

Adölesanlarda COVID-19 Tükenmişliğinin Mutluluk Düzeylerine Etkisi

The Effect of COVID-19 Burnout on Happiness Levels in Adolescents

Çiğdem KARAKAYALI AY¹, Maksude YILDIRIM², Tuğba Enise BENLİ^{3,*}

Özet

Amaç: Bu araştırma, adölesanların COVID-19 tükenmişliklerinin mutluluk düzeyine etkisini belirlemek amacıyla yapıldı.

Yöntem: Kesitsel ve tanımlayıcı tipte olan bu araştırmanın evrenini Türkiye'nin doğusunda bulunan bir üniversitenin Sağlık Bilimleri ve Hemşirelik Fakültesi'nde okuyan 1. sınıf öğrencileri oluşturdu. Belirtilen fakültelerde 2020-2021 eğitim öğretim döneminde toplam 647 birinci sınıf öğrencisi bulunmaktadır. Herhangi bir örnekleme yöntemine gidilmeyip evrenin tamamına ulaşılmaya çalışıldı. Araştırma toplam 534 gönüllü öğrencinin katılımı ile tamamlandı. Veriler "Kişisel Bilgi Formu", "COVID-19 Tükenmişliği Ölçeği" ve "Mutluluk Ölçeği" aracılığıyla elde edildi. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiklerin (sayı, yüzde dağılımı, ortalama, standart sapma) yanı sıra, t-testi, tek yönlü varyans analizi, kruskall wallis, mann whitney-u ve pearson korelasyon analizi kullanıldı.

Bulgular: Yaş ortalamaları 18.80 ± 0.43 olan adölesanların %77.9'u kız, %22.1'i erkektir. Adölesanların %67.4'ü henüz COVID-19 geçirmemiş olup, %23.6'sı COVID-19'dan dolayı yakınlarından bir kayıp yaşamıştır. Adölesanların COVID-19 tükenmişlik ölçeğinden aldıkları puan ortalamasının 31.09 ± 9.50 , mutluluk ölçeğinden aldıkları puan ortalamasının ise 20.00 ± 4.29 olduğu saptandı. Adölesanların cinsiyeti, aile tutumu ve COVID-19 nedeni ile kayıp yaşama durumları COVID-19 tükenmişlik düzeylerini etkilemektedir. Adölesanların mutluluk düzeyleri ise cinsiyet, medeni durum, aile tipi, aile tutumu ve ekonomik durum tarafından etkilenmektedir ($p < 0.001$; $p < 0,05$). COVID-19 tükenmişlik ölçeği puan ortalaması ile mutluluk ölçeği puan ortalaması arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki olduğu saptandı ($r = -0.227$; $p < 0.001$).

Sonuç ve Öneriler: Bu çalışmada, adölesanların tükenmişlik düzeyleri arttıkça mutluluk düzeylerinin azaldığı bununla birlikte mutluluk ve tükenmişlik düzeylerinin sosyo-demografik ve bireysel özellikler tarafından etkilendiği sonucuna varılmıştır. Pandemi döneminde adölesanların tükenmişlik ve mutluluk düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi ve psikolojik destek müdahale programlarının oluşturulması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: COVID-19, mutluluk, tükenmişlik, adölesan

Abstract

Objective: This research was conducted to determine the effect of adolescents' COVID-19 burnout on their happiness levels.

Method: The population of this cross-sectional and descriptive study consisted of first-year students studying at the Faculty of Health Sciences and Nursing of a university located in eastern Turkey. There are a total of 647 first-year students in the specified faculties in the 2020-2021 academic year. It was tried to reach the whole universe without using any sampling method. The research was completed with the participation of a total of 534 volunteer students. The data were obtained through the "Personal Information Form", the "COVID-19 Burnout Scale" and the "Happiness Scale". In the analysis of the data, descriptive statistics (number, percentage distribution, mean, standard deviation) as well as t-test, one-way analysis of variance, kruskall wallis, mann whitney-u and pearson correlation analysis were used.

Results: Of the adolescents with a mean age of 18.80 ± 0.43 , 77.9% were girls and 22.1% were boys. 67.4% of adolescents have not had COVID-19 yet, and 23.6% have experienced a loss from their relatives due to COVID-19. It was determined that the mean score of the adolescents from the COVID-19 burnout scale was 31.09 ± 9.50 , and the mean score from the happiness scale was 20.00 ± 4.29 . Adolescents' gender, family attitude, and loss of life due to COVID-19 affect their COVID-19 burnout levels. Adolescents' happiness levels are affected by gender, marital status, family type, family attitude and economic status ($p < 0.001$; $p < 0.05$). It was found that there was a weakly significant negative correlation between the COVID-19 burnout scale mean score and the happiness scale mean score ($r = -0.227$; $p < 0.001$).

Conclusions and Suggestions: In this study, it was concluded that as the burnout level of adolescents increased, their happiness level decreased, with this, their happiness and burnout levels were affected by socio-demographic and individual characteristics. It is recommended to determine the factors affecting the burnout and happiness levels of adolescents during the pandemic period and to establish psychological support intervention programs.

Keywords: COVID-19, happiness, burnout, adolescent

Bu çalışma "Adölesanlarda COVID-19 Tükenmişliğinin Mutluluk Düzeylerine Etkisi" başlık ile 5. Uluslararası 6. Ulusal Ebelik Kongresinde (11-14 Kasım 2021, Çevirim içi kongre) sözel bildiri olarak sunulmuştur.

¹ İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, cigdem.karakayali@inonu.edu.tr,

² İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Bölümü, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği ABD, maksude.yildirim@inonu.edu.tr,

³ İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, tugba.benli@inonu.edu.tr

*Sorumlu yazar

Geliş Tarihi / Received: 06.03.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 06.04.2022

GİRİŞ

İnsanların günlük yaşamında değişimlere neden olan COVID-19 pandemisi küresel bir halk sağlığı sorunu olarak değerlendirilmektedir (Thompson ve ark., 2021). Dünya genelinde her ülke kendi özelinde bazı önlemler alarak bu süreç ile baş etmeye çalışmaktadır. Türkiye’de de; COVID-19 görülen ülkelere gelen insanların karantinaya alınması, seyahat yasağı, halka açık etkinliklerin iptal edilmesi, okulların ve üniversitelerin kapatılması gibi bazı önlemler alınarak bu süreç yönetilmeye çalışılmıştır (İşlek ve ark, 2020). İnsanların birbirileri ile olan etkileşimlerini en aza indirerek virüsün yayılma hızını azaltmayı amaçlayan bu önlemler (Cantekin & Arpacı, 2020) bireylerin sosyal ilişkilerini de etkilemektedir. Özellikle okulların ve üniversitelerin kapatılması sosyal ilişkilerin önemli olduğu adölesan dönemindeki gençler üzerinde önemli etkilere neden olmaktadır. Yapılan bazı çalışmalarda COVID-19’un adölesanlarda uykusuzluk, intihar düşüncesi, ebeveynler ile tartışma, kaygılı ve depresif ruh hali gibi belirtilere neden olduğu bildirilmektedir (Chi ve ark., 2020; Liu ve ark., 2021; Thompson ve ark., 2021).

Aralık 2019 yılında COVID-19 vakalarının görüldüğü ilk günlerden günümüze kadar dünyada ve ülkemizde uygulanan karantina ve izolasyon önlemleri insanların kaygı ve korku gibi duygular yaşamasına neden olabilmektedir. Adölesanlar ile yapılan boylamsal bir çalışmada COVID-19 döneminde adölesanların stres, çatışma, yalnızlık duyguları yaşadıkları ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin de düşük olduğu belirlenmiştir (Essau and de la Torre-Luque, 2021). Bunların yanı sıra kitle iletişim araçları ya da çevreden duyulan haberler adölesanlarda hastalık kapma, vücutta hasarların oluşması ya da hayatını kaybetme gibi düşüncelerin oluşmasına neden olabilmektedir (Karataş, 2020). Uzun süre bu duygu ve korkulara maruz kalan adölesanların, enerjilerinin azalarak tükenmişlik yaşayabilecekleri düşünülmektedir. Çünkü tükenmişlik, uzun süre devam eden zihinsel yüklenme sonrası meydana gelen bir stres tepkisidir (Hansen ve ark., 2009).

Bireylerin tükenmişlik düzeyleri ile mutlulukları arasında ters bir ilişki olduğu belirtilmektedir (Sharif ve ark., 2020). Pandeminin yaşattığı bu olumsuz duyguların yolun çok başında olan, geleceğe dair hayalleri ve hedefleri olan adölesanları daha çok etkileyebileceği düşünülmektedir. Bir çalışmada COVID-19 döneminde duygularını düzenleyemeyen adölesanların alkol tüketim oranlarında bir artış olduğu ifade edilmektedir (Essau & de la Torre-Luque, 2021). Bu madde kullanımı davranışının nedeni adölesanın, pandeminin getirmiş olduğu duygusal yükten kurtulup mutluluğu bulma arayışı olabilir (Patrick et al, 2022). Adölesanların bu süreç ile baş edebilmelerini destekleyebilmek adına pandemi döneminde ne hissettiklerini ve bu duygu durum değişikliklerinin nedenlerini anlayabilecek çalışmalar yapıp, bunun sonucunda girişimlerde bulunulması önem arz etmektedir. Bu nedenle bu araştırma adölesanların COVID-19 pandemi döneminde yaşadıkları tükenmişliğin, mutluluk düzeylerine etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Deseni

Araştırma, adölesanların COVID-19 tükenmişliklerinin mutluluk düzeylerine etkisini belirlemek amacıyla kesitsel ve tanımlayıcı bir araştırma olarak yapılmıştır.

Araştırmanın Yeri ve Zamanı

Araştırma, Mayıs-Temmuz 2021 tarihleri arasında Türkiye'nin doğusunda bulunan bir üniversitenin Sağlık Bilimleri Fakültesi ve Hemşirelik Fakültesi birinci sınıf öğrencileri ile yürütülmüştür.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini 2020-2021 eğitim öğretim döneminde Türkiye'nin doğusunda bulunan bir üniversitenin Sağlık Bilimleri Fakültesi (Ebelik, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon (FTR), Odyoloji, Çocuk Gelişimi bölümleri) ve Hemşirelik Fakültesi'nde öğrenim gören birinci sınıf öğrenciler oluşturmaktadır. Belirtilen fakülte ve bölümlerin 2020-2021 eğitim öğretim döneminde toplam 647 birinci sınıf öğrencisi bulunmaktadır. Herhangi bir örnekleme yöntemine gidilmeyip evrenin tamamına ulaşılmaya çalışılmıştır. Araştırma toplam 534 öğrencinin katılımı ile tamamlanmıştır. Dahil edilme kriterleri; araştırmaya katılmayı kabul etme ve herhangi bir psikiyatrik tanı almamak olarak belirlenmiştir.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri, Mayıs-Temmuz 2021 tarihleri arasında örneklem grubundan online olarak Google Forms aracılığı ile toplanmıştır. Online olarak hazırlanan formun linki öğrenci gruplarında paylaşılarak veriler toplanmıştır. Öğrenciler anketi doldurmadan önce çalışma hakkında bilgi veren bir açıklama metninin okuyup “çalışmaya katılmayı kabul ediyorum” seçeneğini onayladıktan sonra anket sorularına ulaşmışlardır. Online anket 1 Mayıs- 1 Temmuz 2021 tarihleri arasında veri toplamaya açık bırakılmış ve daha sonra anket veri girişine kapatılmıştır. Veri toplama tarihleri arasında iki haftada bir öğrenci gruplarına hatırlatma mesajı gönderilerek katılım arttırılmaya çalışılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri toplanırken, araştırmacılar tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu”, “COVID-19 Tükenmişlik Ölçeği” ve “Mutluluk Ölçeği” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda hazırlanan kişisel bilgi formu, öğrencilerin kişisel özelliklerini (öğrencinin yaşı, cinsiyeti, okulu vb.) içeren toplam 16 sorudan oluşmaktadır.

COVID-19 Tükenmişlik Ölçeği: İnsanların COVID-19 tükenmişlik düzeylerini belirlemek amacı ile Yıldırım ve Solmaz (2020) tarafından “Tükenmişlik Ölçeği-Kısa Formu”ndan uyarlanmıştır. Ölçek 10 maddelik 5’li likert tipte bir ölçektir. Ölçekten minimum 10 maksimum 50 puan alınmaktadır. Ölçekten alınan puanlar attıkça bireylerin COVID-19 tükenmişlik düzeyleri de artmaktadır. Ölçek geliştirme çalışmasında ölçeğin

Cronbach alpha değeri 0.92 olarak hesaplanmıştır (Yıldırım ve Solmaz, 2020). Bu araştırmada ise ölçeğin cronbach alpha değeri 0.927 olarak hesaplanmıştır.

Mutluluk Ölçeği (MÖ): İnsanların mutluluk düzeylerini belirlemek amacıyla Demirci ve Ekşi (2018) tarafından geliştirilmiştir. Tek bir boyuttan oluşan ölçek 6 maddelik 5’li likert tarzıdır. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten minimum 6 maksimum 30 puan alınmaktadır. Ölçek geliştirme çalışmasında ölçeğin Cronbach alpha değeri 0.83 olarak hesaplanmıştır (Demirci ve Ekşi, 2018). Bu araştırmada ise ölçeğin cronbach alpha değeri 0.85 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin değerlendirilmesinde yüzde, ortalama, standart sapma, t-testi, tek yönlü varyans analizi, kruskall wallis, mann whitney-u ve pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmaya başlamadan önce araştırmanın yürütülebilmesi için ölçeği geliştiren kişilerden izin alınmıştır. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Başkanlığı’ndan etik onay (Karar Sayısı: 2021/2079) ve araştırmanın yapılacağı fakültelerden kurum izinleri alınmıştır. Online olarak oluşturulan formda katılımcılardan gönüllü onam alınmıştır.

BULGULAR

Katılımcıların sosyo-demografik ve bireysel özelliklerine göre dağılımları Tablo 1’de verildi. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 18.80 ± 0.43 ’tür. Öğrencilerin %77.9’unun kız, %99.3’ünün bekar olduğu, %44.6’sının hemşirelik bölümünde okuduğu, %82.2’sinin kentsel bölgede yaşadığı, %80.7’sinin çekirdek aileye sahip olduğu, %50.1’inin demokratik aile tutumuna sahip olduğu, %81.5’inin ekonomik düzeyini orta olarak algıladığı, %95.9’unun herhangi bir kronik hastalığı olmadığı, %91.6’sının sigara kullanmadığı, %67.4’ünün COVID-19 tanısını almadığı, %76.4’ünün COVID-19 nedeni ile bir kayıp yaşamadığı saptandı (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilerin Sosyo-Demografik ve Bireysel Özelliklerinin Dağılımı (n=534)

Özellikler	n	%
Cinsiyet		
Kız	416	77.9
Erkek	118	22.1
Bölüm		
Ebelik	52	9.7
Hemşirelik	238	44.6
FTR	92	17.2
Odyoloji	72	13.5
Çocuk Gelişimi	80	15.0
Medeni durum		
Evli	4	0.7
Bekar	530	99.3
Covid sürecinde yaşanan yer		
Kentsel	439	82.2
Kırsal	95	17.8
Aile tipi		
Çekirdek aile	431	80.7
Geniş aile	103	19.3
Ailenin tutumu		
Baskıcı	90	16.9
Demokratik	268	50.1
Otoriter	176	33.0
Ekonomik durum		
Düşük	52	9.7
Orta	435	81.5
Yüksek	47	8.8
Kronik rahatsızlık		
Var	22	54.1
Yok	512	95.9
Sigara kullanımı		
Evet	45	8.4
Hayır	489	91.6
Anne sağ mı?		
Evet	528	98.9
Hayır	6	1.1
Baba sağ mı?		
Evet	512	95.9
Hayır	22	4.1
COVID-19 tanı alma durumu		
Evet	174	32.6
Hayır	360	67.4
COVID-19 nedeni ile kayıp yaşama durumu		
Evet	126	23.6
Hayır	408	76.4
Toplam	534	100
Yaş ortalaması: 18.80±0.43 (min: 17, maks: 19)		

Tablo 2’de katılımcıların COVID-19 Tükenmişlik ve Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının dağılımı verildi. Katılımcıların COVID-19 Tükenmişlik Ölçeği’nden aldıkları puanlar incelendiğinde minimum puanın 10, maksimum puanın ise 50 olduğu ve toplam puan ortalamasının 31.09±9.50 olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların Mutluluk Ölçeği'nden aldıkları puanlar incelendiğinde minimum puanın 6, maksimum puanın ise 30 olduğu ve toplam puan ortalamasının 20.00±4.29 olduğu saptandı (Tablo 2).

Tablo 2. Öğrencilerin COVID-19 Tükenmişliği ve Mutluluk Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puan Ortalamasının Dağılımı

Ölçek	Ort±SS	Alınabilecek Min-Maks	Alınan Değerler Min-Maks
COVID-19 Tükenmişliği Ölçeği	31.09±9.50	10-50	10-50
Mutluluk Ölçeği	20.00±4.29	6-30	6-30

Ort±SS: Ortalama ± Standart Sapma

Min-Maks: Minimum-Maksimum

Tablo 3'te katılımcıların sosyo-demografik ve bireysel özellikleri ile COVID-19 Tükenmişlik ve Mutluluk Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırılmıştır. Katılımcıların COVID-19 Tükenmişlik Ölçeği puan ortalamaları ile “cinsiyet”, “aile tutumu”, “COVID-19 nedeniyle kayıp yaşama durumu” arasında istatistiksel olarak fark olduğu saptanmıştır ($p<0.001$; $p<0.05$). Katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamaları ile “cinsiyet”, “medeni durum”, “aile tipi”, “aile tutumu”, “ekonomik durum” arasında istatistiksel olarak fark olduğu saptanmıştır ($p<0.001$; $p<0.05$) (Tablo 3).

Tablo 3. Öğrencilerin Sosyo-Demografik ve Bireysel Özellikleri ile COVID-19 Tükenmişliği ve Mutluluk Ölçeği Toplam Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Sosyo-Demografik ve Bireysel Özellikler	COVID-19 Tükenmişliği Ölçeği Ort±SS	Mutluluk Ölçeği Ort±SS
Cinsiyet		
Kız	31.79±9.28	20.21±4.23
Erkek	28.62±9.86	19.23±4.43
Test ve p değeri	t=3.228 p=0.001	t=2.195 p=0.029
Bölüm		
Ebelik	31.44±8.32	19.92±5.10
Hemşirelik	30.83±10.47	19.81±4.46
FTR	30.15±7.65	20.29±3.69
Odyoloji	32.72±9.55	20.06±3.96
Çocuk Gelişimi	31.27±9.02	20.21±4.17
Test ve p değeri	F=0.822 p=0.511	F=0.280 p=0.891
Medeni durum		
Evli	30.25±6.99	23.50±0.57
Bekar	31.10±9.52	19.97±4.29
Test ve p değeri	U=-0.059 p=0.953	U=-2.050 p=0.040
Covid-19 sürecinde yaşanılan yer		
Kentsel	31.28±9.30	20.14±4.14
Kırsal	30.25±10.38	19.33±4.88
Test ve p değeri	t=0.956 p=0.340	t=1.497 p=0.137
Aile Tipi		
Çekirdek aile	31.10±9.38	20.21±4.11
Geniş aile	31.04±10.02	19.09±4.89
Test ve p değeri	t=0.058 p=0.954	t=2.147 p=0.034
Ailenin Tutumu		
Otoriter	32.35±9.46 ^a	19.80±4.18 ^a
Baskıcı	33.40±10.05 ^b	17.54±4.40 ^b
Demokratik	29.50±9.07 ^c	20.95±3.98 ^c
	c<a,b	c>a>b
Test ve p değeri	F= 8.182 p=0.000	F= 23.303 p=0.000

Ekonomik Durum		
Düşük	29.71±10.07	18.48± 4.11 ^a
Orta	31.42± 9.42	20.03±4.20 ^b
Yüksek	29.55± 9.49	21.31± 4.83 ^c
		c,b>a
Test ve p değeri	F=1.443 p=0.237	F=5.593 p=0.004
Kronik Rahatsızlık		
Var	30.54±10.02	21.18±5.12
Yok	31.12±9.48	19.94 4.25
Test ve p değeri	U= -0.541 p=0.589	U= -0.704 p=0.481
Sigara Kullanımı		
Evet	33.57±9.85	18.67± 5.67
Hayır	30.86±9.44	20.12± 4.13
Test ve p değeri	t= 1.834 p=0.067	t= -1.682 p=0.099
Anne Sağ mı?		
Evet	31.11±9.46	19.99±4.29
Hayır	29.66±13.23	20.50± 4.18
Test ve p değeri	U=-0.057 p=0.954	U=-0.209 p=0.834
Baba Sağ mı?		
Evet	31.11±9.45	19.97±4.28
Hayır	30.59±10.63	20.59±4.40
Test ve p değeri	U= -0.182 p=0.855	U= -0.138 p=0.890
COVID-19 tanı alma durumu		
Evet	31.59±9.38	19.91± 4.47
Hayır	30.85± 9.55	20.03± 4.20
Test ve p değeri	t=0.846 p=0.398	t=-0.301 p=0.764
COVID-19 nedeni ile kayıp yaşama durumu		
Evet	32.61±10.08	20.00±4.17
Hayır	30.62±9.27	19.99±4.33
Test ve p değeri	t=2.052 p=0.041	t=0.024 p=0.981

F: Tek yönlü varyans analizi; t : Bağımsız gruplarda t testi; U: Mann-Whitney U testi; KW: Kruskal-Wallis testi. Anova testinde ikili grup karşılaştırmaları için post hoc ikili karşılaştırma testlerinden Tukey testi kullanılmıştır.

Tablo 4’te katılımcıların Tükenmişlik ve Mutluluk Ölçeği toplam puan ortalamaları arasındaki ilişki verildi. Tükenmişlik Ölçeği puan ortalaması ile Mutluluk Ölçeği puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde zayıf düzeyde ilişki olduğu saptandı ($r=-0.227$; $p<0.001$) (Tablo 4).

Tablo 4. Öğrencilerin COVID-19 Tükenmişlik Ölçeği Puan Ortalaması ile Mutluluk Ölçeği Puan Ortalaması Arasındaki İlişki

Ölçekler	Mutluluk Ölçeği	
Covid-19 Tükenmişliği Ölçeği	r	-0.227
	p	0.000*

r : Pearson korelasyon analizi

* $p<0.001$

TARTIŞMA

Pandemi olarak ilan edilen koronavirüs hastalığı dünya çapında binlerce ölümden sorumludur. Adölesanlar da dahil olmak üzere tüm nüfusu etkileyen bu hastalığın sonucu olarak birtakım sosyal kısıtlamalar zorunlu hale gelmiştir (Branquinho ve ark., 2020). Adölesanların duygu durumunda görülen hızlı farklılaşmalar ve dalgalanmaların yanı sıra, bu sürece dahil olan COVID-19 pandemisinin getirdiği belirsizlik, kısıtlamalar ve

sosyal mesafe gibi sınırlamalar ruhsal açıdan birçok olumsuzluklara neden olmuştur (Çınar & Günal, 2021; Aykut & Soner, 2020).

COVID-19 pandemi sürecinin adölesanların mutluluk düzeylerini etkilediği (Çınar & Günal, 2021) bununla birlikte birçok adölesanın daha fazla depresif belirtiler, artan yalnızlık ve daha yüksek düzeyde tükenmişlik gösterdiği belirtilmektedir (Branje & Morris, 2021). Adölesanlarda COVID-19 tükenmişliğinin mutluluk düzeylerine etkisini belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmada, adölesanların mutluluk ölçeğinden aldıkları puan ortalamasının 20.00 ± 4.29 olduğu saptanmıştır. Bu bulgu adölesanların ortalamanın biraz üzerinde mutluluk yaşadığını göstermektedir. Literatür tarandığında adölesanlarda pandemi sürecinde mutluluk düzeyi ilişkili herhangi bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Yapılan araştırmaların neticesinde mutluluk düzeyinin “yaşamın anlamı, yaşam doyumu, öznel zindelik, umut ve psikolojik iyi oluş” kavramları ile (Kul ve ark, 2020; Peker ve ark, 2021; Söner & Gültekin, 2021) ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Adölesanlarda pandemi sürecinde yaşam doyumu ve öznel zindeliğin aracı rolünü inceleyen bir çalışmada yaşam doyumları ile öznel zindelik düzeylerinin orta düzeyde olduğu saptanmıştır (Peker ve ark., 2021). Pandemi sürecinde adölesanların mutluluk korkularını farklı değişkenlere göre inceleyen bir çalışmada ise öğrencilerin mutluluk korkusunu orta düzeyde algıladığı saptanmıştır (Çınar & Günal, 2021). Psikolojik sağlamlığın bireylerde öz duyarlılığı arttırdığı ve mutluluğa olumlu bir katkı sağladığı belirtilmektedir. COVID-19 salgınında adölesanların umut, psikolojik sağlamlık ve kişilik özelliklerini inceleyen çalışmada umut ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin ortalama puanlarının biraz üzerinde olduğu saptanmıştır (Söner & Gültekin, 2021). Adölesanların pandemi sürecindeki mutluluk düzeylerinin doğrudan ele alındığı herhangi bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte, bu araştırmada elde edilen orta düzeydeki mutluluk düzeyinin literatürde belirtilen orta düzeydeki yaşam doyumu, umut ve psikolojik sağlamlık düzeylerine paralel olduğu söylenebilir.

Çalışmamızda COVID-19 tükenmişlik ölçeği puan ortalamasının 31.09 ± 9.50 olduğu saptanmıştır. Bu bulgu adölesanların ortalamanın biraz üzerinde tükenmişlik yaşadığını göstermektedir. Yavaş Çelik'in COVID-19 korkusunun öğrencilerin tükenmişlik ve anksiyetelerine etkisini araştırmak amacıyla yaptığı çalışmada öğrencilerin tükenmişlik düzeylerinin ortalamanın biraz üzerinde saptamıştır (Yavaş Çelik, 2021). Çalışma bulgumuz literatürle benzerlik göstermiştir. COVID-19 pandemisi sırasında çoğu çalışmada öğrencilerin ruh sağlığı değerlendirilmiştir (İmran ve ark., 2020; Wang ve ark., 2020; Essadek & Rabeyron, 2020; Dilmen Bayar ve ark., 2021). Bununla birlikte çok az sayıda çalışma tükenmişlik düzeyini değerlendirmiştir (Karakayalı Ay & Benli, 2021). Literatürde, tükenmişlik düzeyinin “mental sağlık, depresyon, anksiyete, stres, kaygı düzeyi” (Koutsimani, Montgomery & Georganta, 2019) kavramları ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Tıp öğrencilerinden oluşan bir örneklem üzerinde yapılan çalışmada pandemi sırasında tükenmişlik düzeyi prevalansının pandemi öncesi dönemine kıyasla daha yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır (Zis ve ark., 2021). COVID-19 ile ilgili stresörlerin bazı gençlerde psikolojik olarak başa çıkma kaynaklarına meydan okuyarak, ruh hali durumlarında dalgalanmalara yol açmış olabilir. Adölesanların keskin ve olumsuz değişimler yaşadığı bu dönemde COVID-19 pandemi süreci ruh sağlığı sorunlarını daha

da arttırmıştır (Rogers ve ark., 2021). Bu sebeplerden adölesanların artmış tükenmişlik düzeyleri bildirmeleri beklenen bir durumdur.

COVID-19 sürecinde kız adölesanların erkek adölesanlara, COVID-19 nedeniyle kayıp yaşayan adölesanların ise kayıp yaşamayanlara kıyasla COVID-19 tükenmişlik düzeylerinin daha yüksek olduğu buna karşın, demokratik aile tutumuna sahip olan adölesanlarda baskıcı ve otoriter aile tutumuna sahip olanlara oranla daha düşük tükenmişlik seviyesi elde edildiği belirlendi.

Stresin öğrencilerde tükenmişliğin önemli bir yordayıcısı olduğu belirtilmektedir (Sharififard ve ark., 2020). Elmer ve arkadaşlarının üniversite öğrencilerinde yaptığı çalışmada kız öğrencilerin depresif, kaygılı ve daha stresli olma ihtimallerinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Kız öğrencilerin, farklı sosyal entegrasyon düzeylerini ve COVID-19 ile ilgili stres faktörlerini kontrol ederken daha kötü ruh sağlığı yörüngelerine sahip oldukları vurgulanmaktadır (Elmer, Mepham & Stadtfeld, 2020). Yakar ve arkadaşlarının çalışmasında COVID-19 pandemi sürecinde kız öğrencilerde sürekli anksiyetenin erkek öğrencilere oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Yakar ve ark., 2020). Pandemi sürecinde öğrencilerde kaygı düzeylerinin değerlendirildiği bir diğer çalışmada, kızlarda erkeklere oranla kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Al-Rabiaah ve ark., 2020). Zhou ve arkadaşlarının COVID-19 sürecinde Çin’de 8079 adölesan üzerinde yaptığı çalışmada depresyon, anksiyete ve kombine depresyon ve anksiyete semptomlarının kız adölesanlarda daha yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır (Zhou ve ark., 2020). Literatürde adölesanlarda tükenmişliği inceleyen çalışma sınırlı olmakla birlikte, kız öğrencilerin pandemi sürecinde anksiyete ve kaygı düzeylerini daha yüksek algılaması sonucunda psikolojik olarak daha fazla etkilendiği bu durumda tükenmişlik düzeyini arttırabileceği söylenebilir.

Çalışmamızda COVID-19 sürecinde baskıcı ve otoriter aile tutumuna sahip olan adölesanların COVID-19 tükenmişlik düzeylerinin demokratik aile tutumuna sahip olan adölesanlara göre daha yüksek olduğu saptandı. COVID-19 pandemi sürecinin adölesanların psikolojilerine yansımalarını değerlendiren bir çalışmada adölesanların aileleri ile ilişkilerinde bir takım sorun ve sıkıntılar yaşadıkları bildirildi (Karataş, 2020). O’Sullivan ve arkadaşlarının yaptıkları nitel çalışmada COVID-19 sürecinde ebeveyn stresindeki artışın, adölesanların olumsuz duygu ve davranışlarıyla ilişkili olduğu ve ebeveynin baskıcı tutumunun adölesanları COVID-19 pandemisine karşı daha savunmasız hale getirdiği ifade edilmektedir (O’Sullivan ve ark., 2021). Çalışma sonucunun literatür ile uyumlu olduğu belirlenmiştir. Adölesanların baskıcı aile tutumuyla daha savunmasız hale gelmesi tükenmişlik düzeyi ile ilişkili olabilir.

Çalışmamızda COVID-19 nedeniyle kayıp yaşayan adölesanların COVID-19 tükenmişlik düzeylerinin daha yüksek olduğu saptandı. Aile içinde veya çevresinde COVID-19 pozitif hasta olması kişilerin anksiyete ve depresyon olasılığını artırdığı bildirilmiştir. Adölesanlarda sevdiklerinden ayrılma krize neden olmakla birlikte psikiyatrik bozukluk riskini artırabilmektedir (Kılınçel ve ark., 2021). COVID-19 salgınında adölesanların umut, psikolojik sağlamlık ve kişilik özelliklerini inceleyen bir çalışmada, COVID-19 hastası yakını olan adölesanların pandemi sürecinden daha fazla olumsuz etkilendikleri, psikolojik sağlamlık ve umut

düzeylerinin daha düşük olduğu saptanmıştır (Söner & Gültekin, 2020). Üniversite öğrencilerinde COVID-19 korkusu ve belirsizliğe tahammülsüzlüğü değerlendirmeyi amaçlayan bir çalışmada öğrencilerin COVID-19 nedeniyle bir yakınına kaybetmiş olması korku düzeyini anlamlı düzeyde arttırdığı saptanmıştır (Duman, 2020). Literatürde COVID-19 pandemi sürecinde kayıp yaşayan adölesanlarda tükenmişliği inceleyen çalışma çok sınırlıdır. COVID-19 döneminde adölesanlarda stres, anksiyete ve depresyon gibi psikolojik sorunları diğer bireylere göre daha fazla hissettikleri belirtilmektedir (Kara, 2021; Chew ve ark., 2020; Grubic, Badovinac & Johri, 2020). Yüksek düzeyde algılanan stresin artan tükenmişlik semptomları ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Gerber ve ark., 2015). Bu açıdan değerlendirildiğinde COVID-19 nedeniyle kayıp yaşayan adölesanların daha yüksek tükenmişlik düzeyine sahip olmaları beklenen bir durum olarak görülebilir.

Çalışmamızda kız adölesanların erkek adölesanlara, evli adölesanların bekar adölesanlara, çekirdek aile tipine sahip olan adölesanların geniş aile tipine sahip olan adölesanlara, demokratik aile tutumuna sahip olan adölesanların baskıcı ve otoriter aile tutumuna sahip olan adölesanlara, ekonomik durumu yüksek adölesanların düşük ve orta düzeyde olan adölesanlara kıyasla mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğu saptandı.

COVID-19 pandemi döneminde adölesanların sosyodemografik değişkenleri ile mutluluk arasındaki ilişkisini değerlendiren nicel çalışma sayısı çok azdır. Mutluluk teriminin öznel iyi oluş, tatmin veya yaşam kalitesi ifadeleriyle eşanlamlı olarak kullanıldığı belirtilmektedir (Ravina-Ripoll ve ark., 2021). COVID-19'un karantina döneminde yüksek öğrenim ortamlarında öğrencilerin akademik başarıları ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmada kızların mutluluk puan ortalamasının erkeklere göre daha yüksek olduğu ama bu farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır (Moussa & Ali, 2021). Çalışmamız literatürle uyumlu olmakla birlikte kadınların daha çok aile odaklı oldukları ve destekleyici bir rol sağladıkları (Tigani ve ark., 2011) düşünülerek bu durumun motivasyonlarını koruyarak, mutluluk düzeylerini olumlu yönde etkileyeceği söylenebilir.

İspanya'da 15 yaş üstü katılımcıların oluşturduğu bir çalışmada pandemi döneminde evli katılımcıların bekar katılımcılara göre mutluluk düzeyinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (Ravina-Ripoll ve ark., 2021). Bu bulgu yakın bir ilişki içinde olmanın yararlarını vurgulayan çalışmayla uyumludur (Braithwaite ve ark., 2010). İkili başa çıkma stratejisi bir ilişkide olan potansiyel problemleri telafi edebilir ve genel olarak zarardan çok fayda sağlayabilir (Merz ve ark., 2014). Yalnız yaşamak, daha önce daha yüksek depresyon ve anksiyete düzeyleri ve diğer yaygın zihinsel bozukluklarla ilişkilendirilmekle birlikte (Jacob ve ark., 2019), başkalarının yanında, kalabalık ortamda olmanın stres artırıcı bir faktör olabileceği belirtilmektedir. Spesifik olarak, gelişmekte olan ülkelerde oldukça yaygın olan, aşırı kalabalık veya geniş aileye sahip olma mahremiyet eksikliği, daha fazla sayıda istenmeyen sosyal etkileşim, aile veya ev arkadaşları ile ilişkilerde olası bozulma durumuna yol açarak stresi arttırdığı belirtilmektedir (Kowal ve ark., 2020). Çalışmamızda bekar katılımcıların evli katılımcılara, geniş aile tipine sahip olan katılımcıların çekirdek aile tipine sahip olan katılımcılara kıyasla mutluluk düzeylerini daha düşük olarak algılamakta bu bulguların literatürle uyumlu

olduğu göz önünde bulundurarak bekar olan ve kalabalığa maruz kalan kişilerin stresi daha fazla algılamakta bu durumun da mutluluk düzeylerini etkileyebileceği düşünülmektedir.

Pandeminin adölesanın ruh sağlığı üzerindeki mekanik etkilerinden birinin de baskıcı-zorlayıcı ebeveyn etkileşimleri olduğu belirtilmektedir (Prime ve ark., 2020). Ebeveynlerin baskıcı ve otoriter tutumunun sonucu adölesana karşı olumsuzluk, onaylamama veya memnuniyetsizlik gibi durumların ortaya çıktığı belirtilmektedir. COVID-19 pandemisinde ortaya çıkan bu ebeveynlik davranışlarının adölesanları destekleyici, duyarlı ve teşvik edici olmak yerine duygusallığındaki dalgalanmalarına olumsuz katkıda bulunabilir (Janssen ve ark., 2020). Literatürle uyumlu olarak çalışmamızda da baskıcı ve otoriter aile tutumuna sahip olan katılımcıların mutluluğu daha düşük düzeyde algılaması beklenen bir sonuçtur.

Zhou ve ark. yaptığı çalışmada pandemi döneminde adölesanların ekonomik durumlarının kötü olmasıyla kaygı ve depresif semptomları arasında önemli bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Zhou ve ark., 2020). Düşük ekonomik gelir önemli bir stres kaynağıdır. Stresin adölesanlar üzerinde düşük öz saygıya neden olduğu belirtilmektedir (Achdut & Refaeli, 2020). Çalışmamızda ekonomik durumu düşük ve orta düzeyde algılayan katılımcıların yüksek düzeyde algılayan katılımcılara kıyasla mutluluk düzeylerinin daha düşük olduğu belirlendi. Bu bulgumuzun literatürle uyumlu olduğu belirlenmiştir.

Çalışmamızda tükenmişlik ölçeği puan ortalaması ile mutluluk ölçeği puan ortalaması arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlendi. Literatürde adölesanlarda mutluluk ve tükenmişlik arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma bulunmamakla birlikte, tükenmişliği etkileyen faktörler (kaygı, depresyon, anksiyete) ile mutluluk arasındaki ilişki incelenmiştir. COVID-19 pandemisinin adölesanlar üzerinde kaygı, depresif belirtiler ve yaşam doyumundaki değişiklikleri inceleyen bir çalışmada, yalnızlık ve kaygı durumlarının artması adölesanların mutluluğu üzerinde daha fazla olumsuz etkiye neden olduğunu ortaya koymuştur (Cauberghe ve ark., 2021). Chen ve arkadaşlarının COVID-19 pandemisinin adölesanların ruh sağlığı ve sağlık davranışları üzerindeki etkisini inceleyen bir çalışmada yüksek düzeyde olan stres ve psikosomatik belirtilerin adölesanların mutluluklarını düşük düzey olarak algılamasına yol açmaktadır (Chen ve ark., 2021). Türk yetişkinlerinde COVID-19 korkusunun mutluluk ve algılanan stresi arasındaki ilişkide stresle başa çıkmanın ve psikolojik dayanıklılığın aracı rolünü inceleyen çalışmada, COVID-19 korkusuyla beraber stres düzeyinin arttığı, mutluluk düzeyinin ise olumsuz etkilendiği belirtilmektedir (Peker & Cengiz, 2021). Magson ve ark. (2021) yaptıkları çalışmada, Avustralyalı adölesanlar arasında daha yüksek depresif ve endişeli semptomlara sahip olmanın daha düşük yaşam doyumuna neden olduğu belirtilmektedir. COVID-19 pandemisi sırasında öznel iyi oluştta bir düşüşün adölesanlarda stres ve kaygı artışına neden olduğu bildirilmiştir (Burke ve ark., 2020; Pigaiani ve ark., 2020). Bu açıdan değerlendirildiğinde COVID-19 sürecinde yaşanan stres, anksiyete, depresyon gibi psikososyal faktörlerin COVID-19 tükenmişliğini dolaylı olarak etkileyebileceği ve bu durumun adölesanlardaki mutluluk düzeyini azaltan önemli bir değişken oldabileceği sonucuna varılabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada, adölesanların tükenmişlik düzeyleri arttıkça mutluluk düzeylerinin azaldığı bununla birlikte mutluluk ve tükenmişlik düzeylerinin sosyo-demografik ve bireysel özellikler tarafından etkilendiği sonucuna varılmıştır. Pandemi döneminde adölesanların tükenmişlik ve mutluluk düzeyleri üzerinde birçok faktörün olumsuz etkileri bulunmuştur. Adölesanlar üzerindeki bu olumsuz etkileri azaltmak için, psikososyal destek hizmetlerinin erişilebilir hale gelmesi ve bu durumlarla başa çıkma stratejilerin kullanılması önerilebilir.

Sınırlılıklar

Çalışmamızın birkaç sınırlılığı bulunmaktadır.

1. Öncelikle araştırmamızın verileri online olarak internet erişimi olan öğrenciler tarafından doldurulmuştur. Bu bağlamda çalışmanın sonuçları internet erişimi olmayan öğrencileri temsil etmemektedir.
2. İkincisi, çalışmamız sadece Türkiye’de yaşayan adölesanlar üzerinde olup sınırlı sayıda örneklem ile yapılmıştır. Bu nedenle sonuçlar araştırmaya alınan adölesanlara genellenebilir. Farklı coğrafi bölgelerde araştırmaların yapılması araştırma bulgularının daha genellenebilir olmasını sağlayabilir.
3. Gelecekteki çalışmaların, tükenmişlik ve mutluluk arasındaki faktörleri incelemesi gerektiği önerilebilir.

Çıkar Çatışması Beyanı: Bu çalışmada yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

Teşekkür: Çalışmamıza katılan katılımcılara teşekkür ederiz.

KAYNAKLAR

- Achdut, N., & Refaeli, T. (2020). Unemployment and psychological distress among young people during the covid-19 pandemic: psychological resources and risk factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7163. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197163>.
- Al-Rabiaah, A., Temsah, M. H., Al-Eyadhy, A. A., Hasan, G. M., Al-Zamil, F., Al-Subaie, S., Alsohime, F., Jamal, A., Alhaboob, A., Al-Saadi, B., & Somily, A. M. (2020). middle east respiratory syndrome-corona virus (MERS-CoV) associated stress among medical students at a university teaching hospital in Saudi Arabia. *Journal of Infection and Public Health*, 13(5), 687–691. <https://doi.org/10.1016/j.jiph.2020.01.005>.
- Aykut, S., Soner, S. (2020). COVID-19 pandemisi ve travma sonrası stres bozukluğu temelinde sosyal hizmetin önemi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 1(1): 56-66. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpd>.
- Braithwaite, S.R., Delevi, R., & Fincham, F.D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal Relationships*, 17(1), 1–12. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01248.x>.
- Branje, S., & Morris, A. S. (2021). The Impact of the COVID-19 pandemic on adolescent emotional, social, and academic adjustment. *Journal of Research on Adolescence: The Official Journal of the Society for Research on Adolescence*, 31(3):486–499. <https://doi.org/10.1111/jora.12668>.

- Branquinho, C., Kelly, C., Arevalo, L. C., Santos, A., & Gaspar de Matos, M. (2020). "Hey, we also have something to say": A qualitative study of Portuguese adolescents' and young people's experiences under COVID-19. *Journal of Community Psychology*, 48(8): 2740-2752. <https://doi.org/10.1002/jcop.22453>.
- Burke, T., Berry, A., Taylor, L. K., Stafford, O., Murphy, E., Shevlin, M., McHugh, L., & Carr, A. (2020). Increased psychological distress during COVID-19 and quarantine in Ireland: A National Survey. *Journal of Clinical Medicine*, 9(11), 3481. <https://doi.org/10.3390/jcm9113481>.
- Cantekin F, Arpacı F. COVID-19 (Koronavirüs) pandemisi ve sosyal hizmet. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2020; 13(73): 1138-1146.
- Cauberghe, V., Van Wesenbeeck, I., De Jans, S., Hudders, L., & Ponnet, K. (2021). How adolescents use social media to cope with feelings of loneliness and anxiety during COVID-19 lockdown. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 24(4), 250–257.
- Chen, Y., Osika, W., Henriksson, G., Dahlstrand, J., & Friberg, P. (2021). Impact of COVID-19 pandemic on mental health and health behaviors in Swedish adolescents. *Scandinavian Journal of Public Health*, 14034948211021724. Advance online publication.
- Chew, Q. H., Wei, K. C., Vasoo, S., Chua, H. C., & Sim, K. (2020). Narrative synthesis of psychological and coping responses towards emerging infectious disease outbreaks in the general population: practical considerations for the COVID-19 pandemic. *Singapore Medical Journal*, 61(7): 350-356. <https://doi.org/10.11622/smedj.2020046>.
- Chi X, Liang K, Chen S-T, Huang Q, Huang L, Yu Q, Jiao C, Guo T, Stubbs B, Hossain MM, Yeung A, Kong Z, Zou L. Mental health problems among Chinese adolescents during the COVID-19: The importance of nutrition and physical activity. *Journal of Clinical and Health Psychology*, <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.100218>.
- Chui, W. H., & Wong, M. Y. (2016). Gender differences in happiness and life satisfaction among adolescents in Hong Kong: Relationships and self-concept. *Social Indicators Research*, 125(3), 1035-1051. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0867-z>.
- Çelik M. Y., (2021). Üniversite sınavına hazırlanan gençlerin Covid-19 korkusunun öğrencilerin tükenmişlik ve anksiyetelerine etkisi. *Van Sağlık Bilimleri Dergisi*, 14(1): 19-28. <https://doi.org/10.52976/vansaglik.760062>.
- Çınar, NS., Günal, Y. (2021). COVID-19 döneminde lise son sınıf öğrencilerinin mutluluk korkularının farklı değişkenlere göre incelenmesi: Sosyal bilimlerde COVID-19 salgını dönemler ve değişim dinamikleri-2. İçinde: Erduran Tekin, Ö. (Editör), Astana Yayınları, 17-28.
- Demirci İ, Ekşi H. Keep calm and be happy: A mixed method study from character strengths to well-being. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 2018; 18(2): 303-354. <http://dx.doi.org/10.12738/estp.2018.2.0799>.
- Dilmen Bayar, B. , Yaşar Can, S. , Erten, M. & Ekmen, M. (2021). Covid-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon ve stres düzeylerinin belirlenmesi. *Paramedik ve Acil Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 2(1): 12-25.
- Duman, N. (2020). Üniversite öğrencilerinde COVID-19 korkusu ve belirsizliğe tahammülsüzlük. *The Journal of Social Science*, 4(8): 426-437. <https://doi.org/10.30520/tjsosci.748404>.
- Elmer, T., Mepham, K., & Stadtfeld, C. (2020). Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *PloS ONE*, 15(7), e0236337. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236337>.

- Essadek, A., & Rabeyron, T. (2020). Mental health of French students during the Covid-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, 277(2020), 392–393.
- Gerber, M., Feldmeth, A. K., Lang, C., Brand, S., Elliot, C., Holsboer-Trachsler, E., & Pühse, U. (2015). The relationship between mental toughness, stress, and burnout among adolescents: a longitudinal study with swiss vocational students. *Psychological Reports*, 117(3), 703-723. <https://doi.org/10.2466/14.02.PR0.117c29z6>.
- Grubic, N., Badovinac, S., & Johri, A. M. (2020). Student mental health in the midst of the COVID-19 pandemic: A call for further research and immediate solutions. *The International Journal of Social Psychiatry*, 66(5): 517-518. <https://doi.org/10.1177/0020764020925108>.
- Hansen N, Sverke M, Na'swall K. Predicting nurse burnout from demands and resources in three acute care hospitals under different forms of ownership: A cross-sectional questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 2009; 46: 96-107.
- Imran, N., Zeshan, M., & Pervaiz, Z. (2020). Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(COVID19-S4), S67–S72. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.COVID19-S4.2759>.
- İşlek E, Özatkan Y, Bilir MK, Arı O, Çelik H, Yıldırım HH. (2020). COVID-19 pandemi yönetiminde Türkiye örneği: Sağlık politikası uygulamaları ve stratejileri. İçinde: Alp Meşe, E., Topaloğlu, S., Aydın, S., Erdem, R., Ankara, H.G., Çelik, H. *TÜSPE Rapor: 2020/2*, 1.Baskı. TÜSPE Yayınları, 42-47.
- Jacob, L., Haro, J.M., & Koyanagi, A. (2019). Relationship between living alone and common mental disorders in the 1993, 2000 and 2007 national psychiatric morbidity surveys. *PloS ONE*, 14(5), e0215182. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0215182>.
- Janssen, L., Kullberg, M. J., Verkuil, B., van Zwieten, N., Wever, M., van Houtum, L., Wentholt, W., & Elzinga, B. M. (2020). Does the COVID-19 pandemic impact parents' and adolescents' well-being? An EMA-study on daily affect and parenting. *PloS ONE*, 15(10), e0240962. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240962>.
- Javadi Sharif T, Hosseinzadeh M, Mahdavi N, Namdar Areshtanab H, Dickens GL. Happiness and its relationship with job burnout in nurses of educational hospitals in Tabriz, Iran. *IJCBNM*, 2020; 8(4): 295-304. doi: 10.30476/IJCBNM.2020.83298.1138.
- Kandemir F. Bazı demografik değişkenler bağlamında Covid-19 pandemi neslinin dindarlık ve ölüm kaygısı ilişkisi üzerine ampirik bir araştırma. *Tokat İlmîyat Dergisi*, 2020; 8(1): 99-129. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3876200>.
- Kara, B. (2021). Üniversite öğrencilerinde COVID-19 pandemisinin psikolojik etkisi: güncel kanıtların gözden geçirilmesi. *Sağlık ve Toplum*, 31(2): 32-37.
- Karakayalı Ay, Ç., & Benli, T.E. (2021). Sağlık bilimleri ve hemşirelik fakültesi öğrencilerinin COVID-19 tükenmişlik düzeyi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(3), 655-669.
- Karataş, Z. (2020). COVID-19 pandemisi sürecinin LGS ve YKS sınavına hazırlık sürecinde olan çocuk ve ergenlerin psikolojilerine yansımalarının incelenmesi. Gençdoğan B, editor. *Child and Adolescent Psychology During Pandemic*. 1st ed. Ankara: Turkey Clinics, 54-74.

- Kılınçel, Ş., Kılınçel, O., Muratdağı, G., Aydın, A., & Usta, M. B. (2021). Factors affecting the anxiety levels of adolescents in home-quarantine during COVID-19 pandemic in Turkey. *Asia-Pacific psychiatry: Official journal of the Pacific Rim College of Psychiatrists*, 13(2): e12406. <https://doi.org/10.1111/appy.12406>.
- Koutsimani, P., Montgomery, A., & Georganta, K. (2019). The relationship between burnout, depression, and anxiety: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 10, 284. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00284>.
- Kowal, M., Coll-Martín, T., Ikizer, G., Rasmussen, J., Eichel, K., Studzińska, A., Koszałkowska, K., Karwowski, M., Najmussağib, A., Pankowski, D., Lieberoth, A., & Ahmed, O. (2020). Who is the most stressed during the COVID-19 pandemic? Data from 26 countries and areas. *Applied Psychology. Health and Well-being*, 12(4), 946–966. <https://doi.org/10.1111/aphw.12234>.
- Kul, A. Demir, R. & Katmer, A. N. (2020). COVID-19 salgını döneminde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak yaşam anlamı ve kaygı. *Turkish Studies*, 15(6): 695-719.
- Liu Y, Yue S, Hu X, Zhu J, Wu Z, Wang JL, Wu Y. Associations between feelings/behaviors during COVID-19 pandemic lockdown and depression/anxiety after lockdown in a sample of Chinese children and adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 2021; 284: 98-103.
- Magson, N. R., Freeman, J. Y. A., Rapee, R. M., Richardson, C. E., Oar, E. L., & Fardouly, J. (2021). Risk and protective factors for prospective changes in adolescent mental health during the COVID-19 pandemic. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(1), 44–57.
- Merz, C.A., Meuwly, N., Randall, A.K., & Bodenmann, G. (2014). Engaging in dyadic coping: Buffering the impact of everyday stress on prospective relationship satisfaction. *Family Science*, 5(1), 30–37. <https://doi.org/10.1080/19424620.2014.927385>.
- Moussa, N. M., & Ali, W. F. (2021). Exploring the relationship between students' academic success and happiness levels in the higher education settings during the lockdown period of COVID-19. *Psychological reports*, 33294121994568. *Advance Online Publication*. <https://doi.org/10.1177/0033294121994568>.
- O'Sullivan, K., Clark, S., McGrane, A., Rock, N., Burke, L., Boyle, N., Joksimovic, N., & Marshall, K. (2021). A qualitative study of child and adolescent mental health during the COVID-19 pandemic in Ireland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3): 1062. <https://doi.org/10.3390/ijerph18031062>.
- Patrick, M.E., Terry-McElrath, Y.M., Miech, R.A., Keyes, K.M., Jager, J., Schulenberg, J.E. (2022). Alcohol use and the COVID-19 pandemic: Historical trends in drinking, contexts, and reasons for use among U.S. adults. *Social Science & Medicine*, 301: 114887. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.114887>.
- Peker, A., & Cengiz, S. (2021). COVID-19 fear, happiness and stress in adults: the mediating role of psychological resilience and coping with stress. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 1–9. Advance online publication.
- Peker, A., Cengiz, S., & Yıldız, M. N. (2021). Yaşam doyumu ve öznel zindeliğin COVID-19 korkusu ile problemli internet kullanımı arasındaki aracılık ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24(2): 199-206.
- Pigaiani, Y., Zoccante, L., Zocca, A., Arzenton, A., Menegolli, M., Fadel, S., Ruggeri, M., & Colizzi, M. (2020). Adolescent lifestyle behaviors, coping strategies and subjective wellbeing during the COVID-19 pandemic: an online student survey. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 8(4), 472. <https://doi.org/10.3390/healthcare8040472>.

- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *The American Psychologist*, 75(5), 631–643. <https://doi.org/10.1037/amp0000660>.
- Ravina-Ripoll, R., Foncubierta-Rodríguez, M. J., Ahumada-Tello, E., & Evans, R. D. (2021, May). The role of religion and marital status in happiness perception of Spanish Entrepreneurs. A concept to be explore in the Post COVID-19 era. In *2021 IEEE Technology & Engineering Management Conference-Europe (TEMSCON-EUR)*, 1-4. IEEE. <https://doi.org/10.1109/TEMSCON-EUR52034.2021.9488601>
- Rogers, A. A., Ha, T., & Ockey, S. (2021). 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: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine*, 68(1), 43–52.
- Sharififard, F., Asayesh, H., Hosseini, M. H. M., & Sepahvandi, M. (2020). Motivation, self-efficacy, stress, and academic performance correlation with academic burnout among nursing students. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 7(2): 88-93, https://doi.org/10.4103/JNMS.JNMS_30_19.
- Söner, O., & Gültekin, F. (2021). COVID-19 salgınında ergenlerin umut, psikolojik sağlamlık ve kişilik özellikleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2): 329-349.
- Thompson EC, Thomas SA, Burke TA, Nesi J, MacPherson HA, Bettis AH, Kudinova AY, Affleck K, Hunt J, Wolffa JC. (2021). Suicidal thoughts and behaviors in psychiatrically hospitalized adolescents pre- and post- COVID-19: A historical chart review and examination of contextual correlates. *Journal of Affective Disorders Reports*, 4: 100100.
- Tigani, X., Artemiadis, A.K., Alexopoulos, E.C., Chrousos, G.P., & Darviri, C. (2011). Gender differences in Greek centenarians. A cross-sectional nation-wide study, examining multiple socio-demographic and personality factors and health locus of control. *BMC Geriatrics*, 11(1), <https://doi.org/10.1186/1471-2318-11-87>.
- Wang, Z., Yang, H., Yang, Y., Liu, D., Li, Z., Zhang, X., et al. (2020). Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: a large cross-sectional study. *J. Affect. Disord.* 275, 188-193.
- Yakar, B., Kaygusuz, T. Ö., Piriñçi, E., Önalın, E., & Ertekin, Y. H. (2020). Knowledge, attitude and anxiety of medical students about the current COVID-19 outbreak in Turkey. *Family Practice and Palliative Care*, 5(2): 36-44.
- Yektaş, Ç. (2020). Ergenlerde pandeminin ruhsal etkileri. İçinde: Ercan, E.S., Yektaş, Ç., Tufan, A.E., Bilaç, Ö. (Editörler). COVID-19 pandemisi ve çocuk ve ergen ruh sağlığı. 1. Baskı. Ankara: *Türkiye Klinikleri*, 13-8.
- Yıldırım, M., & Solmaz, F. (2020). COVID-19 burnout, COVID-19 stress and resilience: Initial psychometric properties of COVID-19 Burnout Scale. *Death Studies*, 1-9. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1818885>.
- Zhou, S. J., Zhang, L. G., Wang, L. L., Guo, Z. C., Wang, J. Q., Chen, J. C., Liu, M., Chen, X., & Chen, J. X. (2020). Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 29(6), 749–758. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01541-4>.
- Zis, P., Artemiadis, A., Bargiotas, P., Nteveros, A., & Hadjigeorgiou, G. M. (2021). Medical studies during the COVID-19 pandemic: The impact of digital learning on medical students' Burnout and mental health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(1): 349. <https://doi.org/10.3390/ijerph18010349>.