İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ

TÜRKİYE CUMHURİYETİ

İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

PANDEMİ SÜRECİNİN EBEVEYNLERİN YAŞAM KALİTELERİNE VE AİLE İÇİ İLİŞKİLERİNE ETKİSİNE YÖNELİK NİTEL BİR ARAŞTIRMA

Yüksek Lisans Tezi

Didem Öztaş

200016399

İSTANBUL TİCARET
ÜNİVERSİTESİ

TÜRKİYE CUMHURİYETİ

İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

PANDEMİ SÜRECİNİN EBEVEYNLERİN YAŞAM KALİTELERİNE VE AİLE İÇİ İLİŞKİLERİNE ETKİSİNE YÖNELİK NİTEL BİR ARAŞTIRMA

Yüksek Lisans Tezi

Didem Öztaş

200016399

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Hanifi Parlar

İstanbul,2022

ETİK KURALLARA UYGUNLUK YAZISI

Hazırlamış olduğum tez özgün bir çalışma olup YÖK ve İTİCÜ Lisansüstü Yönetmeliklerine uygun olarak hazırlanmıştır. Ayrıca, bu çalışmayı yaparken bilimsel etik kurallarına tamamıyla uyduğumu; yararlandığım tüm kaynakları gösterdiğimi ve hiçbir kaynaktan yaptığım ayrıntılı alıntı olmadığını beyan ederim. Bu tezin ihtiva ettiği tüm hususlar şahsi görüşüm olup İstanbul Ticaret Üniversitesinin resmi görüşünü yansıtmamaktadır.

Didem Öztaş

TEŞEKKÜR

Tezimi, bugün burada ayakları yere basan, güçlü ve bağımsız bir kadın olmamın sebebi olan, bana yıllardır maddi ve manevi desteklerini bir gün dahi eksik etmeyen, sahip olduğum için her gün şükrettiğim canım annem Serpil Uzunoğlu ve canım babam Ender Uzunoğlu'na ithaf ediyorum.

Tez sürecimde her zaman yanımda olan ve benden akademik bilgisini ve anlayışını esirgemeyen, tökezlediğim yerde beni deneyimleri ve bilgeliğiyle kaldıran tez danışmanım Doç. Dr. Hanifi Parlar hocama teşekkür ediyorum. Yollarımızın kesişmesi ve sizin gibi bir rol model ile karşılaşmak benim için her zaman bir onurdur.

Lise yıllarımdan itibaren yanımda olan, bir hayatı paylaştığım, eğitim hayatıma elinden geldiği katkıyı sunan ve beni her şeyden çok seven canım eşim Ferit Onur Öztaş'a teşekkür ederim.

Yüksek lisans sürecinde tanıştığım, ne zaman başım sıkışsa yardımıma koşan ve tez sürecinde tüm olumsuz duygularımı kaldıran canım meslektaşım, kız kardeşim Büşra Yiğit'e teşekkür ederim.

Didem Öztaş

ÖZET

Koronavirüs salgını, Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkmış ve ülkemiz dahil tüm dünyayı etkisi altına almıştır. Salgından korunmak adına alınan önlemler ve sosyal hayata getirilen kısıtlamalar tüm bireyleri etkilemiştir. Bu önlemler ve kısıtlamalar dolayısı ile aile hayatına da büyük ölçüde etki etmiştir. Bu araştırmada salgın sürecinde ebeveynlerin yaşam kalitelerinin ve aile içi ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma nitel araştırma yöntemlerinden birisi olan fenomenoloji desen ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada yer alan çalışma grubu amaçlı örnekleme yöntemi olan maksimum çeşitlilik ile belirlenmiştir. Araştırmada verilen toplanması amacıyla araştırmacının kendisi tarafından geliştirilen ve açık uçlu sorulardan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Araştırmaya 21 katılımcı katılım göstermiştir. Veri analizi kısmında, nitel veri analizi programlarından olan MAXQDA Pro kullanılmış, 2 ana tema ve 13 alt tema belirlenmiştir. Bu temalar katılımcıların kişisel görüşleri ve tablolar aracılığıyla gösterilmiştir. Araştırma sonucunda ebeveynlerin pandemi sürecinde yaşam kalitelerinde ve aile içi ilişkilerinde sürece bağlı çoğunlukla olumsuz değişiklikler yaşadığı görüşüne varılmıştır. Araştırma kapsamında gerekli konuların literatür taramaları incelenmiş ve belirli önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Pandemi, Aile, Ebeveyn ve Yaşam Kalitesi.

ABSTRACT

The coronavirus epidemic emerged in the city of Wuhan, China and affected the whole world, including our country. The measures taken to protect against the epidemic and the restrictions on social life have affected all individuals. Due to these measures and restrictions, it had a great impact on family life. In this study, it was aimed to examine the quality of life of parents and their family relationships during the epidemic process. The research was carried out with the phenomenology design, which is one of the qualitative research methods. The study group in the research was determined by the maximum diversity, which is the purposeful sampling method. In order to collect data in the research, a semi-structured interview form consisting of open-ended questions developed by the researcher himself was used. 21 participants participated in the research. In the data analysis part, MAXQDA Pro, one of the qualitative data analysis programs, was used, and 2 main themes and 13 sub-themes were determined. These themes are shown through the personal opinions of the participants and tables. As a result of the research, it was concluded that the parents experienced mostly negative changes in their quality of life and family relationships during the pandemic process. Within the scope of the research, the literature reviews of the necessary subjects were examined and certain suggestions were made.

Keywords: Pandemic, Family, Parents and Quality of Life.

İÇİNDEKİLER

ETİK KURALLARA UYGUNLUK..... iii
TEŞEKKÜR..... iv
ÖZ.....v
ABSTRACT..... vi
İÇİNDEKİLER..... vii
TABLOLAR ve ŞEKİLLER LİSTESİ..... ix
1. GİRİŞ..... 1
1.1. Araştırmanın Amacı 3
1.2. Araştırmanın Önemi 3
1.3. Sınırlılıklar 4
1.4. Sayıltılar 5
1.5. Tanımlar 5
2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR ARAŞTIRMALARI..... 6
2.1. Pandemi Süreci 6
2.1.1.. Koronavirüsün Tanımı 6
2.1.2. Koronavirüs ve Kısıtlamalar 7
2.1.3. Koronavirüsün Ekonomik Etkileri 9
2.1.4. Koronavirüsün Psikolojik Etkileri.....11
2.2. Ebeveyn Yaşam Kalitesi 15
2.2.1. Yaşam Kalitesi 15
2.2.2. Pandemi Döneminde Ebeveyn Olmak 16
2.2.3. Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim..... 17
2.3.Aile İçi İlişkiler 19
2.3.1. Aile 19
2.3.2. Toplum ve Ailenin Değişimi..... 22
2.3.3. Pandemi Döneminde Aile İçi İlişkiler..... 23
3. YÖNTEM..... 26
3.1. Araştırmanın Modeli 26
3.2. Çalışma Grubu 27
3.3. Veri Toplama Araçları..... 29
3.4. Verilerin Analizi..... 30

4. BULGULAR 33
4.1. Kovid-19'un Yaşam Kalitesine Etkisinin İncelenmesi 33
4.2. Kovid -19 Dönemi İlişkilerin İncelenmesi 34
4.3. Kovid -19 Döneminde Çevreyle İletişimin İncelenmesi 35
4.4 Kovid -19 Dönemindeki Psikolojik Etkiler ve Desteğin İncelenmesi 36
4.5. Kovid -19'un Fiziksel Etkilerinin İncelenmesi 38
4.6. Kovid -19'un Maddi Duruma Etkisinin İncelenmesi 40
4.7. Kovid -19'un Çalışma Hayatına Etkisinin İncelenmesi 41
4.8. Kovid -19'un Günlük Rutinlerin Değişimine Etkisinin İncelenmesi 42
4.9. Kovid -19'un Aile İlişkilerine Olan Etkisinin İncelenmesi 44
4.10. Kovid -19'un Kişilerarası İletişime Olan Etkisinin İncelenmesi 45
4.11. Kovid -19'un Eşler Arası İlişkiye Olan Etkisinin İncelenmesi 46
4.12. Kovid -19'un Aileyle Geçirilen Aktivitelere Olan Etkisinin İncelenmesi 48
4.13. Kovid -19'un Ev İçi Görev Paylaşımına Olan Etkisinin İncelenmesi 49
4.14. Kovid -19'un Aile Desteğine Olan Etkisinin İncelenmesi 51
4.15. Kovid -19'un Ailenin Sağlık Durumuna Olan Etkisinin İncelenmesi 52
4.16. Kelime Bulutu 53
5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER 55
5.1. Tartışma 55
5.2. Sonuç 57
5.2. Öneriler 60
KAYNAKÇA 62
EKLER 80
Ek 1. Etik Kurul Onayı 80
Ek 2. Bilgilendirilmiş Onam Form 81
Ek 3. Demografik Bilgi Formu 82
Ek 4. Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Soruları 84
ÖZGEÇMİŞ 86

TABLOLAR ve ŞEKİLLER

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri 28
Tablo 3.2. Katılımcıların Evlilik Yılı ve Çocuk Sayıları……29
Tablo 4.1. İçerik Analizi ve Alt Temalar…….……...33

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 4.1. Kovid -19'un Yaşam Kalitesine Etkisi……..……34

Şekil 4.2. Kovid -19 Dönemi İlişkiler...……..34

Şekil 4.3. Çevreyle İletişim……..…….…….35

Şekil 4.4. Psikolojik Etkiler……36

Şekil 4.5. Psikolojik Destek……...…….……38

Şekil 4.6. Fiziksel Etkiler……...……....…….39

Şekil 4.7. Maddi Durum…….…….……40

Şekil 4.8. Çalışma Hayatı……...…….……41

Şekil 4.9. Günlük Rutin Değişimi……..…….……42

Şekil 4.10. Aile İlişkileri……...…….…….44

Şekil 4.11. Kişilerarası İletişim……..…….……45

Şekil 4.12. Eşler Arası İlişki……..…….……47

Şekil 4.13. Aile ile Gerçekleştirilen Aktiviteler……..……..……..48

Şekil 4.14. Ev İçi İşlerde Görev Paylaşımı…….……50

Şekil 4.15. Aile Desteği…….….51

Şekil 4.16. Ailenin Sağlık Durumunda Değişiklik…….52

Şekil 4.17. Kelime Bulutu……..….54

1. GİRİŞ

Aralık 2019'un sonunda Çin'in Vuhan eyaletinde bir dizi nedeni açıklanamayan pnömoni vakaları ortaya çıkmıştır. Birkaç gün sonra ise bu gizemli pnömoninin etken maddesi yeni koronavirüs olarak tanımlanmıştır. Bu virüs Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından sırasıyla koronavirüs 2 ve Kovid-19 olarak adlandırılmıştır. Virüs Çin'den tüm dünyaya hızlı bir şekilde yayılmıştır (He ve ark., 2020). Hastalığın bulaşma şekli ise başlarda tam anlaşılamamıştır. Vuhan'da yapılan ilk araştırmalar neticesinde hastalığın deniz ürünlerinin ve canlı hayvanların satıldığı marketlerden bulaştığı düşünülmüş ve bu marketler kapatılmıştır. Ancak daha sonra insandan insana bulaşın ana bulaş kaynağı olduğu kanısına varılmıştır (Singhal, 2020).

Bu salgının ciddiyeti ve uluslararası yayılma potansiyeli nedeniyle Dünya Sağlık Örgütü tarafından 31 Ocak 2020'de küresel bir acil sağlık durumu ilan edilmiş ve ardından 11 Mart 2020'de pandemi durumu ilan edilmiştir (Pillaiyar ve ark., 2020). Yeni Koronavirüs olarak tanımlanan hastalığın ateş, nefes alma güçlüğü ve öksürük gibi belirtilerinin bulunduğu bilinmektedir (Sağlık Bakanlığı,2020). Bu virüs enfekte olan bir kişinin ağzından ya da burnundan; öksürdüklerinde, hapşırdıklarında, konuştuklarında, şarkı söylediklerinde ya da nefes aldıklarında damlacıklar olarak yayılmaktadır (WHO,2020). Türkiye'de ise 11 Mart 2020'de görülmüştür ve vakalar kişilerin birbirlerine teması neticesinde artış göstermiştir (Sağlık Bakanlığı,2020).

Türkiye'de de tüm dünya ülkelerinde olduğu gibi bazı kısıtlamalara gidilmiş ve bu kısıtlamalardan birinde yüz yüze eğitime ara verilip, uzaktan eğitim ile devam edileceği bildirilmiştir (İç İşleri Bakanlığı, 2020). Pandemi sonucunda yapılan bazı gerekli kısıtlamalar sonucunda evde kalan çocuk ve ebeveynlerin üzerinde yapılan araştırmaları incelediğimizde çocuklara rol model olan ebeveynlerin yapılan kısıtlamalardan memnun olduğu ve hastalık hakkında bilgi sahibi olduğu görülmüştür (Abuhammad, 2020). Kısıtlamaların salgını durdurma ve yavaşlatma açısından her ne kadar yararlı olduğu düşünülse de insan sosyal bir canlıdır ve sosyal ilişkiler ve sosyal etkileşimler hayatın ayrılmaz bir parçasıdır. Virüsün hızla yayılması ve sosyal mesafenin artması sonucunda insan ilişkileri ciddi ölçüde etkilenmiştir. Bu anlam yokluğu strese ve anksiyeteye yol açabilmektedir. Yalnızlık, panik, fiziksel rahatsızlık ve birçok problem geliştirebilmekte ve genelde toplumu etkileyebilmektedir (Singh ve Singh, 2020). Bu nedenle pandemi bir insanlık trajedisidir. İnsanlık tarihinde

savaşlar, soykırımlar, kitlesel baskılar ve diğer salgınlara kadar birçok kayıp zaman olmuştur. Fakat bu kadar birbiri ile bağlı dünyada bu kadar yaygın olmamıştır. Birçok insan öldü, birçoğu kritik derecede hasta, dünya ekonomileri ve sosyal yapılar acı çekmektedir (Lebow, 2020). Yine bu yaşananlarla birlikte Kovid-19, aile hayatı hakkında uluslararası bir deney, belki de tüm zamanların en yaygın sosyal deneyi olmuştur. Bireyler ve aileler enfeksiyondan kaçarak hayatta kalmaya çalışmış ve bazıları temastan uzak oldukları aile bireylerini kaybetmiştir ve neredeyse herkeste bu potansiyel kayıplara karşı anksiyete gelişmiştir (Weingarten ve Worthen, 2018).

Pandeminin bir sonucu olarak çocuklar da günlük rutinlerinde, etkinliklerinde ve sosyal etkileşimlerinde değişiklikler yaşamışlardır. Ayrıca ebeveynlerinin günlük rutinlerindeki değişikliklerden (örneğin evden çalışma) ve önceki faaliyetlere geri dönüşlerindeki belirsizlikten (yüz yüze eğitim) muhtemelen etkilenmişlerdir (Kerr ve ark., 2020). Karpman ve arkadaşlarına göre (2020), pandemide sosyoekonomik düzeyi düşük aileler yüksek olan ailelere göre çocuk bakımını ayarlamak konusunda daha fazla zorlanmıştır ve işten ayrılıp evde çocuklarına bakma olasılıkları daha yüksektir. Ebeveyn deneyimleri ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki şu ana kadar iyi kurulmuş olsa da Kovid-19 halk sağlığı krizi bu ilişkileri tekrar ön plana çıkartmaktadır. Aileler, özellikle düşük gelirli aileler ve kadınlar ruh sağlığını kötüleştirmeye yönelik birçok stres faktörü ile karşı karşıya kalmışlardır (Mali durum, çocuk bakımı vb.) (Kerr ve ark., 2021). Shek'e (2021) göre pandemide yaşanan sorunlar hakkında toplumsal cinsiyet eşitsizliği üzerine de düşünmemiz gerekmektedir.

İlk olarak babaların aile ve bakım işlerine dahil edilmesi, ikinci olarak babaların aileye dahil oluşu hakkındaki kültürel inançların değiştirilmesi ve kadının güçlendirilmesi, üçüncü olarak ise toplumsal cinsiyet eşitliğinin üzerine düşünülmesi ve pandemi sürecinde kadınların desteklenmesi gerekmektedir. Geçtiğimiz yılda He ve arkadaşlarının (2020), Çin' de yaptığı bir araştırmada Kovid döneminde şehirde yaşayan çocukların pandemiden daha çok etkilendiğini ve davranış bozuklukları geliştirdiğini gözlemlemiştir. Şehirlerdeki salgının yayılımının daha fazla olması ve ebeveynlerin gerginleşmeleri bunun bir nedeni olarak görülmektedir. Ebeveynlerin ise çocukları için endişelenmesi ve bu endişelerinin kontrolden çıkması, ebeveynlerin salgınla ilgili duyguları ve düşünceleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Sosyal medyada salgınla ilgili ortaya çıkan yanlış ifadelerin ebeveynlerin paniğe kapılmasına

ve ruh sağlıklarının bozulmasına yol açtığı ve düzenlenmesi gerektiği ayrıca belirtilen konular arasında yer almaktadır (He ve ark., 2020). Ebeveynlerin ve çocukların salgın döneminde yaşadığı negatif veya pozitif durumlar incelendiğinde; finansal durumun ve yakın akraba ilişkilerinin olumsuz etkilendiği, uyuma düzenlerinin dengesizleştiği, sosyal medyada geçirilen sürenin artış gösterdiği, ama aynı zamanda ailedeki yaşlı bireyler ile ilgilenmenin arttığı, ailenin birbiri ile paylaşımının arttığı, ailece daha fazla zaman geçirildiği ve etkinlik yapıldığı, sağlıklı yemekler yenildiği ve spor yapıldığı görülmüştür. Ancak daha önce de bahsettiğimiz gibi işini kaybeden ailelerin stres seviyesinin arttığı ve bazı durumlarda şiddet içerikli davranışların gerçekleştiği de görülmektedir (Özyürek ve Çetinkaya, 2021).

Kaygıların ve stresin artış gösterdiği bu dönemde aile içindeki iletişim önemsenmesi gerektiği, yaşanan durumun sadece bir süreci kapsadığı, aile içi iletişim güçlü tutulduğunda, kişilerin; duygularını ifade edebildiği ve birlik olma duygusunu hissedebildiği ve salgının insanları stres, korku ve belirsizlik duygusuna itip problem yaratabileceği araştırmalar tarafından ifade edilmektedir (Dilber, 2020). Dilber'e (2020) göre; bu süreçte zorluklarla mücadele etmek adına, evde kalınan sürenin verimli değerlendirilmek, aile ile bazı aktiviteler yapmak ve sosyal destek görmek/almak önemli unsurlardandır.

1.1.Araştırmanın Amacı

2020 yılında ortaya çıkan ve hepimizin hayatını bir şekilde etkileyen koronavirüs salgını insanlığın yüzleştiği çok ciddi bir durumdur. Bu salgından kaçınmak adına uyguladığımız kısıtlamalar ve hayatımızda değişen yaşam standartlarımız bizi bazı durumlarla yüzleşmek zorunda bırakmıştır. Çalışmanın amacı; salgın sürecinde ebeveynlerin yaşam kalitelerinin ve aile içi ilişkilerinin incelenmesidir ve bu yönde yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile oluşturulmuş sorular sorulmuştur. Ayrıca araştırmacı tarafından sürecin ebeveynler yönünden aydınlatılması amaçlanmaktadır.

1.2.Araştırmanın Önemi

Alan yazında konu hakkında yapılmış araştırmalar incelendiğinde; salgın ile ilgili çalışmaların çok yeni ve diğer alanlara nispeten az olduğu görülmektedir. Bunun bir nedeni, günümüzde devam eden durumun yakın tarihte meydana gelmesi olarak

görülebilir. Salgın hastalık, Türk Dil Kurumu'na göre çevredeki insan, hayvan veya bitkilerin büyük bölümüne bulaşan bir hastalığın yaygınlaşması ve birçok kimseye bulaşması, epidemi durumudur (Develi, 2020).

Geçmişe bakıldığında; salgın hastalıkların dünyamızın her yerinde hükümetlerin, milletlerin ve kişilerin hayatını ziyadesiyle etkilediğini görebiliriz (Yıldız, 2014). Pandemi sözcüğünü ise; eski Yunanca 'da pan – tüm, demos ise insanlar olmak üzere yeryüzüne veya belirli bir kara parçasına dağılım gösteren salgın hastalıkların genel ismi olarak görülmektedir (Parıldar, 2020). Koronavirüs salgını da yayılımı ile küresel bir seviyeye gelmiştir (Yelboğa ve Aslan, 2020). Koronavirüsün bu yayılımı tüm insanlığı etkilemiştir ancak aynı zamanda ebeveynlerin de aile ilişkilerinde ve ebeveyn rollerinde birtakım değişiklikler meydana getirmiştir. Ebeveynlerin ve çocukların pandemi döneminde olumlu ve olumsuz olarak etkilendiğini dile getirmek mümkündür ve yaşanan kısıtlamalar ve değişimlerin duygusal ve fiziksel olarak dönüşlerinin olduğunu da görülmektedir (Demirbaş ve Koçak, 2020).

Bu dönüşlerin sağlıklı olması amacıyla UNICEF (2020) tarafından ebeveynlere yönelik bazı yönlendirmeler yapılmıştır. Bu yönlendirmeler içerisinde; sakin ve aktif kalmak, rutinlere bağlı kalmak ve çocuklara dalgalanmalar yaşatmamak, çocukların duygularını yaşamasına izin vermek, çocukları yanlış bilgilendirmelerden korumak, çocuklara aktiviteler düzenlemek ve kendi duygularını dizginlemek ve denetlemek örnek gösterilebilmektedir. Yaptığımız çalışmada ise ebeveynlerin ve çocukların salgın döneminde yaşadıkları durumların aile içi ilişkilerinde nasıl bir etki gösterdiği ve bu etkilerin yaşam kalitelerine ne ölçüde bir değişiklikte bulunduğunu göstermek sureti ile alan yazına katkıda bulunmak amaçlanmaktadır.

Koronavirüs salgını dünyamızda yakın tarihte gerçekleştiğinden bu alanda çalışmaları arttırmak ve akademik anlamda yürütmek hepimiz adına önemli bir adım olacağı düşünülmektedir.

1.3.Sınırlılıklar

1. Mevcut düzeyde yapılan araştırma, çalışma yapmayı kabul eden ve katılan 21 ebeveyn katılımcı ile sınırlıdır.
2. Araştırmadan elde edilen bulgular, katılımcıların yarı yapılandırılmış görüşme formuna verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.

3. Araştırmanın bulguları İstanbul içerisinde ikamet eden 21 ebeveyn katılımcı ile sınırlıdır.
4. Araştırmanın bulguları evliliği devam eden 21 ebeveyn ile sınırlıdır.

1.4.Sayıltılar

1. Araştırmaya katılan tüm ebeveynlerin, yönlendirilen yarı yapılandırılmış görüşme sorularına yansız, samimi ve dürüst bir şekilde cevap verdiği ve gerçek yaşantılarından bahsettikleri varsayılmaktadır.
2. Örneklemin evreni temsil edecek nitelikte ve kapsamlı olduğu düşünülmektedir.
3. Örneklemin istenen verilere ulaşabilecek düzeyde olduğu varsayılmaktadır.

1.5.Tanımlar

Pandemi: Pandemi Yunanca'da 'hepsi' anlamına gelen 'pan' ve 'halk' anlamına gelen 'demos' kelimelerinden gelir ve bir ülkenin tamamında veya aynı anda birden fazla kıtada yaygın olan bulaşıcı hastalık salgınını ifade etmek için kullanılmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü'nün altıncı derecede bir pandemi uyarısı vermesi için en az iki bölgede sürekli bir bulaşma olması gerekmektedir (Honigsbaum,2009).

Yaşam Kalitesi: Yaşam kalitesi ifade edilmesi sübjektif bir terim olmakla birlikte genel anlamda; sağlık düzeyi, rahatlık ve mutluluk anlamına gelmektedir (Oxford Advanced Learner's Dictionary, 2021).

Aile: Aile sözcüğü halk arasında da bilindiği üzere; evlenme ve kan ilişkisine dayanan, karı, koca, kardeş ve evlat arasındaki ilişkilerin oluşturduğu toplumun en küçük yapısına verilen isim olmaktadır (TDK, 2021). Aile içindeki kuşaklar arasındaki ilişki, değerlerin oluşumunu şekillendirmekte, ekonomiyi ve ulusal kurumları etkilemektedir (Alesina ve Giuliano, 2014).

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR ARAŞTIRMALARI

Bu bölümde araştırma konusuyla ilgili alan yazın incelenmiş ve pandemi süreci, ebeveyn yaşam kalitesi ve aile içi ilişkiler konuları ve alt başlıklarından bahsedilmiştir.

2.1. Pandemi Süreci

2.1.1. Koronavirüs Tanımı

Bulaşıcılığı yüksek salgın hastalıkların, kişilerin ve toplumun üzerinde doğrudan etkisi bulunmaktadır. Bu hastalıkların etkileri; içerisinde bulunduğu zamana, yere, bağlama, topluluğa, kültüre ve gruplara göre değişebilmektedir. Tarih boyunca; kolera, veba, sıtma, tifo, çiçek hastalığı, kızamık, frengi gibi salgın hastalıklar toplumda birçok kişinin ölümüne sebep olmuştur. Bu nedenle farklı tarihsel süreçlerde farklı salgın hastalıklarla rastlaşmak mümkün olmaktadır (Kılıç, 2020).

Koronavirüsler tanımladığı bildiğimiz kadarıyla çok çeşitli, tek sarmallı RNA virüslerinden oluşan bir topluluktur ve bu virüsler insanlarda ve hayvanlarda farklı şiddetlerde solunum, karaciğer ve nörolojik sistemlerle alakalı sıkıntılara sebep olmaktadırlar (Zumla ve ark., 2016). Bu zamana kadar koronavirüsün şekil değiştiren bir üyesi Kovid -19 insanları etkilemeye başlamıştır ve bu hastalığın ateş, halsizlik ve öksürük gibi belirtileri olduğu görülmüştür (Liu ve ark., 2020). Yine aynı şekilde yapılan bir araştırmada hastalığın boğaz ağrısı ve nefes darlığına sebep olduğu görülmüştür. Hastalık birçok insanda hafif seyirde gidebilirken; yaşlılarda ve kronik hastalıkları olan kişilerde zatürreye, akut solunum sıkıntısına ve çoklu organ yetmezliğine sebep olabileceği düşünülmektedir (Singhal, 2020).

Hamile kadınların ise koronavirüs hastalığı kapmasında riskli grupta olduğu, virüsün rahmin büyümesini kısıtlama, rastgele düşük, erken doğum ve ölüm gibi sonuçlara yol açabileceği belirtilmektedir (Dhama ve ark., 2020). Koronavirüslerin gerçekleştirdiği rahatsızlıklar, virüsün bulaştığı kişilere yaklaşmaktan veya yakından temas etmekten bulaşmaktadır. Bu bulaşma genellikle solunum ile meydana gelmektedir. Halihazırda bu tarz virüslere karşı koyabilen bir aşı yoktur ancak bazı alkol içerikli temizleyiciler ve UV ışınının virüse karşı etkili olduğu belirlenmiştir (Beşirbellioğlu, 2007).

Bulaşıcılığı oldukça yüksek olan hastalığın 13 Ekim 2021 itibariyle bilinen 239,437,517 vakası bulunmaktadır. (WHO, 2021). Bu hastalığın ülkemizde

karşılaşıldığı ilk vaka tarihi 11 Mart 2020 olarak bildirilmiştir (Sağlık Bakanlığı, 2020). Ülkemizde hastalıktan korunmak adına belirli bildiriler yapılmış ve bu bildirilerde; el hijyenine dikkat etmek ve belirli süre yıkama gerçekleştirmek, enfekte olan insanlarla yakın temasta bulunmamak, elzem olmadıkça sağlık kuruluşlarına gitmemek, ağızdan solunum yoluyla yayılan damlacıkları engellemek nedeniyle cerrahi maske kullanmak, yiyecekleri özellikle et yiyeceklerini fazla pişirmek ve yolculuk sonrası iki hafta boyunca kimseyle temas etmemek gibi önerilere yer verilmiştir (Sağlık Bakanlığı, 2020). Nüfus için en önemli strateji ise elleri sık yıkamak ve dezenfektan kullanmaktır. Özellikle öksürdükten sonra eller özenle yıkanmalı ve kalabalık ortamlardan ve hasta insanlardan uzak durulmalıdır (Güner ve ark., 2020).

Virüste en çok risk teşkil eden ve ölümcüllük oranı en fazla olan yaş grubu 65 yaş ve 65 yaş üzeri gruptur. Bunun akabinde 45-64 yaş aralığındaki bireyler gelmektedir. Virüsün en az tesir ettiği kitle ise çocuklardır (COVID-19 Pandemi Değerlendirme Raporu, 2020). Koronavirüsten korunmak adına doğru olmayan ifadelerden kaçınmak çok önemlidir. Örneğin; halk arasında paylaşılan tuzlu su ile burun durulanması ya da klorokin tarzı ilaçlar tüketilmesinin virüs ile mücadelede etkili olduğuna dair herhangi bir kanıt bulunmamaktadır (Alıcılar ve Çöl, 2020). Yaşanan panik ortamında bilimsellikten ırak bilgiler, topluma faydadan çok zarar sağlamaktadır. Bu noktada konu ile yetkili kişilerin söylediklerini dinlemek ve uygulamak çok daha faydalı olmaktadır (Alıcılar ve ark, 2020).

Yine konu ile ilgili İtalya'da yapılan matematiksel bir modele göre, katı karantina kuralları olmadan pandemi kontrol edilememektedir ve bulaş oranları artmaktadır (Güner ve ark., 2020). Ancak en nihayetinde koronavirüsü önlemek için güvenli ve etkili bir aşı çok önemli bir unsurdur. Virüsün keşfedilmesinin ardından aşı çalışmalarına başlanmış olup, faz çalışmaları için adaylar belirlenmiştir (Cohen ve Corey, 2020).

2.1.2. Koronavirüs ve Kısıtlamalar

Koronavirüs salgınının küresel ölçekte milyonlarca kişinin hastalığı kapmasına ve hayatını kaybetmesine sebep olması, bu hastalıkla savaşma gereksinimi oluşturmaktadır. Salgın dünya üzerinde her yerde ortaya çıkmasına rağmen, salgınla yapılan mücadele ulusal ölçekte olmaktadır. Bu nedenle salgının belirdiği ilk andan

itibaren her ülke kendi ölçeğinde bazı önlemler almaya ve kısıtlamalar yapmaya başlanmıştır (Özbey, 2021). Koronavirüs salgını ile Ebola gibi sadece belirli alanda etkili olan salgınlar dışında, ilk kez tüm dünyanın etkisi altında olduğu bir salgınla yüzleşilmiştir. (Budak ve Korkmaz, 2020). Salgının başlangıcında insanlar böyle bir durumun gerçek olabileceği olasılığını düşünmemişlerdir ancak durumun vahameti vatandaşları ve devletleri teyakkuza sürüklemiştir (Budak ve Korkmaz, 2020).

Salgına kesin olarak çözüm olduğu düşünülen aşı geliştirme ve ilaç üretme çalışmaları henüz tamamlanmadığı için, hastalığa yakalanan bireylerin sayısı her gün artış göstermektedir ve alınan önlem kararları yine aynı şekilde artmaktadır. Ancak bu alınan önlemlerin ve kısıtlamaların yetmemesi, ülkesel ve uluslararası katmanda yapılan girişimlerin başarısız getirilere sahip olması, bu hastalıkla mücadele etmek anlamında olumsuz bazı etkilere sebep olmuştur (Özbey, 2021).

Dünya Sağlık Örgütü'nün önerilerine göre; hastalığa yakalanıp hafif düzeyde semptomlar gösteren kişiler, sağlık durumları hızlıca kötüye gitmedikçe kendi ev ortamlarında kendilerini izole ederek, kendi kişisel sağlıklarını yönetmelidir. Ancak sağlıklarında herhangi bir kötüye gitme durumu olduğunda, önceden belirlenmiş sağlık kuruluşlarına başvuru sağlamaları için talimat verilmelidir. Yaşanan süreçte; hastalığa yakalanan bireylerin erken tanınması, gerekli enfeksiyon talimatlarının gerekli zamanda başlatılmasını; zatürre gibi önemli ve ciddi hastalıkları olan kişilerin erken süreçte teşhis edilmesi ise çabuk ve güvenli bir sağlık kuruluşuna yatışının sağlanması ile hastalıkla mücadeleyi destekleten bakım tedavilerinin hızlı başlatılmasını sağlamaktadır (WHO, 2020).

Dünyaca ilan edilen salgın ardından Türkiye de bazı stratejiler belirlemiş ve halkın güvenliği açısından stratejileri uygulamaya koyulmuştur (Turan ve Çelikyay, 2020). Bazı dini, sosyal, kültürel ve sportif aktivitelerin kısıtlanması, yurt içi ve yurt dışı ulaşımın kısıtlanması, sokağa çıkma saatleri hakkında gerekli düzenlemelerin yapılması, öğrenciler için yüz yüze eğitime ara verilip online eğitime geçilmesi, ekonomik olarak yapılan düzenlemeler, sağlık kurumlarının pandemi şartlarına uygun düzenlenmesi ve sosyal yardıma yapılan çeşitli düzenlemeler Türkiye'nin pandemi sürecindeki stratejilerine örnek olarak gösterilebilinmektedir (Turan ve Çelikyay, 2020).

Dünya'da uygulanan pandemi kısıtlamalarının risk grubundaki insanları korumaya yönelik bir toplumsal hareket olduğu söylenebilmektedir. Bu kısıtlamalar yalnızca toplu düzeyde işlev görebilir ve bir grup bireyin ortak bir hedefe katkılarını göstermektedir (Liekefett ve Becker, 2021). Şu anda dünyanın en büyük görevi virüsün yayılımını engellemek, ancak küresel halk sağlığı kontrol altına alınabilse bile, küresel tedarik zincirlerinin kesintiye uğraması nedeniyle birçok büyük şirketin belirsizlik yaşayacağı düşünülmektedir, çünkü işlerinin ne zaman normale döneceğini belirlemek zor görünmektedir. Nüfus olarak kalabalık ülkelerde ise sosyal mesafe fikrini gerçekleştirmek zordur çünkü çok sayıda insan, kalitesiz, yarı yapılandırılmış gecekondularda yaşamaktadır. Hükümetin yönlendirdiği sosyal mesafe kurallarının Hindistan ya da Afrika gibi ülkelerde uygulanması zor gözükmektedir (WHO, 2020a).

Türkiye'de de gerçekleşen sosyal izolasyon, yüz yüze eğitime ara ve sosyalleşmenin kısıtlanması önlemleri, tüm dünya ülkelerinde de belirli ölçülerde uygulanmaya başlamıştır (Wu ve ark., 2020). Ancak alınan bu önlemler neticesinde görüşmüştür ki, bugün birçok yönden dünyanın en başarılısı saydığımız ülkeler bile böylesi geniş çaplı bir salgın hastalık karşısında sendelemiştir ve sağlık altyapılarını sorgulamak zorunda kalmıştır ve salgın sonrasında sağlık sistemlerini yeniden gözden geçirecekleri düşünülmektedir (Budak ve Korkmaz, 2020).

Türkiye'de koronavirüsün ilk aylarında önemli yaşam alanlarında, özellikle iş, eğitim ve yaşam gibi konularda bazı aksaklıklar yaşanmıştır. Yeni normalde ise bazı kısıtlamalar çerçevesinde iş ve okula geri dönüş sağlanmıştır. Çevrimiçi eğitim ve iş rutinlerde yapılan güncellemeler ruh sağlığı konusunda etkisiz olmuştur ve devam eden kısıtlamalar depresyon, anksiyete ve yaşam doyumu üzerinde negatif etkileri olmuştur. Bu nedenle bu süreçte sosyal ilişkiler ruh sağlığı üzerinde büyük bir rol oynamıştır (Uysal ve ark., 2021).

2.1.3. Koronavirüsün Ekonomik Etkileri

Salgın hastalıklar, yalnızca dünyanın nüfusu için değil, beraberinde dünyanın ekonomik durumu için de ciddi tehdit içermektedir. Yaşanan ekonomik kayıpların etkisi ekonominin düzensiz ve istikrarsız olmasına yol açabilmektedir. Yarattığı etki ise doğrudan maliyet, kitlelere uzun dönemde yük ve dolaylı yoldan maliyet etkilenmeleri olarak açıklanabilir. Örnek olarak Ebola salgını yayıldığı yer olan Batı

Afrika'yı önemli ölçüde etkilemiştir. 2015 senesinde Sierra Leone'de gerçekleşen Ebola salgınının devlete yansıyan maliyeti 6 milyar dolar olmak üzere hesaplanmıştır (Gostin ve Friedman, 2015). Koronavirüs kişilere sağlık açısından bir ızdırap yaşatırken, ekonomik anlamda da bazı sıkıntılara yol açmıştır. Özellikle salgının başlamış olduğu Çin'de yapılan kısıtlamalar ve karantinalar, iş gücü ve seyahat konusunda zorluklara yol açmıştır. Birçok sektör sınırsız süreliğine kapatılmıştır. Bu kısıtlamalar akabinde diğer ülkelerde de uygulanmaya başlanmıştır (OECD, 2020).

Koronavirüs salgını ile, ekonomik olduğu kadar toplumsal olarak da yaşanan üzücü dönemin sonucunda dünyadaki ekonomik durum önemli derecede etkilenmiştir (Akçacı ve Çınaroğlu, 2020). Savaş gibi durumlarda ekonomik zorlukların olduğu biliyoruz fakat bu durum yabancı bir güce karşı değil bir virüse karşı olduğundan dolayı savaş atmosferi yaşatan koronavirüsün ekonomik etkileri öngörülebilmektedir (Stiglitz ve ark., 2020). Kovid-19'un halihazırdaki hali toplum açısından büyük bir problem haline gelmiştir. Dünya çapında yaşanan koronavirüs salgını sadece bulaş sağlayan yüz binleri öldürmeyi değil, bununla beraber milyonlarca kişinin yemek kaynaklarına ulaşmasını engellemeyi amaçlamıştır. Kitlesel ekonomik durumu zora sokan bu salgın, yaşadığımız yüzyılın en büyük ölçüde ekonomik zorluğunun yaşanmasına sebep olmuştur (Hüşmandi, 2020).

Virüsün yayılması sonucunda dünya ülkelerinin koyduğu yasaklar ve ülkelerin ekonomik durumlarında çok ciddi değişimlere yol açmıştır (Kılıç, 2020). Ülkelerin süresiz olarak karantina altında olması, insanların evlerinden çalışması, seyahat yasakları, spor etkinliklerinin iptali, kamusal alanlardan kaçış, restoran ve müze gibi yerlerin terk edilmesi ve yine en önemlisi turizm sektörünün faaliyet göstermemesi, buna bağlı olarak işten çıkarılmaların yaygınlaşması koronavirüs sürecinin ekonomiyi ciddi anlamda etkilediğinin kanıtlarıdır (Fernandes, 2020). Bu değişikliklerin olmasının sebebi virüs ile mücadele konusunda sosyal mesafe kuralına dikkat edilmesi olarak gösterilebilmektedir. Burada şirketleri süresiz olarak kapanmalarından ziyade, çalışır halde tutmak daha faydalı olacaktır (Özatay ve Sak, 2020).

Bu süreçte birçok meslek grubu evden çalışmaya devam edebilse de meydana gelen ekonomik zorluğun boyutu küçümsenemeyecek derecededir (Tosunoğlu ve Kasal, 2020). Koronavirüs neticesinde yapılan kısıtlamalar sonucunda en çok turizm olmak üzere, hava ulaşımı ve borsa ve sosyal hayat üzerinde muazzam etkiler görülmüştür.

Özellikle turizm sektöründe ülkeler sınırlarını önlem dolayısıyla kapadıklarından turizm neredeyse hiç yapılmamaktadır ve bu anlamda ciddi ekonomik kayıplar yaşanmaktadır (Alpago ve Oduncu Alpago, 2020).

Dünyanın hazırlıksız yakalandığı bu virüs devletin acil durumlardaki kapasitesinin ne kadar önemli olduğunu açıkça göstermiştir. Ayrıca sağlık ve yemek hizmetlerinin de ne kadar önemli olduğu gözler önüne serilmiştir (Demirbaş ve İncekara, 2020). Dünyadaki hükümetlerin ekonomik zorluklarla alakalı bazı stratejileri bulunmaktadır, ancak virüs kontrol altına alınmazsa hükümetlerin politikalarının yetersiz kalacağı düşünülmektedir (Alpago ve Oduncu Alpago, 2020).

İşsizliğin artış göstermesi ve insanların payına düşen gelirin azalması, yine insanların tüketimde daha tasarruflu olmasına yol açmaktadır ve öncelikli ihtiyaçlar dışında diğer ürünleri satın alınmayacaktır (Torun Kayabaşı, 2020). Özellikle dünyanın neredeyse her yerinde uygulanan sokağa çıkma yasağı finansal farklılıkları vurgulamaktadır. Büyük bir evde ya da kendi bahçesi ile yaşayan insanlar karantinalarını yoksul kişilere göre daha rahat geçirmektedir. Bu durumda düşük gelirli ve kalabalık aileler kaynaklara erişim noktasında daha savunmaz durumda kalmaktadır. Örneğin; uzaktan eğitime geçilmesiyle birlikte teknolojiye ulaşmakta zorluk çeken kişilerin sayısı da artış göstermiştir. Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü (UNESCO) (2020) 'nün yaptığı açıklamaya göre, dünyada eğitim gören öğrencilerin yüzde ellisinin hala bilgisayara ulaşma şansı bulunmamaktadır.

İnsanoğlu şimdiye kadar ortaya çıkan salgınları yenmeyi başarmıştır. Koronavirüs karşısında da teknolojik imkanlar ve geliştirilecek ilaçlar bulunmaktadır. Ancak virüsler çeşitli koşullarda çoğalabilecek imkanlara sahiptir. Virüslerle mücadelede; doğaya, ilaçlara ve aşılara güvenmeliyiz. Doğanın düzenini bozmadan savaşmalıyız. En nihayetinde doğal düzen; ekonomi ve politik çıkarlardan önce gelmektedir (Alpago ve Oduncu Alpago, 2020).

2.1.4. Koronavirüsün Psikolojik Etkileri

Pandeminin söz edilen birçok etkileri olmuştur ki bunlardan yadsınamayacak olanı psikolojik etkiler olmaktadır. Herhangi bir salgın hastalık sırasında bu salgın hastalıktan hem direkt hem de dolaylı olarak etkilenen insanların tepkileri şunları içerebilir: geçim kaynaklarını kaybetme korkusu, izolasyon sırasında çalışamama

korkusu, işten çıkarılma korkusu, hastalıkla ilişki olunduğu için karantinaya alınmanın sosyal dışlanmaya (hastalıktan etkilenen alandan olan veya olduğu düşünülen kişilere yönelik etnik ayrımcılığa) neden olacağı korkusu, izole edilmeye bağlı olarak çaresizlik, sıkılma, yalnızlık hissetme ve depresyon, hastalığa yakalanma ve ölme korkusu, bakım sırasında enfekte olma korkusuna bağlı olarak sağlık tesislerine yaklaşmaktan kaçınma, sevilenleri korumak konusunda güçsüz hissetme, virüse bağlı olarak sevilenleri kaybetme korkusu, karantina uygulamasına bağlı olarak bakım verenlerden ve sevilenlerden ayrı kalma korkusu, ebeveynlerinin veya bakım verenlerinin karantina altına alınması nedeniyle enfekte olma korkusuna bağlı olarak refakatçisi olmayan çocuklar ile yaşlı veya engelli bireylere bakmayı reddetme ve bir önceki salgın hastalık deneyimini yeniden yaşıyor olma hissi. Deneyimlenen bir salgın hastalık esnasında bu hastalıktan direk ya da dolaylı yönden etkilenen bireylerin şu tarz tepkileri olabilir; işini ya da geçim kaynağını yitirme korkusu, karantina sürecinde çalışamama korkusu, hastalığa yakalandığında izolasyona alındığı için sosyal anlamda kişiler tarafından dışlanma yaşayacağı korkusu, yalnızlık ve karantina nedeniyle çaresizlik, can sıkıntısı, depresyon, ölüm korkusu, sağlık kuruluşlarına yakınlaşma ve gitme korkusu, sevdiklerini korumak için kendini güçsüz hissetme, sevdiklerini yitirme korkusu, sevdiklerinden izolasyon sürecinde uzak kalma korkusu; yaşlı, engelli ve çocukların bakımdan yoksun kalma korkusu ve geçirdiği hastalığı tekrardan deneyimliyor olma korkusu (UNICEF, 2020). Yaşanan tüm hastalık ve doğal afetler gibi koronavirüs de bireylerin kendi kontrollerinin dışında geliştiği için, durumun kontrol altında olmamasının ortaya çıkardığı belirsizlik hissi bireyleri kaygılandırmaktadır (Önemli, 2020).

Koronavirüs salgını, bireylerin fiziki sağlığı ve hayatları için önemli derecede tehditlere yol açmaktadır. Küresel anlamda birçok bireyin sadece fiziksel sağlığı ve hayatları için önemli tehditlere yol açmamakta, bununla beraber bireylerin panik bozukluk, kaygı bozukluğu, keder, yas ve depresyon gibi sayısız psikolojik problemlerin de oluşmasını tetiklemektedir (Lau ve ark, 2008; Qiu ve ark, 2020).

Yapılan çalışmalarda koronavirüse yakalanan ya da enfekte olma ihtimali olan hasta kişilerin; can sıkıntısı, yalnız kalma hissi, korku, öfkelenme, kaygı duyma ve uykusuz kalma gibi oldukça yoğun duygusal ve davranışsal tepkimeler gösterdiği görülmüştür. Bu tepkiler psikolojik olarak incelendiğinde; travma sonrası stres bozukluğu, panik

bozukluk gibi hastalıklarla, paranoid ve psikotik tepkiler ise intihar davranışı ile ilişkilendirilmektedir. Kişilerde beliren bu durumların izolasyona alınmış hasta kişilerde daha fazla görüldüğü ise belirtilmiştir (Erdoğan ve Hocaoğlu,2020)

Afetlerden sonra çoğu insan dirençlidir ve psikopatolojiye yenik düşmez. Bazı insanlar kendilerine baş etmek için yeni güçler bulmaktadır. Bununla birlikte genel olarak doğal afetlerde, teknolojik kazalarda ve kasıtlı imha eylemlerinde, birincil travmaya maruz kalmaktan kaynaklanan Travma Sonrası Stres Bozukluğu yaşanmaktadır (Pfefferbaum ve North, 2020). Psikolojik olarak sağlam olarak değerlendirilen bireylerin; zor ve olumsuz olaylar karşısında yaşanılan olaylara uyum sağlama becerileri yüksek değerlendirilir. Literatürde gerçekleştirilmiş araştırmalarda bu kişilerin yaşanılan zorluklara psikolojik sağlamlığı düşük kişilere karşı daha yüksek beceride başa çıkabildikleri gözlemlenmiştir (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2019)

Yaşamı tehdit eden viral enfeksiyon gibi tıbbi durumlar, Travma Sonrası Stres Bozukluğu tanısı için gerekli olan mevcut travma kriterlerini karşılayamamaktadır, ancak depresif ve anksiyete bozuklukları gibi psikopatolojiler ortaya çıkabilir (Pfefferbaum ve ark., 2020). Ayrıca pandeminin ekonomi ve sağlık sektörü üzerindeki etkilerinin, ailelerin ilişkilerini, göç durumlarını ve teknoloji kullanımlarını aynı anda etkilediği düşünülmektedir. Bu nedenle klinik ortamlarda insanlardan pandeminin etkilerine dair acil bir cevap alınma çabaları mevcut olmaktadır (Wang ve ark., 2020).

Çocuklar açısından bakıldığında ise; karantina sırasında çocuklar ve ergenler, sınıf arkadaşlarından, öğretmenlerinden ve diğer önemli yetişkinlerden (büyükanne ve büyükbaba) ayrı bir sosyal izolasyon deneyimlemekteler. Bu durum sadece yalnızlık duygularıyla sonuçlanmayabilir, aynı zamanda potansiyel olarak da tehlikeli durumlara yol açabilmektedir (Luijten ve ark., 2021). Çocuklar, yaşanılan doğal afet ya da salgın hastalık gibi travma etkisi bırakabilecek durumlardan yüksek düzeyde etkilenmektedir (Schonfeld ve Demaria 2015).Çocukların salgın hastalıklardan etkilenme düzeylerine bakılmadan önce her çocuğun yaş grubuna göre yaşanılan sürece anlam atfetme baş etme stratejilerinin farklı olacağı göz önüne alınmalıdır. Bu sürecin çocuklar tarafından anlaşılmasında çocuğun anne ve babasının rolü önemli bir bileşen olmaktadır (Öztürk ve ark., 2020).

Ayrıca çocuklar ve ergenler zihinsel sorunlar yaşayabilirler. Artan pandeminin nedeniyle kendilerinin ya da sevdiklerinin enfekte olacağından veya dünyanın geleceğinden endişe duyabilmektedirler (Luijten ve ark., 2021). Bu nedenle pandemi sürecinde kaygı, depresyon ve başa çıkma düzeylerinin belirlenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bireyler için önemli bir gelişim ve uyum dönemi olan ergenlik döneminde, bu bireylerin nasıl etkilendiklerini anlamak büyük önem taşımaktadır (Türk ve ark., 2021).

Salgın sırasında bireylerin maruz kaldığı bazı olumsuz durumlar mevcuttur ve bu olumsuz durumlar onların psikolojik sağlamlıklarını hedef almaktadır. Psikolojik sağlamlığın bireylerin zor şartlarda ruh sağlıklarını muhafaza etmede ve hayattaki hedeflerine ulaşmada etki sağlayan bireysel yeterlilik olması nedeniyle (Ungar, 2008) salgın günlerinde bireylerin psikolojik sağlamlık seviyelerini yüksek tutmalarının önemli olduğu anlaşılmaktadır (Bozdağ, 2020). Kişilerin deneyim sağladığı olumsuz durumlar, bazı fiziksel semptomlar yaşamasına sebep olabilir. Uzun süre negatif ve anksiyete oluşturan bir ortamda bulunan kişilerde yaşanan stresin birikme yapan olumsuz etkilerinden bahsedilmektedir (Karstoft ve ark. 2015). Ancak sosyal çevreden edinilen destek sayesinde bireyler, yaşadıkları stres ile daha hızlı baş edebilmekte, hayat kaliteleri artış göstermekte, yalnızlık duyguları azalma göstererek kendilerini daha iyi hissetmekte ve yaşamlarından daha çok memnun olmaktadırlar. Alınan sosyal desteğin, yaşanılan stresle savaşmada rolü düşünüldüğünde salgın sürecinde internet ve sosyal medya kullanmasının yaşadıkları deneyimleri paylaşma, kendini anlaşılmış hissetme ve diğer kişilerle iletişim kurma alanlarında pozitif etkileri olduğu düşünülmektedir. Sosyal medya bazı zamanlar yanlış bilgi paylaşımına sebep olabilse de kişileri ortak noktada buluşturabildiği ve hislerinin ifade edilmesine imkân tanıması nedeniyle sosyal destek kapsamında bireylere katkı sağladığı görülmektedir (Kaya ve Kiremitçi Canıöz, 2020).

İlk olarak bireyin koronavirüs salgınına bağlı olarak yaşanılan durumun olağan üstü bir durum olduğunu kabul etmesi ve bu durum nedeniyle yapılan kısıtlamaların ve alınan önlemlerin kendileri dışında gerçekleştiğini kabul etmesi gerekmektedir. Bu değişiklikler nedeniyle değişen yaşamındaki koşullara ve bu koşullara uyum sağlamak için kendi kişisel müdahalelerini ve davranışlarını belirlemesi, salgın döneminin

psikolojik anlamda yıkıcı sonuçlarının azaltılması için önemli olduğu bilinmelidir. (Demirutku, 2020).

2.2.Ebeveyn Yaşam Kalitesi

2.2.1. Yaşam Kalitesi

Yaşam kalitesi birçok şekilde tanımlanabilmektedir, ölçümünü yapmak ve bilimsel çalışmalara dahil etmesi zor bir tanım olmaktadır (Fallowfield, 2009). Ancak 'yaşam kalitesi'nin çok boyutlu olduğu konusunda önemli bir fikir birliği bulunmaktadır. Kapsam beş boyutta kategorize edilebilir; fiziksel refah, maddi refah, sosyal refah, duygusal refah, gelişim ve aktivite (Felce ve Perry, 1995). Dünya Sağlık Örgütü; bu konuda yaşam kalitesinin bireyin içerisinde bulunduğu sosyokültürel yerde bireysel sağlığını algılayış şekli olarak özetlenmiştir (Şeker, 2011). Pandeminin ebeveynlerin yaşam kalitesi üzerine etkileri henüz tam olarak bilinmese de her üç aileden birinin bu süreçte yaşanan izolasyondan dolayı aşırı stresli ve kaygılı olduğunu bildirdiği bilinmektedir (Statistics Canada, 2020). İzolasyon aynı zamanda refahta azalma nedeniyle çeşitli psikolojik rahatsızlıklarla da ilişkilendirilebilmektedir. İyi oluş ve yaşamın kaliteli oluşu olumsuz duyguların olmayışı (depresyon, kaygı vb.), olumlu ruh hallerinin çoğunlukta olması (mutluluk, memnuniyet, başarı vb.) olarak da belirtilebilmektedir (Colucci, Nadeau ve ark., 2021).

Birleşmiş Milletler Eğitim Bilim ve Kültür Örgütü Kovid-19 sürecinde 1,38 milyar çocuğun grup etkinliklerine, takım sporlarına veya oyun alanlarına erişimi olmadığını tahmin etmektedir. Ebeveynler ise bu durumun ne kadar süreceğini bilmeden; uzaktan çalışarak ya da işsiz kalarak çocukları güvende ve göz önünde tutmaya çalışmaktadır. Bu zorluklar düşük gelirli ve kalabalık hanelerde daha güç bir hale dönüşmektedir (Cluver ve ark., 2020). Süreç içerisinde bazı ebeveynler çocukları uzaktan eğitim alırken öğretmen rolü üstlenmektedirler. Bazıları evden çalışırken, bazıları işe gidip gelerek virüse maruz kalma riski almıştır ve çocuklarının bakımı için çözüm bulmaya çalışmıştır, ya da yaşlılarının bakımını sağlamak zorunda kalmıştır. Böylece ebeveynlerin kaynakları azalmıştır ve sorumlulukları artış göstermiştir (Weaver ve Swank, 2020).

2.2.2. Pandemi Döneminde Ebeveyn Olmak

Dünyamızda aynı anda tüm insanlığın deneyimlediği pandemi dönemi, aile hayatı içerisinde yeni koşullara ve yüklerin artmasına yol açmıştır ve ebeveynleri bazı noktalarda zorlamıştır. Bir anda; evden ve uzaktan çalışma, sosyal izolasyon, çocuk bakımı ve çevrim içi eğitim gibi konularla ilgilenmek zorunda kalan ebeveynler günlük hayatlarında endişelenilmesi gereken değişimler yaşamışlardır (Wang ve ark., 2020). (Johnson ve ark., 2020). Pek çok aile evde karantinada, büyük stres altında ve destek alamamaktadır. Kapanma, sosyal izolasyon ve sosyal aktivitelerden uzak kalmanın yaşanan bu stres düzeyini ciddi miktarda artırabileceği düşünülmektedir (Imran ve ark., 2020).

Literatürde taranan bazı araştırmalarda da salgın sürecinin anne ve babaların, anne ve baba rollerinde stres düzeylerini arttırdığı görülmüştür (Calvano ve ark. 2020; Johnson ve ark. 2021). Lee ve Ward'ın (2020), yaptığı bir araştırmaya göre anne ve babaların, salgın sürecinde normal zamana kıyasla çocuklarına daha çok seslerini yükselttiklerini, onları daha fazla kurallar koyduklarını ve ceza davranışı uyguladıklarını gözlemlemişlerdir.

Koronavirüs gibi bir salgın, çoğu ülkedeki ebeveynlerin sağlık ve maddi konularda ihtiyaçlara yetişememe korkusu yaşamalarına neden olmuştur. Yapılan geniş araştırmalar hissedilen duyguların çocuklara bulaşabileceğini ve çocukların temel ihtiyaçlarının karşılanması ve güvende hissetme kaynaklarının anne babalarının hissiyatına karşı hassasiyet gösterdiğini göstermektedir (Imran ve ark,. 2020). Mevcut olan durum tüm yaş grubundaki çocukları ve ailelerini büyük ölçüde etkilemektedir. Anaokulları ve kreşler kapatılmış, sosyal ilişkilere sınırlama gelmiş ve açık hava etkinlikleri iptal edilmiştir. Ebeveynlerin bir yandan evden çalışması, bir yandan da evde çocuklarının eğitimini desteklemesi beklenmektedir. Diğer aile üyeleri tarafından sağlanan destek ise oldukça azalmaktadır. Bu durum da çocuklar, ergenler ve ebeveynler üzerindeki baskıyı artırmaktadır (Fegert ve ark., 2020).

Dikme ve Gültekin'in (2020) yaptığı bir çalışmada; koronavirüs salgın döneminde ailelerin kendi az kişilik ailelerine nazaran büyük nüfuslu ailelere ihtiyaç duyduğunu ve bu şekilde kendini güvende hissettiklerini gözlemlemiştir. Çocukların ve ebeveynlerin izolasyonda kalıyor olması cinsiyet rollerinde bir değişime sebep olmuş,

ebeveynlerin çocuklarının okul süreçlerine daha fazla dahil olduklarını belirtmiştir. Ancak olumsuz duygu durumu tüm ebeveynler için geçerli olmamaktadır. Bazı anne babalar pandemi döneminde kendilerine daha fazla zaman kaldığını, yaşamı anlamlandırmaya çalıştıklarını ve çalışmalarına fazladan zaman ayırabildiklerini ifade etmiştir (Çakar ve Uzun, 2021). Ebeveynlerin aynı zamanda salgın dönemi içerisinde ruhsal sağlıklarını koruma adına, sinirli ruh halinden ve hareketsizlikten endişelendiği bilinmektedir. Çocuklar için ise yalnızlık ve sosyal aktivitelerin eksikliği büyük bir endişe kaynağı olmuştur (Park ve ark., 2021).

2.2.3. Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim

Eğitim insan yaşamının uygarlaşmasında çok önemli bir etkiye sahiptir. Hayatın her bölümünden insanın hayatındaki tüm yenilikler eğitimle başlamaktadır. Eğitim olmadan medeniyet asla olmaz, yaşam orman kanunu üzerinden devam eder. Ancak süreç ilerledikçe eğitim modern yaşam çerçevesindeki değişime ayak uydurmuştur (Bahasoan ve ark., 2020). Yaşanan salgın sonucunda; virüs nedeni ile birçok ülkede sokağa çıkma yasağı ilan edilmiştir, ancak virüs aynı zamanda kadınlar ve yaşlılar dahil birçok insanın ölümüne neden olmuştur (Onyema ve ark., 2020).

İnsanlık geçmişinde birçok salgın hastalık yaşanmıştır. Salgın hastalıklar sonrasında ise küresel anlamda yaşanan sorunlar da kişilerin hayatının sağlık, ekonomi ve güvenlik gibi önemli alanlarda etkilenmesine sebebiyet vermiştir (Özkoçak ve ark., 2020). Koronavirüsün varlığı da küresel anlamda; eğitim, spor, eğlence, ulaşım, ibadet, sosyal etkileşim, ekonomi ve siyaset gibi birçok alanı etkilemiştir. Gerçekten dünya için sıkıntılı bir süreç yaşanmaktadır ve eğitim alanı bu salgından en çok etkilenen alanlardan biri olmuştur (Onyema ve ark., 2020).

Son elli yılda her düzeyde eğitim sağlanmasında dünya çapında bir gelişme görülmüştür. Koronavirüs ise bu genişletilmiş ulusal eğitim sistemlerinin bu zamana kadar karşılaştığı en büyük güçlüktür. Dünyadaki birçok devletin kurumlara öğrencileri ile yüz yüze eğitimi durdurmaları ve çevrimiçi eğitime geçmelerini dikte etmesi eğitimde bazı değişikliklere yol açılmasını sağlamıştır (Daniel, 2020).

Koronavirüs salgınına bağlı olarak tüm ülkede izolasyon şartlarına benzeyen bazı uygulamaların gerçekleştirilmesi ile bugüne kadar uygulanan sınıf içerisinde yüz yüze

verilen eğitimin bir süre için sonlandırılması ve verilen tüm eğitimlerin online platformlar ile bilgisayar ve televizyon ekranlarında verilmesi mecbur hale gelmiştir (Türk Psikologlar Derneği, 2020c).

Uzaktan eğitim, eğitim sistemi olarak, öğrencilerin ve öğretmenlerin aynı ortamlarda bulunmağı, yüz yüze eğitime alternatif bir eğitim sistemi oluşturmaya yönelik bir düşüncenin ürünü, farklı öğretim alanlarının kullanıldığı, öğrencilere destek sağlamaya çalışan ve sistemi olan bir eğitim şeklidir (Özer, 1990). Uzaktan eğitimin ne kadar verimli, gerekli ve önemli olduğu hala tartışmaya açık bir konu olmasına karşın, küresel olarak yaşanan koronavirüsü salgını ile dünya üzerindeki birçok ülkede yüz yüze eğitime ara verilmesi ile bu sisteme geçiş sağlanmıştır (Başaran ve ark., 2020)

Okulların koronavirüs nedeni ile plansız bir şekilde kapanması her ne kadar küresel bir durum olsa da eğitim sektörü üzerinde bariz sonuçlar ortaya getirmiştir. Tüm gün evde kalmak özellikle çok hareketli ve meraklı olan çocuklar için çok zor olmuştur. Ancak öğrenciler teknolojinin yardımı ile verimli bir şekilde çalışabilmektedir (Onyema ve ark., 2020). Çevrimiçi öğrenme; öğrencilerin ve öğretmenlerin sağlığını korumada yardımcı olduğunu kanıtlasa da uzaktan eğitim geleneksel öğrenme kadar etkili olmamaktadır. Çevrimiçi öğrenmede öğrenciler üretememekte ve özellikle az gelişmiş ülkelerde teknik ve mali sorunlar nedeni ile internete erişimde sıkıntı yaşanmaktadır (Adnan ve Anwar, 2020).

Yine aynı şekilde yapılan araştırmalarda Türkiye kapsamında uzaktan eğitime pandemi sürecinde geçildiğinden dolayı uygulanan sistemin var olan altyapısının eksik olduğu, öğrencilerin uzaktan eğitim sistemine dahil olması için gerekli olan teknolojik araçlara ulaşımının güç olduğu ve evde yaşayan öğrenci sayısının fazla olması sebebiyle çevrimiçi eğitime dahil olmakta güçlük yaşadığı ya da dahil olamadığı belirtilmiştir (Başaran ve ark., 2020).

Koronavirüs salgının eğitim sistemi üzerinde; teknolojiye bağlı eğitimde yaşanan bazı erişim sorunları, okulların takvimsel sistemlerinin değişmesi, sosyoekonomik düzeyi düşük ailelere sahip olan çocukların bazı imkanlara erişememesi, eğitimin evde sağlanması nedeniyle anne ve babalara ekstra sorumluluk getirmesi ve çocukların

sosyal ortamlarından uzak kalması nedeniyle sosyal bir izolasyon yaşamaları gibi etkilere sebep olmuştur (Chang ve Satako, 2020)

Ancak çevrimiçi eğitimin belirlenen bazı olumlu yönleri de yok değildir. Öğrenci uzaktan eğitim ile dahil olduğunda öğrenme noktasında bir bakıma kendisi adına kendisi sorumlu olmaktadır, yine aynı şekilde öğrencinin ebeveynleri de sisteme müdahale etmemiş ve öğrenci sistemden ve öğrenme sürecinden kendisi sorumlu olmuştur (Başaran ve ark., 2020). Koronavirüs sürecinde uzaktan eğitimin sürdürülmesinde öğretmenler çok önemli bir rol oynamıştır. Öğretmenler uzaktan eğitim sistemine geçtikten kısa bir süre sonra bu sisteme uyum sağlamayı ve velilere yardımcı olmaya başlamıştır. Bu anlamda öğretmenler koronavirüs ve uzaktan eğitim sürecinde önemli bir görevi üstlenmişlerdir (Demir ve Özdaş, 2020).

Ebeveynler açısından bakıldığında ise bu sistemin artı ve eksi yönleri bulunmaktadır. Ebeveynler çocukları okula gittiğinde, çocuklarının okul binalarında okul personeli tarafından denetleneceği zamanı evde kendileri onları gözeterek geçirmektedir. Çocukların eğitimi anlamaları ve tamamlamaları için katılım göstermeleri gerekmektedir. Bu sorun özellikle küçük ya da özel gereksinimi olan çocukların ebeveynlerinde geçerli olmaktadır (Lee ve ark., 2021).

Yine aynı şekilde genel olarak bakıldığında bazı eğitim faaliyetlerinin koronavirüs pandemisi nedeniyle kötü etkiler yaşadığı görülmektedir. Öğrenmenin kesintiye uğraması, laboratuvar gibi öğrenme alanlarına sınırlı erişim, eğitim sektöründeki iş kayıpları, öğrencilerin borçlanmasında artış, eğitime ayrılan bütçenin azalması, araştırma kısıtlamaları ve öğrencilerin öğrenmeye karşı ilgilerinin azalması bu etkilere örnek gösterilebilmektedir (Onyema ve ark., 2020).

2.3.Aile İçi İlişkiler

2.3.1. Aile

Aile kavramı sosyolojik olarak en çok incelenen ve yapı taşı arz edilen kurumlardandır. Aile, kişinin hayata gözlerini açtığı andan itibaren içerisinde olduğu, kişiye hayatını idame ettirebilmesi için gerek duyduğu destek ve bakımın verildiği bir kurumdur. Toplumun barındırdığı ahlaki kurallar, inanç yargıları ve aktifleşmenin en fazla ve sağlam yaşandığı topluma ait bir yapı olarak bilinmektedir (AAK, 1995).

Ailenin tanımlarına bakıldığında Aile Ansiklopedisi'nin aileyi çok genel bir kelime olarak aldığı görülmektedir. Bu yüzden ''birey'' in dışında kalan birliktelik ve beraberlik de aile kelimesi ile ifade edilebilmektedir (Aile Araştırma Kurumu, 1991: 22). Ünal'a (2013) göre; aile içerisinde bulunduğumuz toplumun temel yapı taşıdır ve en eski ve üniversal kurumdur. Aynı zamanda Ünal; bir sözleşme ile oluşumu sağlanan aile kurumunun, toplumun devamı için vazgeçilmez bir parça olduğunu ifade etmiştir. Ona göre bir toplumun sağlıklı bir şekilde devam edebilmesi için aile kurumu zorunludur. Toplumların ve devletin huzurlu ve güvenli bir ortamda var olabilmesi için aile kurumunun sağlıklı ve sağlam bir şekilde var olması gerektiğini düşünmektedir (Ünal, 2013).

Aile var olan tüm medeniyetler içerisinde var olmanın en elzem parçası bilinmiş ve ailenin varlığını muhafaza etmek ve devamını sağlamak için siyaset organları, sivil toplum kuruluşları ve dini topluluklar çeşitli çalışmalar yapmıştır (Gökce, 2017). Her aile kendi yapısı, işleyişi ve ihtiyacı açısından ayrı birer oluşumdur (Hallaç ve Öz, 2014). Ailenin kendi içerisinde birçok açıklaması olması ile, ailenin başlangıcı olan evliliğin, kadın ve erkek arasındaki birlikteliği yasallaştıran bir uygulama olmasından söz edilebilmektedir (Baloğlu ve Bulut, 2015).

Yaşadığımız toplumda iki türlü aile yapısı bulunmaktadır. Bu iki yapı; çekirdek aile ve geniş ailedir. Çekirdek aile kısaca ebeveyn ve çocuklardan oluşurken, geniş aile; ebeveyn, çocuklar ve çeşitli aile bireylerini içine almaktadır (Kongar, 1970). Aile toplum içerisinde çok önemli bir kurumdur çünkü; temelinde insan yer almakta ve toplumun sahip olduğu sosyokültürel değerlerden beslenmektedir. Bu beslenme sonucunda meydana gelen değişimler yeni kuşaklara aktarılmaktadır (Lale, 2004). Türk toplumunda nesiller boyunca ailenin yerleşik ve kurallı bir şekilde yaşamını sürdürmesine değer verilmiştir. Ailenin bu şekilde algılanmasının sebebinin ise Türklerin bazı değerleri nedeni ile olduğu düşünülmektedir (Süleymanov, 2010).

Aile kavramının toplum ve kişiler için arz ettiği önem, bir yandan mutlu duyguların ve üzüntülerin, gelecek hayat ile ilgili hayallerin paylaşıldığı önemli bir kurum olmasından ileri gelmektedir. Bireylerin bir aileye sahip olmaları, toplumlar arası fark göstererek, bazen aynı toplumun değişik bölgelerinde değişiklik göstererek orada geçerliliği olan örf ve geleneklere göre gerçekleşmektedir. Bu yönden, bireylerin evlenmesi ve aile kurması ''sosyal bir durum' 'dur. Çünkü bu gerçekleştirilen durum

belli ve toplum tarafından kabul edilmiş bazı kurallara göre gerçekleştirilmektedir (Erkal, 1990).

İnsan; diğer canlı varlıkların tersine dünyaya gözünü açmasından itibaren uzun bir süre gelişmesi için bakım görmeye ihtiyaç duymaktadır. Bu nedenle aile müessesinin var olması ve devam etmesi kaçınılmaz olmuştur. Aile kurumunun birçok fonksiyonu vardır. Aile, kişilere sunduğu psikolojik destek imkânı ile bireylerin ait olma duygusunu sağlar ve problemler karşısında daha güçlü bir duruş sergilemesini sağlar. Aile sayesinde birey sosyalleşebilir ve yalnızlık hissetmemektedir. İnsanoğlunun soyunun sağlıklı olarak devam sağlayabilmesi de bu kurum içerisinde meşru olarak gerçekleştirilmiş olmaktadır. Aile kurumu hem üretir hem de tüketir. Bireyler arasında yardımlaşma, birlik olma ve koruma vazifesini üstlenen bu kurum, önemli atfedilen sosyal, kültürel ve dini duyguların sonraki nesillere geçmesini sağlamaktadır (Ünal, 2013).

Türk toplumunda aileye bakıldığında ise; köy, gecekondu ve şehir ailesi olarak üç gruba ayrıldığını görülmektedir. Bu çevrelerin birbirinden farklı değişkenlere sahip olması ise ailenin farklı yapılara sahip olmasına sebep olmuştur. Türkiye'de genel yapı nedeniyle çekirdek aile yaygınken, kırsal kesimde ise geniş ve geleneksel aile yapısı görülmektedir. Aynı evde yaşayan birden çok evli bireylerin bulunduğu bu aile yapısında genelde ataerkil yapı görülmektedir (Kongar, 2013).

Gecekondu aile, kentin çarpık olarak düzenlenmesi sonucunda bir tampon görevi görmektedir. Şehirlerin etrafında oluşan yerleşim şekline ait bir aile şeklidir. Bu aile yapısı köye de kente de ait değildir, iki taraftan da bazı özellikler barındırır ancak daha çok kentin banliyö kısmının kültürel bir toplumun yansıması olmaktadır (Çelik,2010). Gecekondu aile yapısında ise baskın olan yapı çekirdek aile yapısı olmaktadır. Kadın birey ve çocuklar biraz daha özgürdür ancak ailede babanın rolünün baskınlığı yadsınamamaktadır. Akrabalık bağları kırsal ailede olduğu kadar güçlü değildir ve aile daha çok kendi içerisinde bir yapı oluşturmuştur (Kongar, 2013).

Şehir aile yapısında ise, evliliklerin gerçekleştirilmesinde ve partner seçiminde yakın çevrenin etkisinin azaldığı, ailenin sosyalleşmesinin ve yakın akraba ile ilişkilerin azalma gösterdiği, aile fertlerin birbirlerine karşı etki oranının azaldığı, evlilik yaşının arttığı, partnerler arasında eşitliğin fazla olduğu, çocuk sahibi olma konusunun çiftler

tarafından önceden planlandığı ve boşanma sayılarının arttığı bir aile düzeni mevcuttur (Ozankaya, 1991).

2.3.2. Toplum ve Ailenin Değişimi

Aile bireylerin birbirlerine olan bağlılıkları, birbirlerine yardımcı olmaları ve birbirlerine güvenmeleri toplumsal birikime yüksek ölçüde fayda sağlamaktadır (Özdemir, 2007). Ailenin toplum içerisindeki yerine baktığımızda ise bazı farklılıkları olduğunu görebiliriz. İnsanoğlunun varlığından itibaren tüm oluşumlarda bir değişim olduğu toplumsal bir gerçekliktir. Teknoloji ve sanayi alanında oluşan gelişmeler ve kentleşme tüm müesseseler üzerinde etki gösterdiği gibi aile müessesinde de etki göstermiştir. Ailenin yapısal düzeni, özellikleri ve kadın-erkek rolleri değişmiştir. Sanayileşmenin gelmesiyle birlikte; aile bireylerinin birbirleri arasındaki ilişkiler değişiklik göstermiş, yardımlaşma ve birlik olma inancı kişisel çıkarların tercih edildiği bir anlayışa evrilmiştir. Aile bireyleri arasındaki iletişim ve ilişki azalırken, tüketen bir oluşuma dönüşüm sağlanmıştır (Özkiraz ve İşçi-Baş, 2016).

Vuku bulan bu farklı özelliklerin nedeninin toplumsal değerler ve toplum arasındaki ilişkiler olduğunu ifade edilebilmektedir (Bayer, 2013). Aileyi toplumun değişim göstermesi ile bu değişimin ortasında kalan ve bireyler için önemli olan bir kurum olarak görmek mümkün olmaktadır. Değişime tabi olan, toplumda yer alan her kurum gibi aile kurumu da değişmektedir. Değişim ailenin yapısının her alanında görülmektedir ancak her alanda aynı hızda olmamaktadır (Karataş, 2001).

Günümüzde ise geçmişte var olan geleneksel aile terimi değişmeye başlamış, aile bireylerinde sayı olarak azalma olmuş, erkek-kadın rollerinde bir değişim yaşanmış ve maddi konularda yer değiştirme yaşanmıştır (Bayer, 2013). Toplumların değişmesi sonucunda evliliklerde ve ilişkilerde de bazı farklılıklar yaşanmaya başlanmıştır. Evlilikte yaşanan problemlerin artması ve bu problemlere çözüm aranması, çözüm arama nedeni ile uzmanlara başvurulması fark edilen değişikliklerden bazıları olarak görülmektedir (Özdemir, 2007).

Çağımızda yaşanan değişimler ile kadınlar aile bütçesine katkı sağlamak ve kariyer edinmek amacıyla iş hayatına girmişlerdir. Ve geçmişten günümüze kadın ve erkeğin eşit bireyler haline gelmesiyle artık kadın, her sektörde çalışabilmektedir. Bu anlamda

kadın, kendisine dayatılan geleneksel rollerin dışına çıkabilmektedir (Türkkahraman ve Şahin, 2010).

Türklerde aile yapısında oluşan değişmeler ve farklılıklar 1950'li senelerde başlangıç gösteren göç ve şehirleşme ile koşut bir yol izlenmiştir. Bu sürecin başlangıcı olan 1950 senesi birçok alan gibi aile için de ciddi bir değişim noktası olarak belirlenmektedir. Bu süreçte olan gecekondu yaşamı, şehre göç sağlamış ailelerin uyum sağlama süreçleri, kadın ve erkek cinsiyetinin rollerindeki değişimler ve aile fertlerinin birbirleriyle olan ilişkileri gibi durumları içeren değişimler; sosyolojik, hukuksal ve kültürel çerçevede birçok değişime ve sıkıntıya yol açmış, aile fertleri ve toplum ilişkileri yönünden bazı önemli problemlerin başlangıç göstermesine sebep olmuştur (Aktaş, 2015).

Geleneksel kalabalık aileden çekirdek düzene geçilmesi ile de aile içerisindeki fertlerin sayısında azalma olması ve ailenin yapısının değişim göstermesi gibi bazı değişiklikler gözlemlenmiştir. Geçiş yapılan çekirdek aile yapısının geleneksel aile yapısına göre daha narin olduğu ve boşanma oranların daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Aslantürk ve Amman, 2001).

Bu nedenle küresellik ve modernleşme gösteren dünyada geleneksel aile tanımından farklı bir aile görülmektedir. Kadın bireylerin iş hayatına katılması, ekonomik olarak bağımsız olunmasıyla beraber aile içerisinde gerçekleşen anlaşmazlığa bağlı olarak boşanmaların gerçekleştiği, imkanların daha iyi olması için tek çocuk sahibi olunduğu, cinsiyetler arası bireyselliğin ön planda olduğu, teknolojinin gelişmesiyle birlikte aile üyelerinin bireyselleştiği gibi değişiklikler görülmektedir. Ailenin en önemli görevlerinden biri olan psikolojik doyumun sağlanması yerine şiddet vakaları artış göstermektedir. Ayrıca çiftlerin ebeveynlik rollerinin değiştiği, çocuklarıyla daha fazla aktivitelere katıldığı görülmektedir (Aktaş, 2015).

2.3.3. Pandemi Döneminde Aile İçi İlişkiler

Pandemi süreci aile içi ilişkilere bazı değişikliklerde bulunmuştur. Hem toplumsal bir durum olan hem de travma içeren koronavirüs salgını aile kurumu için zor ve stresli bir süreçtir. Ailenin bu süreçte kendi psikolojik sağlığını ve yaşam kalitesini stabil ederek, düzenini bozmadan geçirmesi aile işlevleri için önem arz etmektedir (Koçak-Harmancı, 2020).

Koronavirüs salgını sürecinde kendilerini evlerinde güvende hisseden katılımcıların katılım gösterdiği bir araştırmada; aileleri ile iletişimlerinin fazla olduğu belirlenen kişilerin koronavirüs salgını süresince birbirlerine destek ve ilgi göstermeye, uyum göstermeye daha çok önem atfettiği görülmüştür. Ebeveyn olarak çocuklarına daha bağımsız kişiler olmayı gösterdikleri belirlenmiştir. Katılımcıların duygusal ve maddi anlamda koronavirüs sürecinde kendilerini destekleyip yardım gösteren arkadaşlara sahip olmanın ve salgın döneminde sağlık anlamında kendilerini destekleyebilecek maddi güçlerinin olmasının önemli olduğu belirtilmiştir (Ergül-Yılmaz, 2020).

Kişilerin alabilecekleri en mühim sosyal destek kaynağı ailesi olarak bilinmektedir. Ailenin nitelikleri kişiye ait birçok süreçte koruyucu ya da risk içeren özellikte olabilmektedir. Sağlıklı bir aileye sahip olmak kişinin özgüvenli olması üzerinde önemli etkiye sahip olduğu düşünülmektedir (Öztürk, 2017). Pandemi sürecinde zorluklarla karşı karşıya kalan çocukların ve ergenlerin fiziksel ve psikososyal performansı, aile işleyişi ve ebeveynlik becerileri de dahil olmak üzere, tipik bir ailenin sahip olduğu bir dizi aile faktörü ile önemli derecede ilişkili olmaktadır (Lunkenheimer ve ark. 2011). Yaşanılan doğal, ekonomik ya da halk sağlığı krizleri dünya çapında aileleri etkilemiş, ruh sağlığı sorunları, ebeveynler arası çatışmalar ve ilişkilerde sorunlar dahil olmak üzere aile üyelerine problem yaşatmış ve istismarcı ebeveynliklerde artış gerçekleşmiştir (Hoey, ve ark., 2020). Bu nedenle, pandeminin aile işleyişi üzerindeki etkisini anlamak, etkili destek müdahaleleri ve önleyici tedbirler planlamak ve pandemi sırasında ve sonrasında ailelere uygun şekilde yardımcı olmak için yeterli kaynakları tahsis etmek için çok önemli görülmektedir (Ferrara ve ark. 2021).

Türkiye'de yapılan ve ve koronavirüs sürecinde aile içi ilişkileri inceleyen akademik bir araştırmaya göre; araştırmaya katılan kişilerin %40'ı süreçte ihtiyacı olan temel maddeleri karşılamada kaygı hissettiğini, %55'i bu süreçte ailevi bağlarının güçlenme gösterdiğini, %17'si ise ailelerinde iletişimsel sorunlarının artış gösterdiğini ifade etmiştir (Bozkurt, 2020).

Ailedeki kişilerin açık havada yaptıkları aktivitelerin azalması, yeme-içme, uyku, günlük alışkanlıklarının değişmesi, pandemi ile ilgili negatif söylemlerin artışı, yanlış bilgi ya da eksik bilgi alama, hastalığa yakalanma ya da sevdiklerini hastalık nedeniyle

kaybetme gibi durumlar aile içerisindeki ilişkinin sağlıklı ilerlemesini engelleyebilmektedir (Connell ve Strambler, 2020).

Ancak salgının uzun sürmesi, hastalığa önlem almak için alınan tedbirlerin ve yasakların kişilerin sosyal ve iş yaşamlarını azaltması aile kurumu üzerinde de önemli değişiklikler oluşturmaktadır. Kişilerin işlerini evden gerçekleştirmesiyle birlikte evlerinin işyerlerine döndüğü, çocukların da çevrimiçi eğitime geçmesiyle de okula dönülmüştür. Aileler bu süreçte birlikte vakit geçirmekte, aktiviteler planlamakta ve oyunlar oynamaktadır. Bu süreç aileler diğer aile üyelerini daha iyi tanıma fırsatı bulmuşlardır. Pandemi süreci uzadıkça bütün işlerini, eğitimi evden yürütmeye çalışan aileler, bireysel olarak kendilerine zaman ayıramamış, evde hapis kalmış hissetmeye başlamıştır. Bu nedenle de zaman ilerledikçe aile içi sorunlar artış göstermiştir (Güzel, 2021).

3. YÖNTEM

Araştırmanın yöntem bölümünde araştırmacı tarafından oluşturulan araştırma modeli, katılımcıların yer aldığı çalışma grubu, verilerin sağlıklı olarak toplanabilmesi için kullanılan veri toplama araçları ve toplanan verilerin analizinin nasıl yapıldığı konusunda bilgi verilmektedir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada amaçlananlar ve katılımcılara sorulan sorular araştırmada hangi desenin kullanılacağının belirlenmesi noktasında mihenk taşı sayılmaktadır. Bu nedenle araştırmada hedeflenen pandemi sürecinde ebeveynlerin yaşam kaliteleri ve aile içi ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi nitel araştırma yöntemi kapsamında düzenlenmiştir.

Nitel araştırma, bireyin öz potansiyelini anlamlandırması, kendi sırlarına çözüm sağlaması ve kendi emeğiyle kurduğu sosyal yapı ve sistemlerinin gizli kısımlarını keşfetmesi için kullanılan bilgi üretme şekillerindedir. Nitel yöntemin kullanıldığı araştırmalarda inceleme sağlanan olay veya vaka hakkında derin bir anlayışa sahip olma çabası söz konusu olmaktadır (Morgan, 1996). Nitel araştırmalarda genelde; gözlem, mülakat, belge ve söylev analizi gibi çeşitli nitel veri toplama araçları kullanılır. Ayrıca, kişiye özgü algı ve durumların, sosyal realizmde ve doğal ortamında yoğunlukla incelenmesinin elzem olduğu nitel araştırma, değişik disiplinleri bir araya getiren totaliter bir bakış açısını da bünyesinde barındırmaktadır (Hatch, 2002; Merriam ve Grenier, 2019).

Nitel araştırmalarda neden-sonuç ilişkisi ön planda belirlenmez ve determinist yaklaşım benimsenmemektedir. Elde edilen sayısal verilere ve istatistiklere daha az önem atfedilirken sözel ve nitel çözümlemelere daha çok yer verilir. Nitel araştırma yapan kişiler olayların ve içeriklerin özünü kullanır ve olayları kendi bağlamları içerisinde incelemektedir. Problemlerin bir değerler sisteminin içerisinde oluşup geliştiğini bilerek onları bu sistemden yalıtmaz, durumlara hâkim olan kişisel ilişkiler birliğini kendi habitatında yorumlamaya ve bu ilişkilerin anlamlarını nitelendirmeye çalışmaktadır (Neuman, 2012: 224).

Nitel araştırmalar; somut ve doğrudan ölçülmesi mümkün davranım ve tutumlarla daha az ilgilenirken, esas olarak inceleme sağladıkları olay ve durumların arka perdesindeki içsel (duygusal) ve nosyonsal yapılarla daha çok ilgilenmektedir (Makatouni, 2002). Bu nedenle pandemi dönemindeki ebeveynlerin yaşam kalitesinin ve aile içi ilişkilerinin irdelenmesinin nitel araştırma yöntemi ile çok daha sağlıklı bir şekilde yürütülebileceğini söylemek mümkündür olmaktadır.

Araştırma nitel araştırma şemsiyesi altında fenomenoloji desen kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Olgu bilim olarak da isimlendirilen fenomenoloji gerçeğin ne olduğu sorusuna cevap bulmaya çalışan bir yöntemdir. Bu yaklaşımın özünü kişisel deneyimler ve tecrübeler oluşturmaktadır. Fenomenoloji yaklaşımında; yaklaşımı kullanan araştırmacı araştırmaya katılan bireylerin kişisel deneyimleri ile çalışmakta, kişinin bireysel algılarını ve yaşadıkları hadiselere verdikleri anlamları incelemektedir. Bu yaklaşım tanımlayıcıdır, bu nedenle de genelleme yapmaktan ziyade, olguyu anlamlandırmak önemli olmaktadır (Akturan ve Baş, 2008).

Fenomelojik desen, farklı şekillerde karşı karşıya gelinebilen, fark edilen açan derin ve spesifik bir bilince sahip olunmayan olgularla çalışır ve kişiye tamamen yabancı sayılmayan bu olguların dikkatli ve detaylı olarak araştırılmasında kullanılmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2011: 78). Fenomenolojik araştırma deseni, genelde amaçlı örnekleme yöntemi ile, belirli sayıda örneklem ağırlığının seçildiği, veri toplama aracı olarak derinlemesine yarı-yapılandırılmış görüşmelerin kullanıldığı, analiz noktasında beş düzeyli içerik analizin yapıldığı ve bulguların değerlendirilmesinde kişi ya da durum temelli bir görüşün benimsenmesi gibi aşamaları çoğunlukla takip etmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2018: 71-72; Güçlü, 2019: 255).

Bu nedenle pandemi döneminde ebeveynlerin yaşam kalitelerinin ve aile içi ilişkilerinin irdelenmesi konusu ‘’fenomenolojik araştırma deseni’’ ile çalışılmıştır. Gerçekleştirilen araştırma ile katılımcıların pandemi dönemi özelinde yaşadıkları durumların incelenmesi ve yaşantılarından örneklerle yaşanan sürecin anlamlandırılması sağlanmıştır.

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmaya katılım sağlayan çalışma grubu amaçlı örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik ve ölçüt örneklem ile belirlenmiş, İstanbul ilinde yaşama ve

pandemi sürecinde ebeveyn olma şartını sağlayan 21 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın çalışma grubuna katılacak ebeveynlerin seçilmesinde yaş, cinsiyet, eğitim durumu, evlilik süreci, meslek, çocuk sayısı ve gelir düzeyi değişkenleri çeşitlilik düzeyi olarak değerlendirilmiştir. Çeşitlilik kaynağı olarak belirtilen faktörler demografik tablolar ile gösterilmiştir.

Araştırmanın bulgularının ifade edilmesinde; katılımcıların kişisel verilerin korunması ve gizliliğinin ihlal edilmemesi amacı ile, her katılımcıya Katılımcı 1 (K1) – Katılımcı 21 (K21) arasında ilerleyen rumuzlar belirlenmiştir ve bu noktadan sonra katılımcılardan elde edilen bulgularda kendilerinden bu rumuzlar ile bahsedilmiştir.

Tablo 3.1. *Katılımcıların Demografik Özellikleri*

Cinsiyet	Ebeveyn Sayısı	Yaş aralığı
Kadın	21	25-58

Tablo 3.1'e bakıldığında katılımcıların hepsinin kadın olduğu görülmektedir. Araştırmada erişim imkanının daha çok olması ve kadın bireylerin katılım göstermeye daha istekli olması nedeniyle kendileri ile görüşme sağlanmıştır. Yaş grubuna baktığımızda ise 25-58 arasında değiştiği görülmektedir. Nedeni olarak ise ebeveyn olma kriterinde çocuk sahibi olma yaşının ve çocuklarının kendileri ile yaşama yaşının bu aralığa denk geldiği söylenebilir.

Tablo 3.2'de katılımcıların kaç yıldır evli oldukları ve sahip oldukları çocuk sayısı değerlendirilecektir.

Tablo 3.2. *Katılımcıların Evlilik Yılı ve Çocuk Sayıları*

Katılımcı	Evlilik Yılı	Çocuk Sayısı
K1	5	1
K2	32	2
K3	26	1
K4	20	2
K5	5	1
K6	7	1
K7	3,5	1
K8	20	3
K9	3	1
K10	30	2
K11	12	2
K12	9	1
K13	17	1
K14	10	2
K15	7	1
K16	26	2
K17	6	1
K18	1,5	1
K19	5	1
K20	7	1
K21	10	2

Yapılan araştırmanın sağlıklı yürütülmesi amacıyla katılım sağlayan bireylerin kaç yıldır evli oldukları ve kaç adet çocuk sahibi oldukları incelenmiştir. Tablo 3.3'e bakıldığında katılımcıların 1,5, maksimum ise 32 yıldır evli oldukları, 13 katılımcının 1 çocuk sahibi olduğu, 7 katılımcılının 2 çocuk sahibi olduğu, 1 katılımcının ise 3 çocuk sahibi olduğu görülmektedir. Buradan da görüşmelere katılan ailelerin çeşitli evlilik sürelerine sahip oldukları ve genellikle çok sayıda çocuk sahibi olmadıkları görülmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Nitel araştırma sürecinde çok sık kullanım sağlanan veri toplama aracı olan görüşme; görüşme yapılan kişilere kendilerini ile birinci ağızdan kişilere ifade edebilme şansı

tanırken, araştırmayı yapan bireye de görüşme sağladığı kişilerin; kişisel dünyalarını, hayata bakış açılarını, deneyimledikleri özel durumlara ait kişisel duygu ve düşüncelerini, katılımcıların ifadeleri yardımıyla anlamlandırmasına yardımcı olur. (McCracken 1988: 9).

Bu nedenle araştırma sürecinde katılım sağlayan 21 kişi ile yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile görüşme sağlanmıştır. Görüşme sorularında; katılımcıların demografik bilgilerine ulaşma amacı ile 6 adet soru sorulmuştur, sonrasında araştırmanın ayaklarından biri olan yaşam kalitesi kısmı irdelenmiştir bu nedenle katılımcıların pandemi dönemi içerisinde yaşam kalitelerini irdelemek amacı ile 5 adet açık uçlu soru sorulmuştur, son olarak katılımcıların pandemi süreci içerisindeki aile ilişkileri ile ilgili bilgi edinmek adına bu bağlamda 14 adet açık uçlu sorulmuştur.

Görüşmede katılımcılara sorulan sorular yapılan literatür taraması sonucunda oluşturulmuş, geçerliliğin sağlanması açısından alanda aktif çalışan 2 uzmana sunulmuştur. Soruların katılımcılara kolay ifade edilebilir olması, anlaşılabilir olması ve herhangi bir önyargı ve kalıp yargı içermemesine özen gösterilmiştir. Hazırlanan yarı-yapılandırılmış görüşme soruları 2 adet gönüllü birey ile pilot uygulama gerçekleştirilerek araştırma sorularının araştırmanın amacına uygun olduğuna kanaat getirilmiş ve veri toplama sürecine başlanmıştır. Katılımcılara katılım sağlayacakları çalışmanın amacı net ve soru işareti kalmayacak şekilde açıklanmış, açıklanırken etik kurallar gözetilmiş ve görüşme onamı online olarak alınmıştır. Onamı sağlayan ve katılımcı olmayı kabul eden katılımcılarla görüşmeler yapılmaya başlanmıştır.

Araştırmanın verilerinin pandemi sürecinde toplanması nedeniyle görüşmelerin hepsi katılımcıların müsaitlik durumlarına göre düzenlenen ve önceden kararlaştırılmış bir saatte Zoom programı üzerinden online olarak gerçekleştirilmiştir. Görüşme süreleri ortalama 15-20 dk sürmüş ve tüm veriler Ocak-Şubat 2022 tarihinde toplanmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Veri analizi kısmı, nitel araştırmanın en önemli kısmıdır (Flick, 2013). Bu nedenle verilerin analizi tüm görüşmeler gerçekleştikten ve gerçekleşen görüşmeler metin haline döküldükten sonra yapılmaya başlanmıştır. Analizi gerçekleştirmek adına Maxqda Analytics Pro programı kullanılmıştır.

Betimsel analizle görüşme yapılan bireyleri tanıtıcı bulgular değerlendirilir, içerik analizi yoluyla veriler tanımlanmaya çalışılır; birbirine benzediği ve birbiri ile ilişkisi olduğu tespit edilen veriler belirli kavramlar ve temalar çerçevesinde bir araya getirilerek yorumlanır. İçerik analiziyle katılımcıların görüşlerinin içerikleri sistematik olarak tanımlanmaktadır (Altunışık ve Diğerleri, 2010: 322).

Nitel araştırmalarda; araştırmanın sonunda elde edilmiş olan veriler, betimsel ve içerik analizi ile incelenirler. Betimsel analiz, derinlemesine olarak analiz gereksinimi olmayan verilerin analiz edilmesinde kullanılırken, içerik analizi ise verilerin daha derinlemesine incelenmesini ve bu elde edilen verileri açıklayan kavram ve temalara erişilmesini gerektirir (Yıldırım ve Şimşek, 2008: 89). Araştırmada ise verilerin analizi betimsel yöntem kullanılarak analiz edilmiştir.

Betimsel analiz yaklaşımında amaç, görüşme veya gözlem sonucunda elde edilmiş verilerin düzenlenmiş ve yorum eklenmiş bir şekilde ifade edilmesidir. Veriler, daha önceden araştırmacı tarafından belirlenmiş temalara göre sınıflandırılır, özetlenir ve yorumlanır. Elde edilen bulgular arasında bir neden-sonuç ilişkisi kurulur ve gerektiği noktalarda olgular arasında karşılaştırmalar yapılır (Yıldırım ve Şimşek, 2008: 224).

Betimsel analiz dört adımdan oluşmaktadır. (1) Betimsel analiz için bir çerçeve oluşturma, (2) Tematik çerçeveye göre verilerin işlenmesi, (3) Bulguların tanımlanması, (4) Bulguların yorumlanması. Bu aşamalar sırasıyla, temaların belirlenmesi, verilerin düzenlenmesi, bu verilerin tanımlanması ve uygun alıntılarla desteklenmesi ve son olarak bulguların tanımlanması ve yorum sağlanması olarak özetlenebilmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2008: 224).

Yapılan bir nitel araştırmanın gücü, var olan araştırma problemini çözümleme şeklinden çok, okuyucuyu problemin asıl çözümünün gerçekleştirilen araştırmanın içinde sunulduğuna inandırmaktır. İnandırıcı ve tutarlı olmak, nitel olarak yapılan bir araştırmanın tekrar edilmesi durumunda birbirine benzer sonuçların alınmasını kesinleştirme durumudur. Nitel araştırmaların okuyucuya inandırıcılık sağlaması, araştırmaların geçerli ve güvenilir veriler sağlaması ile ilişkilidir (Connelly, 2016). Bu nedenler ile araştırmada elde edilen veriler, amacına uygun yarı yapılandırılmış görüşmeler sonucunda elde edilmiş ve nitel araştırma içeriğine uygun şekilde yorumlanarak okuyucuya sunulmuştur.

Araştırmanın verilerinin elde edilmesi sürecinde kullanılan programa görüşmeler yüklenmiş, analiz betimsel olarak gerçekleştirileceği için, istenen veriler kodlanmış, düzenlenmiş ve kod satırları ile analiz gerçekleştirilmiştir. Elde edilen verilerden 2 adet ana tema, 13 adet alt tema elde edilmiştir. Görüşmelerden elde edilen frekansların sıklığına göre en çok tekrar eden 3 kelime bulunmuş ve kelime bulutu şeklinde belirtilmiştir.

4. BULGULAR

Araştırmada veriler üzerinde yapılan içerik analizi sonucunda Kovid'in yaşam kalitesine etkisi ve Kovid dönemi ilişkiler olarak iki ana tema ortaya çıkmıştır. Bu temalarda kendi içinde alt temalara sahiptir. Ortaya çıkan ana tema ve alt temalar tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 4.1. İçerik Analizi Ana ve Alt Temalar

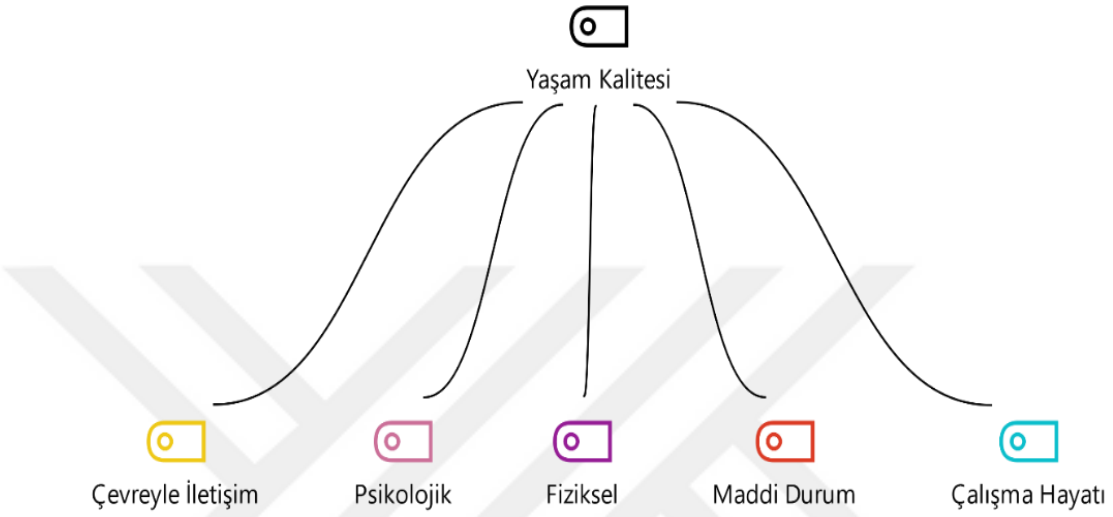
Ana Tema ve Alt Temalar	
Kovid-19'un Yaşam Kalitesine Etkisi	**Kovid-19 Dönemi İlişkiler**
Psikolojik	Kişilerarası iletişim
Fiziksel	Eşler arası iletişim
Maddi Durum	Aile ilişkileri
Çevreyle İletişim	Ailenin sağlık durumunda değişim
Çalışma Hayatı	Ev içi görev paylaşımı
	Aile ile yapılan aktiviteler
	Aile desteği
	Günlük rutin değişimi

Şekil 1'de görüldüğü gibi Kovid'in yaşam kalitesine etkisinde psikolojik, fiziksel, maddi durum, çevreyle iletişim ve çalışma hayatı alt temaları elde edilirken şekil 2'de Kovid dönemi ilişkiler; kişilerarası iletişim, eşler arası iletişim, aile ilişkileri, ailenin sağlık durumunda değişim, ev içi görev paylaşımı, aileyle yapılan aktiviteler, günlük rutin değişimi ve aile desteği alt temaları olarak belirlenmiştir.

4.1. Kovid-19'un Yaşam Kalitesine Etkisinin İncelenmesi

Koronavirüs sürecinin yaşam kalitesine etkisine baktığımızda beş adet alt tema elde edildiği görülmektedir. Yaşam kalitesi kavramı, bireylerin düzenli olarak gelişim ve değişim göstermesi ile ilişkilidir. Yaşam kalitesi kavramı sosyal, ekonomik ve kültürel

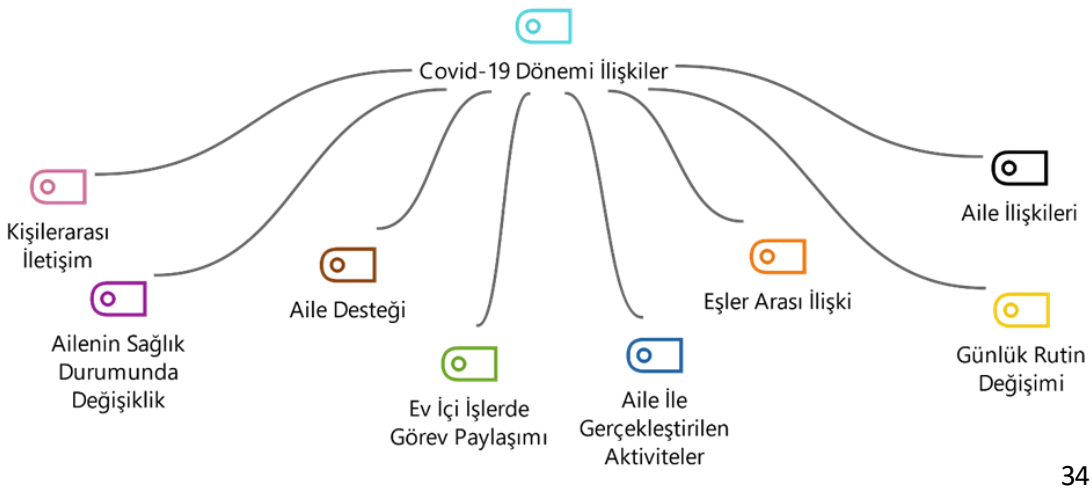
değerlerden etkileşim sağlaması nedeniyle zaman zaman tarif edilmesi güç bir kavram olmaktadır. (Akdemir, 1998). Koronavirüs sürecine baktığımızda ise değişen koşullar ele alındığında, kişilerin çevre ile iletişimlerinin, psikolojik-fiziksel-maddi durumlarının ve çalışma hayatlarının değişim sağlaması nedeniyle etkilendiği düşünülmektedir.



Şekil 4.1. Kovid-19 Yaşam Kalitesine Etkisi

4.2. Kovid-19 Dönemi İlişkilerin İncelenmesi

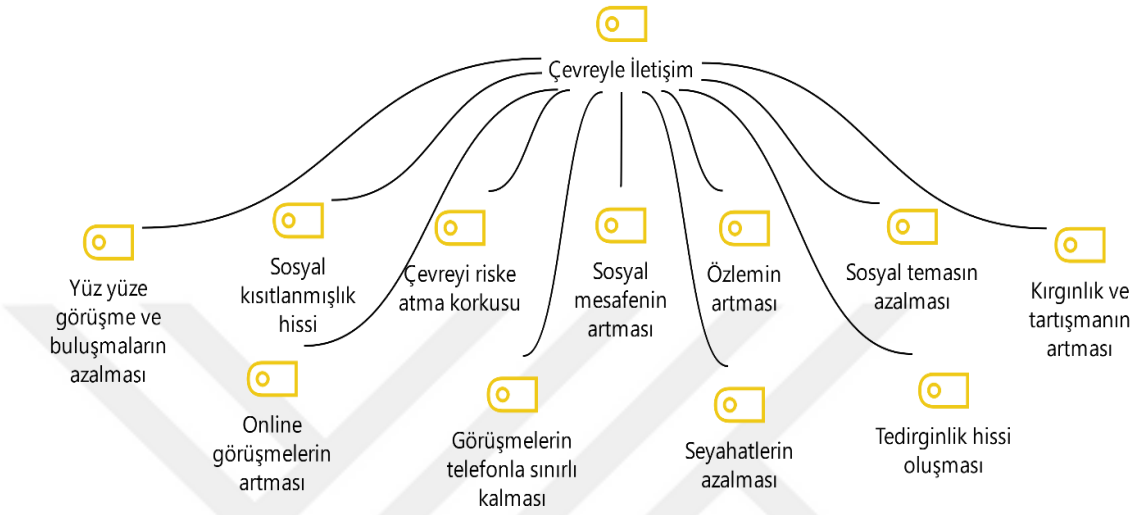
Koronavirüs sürecinde bireylerin ilişkilerinin belirlenmesinde sekiz adet alt tema belirlenmiştir. Bu alt temalar sırasıyla kişiler arası iletişim, ailenin sağlık durumunda değişiklik, aile desteği, ev içi işlerde görev paylaşımı, aile ile gerçekleştirilen aktiviteler, eşler arası ilişki, günlük rutin değişimi ve aile ilişkileri olarak belirlenmiştir.



Şekil 4.2. Kovid-19 Dönemi İlişkiler

4.3. Kovid-19 Döneminde Çevreyle İletişimin İncelenmesi

Çevreyle iletişim alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.3'te verilmiştir:



Şekil 4.3. Çevreyle İletişim

Şekil 4.3'te görüldüğü gibi katılımcıların çevreyle iletişime yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlar; yüz yüze görüşme ve buluşmaların azalması, sosyal kısıtlanmışlık hissi, çevreyi riske atma korkusu, görüşmelerin telefonla sınırlı kalması, seyahatlerin azalması, özlemin artması, sosyal temasın azalması, tedirginlik hissi oluşması, kırgınlık ve tartışmaların artması olarak ifade edilmiştir.

Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

K3: "Herhangi bir değişiklik yaşanmadı ancak şu anda eskisi kadar sık görüşemiyoruz maalesef. Eskiden biraz daha fazla görüşür, birlikte vakit geçirirdik, çoğu yakın arkadaşımla uzun süredir çay kahve sohbetleri yapamıyorum. Durumlar düzelmeye başladığında yine birkaç kez görüştük ama herkes pandemiden etkilendi."

K8: "Akrabalarımla görüşüyordum bazen birbirimize misafirliğe gidiyorduk ama şu dönemde bunları yapamıyorum. Telefon açıyoruz birbirimize sık sık. Hâl hatır soruyoruz. Araya soğukluk girmesin diye uğraşıyoruz yani. Çünkü herkes kendi işinde gücünde, hayat akıp

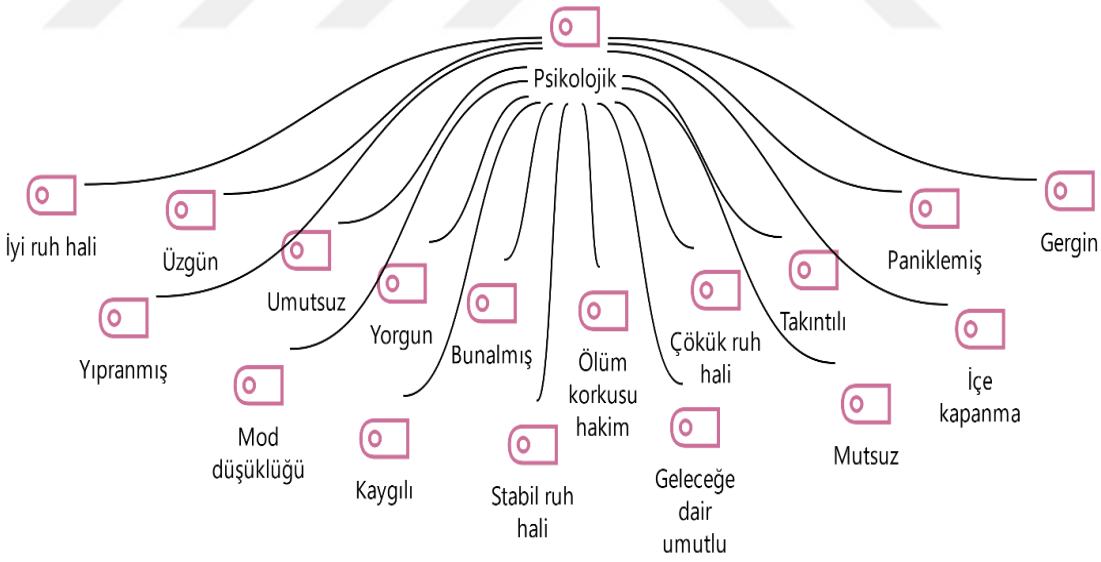
gidiyor. Sevdiğin insanlara vakit ayırman, onlarla görüşmen lazım. Pandemi biraz bunu elimizden aldı."

K16: "Yakın arkadaşlarım ya da akrabalarımla eskisi kadar sık görüşmüyorum, evlerde toplanmalarımızı uzun bir süre iptal ettik. Dışarı da çıkamadık. Hepimizin belli bir yaşı ve hastalıkları var haliyle korkuyoruz."

Koronavirüs sürecinde katılımcılarda elde edinilen bilgilere göre; bu süreç içerisinde kişilerin yakın arkadaş veya akraba ile olan görüşmelerine sınırlama getirmek durumunda kaldıkları ve sosyal hayatlarının kısıtlandığı görülmektedir. Hastalığın kişilerin nefesi yolu ve teması ile bulaşması nedeniyle kişiler en yakınlarına dahi mesafe koymuş ve süreç bitene değin zarar görmeme/zarar vermeme düşüncesine bürünmüştür. Bu nedenle de sosyal aktiviteler kısıtlanmış, kişilerin sevdiği ve görüştüğü kimselerle geçirdiği vakit ciddi ölçüde azalmıştır.

4.4. Kovid-19 Döneminde Psikolojik Etkiler ve Desteğin İncelenmesi

Psikolojik etkiler alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.4'te verilmiştir:



Şekil 4.4. Psikolojik Etkiler

Şekil 4.4'te görüldüğü gibi katılımcıların bu dönemde psikolojik etkilere yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlar; yıpranmış, üzgün, umutsuz, modum düşük,

yorgun, kaygılı, bunalmış, ölüm korkusu hâkim, çökük ruh hali içinde, mutsuz, takıntılı, paniklemiş, gergin ve içe kapanık olarak olumsuz ifade ederken bazı katılımcıların görüşleri ise stabil ruh hali, iyi ruh hali ve geleceğe dair umutlu olarak ifade edilmiştir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

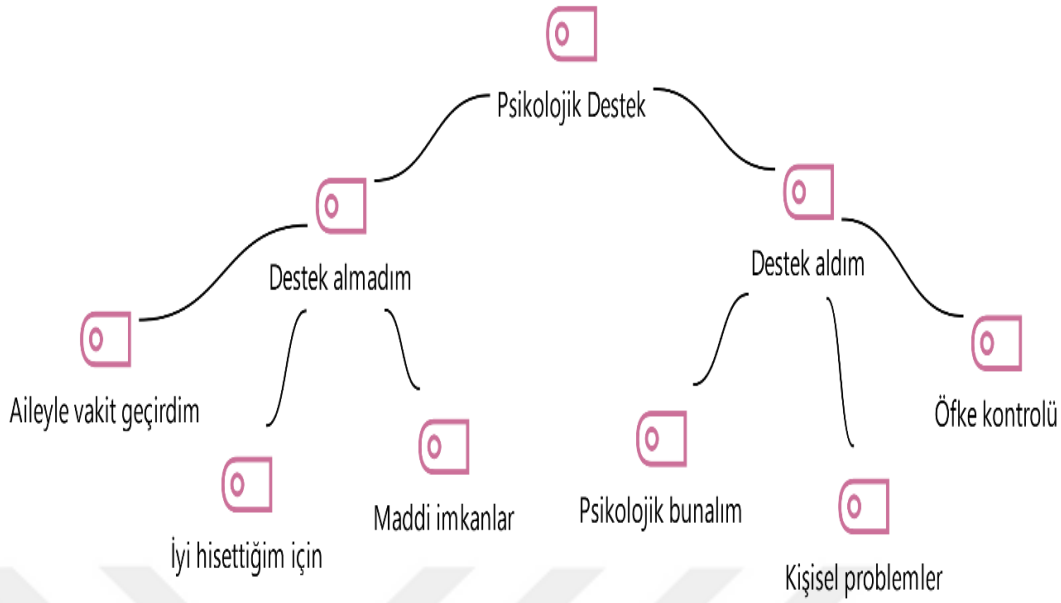
K4: "Sağlıkla sınanmak ve insanın elinden bir şey gelmemesi, çok sevdiğin insanlarla arana mesafe koymak zorunda olmak ve görülmemek, bunlar hep üzücü ve yorucu şeyler. Bir arada olduğumuzda modumuz da yükseliyor, pandemide sadece makine gibi çalıştık, ev ve iş olarak. Sosyal hayat neredeyse sıfırlandı, bunun psikolojiye etkisi olmaz mı? Tabi ki hepimiz yıprandık."

K10: "Pandemi dönemi için soruyorsanız bu dönem içerisinde kendimi üzgün ve sıkılmış hissediyorum. Sanki hiç bitmeyecek bir döngünün içinde gibiyiz hepimiz."

K12: "Hastalığı iki kez geçirdik. Bu da üzerimizde çok ağır iz bıraktı. Çünkü ölüme çok yakın olduğumuzu hissettim. Sürekli sağlıkla alakalı kaygılar yaşıyorum ve hasta olup öleceğimizi düşünüyorum."

Katılımcıların pandeminin psikolojik etkilerini değerlendirmelerine bakıldığında, çoğunlukla olumsuz duygu durumundan bahsedildiği ve bu duygu durumunun çoğunlukla hastalığın olumsuz etkilerinin kaygısı olarak belirtildiği görülmüştür.

Katılımcılara bu dönemde herhangi bir psikolojik destek aldınız mı diye sorulduğunda ise 17 kişi destek almadığını söyleyerek gerekçelerini; ailemle vakit geçirdim, iyi hissettiğim için ve maddi imkanlardan dolayı alamadım diye ifade etmişlerdir. 4 kişi ise destek aldığını söyleyerek psikolojik bunalım, kişisel problemler ve öfke kontrolü sebebiyle aldığını ifade etmişlerdir (Şekil 4.4).



Şekil 4.5. Psikolojik Destek

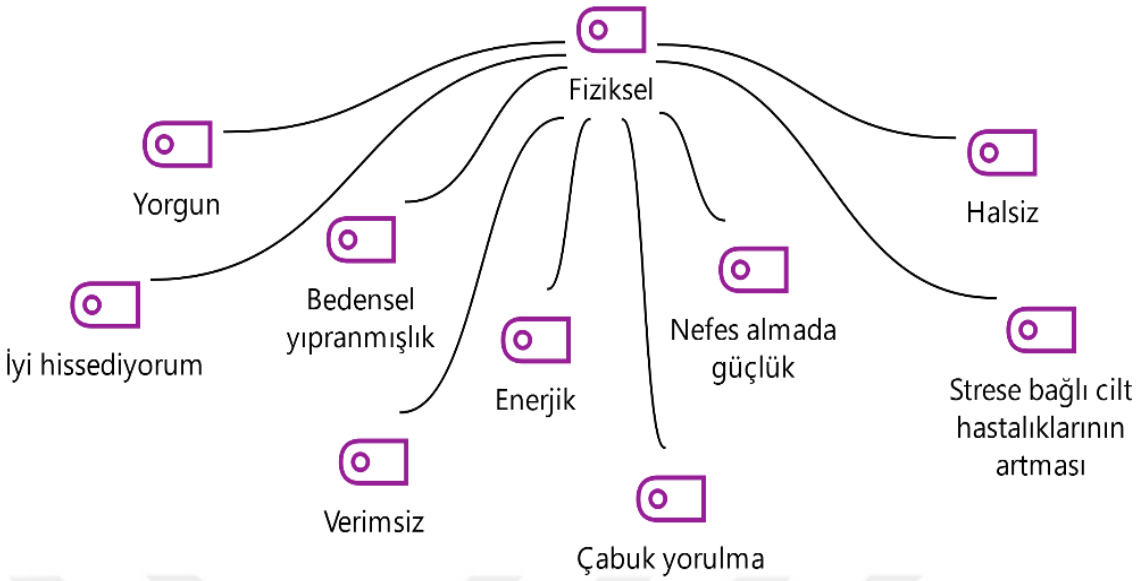
K18: "*Psikolojik olarak destek almam gereken noktaya gelmediğimi düşündüm o yüzden de almadım. Ama bazı zamanlar gerçekten ihtiyacım olabilir diye düşünüyorum. Biriyle konuşmak kötü olduğum dönemde yardımcı olabilir.*

K12: *Kendimi psikolojik olarak yıpranmış hissediyorum ve hastalık konusunda takıntılarım var bu nedenle dönem dönem psikolojik destek alıyorum, şu an almıyorum."*

Katılımcıların psikolojik destek ihtiyacına bakıldığında destek almayan kişilerin bu durumu etrafındaki insanların desteği ile çözümlemeye çalıştıkları, alan kişilerin ise kendilerini psikolojik olarak bunalımda hissetme, kişisel problemlerini çözümleyememe ve öfke kontrolü yaşama gibi nedenler sonucunda aldığı görülmektedir.

4.5. Kovid-19'un Fiziksel Etkilerinin İncelenmesi

Fiziksel etkiler alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.6'da verilmiştir:



Şekil 4.6. Fiziksel Etkiler

Şekil 4.6'da görüldüğü gibi katılımcıların fiziksel etkilere yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlardan en çok ifade edilen kod yorgunluk olurken diğer kodlar; bedensel yıpranmışlık, verimsizlik, çabuk yorulma, nefes almada güçlük, strese bağlı cilt rahatsızlıkları, halsizlik olurken bazı katılımcılar fiziksel olarak iyi hissettiklerini ifade etmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

K3: "Fiziksel anlamda iyi hissediyorum, herhangi bir şikâyetim yok. Bazen yorulduğum dönemler oluyor ama dinleniyorum, kendimi toparlamaya çalışıyorum."

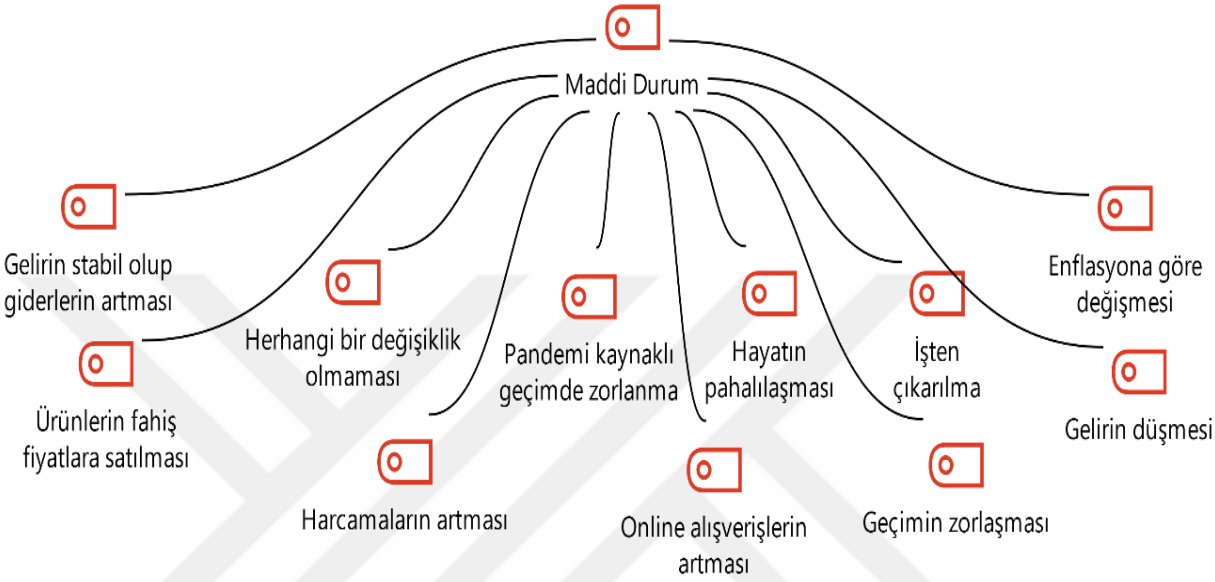
K7: "Kendimi fiziksel olarak yorgun ve her an hasta olacak gibi tetikte hissediyorum. Bu psikolojik bir şey de olabilir, hastalık hastasına döndük hepimiz. Başımıza bir şey gelecek mi hasta olup ölecek miyiz, hep bunlar kafamda dönüyor."

K13: "Koronavirüs geçirdiğim için kendimi bazen yorgun hissedebiliyorum, vücudumda bazı kalıntıları oldu. Nefes almakta zorlanmak ve çabuk yorulmak gibi etkileri kaldı. Doktora gittim ancak zamanla geçeceği ve toparlanacağım söylendi."

Katılımcıların fiziksel olarak etkilenmelerinin bir nedeni hastalığı geçirmek ve bazı etkileri hala hissetmek olurken, psikolojik olarak fiziksel sorunlar deneyimledikleri de görülmektedir.

4.6. Kovid-19'un Maddi Duruma Etkisinin İncelenmesi

Maddi durum alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.7'de verilmiştir:



Şekil 4.7. Maddi Durum

Şekil 4.7'de görüldüğü gibi katılımcıların maddi duruma yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlardan en çok ifade edilen kod gelirin sabit kalıp giderlerin artması olurken diğer kodlar; pandemi kaynaklı geçimde zorlanma, harcamaların artması, hayatın pahalılaşması, işten çıkarılma, geçimin zorlaşması, gelirin düşmesi, online alışverişlerin artması, enflasyona göre değişmesi gibi ifade ederken bazı katılımcılar herhangi bir değişiklik olmadığını belirtmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

K7: "Gelir durumumuzda düşüş yaşandı çünkü pandemi sebebi ile işten çıkışım gerçekleşti, çocuğum olduğu için de giderlerimiz sürekli artış halinde. Kendimizi ayarladığımız gibi gitmedi, pandeminin bize ekonomik yönden büyük bir etkisi oldu. Bir aileye tek maaş girmesiyle iki maaş girmesi arasında büyük fark var."

K11: "Gelirimiz sabitti ancak harcamalarımızı kısmak zorunda kaldık, çünkü maddi olarak zorluk çektik. Sadece eşimden aldığım maaş ile geçinmek maalesef ki çok zor. Hayat şartlarını

biliyorsunuz, bir ürünü ikinciye aynı fiyata alamıyoruz. Pandemide de market fırsatçıları meydana çıktı ve biz de aynı kalan maaşımızla yaşamakta güçlük çektik."

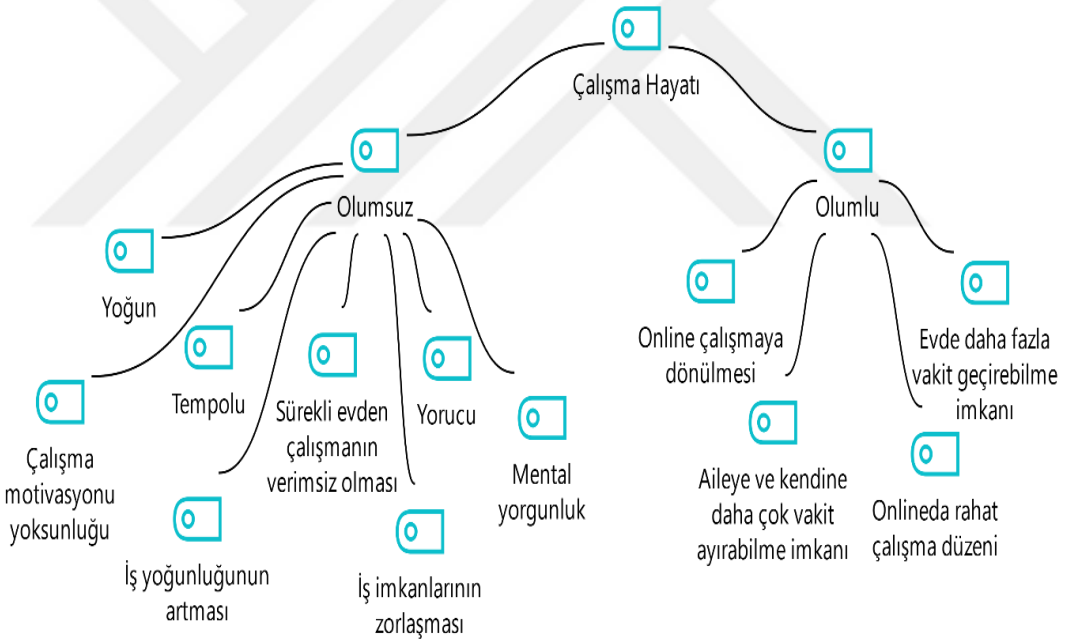
K16: "Her şeyin fiyatı arttığı için biraz zorlanma yaşadık. Gelir durumumuz aynı kaldı. O anlamda bir değişiklik yaşamadık."

K21: "Harcamalarımız biraz arttı çünkü, markete gitmeden her şeyi kapıya sipariş etmeye başladık, dolayısıyla daha fazla harcadık. Çok fazla yemek yedik. Kilo da aldık."

Pandemi sürecindeki maddi durum incelendiğinde; bazı katılımcıların iş kaybı yaşadığı, pandemi sürecindeki ekonomik dengesizlik ve harcamaların artış göstermesi gibi benzer sorunların yaşandığı görülmektedir.

4.7. Kovid-19'un Çalışma Hayatına Etkisinin İncelenmesi

Çalışma hayatı alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.8'de verilmiştir:



Şekil 4.8. Çalışma Hayatı

Şekil 4.8'de görüldüğü gibi katılımcıların çalışma hayatına yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlar olumlu ve olumsuz olarak gruplandırılmıştır. Olumlu verilen ifadeler; online çalışmaya dönülmesi, aileye ve kendine daha çok vakit

ayırabilme imkânı, online ortamda rahat çalışma düzeni ve evde daha fazla vakit geçirebilme imkânı olarak ifade edilirken olumsuz verilen cevaplar ise sürekli evden çalışmanın verimsiz olması, yorucu, tempolu, yoğun olması, çalışma motivasyon yoksunluğu, iş yoğunluğunun artması, iş imkanlarının zorlaşması ve mental yorgunluk olması olarak ifade etmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

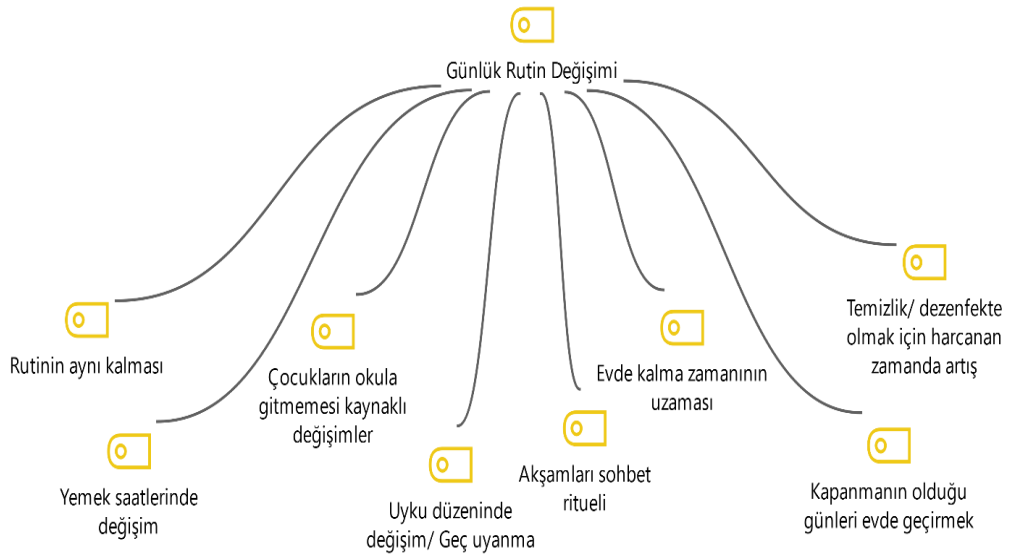
K5:" Normalde de çok sakin sayılmaz ancak pandemi döneminde oldukça yoğun olduğunu söyleyebilirim. Sağlık işinde ne kapanmalar ne de önlemler bizi etkiledi. Biz her gün yine hastanede aynı işi daha da yoğun olarak yaptık. Ebeyim ancak pandemide hastanede ihtiyaç olan her alanda çalışmak zorunda kaldım. Giydiğimiz ekipmanlar, yaşanan stres her şey üst üste geldi."

K14: "Çalışma hayatım online olduğu için gayet rahat, saatlerimi kendim belirliyorum. Evdeki işlerime göre, çocuklarımın zamanına göre bir saat ayarlayıp çalışıyorum. Zaten çok yoğun olmuyor ama çalışmak için alan ve zaman ayarlamak benim ruh sağlığım açısından önemli. Çalıştığım zaman kendimi iyi hissediyorum.

Pandemi sürecinde değişen olgulardan birisi olan çalışma hayatının ise katılımcılar tarafından deneyimlendiği ve olumlu/olumsuz yönde algılanabildiği görülmektedir.

4.8. Kovid-19'un Günlük Rutinlerin Değişimine Etkisinin İncelenmesi

Günlük rutinlerin değişimi alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.9'da verilmiştir:



Şekil 4.9. Günlük Rutin Değişimi

Şekil 4.9'da görüldüğü gibi katılımcıların günlük rutin değişimine yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlardan en çok ifade edilen kod günlük rutin değişiminin aynı kalması olurken diğer kodlar; yemek saatlerinde değişim, çocukların okula gitmemesinden kaynaklanan değişimler, uyku düzeninde değişim/ geç uyanma, akşamları sohbet ritüeli, evde kalma zamanının uzaması, kapanmanın olduğu günleri evde geçirmek ve temizlik/dezenfekte olmak için harcanan zamanda artış olarak ifade etmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

K18: "*Rutinlerimiz değişmedi, çünkü eşimle ikimiz de çalışıyoruz ve bir sorumluluk paylaşımımız var o devam etti. Günlük belli rutinlerde devam ediyoruz. Düzenimizin bozulmasını çok sevmediğim için çok değiştirmemeye çalışıyoruz.*"

K3: *"İşe hazırlanma, gitme gibi durumlarımızda bir değişiklik oldu, biraz daha geç uyandık ve kahvaltımızı beraber ettik bu şekilde bazı rutinlerimiz değişti. Ancak bunu da uzun süre yaşadığımız için rutin haline dönüştü. Sonrasında çalışmaya yüz yüze geçince yine eski halimize döndük."*

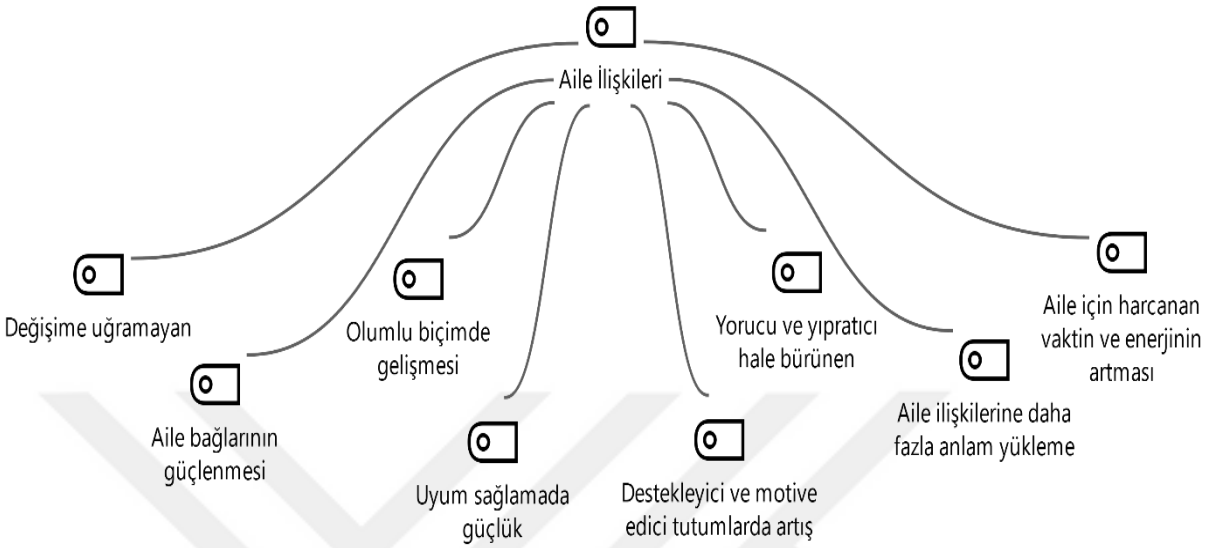
K6: "*İşe gidenler vardı evde o nedenle benim işlerim bazı zamanlarda çoğaldı, evde kaldıkları zaman daha çoğaldı tabi. Ama her zaman bana yardımcı olmaya çalışıyorlar. Rutinlerimiz genelde aynı, değiştiği vakit oldu ona da uyum sağladık. Evde kalınca tabi kahvaltılar geç saatte yapılıyor, ya da farklı şekilde geçiriyoruz günü. Ama herkes kendi ayarlamasını yaptığı için çok zorlanmadık."*

K2: *"Çok fazla bir şey değişmedi ancak zorunlu kapanmanın olduğu günlerde işte çalışamadık ve evde zaman geçirdik. Alışverişe çıkmadık ve her şeyi internet üzerinden sipariş ettik. Pazar, market gibi alışkanlarımız da o süreçte durdu. Dışarı çıktığımız zaman üzerimizdekileri yıkamak ve dezenfekte olmak gibi bir rutinimiz oldu."*

Pandemi sürecinde yaşanan çalışma düzeninin değişmesi, okulların uzaktan eğitime dönmesi ve sosyal hayatın kısıtlanması gibi durumlar nedeniyle çoğu katılımcının bu durumdan etkilendiği görülmektedir.

4.9. Kovid-19'un Aile İlişkilerine Olan Etkisinin İncelenmesi

Aile ilişkileri alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.10'da verilmiştir:



Şekil 4.10. Aile İlişkileri

Şekil 4.10'da görüldüğü gibi katılımcıların aile ilişkilerine yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlardan en çok ifade edilen kod günlük ailenin değişime uğramaması olurken diğer kodlar; aile bağlarının güçlenmesi, olumlu biçimde gelişmesi, uyum sağlamada güçlük, destekleyici ve motive edici tutumlarda artış, yorucu ve yıpratıcı hale bürünen, aile ilişkilerine daha fazla anlam yükleme ve aile için harcanan vaktin ve enerjinin artması olarak ifade etmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

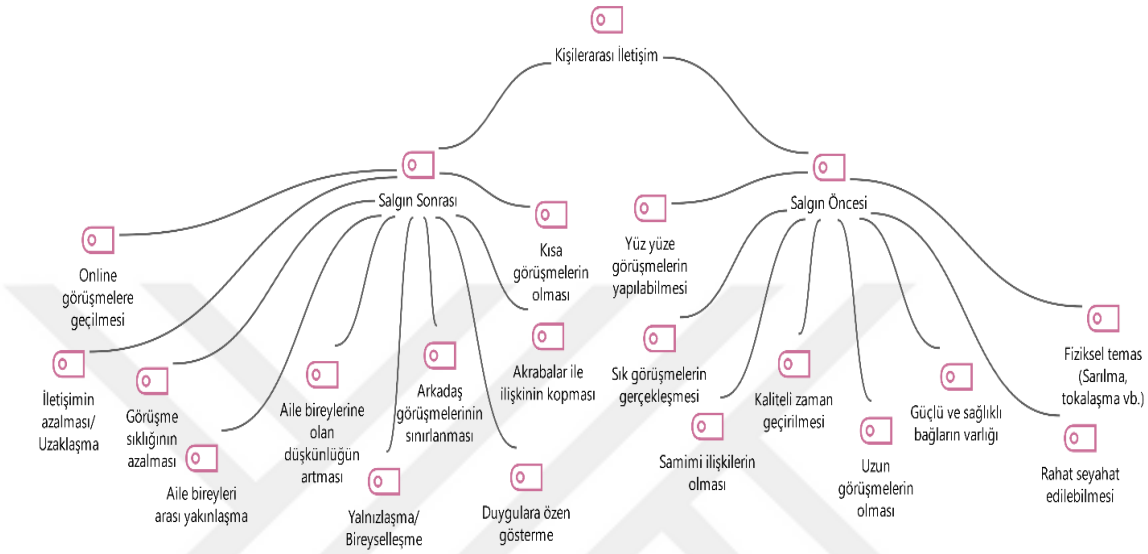
K15: "*Çok değişen bir şey olmadı. Beraber daha fazla vakit geçirebildik. Ben zaten evde olduğum için çok fark etmedi ama eşim de evde kaldığında birbirimizle daha çok ilgilenebildik ve uzun sohbetler edebildik.*"

K13: *"Ailemle bu süreçte çok uzun süre beraber olduğumuz için sürekli evin içinde olmak bazı zamanlar yorucu oldu. Çocukların okula gitmemesi zor oluyor çünkü enerjilerini ev ortamında atamadıklarını düşünüyorum haliyle de ev karmaşaya dönüyor. Bir düzen tam anlamıyla kalmıyor. Ama bir arada olmak ve sağlıklı olmak tabi ki güzeldi."*

Süreç içerisinde normal aile düzeninin iş veya okul durumu nedeniyle değişim göstermesi sonucunda katılımcıların bu durumdan etkilendiği görülmektedir.

4.10. Kovid-19'un Kişilerarası İletişime Olan Etkisinin İncelenmesi

Kişilerarası iletişim alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.11'da verilmiştir:



Şekil 4.11. Kişilerarası İletişim

Şekil 4.11'de görüldüğü gibi katılımcıların kişilerarası iletişime yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlar salgın öncesi ve salgın sonrası olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Salgın öncesi başlığında en çok ifade edilen kod yüz yüze görüşmelerin yapılabilmesi olurken diğer kodlar; sık görüşmelerin gerçekleşmesi, samimi ilişkilerin olması, kaliteli zaman geçirilmesi, uzun görüşmelerin olması, güçlü ve sağlıklı bağların varlığı, rahat seyahat edilebilmesi ve fiziksel temas (sarılma, tokalaşma vb.) olarak ifade etmişlerdir. Salgın sonrası başlığında en çok ifade edilen kod ise görüşme sıklığının azalması olurken diğer kodlar; online görüşmelere geçilmesi, iletişimin azalması/uzaklaşma, aile bireyleri arası yakınlaşma, aile bireylerine olan düşkünlüğün artması, yalnızlaşma/bireyselleşme, arkadaş görüşmelerinin sınırlanması, duygulara özen gösterme, akrabalar ile ilişkinin kopması ve kısa görüşmelerin olması olarak ifade etmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

K3: "*Salgın öncesinde ve sonrasında hayatımızda büyük değişiklikler olmadı ancak çok yakın olarak görüştüğümüz kişilerle mesafeli görüştük, yüz yüze görüşemesek de telefondan iletişimize devam ettik. Çok da sıkıntılı bir süreç geçirmedik ama herkes kadar biz de süreçten etkilendik. Sıkıntılı geçirdiğimiz tek zaman kaybımızın olduğu ve hastalığın olduğu süreçti.*"

K14: "*Yüz yüze iletişim azaldı daha çok telefonla ve görüntülü konuşmayla iletişim kurduk. Ev içerisinde iletişimimiz güçlendi ama birbirimizle daha fazla konuştuk ve bağlarımız güçlendi.*"

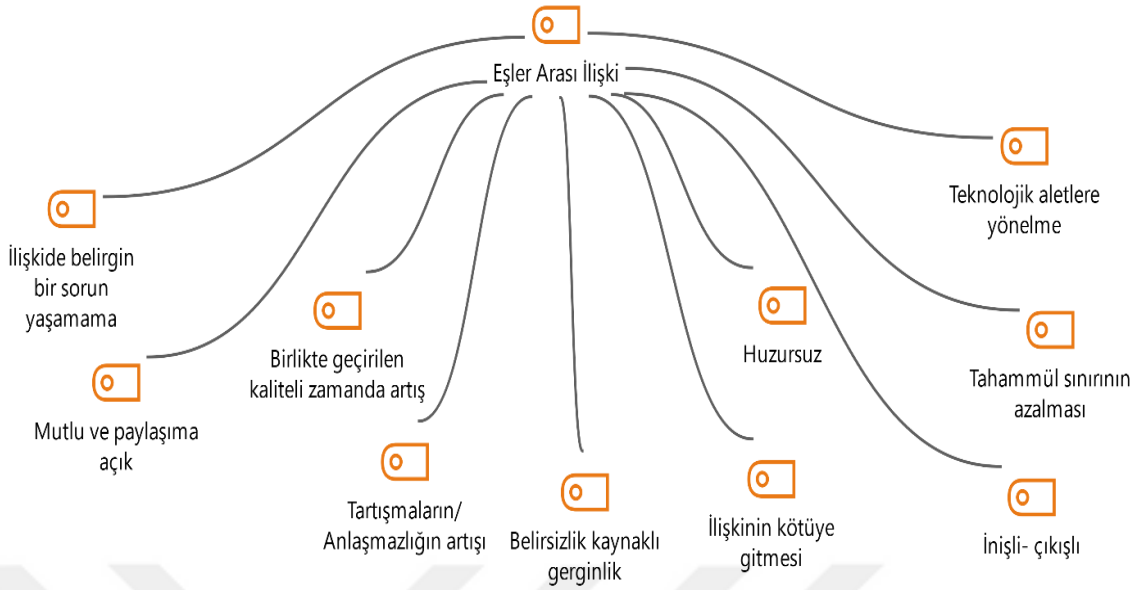
K2: *"Ben genelde yüz yüze görüşmeyi seven bir insan olduğum için artık bunları yapamıyorum, sevdiğim kişilerle telefon üzerinden görüşme sağlıyorum. Bazen sesli bazen de görüntülü konuşma yapıyorum.*"

K11: "*Sadece çok fazla görüşemedik ama çocuklarım bana telefon üzerinden görüntülü görüşmeyi öğretti, özlediğim kişilerle öyle görüştüm, şimdi normale döndük diyebilirim, aramızdaki bağ sabit kaldı. Annemle ve babamla aşıya güvenerek görüşebiliyoruz, ilk zamanlar görüştük ama sarılıp öpüşmedik, şimdi sarılabiliyoruz. Normale döndüğümüz için çok mutluyum.*"

İnsanoğlu sosyal bir varlıktır ve kendisi çevresi ve ilişkileri kapsamında bir bütündür. Kendini gerçekleştirmesi ve hayatını anlamlı bir noktaya getirebilmesi için diğer insanlara ihtiyaç duyan birey, kendi ilişkileri içerisinde kendini sürekli yeniden tanımlar. İnsan geliştirdiği ilişkiler yardımıyla kendi varlığını sürdürebilme ve ihtiyaçlarını giderebilme imkânı bulur. (İmamoğlu, 2021). Bu nedenle pandemi sürecinde kişilerarası iletişimin azalması, daha kısa ve sınırlı hale gelmesi katılımcıların etkilendiği bir nokta olarak değerlendirilmiştir.

4.11. Kovid-19'un Eşler Arası İlişkiye Olan Etkisinin İncelenmesi

Eşler arası ilişki alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.12'de verilmiştir:



Şekil 4.12. Eşler Arası İlişki

Şekil 12'de görüldüğü gibi katılımcıların eşler arası ilişkilerine yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlardan en çok ifade edilen kod ilişkide belirgin bir sorun yaşamama olurken diğer kodlar; mutlu ve paylaşıma açık, birlikte geçirilen kaliteli zamanda artış, tartışmaların/anlaşmazlığın artışı, belirsizlik kaynaklı gerginlik, ilişkinin kötüye gitmesi, huzursuzluk, inişli- çıkışlı, tahammül sınırının azalması ve teknolojik aletlere yönelme olarak ifade etmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

K13: "*Eşimle bu durumla alakalı herhangi bir problem yaşamadık. Eşimle ilişkimiz genelde güzel olduğu için birbirimizi her konuda anlamaya çalışıyoruz.*"

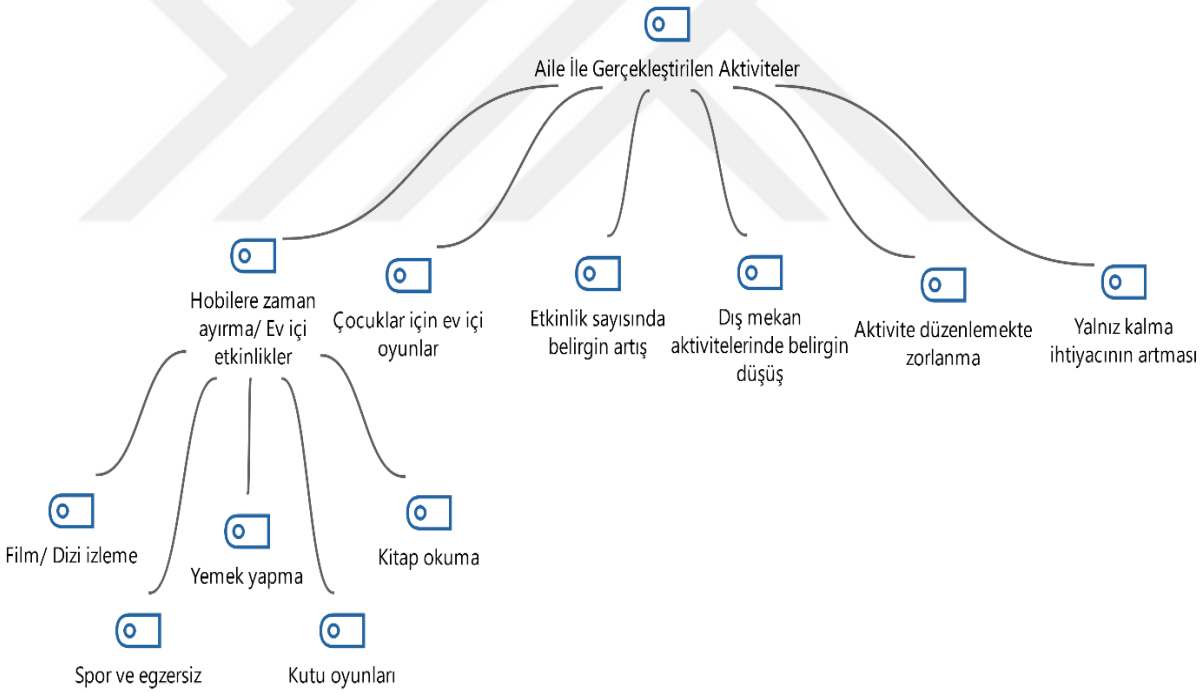
K6: "*Sürekli evde olduğumuz için bazı zamanlarda birbirimize olan tahammül seviyemizin azaldığını hissettiğimiz zamanlar oldu, ben şahsen bazen pasif agresif bir ruh haline büründüğümü hissediyorum ve sorunlar yaşanabiliyor. Olumlu etkileri de oldu ama birbirimizi özleyemiyoruz. Günümü anlatıyordum daha önce, eşim de aynı şekilde ama anlatacak bir şeyimiz de yok çünkü evdeyiz. Bazen en küçük şeyler yoruyor, anlamsız belki ama ruh halimizi de ekiliyor ister istemez.*"

Evlilik olgusu, toplumsal yapımızın temelini arz eden aile kavramını meydana getirmesi nedeniyle tüm toplumlarda görebileceğimiz bir durumdur. Evlilik, kadın ve

erkeğin birlikte yaşamak, hayatlarını paylaşmak, çocuk sahibi olmak ve çocuklarını yetiştirmek gibi amaçlar güderek imzaladıkları bir sözleşmedir. (Özgüven, 2000:19). Evlilik kavramı, insanoğlunun varoluşundan bu yana içerisinde bulundukları toplumda hayatta kalmanın bir gereği olarak bireysel olarak ben fikrinden biz fikrine geçiş sağladığı bir durum varsayılmaktadır. (Genç ve Veli Baki, 2021). Bu nedenle yapılan araştırmada evli çiftlerin bu süreçte eşleri ile olan ilişkilerine bakılmıştır. Ve çiftlerin çoğunlukla bir sorun yaşamadığı, süreç içerisinde çözüm geliştirebildiği görülmüştür.

4.12. Kovid-19'un Aileyle Geçirilen Aktivitelere Olan Etkisinin İncelenmesi

Aileyle geçirilen aktiviteler alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.13'te verilmiştir:



Şekil 4.13. Aile ile Gerçekleştirilen Aktiviteler

Şekil 13'te görüldüğü gibi katılımcıların aile ile gerçekleştirilen aktivitelere yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlardan en çok ifade edilen kod hobilere zaman ayırma/ev içi etkinlikler olurken diğer kodlar; çocuklar için ev içi oyunlar, etkinlik

sayısında belirgin artış, dış mekân aktivitelerinde belirgin düşüş, aktivite düzenlemekte zorlanma ve yalnız kalma ihtiyacının artması olarak ifade etmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

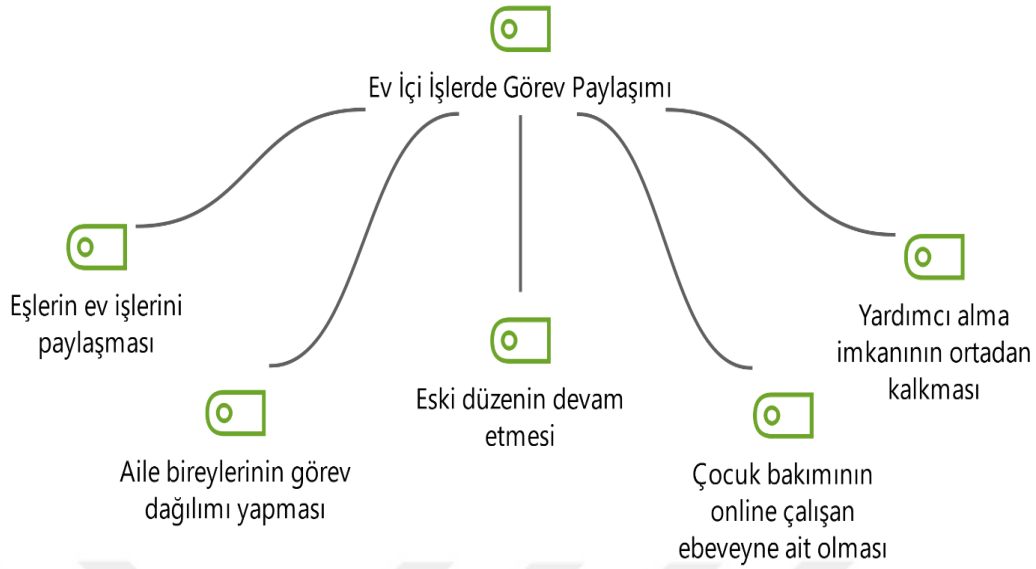
K16: "*Birlikte daha fazla vakit geçirdiğimiz için daha fazla aktivite yapabildik. Genelde çocuğa yönelik aktiviteler düzenledik, biz yetişkinler için de evde film ya da dizi takip etmek gibi bir şeyler yaptık.*"

K15: "*Aile içi akşamları ve hafta sonları çocuklarla vakit geçiriyoruz ve kutu oyunları oynuyoruz, dışarı eskisi kadar çıkamıyoruz. Ama az da olsa aktiviteye zaman ayırmaya çalışıyoruz."*

Aile kavramı içerisinde bulunduğumuz toplumun temel yapı taşıdır. Sağlık bir toplumu sağlıklı olan aileler oluşturur. Aile olmak, bir aileye ait olmak, bireye sevgi, korunma hissi ve aidiyet sağlar. Sağlık ailelerde aile fertleri, birbirilerinin mutluluklarını ve psikolojik iyi oluşlarını destekleten davranışlar sergilerler. (Canel, 2011). Bu nedenle aileyle geçirilen kaliteli zaman, ailenin sağlıklı bir şekilde işlemesi açısından çok önemlidir. Katılımcıların ise pandemi sürecinde aileleriyle daha fazla vakit geçirebildikleri, bağlarını güçlendirdikleri ancak aktivitelerinin kapalı ortamla sınırlı kaldığı görülmektedir.

4.13. Kovid-19'un Ev İçi Görev Paylaşımına Olan Etkisinin İncelenmesi

Ev içi görev paylaşımı alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.14'te verilmiştir:



Şekil 4.14. Ev İçi İşlerde Görev Paylaşımı

Şekil 14'te görüldüğü gibi katılımcıların ev içi işlerde görev paylaşımına yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlardan en çok ifade edilen kod eşlerin ev işlerini paylaşması olurken diğer kodlar; aile bireylerinin görev dağılımı yapması, eski düzenin devam etmesi, çocuk bakımının online çalışan ebeveyne ait olması ve yardımcı alma imkanının ortadan kalkması olarak ifade etmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

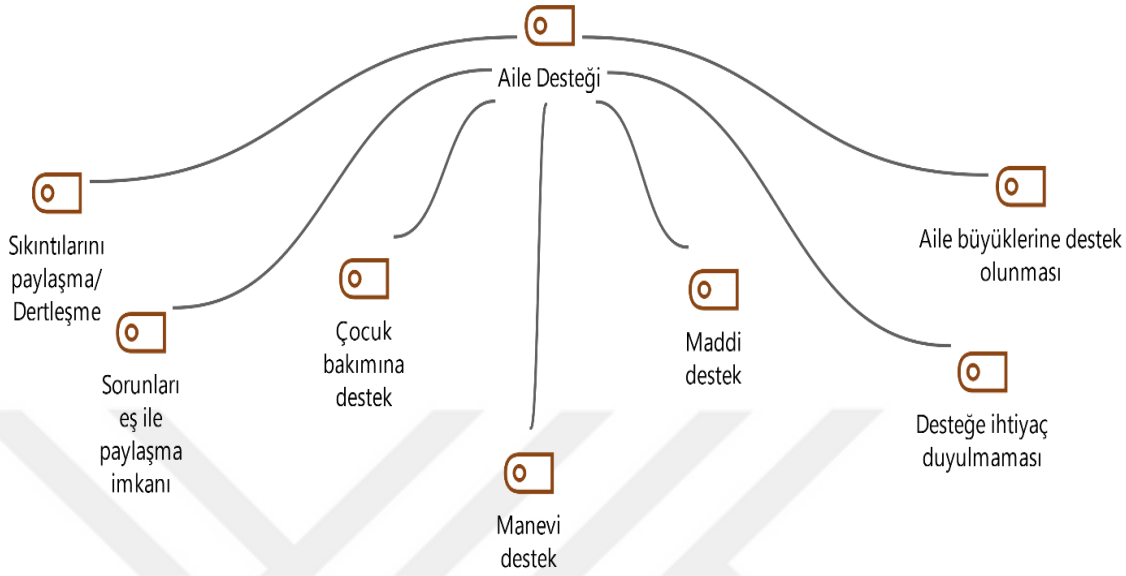
K4: "*Eşim bazı noktalarda bana yardımcı oldu. Paylaşımcı bir sistem yürüttük. Paylaşımcı olmak da zorundaydık aslında diğer türlü her şey çok zor ve içinden çıkılmaz hale geliyor. Çocuk ev ve iş bir arada tek kişinin altından kalkabileceği bir durum değil.*"

K11: "*Eşim evde online çalışırken ben çocuğumuzla ilgilenmek zorundayken, temizlik, yemek gibi işlerde bana yardımcı oldu. Özellikle temizlik yaptığımız günleri hafta sonuna denk getirdik. İkimiz de müsaitken birimiz çocukla ilgilenip diğerimiz temizlik işini yaptı. Daha sonra ben yemeği yaptım gibi o şekilde kendimiz işlerimizi düzenledik.*"

Katılımcılarının ev işleriyle ilgili görüşleri alındığında, eşler arasında görev dağılımının artış göstermesi ve paylaşımın artması, ancak eve dışarıdan bir destek alamama gibi olumsuzlukların da aynı ölçüde artması gibi yanıtlarla karşılaşılmıştır.

4.14. Kovid-19'un Aile Desteğine Olan Etkisinin İncelenmesi

Aile desteği alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.15'te verilmiştir:



Şekil 4.15. Aile Desteği

Şekil 15'te görüldüğü gibi katılımcıların aile desteğine yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlardan en çok ifade edilen kod sıkıntıları paylaşma/dertleşme olurken diğer kodlar; sorunları eş ile paylaşma imkânı, çocuk bakımına destek, manevi destek, maddi destek, desteğe ihtiyaç duyulmaması ve aile büyüklerine destek olunması olarak ifade etmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

K19: "*Aile üyelerinden ihtiyacım olan desteği istediğim zaman alabildim. Özellikle eşimin ve kız kardeşimin çok fazla desteği oldu. Ne zaman konuşmak istesem bana destek oldular ve sohbet edebildik.*"

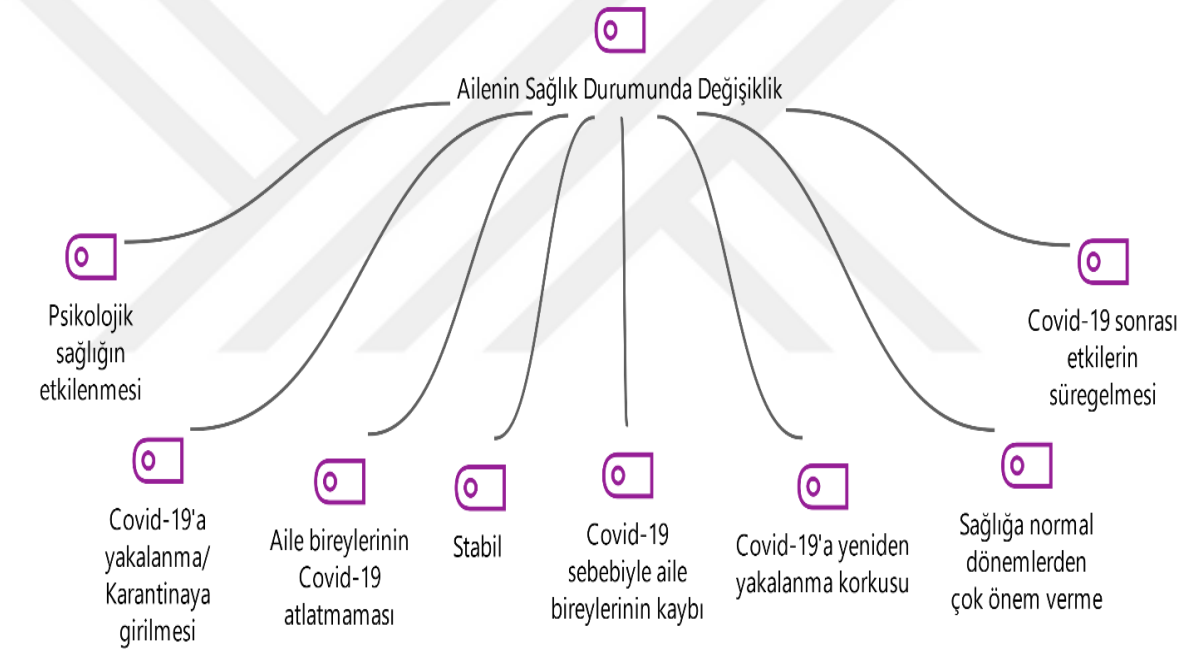
K12: "*Eşimle birlikte birbirimize psikolojik anlamda da maddi ve manevi anlamda da destek olduk. Başka kimseden bir destek talebinde bulunmadım. Sorunlarımızı hep konuşarak birlikte çözdük.*"

K10: "*Herhangi büyük bir sıkıntı yaşamadığım için bir destek alma talebim olmadı, ama olsaydı bana destek olurlardı. Günlük sorunlar yaşıyorum, bunlar için de kimseye dert yanmadım. Ailem kalabalık ve kendi sorunlarıyla uğraşmaya çalışıyorlar.*"

Aile kavramı güçlü, kararlı, dirençli ve dayanıklı bir kavram olarak kabul edilir. Ailenin gücü, psikolojik sağlık ve iç kontrol mekanizması meydana getirmek için kullanılabilir. (Cluver ve ark, 2020). Bu nedenle bu süreçte katılımcılardan ifade edilen görüşlerde ailenin destek sürecinde önemli bir rol oynadığı ve psikolojik iyi oluşu desteklediği yönünde olmuştur.

4.15. Kovid-19'un Ailenin Sağlık Durumuna Olan Etkisinin İncelenmesi

Ailenin sağlık durumu alt temasına ilişkin kodlar şekil 4.16'da verilmiştir:



Şekil 4.16. Ailenin Sağlık Durumunda Değişiklik

Şekil 16'da görüldüğü gibi katılımcıların ailenin sağlık durumunda yönelik verdikleri cevaplardan oluşan kodlardan en çok ifade edilen kod sıkıntıları psikolojik sağlığın etkilenmesi diğer kodlar; Kovid-19 sonrası etkilerin süregelmesi, Kovid-19'a yeniden yakalanma korkusu, sağlığa normal dönemlerden çok önem verme, Kovid-19 sebebiyle aile bireylerinin kaybı, Kovid-19'a yakalanma/ karantinaya girilmesi, aile

bireylerinin Kovid-19 atlatmaması ve stabil olarak ifade etmişlerdir. Bu temaya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazıları şunlardır:

K5: "*Sağlık olarak etkilenmedik ancak bir kez Kovid geçirdik, o süreçte karantinadaydık, kalıcı bir etkisi olmadı. Ancak psikolojik olarak zor bir süreçti, hastalığın kalıcı bir etkisi olup olmadığını bilmiyorduk, tabi etkilendik.*"

K19: "*Sağlığımız çok şükür bozulmadı ancak bozulmasından endişe duyduk. Alabildiğimiz tüm önlemleri aldık. Bu önlemleri almak da bizi psikolojik olarak yordu.*"

K7: "*Aile içi sağlık durumunda bir değişiklik olmadı, pandemi sebebi ile sağlığımıza biraz fazla özen gösterdik ve şu ana kadar hastalığa yakalanmadık. Ancak dayım hastalık sebebi ile vefat etti. O bizi çok üzdü. Annem ve kardeşim de Kovid sürecini çok zor atlattı, annem yoğun bakımda kaldı ve çok kilo verdi. Hastalık nedeniyle bazı hastalıkları çıktı. Bu beni çok üzdü çünkü uzaktaydım ve müdahale edemiyordum. Dayımın cenazesi ise ben katılamadan kalktı. Çok kötü bir durumdu.*"

4.16. Kelime Bulutu

Katılımcılarla yapılan görüşme kayıtlarının program aracılığı ile çözümlenmiş halinde sözcüklerin frekanslarına göre oluşturulan kelime bulutunda, en fazla tekrarlanan kelimeler daha büyük şekilde görülmektedir. Şekil 4.17'ye göre en fazla tekrarlanan sözcük ''değişiklik'', ikinci olarak aile ve üçüncü olarak ifade edilen ''destek'' olmuştur. Kelime bulutu yapılan araştırmada katılımcıların pandemi döneminde yaşadıkları durumlar ve hissettikleri hisler ile alakalı en çok hangi kelimeleri kullandığını görebilmek amacıyla oluşturulmuştur.



Şekil 4.17. Kelime Bulutu

5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Tartışma bölümünde araştırmacı tarafından gerçekleştirilen araştırmanın bulgularının alan yazında benzer konularda gerçekleştirilen araştırmalar ile örtüşme gösterip göstermediği irdelenmiştir. Sonuç bölümünde araştırmanın bulguları araştırmacı tarafından yorumlanmış ve özetlenmiştir. Öneriler bölümünde ise araştırmacının araştırma sonucunda edindiği bilgiler ve fikirler ışığında yapılacak yeni çalışmalara yardımcı olması amaçlanmış önerileri derlenmiştir.

5.1. Tartışma

Araştırmanın bulguları incelendiğinde pandemi sürecinde çocuk sahibi olan ebeveynlerin, süreçten birçok açıdan etkilendiği görülmektedir. Literatür araştırması yapıldığında, iki yıllık süreçte pandemi ile ilgili olabildiğinde araştırma yapıldığı görülmüştür. Araştırmanın temel yapı taşını aile olmak ve bu sürecin etkilerini bir aile olarak hissetmek oluşturmaktadır.

Hepimizin bildiği üzere aile içerisinde bulunduğumuz toplumun temeli ve çekirdeğidir. Toplum olarak varsaydığımız her oluşum temelinde ailelere dayanmaktadır (Ağdemir, 1991). Bu anlamda yaşanan talihsiz ve evde kaldığımız uzun süreçlerden bir aile olarak etkilenmemek imkânsız görülmektedir. Özyürek ve Çetinkaya'nın (2021) gerçekleştirdiği araştırmanın ise ailenin pandemi sürecindeki aile ilişkilerini yürütmede; maddi problemler, akraba ilişkilerinin azalması, iş kaybı yaşanması, aile içi iletişimin artması gibi durumlarının yapılan araştırma ile benzer sonuçlar verdiği görülmektedir. Ebeveynlerin yaşam kalitelerinde/düzenlerinde olan değişimlerin ise; Başaran ve Aksoy'un (2020), gerçekleştirdiği çalışmada; babaların evde aktif işler üstlenmeleri, ebeveynlerin yakınları ile görüşme konusuna titizlikle yaklaştıkları, sosyal hayattan uzak kalmanın mutsuzluk hissi verdiği, bazı zamanlar ise hastalığa yakalanmaktan korkup umutsuzluğa kapıldıkları hissi yaşamaları nedeniyle benzer sonuçlara sahiptir. Hatun ve arkadaşlarının gerçekleştirdiği bir araştırmaya göre ise; sürecin bireylerin hayatına sakinlik ve düzen getirdiği, bireylerin pandemi sürecinde evde kalmaları sebebi ile zamanlarını daha iyi değerlendirebildiği, daha sakin bir ruh haline bürünebilecek aktivitelere yöneldiği gibi sonuçlar yapılan araştırmayı desteklemektedir. Araştırmada görüşülen annelerin hükümetin

kısıtlamaları nedeniyle uzaktan eğitime geçilme ve çocuklarının eğitim hayatı ile ilgili kaygılarının artışı, gelecek korkusu ve yeterli desteği alamama konusunda olan korkularının artış göstermesi elde edilen bulguların, Hood ve arkadaşlarının (2021) yaptıkları araştırma ile örtüşen sonuçlar göstermektedir. Singh ve Singh (2020) tarafından yapılan araştırmada gelişen ve gelişmekte olan ülkelerdeki bireylerin koronavirüs hakkında korku, kaygı ve stres hissettiği ise yine araştırmanın sonuçlarını desteklemektedir. Koronavirüs sürecinde elde edilen bulgularda bazı ebeveynlerin işsiz kaldığı ve geçimin artan maddi giderler nedeni ile zorlaştığı görülmüştür, Bulut ve Pınar'ın 2020) yayınladığı makalede ise işsizlik oranının pandemi sürecinde artış gösterdiği ve özellikle genç kesiminin bu konuda zorlandığı ifade edilmektedir. Yapılan araştırmada bazı ebeveynlerin uzaktan çalışma ile işlerine devam ettiği ve olumlu ve olumsuz deneyimler elde ettiği görülmüştür. Seriniklik'in gerçekleştirdiği araştırmada ise (2020) bu deneyimlerin çalışan bireylerin aileleri ile daha fazla vakit geçirmesi, çocuklu ailelerde kadının çocuk bakımı sorumluluğunu yüklenmesi ve yoğunluk gibi sonuçlar ile örtüştüğü görülmüştür. Koronavirüs sürecinde katılımcıların çoğu sosyal hayatın kısıtlandığını, akraba ve yakın arkadaş görüşmelerinin azaldığını belirtmiştir. İnce ve Yılmaz'ın (2020) gerçekleştirdiği araştırmanın sonuçlarında ortaya çıkan koronavirüs sürecinin arkadaşlık ve akrabalık ilişkilerini olumsuz etkilediği ve teknolojik araç kullanımının artış gösterdiği, yapılan araştırma ile benzer bulgulara sahip olduğunu göstermektedir. Elde edilen; ebeveynlerin sosyal hayatlarının kısıtlanması, günlük rutinlerinde değişiklikler yaşanması, sosyal destek alabilecekleri kaynaklardan uzak kalınması ve sevdikleri insanlar ile aralarına mesafe girmesi gibi bulguların; Kaya ve Akın Işık'ın (2021) yaptığı araştırma ile benzer bulgulara sahip olduğu görülmektedir. Gencer'in (2020) gerçekleştirmiş olduğu ve koronavirüsün psikolojik etkilerinin incelendiği bir araştırmada da salgının sonrasında kişilerin korku, panik, umutsuzluk ve endişe duygularını deneyimlediği gözlemlenmiştir. Ölüm olgusunun da yine kişilerin olumsuz duygu durumlarında bir artış gösterdiği görülmüştür. Yapılan araştırmada ise kişilerin koronavirüse yakalanmada korku yaşaması ve psikolojik anlamda olumsuz duygu durumunu deneyimlemelerinin bu sonuçlar ile örtüştüğü görülmektedir. Calvano ve arkadaşlarının (2021) gerçekleştirdiği bir araştırmada pandemi sürecinde ebeveynlerin stres düzeylerinde bir artış olduğu belirlenmiştir. Bu stresin özellikle sosyal mesafe ve eğitim kurumlarının kapatılması ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Yapılan araştırmada da yine aynı şekilde tüm katılımcıların ebeveyn olması ve stres düzeylerinin bahsedilen konular nedeniyle yüksek olduğunu belirtmesi nedeniyle bulguların benzerlik gösterdiği düşünülmektedir. Yine Güven ve arkadaşlarının (2021) hazırladığı ve ebeveynlerin katılım gösterdiği raporda; ebeveynlerin genel ruh haline endişenin hakim olduğu, kendilerine pandemi öncesine nazaran daha az vakit ayırabildikleri ve çocuklarının eğitim kurumlarının salgından ötürü kapatılmasından dolayı çocuklarla evde uzun süre vakit geçirmenin yorgunluğa sebep olduğu belirtilmiştir. Yapılan araştırmada ise yine benzer şekilde ebeveynlerin kişisel vakit yaratmakta zorluk çektiği, çocukları ile ilgilenme ve vakit geçirme saatlerinin artış gösterdiği ve kendilerini kaygılı hissettikleri sonuçlarına ulaşılmıştır. Bu bağlamda araştırmalar birbirleri ile örtüşen bulgulara sahiptir.

5.2. Sonuç

Gerçekleştirilen araştırmada nitel araştırma yöntemi ile yapılmış olup, araştırma deseni olarak fenomenolojik araştırma deseni kullanılmıştır. Kullanılan yöntemler ile katılımcı olan ebeveynlerde pandemi döneminin yaşam kalitelerine ile aile içi ilişkilerine olan etkisi incelenmeye çalışılmıştır. Toplamda 21 katılımcının katılım sağlaması ile gerçekleştirilen araştırmaya; 21 kadın katılmış olup, yaş aralıkları 25-58 arasında değiştiği görülmektedir. Araştırmaya ebeveyn katılımcıların dahil edilmesi nedeniyle, hepsinin çocuk sahibi olduğu ve evli oldukları belirtilmiştir. Bu yönden katılımcıların çeşitliliğe sahip olduğu, ancak bazı ortak noktalarda buluştuğu görülmektedir. Katılımcıların eğitim durumları ise yine değişen bir skalada bulunmaktadır, çünkü araştırma içerisinde pandeminin, eğitim düzeyi yüksek-düşük, çalışan-çalışmayan bireylerin yaşam kalitesine ve aile içi iletişimine olan etkisi de gözlemlenmiştir.

Araştırmadan elde edilen bilgilere göre kişilerin pandemi nedeniyle; çevreyle iletişim, psikolojik sağlık, fiziksel sağlık, maddi durum ve iş hayatı konusunda etkilendikleri görülmüştür. Kişilerin yine aynı şekilde; kişiler arası ilişkilerinde, sağlık durumlarında, aile desteğinde, ev içerisinde eşlerle olan görev paylaşımlarında, aile bireyleri ile gerçekleştirilen aktivite türü ve sayılarında, partnerler arası ilişkilerde, günlük rutinlerinde ve aile içi ilişkilerinde birtakım değişiklikler yaşadıkları görülmüştür.

Araştırmada katılımcılardan sağlanan bilgilere göre; pandemi sürecinde çevreyle iletişim konusunda azalmanın yaşandığı, kişilerin arkadaş ve akrabalarıyla yüz yüze buluşmalar gerçekleştiremedikleri veya bu buluşmaların oldukça azaldığı, kendilerini kısıtlanmış hissettikleri, dışarıda zaman geçirmek veya bir topluluğa karışmak istediklerinde kendilerini ve çevreyi riske attıkları korkusu yaşadıkları gözlemlenmiştir.

Katılımcıların süreç içerisinde çoğunlukla psikolojik anlamda olumsuz duygu-durum deneyimlediği ve bu duyguları çoğunlukla yakın aile üyelerinin desteği ile aşmaya çalıştığı gözlemlenmiştir. Yaşanan olumsuz duyguların yoğunlukla kaygı ve korku olduğu; olumlu duyguların ise geleceğe umutla bakabilme ve stabil ruh hali olduğu gözlemlenmiştir. Deneyimlenen olumsuz duyguların yaşanan sürecin sağlıkla ilgili bir olması ve hastalığı atlatmanın hissettirdiği kaygı olduğu görülmüştür. Destek almayan katılımcılar süreç içerisinde baş edemeyeceklerini düşündükleri anlarda yardım almaktan çekinmediklerini belirtmişlerdir.

Ebeveynlerin genellikle olumsuz fiziksel belirtiler deneyimledikleri, bu belirtilerin en çok dile getirileninin yorgunluk hissi olduğu, yorgunluk hissi haricinde hastalığı geçirmiş olmanın bıraktığı fiziksel sorunlar ve strese bağlı fiziksel yansımalar yaşadıkları görülmüştür.

Çiftlerin finansal anlamda ise harcamaların artması ya da işsiz kalma nedenleri ile ise zorluk çektikleri görülmüştür. Pandemi süreci nedeniyle yapılan çevrim içi satın almaların artış göstermesi, kişilerin gelirlerinin sabit kalması ancak harcama ve ihtiyaçlarının artması nedeniyle çoğu katılımcının maddi yaşantılarında zorluk yaşadığı görülmüştür.

Çalışma hayatı konusunda hem olumlu hem de olumsuz görüşlerle karşılaşılmış, bu durum sahip olunan meslek dalına göre değişim göstermiştir. Örneğin; salgın süresince yoğun bir şekilde çalışan sağlık çalışanı bir katılımcı, süreci oldukça yoğun ve yorucu olarak tanımlarken, sosyal medya ile ilgilenen katılımcı sürecin iş hayatı açısından zorlayıcı olmadığını dile getirmiştir. Pandemi sürecinde her meslek grubunun evden çalışmaya geçmemesi ve yoğunluğunun aynı kalmamasının belirleyici bir rol oynadığı düşünülmektedir. Uzaktan çalışan katılımcılar ise süreci yine kendi içerisinde olumlu ve olumsuz olarak değerlendirebilmektedir. Bazı katılımcılar uzaktan çalışmanın aile

ile geçirilen vakte ve rahat çalışmaya yol açtığını düşünürken bazı katılımcılar sürekli evden çalışmanın verimsiz olduğunu, motivasyon kaybının yaşanabileceğini ve yoğun bir süreç olduğunu ifade etmiştir. Burada değerlendirilen durumun kişisel özelliklere ve aile yaşantısına göre değişim gösterebileceği düşünülmektedir.

Aileler günlük rutinlerine ve değişimlere çabuk uyum sağlamış ve büyük değişimler yaşamamıştır. Ancak bu süreç aile içi ilişkilerini güçlendirmiş ve birbirlerine daha fazla zaman ayırabilmişlerdir. Beraber gerçekleştirilen etkinliklerde ve harcanan zamanda bir artış görülmüştür. Katılımcıların çoğunun sürecin aile ile olan ilişkilerine güçlendirmede katkı sağladığını ifade ettiği görülmektedir.

Salgın öncesinde var olan sosyal hayatın azalması ile, görüşmeler azalmış, telefon üzerinden ve daha kısa süreli olarak yapılmaya başlamıştır ve katılımcıların neredeyse tamamı bu deneyimlerini paylaşmışlardır. Katılımcıların çoğu bu deneyimin olumlu olmadığı ve salgın öncesi durumun kendileri açısından daha iyi olduğu konusunda hem fikirdir. Salgın sonrasında yine neredeyse tüm katılımcılar akraba ve arkadaşları ile görüşmelerinin azaldığını ve çekirdek aile bireyleri ile yakınlaştıklarını hissettiklerini deneyimlemişlerdir. Aileyle geçirilen sürenin artışı ve dünya çapında uygulanan kısıtlama ve yasakların bu duruma sebep olduğu düşünülmektedir.

Eşler arası ilişkiye baktığımızda ise; eşlerin genellikle birbirlerine destek oldukları ve ev içerisinde iş bölümüne uymaya çalıştıkları görülmektedir. Aralarındaki iletişimin arttığı ve eşlerin birbirlerine anlayış gösterdiği ise katılımcılar aracılığı ile gözlemlenmiştir. Çoğu katılımcı bu süreçte eşi ile herhangi bir problem yaşamadığını ve süreci bu yönden sağlıklı atlattıklarını belirtmiştir.

Ebeveynlerin pandemi nedeniyle hobilerine daha fazla zaman ayırabildikleri, evde çocuklarıyla aktiviteler düzenleyebildikleri ancak daha önceden gerçekleştirdikleri açık hava etkinliklerini gerçekleştiremedikleri görülmüştür. Katılımcılardan alınan bilgilere göre pandemi öncesine göre aktivite türlerinin ve sayılarının değişim gösterdiği düşünülmektedir.

Süreçte aile üyelerinin birbirlerine destek olduğu ve iletişimin yüksek olduğu görülmüş, salgının katılımcıları psikolojik anlamda yıpratmış olduğu belirlenmiştir.

Ebeveynlerin ev içerisinde görev paylaşımlarının salgın öncesine göre oldukça artış gösterdiği, eşlerin ev işlerinde birbirlerine destek olmaya gayret gösterdikleri, ancak

çocuk bakımı konusunda aldıkları destek kısıtlandığı için zorluk yaşadıkları gözlemlenmiştir. Yine uzaktan çalışmanın evde olup, çocuk bakımı ile ilgilenmekte zorluk yaşattığı düşünülmektedir.

Katılımcıların büyük bir çoğunluğu bu süreçte aile üyeleriyle duygusal paylaşım yaptığını ve birbirlerine maddi ve manevi destekte bulunduklarını belirtmiştir. Bu nedenle pandeminin aile içi ilişkilere olumlu bir katkısı olduğu düşünülmektedir.

Ebeveynler pandemi sürecinde sağlık konusunda bazı endişeler yaşadıklarını belirtmiş, çoğu psikolojik sağlık ve fiziksel sağlığa verilen önem konusunda bazı kaygılar yaşadıklarını belirtmiştir. Deneyimlenen sürecin sağlık odağında olması ve değişimlere sebep olmasının bu duruma yol açtığı düşünülmektedir.

Katılımcıların pandemi dönemi ile ilgili deneyimledikleri durumların incelenmesi araştırma açısından büyük önem arz etmektedir. Yapılan araştırmanın; pandemi sonrasında yapılacak araştırmalarda ya da ileri dönemde ortaya çıkacak bir salgın hastalığın etkilerini gözlemlemede teorik anlamda yardımcı olacağı düşünülmektedir.

5.3. Öneriler

Yapılan araştırma ile pandemi sürecinde ebeveynlerin yaşam kaliteleri ve aile içi ilişkilerinin etkilenip etkilenmediği gözlemlenmiştir. Sunulacak önerilerin bu konu hakkında ileride yapılacak çalışmalarda ve literatüre katkı sağlamada yardımda bulunabileceği ümit edilmektedir. Bu nedenle öneriler maddeler halinde belirtilmiştir.

1. Araştırma nedeni ile literatür taraması yapıldığında pandemi hakkında yapılan araştırmaların çoğunlukla yabancı kaynaklar tarafından gerçekleştirildiği görülmektedir. Yeni bir durum olması nedeniyle önümüzdeki süreçte pandeminin etkilerinin araştırılması alan yazına katkıda bulunacaktır.
2. Yine yapılan araştırmalarda pandeminin süreç sonrasında yaşattığı psikolojik sıkıntılara ve zorluklarına dair araştırmaların planlanması etkili olacaktır.
3. Pandemi sırasında yaşanan içe kapanma ve sosyal medya bağımlılığının ileriki süreçlerde çocuk ve gençlerde yansımasının olacağı düşünülerek bu bağımlılıklar hakkında gereken önlemler alınmalıdır.
4. Süreçte yaşanan sosyal etkileşim azalmasının telafi edilmesi amacıyla, salgın sonrasında özellikle çocuklara ve gençlere sosyal etkinliklerini arttıracak uygulamalar okul ve dış alanlarda planlanmalıdır.

5. Pandemi süresince evde kalan ve aile içi ilişkilerinde gerileme hisseden ailelerin danışmanlık almaları ve süreci sağlıklı yönetmeleri önerilmektedir.
6. Araştırmada karşılaşılmayan ancak literatürde sıkça karşımıza çıkan pandemi sürecinde aile içi şiddet hakkında bilgilendirmeler yapılmalıdır.

KAYNAKÇA

Abuhammad, S. (2020). Barriers to distance learning during the COVID-19 outbreak: A qualitative review from parents' perspective. *Heliyon, 6*(11), 1-5.

Adnan, M., & Anwar, K. (2020). Online learning amid the covıd-19 pandemic: students' perspectives. *Online Submission, 2*(1), 45-51.

Ağdemir, S. (1991). Aile ve eğitim. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 1*(1).

Ahmed, F., Ahmed, N. E., Pissarides, C. & Stiglitz, J. (2020). Why inequality could spread COVID-19. *The Lancet Public Health, 5*(5).

Aile Araştırma Kurumu, (1991). *Türk aile ansiklopedisi*. Ankara: Aile Araştırma Kurumu Yayınları.

Akçacı, T. ve Çınaroğlu, M. S. (2020). Yeni koronavirüs (covıd-19) salgınının lojistik ve ticarete etkisi. *Gaziantep University Journal of Social Sciences, 19(COVID-19 Special Issue), 19*, 447-456.

Akdemir, N. ve Birol, L. (1998). Dinlenme uyku ve düzensizlikleri- yaşam kalitesi. Akdemir N. (Ed), *İç Hastalıkları ve Hemşirelik Bakımı El Kitabı*. (1. Baskı). İstanbul: Vehbi Koç Vakfı Yayınları, 18-139.

Akkemik, Y. ve Güner, A. (2020). COVID-19 salgını bir gıda güvenliği tehlikesi midir? *Electronic Turkish Studies, 15*(4), 15-24.

Aktaş, G. (2015). Türkiye'de aile sosyolojisi çalışmalarına genel bir bakış. *Journal of Sociological Studies/Sosyoloji Konferanslari, 2*(52), 419-441.

Alan, G. (2020). UNESCO: 826 milyon öğrencinin evinde bilgisayar yok. 15 Aralık 2021 tarihinde, https://tr.euronews.com/my-europe/2020/04/21/unesco-826-milyon-ogrencinin-evinde-bilgisayar-yok adresinden erişildi.

Alesina, A. & Giuliano, P. (2014). *Family ties.* In Handbook of economic growth, (Volume 2). 177-215. Elsevier.

Alıcılar, H.E., Güneş, G., ve Meltem,Ç. (2020). Toplumda covıd-19 pandemisiyle ilgili farkındalık, tutum ve davranışların değerlendirilmesi. *ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi, 5*(1), 1-16.

Alpago, H. ve Alpago, D. O. (2020). Korona virüs ve sosyoekonomik sonuçlar. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (8), 99-114.

Arslan-Dikme, Ş. ve Gültekin, B. K. (2021). Covid19 pandemi sürecinin evden çalışan ebeveynler ve çocuklarına etkileri. *Eğitim ve Gençlik Araştırmaları Dergisi*, *1*(1), 31-48.

Aslantürk, Z. ve Amman, T. (2001). *Sosyoloji, kavramlar, kurumlar, süreçler, teoriler*. (4.Baskı). İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Assessment, O. I. E. (2020). Coronavirus: the world economy at risk. *Organisation for Economic Co-operation and Development. France: Assessment*, 1-15.

Bahasoan, A. N., Ayuandiani, W., Mukhram, M. & Rahmat, A. (2020). Effectiveness of online learning in pandemic COVID-19. *International journal of science, technology and management*, *1*(2), 100-106.

Bai, R., Liang, J., Qi, J., He, X. & Wang, Z. (2020). The effect of the COVID-19 outbreak on children's behavior and parents' mental health in China: A research study. *Research Square*. 1-18.

Baloğlu, N., ve Bulut, M. B. (2015). Aile liderliği. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi, 6*(18), 185-197.

Akturan, U. Ve Baş, T. (2008). *Nitel araştırma yöntemleri.* Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Aksoy, A. ve Başaran, M. (2020). Anne-babaların korona-virüs (COVID-19) salgını sürecinde aile yaşantılarına ilişkin görüşleri. *Journal of International Social Research, 13*(71), 668-678.

Başaran, M., Doğan, E., Karaoğlu, E., ve Şahin, E. (2020). Koronavirüs (Covıd-19) pandemi sürecinin getirisi olan uzaktan eğitimin etkililiği üzerine bir çalışma. *Academia Eğitim Araştırmaları Dergisi, 5*(2), 368-397.

Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu. (1995). *Aile içi şiddetin sebep ve sonuçları.* Ankara.

Bates, L. C., Zieff, G., Stanford, K., Moore, J. B., Kerr, Z. Y., Hanson, E. D. & Stoner, L. (2020). COVID-19 impact on behaviors across the 24-hour day in children and adolescents: physical activity, sedentary behavior, and sleep. *Children, 7*(9), 138.

Bayer, A. (2013). Değişen toplumsal yapıda aile. *Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 4*(8), 101-129.

Beşirbellioğlu, B. A. (2007). Sars kuşkulu ve damlacık çekirdeği ile bulaşan infeksiyonlarda DAS yönetimi. *Ulusal Sterilizasyon Dezenfeksiyon Kongresi, 5*, 4-8.

Beyaz Özbey, İ. (2021). Koronavirüs salgınının toplumsal yapı üzerindeki etkileri: erzurum örneği, *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, (23)*3, 821-839.

Bozdağ, F. (2020). Pandemi sürecinde psikolojik sağlamlık. *Electronic Turkish Studies, 15*(6), 247-257.

Bozkurt, V. (2020). Pandemi döneminde çalışma: ekonomik kaygılar, dijitalleşme ve verimlilik. *Covıd-19 Pandemisinin Ekonomik, Toplumsal ve Siyasal Etkileri*, 115-136.

Budak, F. ve Korkmaz, Ş. (2020). COVID-19 pandemi sürecine yönelik genel bir değerlendirme: Türkiye örneği. *Sosyal Araştırmalar ve Yönetim Dergisi*, (1), 62-79.

Bulut, R. ve Pınar, Ç. (2020). Covid-19 pandemisi döneminde Türkiye'de istihdam ve işsizlik. *Oğuzhan Sosyal Bilimler Dergisi, 2*(2), 217-225.

Calvano, C., Engelke, L., Di Bella, J., Kindermann, J., Renneberg, B. & Winter, S. M. (2021). Families in the COVID-19 pandemic: Parental stress, parent mental health and the occurrence of adverse childhood experiences-results of a representative survey in Germany. *European Child and Adolescent Psychiatry, 1*(13), 1043-1055.

Canel, A. N. (2012). *Evlilik ve aile hayatı*. *İstanbul:* Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.

Chang, G.C. & Satako, Y. (2020). How are countries addressing the Covid-19 challenges in education? A snapshot of policy measures.

Cluver, L., Lachman, J.M., Sherr, L Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., Blight, S., Hillis, S., Bachman, G., Green, O., Butchart, A., Tomlinson, M., Ward, C.L. & Doubt, J., McDonald, K. Parenting in a time of COVID-19. *Lancet, 395(*10231)

Cohen, M. S. & Corey, L. (2020). Combination prevention for COVID-19. *Science*, *368*(6491), 551-551.

Colucci, E., Nadeau, S., Higgins, J., Kehayia, E., Poldma, T., Saj, A. & De Guise, E. (2022). COVID-19 lockdowns' effects on the quality of life, perceived health and well-being of healthy elderly individuals: A longitudinal comparison of pre-lockdown and lockdown states of well-being. *Archives of gerontology and geriatrics,* 99.

Connell, C. M., Strambler, M. (2020). Studying the unintended consequences of COVID-19 responses on family wellbeing and child safety, *Yale School of Medicine*.

Connelly, L. M. (2016). Trustworthiness in qualitative research. *Medsurg Nursing, 25*(6), 435-437.

COVID-19 (sars-cov2 enfeksiyonu) rehberi. (2020). 7 Ocak 2022 tarihinde https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/rehberler/COVID-19_Rehberi adresinden erişildi.

COVID-19 *Pandemi değerlendirme raporu*. (2020). Türkiye Bilimler Akademisi Yayınları, TÜBA Raporları. 24-27.

Çakar, F. S. ve Uzun, K. (2021). Teacher abuse, school burnout and school attachment as predictors of adolescents' risky behaviors. *Pegem Journal of Education and Instruction, 11*(1), 217-258.

Çelik, C. (2010). Değişim sürecinde türk aile yapısı ve din paradigmatik anlam ve işlev farklılaşması. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, (8), 25-35.

Daniel, J. (2020). Education and the COVID-19 pandemic. *Prospects, 49*(1), 91-96.

Demir, F. ve Özdaş, F. (2020). Covid-19 sürecindeki uzaktan eğitime ilişkin öğretmen görüşlerinin incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, *49*(1), 273-292.

Bozkurt, V., Demirbaş, D. ve Yorğun, S. (2020). *Covid-19 pandemisinin ekonomik, toplumsal ve siyasal etkileri*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınevi.

Demirbaş, N. K. ve Koçak, S. S. (2020). 2-6 yaş arasında çocuğu olan ebeveynlerin bakış açısıyla covid-19 salgın sürecinin değerlendirilmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, 7*(6), 328-349.

Demirutku, K. (2020). Belirsizlik, kontrol, kabüllenme. *Türk Psikologlar Derneği*, 360-380.

Develi, H. (2020). Dilimize bulaşanlar. *Türk Dili, 118*(821), 4-9.

Dhama, K., Khan, S., Tiwari, R., Sircar, S., Bhat, S., Malik, Y. S. & Rodriguez-Morales, A. J. (2020). Coronavirus disease 2019–COVID-19. *Clinical microbiology reviews, 33(*4).

Dilber, A. ve Dilber, F. (2020). Koronavirüs (covıd-19) salgınının bireylerin beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkisi: Karaman ili örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 8*(3), 2144-2162.

Erdoğan, A. ve Hocaoğlu, Ç. (2020). Enfeksiyon hastalıklarının ve pandeminin psikiyatrik yönü: Bir gözden geçirme. *Klinik Psikiyatri Dergisi, 23*(1), 72-80.

Ergül, B. ve Yılmaz, V. (2020). Covid-19 salgını süresince aile içi ilişkilerin doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi, (Özel Sayı*): 38-51.

Erkal, M. E. (1994). *İktisadi kalkınmanın kültür temelleri*. Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı.

Fallowfield, L. (2009). What is quality of life. *What is*, 2.

Fegert, J. M., Vitiello, B., Plener, P. L. & Clemens, V. (2020). Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child and adolescent psychiatry and mental health, 14*(1), 1-11.

Felce, D. ve Perry, J. (1995). Quality of life: Its definition and measurement. *Research In Developmental Disabilities, 16*(1), 51-74.

Fernandes, N. (2020). Economic effects of coronavirus outbreak (COVID-19) on the world economy. , 1-29.

Ferrara, P., Franceschini, G., Corsello, G., Mestrovic, J., Giardino, I., Vural, M., & Pettoello-Mantovani, M. (2021). Effects of coronavirus disease 2019 (COVID-19) on family functioning. *The Journal of Pediatrics, 237*, 322-323.

Flick, U. (Ed.). (2013). *The SAGE handbook of qualitative data analysis.* London: Sage.

Gencer, N. (2020). Pandemi sürecinde bireylerin koronavirüs (Kovid-19) korkusu: Çorum örneği. *Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi*, (4), 1153-1173.

Genç, Y. ve Veli Baki, S. (2017). Eşler arası çatışmaya neden olan faktörler. *Electronic Turkish Studies, 12*(21), 299-314.

Gostin, L. O. ve Friedman, E. A. (2015). A retrospective and prospective analysis of the west African Ebola virus disease epidemic: robust national health systems at the foundation and an empowered WHO at the apex. *The Lancet, 385*(9980), 1902-1909.

Güçlü, İ. (2019). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri: teknik, yaklaşım, uygulama.* Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Güzel, M. (2021). Pandemi sürecinin aile ve ailenin serbest zamanı üzerindeki etkileri. *Uluslararası İletişim ve Sanat Dergisi, 2*(2), 17-49.

Hatch, J. A. (2002). *Doing qualitative research in education settings*. Albany: Suny Press.

Hoey, H., Mestrovic, J., Vural, M., Baranova, L. N., Somekh, E. & Pettoello-Mantovani, M. (2020). Children facing natural, economic and public health crisis in Europe: the risks of a predictable unpredictability. *Turkish Archives of Pediatrics/Türk Pediatri Arşivi*, *55*(1), 4-9.

Honigsbaum, M. (2009). Pandemic. *The Lancet, 373*(9679), 1939.

Hood, R., Zabatiero, J., Silva, D., Zubrick, S. R. & Straker, L. (2021). Coronavirus Changed the Rules on Everything: Parent Perspectives on How the COVID-19 Pandemic Influenced Family Routines, Relationships and Technology Use in Families with Infants. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(23), 1-18.

Hui, D. S., Azhar, E. I., Madani, T. A., Ntoumi, F., Kock, R., Dar, O. & Petersen, E. (2020). The continuing 2019-nCoV epidemic threat of novel coronaviruses to global health—The latest 2019 novel coronavirus outbreak in Wuhan, China. *International journal of infectious diseases*, *91*, 264-266.

Hüşmandi, Ş. (2020). Koronavirüsün yayılmasının dünyadaki ekonomik eşitsizliklere etkisi. *BBC News*, 22 Ocak 2022 tarihinde https://www.bbc.com/persian/business-52714782 adresinden erişildi.

Imran, N., Zeshan, M. & Pervaiz, Z. (2020). Mental health considerations for children and adolescents in COVID-19 pandemic. *Pakistan journal of medical sciences, 36*(4), 67-72.

İmamoğlu, S. E. (2021). *Kişilerarası ilişkiler*. İstanbul: Yeni İnsan Yayınevi.

İnce, M. ve Yılmaz, M. (2020). Olağanüstü olayların sosyal yaşam ve kültürlere etkisi; Covid-19 salgınının Türk kültürüne etkisi üzerine bir araştırma. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD), 6*(2), 552-571.

Johnson, C. & Williams, B. (2020). Gender and political leadership in a time of covıd. *Politics and Gender, 16*(4), 943-950.

Karataş, K. (2001). Toplumsal değişme ve aile. *Toplum ve Sosyal Hizmet, 12*(2), 89-98.

Karpman, M., Gonzalez, D. & Kenney, G. M. (2020). Parents are struggling to provide for their families during the pandemic. *Urban Institute.*

Karstoft KI, Armour C, Elklit A & Solomon Z (2015). The role of locus of control and coping style in predicting longitudinal PTSD trajectories after combat exposure. *Anxiety Disorder, 32*, 89-94.

Kaya, H ve Kiremitçi-Canıöz, E. (2021). Koronavirüs pandemisine yönelik psikolojik bir değerlendirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 13*(2), 232-246.

Kaya, Y. ve Akın, R. (2021). COVID-19 ile yaşanan sosyal izolasyonun aile ve evlilik yaşamına yansımaları: Fenomenolojik bir çalışma. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care, 15*(3), 510-520.

Kılıç, O. (2020). *Küresel salgının anatomisi,* Şeker, M., Özer, A. ve Korkut, C. (Ed.), *Tarihte küresel salgın hastalıklar ve toplum hayatına etkileri.* 14-53.

Kılıç, O. (2020). Tarihte küresel salgın hastalıklar ve toplum hayatına etkileri. Muzaffer Şeker ve Ali Özer ve Cem Korkut (Ed.), *Küresel salgının anatomisi insan ve toplumun geleceği,* (s. 13-55). Ankara: Türkiye Bilimler Akademisi.

Koçak, Z. ve Harmancı, H. (2020). Covıd-19 pandemi sürecinde ailede ruh sağlığı. *Karatay Sosyal Araştırmalar Dergisi, (5),* 183-207.

Kongar, E. (2013). *21. yüzyılda türkiye- 2000'li yıllarda türkiye'nin toplumsal yapısı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Lau, A. L., Chi, I., Cummins, R. A., Lee, T. M., Chou, K. L. & Chung, L. W. (2008). The SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) pandemic in Hong Kong: Effects on the subjective wellbeing of elderly and younger people. *Aging and mental health, 12*(6), 746-760.

Lebow, J. L. (2020). Family in the age of COVID-19. *Family process,* 309-312.

Lee, S. J. & Ward, K. P., (2020). Stress and parenting during the coronavirus pandemic. *Ann Arbor, MI: University of Michigan Parenting in Context Research Lab.*

Lee, S. J., Ward, K. P., Chang, O. D. & Downing, K. M. (2021). Parenting activities and the transition to home-based education during the COVID-19 pandemic. *Children and Youth Services Review, 122*.

Liekefett, L. & Becker, J. (2021). Compliance with governmental restrictions during the coronavirus pandemic: A matter of personal self-protection or solidarity with people in risk groups? *British Journal of Social Psychology*, *60*(3), 924-946.

Luijten, M. A., van Muilekom, M. M., Teela, L., Polderman, T. J., Terwee, C. B., Zijlmans, J. & Haverman, L. (2021). The impact of lockdown during the COVID-19 pandemic on mental and social health of children and adolescents. *Quality of Life Research*, *30*(10), 2795-2804.

Lunkenheimer, E. S., Olson, S. L., Hollenstein, T., Sameroff, A. J. & Winter, C. (2011). Dyadic flexibility and positive affect in parent–child coregulation and the development of child behavior problems. *Development and psychopathology*, *23*(2), 577-591.

Luttik, M. L., Garcia-Vivar, C., Konradsen, H., Mahrer-Imhof, R., Imhof, L., Brodsgaard, A. & Kolbrun-Svavarsdottir, E. (2020). The COVID-19 pandemic: A family affair. *Journal of Family Nursing*, *26*(2), 87-89.

Makatouni, A. (2002). What motivates consumers to buy organic food in the UK? Results from a qualitative study. *British Food Journal, 104*(3/4/5), 345-352.

Mccracken, G. (1988). *The long ınterview,* London: Sage Publications.

Merriam, S. B. & Grenier, R. S. (2019). *Qualitative research in practice: Examples for discussion and analysis.* San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.

Morgan, D. L. (1996). *Focus groups as qualitative research (C. 16*). New York: Sage publications.

Neuman, W. L. (2012). *Toplumsal araştırma yöntemleri: nicel ve nitel yaklaşımlar ı-ıı.* (5. Baskı). İstanbul: Yayın Odası.

OECD (2020). *OECD Economic outlook*, 106.

Onyema, E. M., Eucheria, N. C., Obafemi, F. A., Sen, S., Atonye, F. G., Sharma, A. & Alsayed, A. O. (2020). Impact of coronavirus pandemic on education. *Journal of Education and Practice*, *11*(13), 108-121.

Ozankaya Ö. (1991). *Toplumbilim*, (7. Baskı). İstanbul: Cem Yayınevi.

Önemli, S. (2020). Koronavirüs günlerinde dijital yaşam: Online terapi nedir?. 13 Şubat 2022 tarihinde https://digitalage.com.tr/koronavirus-gunlerinde-dijital-yasam-online-terapi-nedir/ adresinden erişildi.

Öz, F. ve Bahadır Yılmaz, E. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi, 16*(3), 82-89.

Özatay, F. ve Sak, G. (2020). COVID-19'un ekonomik sonuçlarını yönetebilmek için ne yapılabilir? 16 Ocak 2022 tarihinde https://www.tepav.org.tr/tr/haberler/s/10098 adresinden erişildi.

Özbey, İ. B. (2021). Koronavirüs salgınının toplumsal yapı üzerindeki etkileri: Erzurum örneği. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *23*(3), 821-839.

Özdemir, M. Ç. (2007). Toplumsal değişme karşısında aile ve okul. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 5*(2), 185-20.

Özer, B. (1990). Uzaktan eğitim sisteminin evrensel yapısı. *Kurgu Dergisi*, 8, 569-594.

Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi.* Ankara: Pdrem Yayınları

Özkiraz, A. ve İşçi-Baş, İ. (2016). Osmanlıdan günümüze türk toplumunda aile yapısı ve boşanma. *Sosyal ve Ekonomik Arastırmalar Dergisi*, *18*(30), 87.

Özkoçak, V., Koç, F. ve Gültekin, T. (2020). Pandemilere antropolojik bakış: Koronavirüs (Covid-19) örneği. *Turkish Studies, 15*(2), 1183-1195.

Öztürk, E. D., Gülşah, Kuru ve Yıldız, C. D. (2020). Covid-19 pandemi günlerinde anneler ne düşünür çocuklar ne ister? Anne ve çocuklarının pandemi algısı. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, 7*(5), 204-220.

Öztürk, N. (2017). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları aile iklimi ve anne-babaya bağlanma biçimleri ile özgüven düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *The Journal of International Lingual Social and Educational Sciences, 3*(1), 9-22.

Özyürek, A. ve Çetinkaya, A. (2021). COVID-19 pandemi döneminde aile ve ebeveyn-çocuk ilişkilerinin incelenmesi. *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 18*(1), 96-106.

Parıldar, H. (2020). Tarihte bulaşıcı hastalık salgınları. *Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dergisi, 30*, 19-26.

Park, J. H., Park, J. Y. & Jin, K. S. (2022). What did COVID-19 Change? The ımpact of covıd-19 on korean parents' and children's daily lives and stress. *Child Psychiatry & Human Development, 53*(1), 172-182.

Pillaiyar, T., Meenakshisundaram, S. & Manickam, M. (2020). Recent discovery and development of inhibitors targeting coronaviruses. *Drug discovery today, 25*(4), 668-688.

Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B. & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVİD 19 epidemic: implications and policy recommendations. *General Psychiatry, 33*(2), 1-3.

Oxford Learner Dictionary, (2021). 18 Mart 2022 tarihinde https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/quality-of-life?q=quality+of+life adresinden erişilmiştir.

Schonfeld, D. J., Demaria, T., Krug, S. E., Chung, S., Fagbuyi, D. B. & Wissow, L. S. (2015). Providing psychosocial support to children and families in the aftermath of disasters and crises. *Pediatrics*, *136*(4), 120-130.

Serinikli, N. (2021). COVİD 19 salgın sürecinde örgütsel değişim: uzaktan/evden çalışma modeli. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *31*(1), 277-288.

Shek, D. T. (2021). COVID-19 and quality of life: Twelve reflections. *Applied Research in Quality of Life*, *16*(1), 1-11.

Shi, Q., Dorling, D., Cao, G. & Liu, T. (2020). Changes in population movement make COVID-19 spread differently from SARS. *Social Science ve Medicine*, *255*, 1-3.

Singh, J. & Singh, J. (2020). COVID-19 and its impact on society. *Electronic Research Journal of Social Sciences and Humanities*, *2*, 168-172.

Singh, P., Singh, S., Sohal, M., Dwivedi, Y. K., Kahlon, K. S. & Sawhney, R. S. (2020). Psychological fear and anxiety caused by COVID-19: Insights from Twitter analytics. *Asian Journal of Psychiatry*, *54*.

Singhal, T. (2020). A review of coronavirus disease-2019 (COVID-19). *The indian journal of pediatrics*, *87*(4), 281-286.

Statistics Canada. (2020). Self-rated mental health decreases after another year of the COVID-19 pandemic. *Eastern time in The Daily*. 17 Haziran 2021 tarihinde https://www150.statcan.gc.ca/n1/en/daily-quotidien/220607/dq220607e-eng.pdf?st=Lj9Mt-Rd adresinden erişildi.

Stiglitz, J. E., Shiller, R. J., Gopinath, G., Reinhart, C. M., Posen, A., Prasad, E. & Mahbubani, K. (2020). How the economy will look after the coronavirus pandemic. *Foreign Policy*, *15*, 1-15.

Süleymanov, A. (2010). Çağdaş türk toplumlarında aile ve evlilik ilişkileri. *In Journal of Social Policy Conferences*, 197-216.

Şeker, M. (2011). *İstanbul'da yaşam kalitesi araştırması.* İstanbul: Ticaret Odası Yayınları.

Uysal, B., Görmez, V., Eren, S., Morgül, E., Öcal, N. B., Karatepe, H. T. ve Yanık, M. (2021). Living with COVID-19: Depression, anxiety and life satisfaction during the new normal in Turkey. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi, 10*(3), 257-268.

T.C. İçişleri Bakanlığı a. (2020, 16 Mart), 81 il valiliğine coronavirüs tedbirleri konulu ek bir genelge daha gönderildi. 18 Nisan 2022 tarihinde https://www.icisleri.gov.tr/81-il-valiligine-koronavirustedbirleri-konulu-ek-genelge-gonderildi adresinden erişildi.

Torun Kayabaşı, E. (2020). Covid-19'un piyasalara ve tüketici davranışlarına etkisi, *ASEAD* (7)5, 15-25.

Tosunoğlu, Ş. ve Kasal, S. (2020). Yeni koronavirüs (Covid-19) salgını ve sağlıklı küresel ekonomi için politika uygulamaları: IMF'nin rolü. *Anadolu University Journal of Faculty of Economics*, *2*(1), 35-49.

Turan, A. ve Çelikyay, H. H. (2020). Türkiye'de Kovid-19 ile mücadele: Politikalar ve aktörler. *Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi*, *3*(1), 1-25.

Türk Psikologlar Derneği. (2020c). Uzaktan eğitim sürecine ilişkin ebeveyn rehberi. 19 Temmuz 2021 tarihinde https://www.psikolog.org.tr/tr/kursu/www/uzaktan-egitim-surecine-iliskin-ebeveyn-rehberi-x668 adresinden erişildi.

Türk Tabipler Birliği. (2020). Covıd-19 pandemisi. *Ay Değerlendirme Raporu*, *14*.

Türk, F., ve Kul, A. ve Kılınç, E. (2021). Depression-anxiety and coping strategies of adolescents during the Covid-19 pandemic. *Turkish Journal of Education*, *10*(2), 58-75.

Türkkahraman, M. ve Şahin, K. (2010). Kadın ve kariyer. *Uluslararası Alanya İşletme Fakültesi Dergisi, 2*(1), 75-88.

Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. *British Journal of Social Work, 38*(2), 218-235.

UNICEF. (2020). Briefing on addressing mental health and psychosocial aspects of COVID-19 outbreak. 20 Mart 2022 tarihinde https://www.unicef.org/ukraine/en/reports/addressing-mental-health-and-psychosocial-aspects-covid-19-outbreak adresinden erişildi.

UNICEF, B. (2020). How teenagers can protect their mental health during coronavirus (COVID-19). 20 Mart 2022 tarihinde https://www.unicef.org/coronavirus/how-teenagers-can-protect-their-mental-health-during-coronavirus-covid-19 adresinden erişildi.

Ünal, V. (2013). Geleneksel geniş aileden çekirdek aileye geçiş sürecinde boşanma sorunu ve din. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 6(*26), 588-601).

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S. & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019

coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, *17*(5), 1729.

Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J. & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet, 395*(10228), 945-947.

Weaver, J. L. & Swank, J. M. (2021). Parents' lived experiences with the COVID-19 pandemic. *The Family Journal, 29*(2), 136-142.

Weingarten, K. & Worthen, M. (2018). The solace of an uncertain future: Acute illness, the self, and self-care. *Family Process, 57*(2), 572–586.

World Health Organization (WHO) (2020a) COVID-19. *WHO African Region. External Situation Report 7*.

World Health Organization. (2020). Clinical management of severe acute respiratory infection (SARI) when COVID-19 disease is suspected: interim guidance, 29 Nisan 2022 tarihinde https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/clinical-management-of-novel-cov.pdf adresinden erişildi.

World Health Organization. (2020). Responding to Community Spread of COVID-19. 16 Ocak 2022 tarihinde https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331421/WHO-COVID-19-Community_Transmission-2020.1-eng.pdf adresinden erişildi.

World Health Organization. 14 Ekim 2021 tarihinde https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/bacille-calmette-gu%C3%A9rin-(bcg)-vaccination-and-covid-19 adresinden erişildi.

Wu, M., Xu, W., Yao, Y., Zhang, L., Guo, L., Fan, J. & Chen, J. (2020). Mental health status of students' parents during COVID-19 pandemic and its influence factors. *General Psychiatry*, 33(4), 1-9.

Şimşek, H. ve Yıldırım, A. (2008). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (6. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Yıldız, F. (2014). *19. yüzyılda Anadoluda salgın hastalıklar (Veba, Kolera, Çiçek, Sıtma) ve salgın hastalıklarla mücadele yöntemleri* (Yüksek lisans tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Zhao, S., Musa, S. S., Lin, Q., Ran, J., Yang, G., Wang, W. & Wang, M. H. (2020). Estimating the unreported number of novel coronavirus (2019-nCoV) cases in China in the first half of January. *Journal of clinical medicine*, *9*(2), 388.

EKLER

Ek 1. Etik Kurul Onayı

HİZMETE ÖZEL

Tarih:03/07/2021 11:55
Sayı: E-65836846-044-213278
REKTÖRLÜK
2132/8

İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ

T.C.
İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Sayı : E-65836846-044-213278 3.7.2021
Konu : Etik Onayı

Sayın Didem UZUNOĞLU

İlgi : 14.06.2021 tarihli dilekçeniz.

İlgi yazınız ile "Pandemi Sürecinin Ebeveynlerin Yaşam Kalitelerine ve Aile İçi İlişkilerine Etkisine Yönelik Nitel Bir Araştırma" isimli çalışmanın mülakat sorularına Etik Kurul onayı talep edilmektedir.

Adı geçen ve ekte yer alan mülakat soruları, Üniversitemiz Etik Kurulunca incelenerek etik tanım, değer ve ilkelere aykırı bir düzenleme tespit edilmediği, önerilen mülakat sorularının etik kurallara uygun olduğu ve etik onayının verildiği ifade edilmiştir.

Konuya ilişkin bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Elçin AYKAÇ ALP
Rektör Yardımcısı V.

Ek: Etik Onaylı Mülakat Soruları

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: DFBC7B48-A279-433F-A3FF-F82D2D23E9FF Belge Doğrulama Adresi: http://e-belge.ticaret.edu.tr

Adres: Örnektepe Mah. İmrahor Cad. No: 88/2 Beyoğlu/İstanbul
Telefon No: 444 04 13 / 4580 - 4581 Faks No: 0212 320 70 11
E-Posta: f.kose@ticaret.edu.tr İnternet Adresi: www.ticaret.edu.tr
KEP Adresi: ticaretuniversitesi@hs03.kep.tr

Ayrıntılı Bilgi İçin: Fatma KÖSE
Yazı İşleri Müdürü
Telefon No: 444 0 413 - 4580

Ek 2. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma, Doç. Dr. Hanifi Parlar danışmanlığında İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Yüksek Lisans programı öğrencisi Didem Öztaş tarafından yürütülen bir araştırma çalışmasıdır.

Çalışmanın amacı, pandemi sürecinin ebeveynlerin yaşam kalitelerine ve aile içi ilişkilerine olan etkisinin incelenmesidir.

Araştırmaya katılımınız tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırma sırasında sizden alınan bilgiler grup halinde değerlendirileceğinden, sizden kimlik belirleyici bilgiler istenmeyecektir. Cevaplarınız gizli tutulacak ve sadece araştırmacı tarafından bilimsel çalışmalarda kullanılacaktır. Bu anlamda, araştırma sonuçlarından sağlıklı bilgiler edinilebilmesi için soruların samimi bir şekilde doldurulması ve boş bırakılmaması oldukça önemlidir. Anket genel olarak kişisel rahatsızlık teşkil edecek soruları içermemektedir. Ancak araştırma sırasında herhangi bir nedenden dolayı rahatsızlık hissederseniz, katılımınızı sonlandırabilirsiniz. Çalışma sırasında sizden istenilen, sorulan soruları içten ve doğru olarak yanıtlamanızdır. Çalışmaya katılım yaklaşık 25-30. dakika sürecektir. Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için Didem Öztaş'a ulaşabilirsiniz. Katılımınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman katılımımı sonlandırabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı kullanımını kabul ediyorum.

Evet ( ) Hayır ( )

Araştırmacının Adı Soyadı

Didem Öztaş

Ek 3. Demografik Bilgi Formu

1. Yaşınız

2. Cinsiyetiniz?

Kadın () Erkek ( )

3. Medeni Durumunuz?

Bekar () Evli ( ) Dul ( )

4. Eğitim Durumunuz?

Okuryazar değilim ( ) Okuryazarım ( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( )

Yüksek Lisans ( ) Doktora ( )

5. Çocuğunuz var mı?

Evet ( ) Hayır ( )

6. Evet ise kaç tane?

Bir ( ) İki ( ) Üç ( ) Dört ( ) Beş ( ) Daha fazla ( )

7. Çocuklarınız dışında evde bakmakla yükümlü olduğunuz biri var mı?

Evet ( ) Hayır ( )

8. Şu anda çalıştığınız düzenli bir iş var mı?

Evet ( ) Hayır ( )

9. Kaç yıldır çalışmaktasınız?

1 yıldan az ( ) 1-5 yıl arası( ) 5-10 yıl arası ( ) 11 yıl ve üzeri ( )

10. Çalışma şekliniz nedir?

Tamamen yüz yüze çalışmaktayım ( ) Tamamen online çalışmaktayım ( ) Bazen yüz yüze

bazen online çalışmaktayım (Hibrit çalışma modeli) ( )

11. Hangi çalışma düzenini tercih ederdiniz?

Tamamen yüz yüze çalışmaktayım ( ) Tamamen online çalışmaktayım ( ) Bazen yüz yüze

bazen online çalışmaktayım (Hibrit çalışma modeli) ( )

12. Günde kaç saat çalışmaktasınız?

4-6 saat ( ) 6-8 saat ( ) 8-10 saat ( ) 10 saat ve üzeri ( )

13. Hangi sektörde çalışmaktasınız?

Özel sektör ( ) Kamu sektörü ( )

14. Aylık geliriniz nedir?

0-2.825 TL ( ) 2.825-5000 TL ( ) 5001-7.500 TL ( ) 7501-10.000 TL ( ) 10.001-12.500 TL ( )

12.501-15.000 TL ( )

Ek 4. Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Soruları

a. Demografik Sorular

1. Sizin ve eşinizin yaşı nedir?

2. Eğitim durumunuz nedir?

3. Mesleğiniz nedir?

4. Eşinizle kaç yıldır birlikte/evlisiniz?

5. Çocuk/çocuklarınızın yaşları nelerdir?

6. Gelirinizi nasıl algılıyorsunuz? (Düşük -Orta-Yüksek)

b. Yaşam Kalitesi

1. Bu dönem içerisinde kendinizi fiziksel olarak nasıl hissediyorsunuz?

2. Kendinizi psikolojik olarak nasıl hissediyorsunuz, herhangi bir psikolojik destek aldınız mı?

3. Kişiler arası ilişkilerinizde herhangi bir değişiklik oldu mu? (Yakın arkadaş ve akraba)

4. Çalışma hayatınızı nasıl tanımlıyorsunuz?

5. Gelir ve harcama durumuzda bir değişiklik oldu mu?

c. Aile İçi İlişkiler

1. Bu süreçte ailenizle daha fazla vakit geçirmek sizin ve ilişkileriniz açısından nasıl bir

etkisi oldu?

2. Süreç içerisinde yaşadığınız sıkıntılara yönelik aile üyelerinin herhangi bir desteği oldu mu?

3. Aile içi ilişki türünüzde bir değişiklik oldu mu?

4. Yalnız kalmak istediğinizde kendinize alan ayırabildiniz mi?

5. Birlikte yaptığınız aktivitelerin türü ve sayısı değişti mi?

6. İletişim türünüzde bir değişiklik oldu mu?

7. Aile içinde mekân kullanımında bir değişiklik oldu mu?

8. Aile içinde gün içerisindeki rutinleriniz nasıl değişti?

9. Aile içi sağlık durumunda bir değişiklik oldu mu?

10. Moral ve motivasyon açısından nasıl bir değişiklik oldu?

11. Çocukların bu dönemdeki ruh hali eşinizle olan ilişkiye nasıl yansıdı?

12. Aile içi roller konusunda herhangi bir değişiklik oldu mu?

13. Ev içi işlerde görev paylaşımı ya da değişikliği oldu mu?

14. Aileniz arasındaki iletişimi salgın öncesi ve sonrası duruma göre değerlendirebilir

misiniz?

ÖZGEÇMİŞ

2010 yılında Fatih Gelenbevi Anadolu Lisesi'ne kabul edildi ve 2014 yılında mezun oldu. 2014 yılında İstanbul Medipol Üniversitesi'ne girdi ve 2018 yılında Onur Belgesi ile mezun oldu. Marmara Üniversitesi'nde Pedagojik Formasyon eğitimini tamamladı ve iki sene özel okullarda Psikolojik Danışman olarak çalıştı. 2019 yılında İstanbul Ticaret Üniversitesi, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi tezli yüksek lisans programına kaydoldu. 2020 yılında İstanbul Büyükşehir Belediyesi Sosyal Hizmetler Müdürlüğü'nde çalışmaya başladı ve halen çalışma hayatını aynı kurumda sürdürmeye devam etmektedir. 2021 yılında bir evlilik gerçekleştirmiştir. Yüksek lisans sürecinde çeşitli terapi eğitimlerini ve seminerleri tamamlayarak mesleğine katkı sağladı. Araştırmacı mesleğine, etik değerlere bağlılık ve istekle devam etmektedir. Tez süreci sonrasında ise akademik hayatına devam etmeyi ümit etmektedir.