



Ergenlerin Covid-19 Korkusunun Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi

Arş. Gör. Saniye Selin DÖĞER

Biruni Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi Bölümü
ORCID: 0000-0002-9988-3127

Öğr. Gör. Gülşah ZENGİN

Bezmialem Vakıf Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü
ORCID: 0000-0003-3348-5422

Öğr. Gör. Gözde ÖNAL

Bezmialem Vakıf Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü
ORCID: 0000-0002-6656-965X

Özet

Psikolojik dayanıklılık, kişinin zorlu yaşam koşulları karşısında problemlerin üstesinden gelebilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Gelişimin en hızlı olduğu dönem olan ergenlik döneminde duygusal karmaşaya ek olarak nadir görülen bir salgın dönemi olan Covid-19 pandemi sürecinde ergenler online eğitim, sokağa çıkma kısıtlamaları, yakınlarının kaybı, hastalığa yakalanma korkusu gibi durumlarla karşı karşıya kalmıştır. Bu çalışmanın amacı ergenlerin Covid-19 korkusu düzeylerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile ilişkisini belirlemektir. İlişkisel tarama yöntemi ile yapılan araştırmaya, 14-18 yaş ergenler dahil edilmiştir. Ergenlerin Covid-19 korkusunu belirlemek amacıyla Türk kültürüne Satıcı ve arkadaşları (2020) tarafından uyarlanan ‘‘Covid-19 Korkusu Ölçeği’’, psikolojik dayanıklılık durumları ise Durak (2002) tarafından türkçeye uyarlanan ‘‘Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği’’ aracılığıyla değerlendirilmiştir. Çalışma, 14-18 yaş arası 28’i kız 17’si erkek toplamda 45 ergen ile yürütölmüştür. Ergenlerin Covid-19 korkusu düzeyleri ile aile desteği ($r = -0,124$; $p = 0,002$), akran desteği ($r = -0,185$; $p = 0,002$), mücadele azmi ($r = -0,235$; $p = 0,00$) ve empati ($r = -0,256$; $p = 0,00$) alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Covid-19 korkusu ile psikolojik dayanıklılık toplam puanı ($r = -0,563$; $p = 0,00$) arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Çalışma bulguları doğrultusunda ergenlerin Covid-19 korkusu düzeylerinde aile desteği, akran

desteği, mücadele azmi ve empatinin etkili olduğu gör÷lmektedir. Ergenlerin, beklenmedik durumlarda psikolojik dayanıklılıklarını desteklemekte ergenlerle çalışan profesyoneller için yol gösterici olabilir. Gelecek araştırmalarda örneklem genişletilerek karma desen araştırmalar planlanabilir.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik Dönemi, Pandemi Korkusu, Psikolojik Dayanıklılık

Investigation of the Effect of Adolescents' Fear of Covid-19 on Psychological Resilience Levels

Abstract

Psychological resilience is defined as a person's ability to overcome problems in the face of difficult living conditions. During the Covid-19 pandemic, which is a rare epidemic period, in addition to emotional turmoil in adolescence, the period when development is the fastest, adolescents faced situations such as online education, curfews, loss of relatives, fear of getting sick. This study aims to determine the relationship between the level of fear of Covid-19 and the psychological resilience levels of adolescents. Adolescents are aged 14-18 were included in the study, which was conducted with the relational screening method. To determine adolescents' fear of Covid-19, the "Covid-19 Fear Scale" adapted to Turkish culture by Seller et al. (2020), and psychological resilience was evaluated by the "Psychological Resilience Scale" adapted to Turkish by Durak (2002). The study was conducted with a total of 45 adolescents, 28 girls, and 17 boys, between the ages of 14-18. Adolescents' Covid-19 fear levels, family support ($r = -0.124$; $p=0.002$), peer support ($r=-0.185$; $p=0.002$), determination to struggle ($r=-0.235$; $p=0.00$) and empathy ($r=-0.256$; $p=0.00$) sub-dimensions were found to be negatively correlated. It was determined that there was a negative significant relationship between the fear of Covid-19 and the total resilience score ($r=-0.563$; $p=0.00$). In line with the findings of the study, it is seen that family support, peer support, determination to struggle, and empathy are effective in the Covid-19 fear levels of adolescents. It can be a guide for professionals working with adolescents in supporting the psychological resilience of adolescents in unexpected situations. Mixed design studies can be planned by expanding the sample in future studies.

Keywords: Adolescence, Fear of Pandemic, Resilience

GİRİŞ

2019 yılı itibariyle tüm dünya yeni tip koronavirüsün (Covid-19) küresel yayılımı ile karşı karşıya kalmıştır. Şubat 2022 itibariyle, dünya genelinde 379.583.340'dan fazla kişiye COVID-19 bulaşmış ve 5.694.132'den fazla ölüm gerçekleşmiştir (John Hopkins Üniversitesi, 2020; WHO, 2022). Salgınlar yalnızca fiziksel sağlığı bozmakla kalmaz, aynı zamanda zihinsel sağlığı da önemli ölçüde etkilediğinden, her ülke Covid-19'un yayılmasını kontrol edebilmek için karantina ve okulların kapatılması gibi önlemler uygulamıştır (Magson ve diğ., 2021; Tang ve diğ., 2021; Mertens ve diğ., 2020).

Pandemi ve beraberindeki önlemler, insanların günlük rutinlerinde değişikliklere, sınırlı sosyal etkileşimlere ve birlikte karantinadaki aileler arasında gerilimlerin oluşmasına ve hastalanma ve/veya virüsü yayma korkusuna yol açtı. Pandemi, Covid-19 enfeksiyonu/ korkusu veya geniş kapsamlı önlemlerin etkileri ve bunların ekonomik ve sosyal etkileri nedeniyle hemen hemen her bireyi doğrudan veya dolaylı olarak etkiledi. Birçok çalışmada, Covid-19 pandemisinin sırasında anksiyete, depresyon, travmatik stres, koroner fobi ve yabancı düşmanlığı dahil artan psikopatoloji bulguları görülmüştür (Magson ve diğerleri, 2021; Mertens ve diğerleri, 2020; Qi ve diğerleri, 2020; Tang ve diğerleri, 2021; Taylor ve diğerleri, 2020; van der Velden ve diğerleri, 2020; Xiong ve diğerleri, 2020; Zhang ve diğerleri, 2020).

Ergenlerin genellikle yetişkinlere göre Covid-19'dan daha düşük bir ölüm riski olmasına rağmen (Götzner ve diğ., 2020), pandemi gençlerin ruh sağlığı üzerinde önemli olumsuz etkilere sahiptir (Marques de Miranda ve diğ., 2020; Lee, 2020). Gelişimsel olarak duygu yoğunlukları ve duygu düzensizliklerini yoğun olduğu bir dönem olan ergenlikte meydana gelen ani ve beklenmedik durumlar yıkıcı sonuçlara neden olabilir. Ergenlikte meydana gelen fizyolojik değişimlere ek olarak kimlik kazanımı, rol karmaşası, aileden uzaklaşıp akranlara yönelim, özgürlük arayışı sıklıkla görülmektedir. Pandeminin neden olduğu kısıtlamalar nedeniyle de ergenlerin gelişimsel süreçleri sekteye uğramaktadır (Sayıl ve diğ., 2002; Hall ve diğ., 2008; Ho ve diğ., 2020).

Salgın sürecinde ölüm, çaresizlik, yalnızlık, hastalık korkusu gibi psiko-sosyal durumlar yaşanabilmektedir. Bireylerin, maruz kaldığı olumsuz şartlar altında ortaya çıkan karamsar ruh halinden kendilerini kurtarmak ve kendilerini hızlı bir biçimde toparlamak psikolojik dayanıklılıkla tanımlanan bir süreçtir. Gilligan (1997) psikolojik dayanıklılığı, bireylerin olumsuzlukların üstesinden gelme kapasitesi olarak tanımlamıştır (Akt. Özdemir, 2009). Ramirez (2007) psikolojik dayanıklılığı; hastalıktan, depresyondan, değişimlerden ya da kötü durumlarda çabucak iyileşme yeteneği, kendini toparlayabilme, incindikten, gerildikten sonra eski haline kolayca dönebilme, elastikiyet olarak tanımlamaktadır. Covid-19 pandemi sürecinde 1109 ergenle yapılan çalışma sonuçlarına göre karantina döneminde %11,78'inde depresyon, %18,92'sinde anksiyete, %6,56'sında hem depresyon hem de anksiyete gözlemlenmiştir (Chen ve diğ., 2020).

Bu çalışma dünyada genelinde yaşanan ve fizyolojik, ekonomik, psikolojik etkileri olan Covid-19 pandemi sürecinde psiko-sosyal olarak kritik bir gelişim dönemindeki ergenlerin Covid-19 korkusunun psikolojik dayanıklılık üzerine etkisini araştırmak amacıyla yapılmıştır.

YÖNTEM

Bu araştırma; Covid-19 pandemi sürecinde okulların kapanması, toplumda yaşayan tüm bireylerin sosyal yaşamlarının sınırlanması ile beraberinde ortaya çıkan hastalığa yakalanma korkusu gibi durumlara karşı ergenlerin Covid-19 korkusu ve psikolojik dayanıklılık düzeylerini değerlendirmek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Araştırmanın amacını gerçekleştirmek için nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli; iki ya da daha fazla sayıdaki değişken arasında, birlikte değişim varlığı veya derecesini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma modelidir (Karasar, 2005).

Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklemi 14-18 yaş (ort. SS 15.82) aralığında liseye devam eden 45 ergen oluşmaktadır. Çalışma grubu seçilirken seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Uygun örnekleme; güvenilirlik, zaman ve parasal açıdan en uygun olan ve araştırmaya gönüllü katılımcıların seçildiği örnekleme yöntemidir (Koç-Başaran, 2017).

Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan Demografik Bilgi Formu, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Covid-19 Korkusu Ölçeği kullanılmıştır.

Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (EPDÖ): Ölçek Bulut ve arkadaşları (2012) tarafından geliştirilmiştir. 14-18 yaş arası ergenlere uygulanan ölçek 4'lü likert (1 Bana hiç uygun değil - 4 Bana çok uygun) tipindedir. Ölçek aile desteği, akran desteği, okul desteği, uyum, mücadele azmi ve empati olmak üzere 6 alt boyuttan ve 29 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 29 ile 116 arasında değişmektedir. Tersine maddeler ters puanlama yöntemiyle hesaplanacak olup puanların yüksekliği ergenin psikolojik dayanıklılığının yüksekliğine işaret etmektedir. Bana hiç uygun değil seçeneğine "1" puan verilirken, bana çok uygun seçeneğine "4" puan verilecektir.

Covid-19 Korkusu Ölçeği: Bireylerin Covid-19 kaynaklı korku düzeylerinin ölçülmesi için Ahorsu ve arkadaşları (2020) tarafından geliştirilmiş ve Ladikli ve arkadaşları (2020) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin öğeleri korku üzerindeki mevcut ölçeklerin kapsamlı bir şekilde gözden geçirilmesi, uzman değerlendirmeleri ve katılımcı görüşmeleri temel alınarak oluşturulmuştur. Ölçek tek faktörlü yapıdadır ve beşli likert tipinde (1Kesinlikle katılmıyorum;

5Kesinlikle katılıyorum) toplamda 7 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte test yönlü madde bulunmamaktadır. Ölçeğin iç tutarlılığı 0,86 ve testtekrar test güvenirliği 0,86 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınan yüksek puan, Kovid-19 korkusunun yüksek olduğunu göstermektedir.

Veri Toplama Süreçleri

Çalışmanın verileri ilgili izinler alındıktan sonra, ... ilinde liseye devam eden çalışmaya katılmayı kabul eden ergenlerin formları yüz yüze doldurmasıyla elde edilmiştir.

Verilerin Analizi

Veriler analiz edilirken SPSS paket programı kullanılmıştır. Veri analizi öncesinde verilerin dağılımına bakılmış.....

BULGULAR

Bu bölümde çalışmaya katılan ergenlerden elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1. Demografik Bilgiler

Demografik Bilgiler		f	%
Cinsiyet	Kız	28	62.22
	Erkek	17	37.78
Annenin Yaşı	20-35	6	13.33
	36-45	26	57.77
	46-55	10	22.22
	56+	3	6.66
Babanın Yaşı	20-35	5	11.11
	36-45	27	60
	46-55	9	20
	56+	4	8.88
Annenin Öğrenim Düzeyi	İlkokul	11	24.44
	Lise	22	48.88
	Ön lisans	5	11.11
	Lisans	6	13.33

Babanın Öğrenim Düzeyi	Lisansüstü	1	2.22
	İlkokul	8	17.77
	Lise	23	51.11
	Ön lisans	5	11.11
	Lisans	8	17.77
	Lisansüstü	1	2.22

Araştırmaya katılan 45 ergenin 28'i (%62,2) kız, 17'si (37,78) erkek ve yaş ortalaması 15,82'dir. Ergenlerin annelerinin %57,7'si babaların ise %60'ı 36-45 yaş aralığındadır. Annelerin %48,8'i ve babaların %51,1'i lise mezunudur.

Tablo 2. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Covid-19 Korkusu Ölçeğinin Sperman Korelasyon Sonuçları

		EPDÖ Alt Boyutlar					EPDÖ Toplam
		Aile Desteği	Akran Desteği	Uyum	Mücadele Azmi	Empati	
Covid-19 Korkusu Ölçeği	r	-124*	-185*	-025*	-235*	-256*	-563*
	p	,002	,002	,265	,000	,000	,000

*p<.05

Tablo 2 incelendiğinde Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin aile desteği, akran desteği, mücadele azmi ve empati alt boyutları ile Covid-19 Korkusu Ölçeği arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. EPDÖ ile Covid-19 Korkusu Ölçeği toplam puanları arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırma bulgularına göre ergenlerin Covid-19 korkusu arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin azaldığı aile desteği, akran desteği, mücadele azmi ve empati alt boyutlarında toplam puan azaldıkça covid-19 korkusunun arttığı belirlenmiştir.

Covid-19 pandemi sürecinde yürütülen son araştırmalar, hızla artan sayıda virüs bulaşmış vakaların ve birden fazla Covid-19 varyantının ortaya çıkmasının, bireyin zihinsel sağlığını olumsuz yönde etkileyen bir korku atmosferi yarattığını vurgulamaktadır (Dong ve Bouey, 2020;

Mamun ve Griffiths, 2020; Thangaraj ve diğ., 2021; Vassalo ve diğ., 2021). Pandemi, enfekte olma korkusu, başa çıkılması gereken bir tehdit veya zorluk olarak tanımlanmaktadır (Lazarus ve Folkman, 1984) ve psikolojik dayanıklılık gerektirmektedir. Araştırma bulgularına göre de Covid-19 korkusu arttıkça psikolojik dayanıklılığın azaldığı belirlenmiştir. Shah ve diğ. (2021) tarafından yapılan araştırma bulgularına göre de Covid-19 sürecinde enfekte olmaktan korkan kişilerin sosyal izolasyon davranışları sergiledikleri ve bu doğrultuda da psikolojik dayanıklılıklarına olumsuz yansımaların olduğu görülmektedir. Amerika’da 13-18 yaş 770 ergenle yapılan araştırma bulgularına göre pandemi korkusu ve olumsuz yaşantılarla başa çıkmada zorlandıkları belirlenmiştir (Oosterhoff ve Palmer, 2020). Ergenlerle yapılan araştırmalarda ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri yükseldikçe Covid-19’un psikolojik etkilerinden daha az etkilendikleri belirlenmiştir (Bilge ve Bilge, 2020; Bozdağ, 2020; Karaaslan, 2021).

Ergenin doğum öncesi dönemden itibaren ilk temas içerisinde bulunduğu ve birey olma, kişilik gelişimini tamamlama sürecinde de daima etkileşim içerisinde olduğu birim ailedir. Ergenliğin gelişimsel olarak sancılı olduğu bu süreçte meydana gelen kriz durumlarında da ailenin desteği büyük önem taşımaktadır. Aydın’da 805 lise öğrencisi ile yürütülen araştırmaya göre zayıf aile desteği ile ergenlerin depresyon düzeyi arasında ilişkisi olduğu belirlenmiştir (Eskin ve diğ., 2008). Karaaslan (2021) tarafından Covid-19 sürecinde ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının değerlendirdiği araştırma sonuçlarına göre de ergenlerin algıladığı akran desteği ile depresyon düzeyleri arasında ilişki olduğu belirlenmiştir. Pandemi sürecinde aileden destek alan ergenlerin daha fazla dayanıklılık gösterdikleri belirlenmiştir (Kilgore ve diğ., 2020; Nitschke ve diğ., 2020; South ve diğ., 2020; Prime ve diğ., 2020). Yapılan araştırma bulgularına göre de ergenlerin psikolojik dayanıklılıkta aile desteği alt boyutunda artış oldukça Covid-19 korku düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir.

Covid-19 pandemi sürecinde yaşanan belirsizlik, kısıtlamalara ek olarak ergenler kendi zorluklarıyla da karşı karşıya kaldılar. Sosyal ilişkiler yaşamlarında özellikle önemli olan ergenlerin sosyal mesafe, çevrimiçi eğitim, zorunlu izolasyon, akran ve arkadaşlarından uzaklaşma durumları ruh sağlıklarında etkili olması beklenmektedir (Orben ve diğ., 2020). Özellikler akranlarıyla çevrimiçi iletişim kuran ergenlerin sosyal mesafenin neden olduğu psikolojik etkilerin azaltılabileceği belirlenirken (Orben ve diğ., 2020), arkadaşlarıyla çevrimiçi iletişim içinde olan ergenlerin depresif semptomlar daha fazla gösterdiği belirlenmiştir (Ellis ve diğ., 2020). Amerika’da 407 ergen ile yapılan çalışma sonuçlarına göre ergenlerin Covid-19 karantinaları

sürecinde sosyal destek, arkadaşlık konusunda zorlandıkları belirlenmiştir (Rogers ve diğ., 2020). Türkiye’de pandemi sürecinde liseye devam eden ergenlerle yapılan araştırma bulgularına göre de arkadaşlık ilişkilerinin pandemi sürecinde değiştiği, bazı ergenlerin arkadaşlarıyla hiç görüşmediği belirlenmiştir (Döğer, 2021). Araştırma sonuçlarına göre de ergenlerin akranlarından aldıkları destek ile Covid-19 korkusu arasında ilişki olduğu belirlenmiştir. Araştırma bulguları ile alan yazında yer alan çalışmaların benzer bulgulara sahip olduğu görülmektedir.

Mücadele azmi tanım olarak alan yazında tanımlanmayan bir kavram olmasına rağmen, birçok psikolojik dayanıklılık araştırmasının alt boyutunda değerlendirilmiş ve yordayıcı sonuçlar elde edilmiştir (Tilim ve Murat, 2019; Akdoğan ve Yalçın, 2018; Turgut ve Eraslan-Çapan, 2017). Mücadele azmi, zorlu yaşam olayları karşısında devam etme gücü, kişinin psikolojik sağlık düzeyine olan etkisi olarak tanımlanabilmektedir (Karabudak, 2021). Diğer bir deyişle problem durumlarında gerekli gayreti gösterebilme inancıdır. Ergenlerin madde bağımlılığında korunmada psikolojik sağlamlıkları değerlendirildiğinde mücadele azmi ile madde bağımlılığından korunmaya dair pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür (Tilim ve Murat, 2019). Yapılan araştırma sonucunda da kriz anı olarak tanımlanabilen Covid-19 pandemi sürecinde de ergenlerin mücadele azmi ile Covid-19 korkusu arasında negatif yönde anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu da göstermektedir ki ergenlerin Covid-19’a karşı mücadele azmi azaldıkça korku düzeyleri artmaktadır.

Empati kişinin çevresiyle olan etkileşim ve uyumunu arttıran, kişilerarası iletişimi destekleyen sosyal bir beceridir. Ergenlerde empati ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (Brewer ve Kerslake, 2015; Jiao ve Wang, 2015). Ergenlerin yalnızlık düzeyleri arttıkça empatik eğilim düzeyleri azalmaktadır (Pamukçu ve Meydan, 2010; Çivitçi ve Çivitçi, 2009; Büyükcebeci ve Deniz, 2017; Deniz ve Uzun, 2019). Online eğitim, uzun ve belirsiz karantinalar, hastalanma korkusu, yaş gruplarına uygulanan özel kısıtlamalar nedeniyle Covid-19 pandemi sürecinde ergenlerin yalnızlaşması kaçınılmazdır. İncelenen araştırmalar ve yapılan araştırma doğrultusunda görülmektedir ki ergenlerin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından empati ile Covid-19 korkusu arasında negatif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Araştırma bulguları doğrultusunda ergenlerin psikolojik dayanıklılık ile Covid-19 korkusu düzeyleri arasında negatif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Tüm ani beklenmedik durumlarda mücadele ederken sosyal çevresinden desteğe ihtiyaç duyan bireylerde olduğu üzere aynı durumun

ergenler içinde geçerli olduğu ve pandemi sürecinin doğurmuş olduğu durumların ergenlerin psikolojik dayanıklılıklarını etkilediğini göstermiştir. Araştırma bulguları doğrultusunda ilerleyen çalışmalar için araştırmacılara şu öneriler sunulabilir:

- Ergenlerin Covid-19 pandemi sürecinde psikolojik dayanıklılıklarını karma desen araştırma yöntemleri ile değerlendirmek yararlı olacaktır.
- Ergenler ve ebeveynlerinin dahil edildiği psikososyal müdahale çalışmalarının yapılması yararlı olacaktır.
- Yaş grubunun genişleterek özel gereksinimli çocukların da dahil edildiği çalışmaların yapılması önemlidir.
- Salgının bebekler, çocuklar ve ergenler üzerindeki etkisinin daha geniş araştırmalarla değerlendirmesi, destek ve müdahale çalışmaların yapılması yararlı olacaktır.

KAYNAKÇA

Ahorsu, D. K., Lin, C. Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., ve Pakpour, A. H. (2020). The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. *International journal of mental health and addiction*, 1-9.

Akdoğan, B., ve Yalçın, S. B. (2018). Lise öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve çatışma çözme davranışlarının öznel iyi oluşlarını yordaması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46, 174-197.

Bilge, Y., ve Bilge, Y. (2020). Koronavirüs salgını ve sosyal izolasyonun psikolojik semptomlar üzerindeki etkilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle baş etme tarzları açısından incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23

Brewer, G., ve Kerslake, J. (2015). Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 48, 255-260.

Bozdağ, F. (2020). Pandemi sürecinde psikolojik sağlamlık. *Electronic Turkish Studies*, 15(6).

Bulut, S., Doğan, U., ve Altundağ, Y. (2013). Adolescent psychological resilience scale: validity and reliability study. *Contemporary Psychology Suvremena Psihologija*, 16(1), 21-32.

Büyükcebeci, A., ve Deniz., M. (2017). Ergenlerde sosyal dışlanma, yalnızlık ve okul öznel iyi oluş: empatik eğilimin aracılık rolü. *International Online Journal of Educational Sciences*, 9(3).

Chen F, Zheng D, Liu J, Gong Y, Guan Z, Lou D. (2020). Depression and anxiety among adolescents during COVID-19: A cross-sectional study. *Brain, Behavior, and Immunity*, 88, 36-38, doi:10.1016/j.bbi.2020.05.061

Çivitçi, N., ve Çivitçi, A. (2009). Self-esteem as mediator and moderator of the relationship between loneliness and life satisfaction in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 47(8), 954-958.

Deniz, M. E., Uzun, A. E. (2019). Ergenlerde empatik eğilimin yordayıcıları olarak yalnızlık ve duygusal özerklik. *Elementary Education Online*, 18(3), 1007-1015. doi: 10.17052/ilkonline.2019.610151

Döğer, S. S. (2021). 9. Sınıfa devam eden ergenlerin arkadaşlık ilişkileri ve pandemi yaşamları. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi

Earvolino-Ramirez, M. (2007). Resilience: A concept analysis. *In Nursing Forum*, 42(2), 73-82.

Dong, L., ve Bouey, J. (2020). Public mental health crisis during COVID-19 pandemic, China. *Emerging Infectious Diseases*, 26(7), 7. <https://doi.org/10.3201/eid2607.200407>

Eskin, M., Ertekin, K., Harlak, H., ve Dereboy, Ç. (2008). Lise öğrencisi ergenlerde depresyonun yaygınlığı ve ilişkili olduğu etmenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(4).

Elmacı, F. (2006). Parçalanmış ve bütünlüğünü koruyan aileye sahip ergenlerin depresyon ve uyum düzeylerinde sosyal desteğin rolü. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 6(2), 403-431.

Ellis, W. E., Dumas, T. M., ve Forbes, L. M. (2020). Physically isolated but socially connected: psychological adjustment and stress among adolescents during the initial COVID-19 crisis *Canadian Journal of Behavioural Science*, 52(3), 177-187, doi: [10.1037/cbs0000215](https://doi.org/10.1037/cbs0000215)

Götznger, F., Santago-García, B., Noguera-Julán, A., Lanaspa, M., Lancella, L., ve Carducci, F. (2020). Avrupa'dak çocuklarda ve ergenlerde COVID-19: çok uluslu, çok merkezli bir kohort çalışması. *Lancet Çocuk Ergen Sağlığı*, 4(9): 653-661

Hall, R. C. W., Hall, R. C. W., ve Chapman, M. J. (2008). The 1995 Kikwit ebola outbreak: lessons hospitals and physicians can apply to future viral epidemics. *General Hospital Psychiatry*, 30(5), 446-452.

Ho, C. S., Chee, C. Y., ve Ho, R. C. (2020). Mental health strategies to combat the psychological impact of covid-19 beyond paranoia and panic. *Annals of the Academy of Medicine*, 49(3): 155-60

Killgore, E. C., Taylor, S. A., ve Cloonan, N. S. (2020). Psychological resilience during the COVID-19 lockdown. *Psychiatry Research*, 291

Jiao, J. J., ve Wang, J. (2015). Loneliness and moral identity. *AP-Asia-Pacific Advances in Consumer Research*, 11, 161-162.

John Hopkins University. (2020). COVID-19 dashboard by the Center for Systems Science and Engineering (CSSE) at Johns Hopkins University (JHU) Erişim Adresi: <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>

Karaaslan, B. S. (2021). Covid-19 salgın sürecinde ergenlerin psikolojik sağlamlıkları ile depresyon ve somatik belirtileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Gelişim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.

Karabudak, M. F. (2021). Pademi sürecinde ergenlere verilen sosyal destek eğitim programının ergenlerin psikolojik sağlamlık ve stresle baş etme düzeylerine etkisinin incelenmesi. Karabük Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.

Koç Başaran, Y. (2017). Sosyal bilimlerde örnekleme kuramı. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 47, 480-495.

Killgore, W. D. S., Taylor, S. A., ve Cloonan, N. S. (2020). Dailey psychological resilience during the COVID-19 lockdown. *Psychiatry Research*, 291.

Ladikli, N. , Bahadır, E. , Yumuşak, F. N. , Akkuzu, H. , Karaman, G. & Türkkan, Z. (2020). Kovid-19 korkusu ölçeği'nin türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması . *International Journal of Social Science* , 3 (2) , 71-80

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.

Lee, J. (2020). COVID-19 sırasında okulların kapanmasının ruh sağığına etkiler. *Lancet Çocuk Ergen Sağığı*, 4(6), 421. pmd:32302537

Magson, N. R., Freeman, J. Y. A., Rapee, R. M., Richardson, C. E., ve Oar, E. L. (2021). Risk and protective factors for prospective changes in adolescent mental health during the COVID-19 pandemic. *Journal of Youth and Adolescence*, 50, 44-57, 10.1007/s10964-020-01332-9

Marques de Mranda, D., da Slva Athanaso, B., Sena Olvera, A. C., ve Smoes-e-Slva, A. C. (2020). COVID-19 pandemisi çocukların ve ergenlern ruh sağığını nasıl etkiliyor? *International Journal*, 51, 101845. pmd:32929399

Mamun, M. A., ve Griffiths, M. D. (2020). First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: Possible suicide prevention strategies. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, doi:10.1016/j.ajp.2020.102073

Mertens, G., Gerritsen, L., Duijndam, S., Saleminck, E., ve Engelhard, I. M. (2020). Fear of the coronavirus (COVID-19. *Journal of Anxiety Disorders*, 74, 10.1016/j.janxdis.2020.102258

Nitschke, J. P., Forbes, P. A. G., Ali, N., Cutler, J., Apps, M. A. J., Lockwood, P. L., ve Lamm, C. (2020). Resilience during uncertainty? Greater social connectedness during COVID-19 lockdown is associated with reduced distress and fatigue. *British Journal of Health Psychology*, 26(2), 553-569.

Orben, A., Tomova, L., ve Blakemore, J. (2020). The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. *Lancet Child Adolesc Health*, 4 (2020), 634-640, [10.1016/S2352-4642\(20\)30186-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30186-3)

Oosterhoff, B., ve Palmer, C. (2020). Psychological correlates of news monitoring, social distancing, disinfecting, and hoarding behaviors among us adolescents during the COVID-19 pandemic. *PsyArXi*, 1-20.

Özdemir, Y. (2009). Ergenlik döneminde benlik kurgusu gelişiminin anababanın çocuk yetiştirme stilleri açısından incelenmesi. Yayımlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Pamukçu, B., ve Meydan, B. (2010). The role of empathic tendency and perceived social support in predicting loneliness levels of college students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 905-909.

Prime, H., Wade, M., ve Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75 (5), 631-643

Qi, M., Zhou, S., Guo, C., Zhang, G., Min, J., Li, M., ve Chen, X. (2020). The effect of social support on mental health in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *Journal of Adolescent Health Care*, 67, 514-518. doi:10.1016/j.jadohealth.2020.07.001

Rogers, A.A, Ha, T., ve Ockey, S. (2020). Adolescents 'perceived socio-emotional impact of covid-19 and implications for mental health: results from a u.s.-based mixed-methods study. *The Journal of Adolescent Health*, doi:10.1016/j.jadohealth.2020.09.039

Sayıl, M., Uçanok, Z., ve Güre, A. (2002). Erken ergenlik döneminde duygusal gereksinimler, aileyle çatışma alanları ve benlik kavramı: betimsel bir inceleme. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 9 (3), 155-166.

Shah, S. S., Shah, A. A., Memon, F., Kemal, A. A., ve Soomro, A. (2021). Online learning during the COVID-19 pandemic: Applying the selfdetermination theory in the 'new normal'. *Revista de Psicodidáctica*, 26(2), 168–177. Doi: 10.1016/j.psicoe.2020.12.003

South, J., Stansfield, R., Amlot, D., ve Weston, D. (2020). Sustaining and strengthening community resilience throughout the COVID-19 pandemic and beyond. *Perspect Public Health*, 140, 305-308

Tang, S., Xiang, M., Cheung, T., ve Xiang, T. (2021). Mental health and its correlates among children and adolescents during COVID-19 school closure: The importance of parent-child discussion. *Journal of Affective Disorders*, 279, 353-360. doi: 10.1016/j.jad.2020.10.016

Taylor, S., Landry, C. A., Paluszek, M. M., Fergus, T. A., McKay, D., ve Asmundson, G. J. G. (2020). Development and initial validation of the COVID stress scales. *Journal of Anxiety Disorders*, 72. doi:10.1016/j.janxdis.2020.102232

Thangaraj, J. W. V., Yadav, P., Kumar, C. G., Shete, A., Nyayanit, D. A., Rani, D. S., Kumar, A., Kumar, M. S., Sabarinathan, R., Saravana Kumar, V., Jagadeesan, M., ve Murhekar, M. (2021).

Predominance of delta variant among the COVID-19 vaccinated and unvaccinated individuals, India, May 2021. *Journal of Infection*. <https://doi.org/10.1016/j.jinf.2021.08.006>

Tilim, E., ve Murat, M. (2019). Ergenlerde madde bağımlılığından korunmaya ilişkin özyeterlik ile akran baskısı, kendini ifade edebilme becerisi ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14 (20), 929-955.

Turgut, Ö., ve Eraslan-Çapan, B. (2017). Ergen psikolojik sağlamlık düzeyinin yordayıcıları: algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 162-183.

van der Velden, P. G., Contino, C., Das, M., van Loon, P., ve Bosmans, M. W. G. (2020). Anxiety and depression symptoms, and lack of emotional support among the general population before and during the COVID-19 pandemic. A prospective national study on prevalence and risk factors. *Journal of Affective Disorders*, 277, 540-548. doi: 10.1016/j.jad.2020.08.026

Vassallo, M., Manni, S., Klotz, C., Fabre, R., Pini, P., Blanchouin, E., Sindt, A., Lotte, L., Dubertrand, J. M., Liguori, S., Berkane, N., Duval, Y., Rolland, F., ve Pradier, C. (2021). Patients Admitted for Variant Alpha COVID-19 Have Poorer Outcomes than Those Infected with the Old Strain. *Journal of Clinical Medicine*, 10(16), 16. doi:10.3390/jcm10163550

World Health Organization. (2022). WHO coronavirus (COVID-19) dashboard. Erişim Adresi: <https://covid19.who.int/> (2022)

Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L. M. W., Gill, H., ve Phan, L. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population. *Afektif Bozukluklar Dergisi*, 277, 55 – 64. doi:10.1016/j.jad.2020.08.001

Zhang, C., Ye, M., Fu, Y., Yang, M., Luo, F., Yuan, J., ve Tao, Q. (2020) COVID-19 pandemisinin Çin'deki gençler üzerindeki psikolojik etkisi. *Ergen Sağlığı Dergisi*, 67, 747 – 755. doi:10.1016/j.jadohealth.2020.08.026