde ürettikleri söylenebilir. Ayrıca kadınların çoğunlukla “engellenemeyen/durdurulamayan” kategorisinde tanımladığı metaforları erkek katılımcıların hiçbirinin tanımlamadığı tespit edilmiştir. “Engellenemeyen/durdurulamayan” metafor kategorisi, COVID-19 salgını karşısında bireyleri “daha pasif” bir konuma getirmektedir. Erkeklerin, COVID-19 korkusu yaşasalar dahi metaforları “engellenemeyen/durdurulamayan” kategorisinde tanımlamamaları toplumsal cinsiyet rollerine uygun olarak “daha güçlü” ve “daha sert” görünmek istemeleri ile açıklanabilir.

Araştırma sonucunda COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin sahip oldukları metafor kategorileri incelendiğinde COVID-19 geçirenlerin çoğunlukla 7 (%19.44) “yaşamı değiştiren” kategorisine yönelik metaforlar ürettikleri görülmüştür. COVID-19 korkusu, hem virüsün yeni olmasından hem de mevcut salgının gidişatının ne kadar kötüleşebileceğine dair belirsizlikten kaynaklanmaktadır (Asmundson ve Taylor, 2020). COVID-19 geçiren bireyler, süreçte neler yaşayabileceklerini deneyimlemişlerdir. Ancak tekrar virüse tekrar yakalanma durumunda yaşanacaklar belirsizdir. Ayrıca COVID-19 salgını ile bireyler, sadece hastalanırsa bile toplum tarafından damgalanma durumu, yakın ilişkisini kaybetme endişesi, sosyal izolasyon ile evde kalma durumu ve hayatta kalmama endişesi ile ilgili korku yaşamaktadır (İbrahim, 2020). Tüm bunlara ek olarak bireyin yakınlarını ölüm sonucu kaybetmesi, sosyal destek sistemlerinin zayıflaması, sağlık hizmetlerine erişimin sınırlandırılması ve yaşadığı ekonomik zorluklar bireyin yaşamını yeniden düzenlemesine neden olan faktörlerdir (Fegert vd., 2020). Tüm bu nedenlerle COVID-19 korkusu yaşayan ve COVID-19 geçiren beliren yetişkinlerin COVID-19 salgınına ilişkin sahip oldukları metafor kategorisinin çoğunlukla “yaşamı değiştiren” olması açıklanabilir.

Araştırma sonucunda COVID-19 korkusu yaşayan ve psikolojik destek almayan beliren yetişkinlerin 31 (%86.11) daha fazla metafor ürettikleri tespit edilmiştir. COVID-19 korkusu yaşayan ve psikolojik destek almayan beliren yetişkinlerin çoğunlukla 6 (%16.67) “olumsuz duygu yaratan” kategorilerine yönelik metaforlar ürettikleri görülmüştür. Bireyler, COVID-19 pandemi sürecinde ruh sağlığı ile ilgili sorunlar yaşayabilir (Shaw, 2020). COVID-19 korkusu bireylerin ruh sağlığı üzerinde etkili olmaktadır (Fegert vd., 2020). Literatüre bakıldığında COVID-19 salgınının bireylerin ruh sağlığını etkilediğine yönelik araştırmaların olduğu görülmektedir (Cao vd., 2020; Qiu vd., 2020; Wang vd., 2020a; Wang vd, 2020b; Kara ve Çanakçı, 2022). Bu açıdan bakıldığında COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin psikolojik destek alma ya da almama durumunun, duygu ve düşünce yapılarını etkileyebileceği söylenebilir. Psikolojik destek

almak, bireyin karşılaştığı güçlüklerle başa çıkmasını kolaylaştırıp, daha işlevsel düşünmesini ve duygularını işlevsel olarak tanımlamasını sağlayabilir. COVID-19 korkusu, olumsuz duygulanımla ilişkili bir kavramdır (Prizmić-Larsen vd., 2023). Bununla birlikte psikolojik destek almamak, olumsuz duygulanımın devam etmesine neden olabilir. Araştırma sonucunda COVID-19 sürecinde psikolojik destek almayanların çoğunlukla “olumsuz duygu yaratan” kategorilerine yönelik metaforlar üretmeleri bu bağlamda açıklanabilir. Ayrıca, COVID-19 sürecinde psikolojik destek almayanların çoğunlukla “olumsuz duygu yaratan” kategorilerine yönelik metaforlar üretmeleri, karşılaştıkları güçlükler karşısında çaresizlik durumu yaşamalarıyla da açıklanabilir. Çünkü bireyler, COVID-19 pandemi sürecinde olumsuz duygulara sahip olarak kaderlerinin kendi ellerinde olmadığını düşünürlerse öğrenilmiş çaresizlik durumunu yaşayabilirler (Shaw, 2020).

Bu araştırmanın sınırlılıkları şöyledir: Araştırma COVID-19 korkusu yaşayan 27 katılımcı ile sınırlıdır. Katılımcıların çoğunluğu 23’ü (%85.2) kadındır, katılımcıların çoğunluğu 25’i (%92.6) bekârdır ve katılımcıların çoğunluğu 31’i (%86.11) COVID-19 geçirmemiştir. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise verilerin 30 Nisan 2021 ile 27 Haziran 2021 tarihleri arasında toplanmasıdır. Çünkü o tarihler aralığında Türkiye’de ve hatta tüm dünyada eğitim-öğretime ara verilmesi, çevrimiçi eğitim süreci yürütülmesi, iş yerlerinin kapanması, çalışma sürelerinin/çalışma şekillerinin değiştirilmesi ve sokağa çıkmanın sınırlandırılması gibi çeşitli durumlar söz konusuydu. Bu koşullar altında katılımcılardan elde edilen verilerin de kısmen daha sınırlı bir bilgi sunabileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmaya ilişkin tüm analiz sonuçları değerlendirildiğinde ise şu önerilerde bulunulabilir:

Bu araştırmada, internet aracılığı ile COVID-19 korkusu yaşayan 27 katılımcıya ulaşılmıştır. Bundan sonra gerçekleştirilecek olan araştırmalarda daha fazla katılımcıya ulaşılması ve odak grup görüşmeleri gibi yöntemlerle veri çeşitlemesine gidilmesi önerilebilir.

Araştırmanın katılımcıları, beliren yetişkinlerdir. COVID-19 korkusunu sadece beliren yetişkinler değil, diğer gelişim dönemindeki bireyler de yaşamaktadır. Benzer bir araştırmanın farklı gelişim dönemindeki bireylerle gerçekleştirilmesinin Alanyazına bir ölçüde de olsa katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırmadaki katılımcıların 23’ü (%85.2) kadın; 4’ü ise (%14.8) erkektir. Bundan sonra gerçekleştirilecek araştırmalarda kadın ve erkek katılımcı sayısının birbirine yakın olması ile daha işlevsel veriler elde edilebileceği düşünülmektedir. Ayrıca katılımcıların 25’i (%92.6) bekâr 2’si (%7.4) evlidir. Beliren yetişkinlik dönemi 18-29 yaş aralığındaki bireyleri kapsadığından katılımcıların çoğunun bekâr olması aslında beklenen bir durumdur. Ancak bundan sonraki araştırmalarda farklı yaş gruplarının olmasının ve evli bireylerin de bekâr bireylerle benzer sayıda olmasının Alanyazına farklı bir bakış açısı getirebileceği düşünülmektedir.

Araştırmada katılımcılara ilişkin bilgi toplanırken COVID-19 aşısı olma durumuna ilişkin soru sorulmamıştır. Alanyazına bakıldığında COVID-19 korkusu ile aşı olma durumu arasında ilişki olduğuna dair araştırmaların olduğu görülmektedir (Kasrine Al Halabi vd., 2021; Håkansson ve Claesdotter, 2022; Šorgo vd., 2022). Bundan sonra gerçekleştirilecek olan araştırmalarda, günümüzde devam eden salgınlar için bireylerin COVID-19 aşısı olma durumunun nasıl bir etkisinin olduğunu incelemenin önemli olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma verileri 30 Nisan 2021 ile 27 Haziran 2021 tarihleri arasında toplanmıştır. Bu tarihler aralığında Türkiye’de okullar çevrimiçi eğitim vermekteydi, çoğu insan evden çalışmaktaydı, izolasyon ve kısıtlamalar devam etmekteydi. Benzer bir araştırmanın günümüzde gerçekleştirilmesinin Alanyazına farklı bir perspektif sunabileceği düşünülmektedir. Çünkü Greenberg’in (2020) dediği gibi: “Bir kişiyi bugün çok derinden etkileyen bir olay, başka bir gün tuvalin üzerinde farklı bir iz bırakacaktır. Hiçbir zaman insanlar aynı yerde bulunmazlar.” Benzer bir araştırmanın “hayat normale dönmüşken” günümüzde yapılmasının Alanyazına farklı bir perspektif sunabileceğini düşündürmektedir.

Araştırma sonucunda COVID-19 korkusu yaşayan beliren yetişkinlerin en çok “engellenemeyen/durdurulamayan”, “yaşamı değiştiren” ve “olumsuz duygu yaratan” kategorilerinde metafor ürettikleri görülmüştür. “Engellenemeyen/durdurulamayan” ve “yaşamı değiştiren” metafor kategorileri yukarıda da tartışıldığı üzere başa çıkma yeterliliği ve kontrol odağı ile ilgilidir. Bu bağlamda özellikle COVID-19 korkusu yaşayan bireylere yönelik gerçekleştirilecek ruh sağlığı hizmeti çalışmalarında başa çıkma stratejilerinin kazandırılması ve iç denetim odağının geliştirilmesi önemli olabilir. “Olumsuz duygu yaratan” metafor kategorisi bağlamında ise bireylerin duygularını fark etmelerinin ve ifade etmelerinin sağlanması önemli olabilir. Ayrıca işlevsel olmayan duygular yerine işlevsel duyguların kazandırılması da bireylerin iyilik haline katkı sunabilir.

Son olarak tüm araştırma bulguları dikkate alındığında COVID-19 salgınına ilişkin kısıtlamalar, yasaklar bitmiş de olsa bireylerin uzun vadede bu süreçten etkilendiği/etkilenebileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda bireylerin ihtiyaç duydukları psikolojik yardımların ruh sağlığı uzmanları tarafından verilmesi önem arz etmektedir.

KAYNAKÇA

- Altıparmak, P., Çanakçı, E., & Deniz, M. E., (2021). COVID-19 pandemi sürecinde bireylerin yaşamda anlam ve psikolojik sağlıklarının incelenmesi. M. E. Deniz ve Ü. Polat (Ed.). Uluslararası VII. TURKCESS Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresi, 01-03 Eylül, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti, Bildiriler içinde (s. 344-345). Erişim adresi (07 Mart 2023): <https://2021.turkcess.net/wp-content/uploads/2021/09/15-09-TURKCESS-2021-OZET-KITABI.pdf>
- Altun, T., & Camadan, F. (2013). Rehber öğretmenlerin rehber öğretmen (psikolojik danışman) kavramına ilişkin algılarının metafor analizi yoluyla incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(3), 883-918.
- American Psychological Association, (2012). The road to resilience. Erişim adresi (08 Mart 2023): <https://www.apa.org/topics/resilience>
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child Development Perspectives*, 1(2), 68-73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x>
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569-576. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(14\)00080-7](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(14)00080-7)
- Asmundson, G. J., & Taylor, S. (2020). Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak. *Journal of Anxiety Disorders*, 70, 102196. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102196>
- Aşkın, R., Bozkurt, Y., & Zeybek, Z. (2020). COVID-19 pandemisi: Psikolojik etkileri ve terapötik müdahaleler. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(37), 304-318.
- Atak, H. (2011). Yetişkinliğe aşamalı geçiş: beliren yetişkinlik tek bir ana yol. *İlköğretim Online*, 10(1), 51-67.
- Atakan, M., & Yurtdaş, G. T. (2013). Ergenlerin karşılıklı konuşmalarında toplumsal cinsiyet kuruluşu. *Psikoloji Çalışmaları*, 33(2), 15-30.
- Cai, H., Tu, B., Ma, J., Chen, L., Fu, L., Jiang, Y., & Zhuang, Q. (2020). Psychological impact and coping strategies of frontline medical staff in Hunan between January and March 2020 during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in Hubei, China. *Medical Science Monitor: International Medical Journal of Experimental and Clinical Research*, 26: : e924171. <http://doi.org/10.12659/MSM.924171>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 12934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Chen, H., & Eyoun, K. (2021). Do mindfulness and perceived organizational support work? Fear of COVID-19 on restaurant frontline employees' job insecurity and emotional exhaustion. *International Journal of Hospitality Management*, 94, 102850. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2020.102850>
- Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2010). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma: yakınlığa karşı yalıtılmışlık mı?. *Turkish Psychological Counseling Guidance Journal*, 4(34), 119-125.
- 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 and Adolescent Psychiatry and Mental Health* 14(20), 1-11. <http://doi.org/10.1186/s13034-020-00329-3>
- Goyal, K., Chauhan, P., Chhikara, K., Gupta, P., & Singh, M. P. (2020). Fear of Covid 2019: First suicidal case in India!. *Asian Journal of Psychiatry*, 49, 101989. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.101989>

- Greenberg, L. (2020). Duygu odaklı terapi: Danışanlara duygu koçluğu yapmak. S. Balcı- Çelik (Ed. ve Çev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Håkansson, A., & Claesdotter, E. (2022). Fear of COVID-19, compliance with recommendations against virus transmission, and attitudes towards vaccination in Sweden. *Heliyon*, 8(1), e08699. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e086>
- Haldorai, K., Kim, W. G., Agmapisarn, C., & Li, J. J. (2023). Fear of COVID-19 and employee mental health in quarantine hotels: The role of self-compassion and psychological resilience at work. *International Journal of Hospitality Management*, 111, 103491. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2023.103491>
- Harper, C. A., Satchell, L. P., Fido, D., & Latzman, R. D. (2021). Functional fear predicts public health compliance in the COVID-19 pandemic. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19, 1875-1888. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00281-5>
- Ibrahim, A. (2020). Therapeutic approach towards suicide among muslim folks: a treatise during COVID-19 outbreak. *African Journal of Biology and Medical Research*, 3(2), 26-32.
- Kara, A., & Çanakçı, E. (2022). The mediating role of resilience in the relationship between fear of COVID-19 and mental health continuum during the COVID-19 pandemic process. *International Journal of Progressive Education*, 18(4), 148-165. <https://doi.org/10.29329/ijpe.2022.459.11>
- Kasrine Al Halabi, C., Obeid, S., Sacre, H., Akel, M., Hallit, R., Salameh, P., & Hallit, S. (2021). Attitudes of Lebanese adults regarding COVID-19 vaccination. *BMC Public Health*, 21(1), 998. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10902-w>
- Kuzucu, Y. (2010). Duyguları fark etme ve ifade etme (2. bs.). B. Yeşilyaprak (Ed.). Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.
- Li, J. B., Yang, A., Dou, K., & Cheung, R. Y. (2020). Self-control moderates the association between perceived severity of coronavirus disease 2019 (COVID-19) and mental health problems among the Chinese public. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 4820. <https://doi.org/10.31234/osf.io/2xadq>
- Mamun, M. A., & Griffiths, M. D. (2020). First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: Possible suicide prevention strategies. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 102073. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102073>
- Moser, K. S. (2000). Metaphor analysis in psychology—Method, theory, and fields of application. In *Forum Qualitative Sozialforschung/Forum: Qualitative Social Research*, 1(2), 1-10.
- Padmanabhanunni, A., & Pretorius, T. (2023). The Resilience of South African School Teachers in the Time of COVID-19: Coping with Risk of Infection, Loneliness, and Anxiety. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3462. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043462>
- 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.
- Prizmić-Larsen, Z., Vujčić, M. T., & Lipovčan, L. K. (2023). Fear of COVID-19 and Fear of Earthquake: Multiple Distressing Events and Well-Being in Croatia. *Psychological Reports*, 00332941231156813. <https://doi.org/10.1177/00332941231156813>
- 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. *General Psychiatry* 33(2), e100213. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>
- Sakib, N., Akter, T., Zohra, F., Bhuiyan, A. I., Mamun, M. A., & Griffiths, M. D. (2023). Fear of COVID-19 and depression: a comparative study among the general population and healthcare

- professionals during COVID-19 pandemic crisis in Bangladesh. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(2), 976-992. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00477-9>
- Sankır, H. (2010). Eril tahakküm ve üstün erillik olgusunun plâstik sanatlar alanında toplumsal cinsiyet rollerinin oluşumuna etkileri üzerine sosyolojik bir değerlendirme. *Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-Dergisi*, 28, 1-17.
- Satıcı B., Göçet-Tekin, E., Deniz, M. E., & Satıcı S. A. (2021). Adaptation of the Fear of COVID-19 Scale: Its association with psychological distress and life satisfaction in Turkey. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19, 1980-1988. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00294-0>
- Shaw, S. C. (2020). Hopelessness, helplessness and resilience: The importance of safeguarding our trainees' mental wellbeing during the COVID-19 pandemic. *Nurse Education in Practice*, 44, 102780. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102780>
- Siyez, D. M. (2012). *Kişilerarası ilişkiler ve etkili iletişim (4. bs.)*. A. Kaya. (Ed.). Ankara: Pegem Akademi.
- Šorgo, A., Crnkovič, N., Cesar, K., Selak, Š., Vrdelja, M., & Gabrovec, B. (2022). The influence of anxiety and fear of COVID-19 on vaccination hesitancy among postsecondary students. *Scientific Reports*, 12(1), 20564. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-25221-2>
- Sungur, M. (2020). *Belirsizlikle barışmak kaygı ve endişeyi yönetmek korona günlükleri*. İstanbul: Büyük Ada Yayıncılık.
- Troisi, A., (2020). Fear of COVID-19: insights from evolutionary behavioral science. *Clinical Neuropsychiatry* 17(2), 72-75. <https://doi.org/10.36131/CN20200207>
- Vilca, L. W., Chávez, B. V., Fernández, Y. S., Caycho-Rodríguez, T., & White, M. (2023). Impact of the fear of catching COVID-19 on mental health in undergraduate students: A Predictive Model for anxiety, depression, and insomnia. *Current Psychology*, 42(16), 13231-13238. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02542-5>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020a). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., McIntyre, R. S., ... & Ho, C. (2020b). A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 40-48. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.028>
- Xiang, Y. T., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T., & Ng, C. H. (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, 7(3), 228-229. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8)
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Zhang, W. R., Wang, K., Yin, L., Zhao, W. F., Xue, Q., Peng, M., ... & Wang, H. X. (2020). Mental health and psychosocial problems of medical health workers during the COVID-19 epidemic in China. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 89(4), 242-250. <https://doi.org/10.1159/000507639>
- Zheng, H. B., & Song, W. J. (2010). Metaphor Analysis in the Educational Discourse: A Critical Review. *Online Submission*, 8(9), 42-49.

EXTENDED ABSTRACT**Introduction**

COVID-19 is a pandemic that limits people's interaction with others (Harper et al., 2020), forces millions of people all around the world to stay home, and has psychosocial consequences (Pakpour & Griffiths, 2020). The theme of fear is one of the main common themes in any biological disaster (Xiang et al., 2020). Individuals may experience fear during the COVID-19 process. For this reason, COVID-19 is a process that affects both individuals' mental and physical health in Turkey and around the world, and it is considered that its psychological impacts on people will continue even if the pandemic ends (Aşkın et al., 2020). Studies conducted not only in Turkey but also in other parts of the world reveal that the fear of COVID-19 affects individuals' mental health (Cao et al., 2020; Goyal et al., 2020; Li et al., 2020; Mamun & Griffiths, 2020; Qiu et al., 2020; Wang et al., 2020a; Altıparmak et al., 2021; Kara & Çanakçı, 2022; Padmanabhanunni & Pretorius, 2023). Therefore, it is believed that the impacts of COVID-19 will last due to the changes it has caused in individuals' lives, although it is not considered a major concern in some countries. For these reasons, the present study aims to investigate the perceptions of emerging adults having fear of COVID-19 regarding the COVID-19 pandemic to understand individuals experiencing fear of COVID-19. This study was conducted in order to examine the perceptions of individuals experiencing fear of COVID-19 regarding the COVID-19 pandemic using metaphor analysis.

Method

In this study, a "Personal Information Form" was used to gather data. Participants were asked to complete the sentence "The COVID-19 pandemic is like _____ because _____." in order to determine their perceptions regarding fear of COVID-19.

172 emerging adults aged 18–29 who live in Turkey and voluntarily agreed to participate in the research were reached via the Internet. Firstly, "The Fear of COVID-19 Scale" was used, and it was found that 27 emerging adults (15.7%) did not have a fear of COVID-19, 118 participants (68.6%) had moderate fear of COVID-19, and 27 participants (15.7%) experienced fear of COVID-19. The research aims to examine the perceptions of adults who have experienced COVID-19 with regard to the COVID-19 pandemic. Thus, the sample of the study consisted of 27 emerging adults between the ages of 18 and 29 who voluntarily agreed to participate in the study and experienced COVID-19 fear.

After the data collection process, the scores of participants obtained from the COVID-19 scale were calculated, and their responses to the sentence "The COVID-19 pandemic is like _____ because _____." were determined. The arithmetic means and standard deviations of the scale scores were calculated. The standard deviation (5.72) was added to the arithmetic mean (17.28),

and the participants with scores above 23 were categorized as “participants having COVID-19 fear.” Participants whose scores were lower than the score (11.56) obtained by subtracting the standard deviation (5.72) from the arithmetic average (17.28) were categorized as “participants not having COVID-19 fear.” Participants with scores between 23 and 11.56 were classified as “participants who have a moderate level of COVID-19 fear.” After the participants' COVID-19 scores were classified as high, low, and moderate levels, the study focused on the participants who were at a high level, that is, those who were described as “participants who experience COVID-19 fear.” Firstly, the information about the participants obtained from the “Personal Information Form” was analyzed in SPSS 21. Then, the responses of the participants having fear of COVID-19 to the sentence “The COVID-19 pandemic is like _____ because _____.” were analyzed using the method of metaphorical analysis.

While analyzing the data, the stages of nomenclature, elimination and purification, compilation and category development, ensuring validity and reliability, and transferring the data to the computer environment were carried out, respectively.

Results & Discussion & Conclusion

Emerging adults experiencing fear of COVID-19 produced 21 different metaphors. The metaphors and the frequencies of the metaphors are as follows: Fear (1), biological warfare (1), nightmare (1), anxiety (1), a pit we can never get out of (1), death (2), incubus (1), a pandemic that affects all life and will not last for a while (1), a global epidemic (1), bottomless well (1), fighting a war on the front (1), prison (1), gossip/lies/slander (1), swamp (2), pangs of love (1), sars (1), tape (1), punishment for people (1), plague (2), a thief (1), and curse (1). The metaphors created by the participants were divided into eight categories: obscurity, a situation that causes negative emotions, acceptance, a non-preventable or unstoppable situation, a life-threatening situation, a global situation, a situation similar to the past or other epidemics, and a life-changing situation.

Firstly, it was noticed that the metaphor expressions of emerging adults experiencing COVID-19 fear related to the COVID-19 pandemic were mostly in the category of “a non-preventable/unstoppable situation” (17.14%) and “a life-changing situation” (17.14%).

When the categories of metaphors identified by emerging adults experiencing COVID-19 fear regarding the COVID-19 pandemic were analyzed, it was found that women mostly 6 (16.67%) reported metaphors for the categories of “a non-preventable/unstoppable situation” while men mostly 2 (5.55%) produced metaphors for the categories of “obscurity”, “a situation that causes negative emotions” and “a life-changing situation”. One participant described the COVID-19 pandemic with the metaphor of “pangs of love”, explaining, “I don't believe it will ever

end (Ö)", and another participant using the metaphor of "swamp" explained it as "It doesn't end (O)", which all reflects despair about the situation.

When the metaphor categories of emerging adults experiencing COVID-19 fear were examined, it was found that those who had COVID-19 mostly 7 (19.44%) produced metaphors for the "a life-changing situation" category. The fear of COVID-19 results from both the fact that the virus is new and the uncertainty about how much the pandemic may worsen (Asmundson & Taylor, 2020). Individuals who have had COVID-19 have experienced what they can face during the process. However, it is unclear what will happen in case of re-infection with the virus again. The loss of relatives as a result of death, the weakening of social support systems, the limitation of access to health services, and the economic difficulties experienced by the individual are the factors that cause the individual to reorganize his or her life (Fegert et al., 2020). Overall, these reasons may explain why the category of metaphors stated by adults who have experienced COVID-19 fear and who have the fear of COVID-19 is mostly "a life-changing situation".

Results demonstrate that those who had COVID-19 and did not receive any psychological support 31 (86.11%) more metaphors. It was also noted that emerging adults' fear of COVID-19 and not receiving psychological support mostly expressed metaphors for the category of "a situation that causes negative emotions." Individuals may have problems related to mental health during the COVID-19 process. There are many studies on the impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of individuals (Qiu et al., 2020; Wang et al., 2020a; Wang et al., 2020b; Kara & Çanakçı, 2022). The fear of COVID-19 also affects the mental health of individuals (Fegert et al., 2020). Therefore, it is important to receive psychological support from mental health specialists during the process.