

COVID-19 Sürecinde Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ve Baş Etme Stratejileri: Tanımlayıcı Çalışma

Psychological Resilience Levels of Nursing Students and Coping Strategies in the COVID-19 Process: Descriptive Study

¹ Vildan APAYDIN CIRIK^a, ² Bahar AKSOY^b, ³ Uğur GÜL^b

^aKaramanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik ABD, Karaman, TÜRKİYE

^bGümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Gümüşhane, TÜRKİYE

ÖZET Amaç: Koronavirüs hastalığı-2019 [coronavirus disease-2019 (COVID-19)] salgını, dünya çapında milyonlarca insanı fiziksel, duygusal, psikolojik ve ekonomik yönden etkileyen ciddi bir halk sağlığı sorunudur. Bu araştırmanın amacı, hemşirelik öğrencilerinin COVID-19 salgını sırasında psikolojik sağlamlıklarının ve baş etme stratejilerinin değerlendirilmesidir. **Gereç ve Yöntemler:** Tanımlayıcı türdeki bu araştırma, Şubat-Haziran 2020 tarihleri arasında, 3. sınıfta öğrenim görmekte olan toplam 112 öğrenci ile gerçekleştirildi. Verilerin toplanmasında, "Tanımlayıcı Bilgi Formu", "COVID-19 Sürecine Yönelik Soru Formu" ve "Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği" kullanıldı. Verilerin değerlendirilmesinde Student t-testi, Kruskal-Wallis ve Mann-Whitney U testleri kullanıldı. **Bulgular:** Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puan ortalaması 19,32±4,27 puandır ve "orta" düzeydedir. Hemşirelik öğrencilerinin cinsiyeti, uyku düzeni, psikiyatrik hastalığı olma durumu, kendine ayırdığı zamanda ve sağlığında değişim durumları ile psikolojik sağlamlık puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptandı (p<0,05). Hemşirelik öğrencilerinin %46,4'ü Sağlık Bakanlığı tarafından alınan önlemlere ilişkin "önlemlerin olması gerektiğinden biraz fazla esnek olduğunu" belirttiler. COVID-19 salgınında hemşirelik öğrencilerinin %67,3'ü davranışsal, %18,8'i zihinsel, %9,2'si bedensel ve %4,7'si inançsal baş etme stratejileri kullandıklarını ifade ettiler. Hemşirelik öğrencilerinin baş etme stratejileri ile sosyodemografik değişkenler arasında, istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı belirlendi (p>0,05). **Sonuç:** Bu çalışma sonucunda, hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyi orta düzeyde olduğu ve COVID-19 salgınında "davranışsal, zihinsel, bedensel ve inançsal" baş etme stratejileri kullandığı saptandı.

ABSTRACT Objective: Coronavirus disease-2019 (COVID-19) is a serious public health problem that affects millions of people around the world physically, emotionally, psychological and economically. The purpose of this research is to evaluate the psychological resilience and coping strategies of nursing students during the COVID-19 outbreak. **Material and Methods:** This descriptive study was conducted between February-June 2020 with a total of 112 students studying in the third grade. "Descriptive Information Form", "Question Form for COVID-19 Process" and "The Brief Resilience Scale" were used to collect data. Student's t, Kruskal-Wallis and Mann-Whitney U-tests were used to evaluate the data. **Results:** The average score of the nursing students' psychological resilience is 19.32±4.27 and is at the "medium" level. The difference between nursing students' gender, sleep patterns, mental disorders, changes in their time and health and their psychological resilience scores were found to be statistically significant (p<0.05). 46.4% of the nursing students stated that "the measures are a little too flexible than they should be" regarding the measures taken by the Ministry of Health. In the COVID-19 outbreak, nursing students stated 67.3% of used behavioral, 18.8% mental, 9.2% physical, and 4.7% faith coping strategies. Nursing students of the coping strategies and socio-demographic variables between determined there was no statistically significant difference (p>0.05). **Conclusion:** The result of this research, it was found that the psychological resilience level of the nursing students was medium level and they used "behavioral, mental, physical and religious" coping strategies in the COVID-19 epidemic.

Anahtar Kelimeler: COVID-19; hemşirelik; öğrenciler; koronavirüs; psikolojik sağlamlık

Keywords: COVID-19; nursing; students; coronavirus; psychological resilience

Psikolojik sağlamlık "yaşamsal zorluklar, travmatik durumlar, trajedi, tehdit, ailesel ya da sosyal ilişkilerde sorunlar gibi ciddi stres nedenleri, önemli

sağlık sorunları, çalışma ortamından veya finansal sıkıntılardan kaynaklı stres durumlarına maruz kaldığında iyi uyum sağlama süreci" olarak tanım-

Correspondence: Vildan APAYDIN CIRIK

Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Karaman, TÜRKİYE/TURKEY

E-mail: vildan.isil42@gmail.com



Peer review under responsibility of Türkiye Klinikleri Journal of Nursing Sciences.

Received: 13 Oct 2020

Received in revised form: 17 Feb 2021

Accepted: 2 Mar 2021

Available online: 12 Mar 2021

2146-8893 / Copyright © 2021 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

lanmaktadır.^{1,2} Bireylerin psikolojik sağlamlıkları risk ve koruyucu faktörlerin etkileşimi ile oluşmaktadır.^{3,4} Psikolojik sağlamlığı etkileyen bireysel “*zekâ düzeyinin yüksek olmaması, sağlık problemleri ile karşı karşıya olma, bireyin öz güveninin yeterli düzeyde olmaması, etkili baş etme yöntemlerini yeterince kullanamaması, kişinin problem çözme becerisinin yetersiz olması, saldırgan ve sinirli kişiliğin bulunması*”, ailesel “*ailedeki bireylerin hastalıkları, anne-babanın boşanması, tek ebeveynle yaşama, ebeveyn-çocuk arasında sağlıklı ilişkinin oluşturulamaması, kardeşlerin iyi anlaşamaması, psikiyatrik rahatsızlığı olan bir ebeveynle yaşama ve suistimal*” ve toplumsal “*gelir durumunun düşük olması, evin ve eğitim kurumunun yeterli düzeyde olmaması, akran zorbalığı, çocuk ihmali ve istismarı, evsizlik, toplumsal şiddet, göç veya doğal afete maruz kalmak*” risk faktörleri arasında yer almaktadır.⁵⁻⁷

Psikolojik sağlamlığı etkileyen önemli risk faktörlerinden biri de şüphesiz ki koronavirus hastalığı-2019 [coronavirus disease-2019 (COVID-19)] salgınıdır.^{8,9} CoV’un sebep olduğu COVID-19 salgını, 31 Aralık 2019 tarihinde ortaya çıkmış ve Dünya Sağlık Örgütü tarafından 11 Mart 2020 tarihinde “salgın” olarak ilan edilmiştir.^{10,11} Literatürde fiziksel sağlık problemlerinin yanında COVID-19 salgını korku, panik ve anksiyete gibi bireyler üzerinde ciddi psikolojik etkiler yarattığı belirtilmiştir.^{9,10,12,13} İnsanların salgın sürecindeki her fiziksel semptomunun COVID-19 salgını olarak yorumlanması, kendisi, ailesi, akrabaları ve çevresinin hastalığa yakalanma riski, hastalığı başkalarını bulaştırma riski, COVID-19 salgını hakkında sosyal medyada yanlış bilgilere maruz kalması, uzun süre salgın ile ilgili haber ve programları izlemesi korku, endişe ve paniği artırmıştır. Bu sebeplerin, salgın sürecinde insanların psikolojisini olumsuz yönde etkilediği yapılan çalışmalarda belirtilmektedir.^{8-10,13} Tang ve ark. COVID-19 tanısı almamalarına rağmen üniversite öğrencilerinin salgınında depresyon ve akut stres bozukluğuna bağlı psikolojik sıkıntı yaşadıkları saptamıştır.¹⁰ Psikolojik sıkıntı, depresyon, anksiyete, stres ve akut stres bozukluğuna ile karakterize olarak ortaya çıkan bir durumdur. COVID-19 salgınına tedavi eden sağlık çalışanları ile yapılan bir çalışmada, sağlık çalışanlarının %71,5’i uykusuzluk, %50,4’ü dep-

resyon, %44,6’sı anksiyete ve %34’ü de stres yaşadıklarını ifade etmişlerdir.¹⁴ Ulusal ve uluslararası literatürde yapılan çalışmalarda hastaların tanı, tedavi ve bakımıyla doğrudan ilgilenen sağlık çalışanlarında, bu süreçte aldıkları ağır iş yükleri, çalışma saatlerinin uzaması, fiziksel yorgunluğu, kişisel koruyucu ekipman eksikliği, ailelerinden ayrı kalması, yalnızlık, spesifik ilaçların eksikliği, aşının bulunmaması ve vakaların günden güne artması gibi nedenlerden dolayı psikolojik sorunlar yaşadıkları belirtilmiştir.^{9,14,15} Li ve ark.’nın sağlık profesyonelleri ile yaptığı çalışmalarında, COVID-19 salgınına bağlı depresyon, anksiyete ve stres düzeyi yüksek olanların psikolojik sıkıntı (%26,6) ve akut stres bozukluğunun (%11,1) olduğu bulunmuştur.¹⁶ Yapılan başka bir çalışmada, geleceğin sağlık profesyonellerinde de COVID-19 salgınının psikolojik bir etkisi olarak depresyon gelişme riskinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Üniversite son sınıf öğrencilerinin COVID-19 salgını nedeniyle depresyon gelişme riskinin yüksek olmasının nedenleri arasında iş bulma kaygıları, çalışma koşulları ve salgın sürecinin belirsizliği yer almaktadır.^{10,17}

Literatürde yapılan çalışmalarda hastalığın hızla yayılması, komplo teorileri, bilimsel verilere dayanmayan medya raporlarının yayılması, evde kişisel alanın yetersiz oluşu, ailelerin maddi sıkıntılarının yaşanması, karantina uygulaması ve buna bağlı olarak sosyal izolasyonun olması üniversite öğrencilerini etkilediği belirtilmektedir.^{17,18} Ayrıca yüz yüze eğitime ara verilerek, uzaktan eğitime geçilmesi üniversite öğrencilerini psikolojik olarak etkileyen en önemli nedenler arasında yer almaktadır.^{17,19} Yapılan bir çalışmada, özellikle yakın çevresinde COVID-19 tanısı alan bireyin olması üniversite öğrencilerinin anksiyete ve depresyon oranını artırdığı saptanmıştır.¹⁸ Cao ve ark.’nın üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, COVID-19 salgını sonrası katılımcıların %0,9’u yoğun, %2,7’si orta ve %21,3’ü de hafif derecede kaygı yaşadıklarını belirtmişlerdir.¹³ Salman ve ark.’nın COVID-19’un üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı üzerindeki etkisini incelediği bir çalışmada, öğrencilerin %34’ünde orta şiddette anksiyete ve %24’ünde orta şiddette depresyon görüldüğü belirlenmiştir.¹⁸ Bireylerin bu olumsuz duygu durumları karşısında daha güçlü ve etkili baş etmelerinde psi-

kolojik sağlamlıkları önemli rol oynamaktadır.¹⁻⁵ Çetin ve Anuk kamu üniversite öğrencileri ile yaptığı bir çalışmada; yalnızlık hissi yaşayan, ülkenin geleceği hakkında kötümser düşünen, gelecekte temel ihtiyaçlarını karşılayamama korkusu olan ve genel hayat memnuniyeti değişen üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının düşük olduğunu saptamıştır.²⁰ Bununla birlikte, Türkiye’de COVID-19 salgınının hemşirelik üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyi üzerine etkilerini inceleyen herhangi bir çalışmaya ise rastlanılmamıştır. Geleceğin hemşire adaylarının bireysel sağlığının etkilenmesi aynı zamanda hizmet sağladıkları toplumun sağlığını da dolaylı yoldan etkileyeceği düşünülmektedir. Bu nedenle alınacak önlemlerde, erken dönemde adımların atılması için hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin değerlendirilmesi son derece önemlidir.

Psikolojik sağlamlığın korunmasında ve gelişiminde koruyucu faktörler oldukça önem taşımaktadır. Bu faktörler “*olumlu ilişkiler, değerli hissetme, iş, eğlence, aşk/aile dengesi, sosyal uyum, yardım almaya açık, yakın ilişki kurma becerisi, gerçekçi beklenti ve ihtiyaçlar, baş etme becerileri, kişisel yeteneklerden faydalanma, iç kontrol odağı, esneklik, öz-yeterliliğine inanmak, gelişme arzusu, kişiler arası ilişkilere hassasiyet gösterme, problem çözme becerisi, karar verme becerisi, mizah duygusu, olumsuz düşüncelerle baş etme, verimli eleştirel düşünme becerileri, duyguları yönetebilme, başkalarına ve geleceğe güvenmek*” oluşturmaktadır.^{6,7} Koruyucu faktörlerden biriside baş etmedir. Baş etme “*stresli ya da hoş olmayan bir durumla karşılaşıldığında tepki vermekte kullanılan bir dizi eylem/eylemler ya da düşünce süreci*” olarak tanımlanmaktadır.⁵⁻⁷ Bireylerin baş etme stratejilerini kullanmaları, psikolojik sağlamlığı artırmaktadır.⁵⁻⁸ Uluslararası literatürde, COVID-19 salgın sürecinde hemşirelik öğrencilerinin baş etme stratejilerini değerlendiren sadece 2 çalışmaya rastlanılmıştır.^{17,21} Savitsky ve ark. tarafından COVID-19 salgını sırasında, hemşirelik öğrencilerinin anksiyete düzeyini ve baş etme stratejilerini değerlendirmek amacıyla yaptıkları çalışmada, zihinsel ayrılma faktörünü kullananların 2,4 kat daha fazla oranda anksiyeteye sahip olduğu, dayanıklılık ve mizah faktörünü kullananların anksiyete oranlarının

daha düşük olduğu belirlenmiştir.¹⁷ Huang ve ark.nın yaptıkları çalışmada ise COVID-19 salgını sırasında, hemşirelerin hemşirelik öğrencilerine göre daha fazla problem odaklı baş etme stratejilerini kullandıkları saptanmıştır.²¹ Türkiye’de ise COVID-19 salgınında hemşirelik öğrencilerinin baş etme stratejilerine yönelik yapılan herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu nedenle, hemşirelik öğrencilerinin COVID-19 salgınında baş etme stratejilerinin değerlendirilmesi araştırmanın bir diğer amacını oluşturmaktadır.

ARAŞTIRMA SORULARI

1. COVID-19 salgını sırasında hemşirelik bölümü üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyi nedir?
2. COVID-19 salgını sırasında hemşirelik bölümü üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini etkileyen faktörler nelerdir?
3. COVID-19 salgını sırasında hemşirelik bölümü üniversite öğrencilerinin baş etme stratejileri nelerdir?
4. COVID-19 salgını sırasında hemşirelik bölümü üniversite öğrencilerinin baş etme stratejilerini etkileyen faktörler nelerdir?

GEREÇ VE YÖNTEMLER

ARAŞTIRMA DESENİ

Bu araştırma, tanımlayıcı türde yapıldı.

ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın evrenini, Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümünde Şubat-Haziran 2020 tarihleri arasında öğrenim gören 3. sınıf toplam 115 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma örnekleminde, örneklem seçim yöntemi kullanılmaksızın araştırma evrenini oluşturan tüm 3. sınıf öğrencilerine ulaşılması hedeflendi. Hemşirelik 4. sınıf öğrencilerinin 2019-2020 akademik yılı Güz Dönemi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği dersi kapsamında baş etme stratejileri ve Bahar Dönemi Halk Sağlığı Hemşireliği ders kapsamında COVID-19 salgını süreç yönetimine yönelik ders almaları çalışmanın güvenilirliğini etkilemesi nedeniyle hemşirelik 4. sınıf öğrencileri çalışmaya dâhil edilmedi. Bunun sonucunda, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden toplam 112 hemşirelik öğren-

cisi ile araştırma yürütüldü. Böylece toplam evrenin büyük bir çoğunluğuna (%97,3) ulaşıldı.

VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırma verileri “Tanımlayıcı Bilgi Formu”, “COVID-19 Sürecine Yönelik Soru Formu” ve “Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ)” ile toplandı.

Tanımlayıcı Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda oluşturulan tanımlayıcı bilgi formunda; öğrencilerin cinsiyeti, yaşı, anne-baba yaş/egitim durumu/çalışma durumu, sosyal güvence, gelir algısı, öğrencide ve ailede kronik/psikiyatrik hastalık sahip olma soruları yer almaktadır.^{9,10,12-14} Tanımlayıcı bilgi formu 3 açık uçlu ve 13 kapalı uçlu soru olmak üzere toplam 14 sorudan oluşmaktadır.

COVID-19 Sürecine Yönelik Soru Formu

COVID-19 sürecine yönelik formu; araştırmacılar tarafından literatür incelenmesi ile geliştirilmiş olan COVID-19 sürecine yönelik kapalı uçlu sorulardan oluşmaktadır.^{9,10,12,13,20} İlaveten bu soru formunda öğrencilerin COVID-19 sürecinde fiziksel, psikolojik ve duygusal etkilenme durumunu inceleyen sorularda yer almaktadır. COVID-19 sürecine yönelik soru formu uygulanmadan önce alanında uzman kişiden görüşü alınmıştır. Uzman kişinin önerileri doğrultusunda ön uygulama yapıldı. Uzman kişi ve ön uygulama sonucunda soru formunda düzeltmeler yapılarak son hâli verildi.

Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği

Smith ve ark. tarafından insanların psikolojik sağlık düzeylerini ölçme amacıyla geliştirilmiş ve Türkiye için güvenilirlik ve geçerlik çalışması Doğan tarafından yapıldı.^{22,23} Doğan tarafından gerçekleştirilen çalışmada, test-tekrar güvenilirlik katsayısı ise 0,62-0,69 arasında ve iç tutarlılık katsayısı 0,80-0,91 olarak bulunmuştur.²³ Bu çalışmada ise en düşük puan 6, en yüksek puan 30 ve ölçek toplam puanı (ortalama±standart sapma) 19,32±4,27 olarak tespit edildi. Ölçeğin Cronbach alfa değeri 0,80 olarak saptandı. Ölçek 6 maddeden oluşmakta, her bir maddesi için belirtilen düşünceye bireylerin, “hiç uygun değil” yanıtından “tamamen uygun” yanıtına kadar değişkenlik gösteren 5’li derecede yanıt vermeleri isten-

mektedir. KPSÖ’de 2., 4. ve 6. maddeler tersten puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanın yüksek olması yüksek düzeyde psikolojik sağlamlığı, düşük puanın olması ise düşük düzeyde psikolojik sağlamlığı göstermektedir.

Baş Etme Stratejilerine Yönelik Soru Formu

Öğrencilerin baş etme stratejilerine yönelik daha detaylı ve derinlemesine veri elde edebilmek için araştırmacılar tarafından bedensel, zihinsel, inançsal ve davranışsal aktivitelere yönelik açık uçlu sorular ile değerlendirildi. Araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda baş etme stratejileri bedensel, zihinsel, davranışsal ve inançsal olarak 4 grupta toplandı. Bedensel baş etme stratejileri arasında spor, solunum egzersizi, gevşeme teknikleri, dinlenme, beslenme alışkanlıkları ve uyku yer almaktadır. Zihinsel baş etme stratejileri arasında zaman yönetimi, problem çözme ve iletişim becerileri bulunmaktadır. Davranışsal baş etme stratejileri arasında masaj, sosyal destek sistemleri, mizah kullanımı ve sosyal faaliyetlere katılma yer almaktadır. İnançsal baş etme stratejileri arasında ise dini ibadetler bulunmaktadır.^{17,24,25}

VERİLERİN TOPLANMASI

Veriler, araştırmacılar tarafından Gümüşhane Üniversitesi Hemşirelik Bölümü 3. sınıfta öğrenim gören öğrencilerden anket yöntemi ile toplandı. Anket formları, 13 Temmuz-13 Ağustos 2020 tarihleri arasında Google Formlar kullanılarak araştırmacılar tarafından toplandı. Öğrenciler anket formlarını yaklaşık 1 hafta içerisinde doldurdular.

ARAŞTIRMANIN DEĞİŞKENLERİ

Bu çalışmada, öğrencilerin tanıtıcı özellikleri (öğrencilerin cinsiyeti, yaşı, anne-baba yaş/egitim durumu/çalışma durumu, sosyal güvence, gelir algısı, öğrencide ve ailede kronik/psikiyatrik hastalık sahip olma durumu) ile COVID-19 sürecinde fiziksel, psikolojik ve duygusal etkilenme durumu araştırmanın bağımsız değişkenlerini oluştururken; öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyleri ve baş etme stratejileri araştırmanın bağımlı değişkenini oluşturdu.

ARAŞTIRMANIN ETİK YÖNÜ

Araştırma için Gümüşhane Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği kurulundan etik kurul izni

(08/07/2020 tarihli 26753 sayılı), Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanlığından araştırma izni ve Sağlık Bakanlığı Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğünden araştırma onayı (29/06/2020 tarihli) alındı. Araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılan KPSÖ yazarlarından, bu aracın veri toplama kullanılabilirliği için e-posta yolu ile izin alındı. Araştırmaya katılmayı kabul eden hemşirelik öğrencilerinden, online anketin başlangıcında yazılı bilgilendirilmiş onamları alındı. Araştırma, Helsinki Deklarasyonu Prensipleri'ne uygun olarak yapıldı.

İSTATİSTİKSEL ANALİZ

Araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel analizleri bilgisayar ortamında SPSS (Statistical Package for Social Science) 23 paket programında yapıldı. Araştırmanın verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistikler olarak ortalama, standart sapma, frekans ve yüzde kullanıldı. Kullanılan verilerin normal dağılımın incelenmesi için Kolmogorov-Smirnov testi yapıldı. Normal dağılım gösteren verilerin değerlendirilmesinde "Student t-testi" kullanıldı. Normal dağılım göstermeyen verilerin değerlendirilmesinde "Mann-Whitney U (U) testi" ve "Kruskal-Wallis (KW)" kullanıldı. Sonuçlar %95 güven aralığında ve anlamlılık seviyesi olarak $p < 0,05$ değerlendirildi.

BULGULAR

HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN SOSYODEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERİNE GÖRE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİ

Hemşirelik öğrencilerinin sosyodemografik değişkenlere göre KPSÖ toplam puan karşılaştırılması **Tablo 1**'de yer almaktadır. Araştırmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin KPSÖ puan ortalamaları "cinsiyet" değişkenine göre incelendiğinde; erkek hemşirelik öğrencilerinin KPSÖ puan ortalamasının daha yüksek olduğu ve aradaki farkın istatistiksel olarak ileri derecede anlamlı olduğu saptandı ($t = -3,619$, $p < 0,001$).

Araştırmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin KPSÖ puan ortalamaları "psikiyatrik hastalığı olma" değişkenine göre incelendiğinde; psikiyatrik hastalığı olmayan hemşirelik öğrencilerinin KPSÖ puan ortalamasının daha yüksek olduğu ve aradaki farkın

istatistiksel olarak ileri derecede anlamlı olduğu belirlendi ($U = -2,821$, $p < 0,001$). Ancak KPSÖ puan ortalaması ile "yaş, anne-baba yaş/egitim durumu/çalışma durumu, sosyal güvence, gelir algısı, öğrencide ve ailede kronik hastalığa sahip olma" değişkenleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı saptandı ($p > 0,05$).

HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN BİREYSEL BAZI ÖZELLİKLERE GÖRE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİ

Hemşirelik öğrencilerinin bireysel bazı özelliklere göre KPSÖ toplam puan karşılaştırılması **Tablo 2**'de yer almaktadır. Araştırmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin KPSÖ puan ortalamaları "uyku düzeninde değişim olma" değişkenine göre incelendiğinde; uyku düzeninde değişim olmayan hemşirelik öğrencilerinin KPSÖ puan ortalamasının daha yüksek olduğu ve aradaki farkın istatistiksel olarak ileri derecede anlamlı olduğu saptandı ($KW = 12,602$, $p < 0,001$).

Araştırmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin KPSÖ puan ortalamaları "kendine ayırdığı zamanda değişim olma" değişkenine göre incelendiğinde; kendine ayırdığı zamanda değişim olmayan hemşirelik öğrencilerinin, KPSÖ puan ortalamasının daha yüksek olduğu ve aradaki farkın istatistiksel olarak ileri derecede anlamlı olduğu belirlendi ($KW = 12,602$, $p < 0,001$).

Araştırmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin KPSÖ puan ortalamaları "sağlığında değişim olma" değişkenine göre incelendiğinde; sağlığında değişim olmayan hemşirelik öğrencilerinin KPSÖ puan ortalamasının daha yüksek olduğu ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlendi ($U = -1,987$, $p = 0,047$). Ancak KPSÖ puan ortalaması ile "beslenme alışkanlıklarında değişim olma, fiziksel aktivitelerinizde değişim olma ve arkadaş ilişkilerinde değişim olma" değişkenleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı saptandı ($p > 0,05$).

HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN COVID-19 SALGINI SÜRECİNDEKİ DÜŞÜNCELERİ

Hemşirelik öğrencilerinin COVID-19 salgını sürecindeki düşünceleri **Tablo 3**'te yer almaktadır. Hemşirelik öğrencilerinin %40,2'si "koronavirüsten çok

TABLO 1: Hemşirelik öğrencilerinin sosyodemografik değişkenlere göre Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puan karşılaştırılması (n=112).

Değişkenler	n	%	KPSÖ* Toplam (Ortalama±SS)**	Test	p değeri
Cinsiyet					
Kadın	71	63,4	18,26±3,96	-3,619***	p<0,001
Erkek	41	36,6	21,14±4,20		
Yaş					
20-22	92	82,1	19,44±4,11	-0,202****	0,840
23 ve üzeri	20	17,9	18,75±5,00		
Anne yaş					
40-49	75	67,0	19,46±4,16	0,511***	0,611
50 ve üzeri	37	33,0	19,02±4,51		
Baba yaş					
40-49	49	43,8	19,40±4,24	0,189***	0,851
50 ve üzeri	63	56,3	19,25±4,32		
Anne eğitim düzeyi					
İlkokul	62	55,4	18,69±4,77	5,821*****	0,054
Ortaokul	27	24,1	19,88±4,13		
Lise ve üzeri	23	20,5	20,34±2,44		
Baba eğitim düzeyi					
İlkokul	42	37,5	18,64±4,50	3,023*****	0,221
Ortaokul	23	20,5	20,65±4,37		
Lise ve üzeri	47	42,0	19,27±3,93		
Anne çalışma durumu					
Çalışıyor	6	5,4	20,83±4,35	-0,636****	0,525
Çalışmıyor	106	94,6	19,23±4,27		
Baba çalışma durumu					
Çalışıyor	97	86,6	19,02±4,32	-1,918****	0,058
Çalışmıyor	15	13,4	21,26±3,43		
Sosyal güvence					
Var	89	79,5	19,23±4,23	-0,188****	0,851
Yok	23	20,5	19,65±4,48		
Gelir algısı					
Gelir giderden az	15	13,4	20,93±3,86	5,353*****	0,069
Gelir gidere denk	93	83,0	18,95±4,34		
Gelir giderden fazla	4	3,6	21,75±0,50		
Kronik hastalığı olma					
Evet	9	8,0	21,11±4,72	-1,058****	0,290
Hayır	103	92,0	19,16±4,21		
Ailede kronik hastalık olma					
Evet	54	48,2	19,20±3,27	-0,280***	0,780
Hayır	58	51,8	19,43±5,05		
Psikiyatrik hastalığı olma					
Evet	5	4,5	12,80±5,31	-2,821****	p<0,001
Hayır	107	95,5	19,62±3,99		

*KPSÖ: Kısa psikolojik sağlık ölçeği; **Ortalama±standart sapma; ***Student t-testi; ****Mann-Whitney U varyans analizi; *****Kruskall-Wallis varyans analizi.

korkuyorum”, %36,6’sı “koronavirüsü düşünmek beni rahatsız ediyor”, %50,9’u “sosyal medyada koronavirüs ile ilgili haberleri izlediğimde kaygılanıyor ve endişeleniyorum”, %40,2’si “COVID-19 sürecinde gelecek için belirsizlik hissediyorum” ve

%42’si “COVID-19 salgın sürecinde (diğer zamanlarla kıyasla) ailemle daha fazla çatışma yaşıyorum” düşüncelerini evet olarak ifade etti. Buna rağmen araştırmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin %59,8’i “COVID-19 sürecinde kendimi yalnız hissediyorum”

TABLO 2: Hemşirelik öğrencilerinin bireysel bazı özelliklere göre Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği toplam puan karşılaştırılması (n=112).

Değişkenler	n	%	KPSÖ Toplam (Ortalama±SS)*	Test	p değeri
Uyku düzeninde değişim olma					
Evet	58	51,8	18,34±4,49	13,156**	p<0,001
Kısmen	23	20,5	18,69±3,45		
Hayır	31	27,7	21,61±3,56		
Kendine ayırdığı zamanda değişim olma					
Normalden daha fazla	60	53,6	18,30±4,23	12,602**	p<0,001
Daha önceki ile aynı	35	31,3	21,40±3,89		
Normalden daha az	17	15,2	18,64±3,77		
Sağlığında değişim olma					
Evet	29	25,9	18,00±4,86	-1,987***	0,047
Hayır	83	74,1	19,78±3,97		

KPSÖ: Kısa psikolojik sağlık ölçeği; *Ortalama±standart sapma; **Kruskal-Wallis varyans analizi; ***Mann-Whitney U varyans analizi.

TABLO 3: Hemşirelik öğrencilerinin COVID-19 salgını sürecindeki düşünceleri (n=112).

COVID-19 Salgını Sürecinde Düşünceleri	Evet n (%)	Kararsızım n (%)	Hayır n (%)
CoV'dan çok korkuyorum	45 (%40,2)	32 (%28,6)	35 (%31,3)
CoV'u düşünmek beni rahatsız ediyor	41 (%36,6)	34 (%30,4)	37 (%33,0)
Sosyal medyada CoV ile ilgili haberleri izlediğimde kaygılanıyor ve endişeleniyorum	57 (%50,9)	25 (%22,3)	30 (%26,8)
COVID-19 sürecinde gelecek için belirsizlik hissediyorum	45 (%40,2)	35 (%31,3)	32 (%28,6)
COVID-19 sürecinde kendimi yalnız hissediyorum	26 (%23,2)	19 (%17,0)	67 (%59,8)
COVID-19 salgın sürecinde (diğer zamanlarla kıyasla) ailemle daha fazla çatışma yaşıyorum	47 (%42,0)	38 (%33,9)	27 (%24,1)
COVID-19 sürecinde aile üyelerimden veya yakın çevremden yeteri düzeyde sosyal destek alıyorum	30 (%26,8)	38 (%33,9)	44 (%39,3)

ve %39,3'ü "COVID-19 sürecinde aile üyelerimden veya yakın çevremden yeteri düzeyde sosyal destek alıyorum" düşüncelerini hayır olarak belirtti.

SAĞLIK BAKANLIĞININ COVID-19 SALGINI İÇİN ALDIĞI ÖNLEMLER İLE İLGİLİ HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN DÜŞÜNCELERİ VE UYGULAMALARI

Hemşirelik öğrencilerinin Sağlık Bakanlığının COVID-19 salgını için aldığı önlemler ile ilgili hemşirelik öğrencilerinin düşünceleri ve uygulamaları **Tablo 4**'te yer almaktadır. COVID-19 salgınının yayılmasını engellemek için Sağlık Bakanlığı tarafından alınan önlemlere ilişkin hemşirelik öğrencilerinin %46,4'ü "önlemlerin olması gerektiğinden biraz fazla esnek olduğunu", %31,3'ü "önlemlerin olması gerektiği gibi olduğunu" ve %22,3'ü "önlemlerin ol-

ması gerektiğinden çok fazla esnek olduğunu" ifade etti. Sağlık Bakanlığı tarafından COVID-19 salgınından korunmak için alınan önlemleri (maske, sosyal mesafe, el hijyeni) hemşirelik öğrencilerinin %37,5'i orta, %39,3'ü fazla ve %23,2'si aşırı düzeyde uyguladığını belirttiler.

HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN COVID-19 SALGINI İLE BAŞ ETME STRATEJİLERİ

Hemşirelik öğrencilerinin COVID-19 salgınıyla baş etme stratejileri **Tablo 5**'te yer almaktadır. Hemşirelik öğrencileri COVID-19 salgınıyla %67,3'ü davranışsal, %18,8'i zihinsel, %9,2'si bedensel ve %4,7'si inançsal baş etti. Araştırmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin baş etme stratejileri ile "sosyodemografik ve COVID-19 sürecinden etkilenme durumu" değişkenleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı saptandı (p>0,05).

TABLO 4: Sağlık Bakanlığının COVID-19 salgını için aldığı önlemler ile ilgili hemşirelik öğrencilerinin düşünceleri ve uygulamaları (n=112).

Düşünce ve Uygulamalar	Sayı (n)	Yüzde (%)
COVID-19 yayılmasını engellemek için alınan önlemler		
Önlemlerin olması gerektiği gibi olduğunu	35	31,3
Önlemlerin olması gerektiğinden biraz fazla esnek olduğunu	52	46,4
Önlemlerin olması gerektiğinden çok fazla esnek olduğunu	25	22,3
COVID-19 salgınından korunmak için alınan önlemleri (maske, sosyal mesafe, el hijyeni) uygulama		
Orta düzeyde	42	37,5
Fazla düzeyde	44	39,3
Aşırı düzeyde	26	23,2

TABLO 5: Hemşirelik öğrencilerinin COVID-19 salgını ile baş etme stratejileri (n=112).

Baş Etme Stratejileri	Sayı (n)	Yüzde (%)
Bedensel baş etme	69	%9,2
Zihinsel baş etme	141	%18,8
Davranışsal baş etme	504	%67,3
İnançsal baş etme	35	%4,7

TARTIŞMA

COVID-19 salgını ve hastalığı, dünya çapında birçok insanı fiziksel, psikolojik, duygusal ve ekonomik yönden etkileyen bir halk sağlığı sorunudur.^{11,12,15} COVID-19 salgını bir halk sağlığı sorunu olarak üniversite öğrencileri üzerinde kaygı, korku ve endişe olarak ifade edilebilen birçok psikolojik etkiye sahiptir.^{13,17,21} Bu süreçte psikolojik sağlığın korunmasında, psikolojik sağlık düzeyi ve baş etme stratejileri oldukça önemli bir rol oynamaktadır.^{1-3,5-7} Bu nedenle, bu çalışmada hemşirelik öğrencilerinin COVID-19 salgını sırasında psikolojik sağlık düzeyleri ve baş etme stratejileri değerlendirilmiştir. Ulusal ve uluslararası literatür incelendiğinde, COVID-19 salgını sürecinde hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerini inceleyen bir çalışmaya rastlanılmaması çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

Psikolojik sağlık düzeyi düşük olan bireyler, COVID-19 salgını sürecinden psikolojik olarak olumsuz bir şekilde etkilenmektedir.^{8,20,26} Bu çalışmada, hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyinin “orta” düzeyde olduğu saptanmıştır. Çetin ve Anuk COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıklarının düşük düzeyde

olduğu saptanmıştır.²⁰ Yazıcı Çelebi tarafından yapılan başka bir çalışmada ise COVID-19 salgını sürecinde bireylerin psikolojik sağlık düzeyinin düşük olduğu belirlenmiştir.²⁶ Yapılan başka çalışmalarda COVID-19 salgını sürecinde, öğrencilerin kaygı ve anksiyete yaşadıkları saptanmıştır.^{13,17} Hemşirelik öğrencileri; kişisel ekipman eksikliği, ülke ekonomisinde olan belirsizlikler, anne, baba ve kardeşlerinin sağlığı konusunda endişeler, COVID-19’a yakalanma korkusu ve uzaktan eğitime bağlı nedenlerden kaynaklı şiddetli düzeyde anksiyete yaşadıklarını ifade etmişlerdir.¹⁷ Huang ve RongLiu tarafından yapılan bir çalışmada ise hemşirelerin hemşirelik öğrencilerine göre daha çok kaygı, korku, üzüntü ve öfke duyguları yaşadıkları saptanmıştır.²¹ Bu veriler doğrultusunda, COVID-19 salgını bireylerin psikolojik sağlığını ve bununla birlikte psikolojik sağlığını olumsuz bir şekilde etkilediği ifade edilebilir. Literatürde yapılan çalışmalarda, psikolojik sağlık ile psikolojik sağlık arasında anlamlı bir ilişki olduğu ifade edilmiştir.^{4,6,8,27} Bu çalışmada, psikiyatrik hastalığı olmayan hemşirelik öğrencilerinin, psikolojik sağlık düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Benzer bir şekilde, Karaşar ve Canlı yaptıkları çalışmada, psikolojik bozukluğu olmayan katılımcıların psikolojik sağlık puan ortalamalarının psikolojik bozukluğu olan katılımcılara göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir.²⁸ Bireylerde psikiyatrik hastalıkların varlığı psikolojik sağlık için potansiyel tehdit oluşturur ve bu da bireylerin sağlık durumu üzerinde kritik bir etkiye sahiptir.

Araştırmada, erkek hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır ($p<0,01$). Yazıcı Çelebi COVID-19 salgını sürecinde erkeklerin psikolojik sağlık

puanlarının, kadınlardan daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.²⁶ Benzer bir şekilde, Karaşar ve Canlı COVID-19 sürecinde erkek katılımcıların psikolojik sağlık düzeyinin kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğunu belirtmiştir.²⁸ Buna rağmen literatürde, COVID-19 sürecinde kadınların psikolojik sağlık puanının, erkeklere göre daha yüksek olduğunu belirten araştırmalar da yer almaktadır.^{29,30} İlaveten, Çetin ve Anuk pandemi sürecinde, üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada ise cinsiyetin psikolojik dayanıklılığı etkilemediğini tespit etmişlerdir.²⁰ Bu nedenle, COVID-19 salgını sürecinde psikolojik sağlık ve cinsiyet arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için daha fazla araştırma yapılmasına gereksinim duyulmaktadır.

COVID-19 salgını sürecinde bireyler endişe, korku, kaygı, çaresizlik gibi birçok olumsuz duygular yaşamaktadırlar.^{13,17,21} Bu süreçte yaşanan olumsuz duygular, bireylerin uyku kalitesini ve bununla birlikte psikolojik sağlık düzeyini etkilemesi kaçınılmaz bir durumdur.^{26,31-34} COVID-19 salgını sırasında, bireylerin uyku kalitesi kötü bir şekilde etkilenmektedir.³³ Bu salgın sürecinde, insanlar uykuya dalmada zorlanmakta, uyku kalitesinin kötüleşmekte, uykusuzluk yaşamakta, uyku ve uyanma süresinde bozulmalar yaşamaktadırlar.^{26,32,34} Çıtak ve Pekdemir'in yaptıkları çalışmada ise COVID-19 sürecinde katılımcıların uyku süresinde değişiklik olduğunu ve katılımcıların yarısından fazlasının az ya da çok uyuduğu belirtilmiştir. Ayrıca uyku düzeninde değişiklik olan katılımcıların, anksiyete düzeyinin yüksek olduğu da saptanmıştır.³⁴ Yazıcı Çelebi yaptığı araştırmada, COVID-19 salgınından duyduğu kaygı nedeniyle uyku düzeni sorunu olmayan katılımcıların, psikolojik sağlık düzeylerinin uyku düzeni bozulan katılımcılardan daha yüksektir.²⁶ Literatürle benzer bir şekilde, bu araştırmada da uyku düzeni değişmeyen hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyleri daha yüksektir ($p<0,01$).

COVID-19 salgını beraberinde bireylerin yaşamlarında sosyal, psikolojik, duygusal ve ekonomik birçok alanda zorluk yaşamasına sebep olmuştur. Pandemi sürecinde, insanların sosyal yaşamları büyük ölçüde kısıtlanmakta ve değişime uğramaktadır.^{26,35} Salgının insanların günlük yaşamlarını etkilediği ve bununla birlikte kaygı düzeylerini de arttığı

belirtilmektedir.¹³ Pandemi sürecindeki yaşanan bu zorluklar, bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin korunmasında bir tehdit oluşturmaktadır.^{6,8,20} Bu doğrultuda, bu araştırmada COVID-19 sürecinde kendine ayırdığı zamanda değişim olmayan hemşirelik öğrencilerinin, psikolojik sağlık düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır ($p<0,01$). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırmada ise genel yaşam memnuniyeti değişmeyen öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının, genel yaşam memnuniyeti değişen öğrencilere daha yüksek olduğunu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,01$).²⁰ Hatun ve ark.nın yaptıkları çalışmada ise COVID-19 salgınıyla birlikte, katılımcıların yaşam rutinlerinin ciddi ölçüde değiştiği saptanmıştır.³⁵ Ayrıca Tönbül'ün yaptığı çalışmada, araştırmaya katılanların %47,4'ü günlük yaşamında salgından oldukça etkilendikleri belirlenmiştir.²⁹ Hem bu araştırma hem de diğer araştırmaların sonuçları doğrultusunda, psikolojik sağlık düzeyleri yüksek olan bireylerin, COVID-19 salgını sürecinde günlük zaman süreçlerinin daha az etkilendiği ifade edilebilir.

COVID-19 salgını tüm dünyada birçok insanın fiziksel ve psikolojik sağlığını ciddi bir ölçüde etkilemiştir. Ulusal ve uluslararası literatürde yapılan çalışmalarda, COVID-19 sürecinin insanların fiziksel ve psikolojik sağlığını olumsuz etkilediği belirtilmektedir.^{10,13-16} Bu araştırmada, COVID-19 sürecinde genel sağlık durumu değişmeyen hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyleri daha yüksekti ($p<0,05$). Bu nedenle, fiziksel ve psikolojik sağlık durumunun iyi olması psikolojik sağlık düzeylerinin korunmasında önemli bir faktör olarak düşünülebilir.

Psikolojik sağlığın temelindeki en önemli kavramlar, bireylerin baş etme yeteneği ve başa etme stratejileridir.⁵⁻⁸ Yapılan bir çalışmada, üniversite öğrencilerinin halk sağlığı ile ilgili acil durumlarla karşılaştıklarında, olumlu başa çıkma stratejileri yerine olumsuz başa çıkma stratejilerini kullandıklarını belirtmişlerdir.²⁴ Yapılan başka bir araştırmada ise COVID-19 salgınında, katılımcıların çoğunluğu uzmanların tavsiyeleri doğrultusunda problem odaklı olarak baş etme stratejileri kullandıklarını ifade etmişlerdir.²⁵ Bu araştırmada ise COVID-19 salgınında hemşirelik öğrencilerinin; %67,3'ü davranışsal,

%18,8'i zihinsel, %9,2'si bedensel ve %4,7'si inançsal baş etme stratejileri kullandığı saptanmıştır. Savitsky ve ark. yaptıkları çalışmada, COVID-19 salgını sırasında hemşirelik öğrencilerinin “*dayanıklılık, mizah, bilgi alma ve danışma, zihinsel ayrılma, bilimsel olmayan ve psikolojik destek kaynakları*” gibi baş etme stratejileri kullandıklarını belirlemişlerdir.¹⁷ Hatun ve Demirci yaptıkları çalışmalarında, cinsiyet değişkeni ile “*bilişsel ve aşkın başa çıkma*” arasında ileri derecede anlamlı bir fark olduğunu ($p<0,01$), “*davranışsal ve ilişkisel başa çıkma*” arasında anlamlı bir fark olmadığını ($p>0,05$) belirtmişlerdir. Ayrıca CoV korkusu olan katılımcıların, “*bilişsel, aşkın ve ilişkisel başa çıkma*” puanlarının daha yüksek olduğu da saptanmıştır.³⁵ Bu çalışmada, hemşirelik öğrencilerinin COVID-19 salgınında kullandıkları baş etme stratejileri ile “*sosyodemografik ve COVID-19 sürecinden etkilenme durumu*” değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). COVID-19 sürecinde kullanılan baş etme stratejileri, psikolojik sağlık düzeyinin etkilenmesinde kilit rol oynadığı ifade edilebilir. Buna rağmen bu çalışmada, öğrencilerin baş etme stratejileri kategorik değişken olduğu için psikolojik sağlık açısından önemi ve aralarındaki ilişki değerlendirilememiştir. Bu nedenle, bu ilişkinin detaylı olarak araştırılması gelecekte yapılacak olan araştırmalara önerilebilir.

Hemşirelik öğrencilerinin, COVID-19 pandemisi yayılmasına yönelik Sağlık Bakanlığı tarafından alınan önlem ve uygulamalarının değerlendirilmesi öğrencilerin fiziksel, duygusal ve psikolojik sağlığını koruması ve koruyucu davranışlar sergilemesi açısından önemlidir. Bu çalışmada, önemli bir diğer veri ise COVID-19 hastalığının yayılmasını engellemek için Sağlık Bakanlığı tarafından alınan önlemlere ilişkin hemşirelik öğrencilerinin %46,4'ü “*önlemlerin olması gerektiğinden biraz fazla esnek olduğunu*” ve COVID-19 salgınından korunmak için alınan önlemleri %37,5'i orta düzeyde uyguladığını belirtmişlerdir. Bu bulgunun, hemşirelik öğrencilerinin COVID-19 salgınında etkili baş etme stratejilerini etkileyebileceği düşünülmektedir. Pandemi sürecini etkili bir şekilde yönetebilmek ve psikolojik sağlığın etkilenmesini en aza indirmek için Sağlık

Bakanlığının önerilerine uyulması ve kurallara uyulması konusunda özen gösterilmesi önem taşımaktadır.

ARAŞTIRMANIN SINIRLILIĞI

Bu araştırmanın Gümüşhane Üniversitesi'nde öğrenim gören sadece hemşirelik 3. sınıf öğrencileri ile yapılması bir sınırlılığını oluşturmaktadır.

SONUÇ

Bu araştırma, COVID-19 salgını sırasında hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyleri ve baş etme stratejilerinin önemini vurgulamaktadır. COVID-19 salgını sırasında, hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlıkları “*orta*” düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada, hemşirelik öğrencilerinin COVID-19 salgınında davranışsal, zihinsel, bedensel ve inançsal baş etme stratejileri kullandıkları belirlenmiştir.

Bu sonuçlar doğrultusunda, gelecek araştırmaların daha geniş örneklem gruplarıyla ve farklı bölgelerde eğitim gören hemşirelik öğrencileri ile yapılarak sonuçların karşılaştırılması önerilebilir. İla-
veten, hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyini olumlu yönde etkileyecek danışmanlık hizmetlerinin sağlanması, eğitim etkinliklerinin yapılması, baş etme stratejilerini fark etmesi ve etkili bir şekilde kullanmaları konusunda güçlendirme programlarının planlanıp uygulanması önerilmektedir.

Finansal Kaynak

Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.

Yazar Katkıları

Bu çalışma hazırlanırken tüm yazarlar eşit katkı sağlamıştır.

KAYNAKLAR

- American Psychological Association [Internet]. © 2021 American Psychological Association [Erişim tarihi: 10 Şubat 2021]. Building your resilience. Erişim linki: [\[Link\]](#)
- Newman R. APA's resilience initiative. *Prof Psychol: Res Pract.* 2005;36(3):227-229. [\[Link\]](#)
- Kumpfer KL, Summerhays JF. Prevention approaches to enhance resilience among high-risk youth: comments on the papers of Dishion & Connell and Greenberg. *Ann N Y Acad Sci.* 2006;1094:151-63. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#)
- Windle G. What is resilience? A review and concept analysis. *Rev Clin Gerontol.* 2011;21(2):152-169. [\[Crossref\]](#)
- Masten AS. Ordinary magic. Resilience processes in development. *Am. Psychol.* 2001;56(3):227-238. [\[Crossref\]](#)
- Gizir AC. Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması [Literature review of studies on resilience, risk, and protective factors]. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal.* 2007;3(28):113-128. [\[Link\]](#)
- Ramirez EM. Resilience: A concept analysis. *Nurs. Forum.* 2007;42(2):73- 82. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#)
- Bozdağ F. Pandemi sürecinde psikolojik sağlık [Psychological resilience during pandemic]. *Electronic Turkish Studies.* 2020;15(6):247-57. [\[Crossref\]](#)
- Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* 2020;17(5):1729-30. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[PMC\]](#)
- Tang W, Hu T, Hu B, Jin C, Wang G, Xie C, et al. Prevalence and correlates of PTSD and depressive symptoms one month after the outbreak of the Covid-19 epidemic in a sample of home-quarantined Chinese university students. *J Affect Disord.* 2020;274(1):1-7. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[PMC\]](#)
- World Health Organization [Internet]. © 2020 WHO [Erişim tarihi: 21 Haziran 2020]. WHO announces COVID-19 outbreak a pandemic. Erişim linki: [\[Link\]](#)
- Çaykuş ET, Çaykuş TM. COVID-19 pandemi sürecinde çocukların psikolojik dayanıklılığını güçlendirme yolları: Ailelere, öğretmenlere ve ruh sağlığı uzmanlarına öneriler [Ways to promote children' resiliency to the Covid-19 pandemic suggestions for families, teachers and mental health specialists]. *Eurasian Journal of Researches in Social and Economics.* 2020;7(5):95-113. [\[Link\]](#)
- Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res.* 2020;287:112934. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[PMC\]](#)
- Lai J, Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N, et al. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *Jama Netw Open.* 2020;3(3):e203976. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[PMC\]](#)
- Bao Y, Sun Y, Meng S, Shi J, Lu L. 2019-nCoV epidemic: Address mental health care to empower society. *The Lancet.* 2020;395(10224):e37-e38. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[PMC\]](#)
- Li Y, Wang Y, Jiang J, Valdimarsdóttir UA, Fall K, Fang F, et al. Psychological distress among health professional students during the COVID-19 outbreak. *Psychol Med.* 2020:1-3. Epub ahead of print. [\[PubMed\]](#) [\[PMC\]](#)
- Savitsky B, Findling Y, Erel A, Hendel T. Anxiety and coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic. *Nurse Educ Pract.* 2020;46:102809. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[PMC\]](#)
- Salman M, Asif N, Mustafa ZU, Khan TM, Shehzadi N, Hussain K, et al. Psychological impact of Covid-19 on Pakistani University students and how they are coping. 2020. [Epub ahead of print]. [\[Crossref\]](#)
- Yükseköğretim Kurulu [Internet]. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı © 2020 [Erişim tarihi: 16 Temmuz 2020]. Koronavirüs (Covid-19) bilgilendirme notu: 1. Erişim linki: [\[Link\]](#)
- Çetin C, Anuk Ö. COVID-19 pandemi sürecinde yalnızlık ve psikolojik dayanıklılık: bir kamu üniversitesi öğrencileri örnekleme [COVID-19 pandemic process and psychological resilience: sample of students from a public university]. *Eurasian Journal of Researches in Social and Economics.* 2020;7(5):170-89. [\[Link\]](#)
- Huang L, Fuming XU, Liu H. Emotional responses and coping strategies of nurses and nursing college students during Covid-19 outbreak. 2020. (Epub ahead of print). [\[Crossref\]](#)
- Smith BW, Dalen J, Wiggins K, Tooley E, Christopher P, Jennifer BJ. The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *Int J Behav Med.* 2008;15(1):194-200. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#)
- Doğan T. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması [Adaptation on of the brief resilience scale into Turkish: A validity and reliability study]. *The Journal of Happiness & Well-Being.* 2015;3(1):93-102. [\[Link\]](#)
- Qan MY, Ye DM, Dong W. Changes of coping behavior, cognitive evaluation and emotional state of SARS in Peking people in different periods. *Chinese Mental Health Journal.* 2003;8(1):515-520. [\[Link\]](#)
- Gerhold L. Covid-19: Risk perception and coping strategies. 2020 Mar 25. (Epub ahead of print). [\[Crossref\]](#)
- Çelebi GY. Covid-19 salgınına ilişkin tepkilerin psikolojik sağlık açısından incelenmesi [Investigation of Reactions to the Covid-19 Outbreak in terms of Psychological Resilience]. *IBAD Journal of SocialSciences.* 2020;(8):471-83. [\[Crossref\]](#)
- Rudwan S, Alhashimi S. The relationship between resilience & mental health among a sample of university of Nizwa students-sultanate of Oman. *Eur Sci.* 2018;14(2):288-303. [\[Crossref\]](#)
- Karaşar B, Canlı D. Psychological resilience and depression during the Covid-19 pandemic in Turkey. *Psichiatri Danub.* 2020;32(2):273-79. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#)
- Tönbül Ö. Koronavirüs (Covid-19) salgını sonrası 20-60 yaş arası bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi [Investigation of the psychological resilience of individuals between the ages of 20-60 after the coronary virus (Covid-19) epidemic in terms of some variables]. *Humanistic Perspective.* 2020;2(2):159-174. [\[Link\]](#)
- Demir A, Çiğçi F. COVID-19 pandemi sürecinde egzersizli lise öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerine etkisinin incelenmesi [Investigation of the effect of exercise on high school students' psychological resilience levels in COVID-19 pandemic]. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi.* 2020;18(3):169-179. [\[Crossref\]](#)
- Pedersen ER, Troxel WM, Shih RA, Pinder E, Lee D, Geyer L, et al. Increasing resilience through promotion of healthy sleep among service members. *Mil Med.* 2015;180(1):4-6. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[PMC\]](#)
- Marelli S, Castelnuovo A, Somma A, Castronovo V, Mombelli S, Bottoni D, et al. Impact of Covid-19 lockdown on sleep quality in university students and administration staff. *J Neurol.* 2021;268(1):8-15. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[PMC\]](#)
- Şimşek E, Koç K, Özsoy D, Karakuş M. Investigation the effect of performing physical activity at home on sleep quality and life satisfaction during coronavirus (Covid-19) outbreak. *Int J Appl Exerc Physiol.* 2020;9(7):55-62. [\[Link\]](#)
- Çıtak Ş, Pekdemir Ü. An analysis on sleep habits and generalized anxiety levels of individuals during the Covid-19 pandemic. *Journal of Family Counseling and Education.* 2020;5(1):60-73. [\[Crossref\]](#)
- Hatun O, Dicle AN, Demirci İ. Koronavirüs salgınının psikolojik yansımaları ve salgınla başa çıkma [Psychological reflections of the coronavirus pandemic and coping with pandemic]. *Turkish Studies.* 2020;15(4):531-554. [\[Crossref\]](#)