



**KOVID-19 Salgın Sürecinde Öznel Esenliği Koruyucu Bireysel, Ailesel ve Sosyal Faktörlerin İncelenmesi**

**Program Kodu: 1001-Kovid-19**

**Proje No: 120K390**

Proje Yürütücüsü:

**Doç. Dr. Aslı ÇARKOĞLU**

Araştırmacı(lar):

Prof. Dr. Mary Lou O'Neil ŞİMŞEK

Bursiyer(ler):

İbrahim YAKIN

Handenur KALAY

...

ARALIK 2020

İSTANBUL

## Önsöz

Bu proje ile KOVİD-19 salgın sürecinde, bireysel, ailevi ve sosyal faktörlerin öznel esenliği ne şekillerde etkilediği 1800 kişi ile yapılan bir anket çalışması üzerinden incelenmiştir. KOVİD-19 salgın süreci Mart 2020 itibariyle toplumumuzun tamamının hayat akışını ani ve derinden etkileyen, zamana yayılmış yüksek düzeyde stresli küresel bir olaydır. Bireylerin fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik esenlikleri açısından önemli sonuçlar doğuran böylesi streslerle başa çıkma süreçlerinin çalışılmasının sağlık psikolojisi, aile çalışmaları ve medikal sosyoloji alanlarında uzun ve geniş bir geçmişi vardır (bu geniş yazımın güncel bir özeti için bkz Lovallo, 2016; Cockerham, 2017; Boss ve ark, 2016). Ancak söz konusu başa çıkma süreçlerinin stres kavramı çerçevesinde sosyal bilimler yazımında ele alınışının geçmişinin yalnızca 70 yıllık olduğu ve bunun insan toplumlarının KOVİD-19 boyutunda bir virüs salgınını yaşadığı 1918'den epey sonra başladığı unutulmamalıdır. Dolayısıyla böylesi bir küresel salgın tehdidi karşısında bireylerin ne boyutta ve ne şekillerde tepkiler geliştirdikleri ve hangi faktörlerin bu tepkileri şekillendirmekte etkin olduğu konusundaki bilgimiz oldukça sınırlı ve eksiktir. Küresel seviyede etkili bu tür olaylar sırasında geniş gruptan toplanan zengin veri setleri, bu süreçte yaşanan olayların şeklini ve boyutlarını anlamamızı sağladıkları için çok değerlidir.

KOVİD-19 salgını gibi küresel ölçekte etki yapan olayların farklı boyutlardaki etkilerinin çalışılmasının bilim camiası için önemi aşikardır. Söz konusu olay hakkında şu sıralarda yapacağımız her türlü ölçüm önemli bir tespit noktası oluşturmuş, olay sonrasında hangi olguların izlemeye değer olduğunu anlamamıza yardımcı olmuş ve böylece ölçümlenen etkilerin nedensel oluşum mekanizmalarını anlamamıza ve uygun veri setleri oluşturmamızı sağlayacak alt yapıyı başlatmıştır. TÜBİTAK 1001 kapsamında desteklenen bu proje ile KOVİD-19 gibi küresel etki yaratan olayların en önemli eksiği olan “zamansal yakınlık” boyutunu karşılayan, olayın en derin etkilerinin yaşandığı zaman diliminden detaylı veri toplama şansımız olmuştur.

## İçindekiler

Özet-Abstract .....	vii
1.Giriş ve Literatür .....	1
1.1. Öznel Esenlik	
1.2 Aile, İlişkiler ve Öznel Esenlik	
1.3 Dayanıklılık	
1.4 Bireysel Stres ve KOVİD-19 Algısı	
2.Gereç ve Yöntemler .....	6
2.1.Veri Toplama Araçları .....	6
2.2.Kullanılan Standart Ölçeklerin Güvenirlik ve Geçerlilik Bilgileri .....	7
2.2.1.Gelecek Kaygısı Ölçeği	
2.2.2.Bakım Verme Yüğü Ölçeği (BSFC-s)	
2.2.3.Dayanıklılık Ölçeği (DRS-15)	
2.2.4.Aile İletişimi: Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ)- İletişimi alt ölçeği	
2.2.5.Olumlu Duygulanım: PANAS-Pozitif duygu alt ölçeği	
2.2.6.Olumsuz Duygulanım: CES-D-10Depresyon Ölçeği	
2.2.7.Hayat Doyumu Ölçeği	
2.2.8.Algılanan Stres Ölçeği (PSS-4)	
2.3.Örneklem .....	12
2.3.1.Türkiye Temsili Örneklem	
2.3.2.Beyaz Yaka ve Sağlık Çalışanı Örnelemi	
2.4. Veri Analizi .....	14
2.4.1.Betimleyici Analizler	
2.4.2.Yapısal Eşitlik Modelleri	
3.Bulgular .....	16
3.1. Telefon Anketi Grubu .....	17
3.1.1.Pandemi Öncesi ve Sırasında Karşılaştırmaları	
3.1.2.Telefon Anketi Grubu İçin Hayat Doyumu Yordayıcıları	
3.2.Çevirim İçi Anket Grubu .....	28
3.3.Telefon ve Çevirim İçi Birleştirilmiş Betimleyici Analizler .....	30
3.3.1.Pandemi Sırasında İş ve Çalışma Hayatı	



### 3.3.2. Pandemi Sırasında Sağlık Davranışları

### 3.3.3. KOVİD-19 Algısı

## 3.4. Pandemi Sırasında Öznel Esenlik .....41

### 3.4.1. Grup Farklılıkları

#### 3.4.1.1. Evli-Evli Olmayan Kadın ve Erkekler

#### 3.4.1.2. Çalışan-Çalışmayan Kadın ve Erkekler

### 3.4.2. Regresyon Analizleri

#### 3.4.2.1. Hayat Doyumu

#### 3.4.2.2. Olumlu Duygulanım

#### 3.4.2.3. Olumsuz Duygulanım

### 3.4.2. YEM Modelleri

## 4. Sonuç ve Tartışma .....55

### 4.1. Araştırmanın Katkıları .....55

### 4.2. Araştırmanın Sınırları .....56

### 4.3. Sonuç .....57

## 5. Kaynakça .....60



## Tablo ve Şekil Listeleri

### Tablolar:

- Tablo 1: KOVİD-19 Pandemi Sürecinin Birey İçin Olası Stres Kaynakları
- Tablo 2: Değişkenler, Ölçüm Araçları ve Anket Maddesi Sayısı
- Tablo 3. Hayat ve İlişkilerden Memnuniyet - Pandemi Öncesi ( $T_1$ )
- Tablo 4: Yakın İlişkilere Güven - Pandemi Öncesi ( $T_1$ )
- Tablo 5. Hayat ve İlişkilerden Memnuniyet - Pandemi Sırası ( $T_2$ )
- Tablo 6. Hayat ve İlişkilerden Memnuniyet - değişim ( $T_2-T_1$ )
- Tablo 7. Güven ve İlişki Memnuniyeti Korelasyonları
- Tablo 8. Telefon Anket Grubunun Tümü İçin 1. Regresyon Modeli
- Tablo 9. Telefon Anket Grubunun Evli ve Çocuk Sahibi Olanlar İçin Regresyon Modeli
- Tablo 10: Herkes İçin Öznel Esenlik Belirleyicileri
- Tablo 11. Hayat Doyumu İçin Tüm Grupla Yapılan Regresyon
- Tablo 12. Olumlu Duygulanım İçin Tüm Grupla Yapılan Regresyon
- Tablo 13. Olumsuz Duygulanım İçin Tüm Grupla Yapılan Regresyon

### Şekiller:

- Şekil 1: Bakım Verme Yükü Ölçeğinin OFA Sonuçları
- Şekil 2: Dayanıklılık Ölçeğinin OFA Sonuçları
- Şekil 3: Telefon Anketi Örneklem Oluşumu - TTCKA Yıllarına Göre
- Şekil 4: Beyaz Yaka Çalışanların Meslek Gruplarına Göre Dağılımı
- Şekil 5: Telefon Anketi Grubu Temel Demografikler
- Şekil 6. Telefon Anketi Grubu Medeni Durum ve Aile Yapısı
- Şekil 7. Telefon Anketi Grubu Çalışma Durumu
- Şekil 8. Telefon Anketi Grubu Aile Ekonomik Durum Değerlendirmesi
- Şekil 9. Telefon Anketi Grubu Siyasi Yönelim
- Şekil 10. Babaların Çocuk Bakımına Katkısı - Düzenli Yapıldığı Bildirilenler
- Şekil 11. Pandemi Öncesinde ve Sırasında Erkeklerin Çocuk Bakımına Katkısı
- Şekil 12. Erkeklerin Ev İşlerine Katkısı - Düzenli Yapıldığı Bildirilenler
- Şekil 13. Pandemi Öncesinde ve Sırasında Erkeklerin Ev İşlerine Katkısı
- Şekil 14. Çevirim içi Anket Grubu Cinsiyet ve Eğitim Durumu
- Şekil 15. Çevirim içi Anket Grubu Medeni Durum ve Aile Yapısı
- Şekil 16. Çevirim içi Anket Grubu Siyasi Yönelimi



Şekil 17. Çevirim İçi Anket Grubu Ailenin Ekonomik Durum Değerlendirmesi

Şekil 18. Birleştirilmiş Grup Cinsiyet

Şekil 19. Birleştirilmiş Grup Medeni Durum

Şekil 20: Birleştirilmiş Grup Eğitim Durumu

Şekil 21. Birleştirilmiş Grup Siyasi Yönelim

Şekil 22. Birleştirilmiş Grup Çalışma Durumu

Şekil 23. Pandemi Sürecinde İş Ortamı

Şekil 24. Birleştirilmiş Grup Meslek Grupları

Şekil 25. Birleştirilmiş Grup İş Kaybı Oranları

Şekil 26. Pandemide Yeme Alışkanlığı Değişimi

Şekil 27. Pandemi Süresinde Kilo Değişimi

Şekil 28. Pandemi Süresinde Sigara Kullanımı

Şekil 29. Pandemi Süresinde Sigara Kullanımı Değişimi

Şekil 30. Pandemi Süresinde Sigara Kullanım Artış Sebepleri

Şekil 31. KOVİD-19 Endişe Seviyesi

Şekil 32. KOVİD-19'da Korunmak İçin El Yıkama

Şekil 33. KOVİD-19'da Korunmak İçin Maske Takma

Şekil 34. KOVİD-19'da Korunmak İçin Sosyal Mesafe

Şekil 35. Sosyal Mesafe Uygulamalarına Uyum

Şekil 36. Alınan Kişisel Önlemlerin KOVİD-19'dan Korunmak İçin Etkisi

Şekil 37. Evliler İçin Öznel Esenlik YEM

Şekil 38. Evli kadınlar İçin Öznel Esenlik YEM

Şekil 39. Evli erkekler İçin Öznel Esenlik YEM

Şekil 40. Evli Çalışan Kadınlar İçin Öznel Esenlik YEM

Şekil 41. Evli Çalışmayan Kadınlar İçin Öznel Esenlik YEM

## ÖZET

Bu proje ile KOVİD-19 salgın sürecinde, bireysel, ailevi ve sosyal faktörlerin öznel esenliği ne şekillerde etkilediği 1832 kişi ile yapılan bir anket çalışması üzerinden incelenmiştir. Katılımcıların büyük bölümüne (1219 kişi) var olan bir projenin Türkiye nüfusunu temsil yetisi olan katılımcı havuzundan erişilirken, KOVİD-19 salgın sürecinden farklı şekillerde etkilenmesi tahmin edilen sağlık çalışanları ve evden çalışmak düzenlemesine geçenlerden oluşan 613 kişilik bir gruba ise meslek örgütleri ve sosyal medya üzerinden erişilmiştir. Anket çalışması 1219 kişilik katılımcı grubuna telefon, kalan 613 kişilik gruba ise çevirim içi bir anket uygulama yazılımı üzerinden sunulmuştur. Uygulanan anket ile bireysel (dayanıklılık, algılanan stres, gelecek endişesi ve KOVİD-19 algısı), ailevi (aile içi iletişim, bakım paylaşımı, bakım yükü ve ilişki memnuniyeti), ve sosyo-ekonomik (yaş, meslek, eğitim, gelir vb) değişkenler üzerine bilgilerin yanı sıra öznel esenlik (hayat doyumu, olumlu ve olumsuz duygu yaşantısı, sağlık örseleyici davranışlar) üzerine de bilgi toplanmıştır. Tüm bu değişkenler bir seri regresyon analizi ve yapısal eşitlik modeli (YEM) üzerinden incelenmiş, kadın-erkek, çalışan çalışmayan gibi bazı alt gruplar için farklı modeller geliştirilmiştir. Projenin bulguları KOVİD-19 pandemi sürecinde bireysel esenliği artırma amacı ile ruh sağlığı profesyonelleri, siyasa yapıcılar ve halk yararına çalışan sivil toplum kuruluşları ile paylaşılmaya hazırdır.

Anahtar Kelimeler: öznel esenlik, Kovid-19, stres, bakım yükü, bireysel dayanıklılık



## ABSTRACT

This study aimed to investigate the impact of personal, familial and social factors on individual well-being during the COVID-19 pandemic via a survey of 1832 participants. Majority of the participants (1219 people) were recruited from the participant poll of a previous study that is nationally representative. An additional 613 participants were recruited from subgroups of the population thought to be affected differently by the COVID-19 pandemic –health care workers and white-collar workers who had to work from home as a pandemic prevention measure- via professional associations and social media recruitment calls. The survey was completed on the phone for the 1219 participants, while the remaining 613 filled it out via an online surveying application. The survey included items evaluating personal (hardiness, future anxiety, perceived stress and perceptions of the COVID-19 infection), familial (relationship satisfaction, family communication, care responsibility sharing, caregiving burden), and socio-economic (age, occupation, education, income) variables as well as information about the state of their personal well-being (life satisfaction, positive and negative affectivity, and health risk behaviors). The relationships among these variables were investigated utilizing a series of regression analyses and structural equation models (SEM) fit for various subgroups such as women-men, working-unemployed. Findings are ready to be shared with mental health professions, policy makers and NGOs serving the communities involved with the aim of reducing the harmful effects of COVID-19 pandemic on individual well-being as well as preparing preventive and intervention programs for similar large scale life altering events.

Key Words: subjective well-being, COVID-19, stress, caregiving burden, hardiness





## 1.Giriş ve Literatür

KOVID-19 salgını, dünya çapında milyonlarca hayat üzerinde olağanüstü etkileri olan tarihi bir olay niteliğindedir. Aralık 2019'dan bu yana, Korona Virüs Hastalığı (COVID-19) hızla yayıldı, 11 Mart 2020 itibariyle salgının pandemi düzeyine geldiği ilan edildi ve Ocak 2021 itibariyle 218 ülkede, toplam 101 milyondan fazla insana bulaştı ve 2.1 milyondan fazla insanın hayatına mal oldu (WHO, <https://covid19.who.int/table> ). Enfeksiyonun yayılmasını ile birçok ülke hastalığın yayılmasını yavaşlatmayı amaçlayan sosyal mesafelenme ve karantina uygulamaya başladı. Türk hükümeti Türkiye' deki ilk KOVID- 19 vakasını 11 Mart' ta bildirdi ve 23 Mart' itibariyle bütün okullar ve üniversiteler kapattı ve izleyen aylarda eğitim sistemi çoğunlukla çevirim içi olarak devam edebildi. 3 Nisan 2020'de 30 büyük belediyeye 15 günlük giriş ve çıkış yasağı ile 65 yaş üstü ve 20 yaş ve altı bireylere sokağa çıkma yasağı ilan edildi (Kanbur ve Aygül, 2020). Kamusal alanda maske kullanımı zorunlu hale geldi (ve Ocak 2021 itibariyle bu durum devam etmekte). 2020 Nisan ayındaki bir seri 3- 4- ve 7 günlük ülke çapı karantina uygulaması sonrası Mayıs 2020 itibariyle “yeni normal” olarak ifade edilen, sosyal mesafelenme, maske kullanımı ve el yıkama önlemlerinin eşliğinde sosyal ve ekonomik hayatın kontrollü açılımı sürecine girildi. Bu araştırmanın veri toplama sürecinin büyük bölümünün de yaşandığı yaz ayları, bu “sınırlı açılım” sürecinde geçti. Ancak sonbahar aylarında havanın soğuması ve hayatın kapalı ortamlara dönüşü ile enfeksiyon oranlarındaki yeni artış ikinci dalga karantina uygulamalarını beraberinde getirdi. Ocak 2021 itibariyle Türkiye'de KOVID-19 vaka sayısı 2.5 milyona yaklaşırken, vefat sayısı 25.000'i aşmış durumdadır (<https://covid19.saglik.gov.tr>).

Böylesi küresel, uzun süren, çok fazla sayıda birey için çok ciddi sonuçlar yaşatan bir sorun birey öznel esenliğini nasıl etkiler? Bu zorlu yıl (belki de 2 yıl) ardında nasıl bir insan güruhu bırakacak? Onlara destek olmak için nasıl bir hazırlık yapmalıyız? Bu sorular özellikle sağlık alanında çalışan profesyonellerin pandeminin ilan edildiği günden beri aklında olan sorular. İnsanlık tarihi boyunca çok fazla sayıda pandemi atlatmış olabilir. Ancak veri temelli sosyal bilim araştırmalarının doğumundan bu yana bu boyutta bir küresel salgın yaşanmadı. Elimizdeki teoriler, müdahale yöntemleri, ölçüm araçları böylesi bir testi geçmedi. Bu sebeple bu yıl içinde yapılan araştırmalar ve toplanan veri, bundan sonraki onlarca yıl sosyal bilimlerde kullanılarak dersler çıkarılacak, yeni teorilere alt yapı oluşturacak değerde. Bu dönemin belirleyici önemini kavrayarak Mayıs 202'de çağrıya çıkan TÜBİTAK 1001-covid-19 sosyal bilimler programı çerçevesinde fonlanan bu çalışma da bu çabaya bir nebze de olsa destek vermek amacı ile planlandı. Araştırmanın birincil amacı KOVID-19 küresel salgınının Türkiye'deki yetişkinlerin öznel esenlikleri üzerindeki etkilerinin sağlık psikolojisi,



aile ve kadın çalışmaları perspektiflerinden incelenmesi ve çeşitli seviyelerde (birey, aile, siyasa yapımı) çözüm önerileri geliştirilmesine alt yapı oluşturacak bir veri tabanı oluşturulması idi.

Bu genel amaç doğrultusunda araştırma kapsamında KOVİD-19 salgın durumunun oluşturduğu bireysel stres, bireyin dayanıklılık özellikleri, bireyin KOVİD-19 algısı ve aile ilişkilerinin birey esenliği üzerindeki incelenmesi hedeflenmiş ve gerçekleştirilmiştir. Öznel esenliğin bu üç seviyedeki belirleyicileri onlarcadır, ancak hepsi çevresel müdahale veya önlemeye imkanı tanımaz (Layous ve Lyubomirsky,2014). Örneğin şimdiye kadar alanda yapılmış araştırmalar kişilerin genetik yatkınlık ve alt yapılarının öznel esenlik deneyimini belirlemede önemli rolü olduğuna, yani bir çeşit “mutluluk geninden” bahsedebileceğine işaret etmektedir (Inglehart ve ark., 2014). Bu araştırma, bu ve benzeri, şu anki bilgi altyapımız ve yeterliliğimiz ile bir müdahale programı geliştirmek mümkün *olmayan* esenlik belirleyicilerini *incelemeyi* seçmiştir. Bu araştırma projesi kapsamında çalışılacak tüm esenlik ve onu etkilediği düşünülen değişkenler psikologlar, siyasa yapıcılar ve halka hizmet verme amaçlı sivil toplum kuruluşları tarafından birey esenliğini arttırmak veya azalmasını engellemek amacıyla geliştirilecek uygulamalarda kullanılmaya uygunlukları düşünülerek seçilmişlerdir.

### 1.1.Öznel esenlik

Bireyin fiziksel, psikolojik ve sosyal iyi oluş hali, yani öznel esenliği, son 20 yıldır pozitif psikoloji akımı içinde yoğun olarak çalışılmaktadır. Alanın önde gelen isimlerinden Ed Diener, yakın zamana kadar sosyal bilimlerin insanlığın olumsuz deneyimleri ve hayat şartlarına odaklandığını, günlük hayatın önemli bir parçasını oluşturan olumlu deneyimlerin ise büyük ölçüde göz ardı edildiğini belirtir (Myers ve Diener, 1995; Diener, 2009). Örneğin psikoloji alanında Myers'ın 2000 yılında yaptığı bir taramaya göre 1887- 1999 arası olumsuz deneyimlere bakan araştırma sayısı, olumlulara bakanlara oranla 14 kat daha fazladır (Myers, 2000). Bu duruma ek olarak, hayat kalitesi üzerine yapılan araştırmalar ortaya çıkarmıştır ki, suç istatistikleri ve gelir dağılımı gibi objektif sosyal belirleyiciler tek başlarına hayat kalitesindeki değişimleri açıklamakta yetersizdiler (Kahneman, 1999; Diener ve Suh, 1997). Daha başarılı bir açıklama için değerler ve beklentiler gibi öznel faktörlerin de göz önüne alınması önerilmiştir. Demografik belirleyiciler açısından, yaş, cinsiyet, gelir ve fiziksel çekicilik gibi öznel esenlik üstünde önemli etkisi olacağı düşünülen değişkenlerin etkisi çok az veya dolaylı çıkarken (Myers ve Diener, 1995; Inglehart, 2000) evlilik, tutarlı şekilde yüksek öznel esenlik ölçümleri ile olumlu korelasyon göstermiştir (Wilson, 1967; Mastekaasa, 1994).



Ryan ve Deci (2001) öznel esenliği “optimal psikolojik işlevsellik ve deneyim” olarak tanımlarken, Myers ve Diener (1995) **“yaygın olumlu duygulanım, seyrek olumsuz duygulanım ve genel bir hayat doyumu hissi”** olarak tanımlıyor. Biz de bu araştırmada Myers ve Diener’in tanımını öznel esenlik kavramının ölçümünde yol gösterici tanım olarak kullandık.

Bu araştırma çerçevesinde olumlu duygulanım sıklığının ölçümü için Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği’nin kısa versiyonunun olumlu duygular alt ölçeğini (PANAS-SF), olumsuz duygulanım sıklığını ölçmek için CESD-10 Depresyon ölçeği (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale-10) (Anderson ve ark., 2004), genel hayat doyumu hissini ölçmek için ise Hayat Doyumu Ölçeğini (Diener ve ark., 1985; Durak ve ark., 2010) kullandık. Bu ölçümlere ek olarak, öznel esenliğin davranışlara yansımaları değerlendirmek adına bir grup sağlık örseleyici davranışın (sigara ve alkol kullanımı, KOVİD-19 korunma davranışları) değerlendirmesini de yaptık.

Sigara ve alkol kullanımı gibi bağımlılık yapıcı maddelerin kullanımının bireysel stres seviyesinin artışı ile arttığı bilinen bir olgudur. Madde kullanımı, sağlık örseleyici, olumsuz baş etme yöntemleri listelerinin üstünde yer alan, stres artışı ile bireyin iyi baş edemediğinin bir göstergesidir. Bireyin bu başarısız başa çıkma aracı, uzun süreli devam eden stresli ortamlarda bireyin hem fiziksel hem de ruhsal sağlığına ciddi tehdit oluşturmaya başlar. KOVİD-19 salgın sürecinde de bu maddelerin kullanım seviyelerinin nasıl değiştiği hem halk sağlığı hem de ruh sağlığı profesyonellerinin yakından ilgilendiği bir konu olmuştur. Bu çalışma kapsamında da bir seri (7 adet) anket sorusu ile bireylerin KOVİD-19 öncesi ve sırasındaki tütün ve alkol kullanım durumları sorgulanmıştır.

## 1.2. Aile, ilişkiler ve öznel esenlik

Araştırmalar bu konuda sözbirliği etmişçesine aynı şeye işaret ediyor: sağlıklı sosyal kontak öznel esenlik için vazgeçilmezdir. Birçok araştırma hayatından memnun ve mutlu kişilerin aynı zamanda aile ve arkadaşlık ilişkilerinde de yüksek doyum raporladıklarını gösteriyor (Pinquart ve Sörensen, 2000; Rojas, 2006; Diener, 2009). Aile ilişkilerinin uyumlu ve destek verici olmasının birey esenliğini arttırdığı, kaotik ve güvensiz ilişkilerin ise birey esenliğini düşürdüğü yine, bir seri çalışma ile gösterilmiştir (Diener ve Biswas-Diener, 2008; Diener, 2009). Bu çalışmada aile üyeleri ve arkadaşlara güven, aile üyeleriyle olan ilişkiden duyulan memnuniyet, aile bakım sorumluluklarının paylaşımı ile ailenin iletişim kalitesi ölçümleri yapılarak bireylerin ilişkisel eksenindeki esenlikleri incelenmiştir.



Aile ilişki memnuniyeti 2019 ve 2020 Ocak aylarında yapılan TTCKA anketinde ölçülmüştür. Ölçümler bu çalışma kapsamında da yenilenecek ve bu alt grupta zaman içinde değişimleri incelenecektir. Aile ilişkilerinden memnuniyet aile çalışmaları ve psikoloji yazımında önemli bir öznel esenlik faktörü olarak sayılmakta ve bireyin genel ruh sağlığını koruyucu etkileri olduğu görülmektedir (Diener ve Biswas-Diener, 2008).

Eşler arası aile bakım sorumluluklarının paylaşımı, ailenin birey esenliğine –özellikle de bakımdan sorumlu yetişkin üyelerine- işlevsel katkısıdır. Bakım sorumluluğunun eş tarafından paylaşımı bireyin günlük hayat yoğunluğunu azaltarak onu stresin olumsuz etkilerine karşı korumakta ve genel esenliğini arttırmaktadır (Newland, 2015). KOVİD-19 salgın sürecinde okulların kapanması ve birçok iş alanında evden çalışma uygulamasına geçilmesi ile ailelerin aynı ortamda geçirdikleri zamanda önemli artış olmuştur. Bu artış aile bireylerinin normal günlerde okul sistemine devrettiği bakım ihtiyaçları ve bakım saatlerinin yine aileye dönmesine sebep olmuş ve özellikle aynı ortamda çalışması da beklenen kadınlar için ciddi bir iş yükü ve sorumluluk artışına sebep olmuştur. Bu süreci salgın öncesi aile hayatında eşler arası paylaşım ile yürüten ailelerin bu sürecin getirdiği şartlara uyumlarında daha az zorlanacağı düşünülebilir. Bu paylaşımın devamı da bakım sorumluluğu olan ailenin yetişkinlerinin, özellikle de kadınlarının üzerinde bakım yükü stresini azaltıcı ve dolayısı ile de onların öznel esenliklerine katkı sağlayıcı bir etki olabilir. Benzer bir etki aile üyesi kadınların çalışmadığı ancak evde bakım ihtiyacı olan yaşlı veya engelli aile üyeleri olan aileler için de geçerli olabilir.

Epstein'in 1973'de ilk kez tanımlamaya başladığı McMaster aile işlevsellik modeline göre ailenin birincil işlevi üyesi olan bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişimlerine uygun ortam yaratmaktır. Bu işlevi yerine getirebilmek için, aileler bir seri görev yüklenirler (yemek ve barınma gibi fiziksel ihtiyaçları karşılama, yaşa uygun eğitim sağlayarak gelişimsel ihtiyaçları karşılama ve acil durum planlamaları yaparak bireyin olası hayat krizlerini atlatmasına aracı olmak gibi). KOVİD-19 gibi aile üyelerinin duygu yoğunluğunun olduğu kriz dönemlerinde açık ve net iletişim kanalları aile üyelerinin duygu kontrolleri ve stres ile başa çıkma yöntemlerini kolaylaştırıcı bir etki yaratabilir. Açık, net ve direkt iletişim ailelerin işlevselliğini arttıran, üyelerinin de esenliğine olumlu katkı sağlaması beklenen bir özelliktir.

### 1.3. Dayanıklılık

Psikolojik dayanıklılık, hem bir strese uyum sağlama süreci -bir sonuç- (Hunter, 2001) hem de zor hayat deneyimlerine karşı ayakta kalma gücü –bir kaynak- (Wagnild ve Young, 1993) olarak tanımlanmıştır. Dayanıklılığa bir kaynak olarak bakan çalışmalar bu olguyu bir çeşit kişilik özelliği gibi çok sık değişime uğramayan bir olgu olarak tanımlar (Jacelon, 1997).



Ancak, konu üzerine yapılan araştırmalar dayanıklılık becerilerinin genetik bir alt yapıdan çok hayat yaşantıları sonucunda öğrenilebilir yetiler olduklarını göstermiştir (Beardslee ve Podorofsky, 1988). Çok açılı, karmaşık bir yapıya sahip olduğu gösterilmiş olan psikolojik dayanıklılığın üç boyutundan bahsedilebilir: Yaşamı ilginç ve anlamlı görme yönelimi olarak tanımlanan *adanmışlık*, bireyin harekete geçerek sonuçları etkileyebileceği düşünceyi olarak tanımlanan *kontrol* ve yaşama bir macera ve keşif yolculuğu olarak bakışı temsil eden *mücadele* boyutu. Birçok çalışma, buradaki tanımıyla dayanıklılığın stresin sağlık ve genel performans üzerindeki olumsuz etkilerine karşı koruyucu etkisini göstermiştir (Bartone, 1999; Britt, Adler ve Bartone, 2001; Eschleman, Bowling ve Alarcon, 2010). Burada önerilen çalışmada bireysel dayanıklılık, KOVİD-19 salgın stresi ile baş etme sürecinde esenliği koruyucu kaynak etkileri incelenmiştir.

#### 1.4. Bireysel stres ve KOVİD-19 algısı

Folkman ve Lazarus (1984) stresi kişi ve çevresi arasında gelişen, kişi tarafından kendi kaynak ve şartlarının sınırlarını aşan ve esenliğini tehdit edici olarak değerlendirilen öznel bir süreç olarak tanımlar. Bu tanım çerçevesinde, bireylerin deneyimleyeceği stresin nesnel ölçütleri olamayacağı gibi aynı olay her bireyde aynı seviyede stres deneyimi de yaratmayacaktır. KOVİD-19 salgın süreci tam da bu tanıma uyar şekilde, toplumdaki her bireyi farklı açılardan ve farklı seviyelerde etkileyerek bireylerin gösterecekleri tepkileri tahmin etmeyi ve esenliklerini korumak amacıyla neler yapılması gerekeceğini planlarken çok değerkenli ve girift etkileşimli bir çerçeveden düşünmeyi zorunlu kılar niteliktedir. KOVİD-19 salgının yarattığı stres ile başa çıkma dendiğinde aşağıda Tablo 1’de listelenmiş 13 olası stres yaratıcı kaynak, bu süreç düşünöldüğünde ilk akla gelenler ve kesinlikle tüm olası stres kaynaklarını içermeyen bir listedir (örneğin, kayıp yaşayanların zorlu yas süreçleri ve “sağ kalan suçluluğu” gibi). Her biri ile baş etmek için de farklı süreçler yaşanacaktır. Ancak bu çok boyutlu stres yumağının yarattığı psikolojik yükün, bu süreci yaşayan hemen herkesin öznel esenliğini bir seviyede etkileyeceği düşünölmektedir.

Tablo 1. KOVİD-19 Pandemi Sürecinin Birey İçin Olası stres Kaynakları:

1. Virüsün sebep olduğu KOVİD-19 enfeksiyonu
2. Viral enfeksiyondan kaçınmak için sık sık el yıkamak
3. Viral enfeksiyondan kaçınmak için maske kullanımı
4. Virüsü sevdiklerine bulaştırmamak için fiziksel mesafelenme ve izolasyon
5. Salgın önlemleri kapsamında iş ortamını değerştirmek
6. Salgın önlemleri kapsamında iş yerinin kapanması sonucu gelir kaybı
7. Salgın önlemleri kapsamında okulların kapatılması ve çocukların evden eğitime geçişi



8. Salgın önlemleri kapsamında arkadaş ve akrabalarla olan ilişkilerin kesilmesi veya şeklinin değişmesi
9. Salgın önlemleri kapsamında sokağa çıkma yasakları sonucu hareketsizlik, sıkıntı, gerginlik
10. Salgın sebebiyle iş ve gelir kaybı
11. Salgında yakınlarını kaybetme endişesi
12. Salgının ne zaman biteceğinin belirsizliğinin yarattığı kaygı
13. KOVID-19 hastalığı sonucu yakın kaybı

Stres kaynağının çokluğu, ciddiyeti (severity) ve kontrol edilemezliği algısının depresyon ve endişe bozukluğu gibi ruh sağlığı semptomlarını artırıcı, ruh sağlığı sorunlarını tetikleyici ve hatta oluşturuca olabildiği birçok çalışma ile gösterilmiştir (Monroe ve Simmons, 1991; Chorpita ve Barlow, 1998; Updegraff ve Taylor, 2000; Kendler ve ark., 2000; Diener ve ark., 2009; Fassett-Carman ve ark., 2019;). Biz bu araştırma kapsamında bireylerin Temmuz-Kasım ayları arasında deneyimlediği stres yükü, algılanan stres seviyesi, bakım yükü, gelecek endişesi ve son 3 ay içinde yaşanmış olabilecek 10 hayat olayından (hastalık, yakın kaybı, iş kaybı, gelir kaybı vb) kaçının yaşandığını sorgulayarak değerlendirdik. Buna ek olarak bireysel KOVID-19 enfeksiyon tehdidinin yarattığı stres yükünü ise, hastalığın birey tarafından ne derece endişe verici ve kontrol dışı olarak değerlendirildiğini anket soruları üzerinden sorgulayarak inceledik.

## 2. Gereç ve Yöntemler

Bu çalışma iki örneklem grubuna uygulanacak kesitsel bir anket çalışmasıdır. Anket, bir örnekleme telefon görüşmesi aracılığıyla, diğer gruba ise QUALTICS yazılımı kullanarak oluşturulmuş çevirim içi formatta uygulanmıştır.

### 2.1. Veri toplama araçları

Uygulanması planlanan anketin değişken dağılımı, kullanılan standart ölçüm araçları ve anket maddelerinin içerikleri Tablo 2'deki gibidir:

Tablo 2. Değişkenler, Ölçüm Araçları ve Anket Maddesi Sayısı.

Bağımsız Değişkenler	Ölçüm Aracı	Kaç Madde ile ölçüldüğü
Bakım paylaşımı*	Aile üyeleri arası ev işi ve çocuk bakım sorumlulukları dağılımı ve aile dışı bakım sorumluluğu paylaşımının değerlendirildiği anket soruları (3'lü likert)	18



İlişki memnuniyeti*	Öz ve kayın aile ile eş, ve arkadaş ilişkilerinden memnuniyetin değerlendirildiği anket soruları (10'lu likert)	6
Algılanan stres	Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ-4) (Cohen Kamarck ve Mermelstein, 1983)	4
Aile İletişimi	Aile Değerlendirme Ölçeği (Epstein ve ark., 1983) Aile iletişimi alt ölçeği	9
Dayanıklılık	Dayanıklılık ölçeği (DRS-15) Bartone (2007) Kontrol, anlam, yapıcı mücadele alt ölçekleri	15
KOVID-19 stresi	KOVID-19 enfeksiyonunun ne derece endişe verici ve ne derece kontrol edilebilir bir hastalık olarak algılandığının değerlendirildiği anket soruları (5'li likert)	4
Stres yaratan olaylar	Son 3 ay içinde yaşanan 9 hayat olayının sorgulandığı kontrol listesi	9
Bakım verme yükü	Bakım Verme Yükü Ölçeği (BSFC-s) (Grassel ve ark. 2014)	10
Gelecek endişesi	Kara Gelecek Ölçeği (Zaleski, Sobol-Kwapinska, Przepiorka ve Meisner, 2019)	5
Sağlık örseleyici davranışlar	Tütün ve alkol kullanımı ve kilo alma ile ilgili anket soruları	9
KOVID-19 korunma davranışları	KOVID-19 korunma davranışları (maske kullanımı, sosyal mesafelenme, el yıkama) ile ilgili anket soruları	3
<b>Bağımlı Değişkenler</b>		
Olumsuz Duygulanım	CES-D-10 Depresyon Ölçeği (Anderson ve ark., 2004)	10
Olumlu Duygulanım	Olumlu-Olumsuz Duygulanım Ölçeği'nin (PANAS-SF) (Watson ve ark., 1988) olumlu duygulanım alt ölçeği	5
Yaşam Doyumu	Yaşam Doyumu Ölçeği (Diener ve ark., 1985; Durak ve ark., 2010)	5
<b>Demografik Değişkenler*</b>		
	Algılanan ekonomik durum, çalışma statüsü, yaş, eğitim, gelir, siyasi yönelim	15

\*Bu işaretli değişkenler 2016 yılından beri Toplumsal Cinsiyet ve Kadının Toplumdaki Yerinin Kamuoyundaki Algısı –TTCKA projesi kapsamında toplanmakta. Burada teklif edilen projenin Türkiye örneklem grubundaki bireylerden 2019 veya 2020 Ocak ayında bu değişkenler toplanmış durumdadır.

## 2.2. Kullanılan Standart Ölçeklerin Güvenirlik ve Geçerlilik Bilgileri

### 2.2.1. Gelecek Kaygısı Ölçeği

Kara gelecek ölçeği gelecek kaygısını ölçmek için Zaleski (1996) tarafından geliştirilen Gelecek Kaygısı Ölçeğinin kısa versiyonudur (Zaleski, Sobol-Kwapinska, Przepiorka ve Meisner, 2019). Bu tek faktör yapılı 5 maddeden oluşan ölçek (örn. “Şu an beni rahatsız eden sorunların uzun süre devam edeceğinden korkuyorum.”), 7'li Likert tipi ile ölçülmektedir (0 = Kesinlikle yanlış, 6 = Kesinlikle Doğru). Ölçekten alınan yüksek puan yüksek gelecek kaygısını göstermektedir. Bu ölçeğin Türkiye toplumu için geçerlik güvenirlik çalışması bulunmamaktadır. Ancak Yakın (2021) bu ölçeği yüksek lisans tezinde kullanmış ve gerekli



olan geçerlik güvenilirlik analizlerini yapmıştır. Bu doğrultuda ölçek maddeleri yazar tarafından İngilizce'den Türkçe'ye çevrilmiş, daha sonra tezin danışmanı tarafından İngilizce'ye tekrar çevrilmiştir. Faktör analizinden önce Kaiser-Meyer-Okin (KMO) ve Bartlett değeri hesaplanmıştır. KMO değeri mükemmel denilebilecek seviyededir (0.90). Bartlett testi sonucu anlamlı bulunmuştur,  $\chi^2(10) = 942.208$ ,  $p < .01$ . Temel bileşenler analizi ve oblik döndürme kullanılarak elde edilen yamaç grafiği göz önüne alındığında, tek faktörlü yapının en uygun açıklamayı verdiğine karar verilmiştir. Ölçeğin tek faktörlü yapısı varyansın %66.24'ünü açıklamaktadır. Faktör yükleri sırasıyla 0.81, 0.83, 0.87, 0.75 ve .80'dir. Ölçeğin güvenilirlik analizi için ölçek Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri (STAI-2) ile körele edilmiştir. Kara gelecek ölçeği ve STAI-2 güçlü seviyede pozitif korelasyon göstermektedir,  $r(389) = .69$ ,  $p < .01$ . Son olarak Cronbach's alfa değeri orijinal çalışma ile benzer olarak ( $\alpha = 0.88$ ) 0.87 bulunmuştur. Bu araştırmada ise ölçeğin Cronbach's alfa değeri 0.908 olarak bulunmuştur.

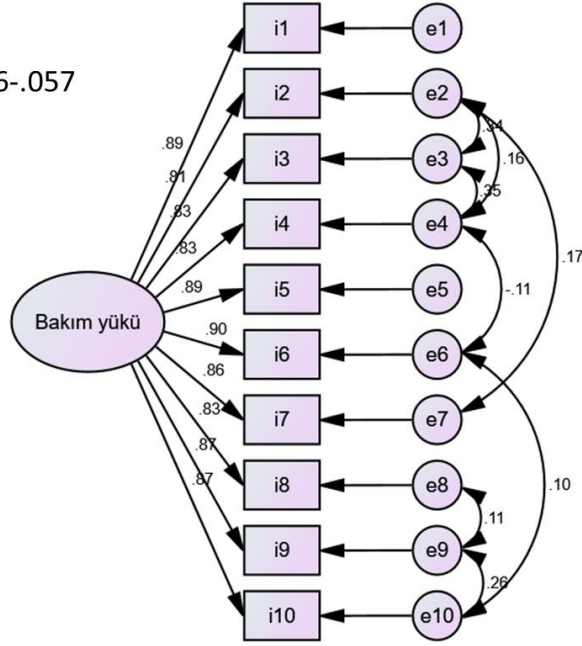
### 2.2.2. Bakım Verme Yüğü Ölçeği (BSFC-s)

Bakım Verme Yüğü Ölçeği (BSFC-s) bakım veren aile üyesinin bakım sorumlulukları sebepli algıladığı olumsuz fiziksel (bitkinlik, enerji eksilmesi vb), sosyal (arada kalma, ilişki kaybı vb.) ve psikolojik (hayat memnuniyeti azalması, "ben" olma hissinde azalma vb.) sonuçları ölçmeyi hedefler. Grassel ve ark. (2014) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek tek faktör yapısında, 10 maddeden oluşmakta ve 4'lü Likert tipi ile puanlanmaktadır (Doğru değil, biraz doğru, çoğunlukla doğru, kesinlikle doğru). Orijinal ölçeğin Cronbach alfa değeri 0.92 olarak bulunmuştur. Yüksek puan yüksek bakım veren yükünü ifade etmektedir.

BSFC-s ölçeğinin Türkçe adaptasyon ve uyarlama çalışması henüz yapılmamıştır. Ancak ölçeğin Türkçe'nin de içinde olduğu tüm Avrupa dillerine çevrilmiş versiyonlarına Erlangen Üniversitesi Hastanesi'nin sitesinde erişilebilmektedir. BSFC-s ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik analizleri için Onaylayıcı Faktör Analizi (OFA) uygulanmış ve tek faktörlü yapı kabul edilmiştir. Onaylayıcı faktör analizinin sonuç grafiği ve model uyum istatistikleri Şekil 1'de görülebilir. Ölçeğin faktör yükleri 0.821 ile 0.897 arasında değişmektedir. BSFC-s ölçeğinin bu çalışmadaki Türkçe versiyonunda Cronbach alfa değeri 0.965 olarak hesaplanmıştır.



Bakım Yüğü Ölçeği  
Onaylayıcı Faktör Analizi  
CFI=.995  
RMSEA=.046 Güven aralığı= .036-.057



Şekil 1. Bakım Verme Yüğü Ölçeğinin OFA Sonuçları

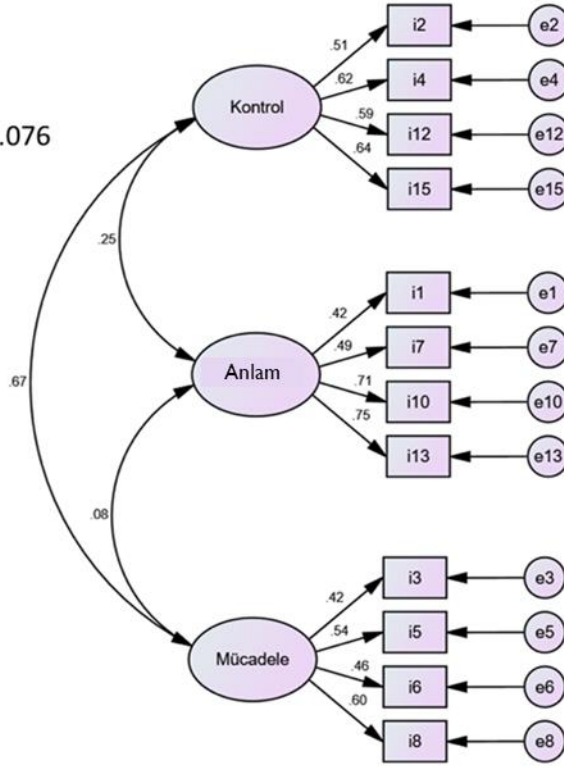
### 2.2.3. Dayanıklılık Ölçeği (DRS-15)

Dayanıklılık ölçeği (DRS-15) Bartone (2007) tarafından benlik dayanıklılığını ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçek 15 maddeden oluşmaktadır ve üç alt boyut içermektedir (Kontrol, Mücadele ve Adanmışlık). Orijinal ölçeğin Cronbach alfa değerleri alt ölçekler için 0.70 ile 0.77 arasında değişirken toplam ölçek için 0.83 olarak bulunmuştur. Ölçek 0 (Hiç doğru değil)'dan 3 (Tamamen doğru)'e puanlanmaktadır. Yüksek puan yüksek dayanıklılığı göstermektedir.

DRS-15 ölçeğinin Türkçe adaptasyon ve uyarlama çalışması henüz yapılmamıştır. Bu sebeple, ölçek maddeleri ilk olarak araştırmacılar tarafından İngilizce'den Türkçe'ye uyarlanmıştır. Daha sonra, Türkçe maddeler iki dili de ileri seviyede konuşabilen bir kişi tarafından İngilizce'ye çevrilmiştir. Geri çevirisi yapılan maddeler orijinal maddelerle karşılaştırıldıktan sonra ölçeğin Türkçe versiyonu oluşturmuştur. DRS-15 ölçeğinin keşif amaçlı faktör analizi yapılmıştır. Varimax rotasyon tekniği kullanılarak elde edilen sonuçlara göre üç faktörlü yapı kabul edilmiştir. Ancak ölçekteki üç maddenin faktörlere yeterli değerde yüklenmediği anlaşıldığı için onaylayıcı faktör analizi yapılmasına karar verilmiş ve bu analizin sonucunda 3 maddenin ölçekten çıkarılması ile oluşan yeni 3 altlı boyut yapısı uygun bir model

oluşturmuştur. Bu OFA sonucunun detayları Şekil 2’de görülebilir. Böylelikle ölçeğin son versiyonunda 12 madde yer almıştır. Ölçeğin faktör yükleri 0.469 ile 0.812 arasında değişmektedir. DRS-15 ölçeğinin 12 maddelik Türkçe versiyonunda Cronbach alfa değeri toplam ölçek için 0.704, Kontrol için 0.677, Yapıcı Mücadele için 0.573 ve Anlam için 0.675 olarak bulunmuştur.

Dayanıklılık Ölçeği  
Onaylayıcı Faktör Analizi  
CFI=.875  
RMSEA=.071 Güven aralığı= .065-.076



Şekil 2: Dayanıklılık Ölçeği OFA Sonuçları

#### 2.2.4. Aile İletişimi: Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ)- İletişim alt ölçeği

Bu ölçek ailenin işlevlerini hangi alanlarda yerine getirdiğini veya getirmediğini değerlendirmek için Amerika Birleşik Devletleri’nde Brown Üniversitesi ve Bulter hastanesi tarafından 1983 yılında geliştirilmiş bir öz-bildirim (self-report) ölçeğidir (Epstein ve ark., 1983). Ölçeğin Türkçe adaptasyon ve uyum çalışmaları Bulut (1990) tarafından yapılmıştır. Ölçek 60 madde ve yedi alt ölçekten oluşmaktadır (Problem Çözme, İletişim, Roller, Duygusal Tepki Verebilme, Gereken İlgiyi Gösterme, Davranış Kontrolü ve Genel İşlevler). Mevcut çalışmada İletişim alt ölçeği kullanılmıştır. İletişim alt ölçeği aile bireyleri arasındaki bilginin değişimi olarak tanımlanmaktadır. ADÖ 1’den 4’e kadar puanlanmaktadır (1 = Hiç Katılmıyorum, 2 = Biraz Katılıyorum, 3 = Büyük Ölçüde Katılıyorum, 4 = Tamamen Katılıyorum). İletişim alt ölçeğinde



9 madde yer almaktadır (“Evde biri üzgün ise, diğer aile üyeleri bunun nedenlerini bilir”). Bu maddelerin 4’ü ters kodlanarak hesaplanmaktadır. Orijinal makalede iletişim alt ölçeği için Cronbach alfa değeri 0.71, mevcut çalışmada 0.818 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınan yüksek puan yüksek/açık iletişimi ifade etmektedir.

#### 2.2.5. Olumlu Duygulanım: PANAS-Pozitif duygu alt ölçeği

Bu ölçek Watson ve ark. (1988) tarafından negatif ve pozitif duygu duygulanımı ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçek 10 adet pozitif ve 10 adet negatif olmak üzere toplam 20 ifadeden oluşmaktadır. “İlgili, heyecanlı, güçlü, hevesli, gururlu, uyanık, ilhamlı, kararlı, dikkatli ve aktif” pozitif duyguları; “sıkıntılı, mutsuz, suçlu, ürkmüş, düşmanca, asabi, utanmış, sinirli, tedirgin ve korkmuş” ise negatif duyguları ifade etmektedir. Ölçek 5’li Likert tipi ile puanlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Gençöz (2000) tarafından yapılmıştır. İç tutarlık katsayıları pozitif duygu için 0.86, negatif duygu için 0.83’dür. Aynı ölçeğin kısa formu Thompson (2007) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçekte ise toplam 10 ifade yer almaktadır (5 ifade pozitif duygu;  $\alpha = 0.80$ , 5 ifade negatif duygu;  $\alpha = 0.74$ ). Bu çalışma kapsamında ölçeğin sadece pozitif duygu durumu alt ölçeği kullanılmıştır. Bu araştırmada pozitif duygu alt ölçeğinin Cronbach’s alfa değeri 0.838 olarak bulunmuştur.

#### 2.2.6. Olumsuz Duygulanım: Depresyon Ölçeği (CES-D-10)

CES-D-10 (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale), on maddeden oluşan ve depresyon semptomlarını ölçek için kullanılan bir öz-bildirim ölçeğidir (Anderson ve ark., 2004; Björgvinsson ve diğ., 2014) Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması yapılmıştır (Tatar ve Saltukoglu, 2010). 10 maddeden oluşmaktadır (“Her şeye çaba harcamam gerektiğini hissettim”). 1’den 4’e kadar puanlanmaktadır (1 = Nadiren, 1 günden az; 2 = Birkaç kez, 1-2 gün; 3 = Bazen, 3-4 gün; Çoğu zaman, 5-7 gün). Ölçekten alınacak yüksek puan yüksek depresif duygulanım ifade etmektedir. Orijinal ölçekte Cronbach alfa değeri 0.89, mevcut çalışmada ise 0.865 olarak hesaplanmıştır.

#### 2.2.7. Hayat Doyumu Ölçeği

Bu ölçek bireylerin hayat doyum düzeylerini ölçmek amacıyla Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek tek faktör yapılıdır ve beş maddeden oluşmaktadır (örn. “Hayatım birçok yönden idealimdekine yakın”). 7’li Likert tipi ile değerlendirilmektedir ve yüksek puan yüksek hayat doyumunu ifade etmektedir. Orijinal çalışmada ölçeğin güvenilirliği 0.87 bulunmuştur. Türkçe geçerlik ve güvenilirliğini Durak ve ark. (2010) tarafından yapılmış, Cronbach alfa değeri 0.72 bulunmuştur. Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach alfa değeri 0.883 bulunmuştur.

### 2.2.8. Algılanan Stres Ölçeği (PSS-4)

Algılanan stres ölçeği (ASÖ) ilk olarak Cohen Kamarck ve Mermelstein tarafından 1983 yılında geliştirilmiştir. İlk versiyonunda 14 maddeden oluşan bu ölçek bireylerin hayatındaki olayları ne oranda stresli olarak algıladığını ölçmektedir. 14 maddelik formun ayrıca 10 ve 4 maddelik versiyonları da bulunmaktadır. Bu çalışmada 4 maddelik versiyonu kullanılmıştır. Ölçek puanlaması Hiçbir zaman (0) ile Çok sık (4) ile 5'li likert tipindedir. ASÖ-4'ün puanları 0 ile 16 arasında değilmekte olup, yüksek puan kişinin stres algısının fazla olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin Türkçe adaptasyonu Eskin ve ark., (2013) tarafından yapılmış, 4 maddelik versiyonu için Cronbach alfa değeri 0.66 olarak bulunmuştur. Mevcut çalışmada Cronbach's alfa değeri 0.567 olarak bulunmuştur.

### 2.3. Örneklem

Bu çalışmanın toplam 1832 kişilik örnekleminin iki farklı şekilde oluşturulmuştur:

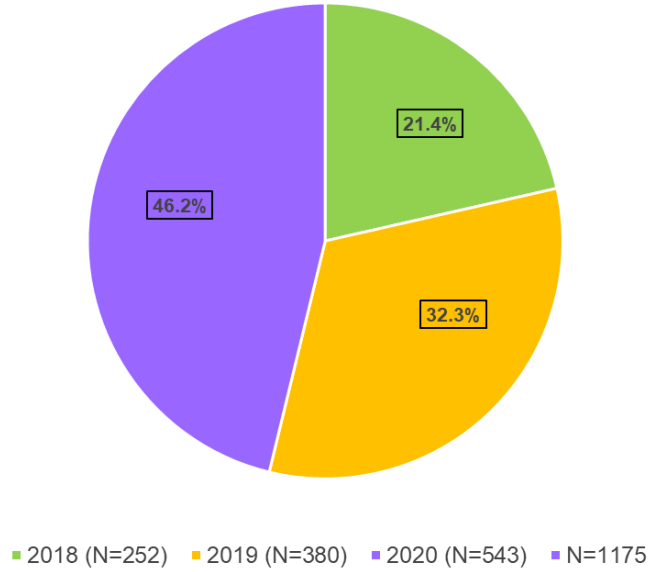
1. Türkiye nüfusunu temsil gücü olan 1219 kişilik örneklem KHAS Toplumsal Cinsiyet ve Kadının Toplumdaki Yerinin Kamuoyundaki Algısı –TTCKA projesi kapsamında 2018, 2019 ve 2020 Ocak aylarında yapılan çalışmada ulaşılan 3600 kişilik temsili örneklem içinden aşağıda detaylanan şekilde telefon görüşmeleri üzerinden toplanmıştır.
2. KOVİD-19 sürecinden toplumun kalanına göre daha farklı şekillerde etkilendiği düşünülen sağlık çalışanları, eğitimciler ve beyaz yakalı özel sektör çalışanlarından oluşan toplam 613 kişilik örnekleme ise meslek örgütleri, şirketler ve/veya sosyal medya çağrılarını aracılığı ile ulaşılmıştır.

#### 2.3.1. Türkiye temsili örneklem:

Bu 1200 kişilik örneklem için genelleme hedefi (hedef nüfus) 18 yaş ve üzeri Türkiye genel nüfusudur. Bu hedef temsiliyeti sağlamak amacıyla KOVİD-19 dönemi öncesinde yapılan TTCKA projesinin 2018, 2019 ve 2020 örneklemeleri temel alınmıştır. Her üç dalga veri toplama sürecinde “küme örneklemesine dayalı, tabakalı, rastsal örneklem seçim yöntemi” (Stratified Clustered Random Sampling) kullanılmıştır. Bu yöntemin detayları için Fişek (2003) incelenebilir. İçinde olduğumuz KOVİD-19 salgın döneminde aşağıda detayı verilecek olan bu yöntemi uygulayarak yeni bir örnekleme ulaşmak şu nedenlerden mümkün değildir: Bu, hane temelli bir seçim yöntemidir. Yani örneklem seçim havuzunu bireyler değil haneler oluşturmaktadır. Türkiye’de farklı bir alternatif havuz kullanılarak temsili örneklem seçimi – yani tüm Türkiye Cumhuriyeti vatandaşlarının dahil olduklarını bildiğimiz ve hangi ilde olduklarını da belirleyebildiğimiz bir veri havuzu- yoktur. Bilinen en geniş ve birçok araştırma projesinden şimdiye kadar kullanılan havuz Adrese Dayalı Nüfus Kayıt sistemidir (ADNK). Ancak bu havuzdan elde edilen nüfusa dayalı mahalle ve hane belirlemesi hanenin fiziksel olarak kapısının çalınarak bir hane halkı üyesi ile yüz yüze görüşme yapmayı

gerektirmektedir. Bu durum içinde olduğumuz sosyal mesafelenme uygulaması kurallarına uymamaktadır, dolayısı ile bu çalışmada böyle yeni bir temsili örneklem oluşturulmamıştır. Bunu yerine, aşağıda detaylandırılan şekillerde Ocak 2018, Ocak 2019 ve Ocak 2020 tarihlerinde oluşturulmuş, haneye gidilmiş, görüşme yapılmış ve (her çoklu noktada çoklu anketör kullanan araştırmada rutin olarak yapıldığı gibi) görüşülen kişilerin kontak bilgileri toplanmış Türkiye nüfusu temsili 3600 kişilik havuz bu araştırmanın örneklem havuzunu oluşturmuştur. Tek fark, bu kez kapılarını çalıp katılımlarını rica etmek yerine telefonlarını çaldırarak katılımları talep edilmiştir. Böylece elde edilen örneklem, bulunduğumuz ortam şartlarında temsiliyet yetisine en yaklaşılabildiğimiz örneklem olma gücüne sahiptir. Üç yıl ve 3600 kişilik havuzdan son oluşan örneklemde yıllara göre nasıl bir dağılım olduğu Şekil 3’de görülebilir:

Çalışmaya ilk katılım yılı



Şekil 3. Telefon Anketi Örneklem Oluşumu- TTCKA yıllarına göre

Orijinal örneklem grubuna ulaşım yöntemi aşağıdaki gibidir:

- Tabakalama ilk olarak NUT2 26 coğrafi bölge ve bu bölgeler içindeki nüfus sayıları esas alınarak yapılmıştır. Her bölgeye düşen anket sayısı nüfusa oranlı dağıtılarak tabakalama yapılmıştır.
- Her bölgeye düşen anket sayıları belirlendikten sonra, küme büyüklüğü 20 esas alınarak her bölgede kaç küme seçileceğine karar verilmiştir.
- Her küme için öncelikle nüfusa oranlı (proportional to size) olarak mahalle seçimi yapılmıştır.



- Seçilen mahalle içinden rastsal olarak bir sokak belirlenmiş.
- Her sokakta rastsal seçim tabloları ile bir hane numarası seçilip bu hane kümedeki diğer hanelerin de seçimine başlangıç numarası olarak referans alınmıştır.
- Kümedeki diğer hane seçimleri bu adres numarasından üçer hane atlayarak 20 örneklem seçimi yapılmıştır.
- Örnekleme giren her haneye en az 3 ziyaret yapılarak görüşme gerçekleştirilmeye çalışılmıştır.
- Hane içindeki görüşmeci seçimi ise hanede bulunan 18 yaş ve üzeri kişiler arasından yine rastsal seçim kurallarına uygun olarak yapılmıştır.
- Türkiye Araştırmacılar Derneği ve ESOMAR Avrupa Araştırmacılar Birliği'nin Etik ve Mesleki Kodları esas alınarak anket saha çalışması gerçekleştirilmiştir.

### 2.3.2. Beyaz Yaka ve Sağlık Çalışanı Örnekleme

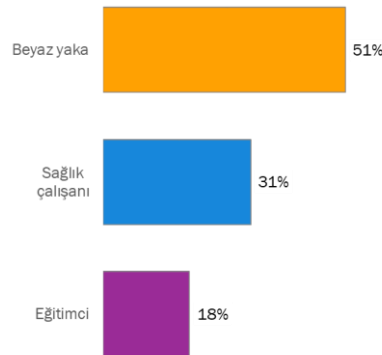
KOVID-19 salgın süreci ve alınan önlemler herkesi eşit etkilememiştir. Bu süreç sağlık çalışanları ve evden çalışmak durumunda kalan, çocukları da okulların kapanması ile evde kalan, bu sebeple de aile bakım ve iş sorumlulukları çelişen kişilerde daha farklı etkiler yaratmıştır. Bu iki grup, Türkiye nüfusu temsili bir örnekleme de kendi içinde anlamlı sayıda bir grup oluşturamayacak kadar nüfusa oranla küçük gruplardır. Ancak süreci deneyimleme ve ülke üretimine etkileri açısından anlamlı bir grup oluşturmaktadırlar. Bu sebeple, bu gruplardan ayrı bir örneklem oluşturularak veri toplanmıştır. Bu oluşturulan alt grubun okuryazarlığı ve çevrim içi erişimi yüksek gruplar olarak elektronik ortamda ankete katılım ihtimali Türkiye ortalamasının epey üstündedir. Bu sebeple bu gruplara hem sosyal medya hem de bu grupların dahil olduğu sivil toplum ya da çalışma ortamlarından katılım davetleri ve anket katılım linki iletilerek ulaşılmıştır.

2020 TÜİK İşgücü İstatistiklerine göre (TÜİK, 2020), Türkiye'de 1.5 milyon sağlık sektörü çalışanı ve 6.7 milyon sağlık sektörü dışı beyaz yaka çalışan var. Bu sayılarla %90 güven aralığında %5 hata payı ile bilgi toplayabilmek için 271 kişilik bir örnekleme ihtiyaç olduğu anlaşılmaktadır (Calculator.net, 2020). Bu araştırmada bu gruplardan 613 kişiye ulaşılmış ve gerekli minimum rahatlıkla sağlanmıştır. Bu örneklemin Türkiye temsili bir örneklem olduğu iddiası doğru olmayacaktır, temsiliyet için İstanbul, İzmir, Ankara sınırları dışına çıkarak Türkiye nüfusunu temsili örneklem seçiminde de detaylandırılana benzer orantısal seçim süreçlerinin gerekliliğini barizdir. Ancak içinde olduğumuz KOVID-19 salgın ortamında böylesi bir örnekleme ulaşım sorunlu görünmektedir. Bu sebeple geniş bir iletişim ağını kullanarak bir çeşit kolaylık örnekleme ulaşılmaya hedeflenmiştir. Örneklem sınırlılıklarının erişilen ağın çeşitliliği ile aşılması hedeflenmiştir. Araştırmanın katılım çağrısı KAGİDER ve GYİAD (Genç Yönetici ve İş İnsanları Derneği) gibi üst seviye yönetici ağlarının yanı sıra



orta ve küçük ölçekli şirketlerin idari çalışanları, TTB İzmir ve Diyarbakır şubeleri, vakıf ve devlet üniversiteleri akademik ve idari kadroları, iki özel lise eğitim kadrosu, Etkin Eczacılar gibi meslek örgütleri içinde de yapılmıştır. Ayrıca Kadir Has Üniversitesi Toplumsal Cinsiyet ve Kadın Çalışmaları Araştırma Merkezi'nin 4 yıldır yaptığı bir özel sektörde çalışan anket çalışmasının kapsamında oluşturduğu şirket ve STK kontaklarına da çağrıyı yayma talebi iletilmiştir. Sosyal medya ve kişisel iletişim ağları (whatsapp veya facebook grupları gibi) da çağrıyı yaymada aracı olarak kullanılmıştır. Tüm bu çabalarla 20,000 kişilik bir gruba çağrının iletildiğini tahmin ediyoruz. Ancak bu gibi kişisel bağ ve izleme olmayan anket çağrılarında her zaman bilindiği gibi, bu gibi çağrılarının geri dönüşü düşük olur (Ilieva, Baron, ve Healey, 2002). KOVID-19 döneminde, onlarca TÜBİTAK destekli benzer çalışmanın da aynı anda sahaya çıktığı ve yüzlerce tez çalışması ve benzeri akademik çalışmanın başka bir erişim imkânı olmadığı için çevirim içi sistemlere döndüğü günlerde belli ki geri dönüş oranı iyice düşmüştür. Buna ek olarak, sağlık çalışanları özelinde sağlık bakanlığı ve hastanelerin de kendi çalışanlarının durumunu izlemek amaçlı birçok benzer çevirim içi çalışma yaptığı hastane yönetimleri tarafından bildirilmiştir. Bu sebeple araştırma teklifinde öngörüldüğü gibi, hastaneler üzerinden katılım çağrısı yapılamamıştır.

Tüm bunların sonucunda, biz de özellikle sağlık çalışanı grubundan verimli bir geri dönüş alamadık. Eylül ayı sonunda sağlık çalışanı katılımcı sayılarının hala sınırlı olduğunu görerek Ekim ve Kasım aylarında aktif olarak sağlık çalışanı devşirmeleri için 10 adet yeni lisans mezunu ve lisans öğrencisi proje yürütücüsü tarafından eğitildi. Bu grubun 2 aylık yoğun uğraşları sonucu eldeki beyaz yaka çalışan grubu aşağıdaki şekilde sonuçlanmış ve anket erişime kapatılmıştır (bkz Şekil 4):



Şekil 4. Beyaz Yaka Çalışanların Meslek Gruplarına Göre Dağılımı

Proje önerisinde bu grupta hedeflenen meslek grupları beyaz yaka özel sektör çalışanları ve sağlık çalışanları ile sınırlı tutulmuştu çünkü araştırma süresi yaz aylarını kapsıyordu ve



pandeminin bir sonraki eğitim yılına devam edip etmeyeceği belirsizdi. Ancak anket çalışması yapıldığı aylarda pandeminin güz dönemine uzayacağı kesinleşti ve eğitimcilerden de veri toplamak gerekli hale geldi. Bu sebeple veri toplamanın son 2 ayında eğitimcilere ulaşmak için özel çaba harcandı. Bu çalışmada daha fazla sağlık çalışanına ulaşmak hedeflenmişti ancak pandemi şartları sağlık çalışanlarını beklenenin çok ötesinde tükettiği için 20 dakikalık bir anket çalışmasına zaman ayırmaya gönüllü ancak 190 gönüllüye erişilebildi. Bu eksik, yeni bir grup olarak eğitimcilerin araştırmaya dahil edilmesi ile kapatılmaya çalışıldı ve bir ölçüde başarı sağlanmıştır.

## 2.4. Veri analizi

### 2.4.1. Betimleyici Analizler:

Konunun güncelliği ve önemi sebebiyle araştırmanın betimleyici bulgularının detaylı bildirimini bilgilendirici olacağı düşünülmüştür. Özellikle basın ve halk bilgilendirmesi aşamalarında bu betimleyici raporlama ön planda olacaktır. Bu raporda frekans ve ortalama analizleri ötesinde alt grup karşılaştırmaları (t testler, ANOVA ve korelasyonlar) da yapılmış, bulgular kısmında gerekli yerlerde raporlanmıştır.

### 2.4.2. Yapısal Eşitlik Modelleri (YEM)

Araştırmanın odağındaki nedensellik ilişkilerinin incelenmesi amacıyla bir seri yapısal eşitleme modellemeleri (YEM) oluşturulmuştur. YEM, karmaşık ilişki örüntüsü ve çok sayıda aracı ve biçimlendirici değişken içeren ilişkisel modellerin test edilmesinde çok yetkin bir analiz yöntemi olarak son yıllarda yaygın olarak kullanılmaktadır (Sümer, 2000). Eldeki örneklem için elde edilen en açıklayıcı modelin farklı alt gruplar için geçerliği kontrol edilmiş ve gerekli noktalarda bu gruplar için alternatif modeller değerlendirilmiştir (yöntemin detaylı anlatımı için bkz: Tabachnick ve Fidell, 2001). Örneğin, ABD'den gelen KOVİD-19 sürecinde toplanmış veri analizleri bu sürecin kadınları erkeklere göre daha fazla ve farklı etkilemiş olabileceğine işaret etmektedir (Coronavirus could hurt women the most, NBC news, Nisan 2020). Evden çalışanların çalışamayıp işe gitmeye devam edenlere göre farklı etkilenmeleri de mümkündür. Bu gibi farklı alt gruplar için modeller geliştirilerek test edilmiştir.

## 3. Bulgular

Bu araştırma kapsamında iki farklı veri seti üzerinden veri analizi yapılmıştır: geçmiş yıllardan elimizde bilgi bulunan "telefon anketi grubu" ve bu araştırma kapsamında ilk kez ulaşılan "çevirim içi anket grubu". Her iki gruba da 2020 yaz ve sonbahar aylarında aynı anket uygulanmıştır ancak farklı erişim ve uygulama teknikleri uygulanmıştır. Telefon anket grubu, Türkiye temsil yetisi bulunan bir katılımcı grubu ile telefon görüşmeleri yapılarak bilgi





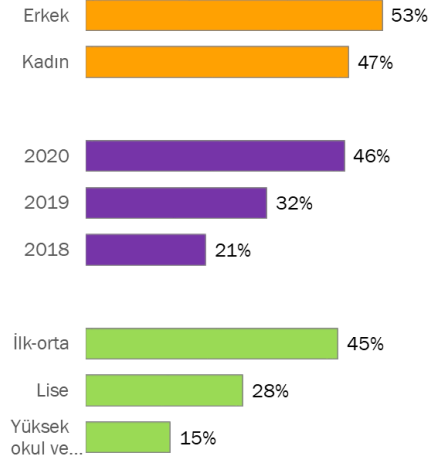
toplantmış bir gruptur. Toplam 1219 kişi ile telefon görüşmesi tamamlanmıştır. Ancak sonrasında cinsiyet, yaş ve medeni durum üzerinden yapılan eski-yeni veri karşılaştırmaları, bu gruptaki 44 kişinin 2018, 2019 veya 2020 yılı TTCKA anketine katılan kişi ile aynı telefon numarasını kullanan fakat farklı bir kişi olabileceklerini göstermiştir. Bu potansiyel “yeni” kişilerin verileri pandemi ncesi (T1) ve pandemi sırası (T2) karşılaştırma analizlerinden ıkarılmışlardı. Sonuç olarak aşağıda demografik ve T1-T2 karşılaştırma bulgularını sunacağımız grup kalan 1175 kişiden oluşmaktadır.

Araştırmanın diğer veri seti ise evirim içi çağrılarla ulaşılan “evirim içi anket grubu”dur. Bu yöntem ile ulaşılıp anketi tam olarak doldurmuş 613 katılımcı vardır. Bulguların ikinci kısmında önce sadece bu 613 kişinin demografik bulguları sunulacak, ancak sonrasında bu grupla diğer 1219 kişilik telefon anket grubunun veri setlerinin birleştirilmesi sonucu oluşan 1832 kişilik veri seti üzerinden yapılmış bir seri regresyon analiz sonucu paylaşılacaktır.

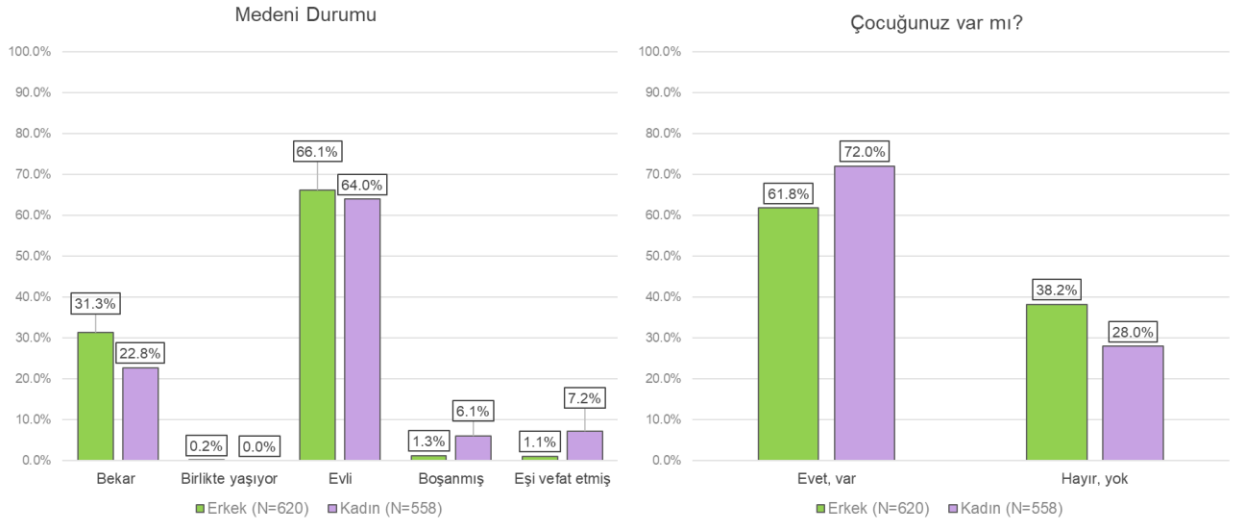
Bulgular kısmının son parçasında ise bu 1832 kişilik grubun bir alt seti olan evli ve veri eksikli minimal (%5 ve altı) olan 1112 kişilik YEM grubu üzerine yapılan analizlerin sonuçları bildirilecektir. YEM analizlerinde kayıp veri analiz geçerliliği açısından sorun yaratmaktadır. Bu çalışmanın veri setinde de bazı yapısal veri boşlukları doğal olarak vardır (evirim içi grupta evli olmayanların bakım yükü anketini doldurmamaları gibi). Böylesi büyük blok boşluklarının kayıp veri telafi yöntemleri ile doldurulması veri gerçekliğini ciddi şekilde etkileyebileceği için YEM modellerini gerçek veri bütünlüğü daha güçlü olan evli grupla kısıtlamayı uygun gördük.

### 3.1. Telefon Anketi Grubu

Araştırma rneklemine yaklaşık 2/3n oluşturan telefon anketi grubu, Kadir Has Üniversitesi Toplumsal Cinsiyet ve Kadın alışmaları Araştırma Merkezi tarafından 2016 yılından beri her yıl yapılan “Türkiye toplumsal cinsiyet ve kadın algısı araştırması” (TTCKA)’nın örneklem grubundan çekilmiş bir alt gruptan oluşmaktadır. TTCKA, her yıl 1200 (600 kadın, 600 erkek) yetişkin ile yapılmaktadır ve son veri toplama Ocak 2020 yılında tamamlanmıştır. Grubun yarıya yakını (%46.2) 2020 Ocak ayında toplanan TTCKA grubundan oluşmaktadır. Bu grubun %53’ erkek, yaş ortalaması 40 (18-83 arası dağılım), %45’i 8 yıl veya daha az süreyle eğitim almış bireylerden oluşmaktadır. Grubun medeni durumu ve aile yapısına bakıldığında ise çoğunluğunun (%65) evli ve ocuk sahibi (%68) olduğu görülmektedir (bkz şekil 6).

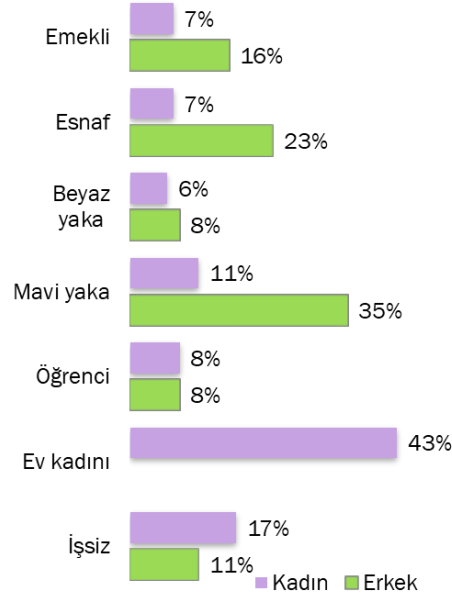


Şekil 5: Telefon Anketi Grubu Temel Demografikler



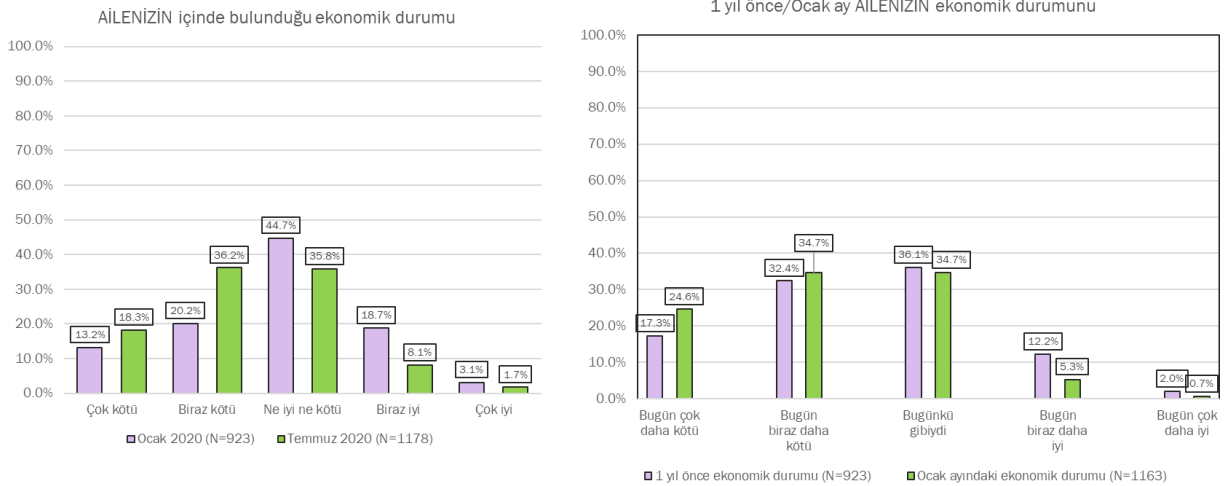
Şekil 6. Telefon Anketi Grubu Medeni Durum ve Aile Yapısı

Telefon anketi grubunun erkeklerinin %11'i, kadınlarının ise %60'şu anketin yapıldığı günlerde kazanç getiren bir işte çalışmazken, erkeklerinin %58'i kadınlarının ise %18 mavi yaka veya esnaf, erkeklerinin %16, kadınlarının ise %7'si emekli olduklarını bildirmiştir.

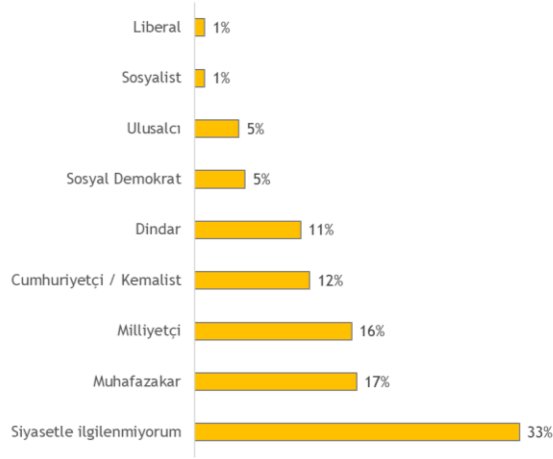


Şekil 7. Telefon Anketi Grubu Çalışma Durumu

Grubun ekonomik durumuna bakacak olursak, Grubun algılanan gelir seviyesi orta-iyi civarında iken (grup hanehalkı aylık gelir medyanı 2.000-3.999 TL arasındadır), Ocak 2020'ye kıyasla grubun çoğunluğu ekonomik durumunun kötüleştiğini ifade etmektedir (bkz. Şekil 8). Grubun siyasi yönelim dağılımı ise Şekil 9'da görülebilir.



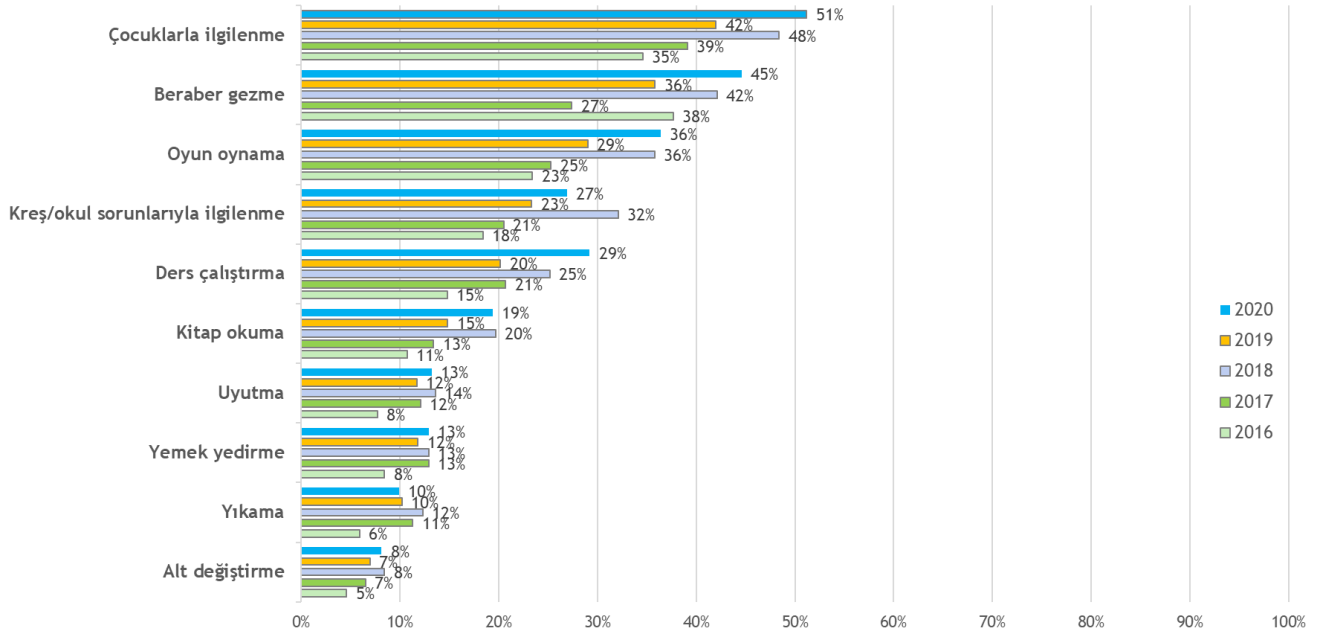
Şekil 8. Telefon Anketi Grubu Aile Ekonomik Durum Değerlendirmesi



Şekil 9. Telefon Anketi Grubu siyasi yönelim

### 3.1.1. Pandemi Öncesi ve Sırasında Karşılaştırılması

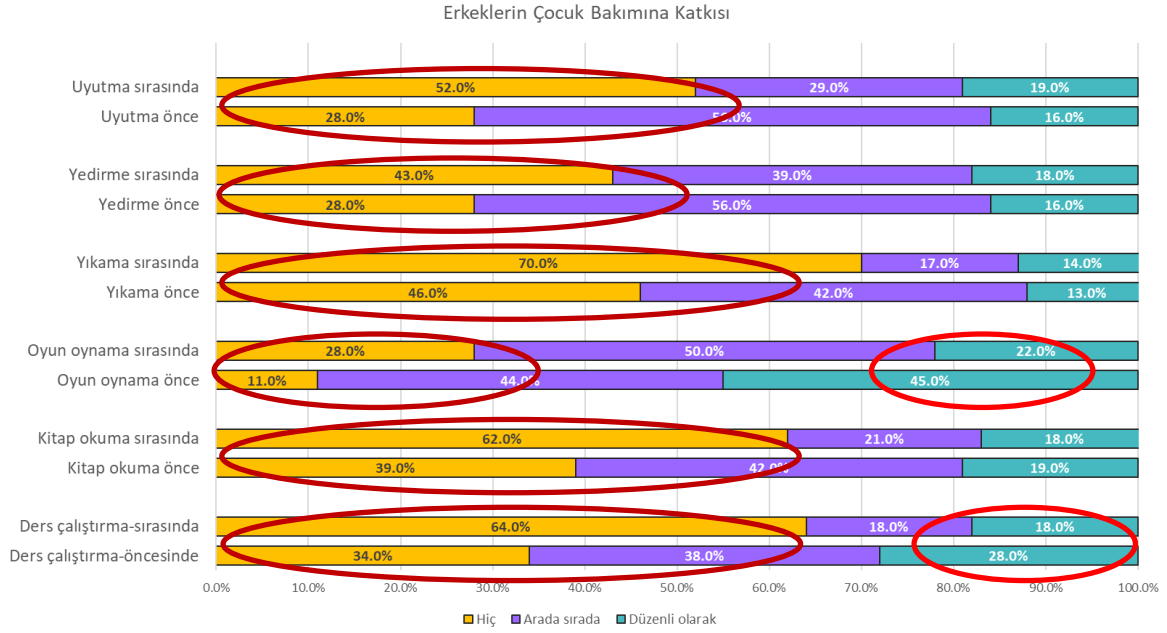
2016'dan bu yana TTCKA kapsamında erkeklerin çocuk bakımı işlerine katkılarını sorguluyoruz. 2016-2020 arası bulguların özeti Şekil 10'da görülebilir. 2020 raporunda, veriye bakılınca babaların çocuklarının bakımına katkılarında yıllar içinde bir artış eğilimi olduğundan bahsedebileceğini belirtmiştik (TTCKA, 2020).



Şekil 10. Babaların Çocuk Bakımına Katkısı-Düzenli Yapıldığı Bildirilenler

Aynı sorgulama bu araştırma kapsamında da yapıldı. Ancak bu kez “pandemi süreci başından bu yana” ibaresi ile sorgulanan zaman aralığı pandemi sürecine kısıtlı tutuldu.

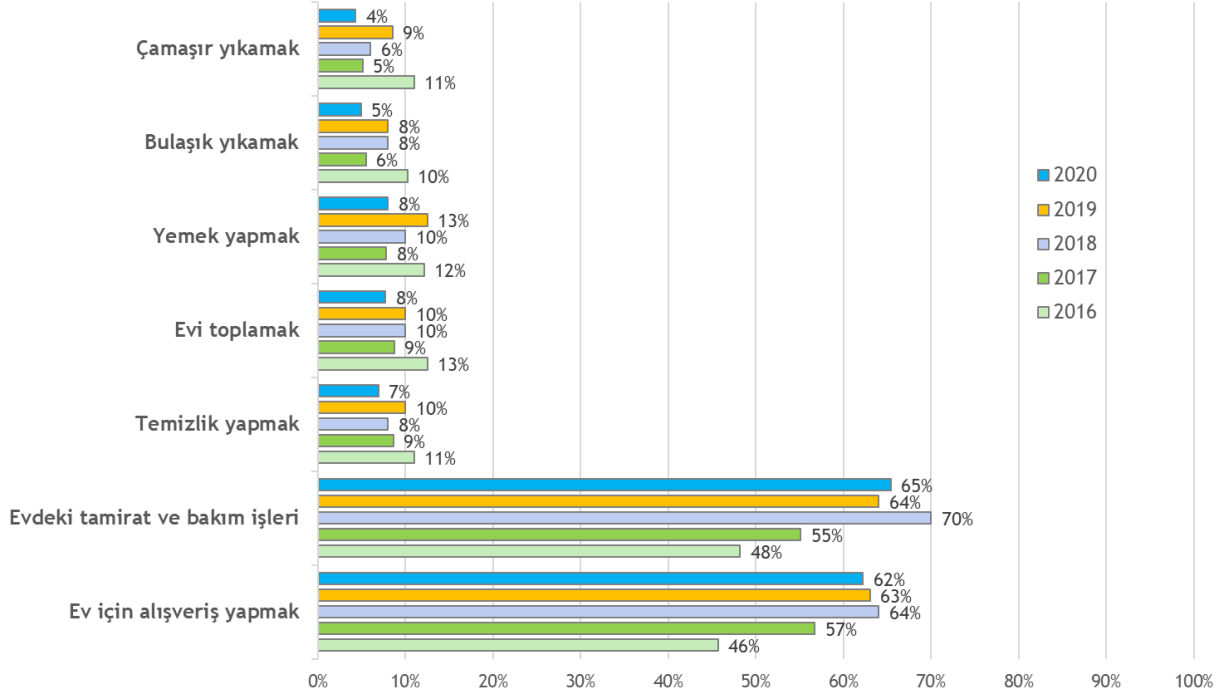
Katılımcıların pandemi öncesi katıldıkları TTCKA sonuçları ve pandemi sırasında bu araştırma kapsamında verdikleri cevaplar karşılaştırıldığında Şekil 11'deki sonuç çıkmaktadır.



Şekil 11. Pandemi Öncesinde ve Sırasında Erkeklerin Çocuk Bakımına Katkısı

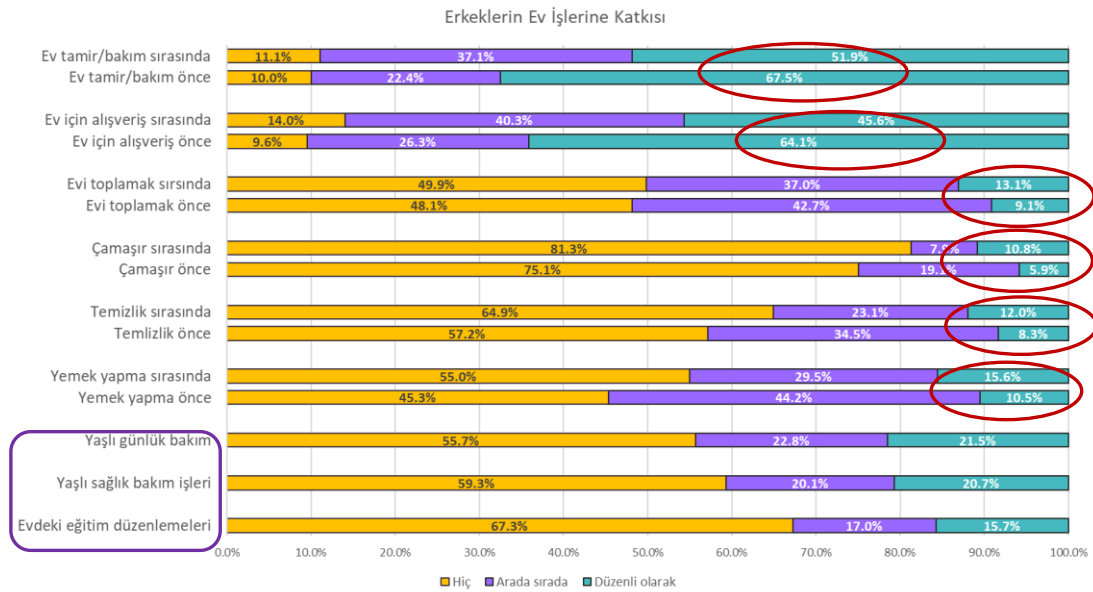
Bu şekilde de görüldüğü gibi, erkeklerin çocuk bakımına katkılarında genel bir azalmadan bahsedilebilir. Özellikle, “hiç” yap(a)madığını bildiren erkeklerde bir artış görülmekte, ancak değişim sadece bununla sınırlı kalmayıp, bu 5 aylık (Mart-Temmuz 2020) sürede ders çalıştırma ve oyun oynama gibi babaların daha sıklıkla düzenli olarak üstlendiği bakım işlerinde de anlamlı bir azalma olduğu görülmektedir.

TTCKA kapsamında erkeklerin ev işlerine katkılarını da sorguluyoruz. 2016-2020 arası bulguların özeti Şekil 12’de görülebilir. 2020 raporunda, veriye bakılınca erkeklerin ev işlerine katkılarının genel olarak çok sınırlı olduğu, genelde evin “iç” işlerini kadınlara bırakarak evin “dış” işlerine düzenli katkı sağladıklarını ve yıllar içinde dalgalanmalara rağmen istikrarlı bir değişim eğilimi görülmeyişini raporlamıştık (TTCKA, 2020).



Şekil 12. Erkeklerin Ev İşlerine Katkısı-Düzenli Yapıldığı Bildirilenler

Aynı sorgulama bu araştırma kapsamında da yapıldı. Burada da “pandemi süreci başından bu yana” ibaresi ile sorgulanan zaman aralığı pandemi sürecine kısıtlı tutuldu. Katılımcıların pandemi öncesi katıldıkları TTCKA sonuçları ve pandemi sırasında bu araştırma kapsamında verdikleri cevaplar karşılaştırıldığında Şekil 13’deki sonuç çıkmaktadır.



Şekil 13. Pandemi Öncesinde ve Sırasında Erkeklerin Ev İşlerine Katkısı



Bu sorgulamada pandemi şartlarına özel üç yeni ev işi eklenmiştir: 65 yaş ve üstü aile üyelerinin sokağa çıkma kısıtlamaları çerçevesinde günlük bakımı (alışverişlerinin yapılması gibi), sağlık bakımı (ilaç alımı, doktor randevuları gibi) ve evden eğitim alan çocukların eğitim düzenlerinin sağlanması (ders zaman takibi, evde ders düzeni için yer oluşturma gibi). Sonuçlar, pandemi düzeninin bu yeni bakım işlerinin yine ağırlıklı olarak ailenin yetişkin erkek üyesi dışındaki bireylerine bırakıldığını göstermektedir (hiç yapmadığını belirten erkekler %56 ve üzeridir).

Erkeklerin pandemi şartları altında evin iç işlerine, pandemi öncesine kıyasla daha fazla katkı sağladıkları görülse de pandemi öncesinde daha sıklıkla yaptıklarını söyledikleri dış işlerindeki katkılarının pandemi şartlarında azaldığı da görülmektedir. İç işlerdeki paylaşım artışı pandemi sürecinin olumlu bir etkisi ve sonucu olabilir, bunu TTCKA ile takip ediyor olacağız. Dış işlere katkıdaki düşüş ise, evin genel “dış” iş yükünün pandemi sebebi ile azaldığı (tamirlerin ertelenmesi gibi) veya aile dışına devredildiğine (eve teslim edilen alışveriş gibi) işaret ediyor olabilir.

TTCKA kapsamında bireylerin yakın ilişkilerine güvenlerini ve bu ilişkilerden aldıkları doyumunu da inceliyoruz. 2020 Ocak ayı ve 2020 yaz aylarında elde edilen bulguları Tablo 3, 4, ve 5’de görülebilir. Pandemi sırasında yapılan anket çalışmasından ilişki güveni soruları anket uzunluğu sebebiyle çıkarılmıştır. Bu sebeple güven üzerine yapılan analizler bu başlık altında sonuçları raporlanan 1175 kişilik grup ile sınırlıdır.

Tablo 3. Hayat ve İlişkilerden Memnuniyet-Pandemi Öncesi (T<sub>1</sub>)

	Erkekler					Kadınlar				
	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
Kendi annenizle	1561	1	10	9.32	1.290	1655	1	10	9.23	1.452
Kendi babanızla	1500	1	10	9.16	1.587	1564	1	10	9.13	1.631
Eşiniz	1172	1	10	9.13	1.607	1364	1	10	8.44	2.232
Kayın pederiniz	931	1	10	8.42	2.190	1067	1	10	7.76	2.577
Kayın valideniz	998	1	10	8.36	2.251	1169	1	10	7.36	2.870
Arkadaşlarınızla	1750	1	10	7.83	2.010	1808	1	10	8.03	1.832
Genel olarak hayatınızdan	1735	1	10	7.23	2.207	1802	1	10	7.37	2.088

Tablo 4: Yakın İlişkilere Güven-Pandemi Öncesi (T<sub>1</sub>)

	Erkekler					Kadınlar				
	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
Annenize	1717	1	5	4.77	0.509	1789	1	5	4.72	0.631
Babanıza	1714	1	5	4.68	0.683	<b>1776</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>4.64</b>	<b>0.753</b>
Çocuklarınıza	1355	1	5	4.64	0.655	1522	1	5	4.68	0.646
Eşinize	1422	1	5	4.60	0.734	1568	1	5	4.37	0.982
Arkadaşlarınıza	1757	1	5	3.41	0.968	1817	1	5	3.42	0.920
Diğer akrabalarınıza	1754	1	5	3.35	1.119	1817	1	5	3.32	1.106

Tablo 5. Hayat ve İlişkilerden Memnuniyet-Pandemi Sırası (T<sub>2</sub>)

	Erkekler					Kadınlar				
	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
Eşiniz	411	1	10	8.98	1.246	358	1	10	8.45	2.061
Kendi babanızla	439	1	10	8.75	1.570	393	1	10	8.73	1.756
Kendi annenizle	460	1	10	8.70	1.550	418	1	10	8.81	1.661
Kayınpederiniz	257	1	10	7.98	1.922	242	1	10	7.50	2.404
Kayınvalideniz	260	1	10	7.78	2.041	265	1	10	7.52	2.553
Arkadaşlarınızla	602	1	10	7.60	2.002	540	1	10	7.55	2.066

Pandemi sürecinin ilişkiler üzerindeki etkisi incelemek amacıyla Ocak ve Temmuz aylarında toplanan ilişki memnuniyeti verisinde zaman içinde değişime bakılmıştır. Tablo 6'da özetlenen sonuçlar göstermektedir ki pandemi sürecinde ilişki memnuniyetinde genel bir düşüş yaşanmıştır. Kadınları eşlerinde ve kayın ailelerinde, erkeklerin ise arkadaşlarında memnuniyetleri dışında tüm diğer yakın ilişki ve genel hayat memnuniyeti pandemi döneminde önceki döneme kıyasla anlamlı şekilde azalmıştır.

Tablo 6. Hayat ve İlişkilerden Memnuniyet-değişim (T<sub>2</sub>-T<sub>1</sub>)



Memnuniyet		N	Ortalama	Std. Sapma	95%	
					Ortalama için güven aralığı	
					Alt Sınır	Üst Sınır
Hayattan	Erkek	607	-1.7628	3.13288	-2.0125	-1.5130
	Kadın	547	-1.7605	2.90560	-2.0045	-1.5165
	Toplam	1154	-1.7617	3.02597	-1.9365	-1.5869
Eşten	Erkek	387	-0.4651	1.59685	-0.6247	-0.3055
	Kadın	340	-0.2500	2.70679	-0.5387	0.0387
	Toplam	727	-0.3645	2.18825	-0.5238	-0.2052
Kayın valideden	Erkek	220	-1.0955	2.54009	-1.4330	-0.7579
	Kadın	228	-0.0526	3.58618	-0.5206	0.4154
	Toplam	448	-0.5647	3.15666	-0.8578	-0.2716
Kayın pederden	Erkek	208	-1.0048	2.42471	-1.3363	-0.6734
	Kadın	192	-0.1094	3.39287	-0.5923	0.3736
	Toplam	400	-0.5750	2.95995	-0.8660	-0.2840
Arkadaştan	Erkek	599	-0.2053	2.82065	-0.4317	0.0210
	Kadın	533	-0.5985	2.69366	-0.8277	-0.3693
	Toplam	1132	-0.3905	2.76734	-0.5518	-0.2291
Anneden	Erkek	435	-0.6437	1.95913	-0.8283	-0.4591
	Kadın	398	-0.3417	2.24424	-0.5629	-0.1206
	Toplam	833	-0.4994	2.10433	-0.6425	-0.3563
Babadan	Erkek	406	-0.4384	2.09995	-0.6433	-0.2335
	Kadın	364	-0.4286	2.30650	-0.6663	-0.1908
	Toplam	770	-0.4338	2.19857	-0.5893	-0.2782

Tablo 7. Güven ve İlişki Memnuniyeti Korelasyonları

Kim	Pearson Correlation	Anneye	Babaya	Eşe	Akrabalara	Arkadaşlara	eş_f	kayıvalide_f	kayınpede_f	arkadaş_f	anne_f	baba_f
Anneye	r	1	.680**	.412**	.258**	.150**	-.118**	-.128**	-.091**	-.095**	-.341**	-.261**
	N	1145	1135	992	1140	1143	706	441	396	1103	831	764
Babaya	r	.680**	1	.386**	.272**	.158**	-.081**	-.092**	-.041**	-.054**	-.251**	-.327**
	N	1135	1142	990	1137	1140	704	443	396	1100	827	769
Eşe	r	.412**	.386**	1	.317**	.235**	-.213**	-.148**	-.150**	-.063**	-.151**	-.142**
	N	992	990	1014	1013	1013	723	445	397	977	700	644
Akrabalara	r	.258**	.272**	.317**	1	.543**	-0.054	-.194**	-.172**	-.124**	-0.065	-.074**
	N	1140	1137	1013	1170	1168	725	446	398	1127	828	765
Arkadaşlara	r	.150**	.158**	.235**	.543**	1	-0.069	-.171**	-.150**	-.249**	-0.029	-0.031
	N	1143	1140	1013	1168	1173	727	448	400	1130	831	768
Eş_f	r	-.118**	-.081**	-.213**	-0.054	-0.069	1	.429**	.388**	.219**	.279**	.315**
	N	706	704	723	725	727	727	444	396	707	491	454
kayıvalide_f	r	-.128**	-.092**	-.148**	-.194**	-.171**	.429**	1	.876**	.261**	.302**	.343**
	N	441	443	445	446	448	444	448	367	442	395	382
kayınpede_f	r	-.091**	-.041**	-.150**	-.172**	-.150**	.388**	.876**	1	.230**	.298**	.373**
	N	396	396	397	398	400	396	367	400	394	364	349
arkadaş_f	r	-.095**	-.054**	-.063**	-.124**	-.249**	.219**	.261**	.230**	1	.392**	.330**
	N	1103	1100	977	1127	1130	707	442	394	1132	818	761
anne_f	r	-.341**	-.251**	-.151**	-0.065	-0.029	.279**	.302**	.298**	.392**	1	.828**
	N	831	827	700	828	831	491	395	364	818	833	732
baba_f	r	-.261**	-.327**	-.142**	-.074**	-0.031	.315**	.343**	.373**	.330**	.828**	1
	N	764	769	644	765	768	454	382	349	761	732	770

Not. Yanlarında "f" harfi bulunan değişkenler T1 ve T2'nin farkını temsil etmektedir. Örneğin "Eş\_f" değişkeni T1 ve T2'deki eş memnuniyeti farkının T2-T1 formülü üzerinde hesaplanmasıdır, negatif değerler T2(KOVID-19 süresinde) T1'e (KOVID-19 öncesi süreye) kıyasla bir azalmaya işaret eder.

İlişki memnuniyetindeki değişimin ilişki güveni ile korelasyonuna bakıldığında ise, eş duyulan güvenin merkezi bir belirleyiciliği olduğu söylenebilir: tüm güven ve memnuniyet değişimi verisi ile anlamlı korelasyon göstermektedir. Ancak bu ölçümde bir tavan etkisinden bahsedilebilir, birçok güven ve memnuniyet değerlendirmeleri tavan değerlerine erişmiş değilse de epey yüksekler ve bu seviyeden sonra varyasyonun azalacağı unutulmamalıdır.

### 3.1.2. Telefon Anketi Grubu İçin Hayat Doymu Yordayıcıları

Telefon anket grubu için birleştirilmiş gruptan ayrı bir seri regresyon analizi yapılmıştır. Bu farklı seri analizin temel sebebi, analizlere telefon anket grubunda olan, kalan grupta elde olmayan ilişki güvenine yönelik pandemi öncesi alınmış ölçümlerin eklenmiş olmasıdır. İlk olarak evli ve bekarların bir arada incelendiği geniş grup (N=1175) çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Hayat doyumunun bağımlı değişken olarak girdiği bu analizde bakım yükü, akrabaya güven, arkadaşına güven, baba, arkadaş ve anne ilişki doymu ile gelecek kaygısı bağımsız değişkenleri oluşturmuştur. Detay istatistikleri Tablo 8'de görülebilecek bu analiz ile, hayat doymu varyasyonunun erkeklerde %29.5'ini, kadınlarda ise %22.6'sını açıklayabilen iki paralel model oluşmuştur. Erkekler için geçerli modele göre hayat doyumundaki %29.5'lik varyasyon arkadaşına güven ve gelecek kaygısı üzerinden açıklayıcı niteliktedir. Gelecek kaygısı azalıp, arkadaşlara güven arttıkça erkeklerin hayat doymuları da yükselmektedir.

Kadınlar için aynı değişkenler işleme girdiğinde ortaya çıkan geçerli modele göre hayat doyumundaki %22.6'lık varyasyon arkadaşına güven ve gelecek kaygısına ek olarak bakım verme yükü üzerinden açıklayıcı niteliktedir. Gelecek kaygısı ve bakım verme yükü azalıp arkadaşlara güven arttıkça kadınların hayat doymuları da yükselmektedir.

Tablo 8. Telefon Anket Grubunun Tümü İçin 1. Regresyon Modeli

Model Özeti									
	R	R <sup>2</sup>	Düzeltilmiş R <sup>2</sup>	Tahminin Std Hatası	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	df <sub>1</sub>	df <sub>2</sub>	p
Erkek	.543 <sup>a</sup>	0.295	0.283	5.58705	0.295	24.301	7	407	0.000
Kadın	.475 <sup>b</sup>	0.226	0.211	5.66907	0.226	15.121	7	363	0.000

Hayat Doymu

		Std. Beta	t	p
Erkek	(Sabit)		10.560	0.000
	Bakım veren yükü	-0.083	-1.805	0.072
	Akrabalara güven	0.101	1.940	0.053
	Arkadaşlara güven	0.151	2.909	0.004
	Baba ilişki doymu	0.084	0.997	0.320
	Gelecek kaygısı	-0.454	-9.939	0.000
	Anne ilişki doymu	0.072	0.816	0.415
	Arkadaş ilişki doymu	0.049	0.987	0.324
Kadın	(Sabit)		10.514	0.000
	Bakımveren yükü	-0.253	-5.003	0.000
	Akrabalara güven	-0.083	-1.525	0.128
	Arkadaşlara güven	0.119	2.198	0.029
	Baba ilişki doymu	0.024	0.227	0.821
	Gelecek kaygısı	-0.274	-5.383	0.000
	Anne ilişki doymu	-0.045	-0.417	0.677
	Arkadaş ilişki doymu	0.103	1.801	0.072

Hayat doyumunun bağımlı değişken olarak girdiği başka bir analizde ise örnekleme evli ve çocuk sahibi bireyler oluşturdu. Bu analizde bağımsız değişken listesi farklılaşarak eş, kayın valide ve kayın peder ilişki doyumunun yanı sıra, bakım yükü, eşe ve akrabalara güven, gelecek kaygısı ile ev ve çocuk bakımına katılım kullanılmıştır. Detay istatistikleri Tablo 9'da görülebilecek bu analiz ile, hayat doymu varyasyonunun erkeklerde %33.3'ünün, kadınlarda ise %36.7'sini açıklayabilen iki paralel model oluşmuştur. Erkekler için geçerli modele göre hayat doyumundaki %33.3'lük varyasyon sadece gelecek kaygısı üzerinden açıklanmıştır. Gelecek kaygısı azaldıkça evli ve çocuk sahibi erkeklerin hayat doyumları da yükselmektedir.

Kadınlarda için aynı değişkenler işleme girdiğinde ortaya çıkan geçerli modele göre hayat doyumundaki %36.7'lik varyasyon bakım yükü, gelecek kaygısı, kayınvalide ilişki doymu, ve ev işlerine katılım üzerinden açıklanmıştır. Gelecek kaygısı ve bakım verme yükü azalıp kayınvalide ilişki doymu ve eşin ev işlerine katkısı arttıkça evli ve çocuk sahibi kadınların hayat doyumları da yükselmektedir.

Tablo 9. Telefon Anket Grubunun Evli ve çocuk sahibi olanlar için regresyon modeli

Model Özeti									
	R	R <sup>2</sup>	Düzeltilmiş R <sup>2</sup>	Tahminin Std Hatası	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	df <sub>1</sub>	df <sub>2</sub>	p
Erkek	.577 <sup>a</sup>	0.333	0.283	5.39598	0.333	6.606	9	119	0.000
Kadın	.606 <sup>b</sup>	0.367	0.319	5.02289	0.367	7.661	9	119	0.000

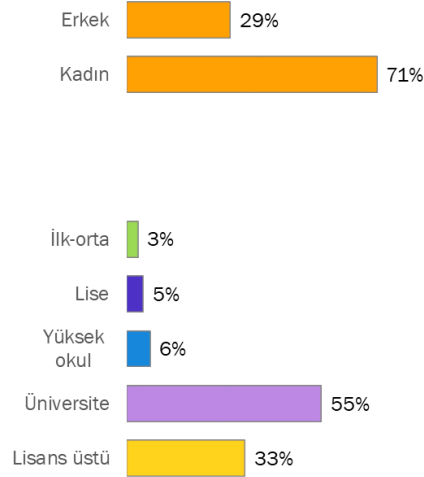
		Std. Beta	t	p
Erkek	(Sabit)		4.339	0.000
	Bakım veren yükü	4.339	0.000	0.130
	Eşe güven	0.151	1.960	0.052*
	Akrabalara güven	-0.099	-1.261	0.210
	Kayın valide ilişki doyumu	-0.119	-0.493	0.623
	Kayın peder ilişki doyumu	0.241	0.965	0.337
	Eş ilişki doyumu	-0.095	-1.031	0.305
	<b>Gelecek kaygısı</b>	<b>-0.474</b>	<b>-4.787</b>	<b>0.000</b>
	Çocuk bakımı paylaşımı	0.053	0.449	0.654
	ev işi paylaşımı	-0.176	-1.557	0.122
Kadın	(Sabit)		5.897	0.000
	<b>Bakım veren yükü</b>	<b>-0.223</b>	<b>-2.804</b>	<b>0.006</b>
	Eşe güven	-0.020	-0.249	0.803
	Akrabalara güven	0.034	0.417	0.677
	<b>Kayın valide ilişki doyumu</b>	<b>0.574</b>	<b>2.753</b>	<b>0.007</b>
	Kayın peder ilişki doyumu	-0.275	-1.320	0.189
	Eş ilişki doyumu	0.008	0.089	0.929
	<b>Gelecek kaygısı</b>	<b>-0.273</b>	<b>-3.558</b>	<b>0.001</b>
	Çocuk bakımı paylaşımı	-0.155	-1.110	0.269
	ev işi paylaşımı	0.310	2.200	0.030

Bu her iki analiz de bireyin sosyal ağına güveni ve ilişki memnuniyeti hayat doyumunun artışında etkini faktörlerdir. Ancak, bu grupta gözlenen odur ki birincil aile ilişkileri (anne, baba ve çocuklar) hayat doyumunun bireyler arası farklılaşmasını açıklayıcı özelliğe sahip değildir. Bunun bir sebebi bu ilişkilerden memnuniyet ve güven ölçünlerinde daha da önce bahsedilen tavan etkisidir (bu ölçümlerde varyasyon çok düşüktür). Bireyler arası hayat doyumunu farklılaşmasını açıklayan ilişkiler ise yetişkinlikte, birey seçimleri ile kurulan arkadaşlık, eş ve kayın aile ilişkileridir. Erkekler için bu ilişkilerin kalitesi (doyum ve güven gibi) bireysel hayat doyumunu daha sınırlı etkilerken (sadece iyi arkadaşlıklar burada erkekler için önemli görünmektedir), gelecek kaygısı önemli bir açıklayıcı olarak ortaya çıkmıştır. Kadınlar için ise bireysel ilişkilerden edinilen doyumun hayat memnuniyetini açıklayıcılığı vardır. Buna ek olarak, kadınların ev içi bakım yüküne eş tarafından verilen destek de hem direk hem de genel bakım yükünü azaltan dolaylı etkisi ile önemli bir faktör olarak ortaya çıkmıştır.

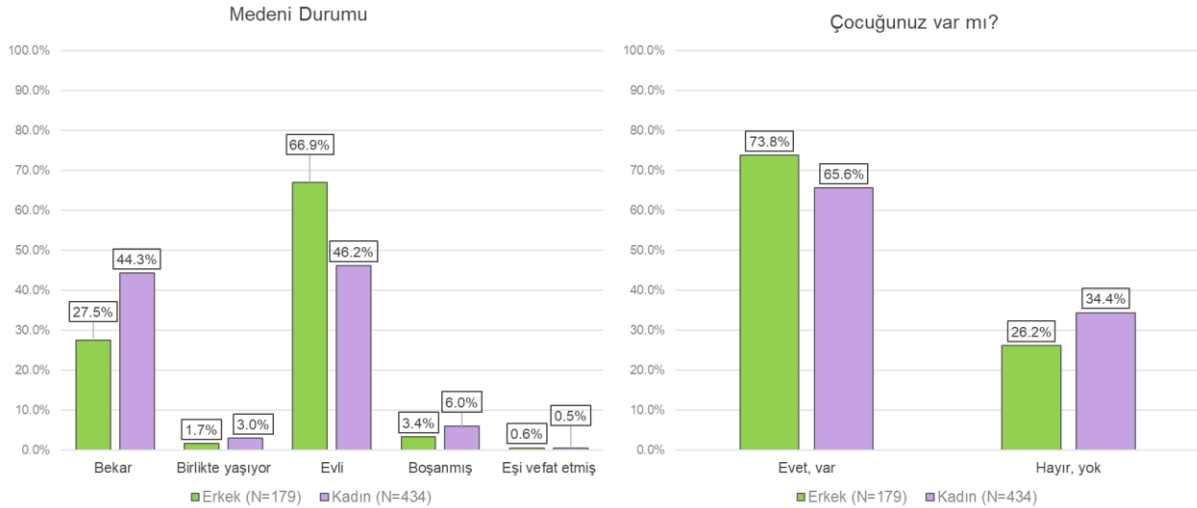
### 3.2. Çevirim İçi Anket Grubu

10 Ağustos-4 Aralık tarihleri arasında QUALTRICS sistemi üzerinden çevirim içi olarak toplanan ankete toplam 971 kişi katılmış, bunların 613'ü anketi 100% tamamlayarak veri setini oluşturmuştur. Bu grubun %71'ini kadınlar oluşturmakta (bkz. Şekil 14) ve ortalama yaşı 36.8'dir (Yaş aralığı = 18-80, St. Sp. = 10.50). Grubun çoğunluğunu (%52.2) evli ve çocuk sahibi (%69) bireyler oluşturmakta (bkz. Şekil 15) ve ortalama evlilik süresi 12.2 yıldır (st. sp.=9.61). Grubun siyasi yönelim dağılımı ise Şekil 16'da görülebilir.

Özellikle beyaz yakalı çalışanlardan oluşması hedeflendiği için, anketin dağıtımı da bu gruplara yönelik yapılmıştır. Bu sebeple Türkiye genelinden çok farklı bir eğitim dağılımı görmek (grubun %88'i üniversite ve üzeri eğitim seviyesine sahiptir) anlaşılırdır. Grubun ağırlıklı olarak kadınlardan oluşması ise hedeflenen bir sonuç değildir ancak çevirim içi anket katılım süreçlerinin bu gibi demografik kontrolleri zorlaştırdığı da aşikârdır. Grubun çalışma durumuna bakıldığında ise anket dağıtımının hedefine ulaştığı tekrar gözlenmektedir: Grubun %99.8'i beyaz yaka bir iş kolunda çalışmaktadır. Bu grubun beyaz yaka özel sektör çalışanı iken (%51), %31'i sağlık çalışanı, kalan %18 ise eğitimcidir (bkz. Şekil 4). Grubun algılanan gelir seviyesi orta-iyi civarında iken (ki bu alçak gönüllü bir bildirim denebilir çünkü grup hane halkı aylık gelir medyanı 15.000TL ve üzeridir), Ocak 2020'ye kıyasla grubun çoğunluğu ekonomik durumunun kötüleştiğini ifade etmektedir (bkz. Şekil 17).

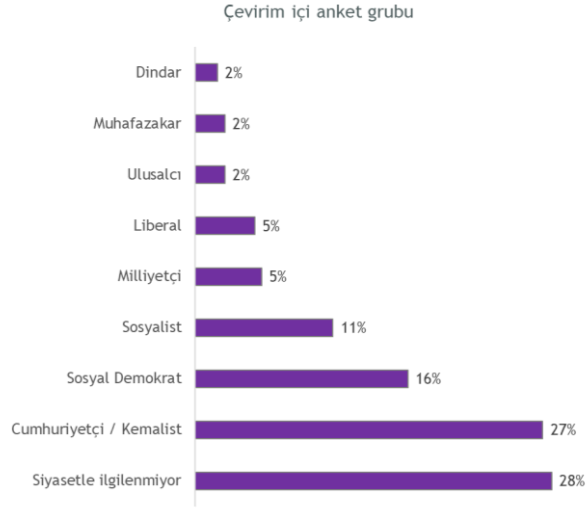


Şekil 14. Çevirim içi Anket Grubu Cinsiyet ve Eğitim Durumu

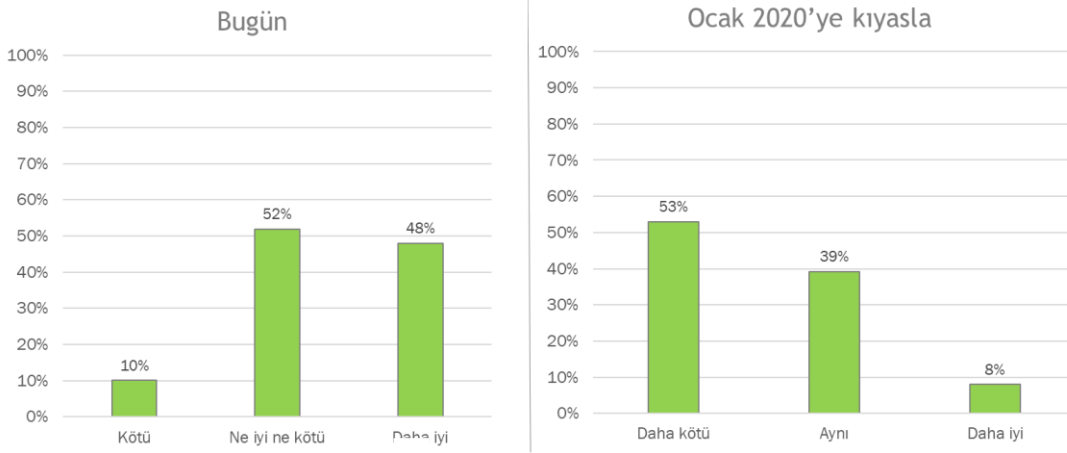




Şekil 15. Çevirim İç Anket Grubu Medeni Durum ve Aile Yapısı



Şekil 16. Çevirim iç Anket Grubu Siyasi Yönelimi

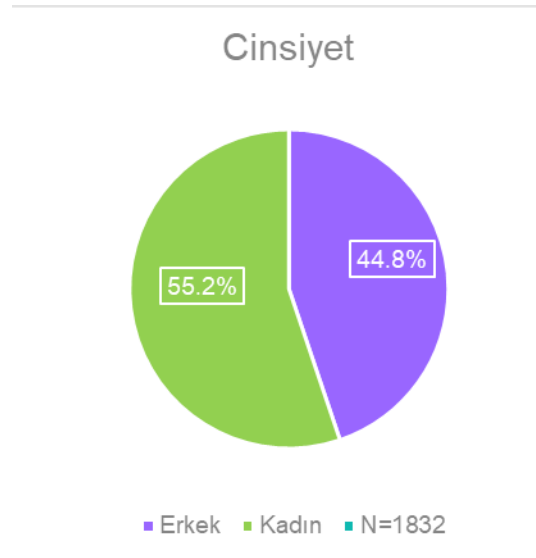


Şekil 17. Çevirim iç Anket Grubu Ailenin Ekonomik Durum Değerlendirmesi

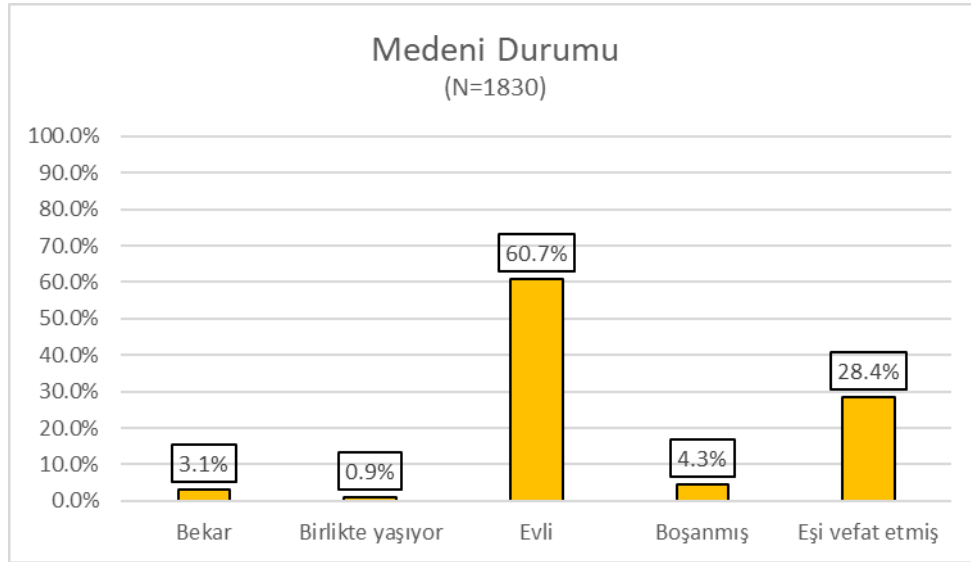
### 3.3. Telefon ve Çevirim İç Birleştirilmiş Betimleyici Analizler

Bu başlık altında sunulacak tüm analizler 1832 kişilik pandemi sırasında toplanmış veri temelli analiz sonuçlarıdır. İlk olarak bu 1832 kişilik veri setinin temel demografik göstergelerini incelemek önemlidir. Bu grubun %55.2'sini kadınlar oluşturmaktadır (bkz. Şekil 18) ve ortalama yaşı 39.2'dir (Yaş aralığı=18-98, St. Sp.=12.99). Grubun çoğunluğunu (%60.7) evliler oluşturmaktadır (bkz. Şekil 19) ve ortalama evlilik süresi 17.6 yıldır (std. sp=12.45). Grubun %33'ü 8 yıl ve altı bir eğitim seviyesine sahip iken, Türkiye genelinin çok üzerinde bir üniversite ve üstü eğitim sahibi grup olduğu da görülmektedir (%40). Bu grup özellikle çevirim içi anket aracılığı ile ulaşılan beyaz yaka çalışan

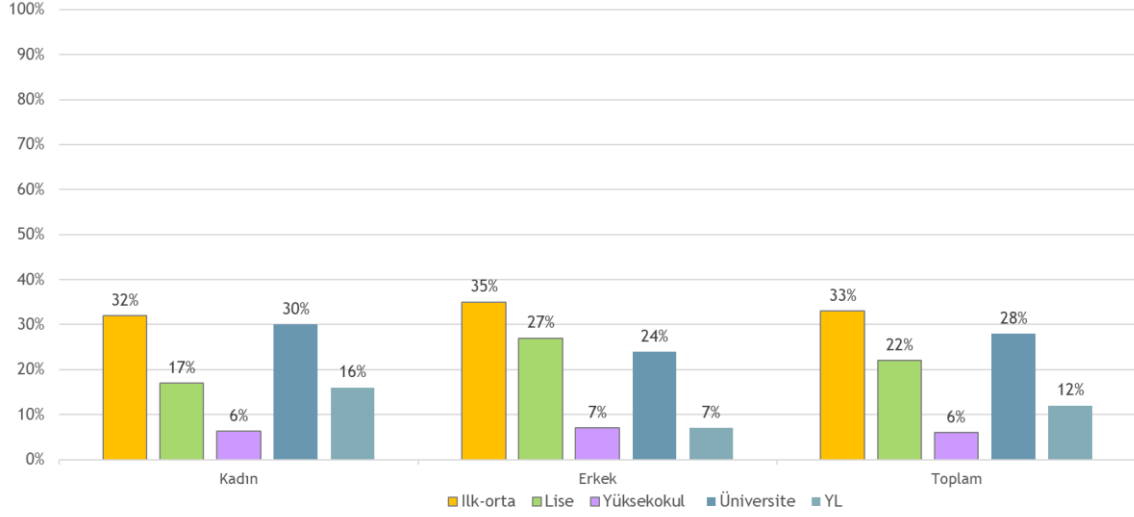
grubundan kaynaklıdır (bkz. Şekil 20). Grubun siyasi yönelim dağılımı ise Şekil 21'de görülebilir.



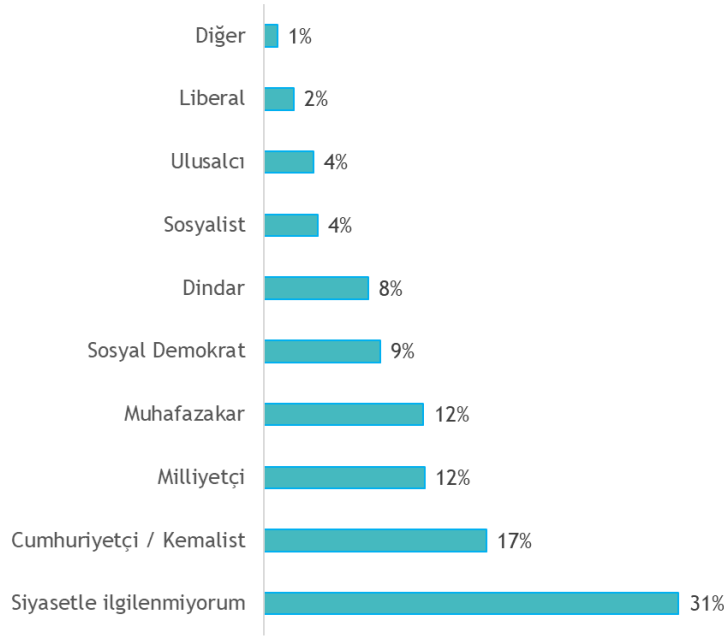
Şekil 18. Birleştirilmiş Grup Cinsiyet



Şekil 19. Birleştirilmiş Grup Medeni Durum



Şekil 20: Birleşik Grup Eğitim Durumu



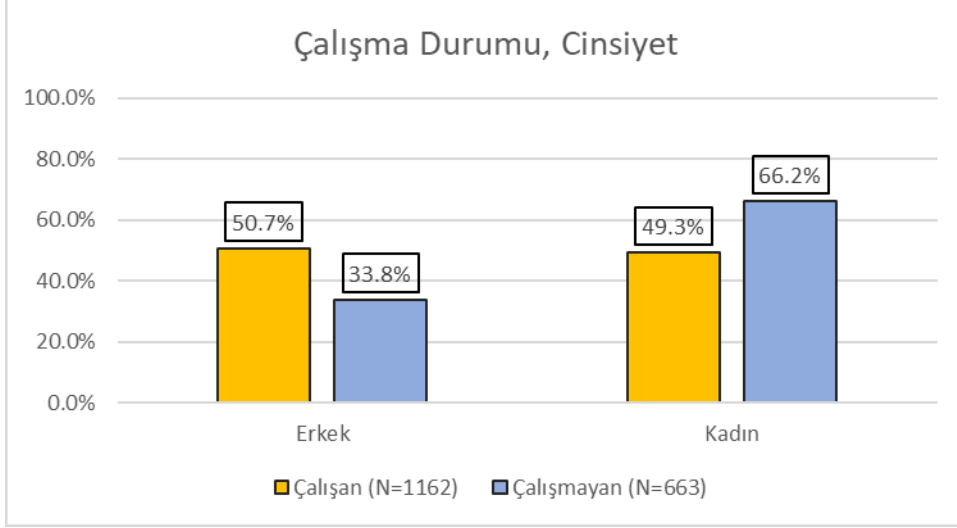
Şekil 21. Birleştirilmiş Grup Siyasi Yönelim

### 3.3.1 Pandemi Sırasında İş ve Çalışma Hayatı

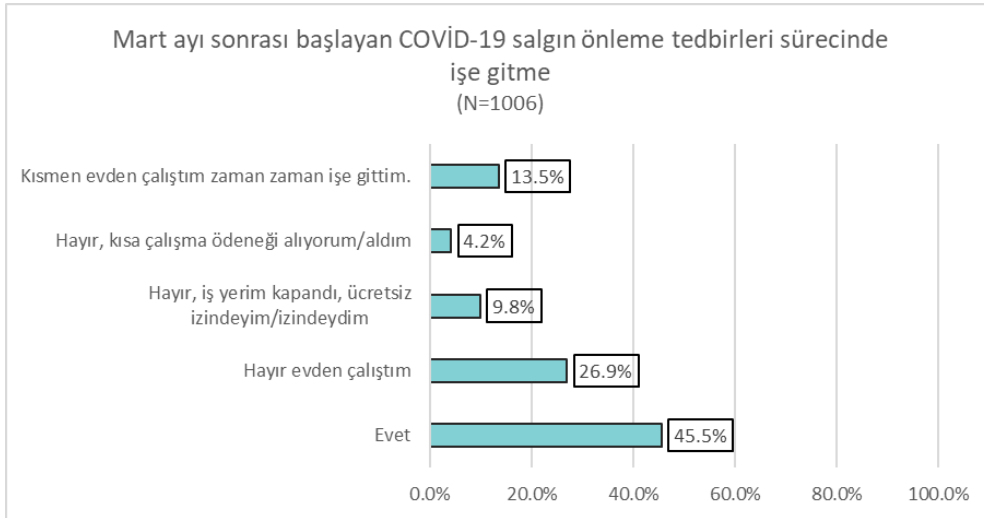
Anketteki bir grup soru ile katılımcıların pandemi sürecindeki çalışma şartları, iş ve ücret kaybı ile ilgili bilgi alınmıştır. 1832 kişilik grupta erkek katılımcıların %50.7'si süreci aktif olarak çalışarak geçirirken %33.8'i bu süreci çalışmadan geçirdiğini bildirmiştir. Kadın arasında ise çalışan oranı %66.2 iken %49.3 ücretli çalışmadığını bildirmiştir (ev kadınları ve emekliler çalışmayan kategorisine dahildir) (bkz. Şekil 21). Bu sayılar resmi raporlanan işsizlik sayıları ile uyumsuzdur ancak, pandemi döneminde uygulanan “ücretsiz izin” politikasının bir yansıması olabilir. Şekil 22’de de görüleceği gibi, bu dönemde katılımcıların



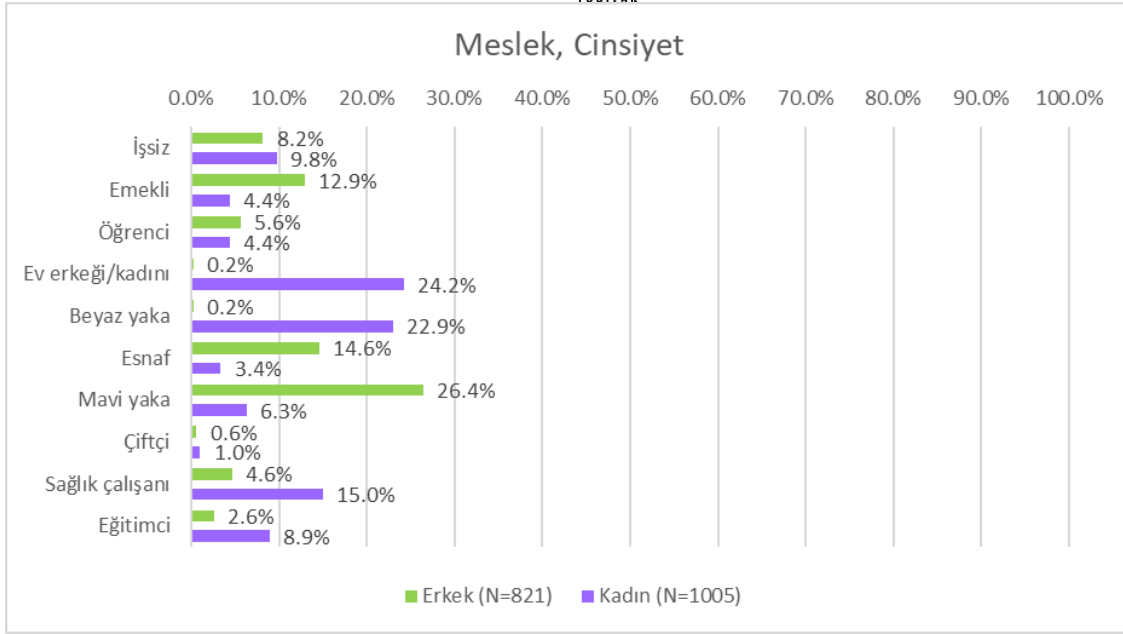
%9.8'i ücretsiz izinde olduğunu veya iş yerinin kapandığını bildirmiştir. Katılımcıların %26.9'u pandemi sürecinde evden çalıştığını bildirirken %13.5 kısmi evden çalışma düzeninde çalıştığını bildirmiştir. Ankete cevap veren 1006 çalışan katılımcının sadece %45.5 pandemi öncesi çalışma düzeninde çalışmaya devam ettiğini bildirmiştir. Bu sayılar, pandemi sürecinin günlük hayat düzeni üzerindeki yaygın etkisinin bir yansımasıdır.



Şekil 22. Birleştirilmiş Grup Çalışma Durumu

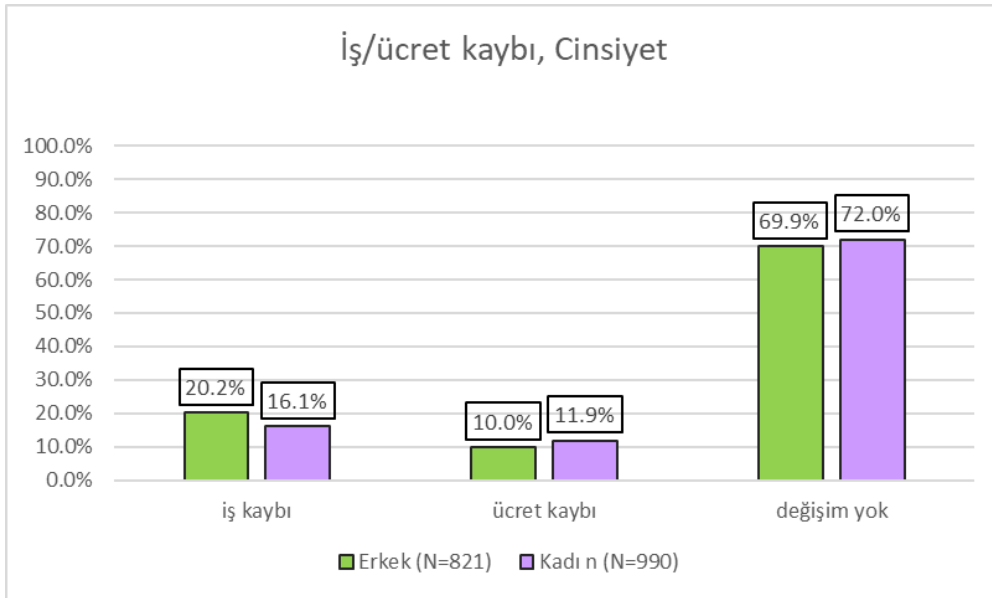


Şekil 23. Pandemi Sürecinde İş Ortamı



Şekil 24. Birleştirilmiş Grup Meslek Grupları

Şekil 24 katılımcıların iş gruplarına dağılımını cinsiyet üzerinden göstermektedir. Bu şekilde bakıldığında anket katılımcısı çalışan erkeklerin çoğunluğunu mavi yaka çalışanlar veya esnaflar oluştururken, çalışan kadın katılımcıların ağırlıklı olarak sağlık ve beyaz yaka çalışan olduğu görülmektedir. Araştırmanın katılımcı tespit etme yöntemleri düşünüldüğünde bu sonuçlar şaşırtıcı değildir.



Şekil 25. Birleştirilmiş Grup İş Kaybı Oranları

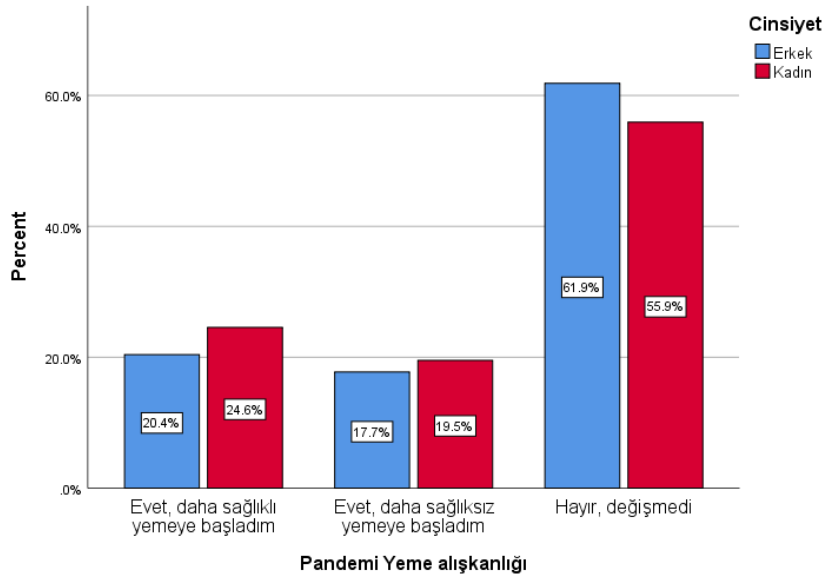
Bu değişen iş ve çalışma şartlarında iş ve ücret kaybı durumunu daha açıkça anlamak için Şekil 25'e bakmak gerekir. Çalışmanın çalışan kadın grubunda iş kaybı %16 iken aynı oran

erkeklerde %20'dir. Çalışan kadınlar arasında ise %12 ücret kaybına uğradığını bildirirken, bu oran erkekler arasında %10'dur.

### 3.3.2. Pandemi Sırasında Sağlık Davranışları

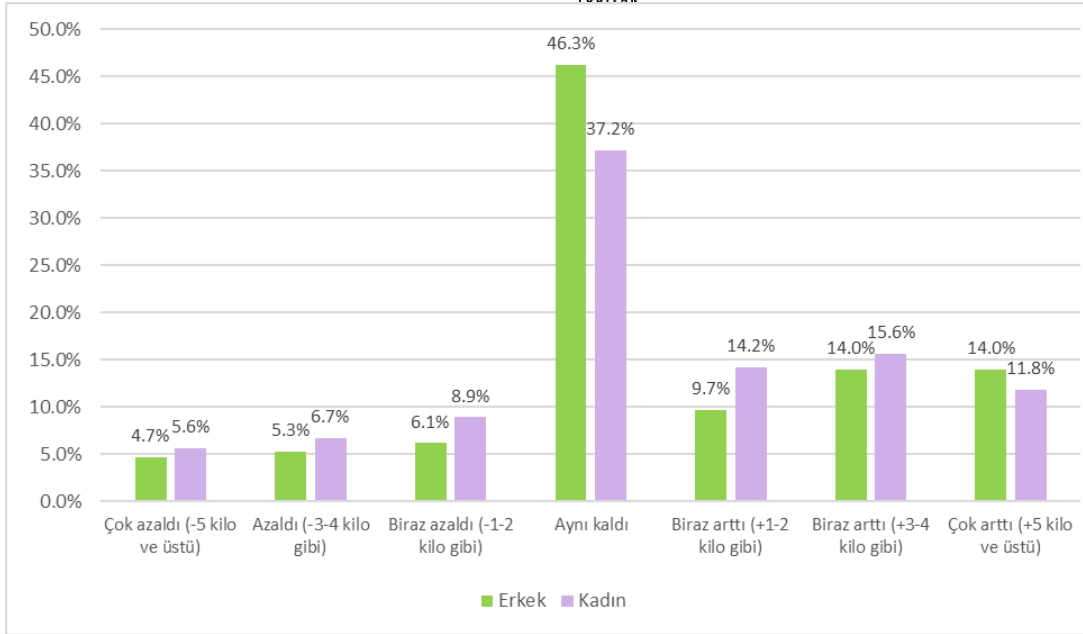
Yeme, sigara kullanımı ve alkol kullanımı hakkında bir seri soru sorulmuştur.

Pandemi sırasında yeme alışkanlıklarında değişim olup olmadığı sorulduğunda katılımcılar çoğunlukla değişim olmadığını bildirmiştir. Ancak, kadınların %18, erkeklerin ise %20'si bu süreçte eskisine kıyasla daha sağlıklı beslendiklerini belirtmişlerdir.



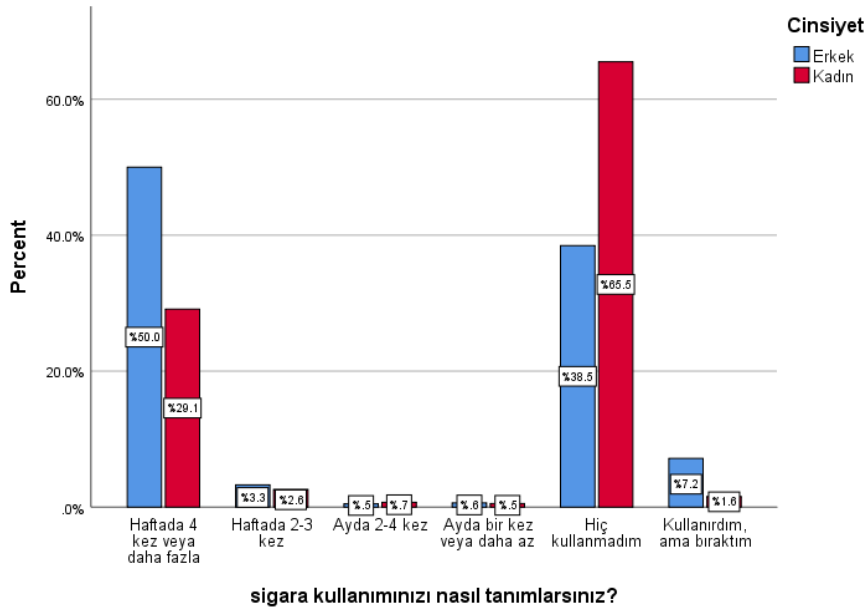
Şekil 26. Pandemide Yeme Alışkanlığı Değişimi

Pandemi sürecinde kilolarında bir değişim olup olmadığı sorgulandığında ise kadınların %18'i, erkeklerinse %19'u bu süreçte bir kilo ve üstü kilo aldıklarını bildirmişlerdir.

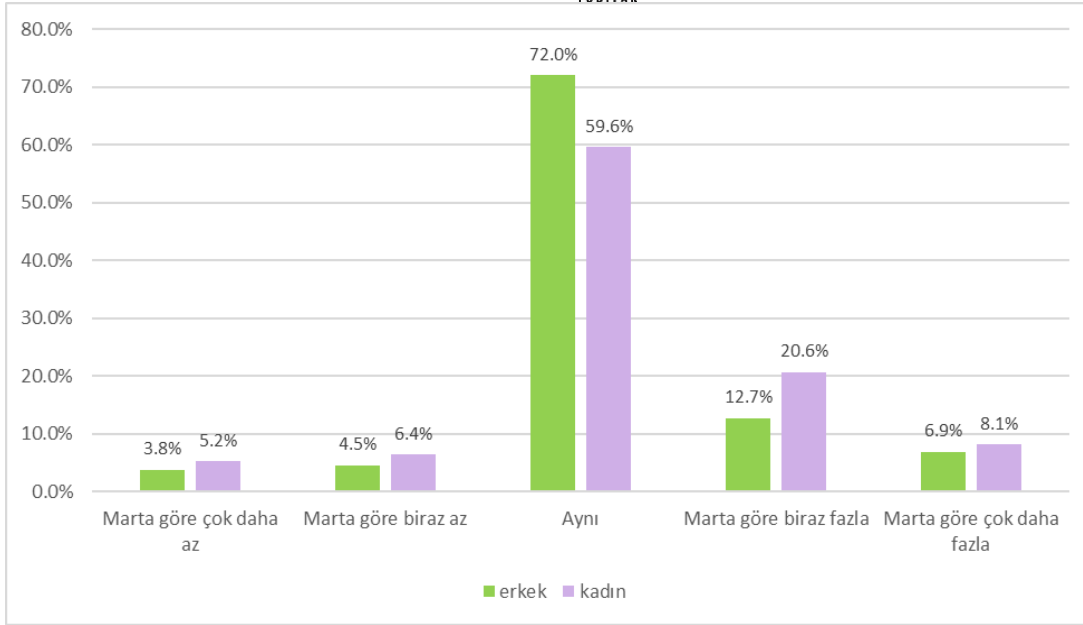


Şekil 27. Pandemi Süresinde Kilo Değişimi

Katılımcılara pandemi sırasındaki sigara kullanımları sorulduğunda %50 erkek ve %29 kadın katılımcı günlük kullanıcı olduklarını bildirmiştir. Bu oran ülke sigara kullanım ortalamasının (erkeklerde %48, kadınlarda %15; Asma ve ark, 2015) üzerinden bir orandır (bkz Şekil 28).

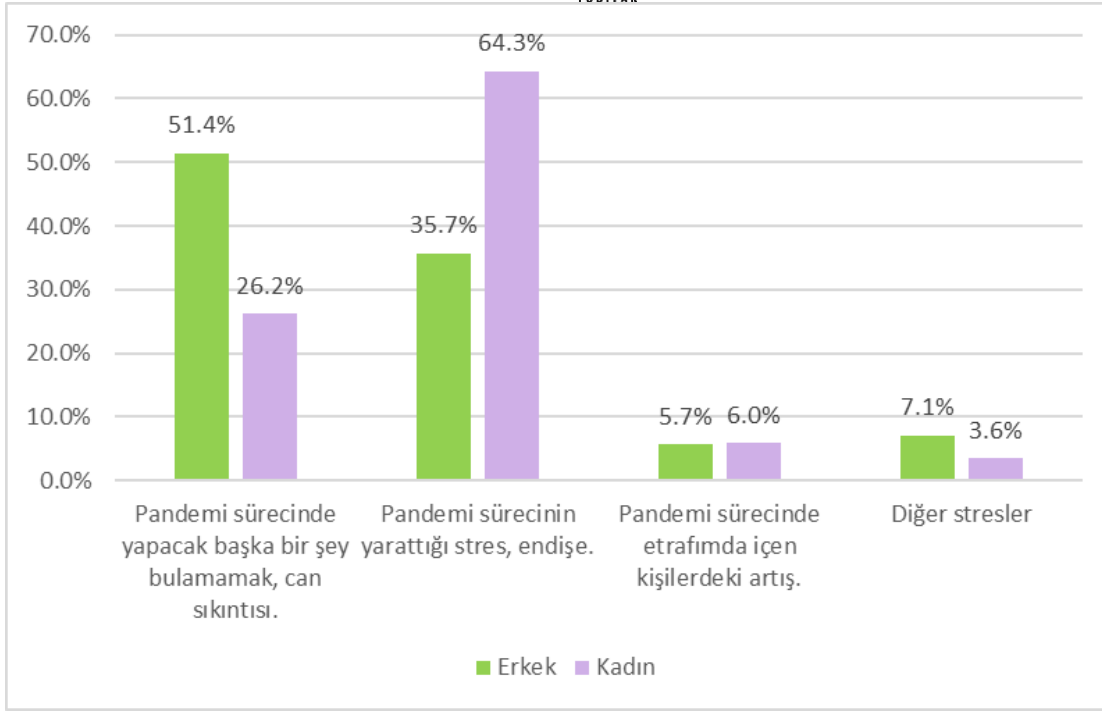


Şekil 28. Pandemi Süresinde Sigara Kullanımı



Şekil 29. Pandemi Süresinde Sigara Kullanımı Değişimi

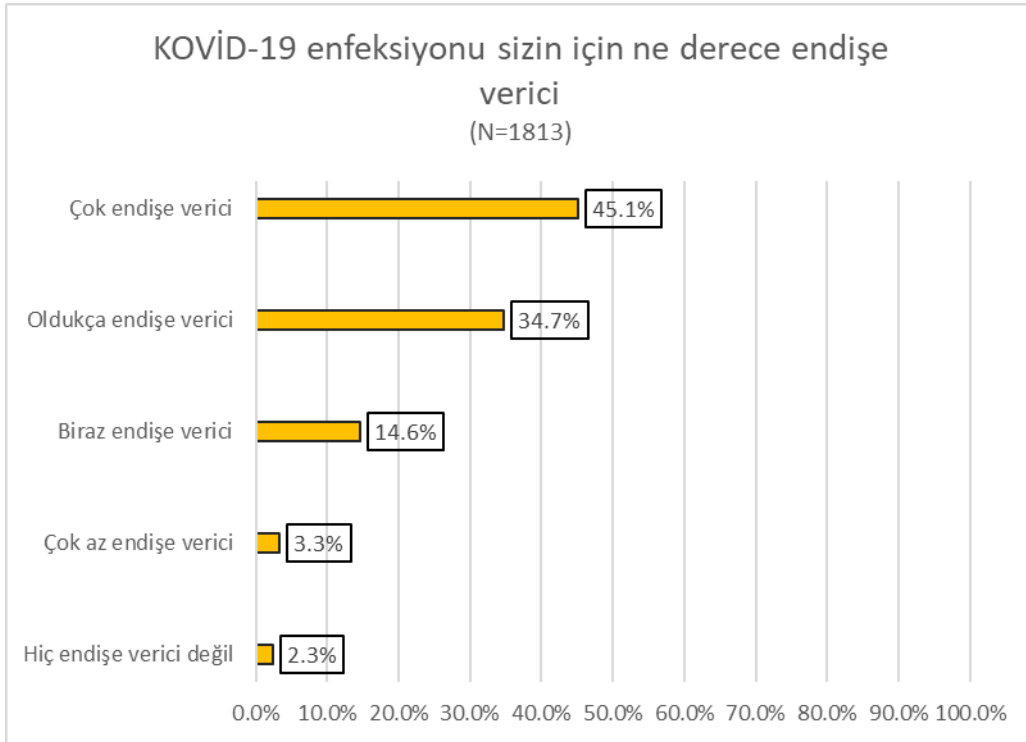
Bu kullanım sıklığının pandemi sonucu ortaya çıkıp çıkmadığını anlamak için katılımcılara bu kullanım düzeyinin pandemi öncesine kıyasla durumu sorulmuştur. Sigara kullanıcısı erkek katılımcıların %72'si, aynı durumdaki kadın katılımcıların ise %60'ı kullanım düzeylerinde pandemi sürecinde değişim olmadığını bildirmiştir. Ancak, sigara kullanıcısı erkeklerin %20'si, sigara kullanan kadın katılımcıların ise %29'u pandemi sürecinde sigara kullandıklarını arttırdıklarını bildirmişlerdir (bkz. Şekil 29). Pandemi sürecinde kullanımı arttırdığını belirten katılımcılara bu artışın sebebi sorulduğunda ise erkeklerin çoğunluğu (%51.4) sebep olarak "pandemi sürecinin can sıkıntısını" bildirirken kadınların çoğunluğu (%64.3) "pandemi sürecinin yarattığı stresi" bildirmiştir (bkz. Şekil 30).



Şekil 30. Pandemi süresinde sigara kullanım artış sebepleri

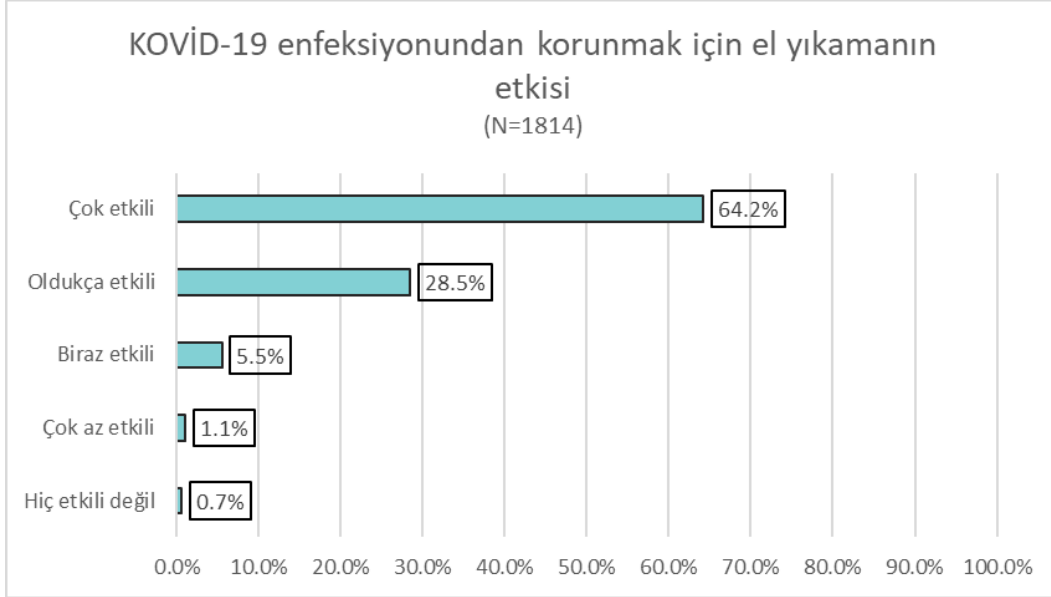
### 3.3.3. KOVİD-19 Algısı

Katılımcıların KOVİD-19 enfeksiyonunu ne derece endişe verici ve kontrol edilebilir olduğunu anlamak amacıyla 6 adet soru sorulmuştur. Katılımcıların %80'i KOVİD-19 enfeksiyonun oldukça veya çok endişe verici olarak nitelendirmiştir (bkz. Şekil 31).

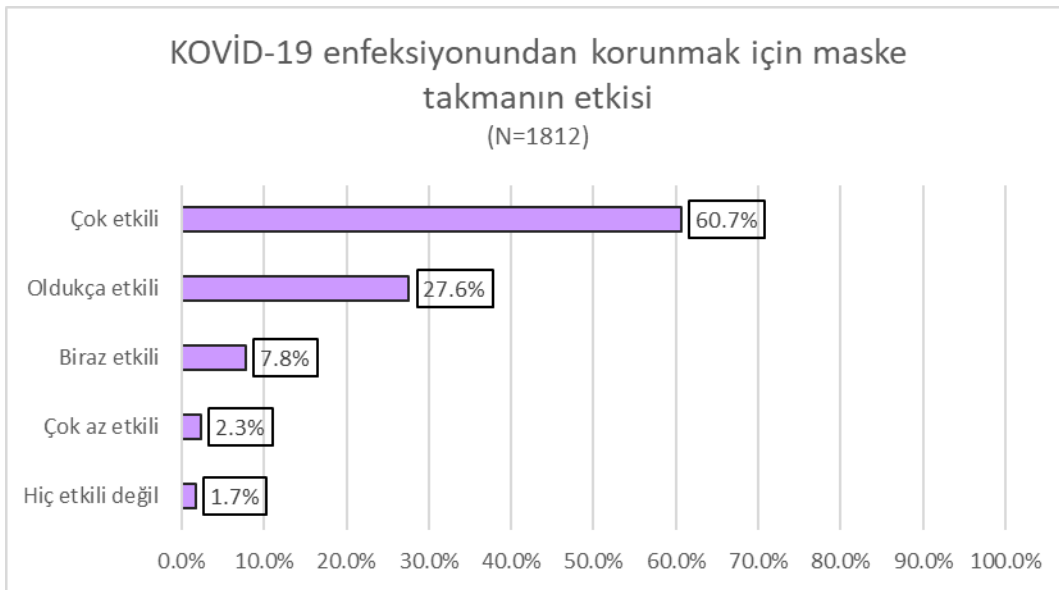


Şekil 31. KOVİD-19 Endişe Seviyesi

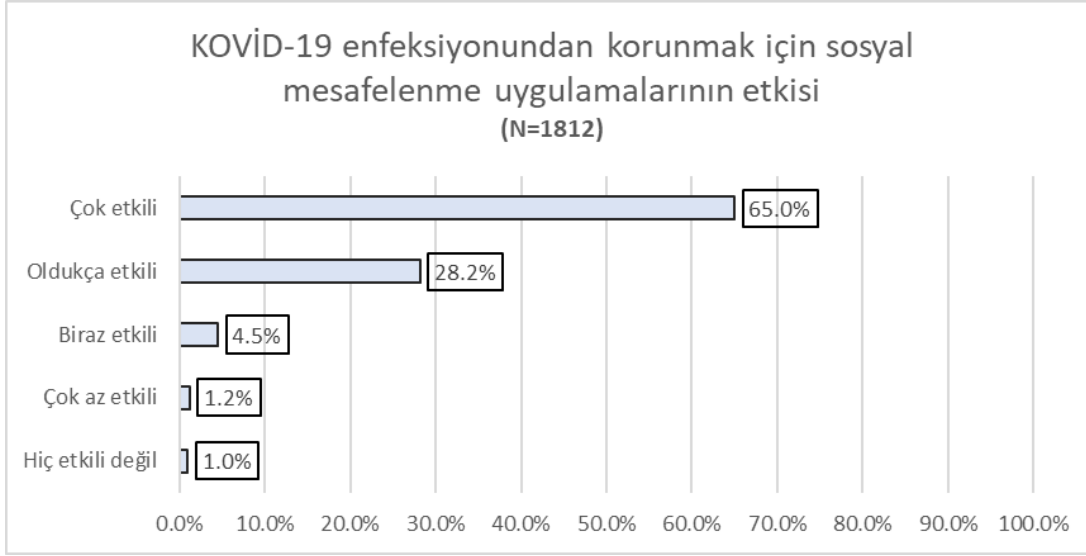
Katılımcıların %93'ü enfeksiyondan korunmak için el yıkamanın oldukça veya çok etkili olduğunu, %88'i maske takmanın oldukça veya çok etkili olduğunu, %93'ü ise sosyal mesafelenmenin oldukça veya çok etkili bir korunma yöntemi olduğunu bildirmiştir (bkz. Şekil 32, 33, 34). Bu bağlamda katılımcıların sosyal mesafelenme önlemlerine uyum durumları sorulduğunda %81'i çok iyi uyum gösterdiğini bildirmiştir (bkz. Şekil 35). Katılımcıların %88'i aldıkları önlemlerin kendilerini enfeksiyondan korumak için oldukça veya çok etkili olduğunu düşünmektedir (bkz. Şekil 36).



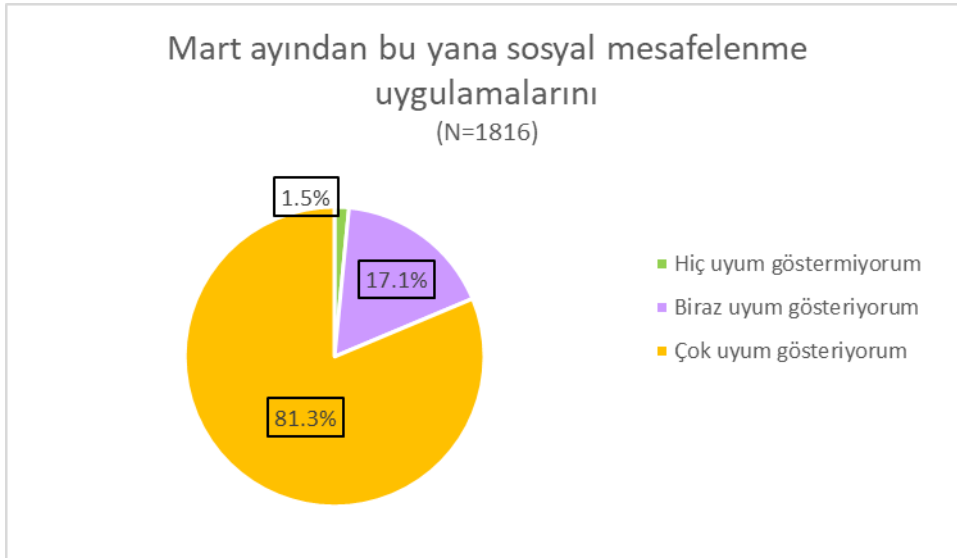
Şekil 32. KOVID-19'dan Korunmak İçin El Yıkama



Şekil 33. KOVID-19'dan Korunmak İçin Maske Takma

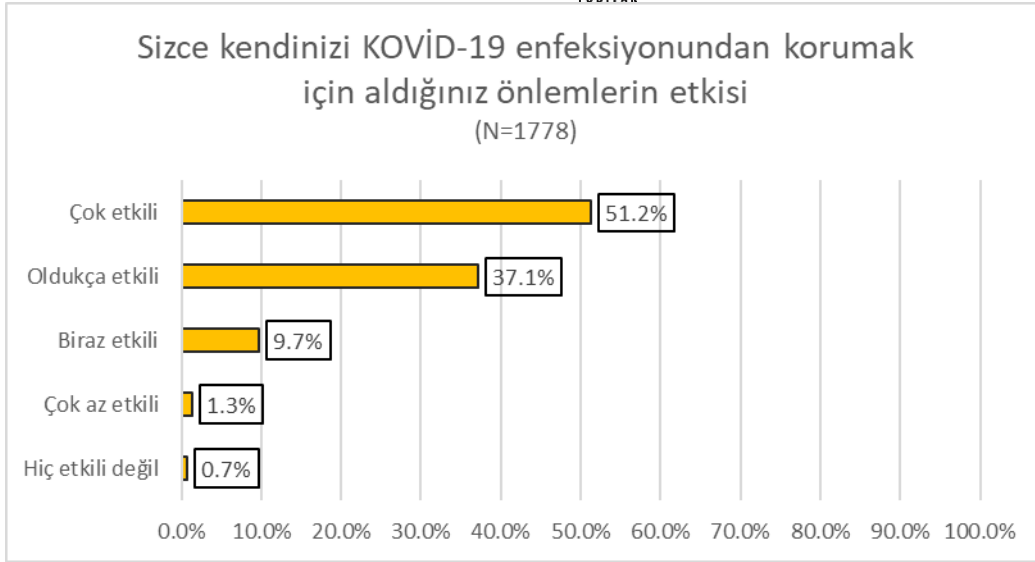


Şekil 34. KOVID-19'dan Korunmak İçin Sosyal Mesafe



Şekil 35. Sosyal Mesafe Uygulamalarına Uyum





Şekil 36. Alınan Kişisel Önlemlerin KOVİD-19'dan Korunmak İçin Etkisi

### 3.4. Pandemi Sırasında Öznel Esenlik

Öznel esenliği bu araştırma kapsamında “yüksek hayat memnuniyeti, yüksek olumlu duygulanım ve düşük olumsuz duygulanım” olarak tanımlanmıştır. Öznel esenliği belirleyici olduğunu hem alandaki araştırmaların gösterdiği hem de öznel esenlik teorilerinin işaret ettiği bireysel ve ilişkilere dayalı bir grup değişken ile bir seri regresyon analizi yapılmış ve elde edilen veri seti için aşağıdaki modellerde görülen bir grup değişkenin anlamlı olduğu anlaşılmıştır. Sonrasında bu değişkenlerin öznel esenliği ne şekilde belirlediğini modellemek amacıyla bir seri YEM analizi yapılmıştır.

#### 3.4.1. Grup farklılıkları

Bu gruptaki analizler 1832 kişilik birleştirilmiş veri seti ile öznel esenlik, olumlu duygulanım ve olumsuz duygulanım değişkenlerini yordayıcı olacağı düşünülen 9 ölçümün temel betimsel analizlerini içermektedir. Tablo 10'da bu sözü geçen toplam 12 değişkenin detayları görülebilir. Bu tabloda aynı zamanda bu değişkenlerin bazı demografik alt gruplar arasında gösterdiği ortalama değişimlerinin anlamlılık test sonuçları da işaretlidir.

Tablo 10: Herkes İçin Öznel Esenlik Belirleyicileri



Ölçek	Puan aralığı	ERKEK		KADIN		ERKEK		KADIN	
		Ort. (SS)		Ort. (SS)		Ort. (SS)		Ort. (SS)	
		Evli	Evli Olmayan	Evli	Evli Olmayan	Çalışmayan	Çalışan	Çalışmayan	Çalışan
Hayat Doyumu (Diener ve ark, 1985)	5-35	19.0 (6.46)	17.5 (6.67)	19.5 (6.76)	18.6 (6.85)	16.8 (7.05)	19.2 (6.21)	17.1 (6.60)	20.6 (6.54)
Olumlu duygular ** (PANAS-SF; Watson ve ark.,1988)	1-25	18.4 (4.19)	18.3 (4.33)	17.4 (3.93)	17.1 (3.97)	17.7 (4.41)	18.5 (4.15)	17.7 (4.06)	17.0 (3.85)
Olumsuz duygular ** (CES-Depresyon-10; Anderson ve ark., 2004)	0-30	12.2 (6.34)	13.6 (6.34)	13.9 (6.37)	14.8 (6.60)	13.6 (6.74)	12.3 (6.16)	14.2 (5.87)	14.4 (6.87)
Bakım verme yükü ** (Graessel E. ve ark., 2014)	0-30	14.3 (9.87)	14.0 (8.54)	14.0 (9.41)	11.9 (8.86)	16.4 (8.59)	13.4 (9.68)	17.9 (8.73)	9.63 (7.95)
Dayanıklılık (Bartone, 1995) –(Olaylar kontrol edilebilir, hayat ve ilişkiler anlamlıdır, yapıcı mücadeleciler)	Kontrol 0-12	7.0 (2.06)	7.2 (2.31)	7.0 (2.18)	7.1 (2.26)	6.7 (2.24)	7.1 (2.08)	6.7 (2.15)	7.2 (2.24)
	Anlam 0-12	7.6 (2.66)	7.1 (2.67)	7.5 (2.61)	7.1 (2.72)	7.0 (2.75)	7.6 (2.63)	7.0 (2.73)	7.6 (2.59)
	Yapıcı mücadele 0-12	6.2 (2.14)	6.3 (2.18)	6.1 (2.33)	5.9 (2.18)	5.9 (2.40)	6.4 (2.04)	6.0 (2.37)	6.0 (2.19)
Stres yaratan olaylar (Son 3 ay içinde yaşanan 9 hayat olay)	0-9	0.4 (0.63)	0.4 (0.65)	0.5 (0.73)	0.4 (0.68)	0.4 (0.64)	0.4 (0.64)	0.4 (0.60)	0.5 (0.78)
Algılanan stres ** (Cohen Kamarck ve Mermelstein, 1983)	0-16	7.3 (2.57)	7.7 (2.79)	7.9 (2.52)	8.4 (2.41)	7.9 (2.79)	7.3 (2.55)	8.2 (2.33)	8.0 (2.59)
Gelecek kaygısı ** (Kara gelecek ölçeği; Zaleski ve ark., 2019)	5-35	20.8 (7.72)	22.4 (7.40)	22.8 (6.86)	23.5 (7.12)	21.7 (7.74)	21.1 (7.61)	22.5 (6.99)	23.4 (6.96)
Aile iletişimi (ADÖ-iletişim; Epstein ve ark., 1983)	9-36	3.2 (0.47)	3.0 (0.54)	3.2 (0.53)	3.0 (0.54)	3.2 (0.48)	3.1 (0.50)	3.1 (0.52)	3.1 (0.54)
COVİD-19 stresi (4 soru – hastalık endişesi, önlemlerin işlevselliği)	0-16	9.4 (2.51)	9.5 (2.49)	9.1 (1.87)	9.3 (1.10)	9.2 (2.37)	9.5 (2.56)	9.1 (1.88)	9.2 (1.94)

\*\* Bu değişkende kadınlar ve erkekler arası genel fark  $p < .05$  veya daha alt bir seviyede anlamlı.

\*\* ise kadın ve erkek grupları içinde çalışan-çalışmayan veya evli-evli olmayan farklarının da  $p < .05$  veya daha alt bir seviyede anlamlı olduğuna işaret ediyor.

Ölçülen değerlerdeki grup farklılıklarını incelemek için iki grupta (medeni durum ve çalışma durumu için) 12şer adet, toplam 24 MANOVA yapılmıştır. Bu analizlerin sonuçları şu şekilde özetlenebilir:

#### 3.4.1.1. Evli-Evli olmayan Kadın ve Erkekler

İlk grubu oluşturan evli-evli olmayan kadın ve erkekler için yapılan analizlerin sonuçlarına göre:

Bireylerin hayatlarında genel olarak elde ettikleri doyum düzeyini sorgulayan Yaşam Doyumu Ölçeğine 7'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1459) = 5.577, p = .035$ ), ve evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir ( $F(1,1459) = 10.759, p = .001$ ). Bu puanlama temelinde medeni durum ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 0.462, p = .497$ ).

Bireylerin son aylarda ne sıklıkla olumlu duygu yaşadıklarını sorgulayan PANAS Olumlu Duygulanım Ölçeğine 5'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında anlamlı fark görülürken ( $F(1,1459) = 22.121, p = .000$ ), evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir ( $F(1,1459) = 0.599, p = .439$ ). Bu puanlama temelinde medeni durum ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 0.052, p = .820$ ).

Bireylerin son haftalarda ne sıklıkla depresif ve olumsuz duygu yaşadıklarını sorgulayan Olumsuz Duygulanım Ölçeğine 4'lü likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1459) = 19.855, p = .000$ ), ve evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir ( $F(1,1459) = 8.265, p = .002$ ). Bu puanlama temelinde medeni durum ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 0.114, p = .736$ ).

Bakım veren aile üyelerinin bakım sorumlulukları sebepli algıladıkları olumsuz fiziksel (bitkinlik, enerji eksilmesi vb), sosyal (arada kalma, ilişki kaybı vb.) ve psikolojik (hayat memnuniyeti azalması, "ben" olma hissinde azalma vb.) sonuçları 4'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile değerlendirilen "bakım verme yükü" ölçek puanları, kadın ve erkekler ( $F(1,1459) = 5.658, p = .018$ ), ve evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı şekilde farklılaşmıştır ( $F(1,1459) = 5.787, p = .016$ ). Bu puanlama temelinde medeni durum ve cinsiyet arasında anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 3.183, p = .075$ ).

Hayat ve olayların anlamlı ve birey kontrolünde olduğu, ve hayatta karşılaşılan sorunlarla yapıcı şekilde mücadele edilebileceğine inanç üzerinden değerlendirilen bireysel dayanıklılık ölçeğine 4'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan üç alt ölçek puanı ayır ayrı test edildi. *Yapıcı mücadele* alt ölçeği puanları kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark gösterirken ( $F(1,1459) = 6.587, p = .010$ ), evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı bir fark göstermemiştir ( $F(1,1459) = 0.078, p = .781$ ). Bu puanlama temelinde medeni durum ve cinsiyet arasında anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 1.401, p = .237$ ).

*Kontrol* alt ölçeği puanları ise ne kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1459) = 0.845, p = .358$ ), ne de evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı bir fark göstermemiştir ( $F(1,1459) = 3.701, p = .055$ ). Bu puanlama temelinde medeni durum ve cinsiyet arasında da anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 0.128, p = .720$ ).

*Anlam* alt ölçeği puanları kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark göstermezken ( $F(1,1459) = 0.227, p = .634$ ), evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı şekilde farklılaşmıştır ( $F(1,1459) =$



8.242,  $p = .004$ ). Bu puanlama temelinde medeni durum ve cinsiyet arasında anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 0.022, p = .883$ ).

Son 3 ay içinde yaşanan 9 hayat olayının sorgulandığı “stres yaratan olaylar” kontrol listesine verilen olumlu cevapların( “evet bu olayı yaşadım” anlamına gelen) toplanması ile oluşturulan endekste kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1459) = 0.259, p = .611$ ), veya evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $F(1,1459) = 0.914, p = .339$ ). Benzer şekilde, medeni durum ve cinsiyet arasında da anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 2.038, p = .154$ ).

Bireylerin hayatlarında genel olarak algıladıkları stres düzeyini sorgulayan Algılanan Stres Ölçeğine 5’li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1459) = 19.751, p = .000$ ), ve evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir ( $F(1,1459) = 10.116, p = .004$ ). Bu puanlama temelinde medeni durum ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 0.033, p = .856$ ).

Bireylerin gelecekları hakkında duydukları kaygı düzeyini sorgulayan Gelecek Kaygısı Ölçeğine 7’li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1459) = 15.043, p = .000$ ), ve evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir ( $F(1,1459) = 8.059, p = .005$ ). Bu puanlama temelinde medeni durum ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 1.241, p = .265$ ).

Bireylerin yaşadıkları aile içindeki iletişimin ne kadar direk, net ve açık olduğunu sorgulayan Aile Değerlendirme Ölçeği’nin İletişim alt ölçeğine 4’li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $F(1,1459) = 0.446, p = .504$ ), Ancak evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir ( $F(1,1459) = 25.827, p = .000$ ). Evli olanlar olmayanlara kıyasla daha açık ve net iletişim aile sistemlerinde yaşadıklarını raporlamışlardır. Medeni durum ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 0.545, p = .461$ ).

KOVID\_19 Stresi olarak tanımlanan KOVID-19 enfeksiyonunun ne derece endişe verici ve ne derece kontrol edilebilir bir hastalık olarak algılandığının değerlendirildiği dört anket sorusuna 5’li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan endekste kadın ve erkekler arasında genel bir anlamlı fark gözlenirken ( $F(1,1459) = 4.052, p = .044$ ), evli ve evli olmayanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $F(1,1459) = 1.552, p = .213$ ). Benzer şekilde, medeni durum ve cinsiyet arasında da anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1459) = 0.026, p = .872$ ).

### 3.4.1.2. Çalışan-Çalışmayan Kadın ve Erkekler

İkinci grubu oluşturan çalışan-çalışmayan kadın ve erkekler için yapılan analizlerin sonuçlarına göre:

Bireylerin hayatlarında genel olarak elde ettikleri doyum düzeyini sorgulayan Yaşam Doyumu Ölçeğine 7'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1446) = 5.396, p = .020$ ), ve çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir ( $F(1,1446) = 65.977, p = .000$ ). Bu puanlama temelinde çalışma durumu ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1446) = 2.335, p = .127$ ).

Bireylerin son aylarda ne sıklıkla olumlu duygu yaşadıklarını sorgulayan PANAS Olumlu Duygulanım Ölçeğine 5'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında anlamlı fark görülürken ( $F(1,1446) = 11.596, p = .001$ ), çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir ( $F(1,1446) = 0.029, p = .865$ ). Bu puanlama temelinde çalışma durumu ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim bulunmuştur ( $F(1,1446) = 10.572, p = .001$ ).

Bireylerin son haftalarda ne sıklıkla depresif ve olumsuz duygu yaşadıklarını sorgulayan Olumsuz Duygulanım Ölçeğine 4'lü likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1446) = 13.948, p = .000$ ) anlamlı bir fark gözlenirken, çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir ( $F(1,1459) = 2.601, p = .107$ ). Ancak bu puanlama temelinde çalışma durumu ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim bulunmuştur ( $F(1,1446) = 4.270, p = .039$ ).

Bakım veren aile üyelerinin bakım sorumlulukları sebebiyle algıladıkları olumsuz fiziksel (bitkinlik, enerji eksilmesi vb), sosyal (arada kalma, ilişki kaybı vb.) ve psikolojik (hayat memnuniyeti azalması, "ben" olma hissinde azalma vb.) sonuçları 4'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile değerlendirilen "bakım verme yükü" ölçek puanları, kadın ve erkekler ( $F(1,1446) = 4.896, p = .027$ ), ve çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı şekilde farklılaşmıştır ( $F(1,1446) = 128.159, p = .000$ ). Bu puanlama temelinde çalışma durumu ve cinsiyet arasında da anlamlı bir etkileşim vardır ( $F(1,1459) = 28.267, p = .000$ ).

Hayat ve olayların anlamlı ve birey kontrolünde olduğu, ve hayatta karşılaşılan sorunlarla yapıcı şekilde mücadele edilebileceğine inanç üzerinden değerlendirilen bireysel dayanıklılık



ölçeğine 4'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan üç alt ölçek puanı ayır ayır test edildi. *Yapıcı mücadele* alt ölçeği puanları kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark göstermezken ( $F(1,1446) = 1.433, p = .231$ ), çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı bir fark göstermiştir ( $F(1,1446) = 3.900, p = .048$ ). Bu puanlama temelinde çalışma durumu ve cinsiyet arasında anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1446) = 3.298, p = .070$ ).

*Kontrol* alt ölçeği puanları ise ne kadın ve erkekler arasında anlamlı farklılaşma göstermezken ( $F(1,1446) = 0.011, p = .916$ ), çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı bir fark göstermiştir ( $F(1,1446) = 14.151, p = .000$ ). Bu puanlama temelinde çalışma durumu ve cinsiyet arasında da anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1446) = 0.116, p = .734$ ).

*Anlam* alt ölçeği puanları kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark göstermezken ( $F(1,1446) = 0.024, p = .877$ ), çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı şekilde farklılaşmıştır ( $F(1,1446) = 16.461, p = .000$ ). Bu puanlama temelinde çalışma durumu ve cinsiyet arasında anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1446) = 0.158, p = .691$ ).

Son 3 ay içinde yaşanan 9 hayat olayının sorgulandığı “stres yaratan olaylar” kontrol listesine verilen olumlu cevapların (“evet bu olayı yaşadım” anlamına gelen) toplanması ile oluşturulan endekste kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1446) = 0.007, p = .935$ ), veya çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $F(1,1446) = 0.018, p = .895$ ). Benzer şekilde, çalışma durumu ve cinsiyet arasında da anlamlı bir etkileşim vardır ( $F(1,1446) = 4.905, p = .027$ ).

Bireylerin hayatlarında genel olarak algıladıkları stres düzeyini sorgulayan Algılanan Stres Ölçeğine 5'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1446) = 12.520, p = .000$ ), ve çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir ( $F(1,1446) = 7.704, p = .006$ ). Bu puanlama temelinde çalışma durumu ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1446) = 3.152, p = .076$ ).

Bireylerin gelecekları hakkında duydukları kaygı düzeyini sorgulayan Gelecek Kaygısı Ölçeğine 7'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1446) = 14.485, p = .000$ ) anlamlı bir fark gözlemlenirken, çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $F(1,1446) = 0.092, p = .761$ ). Bu puanlama temelinde, çalışma durumu ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1446) = 3.719, p = .054$ ).

Bireylerin yaşadıkları aile içindeki iletişimin ne kadar direk, net ve açık olduğunu sorgulayan Aile Değerlendirme Ölçeği'nin İletişim alt ölçeğine 4'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan puanlarda kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1446) = 3.763, p = .053$ )



ve, çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir ( $F(1,1446) = 0.076$ ,  $p = .783$ ). Çalışma durumu ve cinsiyet arasında ise anlamlı bir etkileşim de yoktur ( $F(1,1446) = 2.373$ ,  $p = .124$ ).

KOVID\_19 Stresi olarak tanımlanan KOVID-19 enfeksiyonunun ne derece endişe verici ve ne derece kontrol edilebilir bir hastalık olarak algılandığının değerlendirildiği dört anket sorusuna 5'li likert üzerinden verilen cevapların toplanması ile oluşturulan endekste kadın ve erkekler arasında ( $F(1,1446) = 2.939$ ,  $p = .087$ ), veya çalışan ve çalışmayanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $F(1,1446) = 1.341$ ,  $p = .247$ ). Benzer şekilde, çalışma durumu ve cinsiyet arasında da anlamlı bir etkileşim yoktur ( $F(1,1446) = 0.736$ ,  $p = .391$ ).

### 3.4.2. Regresyon Analizleri

Bu regresyon analiz serisi 1832 kişilik birleştirilmiş veri seti ile öznel esenlik, olumlu duygulanım ve olumsuz duygulanım değişkenlerini bağımlı değişken olarak yapılan 3 regresyon analizini içermektedir. Bu analiz grubuna "herkes için öznel esenlik belirleyicileri" grup ismi verilmiştir

#### 3.4.2.1. Hayat Doyumu

Hayat doyumunun bağımlı değişken olarak girdiği birinci analizde Tablo 10'daki bağımsız değişken listesi kullanılmıştır. Detay istatistikleri Tablo 11'de görülebilecek bu analiz ile, hayat doyumunu varyasyonunun erkeklerde %38.9'unu, kadınlarda ise %36.7'sini açıklayabilen iki paralel model oluşmuştur.

Erkekler için geçerli modele göre hayat doyumundaki %38.9'luk varyasyon bakım verme yükü, dayanıklılık ve gelecek kaygısı üzerinden açıklanmıştır ( $F(13, 623) = 32.144$ ,  $p < .001$ ). Bakım verme yükü ve gelecek kaygısı azalıp, dayanıklılık arttıkça erkeklerde hayat doyumuna da artmaktadır.

Kadınlar için aynı değişkenler işleme girdiğinde ortaya çıkan geçerli modele göre hayat doyumundaki %36.7'lik varyasyon bakım verme yükü, gelecek kaygısı, dayanıklılık, aile iletişimi ve algılanan stres üzerinden açıklanmıştır ( $F(13,777) = 36.299$ ,  $p < .001$ ). Bakım verme yükü, gelecek kaygısı ve algılanan stres azalıp, aile iletişimi ve dayanıklılık arttıkça kadınlarda hayat doyumuna da artmaktadır (beta değerleri için bkz. Tablo 11).

Tablo 11. Hayat Doyumu İçin Tüm Grupla Yapılan Regresyon

Hayat Doyumu	
	Erkek
	Kadın



TÜBİTAK

	Beta	p	Beta	p
Bakım verme yükü	-0.115	0.006	-0.211	0.000
Aile iletişimi	-0.066	0.080	0.080	0.017
Dayanıklılık- anlam	0.209	0.000	0.248	0.000
Dayanıklılık-kontrol	0.116	0.002	0.074	0.025
Dayanıklılık-mücadele	0.075	0.044	0.106	0.001
Stres yaratan olaylar	-0.028	0.395	-0.003	0.918
KOVID stresi	-0.005	0.887	0.008	0.788
Algılanan stres	-0.065	0.097	-0.116	0.001
Gelecek kaygısı	-0.262	0.000	-0.066	0.067
Arkadaş memnuniyeti	0.009	0.793	-0.016	0.590

### 3.4.2.2. Olumlu Duygulanım

İkinci regresyon analizi olumlu duygulanımı bağımlı değişken olarak kullanılarak yapılmıştır. Tablo 10'daki veri seti özetleri bu analiz için de geçerlidir. Analiz sonuçlarına göre kadınlarda olumlu duygulanım varyasyonunun %35.2'si ( $F(13,777) = 34.042, p < .001$ ) erkeklerde ise %32.5'i bu model üzerinden açıklanabilmektedir ( $F(13, 623) = 24.558, p < .001$ ). Erkekler için,

Tablo 12: Olumlu Duygulanım İçin Tüm Grupla Yapılan Regresyon

Olumlu Duygulanım N=1832				
	Erkek		Kadın	
	Beta	p	Beta	p
Bakım verme yükü	0.236	0.000	0.255	0.000
Aile iletişimi	0.028	0.470	-0.083	0.014
Dayanıklılık- anlam	-0.095	0.036	0.057	0.155
Dayanıklılık-kontrol	0.178	0.000	0.213	0.000
Dayanıklılık-mücadele	0.143	0.000	0.192	0.000
Stres yaratan olaylar	-0.043	0.205	0.002	0.947
KOVID stresi	-0.057	0.093	-0.091	0.002
Algılanan stres	-0.265	0.000	-0.174	0.000
Gelecek kaygısı	0.093	0.034	0.025	0.498





Arkadaş memnuniyet	0.074	0.029	0.087	0.004
--------------------	-------	-------	-------	-------

Erkekler için geçerli modele göre hayat doyumundaki %32.5'lik varyasyon bakım verme yükü, dayanıklılık, arkadaş ilişkisinden memnuniyet, algılanan stres ve gelecek kaygısı üzerinden açıklanmıştır. Pandemi sürecinde, bakım verme yükü ve gelecek kaygısı artarken stres algısının azalması, arkadaş ilişkisinden memnuniyet ve dayanıklılık arttıkça erkeklerde olumlu duygu yaşanma sıklığı da artmış durumda. Bu sonuç bu gruptaki erkekler için birçok çelişkiler içeriyor: Artışı olumsuz etkiler yaratması beklenen bakım verme yükü ve gelecek endişesi bireyi mutlu eden bir sosyal ilişki ağı (arkadaş memnuniyeti) ve bireyin yetkinlik algısını arttırıcı dayanıklılık özellikleri (kontrol ve yapıcı mücadele) ile birleşince daha sık olumlu duygu yaşantısı bildiriliyor. Burada nedensellik ilişkisinde de bir sorunda olabilir: Birey olumsuzluklara reaksiyon olarak olumlu duygu yaşantısı geliştiriyor olabilir.

Kadınlar için aynı değişkenler işleme girdiğinde ortaya çıkan geçerli modele göre hayat doyumundaki %35.2'lik varyasyon bakım verme yükü, dayanıklılık, aile iletişimi, algılanan stres arkadaş ilişkisinden memnuniyet ve KOVİD stresi üzerinden açıklanmıştır (beta değerleri için bkz. Tablo 12). Bakım verme yükü, bireyin yetkinlik algısını arttırıcı dayanıklılık özellikleri (kontrol ve yapıcı mücadele) ve arkadaş ilişkisinden memnuniyet artarken, algılanan stres ve KOVİD stresi azalması aile iletişimi daha opak ve giriftleştikçe olumlu duyguların deneyiminin arttığı bildirilmiştir. Bu sonuç da içinde çelişkiler barındırıyor ve nedensellik ilişkisinin sorunlu olabileceğini düşündürüyor.

#### 3.4.2.3. Olumsuz Duygulanım

Üçüncü regresyon analizi olumsuz duygulanımı bağımlı değişken olarak kullanarak yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre kadınlarda olumsuz duygulanım varyasyonunun %51.2'si ( $F(13,777) = 64.646, p < .001$ ), erkeklerde ise %58.7'si ( $F(13, 623) = 70.481, p < .001$ ) bu model üzerinden açıklanabilmektedir (beta değerleri için bkz. Tablo 13).

Tablo 13: Olumlu Duygulanım İçin Tüm Grupla Yapılan Regresyon

Olumsuz Duygulanım N=1832				
	Erkek		Kadın	
	Beta	p	Beta	p
Bakım verme yükü	0.333	0.000	0.186	0.000
Aile iletişimi	0.009	0.764	-0.037	0.212



Dayanıklılık- anlam	-0.217	0.000	-0.171	0.000
Dayanıklılık-kontrol	-0.014	0.639	0.083	0.004
Dayanıklılık-mücadele	0.001	0.973	0.005	0.865
Stres yaratan olaylar	0.040	0.137	0.060	0.017
KOVID stresi	-0.029	0.280	0.005	0.830
Algılanan stres	0.229	0.000	0.307	0.000
Gelecek kaygısı	0.224	0.000	0.229	0.000
Arkadaş memnuniyet	-0.035	0.187	-0.045	0.088

Erkekler için geçerli modele göre hayat doyumundaki %58.7'lik varyasyon bakım verme yükünde artma, hayatın anlamlı olduğu inancı, algılanan stres ve gelecek kaygısı üzerinden açıklanmıştır. Bakım verme yükü, gelecek kaygısı ve stres artıp, hayatın anlamlı olduğu inancı azaldıkça erkeklerde olumsuz duygulanım da artmaktadır.

Kadınlar için aynı değişkenler işleme girdiğinde ortaya çıkan geçerli modele göre hayat doyumundaki %51.2'lik varyasyon bakım verme yükü, dayanıklılık (anlam ve kontrol), stres yaratan olaylar, algılanan stres ve gelecek kaygısı üzerinden açıklanmıştır. Bakım verme yükü, algılanan stres, stres yaratan olaylar ve bireyin hayatı kontrol ihtiyacı artarken, hayatın anlamlı olduğu inancı azalınca kadınlarda olumsuz duygulanım da artmaktadır (beta değerleri için bkz. Tablo 13).

### 3.4.3. YEM Modelleri

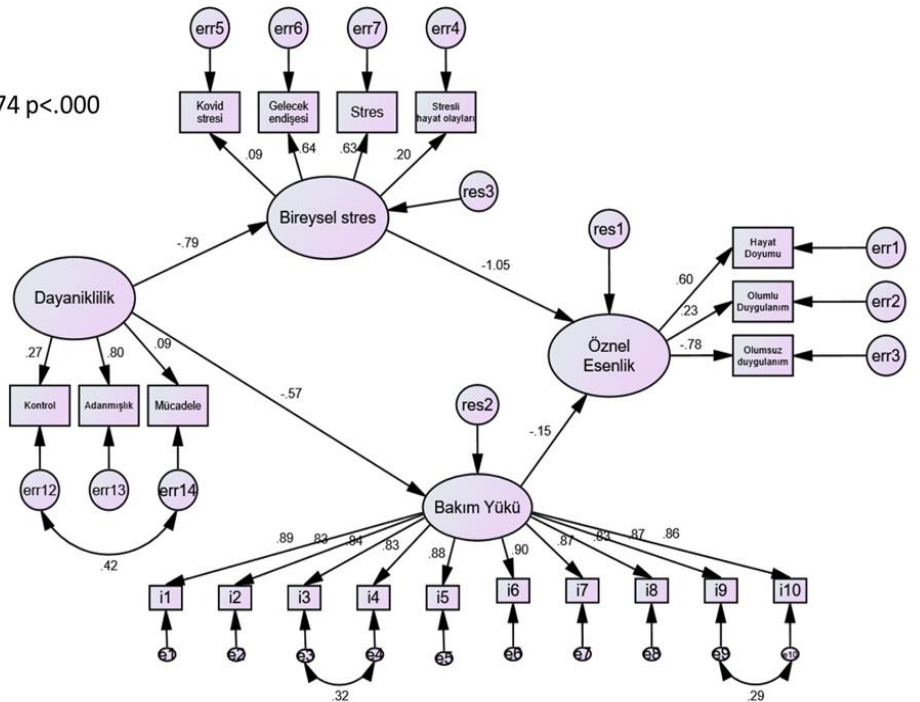
Regresyon analizlerini takiben bu analizlerde ön plana çıkan bir grup değişken ile öznel esenliği açıklayıcı bir yapısal eşitlik modeli kurgulanmış ve test edilmiştir. Bu model, içerdiği değişkenlerin büyük bir kısmının evli bireylere uygunluğu ve YEM'in kayıp/eksik veri toleransı olmayan bir yöntem olduğu da göz önüne alınarak, sadece evli katılımcılardan oluşturulan bir alt veri seti üzerinden çalışılmıştır. Bu grup genel olarak değişken başına kayıp /eksik verisi en az (< %5) olan gruptur. Oluşturulan veri setinde her değişken için kayıp veri değerlendirmesi yapılmış ve gerekli yerlerde kayıp noktanın lineer eğilimine göre hesaplanan tahmini değer (linear trend at point) kayıpların yerine konarak değiştirilmiştir. Ölçekler için bu yöntem toplam puan hesabı öncesi ölçek maddeleri temelinde yapılmış ve toplam puanlar değişim yapılmış veri seti üzerinden hesaplanmıştır.

Bu işlemler sonrası, 1112 evli katılımcının verisi temel alınarak regresyon analizlerinin ve korelasyon matrislerinin öznel esenliğin üç bileşeni ile anlamlı düzeyde ilişkilendirildiğini gösterdiği değişkenler ile var olan sosyal bilim yazınına uygun mantıksal ilişkiler içeren bir

model oluşturulmuştur. Modele katılan değişkenlerin normal dağılım kontrolleri yapılmış, bu şartı karşılamayan aile ve arkadaş ilişkisi memnuniyeti değişkenleri modelden çıkarılmıştır. Onları çıkması ile “aile” latant değişkeninde tek indikatör olarak kalan aile iletişimi de bu sebepten model dışı kalmıştır. Bu elemeler sonrasında ortaya çıkan temel model ilk analiz sonrası parametre değerleri ve hata ko-varyans matrisleri değerlendirmelerine bakılarak düzeltilmiş, anlamlı bir model uyumu bulunana kadar modelden eksiltmeler yapılmıştır. Bu süreç sonucu Şekil 37’deki model oluşmuştur (Ki-kare (163)=1059.505,  $p=.000$ ). Model uyum endeksleri sonuçları ve standardize edilmiş regresyon ağırlıkları bu şekilde görülebilir (tüm ağırlıklar  $p<.01$  seviyesinde veya altında anlamlıdır).

Bu modele göre öznel esenliği bireysel stres ve bakım verme yükü direk olarak belirlerken, bireysel dayanıklılık, hem bireysel stresi hem de bakım verme yükünü azaltarak öznel esenliği dolaylı olarak olumlu etkilemekte ancak direk etkisi anlamlı görünmemektedir. Dayanıklılığın hem bakım yükünü hem de stresi algı değişimi üzerinden etkilemesi (örn: olaylara olumlu bakışın alt yapısını kurarak) yanı sıra bireyin hayat ve olaylar üzerindeki kontrol ve yetkinlik algısını arttırarak da problem çözümü ve planlama yetileri gelişimine alt yapı sağlayacağı düşünülebilir.

EVLİLER N=1112  
CFI=.940  
PCFI=.807  
RMSEA=.070 CI= .066<rmsea<.074  $p<.000$



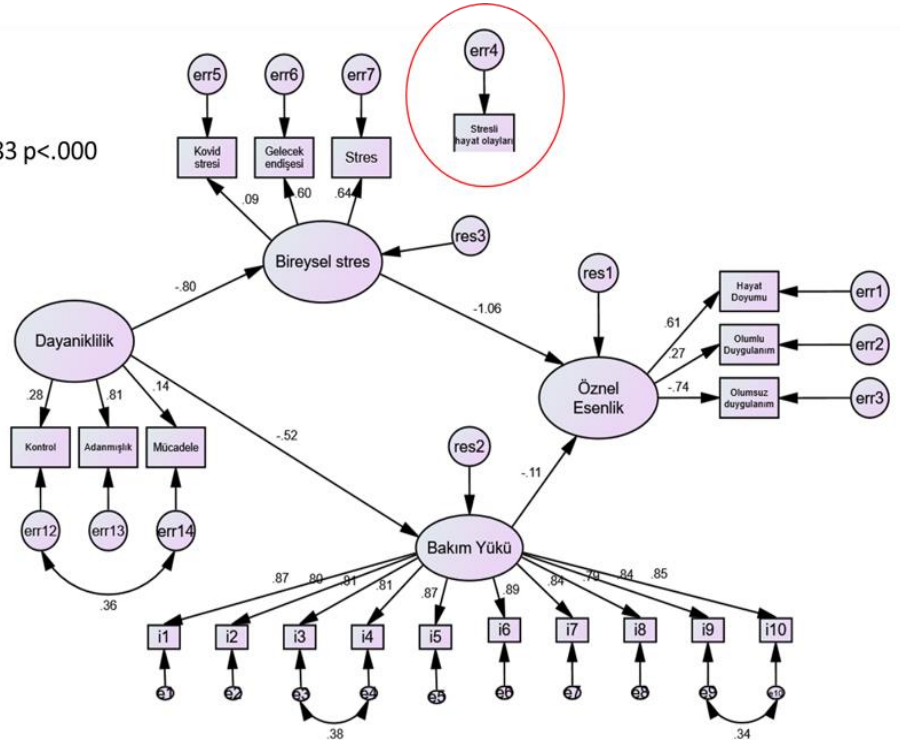
Şekil 37. Evliler İçin Öznel Esenlik YEM

Aynı model kadın ve erkekler için ayrı ayrı değerlendirildiğinde kadınlarda “stresli hayat olayları” endeksinin anlamını yitirdiği (Ki-kare (145)=629.405,  $p=.000$ ), (bkz. Şekil 38), erkeklerde ise dayanıklılığın yapıcı mücadele alt ölçeğinin modelden düştüğü görülmektedir (Ki-kare (146)= 561.398,  $p=.000$ ), (bkz. Şekil 39).

Evli çalışan kadınlar grubuna inildiğinde ise bakım verme yükü ile öznel esenliğin bağının anlamsızlaştığı görülmektedir (Ki-kare (164)= 374.367,  $p=.000$ ) (bkz. Şekil 40). Model uyum endeksleri sonuçları ve standardize edilmiş regresyon ağırlıkları bu şekilde görülebilir (tüm ağırlıklar  $p<.01$  seviyesinde veya altında anlamlıdır).

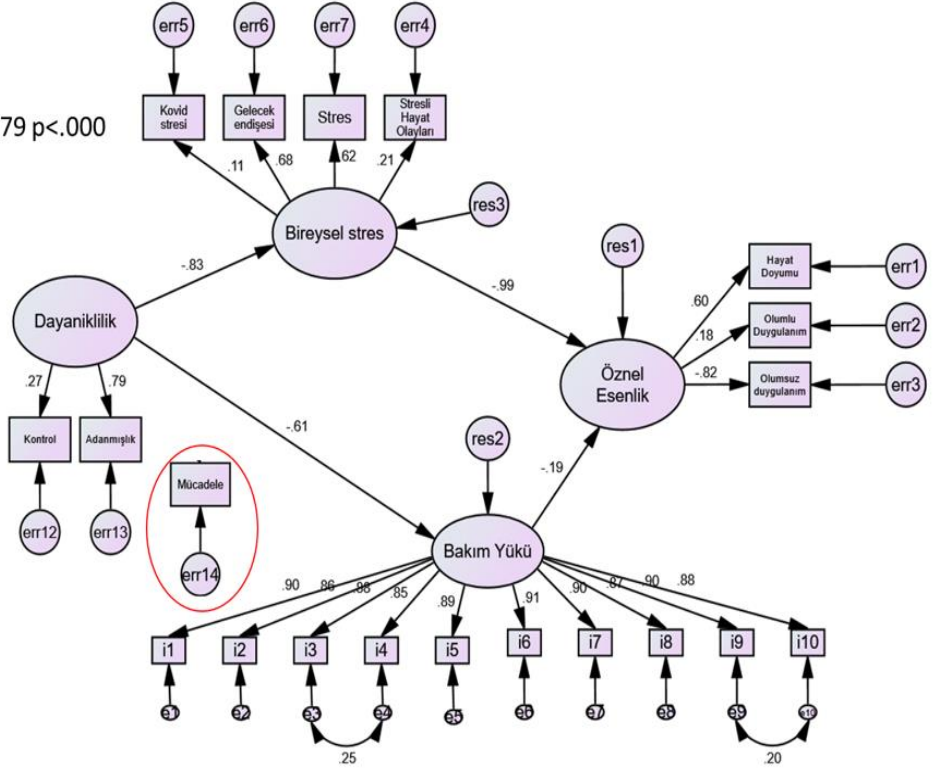
Bakım verme yükü MANOVA analizinde de bu değişkenin cinsiyet ve çalışma durumu ile anlamlı bir etkileşimi olduğu ve en düşük bakım verme yükü puanı bildiren grubun çalışan kadınlar olduğunu bulmuştuk. Modelde de bu grup için, bakım verme yükünün öznel esenlik ile bağının düşmesi bu grubun öznel esenliğinin aile bakım yükü ile azalmadığı, bu sorumluluğun bu çalışma kapsamında değerlendirilen öznel esenlik bileşenlerine olumsuz etkisi olmadığını gözlemlediğimizi söyleyebiliriz. Bu çalışmadaki çalışan evli kadın grubunun büyük çoğunluğunu beyaz yakalı, eğitim seviyesi yüksek, gelir seviyesi de Türkiye ortalamasının üstünde bir grup olduğu düşünüldüğünde, kariyer ve kendi çalışması üzerinden statü sahibi olabilmenin kadınların öznel esenliğine olası bir olumsuz etkiyi (bakım verme yükünü) azaltarak olumlu bir etki sağladığı söylenebilir.

EVLİLER KADINLAR N=567  
CFI=.930  
PCFI=.789  
RMSEA=.077 CI= .071<rmsea<.083  $p<.000$



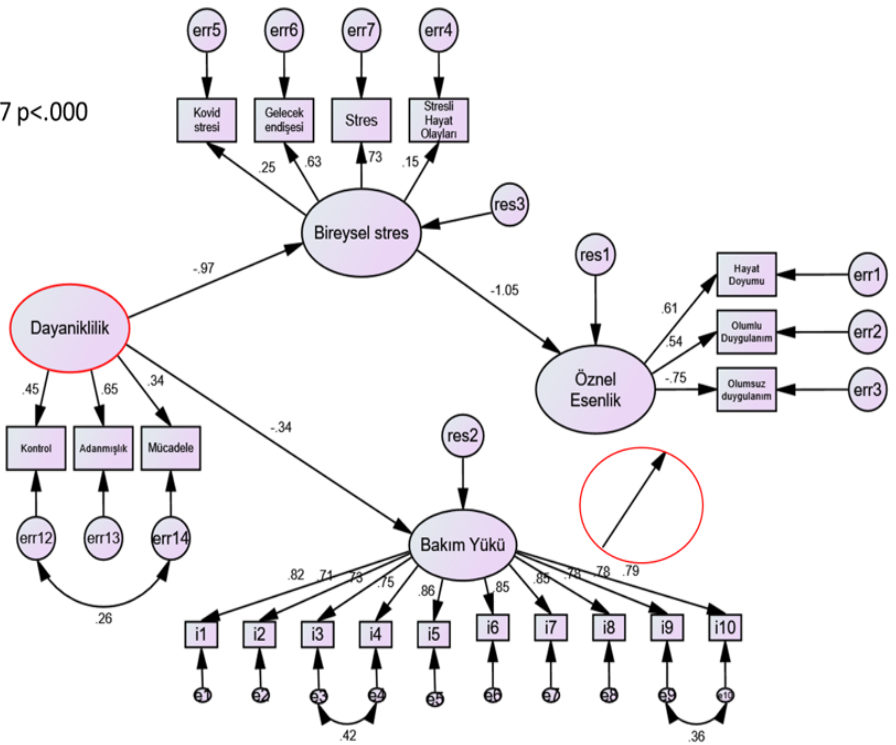
Şekil 38. Evli Kadınlar İçin Öznel Esenlik YEM

EVLİLER ERKEKLER N=545  
CFI=.948  
PCFI=.810  
RMSEA=.072 CI= .066<rmsea<.079 p<.000



Şekil 39. Evli Erkekler İçin Öznele Ezenlik YEM

EVLİ, ÇALIŞAN KADINLAR N=277  
CFI=.928  
PCFI=.801  
RMSEA=.068 CI= .059<rmsea<.077 p<.000

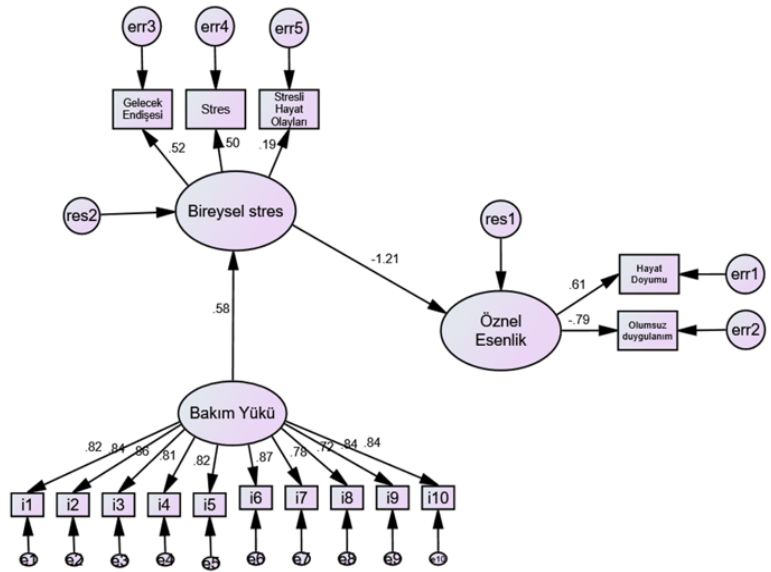


Şekil 40. Evli Çalışan Kadınlar İçin Öznele Ezenlik YEM

Modeldeki en dramatik değişim evli çalışmayan kadın grubuna geçildiğinde görülmektedir: Dayanıklılık modeldeki anlamını tamamen yitirirken bakım yükü kendine özel bir belirleyici almaktan çıkıp bireysel stresin bir belirleyicisi haline gelmekte ve bireysel stres üzerinden öznel esenliğe etki etmektedir (Ki-kare (88)= 227.140,  $p=.000$ ), (bkz. Şekil 41). Model uyum endeksleri sonuçları ve standardize edilmiş regresyon ağırlıkları bu şekilde görülebilir (tüm ağırlıklar  $p<.01$  seviyesinde veya altında anlamlıdır).

Bu son modelde, kişiye ait değişkenlerinin çoğunun düşerek çevresel faktörlerle şekillenen değişkenlerin öznel esenlik üzerinde daha fazla belirleyici etki göstermesi, ev kadınlarının öznel esenliği konusunda düşündürücüdür. Dışsal faktörlerin öznel esenlik gibi temel bir bireysel faktörü bu derece belirleyici olmasının bireyi kırılgan bırakacağı söylenebilir.

EVLİ, ÇALIŞMAYAN KADINLAR N=290  
CFI=.952  
PCFI=.798  
RMSEA=.074 CI= .062<rmsea<.086  $p<.001$



Şekil 41. Evli Çalışmayan Kadınlar İçin Öznel Esenlik YEM

#### 4. Tartışma ve Sonuç

Burada bulguları raporlanan araştırma kapsamında:

- Türkiye toplumunu temsil yetisi olan bir örneklemeden toplanan verilerin betimleyici analizleri sayesinde ele alınan değişkenlerin mevcut durumu ortaya konmuş,
- Gerçekleştirilen regresyon ve yapısal eşitlik modellemesi (YEM) analizleriyle araştırma kapsamındaki değişkenler arasındaki bir seri nedensel ilişki incelenmiş,
- Bu incelemeler doğrultusunda bireylere, ailelere, ilgili bakanlıkların karar alıcılarına ve ruh sağlığı ve aile danışmanlığı alanlarındaki uygulayıcılara katkı sağlayacak destek önerileri oluşturulmaya başlanmıştır.
- Bu araştırmanın veri analizi özellikle modelleme seviyesinde, devam etmektedir. Projenin ön analiz sonuçları 24 Aralık 2020’de Medeniyet Üniversitesi Evlilik Araştırmaları Merkezi tarafından düzenlenen “COVID-19 Pandemisi ve Evlilik İlişkileri Çalıştayı”nda sunulmuştur.
- 8 Mart 2021’de Kadir Has Üniversitesi Toplumsal Cinsiyet ve Kadın Çalışmaları Araştırma Merkezi tarafından düzenlenen “COVID-19 ve Toplumsal Cinsiyet Meseleleri” başlıklı panelde araştırmanın toplumsal cinsiyet ve aile ilişkileri açısından öne çıkan sonuçları halk ve basın ile paylaşılmıştır.
- Bu paneli izleyen 3 hafta boyunca araştırma sonuçları Kadir Has Üniversitesi Toplumsal Cinsiyet ve Kadın Çalışmaları Araştırma Merkezi sosyal medya hesaplarından günlük paylaşımlar olarak düzenli şekilde yaygınlaştırılmaya devam etmiştir.

##### 4.1. Araştırmanın katkıları:

Bu araştırma ile dünya tarihindeki önemli bir sağlık olayı sırasında ülke çapında sosyal ve psikolojik değerlerde birçok değişken hakkında temel bilgi toplanmıştır. Türkiye gibi ruh sağlığı alanında kapsamlı verinin (yaygınlık, vaka sıklığı, genel durum betimleyicileri vb) çok sınırlı olduğu bir ülkede böylesi bir tarihi noktada toplanan hayat memnuniyeti, ilişki memnuniyeti, gelecek kaygısı, olumlu duygu ve olumsuz duygu yaşantısı, bakım verme yükü, genel stres algısı, tütün-alkol kullanım değişimi, kilo değişimi gibi önemli fiziksel ve psikolojik sağlık belirleyicileri hakkındaki betimleyici bilgi çok değerli bir karşılaştırma noktası oluşturmuştur. Bundan sonraki zamanlarda bu değişkenler ile yapılacak benzer araştırmalar değişim trendlerini ve bu değişimin belirleyicilerini anlamak için bu araştırmayı temel alacaktır. Bu sebeple, bu araştırmanın sadece betimleyici analizleri ile dahi son derece önemli bir veri seti oluşturulmuştur.

Bu araştırma kapsamında 2 yeni ölçek Türkiye Psikoloji yazımına katılmıştır: Bakım verme yükü ölçeği, Almanya’da Grassel ve arkadaşları tarafından Türkiye asıllı kişilerle kullanılmış



ve bu sebeple Türkçeleştirilmiş ancak tarafımızdan yapılan incelemelerde, Türkiye’de geniş bir bakım veren grubu ile kullanımı ilk kez bu araştırma ile gerçekleşmiş bir ölçektir. Ölçeğin Onaylayıcı Faktör analizi yapılarak Türkiye araştırma dünyasının kullanımına hazır hale getirilmiş olması alana önemli bir katkıdır.

Yine, Bartone tarafından 2007 yılında geliştirilmiş olan “Dayanıklılık” ölçeği de Türkçeye çevrilmiş, Türkiye genelinde büyük bir örneklem ile denenmiş ve hem keşifsel hem de onaylayıcı faktör analizleri yapılarak Türkiye toplumuna ve Türkçe’ye adaptasyonu sağlanmıştır. Bu yeni ölçek de pozitif psikoloji alanının önemli bir kavramı olan “bireysel dayanıklılık” konusunda ülkemizde kullanıma hazır hale gelmiş olası önemli bir katkıdır.

Bir yeni ölçeğin de geniş bir Türkiye popülasyonu üzerinde kullanılması ile bu ölçeğin de ülke araştırma dünyasında kullanımı için önemli bir geçerlilik çalışması yapılmıştır: Gelecek Endişesi Ölçeği projesinin bursiyerlerinden İbrahim Yakın’ın yüksek lisans tezi kapsamında çevrilerek keşifsel ve onaylayıcı faktör analizleri tamamlanarak ilk geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır (Yakın, 2021). Bu yeni ölçek bu proje kapsamında da kullanılarak geçerlilik çalışmalarına farklı yaş ve eğitim grupları da katılmış ve uygulanma alanı genişletilmiştir.

#### 4.2. Araştırmanın Sınırları

Her araştırmanın olduğu gibi bu araştırmanın da pek çok sınırlılığın bahsedilebilir. Örneğin 1832 kişilik veri seti Türkiye temsili olamayacak kadar yüksek eğitimli çalışan kadın içermektedir. Bu farkı yaratan grup online anket veri setinden kaynaklıdır. Bu ankette kadın/erkek dağılımı sorunludur (%70 kadın). Bu, anketin nasıl yaygınlaştırıldığı ile ilintili olsa da (kadın iş ve çalışma örgütlerinin kullanımı) aslen normal şartlarda yüz yüze anketlerde ulaşması güç bir gruba ulaşıldığı için (üst gelir ve eğitim grubundan beyaz yaka çalışan kadınlar) kendi içinde değerli bir veri seti oluşturmaktadır. Gelecek günlerde bu veri setlerinin modelsel karşılaştırmaları yapılmaya devam edilerek bu özel veri setinin bize sunacağı olası açılımlara ulaşılması hedeflenmektedir.

Kovid-19 sürecinde toplanan tüm bilgide olduğu gibi biz de bu araştırma bulgularının ne kadarının KOVİD-19 süreci nedeniyle ne kadarının bu süreçten bağımsız olagelen durumlar olduklarının ayırdını yapmakta zorlanıyoruz. Bu araştırma, birçok diğerlerine göre bu konuda biraz daha avantajlı bir durumdadır çünkü çok az değişken için dahi olsa, pandemi öncesi ve sonrası karşılaştırması yapabileceğimiz bir alt veri setine sahibiz. Ancak, araştırmanın odağını oluşturan birçok konuda daha önceden toplanmış bilgi yoktur, bu sebeple de bu noktada edindiğimiz bilginin “KOVİD-19 sebebi” olduğunu iddia etmek doğru olmayacaktır. Ancak, bu





veri seti bize KOVİD-19 sonrasında benzer gruplardan benzer bilgi toplanması durumunda nelerin “KOVİD-19 sebebi”, nelerin ondan bağımsız olduğunu anlayabilmemiz için gerekli başlangıç noktasını vermiştir.

Bu araştırma kapsamında erkeklerin ev ve çocuk bakımına destek seviyelerindeki değişim sadece betimleyici analizlerle gösterilebilmiştir. Kısıtlı kategorik değerlendirme yapısı sonucu ortaya çıkan ciddi “normal olmayan” dağılımları sebebiyle (3'lü değerlendirme sonuçlarının Kurtosisleri çok yüksek) YEM modellerine eklenerek bu desteğin değişiminin evli erkek ve kadınların öznel esenliği ile olan ilişkisi yeterince incelenememiştir. Ancak bu durum bu değişkenlerin anlamsızlığı olarak değil, bu araştırmanın ölçüm sınırı olarak değerlendirilmeli ve gelecekte daha detaylı çalışılmalıdır. Özellikle evli çalışmayan kadınların öznel esenliklerine bakım verme yükünün dolaylı ama anlamlı etkisi bu yükün azaltılması için eşlerden gelecek desteğin değerinin altını çizmektedir.

#### 4.3. Sonuç

Bu araştırma ile KOVİD-19 salgın sürecinde, bireysel, ailevi ve sosyal faktörlerin öznel esenliği ne şekillerde etkilediği geniş ve zengin veri seti üzerinden incelenmiş ve temel hedefe ulaşılmıştır. Araştırma, tarihsel bir noktada bireylerin öznel esenliklerini belirleyen birçok bireysel, ilişkisel ve sosyal faktörün durumunu geniş bir katılımcı grubu üzerinden tespit etmiş, önemli bir betimleyici fotoğraf çekilmiştir.

Araştırma betimlemenin ötesine de geçilerek öznel esenliği oluşturan üç temel bileşenin bireysel ve ilişkisel yordayıcılarını bir seri regresyon analizi ile ortaya koymuş, bu değişkenlerin nasıl bir kompleks sistem içinde çoklu nedensellik ağları oluşturduklarını Yapısal Eşitlik Modelleri ile de açıklamıştır.

Araştırmanın betimsel sonuçları bize KOVİD-19 sürecinde

- Çoğunluğun hayat ve ilişkilerimizden daha az memnun olduğunu
- Erkeklerin bu süreçte ev ve aile bakım işlerine eskisinden daha da az katkı sağlayabildiğini
- Çalışmayan kadınların bakım verme yükü ve stres algılarının kalan gruplara kıyasla daha yüksek olduğunu
- Çalışan kadınların ise gelecek endişesi ve olumsuz/depresif duygu yaşantılarının daha yüksek olduğunu
- Kadınların sağlık riski yaratan kilo alımı ve sigara kullanımı gibi davranışlarında da erkeklere kıyasla daha sorunlu bir yerde olduklarını göstermiştir.
- Tüm bunlar kadınların erkeklere kıyasla COVID-19 sürecinden daha olumsuz etkilenmiş olduklarına işaret etmektedir.

#### Araştırmanın YEM sonuçları ise

- Bireysel dayanıklılığın öznel esenliği dolaylı ancak güçlü şekilde etkilediğini göstermektedir.
- Hayat üzerinde kontrol algısı güçlü, hayattın heyecan verici ve anlamlı olduğuna inanan ve sorunlarla yapıcı mücadele etmeye meyilli bireyler strese karşı daha dayanıklı olabilirler
- Bu bulgular alan yazınında sık kullanılan Folkman ve Lazarus'un (1984) stresle başa çıkma için bilişsel değerlendirme odaklı teorisinin önermeleri ile de paralellik göstermektedir. Bu modele göre birey kendini daha yetkin, sorunların da çözülebilir gördüğü durumlarda stres ile başa çıkmaya sorun-odaklı yapıcı çözümler getirerek stres yaşantısını azaltabilir.
- Tehdit/risk ve başa çıkma yetisi değerlendirmede eldeki kaynaklar (sosyal, ekonomik, psikolojik) önemlidir--- «elimde bu tehdit ile baş edecek kaynağım var» değerlendirmesi stres seviyesini düşürür-. Bu da ekonomik, sosyal ve psikolojik olarak elinde güvenebileceği çok kaynağı olmayan bireylerin kırılma mekanizmasını anlamada yardımcı olur.
- Evli ve çalışmayan kadınların öznel esenliklerini belirleyici değişkenlerin diğer gruplara kıyasla ciddi şekilde azalması bu kadınları daha kırılma yapmaktadır çünkü stres ile başa çıkabilmek için ellerinde diğer gruplara kıyasla çok daha az kaynak noktası kalmaktadır.

Bu bulgular bize aşağıdaki müdahale önerilerini düşündürmüştür:

- Bireylerin, özellikle de ev kadınlarının, *bakım verme yükünü azaltmak* amaçlı destek mekanizmaları geliştirilmelidir. Bu destek aile içinden gelebilir, örneğin ailenin erkekleri ev ve bakım sorumluluklarını daha fazla paylaşabilir. Böyle bir değişim ailedeki kadınların öznel esenliğini arttırmaya destek olacağı gibi ailedeki çocuklar açısından da olumlu gelişimsel etkileri olacağı babalık alanında yapılan birçok çalışma tarafından desteklenmektedir (Cabrera ve ark., 2000)
- Erkeklerin ev ve çocuk bakım sorumluluklarına dahil olmalarının artırılması hem aile içi hem de aile dışı, özellikle de çalışma ortamı temelli değişimler gerektirmektedir. Türkiye çalışma kültürünün erkek çalışanlarının aile sorumluluklarına zaman ayırmalarının bir lüks değil bir zorunluluk olduğunu kabul eden ve bu sorumluluklar için çalışana imkân tanıyan bir değişim geçirmesi gerekmektedir. Böylesi bir değişimi destekleyen devlet politikaları (çalışma saatlerinin azaltılması, aile/bakım izni uygulamalarının artırılması, "babalık izni" düzenlemelerinin hayata geçirilmesi vb) bu değişim sürecini hızlandıracaktır.



- Çalışma sonuçları ev kadınlarının kendilerini bakım sorumlulukları altında kaybolmuş, bu sorumluluk sonucu hayatlarının kontrolünü ve problemlerin üstesinden gelme yetilerini örselenmiş hissettiklerini gösteriyor. Bu durum da onların öznel esenliklerini azaltıyor.
- Buna karşın çalışmadaki çalışan kadın grubunun ise gelecekları konusunda kaygılı ve genel olarak daha sık olumsuz duygu yaşantısı içinde olduklarını göstermesine rağmen, bu kadınların araştırma grubundaki en yüksek hayat doyumuna sahip grubu oluşturduklarını da gösteriyor. Hayat doyumundaki bu olumlu fark, dayanıklılık-anlam ve kontrol alt ölçeklerindeki yüksek ortalamalar ile birleştğinde bireysel üretkenlik ve aile bakımı dışında da topluma katkı sağlayabilme imkânının bireylerin öznel esenlikleri açısından önemine işaret etmektedir. Tabii ki bu kadınların hayat doyumlarındaki iyi durumun tek açıklayıcısının ev dışı toplumsal üretime katkı olduğunu iddia edemeyiz ancak bu katkı ve bu katkının oluşmasına temel oluşturan eğitim alt yapısının bireysel öznel esenliği olumlu etkileyen faktörler olduğunu söyleyebiliriz.
- Türkiye’de yetişkin kadınların sadece %30’un çalışma hayatına katılıyor olmasının ülke kadınlarının öznel esenlikleri açısından iyiye işaret etmediği söylenebilir. KOVİD-19 pandemi dönemi gibi çalışan-çalışmayan bir çoğumuzun “evde kalarak” günlük hayatımızı idame ettirdiğimiz bir dönemde toplanan bu veride, bu süreçte rutini en az bozulduğu düşünülen ev kadınlarının bakım verme yükü ve genel stres algısı açısından diğer gruplara kıyasla en kötü durumda olanlar olması bu konudaki çıkarımlarımızı destekleyici yöndedir.
- Bu bağlamda, ev kadınlarımızın ev bakım sorumlulukları dışında topluma üretken katkı verebilecekleri, ev dışı alternatif öz benlik geliştirici her türlü imkan ve desteğin bu kadınların öznel esenlikleri açısından olumlu etkiler doğuracağı da söylenebilir. Bu kadınların kariyer amaçlı çalışma, iş kurma, kendilerini ev ve aile bakımı dışında tanımlayarak geliştirebilecekleri imkanlar ve müdahale programları oluşturulmalıdır.



## 5. Kaynakça

- Andersen, E. M., Malmgren, J. A., Carter, W. B., & Patrick, D. L. 1994. "Screening for depression in well older adults: Evaluation of a short form of the CES-D." *American Journal of Preventive Medicine*, 10(2), 77-84.
- Asma S, Mackay, J, Song SY, Zhao L, Morton J, Palipudi KM, et al (2015). The GTAS Atlas. CDC Foundation, Atlanta, GA, 37. <http://gatsatlas.org/pdf/mobile/index.html#p=36>
- Bartone, P. T. 1999. "Hardiness protects against war-related stress in Army Reserve forces." *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 51(2), 72.
- Bartone, P. T. 2007. "Test-retest reliability of the dispositional resilience scale-15, a brief hardiness scale." *Psychological reports*, 101(3), 943-944.
- Beardslee, W. R., & Podorefsky, D. 1988. "Resilient adolescents whose parents have serious affective and other psychiatric disorders: importance of self-understanding and relationships." *The American Journal of Psychiatry*.
- Björgvinsson, T., Kertz, S. J., Bigda-Peyton, J. S., McCoy, K. L., & Aderka, I. M. 2013. "Psychometric properties of the CES-D-10 in a psychiatric sample." *Assessment*, 20(4), 429-436.
- Boss, P., Bryant, C. M., & Mancini, J. A. 2016. "Family stress management: A contextual approach." Sage Publications.
- Britt, T. W., Adler, A. B., & Bartone, P. T. 2001. "Deriving benefits from stressful events: The role of engagement in meaningful work and hardiness." *Journal of occupational health psychology*, 6(1), 53.
- Bulut, Işıl. 1990. "Aile Değerlendirme Ölçeği El Kitabı", Ankara: Özgüneliş Özgüneliş Mat.
- Cabrera, N., Tamis-LeMonda, C. S., Bradley, R. H., Hofferth, S., & Lamb, M. E. (2000). Fatherhood in the twenty-first century. *Child development*, 71(1), 127-136.
- Chemaly, S. "Coronavirus could hurt women the most, NBC news" [https://www.nbcnews.com/think/opinion/coronavirus-could-hurt-women-most-here-s-how-prevent-patriarchal-ncna1186581?cid=public-rss\\_20200421](https://www.nbcnews.com/think/opinion/coronavirus-could-hurt-women-most-here-s-how-prevent-patriarchal-ncna1186581?cid=public-rss_20200421). Son Erişim Tarihi: 29.01.2021
- Chorpita, B. F., & Barlow, D. H. 1998. "The development of anxiety: the role of control in the early environment." *Psychological bulletin*, 124(1), 3.
- Cockerham, W. C. 2017. *Medical sociology*. New York, NY: Routledge.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. 1983. "A global measure of perceived stress." *Journal of health and social behavior*, 385-396.
- Diener, C., Kuehner, C., Brusniak, W., Struve, M., ve Flor, H. 2009. "Effects of stressor controllability on psychophysiological, cognitive and behavioural responses in patients with major depression and dysthymia." *Psychological medicine*, 39(1), 77-86.



- Diener, E. & Suh, E. 1997. "Measuring quality of life: Economic, social and subjective indicators." *Social Indicators Research*, 40, 189-216.
- Diener, E. 1994. "Assessing subjective well-being: Progress and opportunities." *Social Indicators Research*, 31, 103-157
- Diener, E. 2009. *Assessing well-being: The collected works of Ed Diener (Vol. 331)*. New York, NY: Springer.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. 1985. "The satisfaction with life scale." *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. 2011. *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. John Wiley & Sons.
- Durak, M., Senol-Durak, E., & Gencoz, T. 2010. "Psychometric properties of the satisfaction with life scale among Turkish university students, correctional officers, and elderly adults." *Social indicators research*, 99(3), 413-429.
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M., & Bishop, D. S. 1983. "The McMaster family assessment device." *Journal of marital and family therapy*, 9(2), 171-180.
- Epstein, N., Bishop, D. and Levin, S. 1978. "The McMaster Model of family functioning." *Journal of Marriage and Family Counseling*, 4, 19-31.
- Eschleman, K. J., Bowling, N. A., & Alarcon, G. M. 2010. "A meta-analytic examination of hardiness." *International Journal of Stress Management*, 17(4), 277.
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkiran, F., & Dereboy, Ç. 2013. "The adaptation of the perceived stress scale into Turkish: a reliability and validity analysis." *In New Symp J.* 51(3), 132-140.
- Fassett-Carman, A., Hankin, B. L., ve Snyder, H. R. 2019. "Appraisals of dependent stressor controllability and severity are associated with depression and anxiety symptoms in youth." *Anxiety, stress, and coping*, 32(1), 32-49.
- Folkman, S., ve Lazarus, R. S. 1984. "Stress, appraisal, and coping" (pp. 150-153). New York: Springer Publishing Company.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M. 2003. "A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment?." *International journal of methods in psychiatric research*, 12(2), 65-76.
- Fisek, M. H. (2003). *Elementary Methods of Research in the Social/behaviorial Sciences*. Boğaziçi Üniversitesi.
- Gençöz, T. 2000. "Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46):19-26.
- Graessel, E., Berth, H., Lichte, T., & Grau, H. 2014. "Subjective caregiver burden: validity of the 10-item short version of the Burden Scale for Family Caregivers BSFC-s". *BMC Geriatrics*, 14(1), 23.
- Greeff, A. P. 2000. "Characteristics of families that function well." *Journal of family Issues*, 21(8), 948-962.



Harpham, T., Reichenheim, M., Oser, R., Thomas, E., Hamid, N., Jaswal, S., ... & Aidoo, M. 2003. "Measuring mental health in a cost-effective manner." *Health policy and planning*, 18(3), 344-349.

Hunter A. J. 2001. "A Cross-cultural Comparison of Resilience in Adolescents." *J Pediatr Nurs*, 16:172- 179.

Ilieva, J., Baron, S., & Healey, N. M. (2002). Online surveys in marketing research. *International Journal of Market Research*, 44(3), 1-14.

Inglehart, R. 2000. "Globalization and postmodern values." *The Washington Quarterly*, 23(1), 215-228.

Inglehart, R. F., Borinskaya, S., Cotter, A., Harro, J., Inglehart, R. C., Ponarin, E., & Welzel, C. 2014. "Genetic Factors, Cultural Predispositions, Happiness and Gender Equality." *Journal of Research in Gender Studies*, 4(1).

Jacelon, C. S. 1997. "The trait and process of resilience." *Journal of advanced nursing*, 25(1), 123-129.

Kahneman, D. (1999). Objective happiness. *Well-being: The foundations of hedonic psychology*, 3(25), 1-23.

Kanbur, N., & Akgül, S. 2020. "Quaranteenagers: A Single Country Pandemic Curfew Targeting Adolescents in Turkey." *The Journal of Adolescent Health*.

Kendler, K. S., Thornton, L. M., & Gardner, C. O. 2000. "Stressful life events and previous episodes in the etiology of major depression in women: an evaluation of the "kindling" hypothesis." *American Journal of Psychiatry*, 157(8), 1243-1251.

Layous, K., & Lyubomirsky, S. 2014. "The how, why, what, when, and who of happiness." *Positive emotion: Integrating the light sides and dark sides*, 473-495.

Lovallo, W. R. 2015. *Stress and health: Biological and psychological interactions*. Sage publications.

Mastekaasa, A. 1994. "Psychological well-being and marital dissolution: Selection effects?" *Journal of Family Issues*, 15, 208-228.

Monroe, S. M., & Simons, A. D. 1991. "Diathesis-stress theories in the context of life stress research: implications for the depressive disorders." *Psychological bulletin*, 110(3), 406.

Müderrişoğlu, S., Dedeoğlu, C., Akço, S., & Akbulut, B. 2014. "Türkiye'de 0-8 yaş arası çocuğa yönelik aile içi şiddet araştırması." *Bernard van Leer Vakfı, Boğaziçi Üniversitesi, Hümanist Büro ve Frekans Araştırma: İstanbul*.

Myers, D. G., Diener, E. 1995. "Who is happy?" *Psychological Sciences*, 6, 10-19.

Myers, D.G. 2000. "The funds, friends and faith of happy people." *American Psychologist*, 55(1), 56-67.

Newland, L. A. 2015. "Family well-being, parenting, and child well-being: Pathways to healthy adjustment." *Clinical Psychologist*, 19(1), 3-14.

Örnekleme boyut hesabı: <https://www.calculator.net/sample-size-calculator.html?type=1&cl=95&ci=5&pp=20&ps=60000000&x=117&y=17>. Son Erişim Tarihi: 29.01.2021



Pinquart, M., & Sörensen, S. 2000. "Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: a meta-analysis." *Psychology and aging*, 15(2), 187.

"Rojas, M. 2006. Life satisfaction and satisfaction in domains of life: is it a simple relationship?." *J Happiness Stud* 7, 467–497.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. 2001. "On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being." *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.

Sağlık Bakanlığı (2020). <https://covid19.saglik.gov.tr/>.  
Son Erişim Tarihi: 29.01.2021

Sample Size Calculator (2020), Select Statistical Services. web sitesi  
<https://select-statistics.co.uk/calculators/sample-size-calculator-population-proportion/>  
Son Erişim Tarihi: 29.01.2021

Sümer, N. 2000. "Yapısal Eşitlik Modelleri: Temel Kavramlar ve Örnek Uygulamalar." *Türk Psikoloji Yazıları*.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. 2001. *Missing data. Using multivariate statistics* (4th edition). Boston, MA: Allyn and Bacon, 58-65.

Tatar, A., & Saltukoglu, G. 2010. "The adaptation of the CES-depression scale into Turkish through the use of confirmatory factor analysis and item response theory and the examination of psychometric characteristics." *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni-Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 20(3), 213-227.

Thompson, E. R. 2007. "Development and validation of an internationally reliable short-form of the positive and negative affect schedule (PANAS)." *Journal of cross-cultural psychology*, 38(2), 227-242.

TÜİK 2020 Detaylı İşgücü İstatistikleri- Tablo: NACE Rev2.  
[http://tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt\\_id=1007](http://tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1007). Son Erişim Tarihi: 29.01.2021.

Türkiye'de Toplumsal Cinsiyet ve Kadının Toplumdaki Yerinin Kamuoyundaki Algısı Projesi" (TTCKA). <https://gender.khas.edu.tr/tr/turkiyede-toplumsal-cinsiyet-ve-kadin-algisi-arastirmasi>. Son Erişim Tarihi: 29.01.2021

Updegraff, J. A., & Taylor, S. E. 2000. "From vulnerability to growth: Positive and negative effects of stressful life events."

Ware JE, Sherbourne CD. 1992. "The MOS 36-item Short Form Healty Survey, I. Conceptual Framework and item Selection." *Med Care*, 30 (6), 473-83.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. 1988. "Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales." *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063.

WHO, <https://covid19.who.int/table>. Son Erişim Tarihi: 29.01.2021

Wilson, W. R. 1967. "Correlates of avowed happiness." *Psychological bulletin*, 67(4), 294.



Yakın, I. 2021. "Üniversite Öğrencilerinin Sigara Kullanımını Etkileyen Psiko-sosyal Risk Faktörlerinin Beliren Yetişkinlik Teorisi Bağlamında İncelenmesi: Nicel ve Nitel Yöntem." Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kadir Has Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.

Zaleski, Z. 1996. "Future anxiety: Concept, measurement, and preliminary research." *Personality and individual differences*, 21(2), 165-174.

Zaleski, Z., Sobol-Kwapinska, M., Przepiorka, A., & Meisner, M. 2019. "Development and validation of the Dark Future scale." *Time & Society*, 28(1), 107-123.



**TÜBİTAK**  
**PROJE ÖZET BİLGİ FORMU**

Proje Yürütücüsü:	Doç. Dr. ASLI ÇARKOĞLU
Proje No:	120K390
Proje Başlığı:	Covid-19 Salgın Sürecinde Öznel Esenliği Koruyucu Bireysel, Ailesel ve Sosyal Faktörlerin İncelenmesi
Proje Türü:	1001 - Araştırma
Proje Süresi:	6
Araştırmacılar:	MARY LOUISE ŞİMŞEK
Danışmanlar:	
Projenin Yürütüldüğü Kuruluş ve Adresi:	KADİR HAS Ü. İKTİSADİ, İDARİ VE SOSYAL BİLİMLER F. PSİKOLOJİ B.
Projenin Başlangıç ve Bitiş Tarihleri:	01/07/2020 - 31/12/2020
Onaylanan Bütçe:	94500.0
Harcanan Bütçe:	88922.32
Öz:	<p>Bu proje ile KOVİD-19 salgın sürecinde, bireysel, ailevi ve sosyal faktörlerin öznel esenliği ne şekillerde etkilediği 1832 kişi ile yapılan bir anket çalışması üzerinden incelenmiştir. Katılımcıların büyük bölümüne (1219 kişi) var olan bir projenin Türkiye nüfusunu temsil yetisi olan katılımcı havuzundan erişilirken, KOVİD-19 salgın sürecinden farklı şekillerde etkilenmesi tahmin edilen sağlık çalışanları ve evden çalışmak düzenlemesine geçenlerden oluşan 613 kişilik bir gruba ise meslek örgütleri ve sosyal medya üzerinden erişilmiştir. Anket çalışması 1219 kişilik katılımcı grubuna telefon, kalan 613 kişilik gruba ise çevirim içi bir anket uygulama yazılımı üzerinden sunulmuştur. Uygulanan anket ile bireysel (dayanıklılık, algılanan stres, gelecek endişesi, ve KOVİD-19 algısı), ailevi (aile içi iletişim, bakım paylaşımı, bakım yükü ve ilişki memnuniyeti), ve sosyo-ekonomik (yaş, meslek, eğitim, gelir vb) değişkenler üzerine bilgilerin yanı sıra öznel esenlik (hayat doyumu, olumlu ve olumsuz duygu yaşantısı, sağlık örseleyici davranışlar) üzerine de bilgi toplanmıştır. Tüm bu değişkenler bir seri regresyon analizi ve yapısal eşitlik modeli (YEM) üzerinden incelenmiş, kadın-erkek, çalışan çalışmayan gibi bazı alt gruplar için farklı modeller geliştirilmiştir. Projenin bulguları KOVİD-19 pandemi sürecinde bireysel esenliği artırma amacı ile ruh sağlığı profesyonelleri, siyasa yapıcılar ve halk yararına çalışan sivil toplum kuruluşları ile paylaşılmaya hazırdır.</p>
Anahtar Kelimeler:	öznel esenlik, Covid-19, stres, bakım yükü, bireysel dayanıklılık
Fikri Ürün Bildirim Formu Sunuldu Mu?:	Hayır