

T.C.
İSTANBUL NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**COVID 19 PANDEMİ DÖNEMİNDE KARABÜK
İLİNDE GÖREV YAPAN BEDEN EĞİTİMİ
ÖĞRETMENLERİ İLE UYGULAMALI BİLİMLER
ALANINDAKİ ÖĞRETMENLERİN PSİKOLOJİK
SIKINTI DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE
GÖRE İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Eren YETİM

Enstitü Anabilim Dalı : Spor Yöneticiliği

Enstitü Bilim Dalı : Spor Yöneticiliği

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Özlem EKİZOĞLU

ŞUBAT 2023

T.C.
İSTANBUL NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**COVID 19 PANDEMİ DÖNEMİNDE KARABÜK
İLİNDE GÖREV YAPAN BEDEN EĞİTİMİ
ÖĞRETMENLERİ İLE UYGULAMALI BİLİMLER
ALANINDAKİ ÖĞRETMENLERİN PSİKOLOJİK
SIKINTI DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE
GÖRE İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Eren YETİM

ORCID ID: 0000-0003-1896-6404

Enstitü Anabilim Dalı : Spor Yöneticiliği

Enstitü Bilim Dalı : Spor Yöneticiliği

“Bu tez 16/02 /2023 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KAANATI	İMZA
Dr.Öğr.Üyesi Özlem EKİZOĞLU	Başarılı	
Dr.Öğr. Üyesi Kadriye Hilal TOPAL	Başarılı	
Dr.Öğr.Üyesi Gülsüm YILMAZ	Başarılı	

Enstitü Müdürü

Onay

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygu olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Eren YETİM

16/02/2023



ÖNSÖZ

Bu tezin yazılması aşamasında, çalışmamı özenle takip eden danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Özlem EKİZOĞLU'na değerli katkı ve emekleri için içten teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Ayrıca görüş ve önerileriyle hazırlamış olduğum tezimi kabul eden değerli jüri üyelerine teşekkür ederim. Bu vesileyle tüm hocalarıma ve tezimin son okumasında yardımlarını esirgemeyen nişanlım Ece Özlem KOCAKAYA'ya teşekkürlerimi borç bilirim. Son olarak bu günlere ulaşmamda emeklerini hiçbir zaman ödeyemeyeceğim aileme şükranlarımı sunarım.

Eren YETİM

16/02/2023

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR	v
TABLO LİSTESİ	vi
ÖZET.....	vii
ABSTRACT	viii
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: ÖĞRETMENLİK MESLEKİ ALANLARI VE EĞİTİM SİSTEMİ.....	3
1.1. Öğretmenlik Mesleği	3
1.2. Öğretmenlik Meslek Alanları	4
1.2.1. Uygulamalı Bilimler.....	5
1.2.2. Sosyal Bilimler.....	9
1.2.3. Fen Bilimleri	10
1.2.4. Öğretmenlikte Alanların Eğitim Yöntem ve Teknikleri	11
BÖLÜM 2: COVID-19 PANDEMİSİ.....	13
2.1. Dünyada COVID-19 Pandemisi.....	13
2.2. Türkiye’de COVID-19	15
BÖLÜM 3: COVID- 19 SALGISININ EĞİTİM SİSTEMİNE ETKİSİ.....	18
3.1. COVID-19 Salgınının Dünya’da Eğitim Üzerine Etkileri	18
3.2. COVID-19 Salgınının Türkiye Eğitim Sistemi Üzerine Etkisi	19
BÖLÜM 4: COVID-19 PANDEMİSİNİN YARATTIĞI PSİKOLOJİK SIKINTI	21
4.1. Psikolojik Sıkıntı Kavramı	22
4.1.1. Korku Kavramı.....	23
4.1.2. Kaygı Kavramı	24
4.1.3. Şüphe Kavramı.....	25
4.2. COVID-19 Salgınının Psikolojik Sıkıntı üzerine Etkisi.....	26
4.3. COVID-19’u Önlemek İçin Türkiye’nin Uyguladığı Sağlık Önlemleri	27
BÖLÜM 5: SERBEST ZAMAN VE REKREASYON KAVRAMLARI.....	28
5.1. Serbest Zaman Kavramı	28
5.2. Rekreasyon Kavramı	28
5.2.1. Rekreasyona Faaliyetlerinin Sınıflandırılması.....	29
5.2.2. İnsanların Rekreasyon Etkinliklerine Katılım Nedenleri.....	31
5.2.3. Rekreasyona Katılımı Engelleyen Faktörler	32
BÖLÜM 6: YÖNTEM	34
6.1. Araştırmanın Konusu ve Amacı	34

6.2. Araştırmanın Modeli	34
6.3. Araştırma Grubu.....	35
6.4. Araştırmanın Hipotezleri ve Sınırlılıkları.....	35
6.5. Veri Toplama Araçları.....	37
6.6. Verilerin Toplanması.....	37
6.7. Verilerin Analizi.....	37
BÖLÜM 7: BULGULAR.....	39
BÖLÜM 8: TARTIŞMA.....	50
BÖLÜM 9: SONUÇ	55
BÖLÜM 10: ÖNERİLER.....	56
KAYNAKÇA	57

KISALTMALAR

df	: Serbestlik Derecesi
p	: Anlamlılık Değeri
N	: Kişi Sayısı
%	: Yüzde
U	: Mann Whitney U Test Değeri
Z	: Z Skoru



TABLO LİSTESİ

Tablo 1: Meslek Alanı ve Cinsiyete göre Dağılım.....	34
Tablo 2: Ölçek Maddelerin Güvenirlik Analizi	37
Tablo 3: Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	39
Tablo 4: Normallik Testi	39
Tablo 5: Katılımcıların Demografik özelliklerin frekans ve yüzdeliği	40
Tablo 6: Cinsiyete Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık	41
Tablo 7: Medeni Duruma Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık	42
Tablo 8: Yaşa Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık	43
Tablo 9: Mesleki Alana Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık.....	43
Tablo 10: Ekonomik Gelire Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık.....	44
Tablo 11: Çocuk Sayısına Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık	45
Tablo 12: Boş Zaman Değerlendirmesine Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık	45
Tablo 13: Boş Zaman Değerlendirmesine Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık	46
Tablo 14: Tatil Yapma Sayısına Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık	47
Tablo 15: Günlük Ev Alışverişini Yapan Kişiye Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık	47
Tablo 16: Alışveriş Yapma Sıklığına Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık	48
Tablo 17: Günlük Kullanılan Ulaşım Araçlarına Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık	48
Tablo 18: Hane Kişi Sayısına Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık..	49

Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tez Özeti

Tez Başlığı: Covid-19 Pandemi Döneminde Karabük’te Görev Yapan Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri İle Uygulamalı Bilimler Alanındaki Öğretmenlerin Psikolojik Sıkıntı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere göre İncelenmesi

Tezin Yazarı: Eren YETİM

Danışman: Dr.Öğr.Üyesi Özlem EKİZOĞLU

Kabul Tarihi: 16/02/2023

Sayfa Sayısı: 84

Ana Bilim Dalı:Spor Yöneticiliği

Bilim Dalı: Spor Yöneticiliği

Bu çalışmada uygulamalı bilimler çatısı altındaki beden eğitimi ve spor, görsel sanatlar, müzik ve robotik kodlama/ bilişim teknolojisi öğretmenlerinin, COVID-19 pandemisi ile ilişkili psikolojik sıkıntı düzeylerinin mesleki alanlarına ve serbest zamanlarını değerlendirmelerine göre incelenmesi amaçlanmıştır. Karabük ilindeki tüm Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı ortaöğretim kurumları gezilerek yüz yüze anket çalışması gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya gönüllü 116 kadın ve 186 erkek olmak üzere 104 beden eğitimi ve spor öğretmeni, 71 görsel sanat öğretmeni, 80 müzik öğretmeni ve 47 robotik kodlama/bilişim teknolojisi öğretmeni ile toplam 302 öğretmen katılmıştır. Araştırmada Ay, Oruç ve Özdoğru (2021)’nun Türkçe’ ye uyarladığı “COVID-19 ile ilişkili psikolojik sıkıntı ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek 12 maddeden ve 2 alt boyuttan (Korku ve kaygı, şüph) oluşmaktadır. Veriler normal dağılım göstermediğinden non-parametrik testlerden Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri uygulanmıştır.

Araştırmanın sonucuna göre araştırmaya katılan uygulamalı bilimler öğretmenlerinin, COVID-19 pandemisi ile ilişkili psikolojik sıkıntı düzeyleri mesleki alanlarına ve serbest zamanlarını değerlendirmelerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Sonuçlara göre beden eğitim ve spor öğretmenleri en yüksek COVID-19 pandemisi kaygı ve korku düzeylerinin, müzik öğretmenleri en yüksek şüph düzeylerine sahiptir. Serbest zamanında yurt içi ve yurt dışı seyahat eden öğretmenlerin COVID-19 pandemisi şüph, kaygı ve korku düzeyleri diğerlerine göre daha yüksek olduğu belirlendi. Ayrıca robotik kodlama/ bilişim teknolojisi öğretmenleri, COVID-19 pandemisi korku, kaygı ve şüph düzeyi en düşük olan gruptur. En düşük korku ve kaygı düzeyine sahip olanlar, serbest zamanında kitap okuyanlardır. Doğada vakit geçirmeyi tercih edenlerin COVID-19 pandemisi şüph düzeyleri düşük bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: COVID-19,Psikolojik Sıkıntı, Mesleki Alan, Serbest Zaman

Nişantaşı University, Graduate Education Institute Abstract of Master’s Thesis

Thesis Title: The Investigation Of The Psychological Distress Levels Of Physical Education Teachers Who Worked In Karabük and In The Field Of Applied Sciences During The COVID-19 Period According to Some Variables.	
Author of the thesis: Eren YETİM	Supervisor: Assit. Prof. Özlem EKİZOĞLU
Date: 16/02/2023	Number of Pages: 84
Department of Science: Sport Management Subfield: Sport Management	
In this study, it was aimed to examine the psychological distress levels associated with COVID-19 of physical education and sports, visual arts, music and robotic coding / information technology teachers under the umbrella of applied sciences according to their professional fields and leisure time evaluation. All secondary education institutions affiliated to the Ministry of National Education in Karabük were visited and a face-to-face survey was conducted. A total of 302 teachers, including 116 female and 186 male volunteers, 104 physical education and sports teachers, 71 visual arts teachers, 80 music teachers and 47 robotic coding/information technology teachers participated in the study. The “COVID-19 related psychological distress scale” adapted into Turkish by Ay, Oruç, and Özdogru (2021) was used in the research. The scale consists of 12 items and 2 sub-dimensions (fear and anxiety, doubt). Since the data did not show normal distribution, Mann Whitney U test and Kruskal Wallis tests, which are non-parametric tests, were applied. According to the results of the research, the psychological distress levels related to COVID-19 of the applied sciences teachers participating in the research differ significantly according to their professional fields and their leisure time evaluations. Physical education and sports teachers have the highest levels of COVID-19 anxiety and fear, and music teachers have the highest levels of suspicion. It has been determined that those who travel domestically and abroad in their free time have higher levels of COVID-19 suspicion, anxiety and fear than others. In addition, robotic coding / information technology teachers have the lowest level of fear, anxiety and suspicion of COVID-19. Those who have the lowest level of fear and anxiety are those who read in their free time. The level of suspicion of COVID-19 was found to be low in those who prefer to spend time in nature.	
Key words: COVID-19, Psychological Distress, Professional fields, Leisure Time.	

GİRİŞ

Dünya devamlı değişim göstermekle birlikte her dönemde kendini yenilemektedir. Tabi ki her değişim olumlu olmamaktadır ve bazı zamanlarda beklenmedik sorunlara yol açmaktadır (Saka, 2021). Son zamanların en büyük pandemisi olan COVID-19 salgını; toplumların her alanında olumsuz etkiler yaratmıştır. Ekonomik, sosyolojik, psikolojik ve fizyolojik olarak ani değişimlere ve etkilere neden olan pandemi, tüm dünyada büyük krizlere neden olmuştur (Kahraman ve Altındış, 2020). Etki alanı bu kadar geniş sorunlar yaratan bu büyük salgının, Ülke programların içinde oluşan kısıtlamalar, uluslararası ve ulusal seyahatler, birey-toplum eşitsizlikleri, iklim koşullarındaki değişimler ve diğer hastalıkların da etkisi ile yayılmaya devam edeceği öngörülmektedir (Budak ve Korkmaz 2020). Bu durum, tüm dünya fazlasıyla çaba harcanarak yürütülmeye çalışılan COVID-19 mücadelesinin büyütülerek, sürdürülmesini zorunlu kılmaktadır (Gates, 2020). Bunun gibi dünya çapına mal olmuş salgınlar, toplumun hem fiziksel hem de ruhsal sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir (Budak ve Korkmaz 2020). Covid-19 sürecinde toplumsal yapıda meydana gelen değişimlerin ele alındığı araştırmalarda pandemi sürecinin özellikle psikolojik sağlığı olumsuz yönde etkilediği belirtilmiştir (Akat ve Karataş, 2020: 1; Morgül ve diğerleri, 2020: 42; Wu ve diğerleri, 2020: 459; Cullen ve diğerleri, 2020: 1; Sheraton ve diğerleri, 2020: 1; da Silva Neto ve diğerleri, 2021: 1; Bozdağ, 2021: 226).

Literatür çalışmalarında, salgın sürecinden psikolojik ve fiziksel olarak etkilenen bireylerin süreçleri değerlendirilmiş ve değerlendirmeler sonucunda, psikolojik olarak etkilenen bireylere daha fazla rastlanmıştır (Demir vd., 2021).Yayılm hızı çok yüksek olan virüs ile tüm dünyada farklı önemler alınmış ve bu önlemlerle, bireylerin yaşamlarında kısıtlamalar oluşmuştur. Özellikle sağlık ve eğitim sektörlerinde ki kısıtlamalar, toplumların her alanda ilerlemelerine engel oluşturmıştır (Demiray, 1999). Eğitim, toplumların gelişmişlik düzeylerini doğrudan etkileyen bir alandır. Pandemi dönemi, eğitim alanının baş rolleri olan öğretmenlerimiz için kaygı yaratmış ve getirilen kısıtlamalar sonucunda uzaktan eğitim süreci gibi yeni alanlar oluşmuştur (Balcı, 2020). Daha önce eğitim-öğretim içinde var olan fakat pandemi sürecinde gelişerek anlamlı düzeyden ihtiyaç duyulan uzaktan eğitim süreci, Ülkemizde 20 Mart itibarı ile kullanılmaya başlanmış ve eğitim sektöründe daha önemli bir hale gelmiştir. Bu süreçle birlikte uzaktan eğitim, sektörün ihtiyaç duyulduğu ortaya çıkan bir alanı olmaktan

ıkmyı ve gereklilik haline gelmiştir (Telli ve Altun, 2020). Bu durumla beraber, özellikle öğretmenlerin bu süreç için yeterli donanıma sahip olup olmadıkları tartışılır duruma gelmiştir. Tüm bu durumlar öğretmenlerimizin virüse yakalanma korkularının ve kaygılarının yanında farklı bir psikolojik sıkıntıda doğurmuştur Covid-19 döneminde gerçekleştirilen bu acil uzaktan eğitim sürecinde yaşanan zorluklardan bir tanesinin de, öğretmenlerin ders esnasında işe koşmaları gereken yeterli dijital becerilere sahip olmalarıyla ilgili olduğu grlmştir (Bozkurt, 2020).

Çalışmanın Amacı

Bu çalışmada uygulamalı bilimler çatısı altındaki beden eğitimi ve spor, görsel sanatlar, müzik ve robotik kodlama/ bilişim teknolojisi ğretmenlerinin, COVID-19 pandemisi ile ilişkili psikolojik sıkıntı düzeylerinin mesleki alanlarına ve serbest zamanlarını değerlendirmesine göre incelenmesi amaçlanmıştır.

BÖLÜM 1: ÖĞRETMENLİK MESLEKİ ALANLARI VE EĞİTİM SİSTEMİ

1.1.Öğretmenlik Mesleği

Eğitim sisteminin ana unsurları olan öğrenci, eğitim programı, öğretmen ve çevre arasındaki etkileşimi sağlayan (Posner, 1995) ve toplumun ihtiyaç duyduğu genç bireyleri yetiştirme görevini üstlenen öğretmenler, eğitim öğretim sisteminde ayrı bir yere ve öneme sahiptir. Öğretmenlik mesleği, eğitimin bir meslek ve meslek alanı olarak ortaya çıkmasıyla gelişmeye başlamıştır (Hotaman, 2010). Öğretmenliğin bir meslek olup olmadığı uzun süredir tartışılrsa da sonuçta öğretmenliğin kendine özgü bir meslek olduğu ve bir mesleğin taşıması gereken tüm özellikleri taşıdığı kabul edilmiştir (Tezcan, 1996). Öğretmenlik mesleği eğitim sektörünün sosyal, kültürel, ekonomik, bilimsel ve teknolojik boyutları olan meslek grubu olarak tanımlanabilir (Erden, 2007). Bir meslek grubunun mesleki meslek sayılabilmesi için, belirlenen bir alanda hizmet vermesi, uzmanlık bilgisi sunan örgün eğitimden geçmesi, meslek kültürüne sahip olması, kabul kontrolüne sahip olması, meslek etiğine sahip olması, mesleki müesseselere sahip olması ve toplum tarafından bir meslek olarak kabul edilmesi gerekmektedir (Erden, 2007; Tezcan, 1996).

Oyekan (1994) öğretmenliği, bireysel ve ekonomik büyüme için insan kaynakları geliştirme ile uğraşan çok amaçlı bir meslek olarak tanımlamıştır. Amaele ve Amaele (2003) öğretmenlik mesleğini, toplumun ihtiyaçları ve özlemleriyle büyük ölçüde ilgili sorunlara sistematik bir bilgi bütünü uygulayan bir hizmet mesleği olarak tanımlamıştır. Yahyah (2004) öğretmenliği, temeli uzmanlaşmış ve organize edilmiş becerilere, bilgiye ve entelektüel yeterliliğe dayanan bir meslek olarak tanımlamıştır. Dolayısıyla öğretmenlik mesleği, bireylerin ve toplumun bekasına faydalı hizmetler sunan, bu değerli hizmetleri hayatta kalmak için hayati öneme sahip, bilgiye dayalı, problem çözen, ender bulunan, yönetsel ve uzmanlık dolu bir meslektir (Akinduyo, 2014).

Olatunji (1996), öğretmenliği başkalarında gerekli gelişimi amaçlayan sosyal bir işlev olarak tanımlamıştır. Sınıf içinde ve dışında rehberlik etme ve bilgi verme eylemi olarak öğretmek, yalnızca nitelikli ve eğitilmiş öğretmenler tarafından profesyonelce yapılabilir (Akinduyo, 2014). İnsanlarla ilişkiler açısından öğretmenlik, diğer bazı mesleklerden

farklı olarak çok geniş bir insan yelpazesıyla ilişki ve etkileşim içinde yürütülen bir meslektir. Öğretmenlik sadece okul ve sınıftaki öğrencilerle değil, aynı zamanda veliler ve okul dışındaki toplumla da sıkı bağları olan bir meslektir (Çelikten, 2005).

Clifford (1997) etkili bir öğretim için bir öğretmenin “konuda uzmanlaşma, öğrenmeye motive olma, öğrenci farklılıklarının farkında olma, öğretme sürecini planlama, öğretme-öğrenme stratejilerini bilme ve kullanma, tasarlama” gibi temel niteliklere sahip olması gerektiğini belirtmektedir. Burden ve Byrd (1994) öğretmenler için yıllık planların önemli olduğunu ve dönem, ünite, haftalık ve günlük planlar hazırlamanın neyin ne zaman öğretileceğini belirlemede yol gösterici olduğunu belirtmektedir.

Öğretim sürecinde baskın bir yer tutan planlama ise öğretmenlerin en önemli sorumluluğudur (Gözütok, 2004). Her öğrencinin kendine özgü bir düşünme biçimi ve farklı ilgi alanları olduğu gerçeğini göz önünde bulundurarak öğrenme etkinliklerini tasarlamak ve hazırlamak öğretmenlerin sorumluluğundadır (Cangelosi, 2000). Morrison, Morrison ve arkadaşları (2004) planlama yapılırken öğrencinin gerekli bilgiyi ne kadar sürede elde edeceğinin, öğretim sürecinin nerede gerçekleşeceğinin ve öğrencinin öğrenme başarısının nasıl değerlendirileceğinin belirlenmesi gerektiğini belirtmektedir.

Başarılı bir öğretmen sınıfta “duygu ve görüş alışverişini gerçekleştirme yöntemi” olan sözlü iletişimden ve ayrıca “beden dilinden” yararlanarak öğrencileri motive etmeli ve öğretim yaklaşımlarını, sınıf oluşumunu ve ödev türlerini çeşitlendirmelidir (Hotaman, 2010). Bu anlamda bir öğretmen hem öğrencilerine mesajlarını açık bir şekilde iletmeli hem de onların mesajlarını etkili bir şekilde almalıdır (Barker, 1982). Böyle aktif ve etkili bir alım, öğrencilerin duygusal güvenlik kazanmalarına yardımcı olur (Nelsen ve diğerleri 2000). Etkili bir öğretmen, öğrencilerini öğretme-öğrenme sürecine aktif olarak dahil eder. Eğitimin yapısı ve toplumun ideolojisi, demokratik bir sınıf yönetimini gerektirir çünkü okul, bireyin demokratik bir yaşamla uyumlu, sağlıklı bir kişilik geliştirmesine yardımcı olur (Hotaman, 2004).

1.2.Öğretmenlik Meslek Alanları

Meslek, sosyal, ekonomik ve teknolojik faktörlerin gerektirdiği işbölümünün yarattığı yaşamsal faaliyet olgusudur. Öğretmenlik mesleği, toplumlarda meydana gelen sosyal

ve ekonomik değişimler sonucu ortaya çıkmış ve “eğitim sektörünün sosyal, kültürel, ekonomik, bilimsel ve teknolojik boyutları olan profesyonel bir meslek grubu” olarak tanımlanabilir. Öğretmenlik mesleği, belli bir alanda uzmanlaşmaya, öğretmenlik becerilerine, öğreticiliğe ve mesleğin gerektirdiği bazı kişisel özelliklere dayanmaktadır. Öğretmenlik mesleğini seçen bireylerin alan bilgisine ve öğretmenlik alanı becerilerine sahip olması gerekmektedir (Hotaman, 2010). Öğretmenlik alanlarını kendi içerisinde uygulamalı bilimler, sosyal bilimler ve fen bilimleri olmak üzere üç kategoride ele almak mümkündür.

1.2.1. Uygulamalı Bilimler

Yaşadığımız dünya daha çoğulcu hale geldikçe, profesyonellerin özel uzmanlığı, rasyonelliği ve nesnelliği hakkında, değerlerin mesleki uygulamada oynadığı rol ve buna karşılık gelen kritik beceriler daha da önemli hale gelmiştir (Cilliers ve Timmermans, 2014). Ülkelerin bilim, teknoloji ve matematiğe büyük önem vermesi ve bu disiplinleri bireye kazandırması ile ülkelerin ekonomik, teknolojik ve bilimsel gelişimi uygulamalı bilimler alanında eğitime yönelmelerine neden olmuştur (Işık, 2022).

Uygulamalı bilimler, bir ya da daha fazla doğa bilimi alanındaki bilimsel bilginin uygulamada yaşanan sorunların çözümünde kullanılmasına verilen isimdir. Uygulamalı bilimler, pratik hedeflere ulaşmak için bilimsel yöntemin ve yöntemden elde edilen sonuçlarla elde edilen bilginin kullanılmasıdır (Bunge, 1974). Uygulamalı bilimler bilim, teknoloji, mühendislik ve matematiğin uygulanması nedeniyle karmaşık akademik kavramların gerçek hayattaki zorluklarla sorgulandığı disiplinler arası bir öğrenme yaklaşımıdır (Tsupros vd., 2009).

Ulrich (2008), uygulamalı bilimi gerçekten yansıtıcı uygulamayı güvence altına almak amacıyla pratik iddiaları, problem tanımlarını ve çözümlerini test etme ve bunlara itiraz etme sanatı olarak ifade eder. Uygulamalı bilim aynı zamanda, temel uygulamalı etkinlikleri yapma becerisini geliştiren bir değerlendirme uygulaması olarak da kullanılmaktadır (Donaldson vd., 2009). Bu öğretim alanı bilişim teknolojileri, robotik kodlama, beden eğitimi ve spor, görsel sanatlar ve müzik öğretmenliği gibi öğretmenlik alanları kapsamaktadır.

Günlük yaşamda ve eğitim sürecinde bilgisayarların kullanımı gün geçtikçe artmaktadır. Bilgi toplumunun oluşum sürecinde tüm ülkeyi etkisi altına alan bilgi teknolojileri bu doğrultuda eğitim açısından vazgeçilmez hale gelmiştir (Seferoğlu ve Koçak, 2003). Bu nedenle, son yıllarda bilgi teknolojisine dayalı eğitim programlarında önemli bir artış olmuştur. Eğitim teknolojisi alanında yetişmiş eleman ihtiyacı nedeniyle Bilişim Teknolojileri öğretmenliği bölümleri açılmıştır (Tekerek vd., 2012). Bilişim teknolojileri bölümlerinin öğretmenlik mesleğine kazandırdığı alanlardan birisi bilişim teknolojileri öğretmenleridir. Bu öğretmenler ilköğretim ve ortaöğretim seviyelerinde görev yapmaktadır. Bilişim teknolojileri öğretmenleri görev yaptıkları okulda bilgisayar eğitiminin ve bilgisayar destekli eğitimin etkili ve verimli bir şekilde yürütülmesini sağlamakla, mesai saatleri içerisinde bilgisayar laboratuvarına açık tutmakla, ve gerektiği durumda mesai saatleri dışında da bilgisayar laboratuvarlarına öğrencilerin ve öğretmenlerin kullanımını sağlamakla görevlidir (Dağıstanlı 2013).

Analitik ve eleştirel düşünme, akıl yürütme, problem çözme ve proje odaklı düşünme gibi önemli becerilerin önemi tüm dünya tarafından anlaşılmış ve eğitim alanında bu yönde sistemler geliştirilmiştir (Grout ve Houlden, 2014). Bunun bir sonucu olarak eğitim sistemleri, “Kodlama ve Robotik” eğitimi ile kodlama tabanlı robotik çalışma konusunda pek çok yeteneği bireylere erken yaşta aşılacak üzere şekillenmiştir (Gander vd., 2013). Ülkemizde de robotik kodlama eğitiminin ilkokuldan başlayarak kademeli olarak verilmesi için müfredat araştırması gerçekleştirilmiştir. Ezberleyen, soru sormayan, eleştiremeyen nesillerin aksine, bu beceriler erken kodlama eğitimiyle aşılanarak 21. yüzyıl becerilerine sahip yeni insanların yetiştirilmesi amaçlanmış Göksoy ve Yılmaz, 2018 ve bu görev Bilişim Teknolojileri öğretmenlerine düşmüştür. Bilişim teknolojileri öğretmenleri aracılığıyla verilen robotik kodlama eğitimi, öğrencilerin bilgi teknolojisi ile iletişim kurmak için kullandıkları dilin öğretilmesidir. Bilgisayarlara adım adım yönergeleri izlemelerini ve tam olarak ne yapacaklarını söylemeleridir. Verilen, istenen ve karar adımlarından oluşan temel kodlama eğitimi mantığı, giderek günlük hayatın önemli bir parçası haline gelmektedir (Gültepe, 2018). Bu eğitim ile çocuklara erken yaşta algoritmik düşünme becerisi kazandırıldığında, çeşitli alanlarda problemlerle karşılaştıkları durumlarda yaratıcı düşünceleri ve problem çözmeleri daha kolay olacaktır (Göksoy ve Yılmaz, 2018).

Uygulamalı bilimler alanında yer alan bir başka öğretmenlik alanı ise beden eğitimi ve spor öğretmenliğidir. Beden eğitimi ve spor öğretmenin temel sorumluluğu, öğrencilere ders süresi içinde fiziksel etkinlikler hakkında bilgi vermektir. Sınıfta, öğrencilere oyun alanında veya sahada önemli olan gerekli becerileri ve güvenlik önlemlerini öğretir. Beden eğitimi öğretmenleri, öğrencilerini motive eder ve mümkün olan her şekilde fiziksel olarak aktif ve sağlıklı olmalarına yardımcı olur. Bu anlamda beden eğitiminde bilişsel, duyuşsal ve devinişsel alanlar arasında yoğun bir ilişki bulunmaktadır (Gillespie ve Culpan, 2000). Ülkemizde beden eğitimi dersleri, bireyin fiziksel, psikomotor, bilişsel ve sosyal gelişimini desteklemek, yaşamı boyunca fiziksel aktiviteye katılımını sağlamak, yaparak öğrenmek olan beden eğitimi ve spor öğretmenleri tarafından yürütülmektedir (Saçlı ve Demirhan, 2008). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin görevleri aşağıdaki gibidir;

- Öğrenciler için görevleri, etkinlikleri ve diğer fiziksel aktivite ile ilgili ödevleri planlama
- Öğrenciler için güvenli olan ve hareketleri ve fiziksel aktiviteleri içeren öğretim görevleri
- Öğrencinin performans hedeflerine ve genel beden eğitimine ulaşmak için sınıf dersleri ve değerlendirmeler geliştirmek
- Fiziksel aktiviteleri içeren testler yapmak ve performansa göre not vermek
- Diğer personel üyeleriyle işbirliği yapmak ve müfredat hedefleri oluşturmak
- Bir öğrencinin performansı ve ilerlemesi hakkında velilerle iletişim kurmak
- Sınıf dışındaki fiziksel aktiviteler için alan ve ekipman düzenlemek
- Her öğrencinin görevi aynı anda yapabilmesi için yeterli miktarda ekipman sağlamak
- Değerli bilgileri vermek ve öğrencilerin sahada verimli bir şekilde performans gösterebilmeleri için sınıf içinde yeni beceriler öğrenmelerine yardımcı olmak

- Her öğrenciyi katılımları ve performansları için alkışlamak ve bir dahaki sefere daha iyi performans göstermelerine yardımcı olmak

Görsel sanatlar öğretmenleri de uygulamalı bilimler alanında yer alan bir başka öğretmenlik alanıdır. Görsel sanatlar öğretmenliği çizim, resim, heykel, baskiresim ve takı, çanak çömlek, dokuma, kumaş vb. tasarımlarda görülebilen sanat türüne ve daha fazlasına uygulanan tasarıma dayanan bir öğrenme alanıdır. Görsel sanatlar öğretmenleri, özellikle sanatsal ve estetik duyarlılık, görsel bilgi, beceri ve değerlerin kazanılmasını teşvik etmek amacıyla öğrencilerinin tüm çalışma alanlarında gelişimine katkıda bulunmaktadır (Kara, 2020). Bu bağlamda başarılı bir sanat öğretmeni, sanat ve sanat eğitimi, takım çalışması, çocuklar ve gençlerle aktif iletişim, etkin sınıf ve atölye yönetimi becerileri ve öğrenci merkezli öğrenme yaklaşımları konularında yeterliklere sahip olmalıdır (Zimmerman, 1994).

Diğer taraftan uygulamalı bilimler alanında yer alan bir başka öğretmenlik alanı ise müzik öğretmenliğidir. Müzik öğretmenleri, insanlara enstrümantal teknikler, diziler, deşifre ve müzik teorisi öğretmekle sorumludur. Müzik öğretmenlerinin çoğu, öğrencilerin müzik sınavlarına, seçmelere ve canlı performanslara hazırlanmasına yardımcı olur. Müzik öğretmenleri okullarda, toplum merkezlerinde, müzik dükkanlarında, huzurevlerinde ve hastane, hapisane gibi kamu kurumlarında görev alabilirler. Hatta daha fazla özgürlük sunabilen serbest olarak çalışabilirler. Müzik eğitiminin amacı, insanların bir yandan sevgi, sorumluluk ve yaratıcılık duygularını geliştirmek, diğer yandan da müzik dinleme ve yargılama olanağı sağlayarak insanların algı düzeylerini artırmaktır (Öz, 2001). Müzik öğretmenlerinin görev ve sorumlulukları aşağıda sıralanmaktadır:

- Genel müzik tarzlarını öğretmek.
- Klasik piyano, pratik ve teori eğitimi.
- Başlangıç seviyesinden ileri seviyeye kadar öğrencilere şarkı söylemeyi öğretmek.
- Müzik enstrümanlarını ve hareketi derslere dahil etmek.
- Bir öğretim programı ve ders planları planlamak ve uygulamak.

- Öğrencileri okul konserlerine ve planlanmış müzik deneyimlerine hazırlamak.
- Öğrencileri uygulama ve sınavlara hazırlamak.
- Öğrencilere okul sonrası müzik kulüplerine açılmaları için ilham vermek ve motive etmek.
- İlişkiler kurmak ve öğrencilere rehberlik etmek.

Bir müzik öğretmeni, müziği okul müfredatında bir konu olarak öğreten bir profesyoneldir. Müzik öğretmenleri, öğrencilere genel müzik, şarkı söyleme ve müzik aletleri çalmanın pratik yöntemleri ve teorisi hakkında bilgi vermektedir.

1.2.2. Sosyal Bilimler

Diğer öğretmenlik alanı olan sosyal bilimler alanı insan davranışını sosyal ve kültürel yönleriyle ele alan akademik çalışma alanıdır (Greenfeld, 2023). İnsan ve davranış söz konusu olduğunda, bunun tek boyutlu bir nedensel açıklaması yoktur. Bir kişinin davranışının birçok nedeni olabilir. Davranış dini, geleneksel, kültürel veya ekonomik nedenlerle ortaya çıkabilir. Sosyal bilimler alanı ise bunları tespit edip birey ve toplum hakkında tutarlı çalışmalar yapmaktadır (Köroğlu ve Köroğlu, 2016).

Sosyal bilimler, toplumun farklı yönlerini inceleyen çalışma disiplinleridir. Sosyal bilimlerin tarihi, 1650'den sonra doğa felsefesinde bir devrim gören ve bireylerin neyin bilimsel olduğunu anladıkları temel çerçeveyi değiştiren Aydınlanma Çağı'nda başlar (Kuper, 1996). Sosyal bilimler bize toplumun nasıl çalıştığını anlatarak toplumsal, toplumsal ve bireysel düzeyde süreçlerin nasıl iyileştirileceğini anlamamıza yardımcı olur. Sonuç olarak, bir sosyal bilim konusunu çalışmak pek çok fırsatın önünü açabilir ve öğrencilere çok çeşitli değerli beceriler sağlayabilir. Öğretmenlik mesleğinde insanların nasıl davrandıklarını, etkileşimde bulunduklarını ve dünyayı nasıl etkilediklerini inceleme amacını paylaşan, hepsi de aynı amacı paylaşan birkaç öğretmenlik alanı vardır. Bunlardan birisi sosyal bilgiler öğretmenliğidir. Bireyin toplumsal varlığını gerçekleştirmesine yardımcı olacak sosyal bilimler öğretmenliği tarih, coğrafya, ekonomi, sosyoloji, antropoloji, psikoloji, felsefe, siyaset bilimi ve hukuk gibi yansıtıcı çalışma alanlarının tek bir modül veya konu altında bir araya getirilmesini, insanların sosyal ve fiziksel çevreleriyle olan etkileşimlerinin geçmiş,

bugün ve gelecek bağlamında incelenmesini içeren öğretmenlik alanıdır (Sönmez, 1994).

Türk Dili ve Edebiyatı ve Türkçe öğretmenliği de sosyal bilimler alanında yer alan diğer öğretmenlik alanlarıdır. Her iki öğretmenlik alanı da öğrencilere gördüklerini, gözlemlediklerini, düşündüklerini ve tasarladıklarını sözlü veya yazılı olarak doğru ve amaca uygun olarak anlatabilme becerisini ve alışkanlığını kazandırmayı amaçlamaktadır (Güzel, 2003). Aslında ilkokul, ortaokul, lise ve üniversitelerdeki Türkçe derslerinin amaçları birbirine benzerdir. Her kademede verilen bu eğitimin temel öğrencilerin amacı okuma, dinleme, konuşma ve yazma becerisini geliştirmektir (Özbay 1995). Edebiyat öğretmeleri ise roman, oyun ve şiir gibi edebi eserlerin yorumlanması ve analizi konusunda eğitim verirler. Genellikle liselerde ve kolejlerde çalışırlar ve ders materyallerini okuma ödevleri, dersler ve küçük grup tartışmaları yoluyla sunarlar.

1.2.3. Fen Bilimleri

Fen bilimleri alanı, gözlem ve deneylerden elde edilen ampirik kanıtlara dayanan, doğal fenomenlerin tanımlanması, anlaşılması ve tahmin edilmesiyle ilgili bilim dallarından biridir. Başka bir ifade ile madde, enerji ve bunların karşılıklı ilişkileri ve dönüşümleri veya nesnel olarak ölçülebilir fenomenler ile ilgilenen öğrenme alanıdır (Webster, 2023). Öğrenciler, okullarının farklı aşamalarında farklı türde fen bilimleri öğrenirler. İlkokulda Dünya ile ilgili temel bilgileri öğrenen öğrenciler, lisede fizik, kimya ve biyolojiyi keşfetmeye başlarken üniversite düzeyinde daha geniş öğrenme olanaklarına sahip olurlar. Fen bilimleri iki ana kola ayrılabilir: yaşam bilimi ve fizik bilimi. Yaşam bilimi alternatif olarak biyoloji olarak bilinir ve fizik , kimya, yer bilimi ve astronomi gibi alt dallara ayrılır. Fen biliminin bu dalları, daha uzmanlaşmış dallara ayrılabilir (Lagemaat, 2006).

Fizik öğretmenleri fen bilimleri öğrenme alanında yer alan öğretmenlik alanlarından birdir. İçinde yaşadığımız evren madde ve enerji ile doludur ve bu madde ve enerjinin uzay ve zamanda nasıl hareket ettiği ve etkileştiği fiziğin konusudur. Bu bağlamda Fizik öğretmenleri günlerini biyoloji, kimya, yer ve uzay bilimleri de dahil olmak üzere diğer tüm bilim konularının altında yatan fizik kanunlarını göstermek ve açıklamakla geçirirler. Ayrıca tüm öğrencilerin fiziksel dünyalarını ve günlük yaşamlarında nasıl

çalıştığını daha iyi anlamalarına ve ayrıca bilimsel araştırma sürecini anlayarak nasıl daha iyi vatandaşlar haline gelebileceklerine yardımcı olurlar.

Fen bilimleri öğrenme alanında yer alan diğer öğretmenlik alanı olan Kimya öğretmenleri ise öğrencilerin bileşikler, elementler, moleküller, atomlar, iyonlar ve kimyasal reaksiyonlar hakkında bilgi edinmelerine yardımcı olurlar. Liselerde istihdam edilirler ve genellikle becerilerini öğrencileri eğitmek ve onlara ilham vermek için kullanırlar. Kimya öğretmenleri ayrıca müfredat geliştirebilir, deneyleri denetleyebilir ve saha gezilerinde öğrencilere eşlik edebilir.

Matematik öğretmenleri, ilkokuldan liseye kadar öğrencilere matematiksel kavramları ve formülleri öğretir. Matematik kavramlarını açıklar, sınıf materyalleri geliştirir, etkinlikler düzenler, ödev verir, sınavlarda not verir ve öğrencileri sınavlara hazırlar. Sağlam öğretimin yanı sıra mükemmel matematik becerileri ve analitik düşünme sergilerler. Standart testlere veya üniversiteye giriş sınavlarına hazırlanmak da dahil olmak üzere öğrencilerine gerekli matematik müfredatını verirler.

1.2.4. Öğretmenlikte Alanların Eğitim Yöntem ve Teknikleri

Eğitim ortamında kullanılan öğretim yöntem ve teknikleri, amaçlara ulaşmada ve öğrenme durumlarını düzenlemede önemli rol oynamaktadır. Öğretim yöntem ve teknikleri hakkında alınan bilgiler; Amaca uygun yöntem/teknik seçimi, seçilen yöntem/teknikğin uygulanması sınıf içi etkili öğrenmeyi etkilemektedir (Gözütok, 2006). Bu doğrultuda öğretmenlerin temel amaç ve sorumluluğu, etkili eğitim ve öğretimi sağlayacak öğrenme ortamını hazırlamaktır. Her duruma başarıyla uygulanabilen tek tip bir yöntemden bahsetmek elbette mümkün değildir. Eğitim sürecinde kullanılacak öğretim yöntem ve teknikleri eğitimin amaç ve kazanımları doğrultusunda belirlenir (Bozpolat vd., 2016). Bu anlamda öğretmenlik alanında o alana has yöntem ve teknikler kullanılmaktadır.

Uygulamalı bilim alanında epidemiyolojide olduğu gibi istatistik ve olasılık teorisi gibi formel bilim yöntem ve teknikleri uygulamaktadır. Uygulamalı araştırma, pratik problemlerin çözümüyle ilgilenir ve genellikle ampirik metodolojiler kullanır (Ulrich, 2008). Bu alanda ayrıca tasarım teknolojisi yoluyla eğitim verilirken, öğrenciler açık uçlu problemlere bir çözüm bulmaya çalışırlar. Sorunların elektrik ve bilgisayar

kontrolü, gıda, yapı, tekstil ve malzeme gibi çeşitli odakları olabilir. Bu sorunlara bir çözüm arayışıyla, öğrenciler “fikir geliştirme, planlama ve iletmenin üç yönünü; araçlarla, ekipmanla, geliştirmenin yönleriyle çalışmak, fikirleri planlamak ve iletme; kaliteli ürünler yapmak ve süreçleri ve ürünleri değerlendirmek için ekipman, malzeme ve bileşenler kullanırlar (Sidawi, 2009). İyi bir uygulamalı bilim modeli, yalnızca öğrenilenlerin uygulanması için tanıdık bir çerçeve sunmamalı, aynı zamanda uzmanlığın ötesine geçmek ve geliştirmek için kritik bir itici güç ve rehberlik sağlamalıdır (Ulrich, 2008)

Sosyal bilimlerde beyin fırtınası, örnek olay, tartışma, rol oynama, eğitsel oyun eğitimin amacına hizmet edecek öğretim yöntem ve teknikleri tercih edilmektedir (Lunenberg ve Volman, 1999). Sosyal bilimler doğrudan gerçek kaynaklardan öğrenildiği için bu alanda kullanılan en temel yöntemlerden birisi kaynak yöntemidir. Bu kaynaklar şarkılar, halk hikayeleri, gelenekler, görenekler, Kayıtlar, raporlar, mektuplar vd. olabilir. Genellikle kaynaklar, öğrenme için bilgi sağlayabilecek bir kişi, kitap veya belge veya resim veya gerçek nesneler anlamına gelir. Ayrıca öğrenciler incelenen nesneleri bulmaları için öğrenme dışı ortamlara da götürülmektedir (Paleeri, 2019).

Ampirik bilimler olarak, fen bilimleri, matematik ve mantık gibi formel bilimlerden araçlar kullanır (Lagemaat, 2006). Fen bilimlerinde öğretme/öğrenme süreci, ya çevreden ya da bir deneyden elde edilen olguların gözlemlenmesiyle başlamaktadır. Öte yandan fen bilimleri ve teknolojiye deney yapmanın önemi göz önüne alındığında, bu alanda son zamanlarda farklı öğretim yöntemleri ve matematik yöntemleri geliştirilmiştir. Bu yöntemler, öğrencilerin fizik, kimya, biyoloji ve matematik gibi konularla ilk kez temasa geçtikleri ilkokuldan itibaren uygulanmaktadır (Brekke ve Hogstad, 2010).

Hangi yöntem ve teknik kullanılırsa kullanılsın öğretim programının uygulayıcısı olarak öğretmenin başarılı bir sonuca ulaşabilmesi için öğretim yöntemini çok dikkatli seçmesi gerekmektedir (Philips, 2005).

BÖLÜM 2: COVID-19 PANDEMİSİ

2.1.Dünyada COVID-19 Pandemisi

Yunanca'da pan (tüm) ve demos (insan) kelimelerinin bir araya gelmesiyle oluşan pandemi sözcüğü, tüm dünyayı etkisi altına alan ve geniş alanlara yayılan salgın hastalıkların genel ismidir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından 3 kriter ile belirtilmiştir. Bunlar; İnsanlara rahat bulaşabilmesi, etken virüsün yeni ya da mutasyona uğramış olması ve insandan insana yayılımının hızlı ve devamlı olmasıdır (Aysan, Balcı, Karagöl, 2020). İnsanlar tarihin her döneminde birtakım felaketler ile karşılaşmış olup, özellikle salgın hastalıkların söz konusu felaketlerin başında geldiği görülmüştür. Çünkü yaşanan salgın hastalıklarda yüzbinlerce insan hayatını kaybetmiştir. Yapılan çalışmalara göre insanlık tarihini olumsuz yönde etkileyen pandemilerin sebepsiz yere ortaya çıkmayacağı belirtilmektedir. Çünkü salgın hastalıkların ortaya çıktığı dönemler incelendiği zaman insanların kişisel hijyen ve sağlık kurallarına dikkat etmediği, savaş dönemlerinde de tek amacın düşmanı öldürmek olduğu göze çarpmaktadır (Derman, 2020).

Tarihsel süreç içerisinde dönem dönem rastlanan ve pek çok kişinin hayatının sonlanmasına yol açan salgınlar karşımıza çıkmaktadır. Örek vermek gerekir ise, İngiliz adalarında karşılaşılan veba salgını, Urfa, Ürdün ve Filistin'de ortaya çıkan veba, Japonya'da meydana gelen kolera salgını, Türkiye'de görülen kolera salgını, İspanya'da grip salgını ve pek çok ülkeyi etkisi altına alan domuz ve kuş gribi bu salgınların en başında gelen virüslerden biri olmaktadır (Arslan, 2020). Covid sözcüğü, Corona, virüs ve İngiliz dilinde hastalık manasını taşıyan “desease” kelimelerinden türetilmiş ve 2019'da ortaya çıktından sonuna “19” eklenmiştir (Lovelace, 2020).

COVID-19 salgını, aralık ayında Çin'in Vuhan kentinde görülen ve tüm dünyada krizlere yol açan, son yılların en büyük salgınıdır. (World Health Organization, 2020). Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı hastalığı, deniz ürünlerinde ve hayvan pazarında bulunan insanlarda tesbit edilen, öksürük, nefes darlığı, ateş gibi belirtiler gösteren ve enfeksiyona sebep olan virüs olarak tanımlamıştır (<https://covid19.saglik.gov.tr/>). Corona virüsü ilk kez Çin Halk Cumhuriyeti'nde, İran'da, İtalya'da Fransa'da, İspanya'da ve ülkemizde hızla yükselerek bütün ülkeleri etkisi altına alan ve oldukça

büyük bir virüs olarak hayatımıza girdiği bilinmektedir. Türkiye’de hızla yayınlan vaka sayıları ve bunun birlikte gelen ölümlerin önüne geçebilmek adına birtakım tedbirler alındığı belirtilmektedir. Bu tedbirlerden bazıları maske kullanmak, evde izolasyon, sosyal mesafe uygulamaları, bazı yaş gruplarının dışarı çıkma yasağı şeklindedir. COVID-19 salgının hızla yaygınlaşması sağlık örgütlerinde oluşan kapasite yetersizliklerinin gündeme taşınmış ve alınan önlemlerin dozu artarak gitmiştir (BBC, 2020).

COVID-19 enfeksiyonunda hastalarda yaygın olarak karşılaşılan semptomların başında burun akıntısı, ishal, baş ağrısı, tat ve koku alma duyusunda zayıflama, yüksek düzeyde halsizlik, kas ve eklem ağrıları, gastrointestinal bölgede ağrı, öksürük, yüksek ateş ve solunum sistemi problemleri gelmektedir. Metabolik yapısı güçlü olan bireyler enfeksiyona yakalansa bile ciddi belirti göstermemektedir. Buna karşılık enfeksiyon sürecini ağır geçiren hastalarda zatürre, böbrek yetmezliği ve akut solunum yolu enfeksiyonu ortaya çıkmaktadır. Daha ağır seyreden hastaların ise hayatını kaybettiği belirtilmektedir (Henry vd., 2020; Yürük-Bal ve Çelik, 2020). Enfeksiyona yakalandığı halde belirti göstermeyen bireylerin solunum sistemlerinde virüse rastlanması durumunda COVID-19 teşhisi konulmaktadır. Bunun yanında belirti göstermeyen bireyler de enfeksiyonu başka kişilere bulaştırma potansiyeline sahiptir. Bu konuda Çin’de yürütülen çalışmalarda virüsün gelişimini tamamlama süresinin 5-6 gün ile 2-14 gün arasında olduğu bulunmuştur. Ancak enfeksiyonu bulaştırıcılık süresinin belirlenmesine yönelik çalışmalar devam etmektedir (Tiftikçi, 2020).

Enfeksiyona yakalanan bireylerde klinik seyir yaş ve cinsiyet unsurlarına göre bazı farklılıklar göstermektedir. Literatürde bu alanda yürütülen çalışmalar incelendiği zaman erkekler ile karşılaştırıldığı zaman enfeksiyonun kadınlarda daha ağır seyrettiği bulunmuştur. Bunun yanında yapılan çalışmalarda küçük ve genç yaş gruplarında yer alan bireyler ile kıyaslandığında yaşlı bireylerde hastalık semptomlarının daha ağır olduğu tespit edilmiştir. Hastalarda nefes darlığı gibi ciddi solunum yolu problemleri nadiren görülmektedir. Ağır seyreden vakalarda septik şok, solunum yetmezliği, akut kardiyak hasar, çoklu organ yetmezliği ve alt solunum yolu enfeksiyonu ortaya çıkabilmektedir (Pınar-Şenkalfa, 2020).

COVID-19 pandemisi; global ölçekte, birey, aile ve toplum sağlığı üstünde pek çok fiziksel, ruhsal, toplumsal ve iktisadi açılardan ani ve negatif etkilerde bulunarak bütün

dünyayı etkileyen bir kriz halini almıştır (Budak ve Korkmaz, 2020). Geçtiğimiz son asrın en büyük salgını olarak karşılaşılan covid19 pandemisinin önüne geçmek için başvurulmuş kısıtlama yöntemlerinin yetersizliği, davranışsal sebepler, bölgesel ve sınırlar ötesi geziler, sosyal ve ekonomik eşitsizlikler, iklim şartları ve diğer hastalıkların da etkisiyle beraber yayılmayı sürdüreceği düşünülmektedir (Kahraman ve Altındış, 2020). Bahsi geçen durum, dünya çapında üst düzey gayretler ile yürütülen COVID-19 mücadelesinin büyütülerek, sürdürülmesini mecburi bir hale getirmektedir. Bahsi geçen tarzda olup, Dünya’ da milyonları etkileyen salgınların, toplumun hem fiziksel hem de ruhsal sağlığını negatif olarak etkilediği açıktır (Gates, 2020).

2.2.Türkiye’de COVID-19

Sağlık Bakanlığı tarafından açıklanan verilere göre, ülkemizde ilk Corona virüsü vakası 11 Mart 2020 tarihinde görülmüş olup virüsten kaynaklı olduğu ilk ölümün 15 Mart 2020 tarihinde yaşandığı rapor edilmiştir. Görülen ilk vaka sonrasında, ülkemizde okullara iki hafta ara verilmiş, devlet ve kamu görevlilerinin ülke dışına çıkışlarına özel izinle olanak tanınırken, yurtdışından gelen bireyler içinde on dört gün karantina kuralı mecburi kılınmıştır. Buna ek olarak bireyler toplu olarak bulundukları alanların kapatılması ve sosyal mesafe yasağına uyulması yasalaştırılmıştır. Ancak söz konusu bütün tedbirlerin alınmasına rağmen vaka sayıları hızla artmak ve ölümler peş peşe gelmektedir. Bir ay içerisinde vakaların 52.167 sayılara ulaştığı ve 1.101 vefat sayısı ile korkutucu bir hal aldığı görülmektedir (Sağlık Bakanlığı, 2020). Hem vaka sayılarında ki ortaya koyulan sayıların hem de ölüm sayılarının da yükselme yaşanması insanlarda panik ve korkuya neden olduğu ifade edilmektedir. Yetkili bireyler bundan kaynaklı olarak tedbirlerin sayısını arttırmış ve mecburi durumların dışında sokağa çıkma yasağı uygulanmış, toplu alanlar kapatılmış, eğitim kurumları eğitim süreçlerine uzaktan olarak devam ettirmiş ve şehirlerarası yolculuklar bir süreliğine yasaklanmıştır. Türkiye’de alınan tedbirler çerçevesinde söz konusu kısıtlamalar, toplum olarak bir arada yaşamı sürdürme, seyahat etme, misafirlğe gitme ve sosyal çevremiz ile etkileşim durumunda olmaya önem verdiğimiz için hayatlarımızı negatif yönde etkilediği bilinmektedir. Bu evrede evlerde kalma mecburiyetinin sürdürülmesi, yakınlarının vefat haberlerini alma, ölüm korkusu yaşayan kişilerde de oldukça sarsıcı bir etkinin ortaya çıktığı görülmektedir. Öğrencilerin okullarda eğitim görmelerinin oldukça riskli olacağından dolayı uzaktan eğitim sistemi geliştirilmiş ve yalnızca üniversite değil ilköğretim

öğrencilerinden başlayarak bütün öğrencilerin uzaktan eğitime dahil edilmeye çalışıldığı bilinmektedir (Baykal, 2020). Literatürde yer alan çalışmalarda da pandemi sürecinde uzaktan eğitimin giderek yaygınlaştığı, ancak imkân yetersizliği ve teknik donanım eksikliği nedeniyle uzaktan eğitim sürecinde çeşitli sorunlar yaşandığı belirtilmektedir (Demir ve Özdaş, 2020; Özdoğan ve Berkant, 2020; Kürtüncü ve Kurt, 2020; Keskin ve Özer-Kaya, 2020; Bakioğlu ve Çevik, 2020).

Faydalı olacağı düşünülen tedbirler dünya ekonomisini derinden zedelediği gibi ülkemizde de oldukça yıkıcı etkiler ve izler taşımaktadır. Yapılan çalışma bulguları da pandemi sürecinin ekonomik açıdan birçok olumsuzluğu beraberinde getirdiği vurgulanmaktadır (Demir ve Esen, 2021; Bahar ve İlal, 2020; Cinel, 2020; Eroğlu, 2020; Ak-Bingöl vd., 2020; Kılıç, 2020). TÜİK (2019) raporlarına göre işsizlik düzeyinin %14,0 düzeyinde olduğu verilerle ortaya konmuştur. COVID-19 pandemisinin meydana gelmesi ile ekonomideki söz konusu değişimler alınan önlemlerle ortaya çıkmıştır. Özellikle kişilerin seyahat yasakları, sokağa çıkma yasakları, örgütlerin ve işletmelerin sadece paket servisi vermesi, alışveriş merkezlerinin kapatılması örnek şeklinde bahsedilebilir. Corona virüsünün ortaya çıkardığı belirsizlikleri tüm dünyada hemen hemen bütün ülkelerin olumsuz olaylar yaşamasına ekonomik zarar görmesine neden olduğu bilinmektedir (Arslan ve Bayar, 2020). Pandemi sürecinde birçok tedbirler alınmasına rağmen vaka sayılarında hızlı artışın önüne geçilememesi ve sağlık bakanlığınca her gün vaka sayıları, vefat sayıları, iyileşen birey sayısı medya vasıtasıyla bildirilmiştir. Sağlık Bakanlığı'nın raporlarına göre pandemi Türkiye'de her gün daha fazla vefat ile neticelendiğini göstermektedir. En fazla vaka sayısı ve vefat sayısının 3 Temmuz 2021 tarihinde 5.440.368 bin kişi olarak kayıtlara geçmiştir. Yukarıda bahsedilen tarihten sonra alınan tedbirler ve Türkiye'de hızla gelişen aşı uygulamaları sonuç vermiş ve Türkiye'deki vaka sayıları ve ölümlerinin gözle görülür bir azalma yaşandığı söylenmektedir (Sağlık Bakanlığı, 2021). Türkiye'de ilk başta sağlık çalışanlarına 65 yaş ve üstü bireylere uyulanmış ve kademeli olarak herkese uygulanması hedeflenmiştir. Aşının bulunması ile beraber COVID-19 salgınından korunuma sağlanmasına rağmen virüsün etkileri vakalar hala varlığını sürdürmektedir. Bunun yanı sıra aşı karşıtlığı içerisinde olan bireylerin olması, salgının seyrinde azalma hedeflense de toplumda bilinçlenme ile ilgili şüpheler doğurmuştur. Pandemi süreci ile beraber sağlık tedbirler dünya genelinde benzer biçimde uygulandığı

görülmektedir. Bu uygulamalar ifade edilen kısıtlamaları da ardından getirdiği bilinmektedir. Ancak ölkemizin gelişmekte olan bir ölkce olmasının pandeminin gidişatında farklılıklara neden olduğu düşünölmektedir (Türk, Ak Bingöl, Ak, 2020).



BÖLÜM 3: COVID- 19 SALGINININ EĞİTİM SİSTEMİNE ETKİSİ

3.1.COVID-19 Salgınının Dünya’da Eğitim Üzerine Etkileri

Eğitimin ilk doğduğu zamandan beri, o döneme ait tüm gelişmelerde dikkate alındığında, değişik stratejiler, yöntem ve teknikler kullanılmış ve öğrenme ortamları dönemin gerekliliklerine göre oluşturulmuştur (Yıldız, 2016) Unesco (2020) raporları incelendiğinde COVID-19 virüsü hızla yayılması ile beraber 191 ülkede eğitimin uzaktan verilmesi ya da tamamen ara verilmesi mecburiyetinde kalmıştır. Derslerin dijital platformlarından desteklenmeye ve sürdürülmeye çabalanması ülkelerdeki çeşitli sosyo-ekonomik grupların olanak farklılıklarını ortaya koymuş ve bu durum karşısında eğitim eşitsizliği söz konusu olmuş ve uzaktan eğitimin uzun vadede neticelerini tartışmaya çalıştığı bilinmektedir (UNESCO, 2020).

Resmi bir eğitim sistemi olan uzaktan eğitim, öğretmen ve öğrencinin etkileşim alanının farklı fiziksel ortamlara yayıldığı bir eğitim sistemi olarak tanımlanabilir. Bu süreçte teknoloji yardımı ile etkileşim içinde olan öğretmen ve öğrenciler farklı ortamlarda bulunurlar(Balaman ve Hanbay Tiryaki, 2021). Başka bir ifadeyle, çeşitli sebeplerden oluşan eğitim-öğretim aksamalarının, bireylere farklı öğretim ekipmanlar kullanarak görsel, basılı, işitsel ya da elektronik olarak eğitim sunularak giderilmeye çalışıldığı bir metot olarak tanımlanmaktadır (Demiray, 1999).

Uzaktan eğitim süreci ile birlikte, ülkeler arasında eğitim eşitsizliği ortaya çıkmaya başlamış ve uzaktan eğitim yönetime tartışmaya açık hale gelmiştir. Nitekim gelişmekte olan ve gelişen ülkelerde eğitimin elektronik sistemler aracılığı ile gerçekleştirilmesini ifade eden dijital dönüşüm, örgün eğitim ören kişilerin uzaktan eğitime sürecine girmeleri desteklenirken, gelişmemiş olan ülkelerde ise bu biçimde bir araştırma yürütülmediği bundan dolayı eğitimlerin aksadığı görülmektedir (UNESCO, 2020). UN, UNİSEF.OECD gibi uluslararası kuruluşlar, toplumsal sorunların oluşmaması ve mevcut başarı farklarının daha fazla artmaması için rapor hazırlamış, bu rapora göre 830 milyon öğrencinin dijital eğitim için gerekli olan materyallere sahip olmadığı, yüzde 40’dan fazlasının da internet erişiminin bulunmadığını belirtmiştir (meb.gov.tr).

3.2.COVID-19 Salgınının Türkiye Eğitim Sistemi Üzerine Etkisi

Ülkemizde Corona virüsü döneminin eğitim ve öğretim sistemine etkileri, 16.03.2020 tarihinde eğitim örgütlerinin kapatılması ile başladığı bilinmektedir. Bu kapanma ile beraber 18.108.860 öğrenci olumsuz yönde etkilenmiş ve söz konusu bu öğrencilerin 5.267,378'inin ilköğretim düzeyinde eğitim gördüğü ve aslında eğitimin ilk temellerinin atıldığı kademede olumsuz yönde etkilendiği görülmektedir. Diğer ülkelere bakıldığında genel anlamda eğitim örgütlerindeki öğrenci sayılarının çok daha fazla olmasının Milli Eğitim Bakanlığı'nı hızlı kararlar alma mecburiyetinde bıraktığı düşünülmektedir. Bu kararlar kapsamında eğitim kurumlarına ara verilmiş ve uzaktan eğitim uygulamalarına geçiş yapılmıştır. Ülkemizde ilk vakanın ortaya çıkması ile MEB tarafından eğitim örgütlerine 16 Mart 2020 tarihinde 23 Mart 2020 tarihine kadar ara verildiği bilinmektedir. Vaka sayılarındaki artışlarının durdurulamaması sebebiyle eğitim kurumları 23 Mart'ta uzaktan eğitim sistemine geçiş yapmış ve (EBA) üzerinde eğitime sistemine geçiş yapılmıştır. Süreçte beklenen seviyeye ulaşamadığı için yüz yüze eğitime 30 Nisan 2020 tarihine kadar ara verildiği bildirilmiştir. Sağlık tedbirlerinin artarak sürdürüldüğü evrede eğitim kurumlarının 21 Eylül 2020 tarihine kadar kapalı kalması kararı alınarak bütün ilgililere bildirilmiştir. Okulların kapalı olması bakımından incelendiğinde ülkemizin okulları en uzun süre kapalı tutan ülkeler arasında olduğu rapor edilmiştir (Yirci, 2021). Okulların COVID-19 pandemi sürecinde uzunca bir süre kapalı olması ile eğitim-öğretim de birçok değişimin meydana geldiği görülmüştür. Bunun yanı sıra uygulanan strateji ve politikalar öğrencileri, okul liderlerini, öğretmenleri, velileri, okul personelini de içeren pek çok sayıda insanın da yaşamını etkisi altına almıştır. Türkiye'de ilk olarak MEB Corona virüsü sürecinde uzaktan eğitim ile öğretimin sürdürülmesi sağlanmıştır (MEB, 2021). Uzaktan eğitim öğrenciler ve öğretmenlere kolaylık sağlasa da bir yandan da eğitim verenlerin bu konuda donanıma sahip olmaları ve eğitim kapsamında internet erişiminin yeterli miktarda sağlanması gerektiği ifade edilmiştir (Xie, Siav, Nah, 2020).

Uzaktan eğitim sürecinden sonra Eylül 2020 tarihi itibari ile eğitim kurumları yüz yüze eğitime tekrar başlamıştır. COVID-19 pandemi döneminin hala varlığını sürdürmesi ile yüz yüze eğitim bazı tedbirler alınarak sürdürülmektedir. Sağlık tedbirlerinin sağlanması gayesiyle eğitim kurumlarında *okulum temiz belgesi* uygulaması başlatıldığı açıklanmaktadır. Öğrencilerin ise yüz yüze öğretimde sağlık tedbirleri hususunda

bilinçlendirilmelerinin ciddiyeti vurgulanmaktadır (Sakarya, 2020). COVID-19 pandemi döneminin hala devam etmesiyle insanların sosyal ve psikolojik olarak etkilendikleri görülmektedir. Türkiye’de eğitim ve öğretim alanlarında bireylerin sayısının oldukça fazla olması da en fazla etkilenen tarafın o kısımlardaki kişilerden oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Bu bilgiler ışığında okulların bu süreçte en fazla etkilenen kurumlar arasında olduğu söylenebilir. MEB tarafından uygulanan stratejik uygulamaların belirsizliği ve uygulamaların oldukça fazla olması okul yöneticilerini, öğrencileri, öğretmenleri ve velileri doğrudan etkilediği ifade edilmektedir. Bundan dolayı eğitim-öğretim etkinliklerinde aktif şekilde rol olması bireylerin pandemi evresinin ardından daha çok psikososyal yardıma gereksinim duyduğunu açıklanmaktadır (Kırmızıgül, 2020).

BÖLÜM 4: COVID-19 PANDEMİSİNİN YARATTIĞI PSİKOLOJİK SIKINTI

Pandemik hastalıklar çoğu zaman en belirgin belirtileri meydana gelmiş olsa da psikolojik etkilerinin daha baskın olduğu bilinmektedir. Literatürde daha önce yapılmış olan çalışmalar değerlendirildiğinde SARS gibi bulaşıcı virüslerin kişilerin anksiyete, stres ve depresyon düzeylerinde artış yaşanması neden olduğu tespit edilmiştir (Wu, Chan ve Ma, 2005). Kaygı ve korku hissi bireyin yaşamını sürdürme ve kendini savunma mekanizmaları adına gerekli bir hazırlığı oluşturan fonksiyonlar olarak tanımlanmaktadır. Daha evvel görülen SARS, MERS ve Ebola gibi pandemik hastalıkların ortaya çıkardığı psikolojik problemlerde ciddi rol üstlenmiştir (Shin ve Liberzon, 2010; Garcia, 2017). Araştırmalar Ebola ve SARS gibi pandemi oluşturan salgınların kişiler fiziksel olarak iyileştikten sonra bile kişilerin depresyon, anksiyete, uyku ve stres bozukluklarına sebep olabileceğini ortaya koymaktadır (Gold vd., 2004). COVID-19 salgınında da benzer biçimde kişilerde kalıcı ruhsal bozukluklara neden olabileceği düşünülmektedir. Konu ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde; toplumun sağlığını etkisi altına alan pandemi durumlarının kişilerde şaşkınlık, güvensizlik hissi, yansızlık duygusu gibi duygu durum bozukluklarına neden olduğu ve ayrıca toplumlarda ekonomik kayıpları, iş yeri ve okulların kapanması, gereksinimlerin yetersiz düzeyde karşılanması gibi olumsuz durumlara sebep olduğuna dair sonuçlar rapor edilmiştir (Pfefferbaum ve North, 2020).

Virüs üzerine yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde virüsün süresi arttıkça kişilerin virüsün daha çok etkili olduğu düşüncesine, korku, öfke gibi olumsuz olan duygulara kapıldıkları görülmektedir. Söz konusu duygusal semptomlara sebep olan depresif bozuklukların, kaygı ve travma sonrası ortaya çıkan stres bozuklukları gibi birtakım psikolojik olan sorunları beraberinde getirdiği, insanların hayatına son verme gibi güdülerini canlandırdığı, buna paralel olarak insanlarda uykusuzluk gibi ciddi ruhsal sıkıntıları ortaya çıkardığı görülmektedir. Korku ve endişe yoğunluğunun yüksek seviyede olduğu çocuklarda ve gençlerde kaygı bozukluğunun tespit edildiği bu kişilere baba ve annelerinin bilişsel bakımdan düzeylerine uygun bir biçimde gerekli açıklamaların aktarılması gerektiği beyan edilmektedir. Söz konusu bu virüs ile birlikte insanların hemen hemen hepsinde endişe, kaygı, korku ve strese yönelik bulgulara

rastlandığı ve bireylerin çözüm yeteneklerinin negatif olarak etkilediği bu sebeple salgının insanlar arasında bazı çatışmalara neden olduğu bunun görülme sıklığının arttığı söylenmektedir (Bekaroğlu ve Yılmaz, 2020).

COVID-19 virüsünün psikolojik etkilerine ilişkin çalışmalara hala da sürmektedir. Bu alana yönelik gerçekleştirilen araştırmanın sayısı henüz çok yeterli düzeyde değildir. Yukarıdaki bilgilerin ışığında literatürde bu alanda yapılan literatürlerin sayısı az olduğu için insanlara yönelik tanılar daha çok bilişsel alandaki problemlerde olduğu ve tanılar sıklıklarının daha da artacağı varsayılmaktadır. Pandemi süreci ve sonrasında insanlarda majör depresyon görülme sıklığının, yaygın kaygı bozukluğu, stres bozukluğu, obsesif-kompulsif bozukluk gibi kişilerde ruhsal bozulma seviyelerinin artacağı düşünülmektedir (İnözü-Mermerkaya vd., 2020).

4.1.Psikolojik Sıkıntı Kavramı

Horwitz (2007)'ın yaptığı çalışmada zihinsel ve fiziksel sağlığı tehdit eden bir stres durumu ile başa çıkma konusunda etkisizliği, duygusal kargaşayı psikolojik problem şeklinde açıklamaktadır. Mirowsky ve Ross (2002) birlikte yürüttüğü çalışmada ise psikolojik problemi daha genel bir bakış açısıyla tanımlamış olup, anksiyete ve depresyon semptomları ile alakalı duygusal bir acı çekme hali şeklinde tanımlamaktadır.

APA (Amerika Psikoloji Derneği) psikolojik sıkıntı kavramını bireylerin pek çoğunda normal ruh hali dalgalanması ile alakalı bazı acı verici zihinsel ve fiziksel belirtiler şeklinde tanımlamaktadır. (APA, 2020). Psikolojik sorunlar üzerinde yapılan bir araştırmada, huzursuzluk, mutsuzluk, sinir hali vb. semptomları olarak bireylerle sorun yaşama durumu olarak tanımlanmaktadır (Chalfant ve diğerleri, 1990). Başka bir çalışmada, Uyuyama veya uyku kalitesinin düşüklüğü, arzunun, hevesin, heyecanın yokluğu, moral bozukluğu, hüznün, ümitsizlik, aşırı duygusal belirti gösterme, dikkat dağınıklığı, sık sık sıkılma, intihar düşüncesi ve girişimi biçiminde tanımlanmaktadır (Burnette ve Mui, 1997). Lerutla (2000) göre psikolojik sorun, rahatsızlık verici, zarar veren ya da sinir bozucu olan durumlarla başa çıkma durumundan dolayı kişinin hissettiği duygusal durum olarak ifade edilmektedir (Lerutla, 2000). Baş edilemeyecek stres faktörleri sonucu ortaya çıkan ve tipik şekilde stres unsuru ortadan kaldırıldığında ya da birey stres unsuruna uyum gösterdiğinde azalan durum ve şeklinde beyan edilmektedir (Phillips, 2009).

Yaşanan durumlardan evvel ya da sonrasında stres semptomlarının yaşanması olası bir durum olarak bilinmektedir. İnsan doğal ve pandemi gibi afetler yaşandığında bunlar yaşam tarzları üzerinde yıkıcı izler bırakabilmekte ve yıkıcı bir etki göstermektedir. Bunu gören ya da tecrübe edinen herkes bir şekilde söz konusu durumdan etkilenmektedir. Stres belirtilerinin pek çoğu geçici olduğu ya da kendi kendine düzelebilen durumlar olabileceği gibi bazı hallerde birey bu belirtileri haftalarca üzerinde taşıyabilmektedir. Bu durumdan aile ve sosyal çevresi de etkilenebilmektedir (Samhsa, 2020). Genellikle psikolojik sorun, anksiyete ve depresyon semptomları ile bir araya gelen, kişinin kendisini problemli hissetmesine neden olan ve pek çok rahatsızlarda da çok sık etki eden onların gidişatını negatif yönde değiştiren bir faktör olmaktadır (Türkçapar, 2004; Karamustafalıoğlu ve Yumrukçal, 2011). Psikolojik problemlerin kişilerin yaş gruplarına göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yapılan bir çalışma sonuçlarına göre kişilerin genel psikolojik sorun, anksiyete ve depresyon düzeyleri yaş değişkenlerinin farklılıklarına göre kıyaslandığında yaşı ileride olanların düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Jorm vd., 2005).

4.1.1. Korku Kavramı

“Korku” terimi eksikliklerine rağmen, geniş çapta anlaşılmış ve genellikle araştırmacılar tarafından bilinçli veya bilinçsiz risk algısına eşdeğer olarak kabul edilmiş bir kavramdır (Gaynor vd., 2019). Korku, mevcut somut tehlikeye ilişkin duygusal bir tepki şeklinde tanımlanmaktadır. Korkunun şu an ki yönüne kaygının ise beklenen yönüne dikkat çekilmektedir. Korku; halihazırda somut tehdit ve tehlikeyle alakalı kaygı, ilerde var olma olasılığı olan haller ile ilgili olmaktadır. Yaşanan doğal afetler, karşılaşılan bir vahşi hayvan veya çeşitli patlama durumları, bireylerin saldırıları sonucu rahatsız etme gibi durumlarda korku yaşandığı bilinmektedir (Şahin, 2019).

Korku doğal, güçlü ve ilkel bir insani duygudur. Psikoloji araştırmalarına göre, evrensel bir biyokimyasal tepki ve yüksek bireysel bir duygusal tepki içerir. Korku, ister fiziksel ister psikolojik olsun, tehlikenin veya zarar verme tehdidinin varlığına karşı bizi uyarır (Fritscher, 2022). Bir adaptasyon olarak korku, organizmanın yaralanma veya ölüm riskine bir aktivite maliyeti atamasına izin veren duygudur (Kotler ve Brown, 2017).

Bazen korku gerçek tehditlerden kaynaklanır, ancak hayali tehlikelerden de kaynaklanabilir. Korku, bazı durumlara verilen doğal bir tepki olsa da, gerçek tehdide

göre aşırı veya orantısız olduğunda sıkıntıya ve aksamaya yol açabilir (Fritscher, 2022). Korku doğal bir duygu ve hayatta kalma mekanizmasıdır. Birey algılanan bir tehditle karşılaştığında, bedeni belirli şekillerde buna tepki verir. Korkuya verilen fiziksel tepkiler arasında terleme, artan kalp atış hızı ve bizi son derece uyanık hale getiren yüksek adrenalin seviyeleri yer alır (Kozłowska vd., 2015). Korkuya verilen duygusal tepki ise oldukça kişiseldir. Korku, insan beyninde mutluluk ve heyecan gibi olumlu duygularla aynı kimyasal reaksiyonların bazılarını içerdiğinden, belirli koşullar altında korku hissetmek, örneğin korku filmi izlemek gibi eğlenceli olarak görülebilir (Javanbakht ve Saab, 2017). Korku genellikle hem fiziksel hem de duygusal semptomları içerir. Her insan korkuyu farklı şekilde deneyimleyebilir, ancak ortak belirti ve semptomlardan bazıları şunlardır: Göğüs ağrısı, titreme, kuru ağız, mide bulantısı, hızlı kalp atımı, nefes darlığı, terlemek, titreme ve mide rahatsızlığı. Korkunun fiziksel semptomlarına ek olarak, insanlar bunalmış olma, üzülme, kontrolden çıkma hissi veya yaklaşan ölüm hissi gibi psikolojik semptomlar yaşayabilir (Fritscher, 2022).

4.1.2. Kaygı Kavramı

Kaygı, yaygın bir ruh sağlığı sorunlarından biridir (Bayrampour vd., 2016). Şahin (2019) anlatımı ile kaygı kavramı, bireyin yaşadığı ve gelecekte nasıl gerçekleşeceği belli olmayan, belki de gerçekleşmesine hiç ihtimal verilmeyecek olan öznel bir hal ile alakalı tedirginlik ve endişe duyma durumu şeklinde tanımlanmaktadır. Kişiler kendilerine acı yaşatan durumları inkâr ederler, yok sayar ya da reddederler, içsel ya da dışsal teması keserler ve savunma mekanizmalarına başvururlar. Güçlü şekilde bastırılan, bilinç arkasına itilen haller çözülmemiş problemler bireyin mümkün hallerde bile belirgin kaygı ve endişe duyduğunu ortaya koymaktadır.

Hemmings ve Bouras (2016) bireylerin sübjektif olarak başlarına bazı tehlikeler gelebileceğini düşündüklerinde, kaygının rahatsız edici ve endişe verici duygular olarak ortaya çıktığına dikkat çekmiştir. Kring ve Johnson (2018) ise kaygının, yaklaşan ölüm gibi insanların beklentisinden kaynaklandığını belirtmişlerdir.

Sosyal çevrenin sürekli değişmesi ve modern yaşamın hızının hızla artması nedeniyle günümüzde kaygı çok yaygındır. İstatistikler, tüm dünyada kaygı yaşayan önemli sayıda insan olduğunu ve bu sayının artmaya devam ettiğini göstermektedir (Xi, 2020). Kaygı

birçok durumda ortaya çıkabilir, bazen hafiftir ve kısa sürede kaybolur ve geçer ancak bazende uzun süre devam edebilir ve bedensel ve zihinsel işlev bozukluklarına neden olabilecek kadar şiddetli olabilir. Bu durum bazen hastanın sonuçlarını etkileyebilir (Pritchard, 2009).

Rutin hayatta başa çıkmak mecburiyetinde kalınan zorlu durumlar kaygıya neden olabilmektedir. Kilitlenmiş trafikte uzun zaman bekleme, iş yerine gecikme, yapılması gereken işlerin zamanından çok geç gerçekleşmesi veya sınavlara girme girememe gibi örnekler verilebilmektedir. Kaygı da diğer duyu türleri gibi oldukça doğal bir hissiyat olarak görülmektedir. Fakat kişiye iyi hissettiren değil tersine nahoş bir duyu durumu olmaktadır (Alıcı, 2016). Bu sebeple kaygı hissi neredeyse bütün insanların yaşadığı tecrübe edinmiş bir duygudur. Söz konusu duyu, kaygının belirli olmayan hissi, yaygınlık duygusu ve memnuniyetsizlik duygusu ile kendini göstermektedir. Genel anlamda otonomin belirtiler mevcut olmaktadır. Otonomim semptomlar hafif mide problemleri, göğüste sıkışma hissi ve çarpıntı, baş ağrısı, terleme biçiminde görülmektedir. Bu durumu kaygılı bireyde huzursuzluk da takip etmektedir (Özakkaş, 2014).

4.1.3. Şüphe Kavramı

Kesinlik ve netlik değerlidir ve öyle olmadığı durumlar dışında arzu edilen bir şeydir. Sosyal ve kişilik psikologları arasında temel bir insani sosyal güdü olarak kesinlik ve netliğin üstünlüğü, anlama ihtiyacına göre belirlenen merkezi noktada ortaya çıkmaktadır (Fiske, 2004). İnsanların her şeyi hızlı ve net bir şekilde bilmek ve olayları sıradan günlük sosyal yaşamda işleyecek kadar iyi tahmin etmek istedikleri söylenir (Heider, 2013). Ancak bu her zaman mümkün olmamakta ve bazen şüphe ortaya çıkmaktadır.

“Şüphe” kavramı, Arapça’daki “şbh” kökünden gelir ve “kuşkulu olma, belirsizlik yaşama” anlamındaki “şubhe/a(t)” kelimesini temel almaktadır (Adam ve Roman 2013). Türkçe sözlüklerde çoğu zaman “kuşku” sözcüğüne yer verilmiştir (Adınır, 2019). Ama “bir konuda kesin bilgi veya kanaate varamamaktan doğan tereddüt, şekk, iltibas, güman” olarak daha ayrıntılı şekilde de tanımlanmış ve “kararsızlık”, “inançsızlık” anlamlarına geleceği belirtilmiştir (Akınoğlu, 1991). Bu doğrultuda, belleğin bir hususta alternatifler arasında kararsız kalıp seçim yapamaması; neyin doğru olduğu konusunda

bir yargıya varamaması; bir şeyin gerçekleşip gerçekleşmediği konusunda tereddüt etmesi şeklinde de tanımlanabilmektedir (Akın, 2014).

4.2.COVID-19 Salgınının Psikolojik Sıkıntı üzerine Etkisi

Türkiye, Covid-19 pandemisiyle mücadele konusunda pek çok tedbire başvurmuş bu hususta gereksinim duyulan planlar meydana getirmiştir. İlk olarak vatandaşların covid olmaması doğrultusunda sağlıklarını muhafaza etmek amacıyla başvuru bu tedbirler arasında, ülke içi ve dışı yer değiştirmelerde kısıtlamalar konması, bireylerin standart olarak ihtiyaç duydukları sokağa çıkmanın yasaklanması gibi tedbirler kişilerin memnun olmayarak mecbur olduğu için uymak zorunda kaldığı tedbirler olmuştur. Bilhassa bütün okullarda yüz yüze eğitim öğretim faaliyetlerinin durdurulması sadece öğrencilerin değil anne ve babalarında psikolojilerini olumsuz olarak etkilemiştir. Zira, birey yaşamının devamlılığı doğrultusunda gıda ve sağlık gereksinimlerinin giderilmesi gerektiği gibi, sosyal yaşamın sürekliliği içinde gereken ihtiyaçların başında eğitim ve öğretim gelmektedir (Yılmaz, 2020).

Pandemi dönemlerinde, toplumun salgına vermiş olduğu psikolojik reaksiyonlar, hastalığın yayılımında ve salgın sırasında veya salgın esnasındaki sosyal düzensizlik hususunda ve duygusal problemlerin meydana gelmesinde mühim rol üstlenmektedir (Toylar, 2019). Covid-19 virüsü doğrudan yol açtığı fiziksel problemlerin ötesinde bağışıklamanın yaygınlaştırılmasındaki kısıtlamalar, yayılım oranlarının üst düzey ve günlük vaka oranlarının halen yüksek seyretmesi gibi etkenler, toplum düzeyinde korku, anksiyete ve stres gibi birçok psikolojik sorunun yaşanmasına sebep olmaktadır. Bütün salgın süreçlerinde görüldüğü üzere Covid-19 salgını da fiziksel sağlığın dışında ruhsal sağlık üzerinde de olumsuz etkiler bırakmaktadır (Yılmaz, 2020). Alanyazın incelendiğinde COVID-19 salgınının fiziksel sağlık üzerindeki etkilerinin daha çok incelendiği ama senelerce sürebilecek psikolojik etkileri üzerinde yeterince durulmadığı görülmektedir. Pandemi süresince, sürekli şekilde vaka sayısında artışa rastlanması ve hastalığın çaresinin bulunamayacağı hissini kişilerin korku, kaygı ve stres seviyelerini üst düzeylere çıkardığı görülmektedir (Özlü ve Öztaş, 2020).

4.3.COVID-19'u Önlemek İçin Türkiye'nin Uyguladığı Sağlık Önlemleri

Sağlık Bakanlığı tarafından açıklanan verilere göre, ülkemizde ilk Corona virüsü vakası 11 Mart 2020 tarihinde görülmüş olup virüsten kaynaklı olan ilk ölümün 15 Mart 2020 tarihinde yaşandığı rapor edilmiştir. (Sağlık Bakanlığı, 2020b). Ülkemizde vakanın ilk ortaya çıktığı andan itibaren sağlık tedbirleri alınmaya başladığı bilinmektedir. COVID-19 riskine karşılık sağlık bakanlığı çerçevesinde halka ilişkin 14 kural belirlendiği görülmektedir (Sağlık Bakanlığı, 2020c). Yukarıda bahsedilen hususlarda ellerin sıklıkla su ve sabunla 20 saniye yıkama kuralı ile yıkanması, sosyal mesafe normlarına uyulması, hapşırması ve öksürme sırasında ağzı mendille ya da dirsek ile kapatmak, diğer bireylerle sarılma gibi yakın temaslardan uzak durmak, eller ile gözlere dokunmama, ağza ve burna dokunmamak, yurt dışı gezilerini iptal etmek ya da ertelemek, yurt dışından dönüldüğünde 14 gün karantinaya girmek, içinde oldukları ortamları sıklıkla havalandırmak, kıyafetleri kaynamış su ile yıkamak, lavabolara ve kapı kolları sık sık temizlemek, maskesiz sokağa çıkmamak, kişisel eşyaların kimseyle paylaşılmaması vb. kuralları kapsamaktadır (Sağlık Bakanlığı, 2020b; 2020c).

BÖLÜM 5: SERBEST ZAMAN VE REKREASYON KAVRAMLARI

5.1. Serbest Zaman Kavramı

İnsanların iş-meslek hayatlarını, uyku ve yeme-içme gibi mecburi olan ihtiyaçlarını karşıladıkları zamanlar dışında “serbest zaman” şeklinde adlandırılmaktadır. İnsanlar serbest zamanlarını istedikleri biçimde kullanma hususunda tamamen özgür olmaktadır. Kişilerin var olan serbest zaman değerlendirme şekilleri de var olan hayat biçimi tercihlerine, kişisel zevklerine, serbest zaman beklentilerine, yaş, cinsiyet gruplarına göre bazı farklılıklar gösterdiği rapor edilmiştir (Tokgöz ve diğerleri, 2015: 30). Buna paralel serbest zamanlarında kişileri içerisinde yer aldıkları ortamdan uzaklaşarak, çeşitli ortamlarda bulunmak, heyecan duygusu, diğer kişilerle vakit geçirmek, sağlıklı olmak, hava değişimi sağlamak, gezmek-görmek, dinlenme gibi pek çok nedenle ev dışarısında veya ev içerisinde kapalı ve açık ortamlarda pasif ya da aktif olarak, şehir içerisinde veya kırsal bölgelerde etkinliklere dahil olmaktadır (Türker ve diğerleri, 2016: 52).

Serbest zaman kavramı genellikle boş zaman kavramı ile benzer anlamda kullanılmakta olup, temelde ki kavram arasında birtakım farkların olduğu bilinmektedir. Konuya ilişkin çalışmalar incelendiğinde kavramsal ayrımın yanı sıra içerik bakımından farklılıklar olduğu söylenmektedir. Fakat tam şekilde bir ayrımın yapılamadığı bu iki kavram arasında boş zaman kavramının hiçbir şey yapılamaması bir algıyı ortaya çıkarmak için, ortaya koyabileceğinden iş dışı etkinliklerin de birey yaşamı açısından sosyal ve psikolojik etkileri göz önünde bulundurulduğunda serbest zaman kavramının kullanılmasının daha uygun olabileceği ifade edilmektedir (Demir ve Demir, 2014: 75).

5.2. Rekreasyon Kavramı

İnsanlar iş yaşamı dışındaki vakitlerinde dinlenmekten ve sevdikleri bireyler ile beraber olmaktan zevk almaktadırlar. Bundan dolayı iş yaşamının dışında kalan zamanda kişiler adına oldukça önem arz etmektedir. Özellikle büyük şehirlerde yaşamını sürdüren kişilerin kalabalık şehir tarzından kaçmak istemleri insanların rekreasyon aktivitelerine eğilmelerine temel hazırlamaktadır (Kuş-Şahin ve diğerleri, 2011: 63). Kişilerin boş zamanlarında gerçekleştirdikleri, bireysel doyum ve gönüllülük kapsamında yapılan, diğer bireylere devredilmesi mümkün olmayan, bireylere mutluluk ve enerji veren, pasif

ya da aktif şekilde yapılan, ruhsal, sosyal, fiziksel ve zihinsel etkinliklerin bütünü “rekreasyon” olarak ifade edilmektedir (Güngörmüş 2007: 33).

Kavramsal bakımdan rekreasyonel gelişen ve gelişmekte olan ülkelerde boş zamanlarının artması ile birlikte geliştiği görülmektedir. Kişiler adına çalışma hayatı nasıl bir gaye için yapılıyorsa, rekreasyon etkinliklerine katılım da belirli gayeler için yapılmaktadır. Kişilerin rekreasyon faaliyetlerine katılmaları, çalışma hayatı dışında kalan dönemlerde kendilerini ödüllendirmeleri anlamına geldiği düşünülmektedir. Bugün kişilerin resmî tatil günlerini ve diğer boş vakitlerini kolay şekilde değerlendirebilecekleri imkanlara sahip olmaktadır. Hatta birçok ülkede rekreasyonel faaliyetleri gündelik hayatının birer parçası haline geldiği, bireyler sosyal nedenlerle gelişen baskılardan kaçmak adına rekreasyon etkinliklerini birer araç olarak değerlendirmeye başladıkları görülmektedir (Türkmen ve diğerleri, 2013: 2141). Günümüzde insanların rekreasyon faaliyetlerine katılımlarının sağlıklarını geliştirdiği (Montes ve diğerleri, 2011: 1; Moseley ve diğerleri, 2018: 420; Milanovic ve diğerleri, 2017: 1), psikolojik yapılarını olumlu yönde etkilediği (Fenton ve diğerleri, 2017: 1; Szabo ve Abraham, 2013: 251) ve sosyalleşmelerine katkı sağladığı belirtilmektedir (Yağmur ve Tarcan-İçigen, 2016: 227; Serçek ve Özaltaş-Serçek, 2015: 1).

5.2.1. Rekreasyona Faaliyetlerinin Sınıflandırılması

Rekreasyon faaliyetlerinin gruplara ayrılmasında hedef, işlevi yer ve zaman gibi ölçütler öneme sahip olmaktadır. Bu çerçevede bazı rekreatif faaliyetlerinde birde fazla sınıfa girme söz konusu olabilmektedir. Örneği; golf ya da kayak faaliyetler hem sportif rekreasyon hem de açık alan rekreasyon grubuna dahil edilmektedir. Bu durum rekreasyonun pek çok boyutu olduğunu ortaya koymaktadır (Hazar, 2003: 22). Günümüzde insanların serbest zamanlarını değerlendirmek amacıyla yöneldikleri rekreasyon etkinlik türleri aşağıda açıklanmıştır.

Mekânsal açıdan rekreasyon: Rekreasyon türlerini mekansal olarak değerlendirdiğimizde iki ayrı gruba ayrıldığı görülmektedir. Kapalı ve açık olarak isimlendirilmektedir (Hazar, 1999: 29). Açık ortamda yapılan rekreatif faaliyetler ile kişiler yükümlülük almayı, grup olarak hareket etmeyi, risk almayı, kendi yeteneklerini geliştirmeyi öğrenmektedirler. Bu özelliklerin açık alan faaliyetlerinin toplumsal yönüne dikkat çektiği de söylenebilir (Tütüncü ve Aydın 2014: 118). Bazı rekreasyon etkinlikleri ise kapalı mekân ve ortamlarda yapılmaktadır. Kapalı alan rekreasyon

faaliyetlerinin gerçekleştirildiği yerler bazen özel kurum ve örgütlerin kapalı alanlarda gerçekleştirmesi mümkün olmaktadır. Kapalı alan rekreasyon etkinliklerinde mekânsal olarak önem teşkil ettiği, konuların başında mekânın katılımcılar adına ergonomik bir yapıya sahip olması gerektiği bilinmektedir (Kılıç ve Şener 2013: 221).

Katılımcı sayısına göre rekreasyon: bireyler sayısına göre gerçekleştirilen rekreasyon faaliyetleri kişisel ve grup ile beraber yapılan rekreasyon faaliyetlerinden oluşmaktadır. Evde tek başına müzik dinleme, TV izleme, kitap okuma ya da bireysel etkinliklerin başında yer almaktadır. Grup olarak gerçekleştirilen rekreasyon faaliyetlerde birey belli başlı bir sosyal çevresi veya grup ile beraber rekreasyon etkinliklerine katılmaktadır. Bunların en başında kutlama yemeğine katılım, grupla birlikte sinemaya gitme gibi etkinlikler gelmektedir (Hazar, 2003: 31).

Katılımcı milliyetine göre rekreasyon: Rekreasyonel etkinliklerine katılan bireylerin etnik kökenine göre rekreasyon bireyler ve kültürlerarası farklılığı en iyi şekilde ayırt etmeye aracılık eden sınıflama çeşidi olmaktadır. Rekreasyon katılımcıları farklı uyruklar olsa da benzer hayat tarzı sergileyebilmektedirler. Aynı milletten olsa bile pek çok farklı rekreasyon tutumları olabilmektedir (Ulutaş, 2019: 50).

Etkinliğe katılım biçimine göre rekreasyon: rekreasyonel etkinliklere katılım türlerine göre etken ve edilgen rekreasyon faaliyetleri olarak iki sınıfa ayrılmaktadır. Etken rekreasyon faaliyetleri kişilerin aktif olarak yer aldıkları boş zaman değerlendirme aktiviteleri olmaktadır. Bunların ne başında kişisel veya grup olarak spor karşılaşmalarına katılım gelmektedir. Edilgen rekreasyon ise kişilerin direkt olarak içinde olmadıkları fakat seyirci olarak katılım gösterdikleri etkinlikler olmaktadır. Bu rekreasyon etkinliklerinin başında spora ilişkin ve sanatsal bir etkinlik izleme gelmektedir (Hazar, 1999: 30).

Fonksiyonel Açıdan Rekreasyon: bu açıdan incelendiğinde rekreasyon aktiviteleri aşağıdaki gibi açıklanmak ve sıralanmaktadır,

Ticari rekreasyon: Ticari kaygı barındıran organizasyonların gerçekleştiği ve bireylerin ücret karşılığında dahili oldukları boş zaman etkinlikleri olmaktadır. Ücret karşılığında sempozyum, konser veya kongrelere gitmek bu faaliyetlere örnek gösterilebilir.

Estetik rekreasyon: Ünlü sanat etkinliklerinin seyredilmesi, ünlü müzikal eserlerin dinlenme gibi etkinlikler estetik rekreasyon faaliyetleri çerçevesinde yer almaktadır. Bu rekreasyon etkinliklerine genel olarak yüksel eğitimi kültür ve gelir düzeyindeki kişiler katılım göstermektedir.

Sağlık rekreasyonu: Sağlığı korumaya veya tedavi etmeye yönelik hizmetlerin yer aldığı rekreasyon faaliyetleri (kaplıcalara gitme, sportif etkinlikler, sauna ve masaj etkinlikleri vb.) olmaktadır.

Fiziksel rekreasyon: Fiziksel rekreasyon etkinlikleri kapalı veya açık mekanlarda yapılan her tür sportif ya da fiziksel etkinliklerden meydana gelmektedir.

Sanatsal rekreasyon: bu etkinlikleri bireylerin sanatsal tarafları geliştiren ya da arttıran etkinlikleri olmaktadır. Plastik işleri, kuyumculuk, metal işleri, seramik işleri vb. bu grup kapsamında olmaktadır.

Kültürel rekreasyon: faaliyetlere dahil olan bireylerin bilgi ve becerilerini arttırmaya yönelik etkinliklerin olduğu rekreasyon faaliyetleri olarak tanımlanmaktadır. Kültürel rekreasyon faaliyetlerinin başında örgütlerin düzenlediği kutlama, şenlik, panayır, günübirlik turistik gezi ve kusurlar gibi aktiviteler gelmektedir.

Turistik rekreasyon: bireylerin boş zamanlarını turistik gezi ve aktivitelerle geçirdikleri rekreasyon türü olmaktadır (Hazar, 2003: 24).

5.2.2. İnsanların Rekreasyon Etkinliklerine Katılım Nedenleri

İnsanlar rekreasyon etkinliklerine birçok farklı amaç dahilinde katılmakta olup, yapılan çalışma bulguları da insanların oldukça farklı amaçlar doğrultusunda rekreasyon etkinliklerine yöneldiklerini göstermektedir. Doğaner ve Balcı (2017: 119) tarafından yapılan çalışmada Ankara Üniversitesi öğrencilerinin serbest zamanlarında egzersize katılma sıklıkları ve katılım nedenleri incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda genel müzik dinleyerek veya bilgisayar başında serbest zamanlarını değerlendirdikleri, egzersize katılma düzeylerinin, katılmama durumlarına göre daha yüksek olduğu, serbest zamanlarında yaptıkları faaliyetlerinde öğrencilerin yeterli vakit ayırabilmeleri, fiziksel aktiviteyi sevmeye ve sağlıklılarına değer verme sosyal ve arkadaşlık ilişkilerini geliştirme, kendilerini güçlü hissetme ve yaşamın karmaşık halinden uzaklaşma tercihleri olarak görüldüğü söylenmektedir.

Hacıcaferoğlu ve diğerleri (2014: 16) tarafından yapılan çalışmada İnönü Üniversitesi örneği üzerinden beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin serbest zaman aktivitelerine katılımlarının belirlenerek incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören 233 öğrenci dâhil edilmiştir. Çalışmanın sonunda beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerinde genel olarak kendi spor branşlarını daha iyi seviyeye

getirebilmek için aktivite yaptıkları, sosyal ve kültürel etkinliklere daha az yönelim gösterdikleri ifade edilmiştir.

5.2.3. Rekreasyona Katılımı Engelleyen Faktörler

Literatürde yer alan çalışmalar incelendiği zaman insanların rekreasyon etkinliklerine katılımlarını engelleyen birçok faktör olduğu görülmektedir. Literatürde yer alan çalışmalarda da insanların bireysel, psikolojik, sosyal ve çevresel birçok nedenden dolayı rekreasyon etkinliklerine katılımda sorun yaşadıkları belirtilmektedir (Karadeniz ve diğerleri, 2019: 21; Serdar, 2021: 49; Özşaker, 2012: 126; Özkan, 2018: 1; Rimmer ve diğerleri, 2004: 419). Batur (2019: 36) tarafından yapılan çalışmada Türkiye’de atıcılık branşı ile ilgilenen sporcuların serbest zaman algısı ve engellerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Türkiye’de 2018 yılında Havalı Silahlar Şampiyonasında yer alan 60 kadın ve 40 erkek olmak üzere toplam sporcu dahil edilmiştir. Çalışmanın sonucunda sporcuların serbest zaman algılarına ilişkin bilgi, ilgi ve kişinin ruhsal olarak arkadaşlık eksikliğinin negatif yönde etkilendiği medeni duruma göre etkililik göstermediği rapor edilmiştir.

Kalaycı-Önaç ve diğerleri (2018: 8) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin serbest zaman eğilimlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Ege Üniversitesi Ziraat Fakültesi Peyzaj Mimarlığı Bölümü’nde 2013-2014 eğitim öğretim hayatına farklı sınıflarda devam eden 138 öğrenci dâhil edilmiştir. Çalışmanın sonunda İzmir ilinde bir yıldan daha fazla bulunan öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine daha fazla katıldıkları bunun yanında serbest zaman etkinliklerine katılımlarında aktivite yapılan ortamın temiz olması, etkinlik alanında otopark olması ve çim alanların bulunması gibi etmenlerinde öğrenciler için önemli olduğu, serbest zaman etkinliklerini etkileyen kısıtlayıcı etmenler ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olmadığı da rapor edilmiştir.

Mahiroğulları (2016: 74) tarafından yapılan araştırmada öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine katılımlarını etkileyen etmenlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın sonunda öğrencilerin serbest zaman etkinliklerinde genel olarak açık alan faaliyetleri ve ev içi etkinliklere katılarak gerçekleştirdikleri ve sanatsal ve kültürel etkinliklere katılımın düşük düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca öğrencilerin serbest zaman etkinliklerini onların ilgi ve zaman eksikliği, birey psikolojisi, ulaşım problemi,

arkadaş eksikliği gibi etmenlerinde serbest zaman etkinlikleri anlamlı düzeyde etkilediği tespit edilmiştir.

Karaçar ve Paslı (2014: 35) tarafından yapılan araştırmada turizm ve otel işletmeciliği programında öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman eğilimleri ve serbest zaman aktivitelerine katılımına engel olan unsurlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonunda öğrencilerin serbest zamanlarında etkinliklere katıldığı genel olarak da sosyal etkinliklere katıldığı sonucuna ulaşılmış olup bu etkinliklere katılırken yorgunluk hissi verme durumunun önemsiz olduğu, bulundukları yerde benzer özellikte etkinliklerin olmasını istedikleri ve tesis ve ihtiyaç duyulan tesislerinde yetersiz olduğu rapor edilmiştir.



BÖLÜM 6: YÖNTEM

6.1.Araştırmanın Konusu ve Amacı

Bu çalışmada uygulamalı bilimler çatısı altındaki beden eğitimi ve spor, görsel sanatlar, müzik ve robotik kodlama/ bilişim teknolojisi öğretmenlerinin, COVID-19 ile ilişkili psikolojik sıkıntı düzeylerinin mesleki alanlarına ve serbest zamanlarını değerlendirmesine göre incelenmesi amaçlanmıştır.

6.2.Araştırmanın Modeli

Araştırmanın tasarlandığı tarama modeli ilişkisel tarama modelidir. İlişkisel tarama modeli, iki ve daha fazla sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin olup olmadığını belirlemeyi amaçlayan tarama yaklaşımıdır. Bu modelde, değişkenlerin birlikte değişip değişmediği; değişme varsa bunun nasıl olduğu saptanmaya çalışılmaktadır (Karasar, 2011).

6.3.Araştırma Grubu

Çalışmaya, Karabük'te yer, 104 beden eğitimi ve spor, 71 görsel sanatlar, 80 müzik ve 47 robotik kodlama-Bilişim teknolojisi olmak üzere, 116 kadın, 186 erkek toplam 302 gönüllü öğretmen katılmıştır. Veri toplanan okullar Merkez İlçe 'de, orta düzey sosyo-ekonomik düzeye sahip bir çevrede bulunan özel okul ve devlet okullarıdır. Katılımcıların cinsiyet ve meslek alanlarına göre dağılımları Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1

Meslek Alanı ve Cinsiyete Göre Dağılım

		N
Cinsiyet	Kadın	116
	Erkek	186
Mesleki Alan	Beden Eğitimi ve Spor	104
	Görsel Sanatlar	71
	Müzik	80
	Robotik Kodlama-Bilişim Teknolojisi	47
Toplam		302

6.4 Araştırmanın Hipotezleri

1. Araştırmaya katılan öğretmenlerin cinsiyet değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Araştırmaya katılan öğretmenlerin yaş değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Araştırmaya katılan öğretmenlerin meslek alanı değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. Araştırmaya katılan öğretmenlerin medeni durum değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
5. Araştırmaya katılan öğretmenlerin Ekonomik Gelir değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
6. Araştırmaya katılan öğretmenlerin Çocuk Sayısı değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
7. Araştırmaya katılan öğretmenlerin boş zamanı değerlendirme değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
8. Araştırmaya katılan öğretmenlerin Kendilerini Nasıl Tanımladıkları değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
9. Araştırmaya katılan öğretmenlerin Günlük Market Alışverişini Kimin Yaptığı değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
10. Araştırmaya katılan öğretmenlerin Kendilerini Genel Olarak Nasıl Tanımladıkları değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
11. Araştırmaya katılan öğretmenlerin Yılda Kaç Kez tatil Yaptıkları değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

12. Araştırmaya katılan öğretmenlerin Ev Market Alışverişini Kimin Yaptığı değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
13. Araştırmaya katılan öğretmenlerin Günlük Hangi Ulaşım Aracını Kullandıkları değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
14. Araştırmaya katılan öğretmenlerin Alışveriş Yapma Sıklığı değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
15. Araştırmaya katılan öğretmenlerin Hanede Yaşayan Kişi Sayısı değişkenine göre Psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
16. Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki alanlarına göre psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
17. Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zamanlarını değerlendirmelerine göre psikolojik Sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Araştırmanın Sınırlılıkları: Gerçekleştirilen araştırma bazı sınırlılıkları sahiptir. Araştırma;

- Covid19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ile
- Karabük İl’inde görev yapan Uygulamalı Bilimler Öğretmenleri ile
- Kullanılacak olan analizler ile sınırlandırılmıştır.

6.5. Veri Toplama Araçları

Covid-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği

Ölçek Feng ve diğerleri (2020) tarafından oluşturulmuştur. İki boyutlu (kaygı, korku ve şüphe) 14 maddeden meydana gelmektedir. 5’li Likert tipinde ve maddelerin doğruluk düzeyinin (“1=Kesinlikle katılmıyorum” dan başlayarak “5=Kesinlikle katılıyorum”) ifade edilmesi üzere kurulduğu bilinmektedir. Ölçek toplamda 12 maddeden oluştuğu ve ölçeğin iki boyutlu olduğu bilinmektedir. 1, 2, 3, 4 ve 6. maddeler kaygı ve korku boyutunu, 5,7, 8, 9, 10, 11 ve 12. maddeler şüphe boyutunu meydana getirmektedir. Ölçeğin bütün maddelerinden alınan toplam puan katılımcının Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19) ile alakalı yaşadığı psikolojik sorunlar düzeyini ortaya koymaktadır. Ay, Oruç ve Özdoğru (2020) tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Ölçeğin

tüm maddelerinden alınan toplam puan bireyin COVID-19 ile ilişkili yaşadığı psikolojik sıkıntı düzeyini yansıtmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan yüksek düzeyde COVID-19 ile ilişkili psikolojik sorunlar yaşandığı anlamını taşımaktadır.

Tablo 2
Ölçek Maddelerin Güvenirlik Analizi

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
0,891	0,869	12

Tablo 2’de araştırmada kullanılan COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeğinin iç tutarlılığının belirlenmesi için gerçekleştirilen güvenirlik analizi sonuçları yer almaktadır. Araştırmada kullanılan COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeğinin tüm maddelerine ilişkin güvenirlik katsayısı değeri $\alpha=0,891$ bulunmuştur. Dolayısıyla araştırmada kullanılan COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeğine ilişkin bu değerler araştırmanın güvenirliğinin oldukça yüksek olduğunu göstermektedir.

6.6.Verilerin Toplanması

Etik Komisyonundan lazım olan onaylar alındıktan sonra öğretmenler ile alakalı ölçek paketinin çeşitli alanlarda uygulandığı ve uygulamadan evvel öğretmenlere yönelik araştırmaya katılım gönüllü olduğu cevaplamak istemedikleri soruları boş bırakmaları ve anlamadıklarında soruları araştırmacıya sorabileceklerini açıklanmıştır. Öğretmenler ölçek paketini yaklaşık 5 dakikada doldurmuşlardır.

6.7.Verilerin Analizi

Veri setindeki incelemelerden sonra, aşırı değerler veri setinde çıkarılmıştır. Araştırmaya katılan grubun ölçeklerden aldıkları puanların tutarlılıkları için cronbach alpha değerleri hesaplanmış ve sonuç olarak $a=0.891$ olarak bulunmuştur. Araştırmanın güvenirliği açısından bakıldığında, kullanılan COVID-19 Psikolojik Sıkıntı ölçeğinin yüksek derecede güvenilir olduğu görülmektedir. Non-parametrik testlerden Mann

Whitney U testi ve Kruskal Wallis testleri veriler normal dağılım göstermediğinden uygulamaya alınmıştır.



BÖLÜM 7: BULGULAR

Tablo 3

Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

		Statistic	Std. Error
Korku ve Kaygı	Skweness	-,649	,140
	Kurtosis	-,773	,280
Şüphe	Skweness	-,915	,140
	Kurtosis	-,639	,280
Toplam	Skweness	-,902	,140
	Kurtosis	-,590	,280

Tablo 4

Normallik Testi

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Korku ve Kaygı	,207	302	,000	,900	302	,000
Şüphe	,301	302	,000	,814	302	,000
a. Lilliefors Significance Correction						

Tablo 3 ve 4'te verilerin normal dağılıma uygunluğunun değerlendirilmesi için gerçekleştirilen istatistiksel analiz sonucunda anlamlılık değerlerine göre %5 anlamlılık düzeyinde değişkenlerin p değerinin 0,05'ten küçük olması, faktörlerin istatistiksel olarak normal dağılmadığını göstermektedir ($p < 0.05$). Bu nedenle gerçekleştirilen normallik testi sonuçlarına göre verilerin normal dağılım varsayımını sağlamadığı ve söz konusu bulgular ışığında değişkenler ile yapılacak hipotez testlerinde nonparametrik test tekniklerinden faydalanılmasının uygun olacağına karar verilmiştir.

Tablo 5**Katılımcıların Demografik ve Sosyal Özelliklerin Frekans ve Yüzdeliği**

		N	%
Cinsiyet	Kadın	116	38,4
	Erkek	186	61,6
Yaş	20-25 yaş	17	5,6
	26-35 yaş	103	34,1
	36-45 yaş	112	37,1
	46-55 yaş	70	23,2
Medeni Durum	Evli	146	48,3
	Bekar	156	51,7
Mesleki Alan	Beden Eğitimi ve Spor	104	34,4
	Görsel Sanatlar	71	23,5
	Müzik	80	26,5
	Robotik Kodlama-Bilişim Teknolojisi	47	15,6
Ekonomik Gelir	4200 TL ve Altı	19	6,3
	4201 TL- 6000 TL	36	11,9
	6001 TL-7500 TL	231	76,5
	7051 TL ve Üstü	16	5,3
Çocuk Sayısı	Çocuğum yok	153	50,7
	1 Tane	112	37,1
	2 ve Daha Fazla	37	12,3
Boş Zaman Değerlendirmesi	Evimde Vakit Geçiririm/Dinlenirim	62	20,5
	Arkadaşlarımla/Eşim/Akrabam Görüşürüm	126	41,7
	Spor Yaparım	51	16,9
	Doğada Vakit Geçiririm	50	16,6
	Yurtiçi Ya Da Yurtdışı Seyahat Ederim	9	3,0
	Kıtap Okurum	4	1,3
Genel Olarak Nasılsınız?	Sinirli	6	2,0
	Panikatak	6	2,0

	Agresif	7	2,3
	Eğlenceli	115	38,1
	Sempatik	10	3,3
	Sabırlı	74	24,5
	Umutlu	84	27,8
Yılda Kaç Kez Tatil Yaparsınız?	1	100	33,1
	2	185	61,3
	3 ve Daha Fazla	17	5,6
Günlük Ev Market Alışverişini Kim Yapar?	Karım	16	5,3
	Kocam	39	12,9
	Ailem	29	9,6
	Sanal Market	218	72,2
Alışveriş Yapma Sıklığınız	Her gün	4	1,3
	Haftada Birkaç gün	279	92,4
	Ayda Birkaç gün	19	6,3
Günlük Kullandığı Ulaşım Aracı	Toplu Taşıma	49	16,2
	Kendi Aracım	244	80,8
	Taksi	4	1,3
	Yürüyerek	5	1,7
Hanenizde yaşayan Kişi Sayısı	Yalnız	124	41,1
	2	2	,7
	3	106	35,1
	4 ve Üzeri	70	23,2
Toplam		302	100

Tablo 6

Cinsiyete Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Cinsiyet		N	Mean Rank	U	Z	p
Korku ve Kaygı	Kadın	116	149,64	10572	-0,294	0,77
	Erkek	186	152,66			

Şüphe	Kadın	116	154,32	17358	-0,449	0,65
	Erkek	186	149,74			

Cinsiyet değişkenine göre COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyutlarının (Korku ve Kaygı, Şüphe) puan ortalamalarının karşılaştırılması sonucunda, istatistiksel olarak anlamlı farklılığa ($p>0,05$) rastlanmamıştır (Tablo 6). Başka bir deyişle cinsiyet değişkeni katılımcıların korku ve kaygı, şüphe düzeylerinde anlamlı bir farklılaşmaya yol açmamaktadır. Cinsiyet değişkenine göre Korku ve Kaygı alt boyutu ile Şüphe alt boyutu ortalama değerlerinin birbirlerine yakın oldukları görülmektedir. Dolayısıyla, COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermemesi, ortalama değerlerin birbirlerine yakın olmasından kaynaklanabilmektedir.

Tablo 7

Medeni Duruma Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Medeni Durum		N	Mean Rank	U	Z	p
Korku ve Kaygı	Evli	146	139,52	9639,500	-2,318	,02
	Bekar	156	162,71			
Şüphe	Evli	146	141,78	9968,500	-1,898	,06
	Bekar	156	160,60			

Medeni durum değişkenine göre COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının karşılaştırması için kullanılan Mann-Whitney U testi sonucunda; istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır ($p<0,05$). Bu bağlamda korku ve kaygı ($U=9639,500$; $p<0,05$) boyutunda meydana gelen fark bekar katılımcıların puan ortalamalarının evli katılımcıların puan ortalamalarının yüksek olmasından kaynaklanabilmektedir. Şüphe boyutunda meydana gelen farkın kaynağını ise bekar katılımcıların puan ortalamalarının evli katılımcıların puan ortalamalarının yüksek olması meydana getirebilmektedir.

Tablo 8
Yaşa Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Yaş		N	Mean Rank	Chi-Square	df	p
Korku ve Kaygı	20-25 yaş	17	178	3,701	3	,30
	26-35 yaş	103	155,62			
	36-45 yaş	112	152,56			
	46-55 yaş	70	137,31			
Şüphe	20-25 yaş	17	80,5	12,608	3	,01
	26-35 yaş	103	151,68			
	36-45 yaş	112	158,14			
	46-55 yaş	70	157,86			

Tablo 8’de COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının yaş grupları değişkenine göre karşılaştırması sonucunda Korku ve Kaygı boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmezken (Chi-Square=3,701; $p=0,30>0,05$), Şüphe alt boyutunda ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür (Chi-Square=12,608; $p=0,01<0,05$).

Tablo 9
Mesleki Alana Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Mesleki Alan		N	Mean Rank	Chi-Square	df	p
Korku ve Kaygı	Beden Eğitimi ve Spor	104	191,44	57,378	3	,00
	Görsel Sanatlar	71	156,61			
	Müzik	80	137,91			
	Robotik kodlama-Bilişim Teknolojisi	47	78,53			
Şüphe	Beden Eğitimi ve Spor	104	149,06	27,012	3	,00
	Görsel Sanatlar	71	127,35			
	Müzik	80	191,31			
	Robotik kodlama-Bilişim Teknolojisi	47	125,64			

Tablo 9’da COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının mesleki alan değişkenine göre karşılaştırması sonucunda hem korku ve kaygı alt boyutuda (Chi-Square=57,378; $p=0,00<0,05$) hem de Şüphe (Chi-Square=27,012; $p=0,00<0,05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Tablo 10

Ekonomik Gelire Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Ekonomik Gelir			N	Mean Rank	Chi-Square	df	p
Korku ve Kaygı	4200 TL ve altı		19	177,39	5,666	3	,13
	4201 TL-6000 TL		36	129,61			
	6001 TL-7500 TL		231	154,56			
	7051 TL ve üstü		16	125,78			
Şüphe	4200 TL ve altı		19	195,79	25,629	3	,00
	4201 TL-6000 TL		36	88,28			
	6001 TL-7500 TL		231	157,68			
	7051 TL ve üstü		16	151,94			

Tablo 10’da COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının katılımcıların ekonomik durum değişkenine göre karşılaştırması sonucunda Korku ve Kaygı boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmezken (Chi-Square=3,701; $p=0,13>0,05$), Şüphe alt boyutunda ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür (Chi-Square=12,608; $p=0,00<0,05$).

Tablo 11**Çocuk Sayısına Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık**

Çocuk Sayısı		N	Mean Rank	Chi-Square	df	p
Korku ve Kaygı	Çocuğum yok	153	164,91	11,049	2	,00
	1	112	129,91			
	2 ve daha fazla	37	161,41			
Şüphe	Çocuğum yok	153	158,58	5,030	2	,08
	1	112	137,29			
	2 ve daha fazla	37	165,24			

Tablo 11’de COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının çocuk sayısı değişkenine göre karşılaştırması sonucunda tüm alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 12**Boş Zaman Değerlendirmesine Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık**

Boş Zaman Değerlendirmesi		N	Mean Rank	Chi-Square	df	P
Korku ve Kaygı	Evimde Vakit Geçiririm/Dinlenirim	62	157,31	16,990	5	0,01
	Arkadaşlarımla/ Eşim/Akrabam Görüşürüm	126	141,66			
	Spor Yaparım	51	178,44			
	Doğada Vakit Geçiririm	50	134,87			
	Yurtiçi Ya Da Yurtdışı Seyehat Ederim	9	220,50			
	Kitap Okurum	4	80,50			
Şüphe	Evimde Vakit Geçiririm/Dinlenirim	62	169,77	69,658	5	,00
	Arkadaşlarımla/Eşim/Akrabam Görüşürüm	126	128,67			

Spor Yaparım	51	214,59			
Doğada Vakit Geçiririm	50	106,00			
Yurtiçi Ya Da Yurtdışı Seyehat Ederim	9	263,50			
Kitap Okurum	4	100,00			

Tablo 12’de COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının boş zaman değerlendirmesine göre karşılaştırması sonucunda hem korku ve kaygı alt boyutuda (Chi-Square=16,990; $p=0,01<0,05$) hem de Şüphe (Chi-Square=69,658; $p=0,00<0,05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Tablo 13

Boş Zaman Değerlendirmesine Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Kendinizi genel olarak nasıl değerlendirirsiniz		N	Mean Rank	Chi-Square	df	p
Korku ve Kaygı	Sinirli	6	201,83	147,359	6	,00
	Panikatak	6	31,50			
	Agresif	7	299,00			
	Eğlenceli	115	214,02			
	Sempatik	10	39,60			
	Sabırlı	74	109,39			
	Umutlu	84	109,01			
Şüphe	Sinirli	6	101,17	170,368	6	,00
	Panikatak	6	44,50			
	Agresif	7	142,36			
	Eğlenceli	115	229,21			
	Sempatik	10	52,50			
	Sabırlı	74	131,76			
	Umutlu	84	86,29			

Tablo 13’te COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının katılımcıların kendilerini genel olarak değerlendirmelerine göre karşılaştırması sonucunda hem korku ve kaygı alt boyutuda (Chi-Square=147,359; $p=0,00<0,05$) hem

de Şüphe (Chi-Square=170,368; $p=0,00<0,05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Tablo 14

Tatil Yapma Sayısına Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Tatil Yapma Sayısı		N	Mean Rank	Chi-Square	df	p
Korku ve Kaygı	1	100	133,77	9,325	2	,01
	2	185	157,02			
	3 ve daha fazla	17	195,74			
Şüphe	1	100	116,90	24,216	2	,00
	2	185	168,14			
	3 ve daha fazla	17	174,00			

Tablo 13’de COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının katılımcıların katılımcıların tatil yapma sıklığına göre karşılaştırması sonucunda hem korku ve kaygı alt boyutunda (Chi-Square=9,325; $p=0,01<0,05$) hem de Şüphe (Chi-Square=24,216; $p=0,00<0,05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Tablo 15

Günlük Ev Alışverişini Yapan Kişiye Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Günlük Ev Market Alışverişini Kim Yapar		N	Mean Rank	Chi-Square	df	P
Korku ve Kaygı	Karım	16	142,63	8,413	3	,04
	Kocam	39	136,38			
	Ailem	29	115,02			
	Sanal Market	218	159,71			
Şüphe	Karım	16	171,59	35,866	3	,00
	Kocam	39	177,68			
	Ailem	29	63,24			
	Sanal Market	218	157,08			

Tablo 15’de COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının katılımcıların günlük ev market alışverişini kimin yaptığına göre karşılaştırması

sonucunda hem korku ve kaygı alt boyutuda (Chi-Square=8,413;p=0,04<0,05) hem de Şüphe (Chi-Square=35,866;p=0,00<0,05) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Tablo 16

Alışveriş Yapma Sıklığına Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Alışveriş Yapma Sıklığınız Nedir		N	Mean Rank	Chi-Square	df	P
Korku ve Kaygı	Her Gün	4	278,50	8,693	2	,01
	Hafta Da Birkaç Gün	279	149,59			
	Ayda Birkaç Gün	19	152,84			
Şüphe	Her Gün	4	263,50	22,989	2	,00
	Hafta Da Birkaç Gün	279	155,22			
	Ayda Birkaç Gün	19	73,24			

Tablo 16’da COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının katılımcıların alışveriş yapma sıklığına göre karşılaştırması sonucunda hem korku ve kaygı alt boyutuda (Chi-Square=8,693;p=0,01<0,05) hem de Şüphe (Chi-Square=22,989;p=0,00<0,05) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Tablo 17

Günlük Kullanılan Ulaşım Araçlarına Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Günlük Hangi Ulaşımı Kullanıyorsunuz		N	Mean Rank	Chi-Square	df	p
Korku ve Kaygı	Toplu Taşıma	49	90,39	40,374	3	,00
	Kendi Aracım	244	164,33			
	Taksi	4	31,50			
	Yürüyerek	5	220,50			
Şüphe	Toplu Taşıma	49	80,81	49,484	3	,00
	Kendi Aracım	244	168,38			

	Taksi	4	52,50			
	Yürüyerek	5	100,00			

Tablo 17’de COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının katılımcıların kullandıkları ulaşım kaynağına göre karşılaştırması sonucunda hem korku ve kaygı alt boyutuda (Chi-Square=40,374;p=0,00<0,05) hem de Şüphe (ChiSquare=49,484;p=0,00<0,05) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Tablo 18

Hane Kişi Sayısına Göre Covid 19 Psikolojik Sıkıntı Arasındaki Farklılık

Hanenizde kaç kişi yaşıyor		N	Mean Rank	Chi-Square	df	p
Korku ve Kaygı	Yalnız	124	166,78	20,043	3	,00
	2	2	66,00			
	3	106	123,25			
	4 ve üzeri	70	169,64			
Şüphe	Yalnız	124	164,00	17,987	3	,00
	2	2	29,00			
	3	106	127,39			
	4 ve üzeri	70	169,37			

Tablo 18’de COVID-19 Psikolojik Sıkıntı Ölçeği alt boyut puan ortalamalarının katılımcıların hanede yaşadıkları kişi sayısına göre karşılaştırması sonucunda hem korku ve kaygı alt boyutuda (Chi-Square=20,043;p=0,00<0,05) hem de Şüphe (Chi-Square=17,987; p=0,00<0,05) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir.

BÖLÜM 8: TARTIŞMA

Yapılan bu araştırmaya katılan öğretmenlerin cinsiyetlerine göre COVID-19 psikolojik sıkıntı düzeylerine ilişkin bulgular incelendiği zaman, öğretmenlerin korku ve kaygı ile şüphe alt boyutlarına ilişkin sıkıntı düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde pandemi sürecinin cinsiyet ayrımı gözetmeksizin toplumun her kesimini olumsuz yönde etkilemesinin yattığı düşünülebilir. Literatürde bu konuda yapılan çalışma bulgularının ise çelişkili sonuçlar ortaya koyduğu görülmektedir. sporcular üzerinde bu konuda yapılan bazı çalışmalarda COVID-19 sürecinde korku yaşama düzeyinin erkek bireyler lehine, bazı çalışmalarda ise korku düzeyinin kadınlar lehine yüksek olduğu rapor edilmiştir (Ayık, 2021: 24; Aksoy, 2021: 21).

Araştırmamıza katılan öğretmenlerin medeni durumlarına göre COVID-19 psikolojik sıkıntı düzeylerine ilişkin bulgular incelendiği zaman, korku ve kaygı alt boyutunda medeni duruma göre anlamlı farklılık olduğu bulunmuş, buna karşılık şüphe alt boyutunda medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Korku ve kaygı alt boyutunda psikolojik sıkıntı düzeyinin bekar öğretmenler lehine anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde evli bireylerin aile içi rol ve sorumlulukları daha fazla olduğu için pandemi sürecinde sağlıklarına bekar öğretmenlerden daha fazla dikkat etmelerinin yattığı düşünülebilir. Literatürde farklı meslek gruplarında yer alan bireyler üzerinde bu konuda yapılan benzer çalışmalarda evli bireylerin bekar bireylere kıyasla pandemi sürecinde daha fazla korku ve kaygı yaşadıkları bulunmuştur (Çölgeçen ve Çögeçen, 2020: 268; Kalafatoğlu ve Yam, 2021: 306).

Yapılan bu çalışmaya katılan öğretmenlerin yaş gruplarına göre COVID-19 psikolojik sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Bu kapsamda korku ve kaygı alt boyutunda en yüksek puanın 20-25 yaş aralığında bulunan katılımcılar lehine yüksek olduğu, şüphe alt boyutundaki farklılığın ise 36-45 yaş ve üzeri grupta yer alan öğretmenler lehine yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bilindiği gibi COVID-19 süreci özellikle yaşlı bireylerde ağır seyreden, yaş arttıkça semptomların daha ağır görüldüğü bir salgın olarak değerlendirilmektedir (Altın, 2020: 49). Bu noktada yaş arttıkça insanların COVID-19 süreci ile ilişkili korku ve kaygı yaşama düzeylerinin de

artması beklenen bir sonuçtur. Ancak hijyen ve sosyal mesafe kurallarına uyulması durumunda korku ve kaygı düzeyinin yaş grubu değişkenine göre farklılaşmaması beklenmektedir. Bu görüşü destekleyen bir çalışmada farklı yaş gruplarında yer alan bireylerde COVID-19 korkusunun incelenmesi amaçlanmış, ilgili çalışmada katılımcıların COVID-19 korkusu yaşama düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Aksoy, 2021: 22). Beden eğitimi ve spor öğretmenleri üzerinde bu konuda yapılan diğer bir çalışmada da öğretmenlerin COVID-19 kaygı düzeylerinin yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur (Tekdinçer, 2021: 24).

Araştırma bulgularımıza baktığımızda, öğretmenlerin psikolojik sıkıntı düzeylerinin meslek alanlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Ortaya çıkan sonuçlara göre korku ve kaygı alt boyutunda en yüksek sıkıntıyı beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yaşadığı bulunmuştur. Şüphe alt boyutunda ise en yüksek sıkıntı düzeyine müzik öğretmenlerinin sahip olduğu tespit edilmiştir. Beden eğitimi öğretmenlerinde korku ve kaygı düzeyinin yüksek olmasının temelinde diğer dersler ile kıyaslandığı zaman beden eğitimi ve spor öğretmenlerinde sosyal mesafe kuralının daha fazla ihlal edilmesi gerekliliğinin yattığı düşünülebilir. Bu konuda yapılan çalışmalarda genellikle meslek değişkenine göre COVID-19 sürecinde insanların yaşadıkları sıkıntıların incelendiği çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bunun yanında sporcular üzerinde bu konuda yürütülen bir çalışmada herhangi bir işte çalışmayan sporcular ile kıyaslandığında meslek sahibi olan sporcuların COVID-19 sürecinde korku yaşama düzeylerinin daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Serbest, 2021: 33).

Yapılan bu çalışmaya katılan öğretmenlerin ekonomik gelir düzeylerine göre COVID-19 psikolojik sıkıntı durumlarının korku ve kaygı alt boyutunda anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Buna karşılık şüphe alt boyutunda ekonomik gelir değişkenine göre gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre en yüksek şüphe düzeyine gelir düzeyi en düşük katılımcıların sahip olduğu bulunmuştur. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde en düşük gelir düzeyine sahip olan katılımcıların pandemi nedeniyle işten uzaklaşma ve gelir kaybı yaşama korkularının yüksek olmasının yattığı düşünülebilir. Nitekim literatürde yer alan çalışmalarda da pandemi sürecinde insanların gelir düzeylerinin azaldığı ve gelir

kaybına paralel olarak psikolojik sorunlar yaşadıkları belirtilmektedir (Kıntar, 2020: 585).

Yapılan bu çalışmada çocuk sayısı değişkenine göre öğretmenlerin korku ve kaygı alt boyutuna ilişkin algılarının anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. En yüksek korku ve kaygı düzeyine çocuğu olmayan katılımcıların sahip olduğu bulunmuştur. Bunun temelinde çocuk sahibi olan bireylerin pandemi sürecinde kendi sağlıklarına daha fazla dikkat etmelerinin yattığı düşünülebilir. Bunun yanında araştırmada çocuk sahibi olan ve olmayan öğretmenlerin şüphe alt boyutuna ilişkin algılarının anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Literatürde bu konuda yapılan bazı çalışmada da özellikle çocuk sahibi olan evli bireylerin pandemi sürecinde kaygı ya da korku yaşama düzeylerinin daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Karaman ve diğerleri, 2022: 49; Sakaoğlu ve diğerleri, 2020: 1).

Araştırma bulgularımıza göre öğretmenlerin boş zamanlarını değerlendirme biçimlerine göre korku ve kaygı ile şüphe alt boyutuna ilişkin algılarının anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Korku ve kaygı alt boyutunda en yüksek puana sahip olan katılımcıların serbest zamanlarında yurtiçi ve yurtdışı seyahat yaptıkları görülmüştür. Şüphe alt boyutunda da yüksek puanın serbest zamanlarında yurtiçi ve yurtdışı seyahat yapan katılımcılar lehine yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasında seyahat durumunda insanlar arasındaki sosyal mesafenin ortadan kalkmasının ve enfekte olma riskinin artmasının yattığı düşünülebilir. Literatürde bu konuda yapılan çalışmalarda genellikle pandemi sürecinde serbest zaman etkinliği olarak spora yönelmenin COVID-19 korkusu üzerindeki etkilerinin ele alındığı görülmektedir. Söz konusu çalışmalarda pandemi sürecinde serbest zamanlarını spor yaparak değerlendirmenin COVID-19 sürecinde yaşanan korku ve kaygıyı azaltmaya yardımcı olduğu rapor edilmiştir (Ayık, 2021: 31). Bunun yanında yapılan çalışmalarda COVID-19 sürecinin insanların serbest zaman alışkanlıklarında ciddi değişimlere neden olduğu belirtilmiştir (Güzel ve diğerleri, 2020: 122; Kang ve diğerleri, 2022: 326; Hedenborg ve diğerleri, 2022: 1).

Araştırma bulgularımıza göre araştırmaya katılan bireylerin COVID-19 psikolojik sıkıntı düzeylerinin kendilerini genel olarak değerlendirme durumlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Korku ve kaygı alt boyutunda en yüksek puana kendisini agresif olarak değerlendiren öğretmenlerin sahip olduğu, şüphe alt boyutunda

ise en yüksek puana kendisini eğlenceli olarak değerlendiren öğretmenlerin sahip olduğu tespit edilmiştir. Literatürde bu konuda yapılan benzer çalışmalarda da pandemi sürecinin insanların ruhsal yapılarını olumsuz yönde etkilediği, bu durumun da COVID-19 korku ve kaygısını arttırdığı belirtilmektedir (Fitzpatrick ve diğerleri, 2020: 1; Rodriguez-Hidalgo ve diğerleri, 2020: 1).

Araştırma sonucunda elde ettiğimiz bulgulara göre araştırmaya katılan bireylerin COVID-19 psikolojik sıkıntı düzeylerinin tatil yapma sayılarına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Ortaya çıkan sonuçlara göre katılımcıların tatil yapma sıklıkları arttıkça korku ve kaygı ile şüphe alt boyutuna ilişkin algı düzeylerinin de yükseldiği tespit edilmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde tatil sürecinde enfeksiyona yakalanma riskinin artmasının yattığı düşünülebilir. Bu durumun pandemi sürecinde insanların tatil alışkanlıklarını da değiştirdiği görülmektedir (Aiello ve diğerleri, 2020: 1; Kupi ve Szemeredi, 2021: 1).

Yapılan bu çalışmaya katılan öğretmenlerin COVID-19 korku ve kaygı ile şüphe düzeyine ilişkin algılarının günlük market alışverişini yapan kişi değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Korku ve kaygı alt boyutunda en yüksek puanın sanal marketlerden alışveriş yapan öğretmenler lehine yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun temelinde enfekte olma korkusu ve kaygısı ile katılımcıların sanal marketten alışveriş yapmaya yönelmelerinin etkili olduğu düşünülebilir. Şüphe alt boyutunda ise en yüksek puana market alışverişini karısı yapan öğretmenlerin sahip olduğu bulunmuştur. Literatürde farklı yaş grupları üzerinde yer alan bireylerin katıldığı benzer çalışmalarda da insanların pandemi sürecinde enfekte olma korkusu ve kaygısı ile online alışverişe yöneldikleri belirtilmektedir (Adibfar ve diğerleri, 2022: 162; Moon ve diğerleri, 2021: 1; Gu ve diğerleri, 2021: 1).

Yapılan bu çalışmaya katılan öğretmenlerin COVID-19 korku ve kaygı ile şüphe düzeyine ilişkin algılarının alışveriş yapma sıklığı değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Ortaya çıkan sonuçlara göre korku ve kaygı ile şüphe alt boyutuna ilişkin algı düzeyinin her gün alışveriş yapan öğretmenler lehine yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde alışveriş yapma sıklığı arttıkça öğretmenlerin sosyal mesafe kuralını daha fazla ihlal etmelerinin ve enfekte olma risklerinin yükselmesinin yattığı düşünülebilir. Literatürde bu konuda yapılan benzer çalışmalarda da insanların COVID-19 sürecinde enfeksiyona yakalanmamak için

özellikle market ve pazar alışverişlerini azalttıkları ve alışveriş yapma alışkanlıklarında ciddi değişim meydana geldiği görülmektedir (Öztürk ve diğerleri, 2021: 97; Hacıaloğlu ve Sağlam, 2021: 16; Torun-Kayabaşı, 2020: 15).

Yapılan bu çalışmaya katılan öğretmenlerin COVID-19 korku ve kaygı ile şüphe düzeyine ilişkin algılarının kullanılan ulaşım aracı değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Korku ve kaygı alt boyutunda en yüksek puana yürüyerek ulaşım sağlayan öğretmenlerin, şüphe alt boyutunda ise en yüksek puana kendi aracı ile ulaşım sağlayan katılımcıların sahip olduğu bulunmuştur. Bu sonuçların ortaya çıkmasında öğretmenlerin enfekte olma riskini azaltmak için toplu taşıma ile ulaşımdan uzak durmalarının yattığı düşünülebilir. Bunun yanında pandemi döneminde toplu taşıma araçlarındaki yolcu kapasitesi de sınırlandırılmıştır (Özdemir-Deniz ve Avcı-Kiraz, 2020: 148). Bu durumun da insanları ulaşım sürecinde yürüme veya kendi aracını kullanmaya teşvik eden unsurlar arasında yer aldığı söylenebilir.

Yapılan bu çalışmaya katılan öğretmenlerin COVID-19 korku ve kaygı ile şüphe düzeyine ilişkin algılarının hanedeki kişi sayısı değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Ortaya çıkan sonuçlara göre hanedeki kişi sayısı 4 ve üzerinde olan öğretmenlerin korku ve kaygı ile şüphe alt boyutuna ilişkin algılarının hanedeki kişi sayısı daha az olan öğretmenlerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde hanedeki kişi sayısı yüksek olan ailelerde öğretmenlerin aile içi sorumluluklarının da yüksek olmasının, buna paralel olarak enfekte olmamak için daha fazla çaba göstermelerinin yattığı düşünülebilir.

BÖLÜM 9: SONUÇ

COVID-19 sürecinin toplumsal yapıyı yıprattığı ve insanların psikolojik yapılarını olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir. Pandemi sürecinde uygulanan yasaklara paralel olarak birçok sektörde çalışma biçimleri değişmiş, eğitim sektöründe de yüz yüze eğitime ara verilmiş ve uzaktan eğitime geçilmiştir. Ancak belirli dönemlerde yüz yüze eğitimler tekrar devam etmiş, bu durum öğrenci, veli ve öğretmenlerin psikolojik açıdan ciddi sorunlar yaşamalarına zemin hazırlamıştır. Yapılan bu çalışmada da uygulamalı bilimler alanındaki öğretmenlerin pandemi sürecinde covi-19 ile ilişkili psikolojik sıkıntı yaşama düzeylerinin bazı demografikve sosyal değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın sonunda öğretmenlerin büyük bir bölümünün pandemi sürecinde korku ve kaygı ile endişe yaşadıkları görülmüştür.

İnsanların salgın hastalık dönemlerde yaşadıkları korku ve kaygı üzerinde demografik ve sosyal değişkenlerin önemli birer belirleyici olduğu bilinmektedir. Yapılan bu çalışmada da öğretmenlerin COVID-19 ile ilişkili sıkıntı yaşama durumlarının bazı demografik değişkenlere göre farklılaştığı bulunmuştur. Bu kapsamda uygulamalı bilimler alanında görev yapan öğretmenlerde COVID-19 ile ilişkili sıkıntı yaşama düzeyinin cinsiyet, yaş grubu, medeni durum, mesleki alan, ekonomik gelir düzeyi, çocuk sayısı, boş zamanları değerlendirme biçimi, kendini genel olarak değerlendirme durumu, yılda yapılan tatil sayısı, maket alışverişini yapan kişi, günlük kullanılan ulaşım aracı ve hanede yaşayan kişi sayısı değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

BÖLÜM 10: ÖNERİLER

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Beden eğitimi öğretmenleri ile uygulamalı dersler birimi öğretmenlerinin, COVID-19 pandemi döneminde psikolojik sıkıntı düzeylerinin farklı değişkenlere göre belirlenmesi ile daha sağlıklı sonuçlar elde edilebilmesi için daha geniş evren ve örneklem sayısı ile bu araştırma geliştirilebilir.
2. COVID-19 pandemi döneminde psikolojik sıkıntı düzeyi belirlenirken, farklı branş alanları seçilebilir.
3. COVID-19 pandemi döneminde ya da sonrasında , bireylerde belirlenen psikolojik sıkıntı düzeyinin nasıl etkiler bıraktığı karşılaştırılabilir.
4. Bu araştırma örneklem grubunu öğretmenler oluşturmuştur.Dolayısı ile çocuklar, ergenler gibi örneklem grupları ile çalışılarak farklı gruplardaki psikolojik sıkıntı düzeyleri saptanabilir.
5. Araştırma sonuçlarında anlamlı farklılıklar gösteren serbest zaman alanları farklılaştırılarak, bireylerin COVID-19 döneminde ya da sonrasındaki psikolojik sıkıntı düzeyleri ile ilgili bir araştırma yapılabilir.

Uygulayıcılara Öneriler

1. Araştırma bulgularına göre bazı değişkenler de anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. Buna göre , araştırmaya katılan ya da katılma durumu olan tüm branş öğretmenlerine, COVID-19 dönemi psikolojik sıkıntı düzeyleri için,hizmetiçi seminerler ve bilgilendirmeler yapılabilir.
2. Oluşabilecek kontrolsüzlükler göz önüne alındığında, psikososyal destek grupları oluşturulabilir ve rehabilite çalışmaları yapılabilir.
3. COVID-19 pandemi döneminde, psikolojik sıkıntı düzeyleri yüksek olan bireyler için gönüllü psikolog, psikiyatr ve eğitimcilerin olduğu platformlar kurularak bilgilendirmeler yapılabilir.

KAYNAKÇA

Adam, R. F. (2013). Die Struktur Der Arbeitsrechtlichen Kündigungsgründe. *AuR*, 1, 15-19.

Adınır, K. M. (2019). *İşverenin Yönetim Hakkı*. İstanbul: On İki Levha Yayıncılık.

Adibfar, A., S. Gulhare., S. Srinivasan and A. Costin. (2022). Analysis and Modeling of Changes in Online Shopping Behavior due to COVID-19 Pandemic: A Florida Case Study. *Transport Policy*, 126, 162-176.

Ağduman, F. (2021). Sporcuların Pandemi Döneminde COVID-19'a Yakalanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Germanica Beden Eğitimi ve Spor Dergisi*, 2(1), 1-14.

Aiello, F., G. Bonanno and F. Foglia. (2022). On the Choice of Accommodation Type at the Time of COVID-19. Some Evidence from the Italian Tourism Sector. *Current Issues in Tourism*, 25(1), 41-45.

Akat, M. ve K. Karataş. (2020). COVID-19 Pandemisinin Toplum Psikolojisine Etkileri ve Eğitime Yansımaları. *Journal of Turkish Studies*, 15(4), 1-13.

Ak-Bingöl, B., A. Türk ve R. Ak. (2020). COVID-19 Bağlamında Tarihteki Büyük Salgınlar ve Ekonomik Sonuçları. *Turkish Studies*, 15(4), 189-200.

Akıllıoğlu, T. (1991). Kamu Yararı Kavramı Üzerine Düşünceler. *Amme İdaresi Dergisi*, 24(1), 11-22.

Akinduyo, T. E. (2014). Teaching Profession in Nigeria: Issues, Problems and Prospects. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 4(11), 1-3.

Aksoy, S. (2021). *Aktif Spor Yapan Sporcuların Pandemi Sürecinde COVID-19 Salgınına Karşı Yakalanma Kaygı Düzeyleri İle Spora Özgü Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Tekirdağ: Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Alıcı, E. (2016). *Kaygı Bozukluğu Tanısı Alan ve Almayan Yetişkinlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Becerilerinin İncelenmesi*. Adana: (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Altın, Z. (2020). COVID-19 Pandemisinde Yaşlılar. *Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dergisi*, 30(2), 49-57.

Amaele, S. ve P. E. Amaele. (2003). *Teacher Education in Contemporary Society*. Ogbomosho: Bobolink Media Print.

APA. (2020). APA Dictionary of Psychology- Psychological Distress. Mayıs 18 , 2021 Tarihinde American Psychological Associtaion: <https://dictionary.apa.org/psychological-distress> adresinden alındı.

Aslan, R. (2020). Tarihten Günümüze Epidemiler, Pandemiler ve COVID-19. *Ayrıntı Dergisi*, 8(85), 35-41.

Aşkın R., Y. Bozkurt. (2020). Zeybek Z COVID-19 Pandemisi: Psikolojik Etkileri ve Terapötik Müdahaleler. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(37), 304-18.

Ay, T., D. Oruç. & A. A. Özdoğru. (2021). Adaptation and Evaluation of COVID-19 Related. *Psychological Distress Scale Turkish Form*. Death Studies.

Ayık, M. A. (2021). *Özel Spor Salonlarına Giden Üyelerin COVID-19 Virüsüne Yakalanma Kaygılarının İncelenmesi (Elâzığ İli Örneği)*. Kahramanmaraş: (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Aykut, S. ve S. S. Aykut. (2020). Covid-19 Pandemisi ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu Temelinde Sosyal Hizmetin Önemi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 1(1), 56-66

Bahar, O. & N. Ç. İlal. (2020). Coronavirüsün (COVID-19) Turizm Sektörü Üzerindeki Ekonomik Etkileri. *International Journal Of Social Sciences and Education Research*, 6(1), 125-139.

Bakanlığı, M. E. (2020). Tüm okullar 16 Mart'tan 30 Mart'a kadar tatil edildi. . Milli Eğitim Bakanlığı: <https://mardin.meb.gov.tr/www/tum-okullar-16-marttan-30-marta-kadar-tatil-edildi/icerik/2636> adresinden alındı.

Bakanlığı, S. (2020). COVID-19 nedir? Sağlık Bakanlığı: <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66300/COVID-19-nedir-.html> adresinden alındı.

Bakioğlu, B. ve M. Çevik. (2020). COVID-19 Pandemisi Sürecinde Fen Bilimleri Öğretmenlerinin Uzaktan Eğitime İlişkin Görüşleri. *Electronic Turkish Studies*, 15(4), 109-129.

Balaman, F. & S. H. Tiryaki. (2021). Corona Virüs (Covid-19) Nedeniyle Mecburi Yürütülen Uzaktan Eğitim Hakkında Öğretmen Görüşleri. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 10(1), 52-84.

Balcı, A. (2020). Covid-19 Özelinde Salgınların Eğitime Etkileri. *Uluslararası Liderlik Çalışmaları Dergisi: Kuram ve Uygulama*, 3(3), 75-85.

Barker, L. (1982). *Communication in the classroom*. London: Englewood Cliff.

Batur, A. (2019). *Türkiye’de Atıcılık Branşı İle İlgilenen Sporcuların Serbest Zaman Algısı ve Engelleri*. Batman:(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Baykal, E. (2020). COVID-19 Bağlamında Psikolojik Dayanıklılık, Kaygı ve Yaşam Doyum İlişkisi. *International Journal of Social and Economic Sciences*, 10(2), 68-80.

Bayrampour, H., E. Ali., D. A. McNeil., K. Benzies., G. MacQueen & S. Tough. (2016). Pregnancy-Related Anxiety: A Concept Analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 55, 115-130.

Bekaroğlu, E. ve T. Yılmaz. (2020). COVID-19 ve Psikolojik Etkileri: Klinik Psikoloji Perspektifinden Bir Derleme. *Nesne Dergisi*, 8(18), 573-584.

Bozdağ, F. (2021). The Psychological Effects of Staying Home due to the COVID-19 Pandemic, *The Journal of General Psychology*, 148(3), 226-248.

Bozkurt, Ö. A. (2015). Kitlesele Açık Çevrimiçi Dersler (Massive Open Online Courses MOOCs) ve Sayısal Bilgi Çağında Yaşam Boyu Öğrenme Fırsatı. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları dergisi*, 1(1), 56-81.

Bozpolat, E., C. T. Uğurlu., H. G. Usta & A. S. Şimşek. (2016). Öğrenci ve Öğretim Elemanlarının Öğretim Yöntem ve Tekniklerine İlişkin Görüşleri: Nitel Bir Araştırma. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (27), 83-95.

Brekke, M. & P. H. Hogstad. (2010). New Teaching Methods-Using Computer Technology in Physics, Mathematics and Computer Science. *International Journal of Digital Society (IJDS)*, 1(1), 17-24.

Brooks, S. K., L. E. Webster Smith., L. Woodland., S. Wessely., N. Greenberg & G. J. Rubin. (2020). The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920.

Budak, F. & Ş. Korkmaz. (2020). COVID-19 Pandemi Sürecine Yönelik Genel Bir Değerlendirme: Türkiye Örneği. *Sosyal Araştırmalar ve Yönetim Dergisi*, (1), 62-79.

Bunge, M. (1974). *Technology As Applied Science*. Springer Netherlands.

Burden, P. R. & D. M. Byrd. (1994). *Methods for Effective Teaching*. Massachusetts: Allyn and Bacon.

Burnette, D. & A. Mui. (1997). Correlates of Psychological Distress Among Old-Old Hispanics. *Journal of Clinical Geropsychology*, (3), 227-244.

Cangelosi, J. S. (2000). *Classroom Management Strategies*. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Chalfant, H. P., P. L. Heller., A. Roberts., D. Briones., S. Aguirre-Hochbaum ve W. Farr. (1990). The Clergy as a Resource for Those Encountering Psychological Distress. *Review of Religious Research*, 31(3), 305-313

Cilliers, E. J. & W. Timmermans. (2014). Applied Science and Education: Vice Versa Benefit. *In Proceedings of the ICEASS*, 477-489.

Cinel, E. A. (2020). COVID-19'un Küresel Makroekonomik Etkileri ve Beklentiler. *Politik Ekonomik Kuram*, 4(1), 124-140.

Clifford, C. (1997). Nurse Teachers and Research. *Nurse Education Today*, 17(2), 115-120.

Cullen, W., G. Gulati and B. D. Kelly. (2020). Mental Health in The COVID-19 Pandemic. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(5), 311-312.

Çelikten, M. (2005). Öğretmenlik Mesleği ve Özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(19), 207-237.

Çölgeçen, Y. ve H. Çölgeçen. (2020). COVID-19 Pandemisine Bağlı Yaşanan Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi: Türkiye Örneği. *Electronic Turkish Studies*, 15(4), 261-275.

Da Silva Neto, R.M., C.J.R. Benjamim., P. M. de Medeiros Carvalho and M. L. R. Neto. (2021). Psychological Effects Caused by the COVID-19 Pandemic in Health Professionals: A Systematic Review With Meta-Analysis. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 104, 1-8.

Dada, D. (2006). Gelişmekte Olan Ülkeler İçin E-Hazırlık: Odağı Çevreden Kullanıcılara Taşımak. *Gelişmekte Olan Ülkelerde Elektronik Bilişim Sistemleri Dergisi*, 27 (1), 1-14.

Dağıstanlı, Ö. (2013). *Kimler Bilişim Teknolojileri Öğretmeni Olmalı? Meslek Kişiliği Yaklaşımı*. Yüksek lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü.

Demir, M. ve S. S. Demir. (2014). İş görenlerin Serbest Zaman Gereksinimi ve Serbest Zaman Doyumunu Etkileyen Faktörler. *İşletme ve İktisat Çalışmaları Dergisi*, 2(3), 74-84.

Demir, F. & F. Özdaş. (2020). COVID-19 Sürecindeki Uzaktan Eğitime İlişkin Öğretmen Görüşlerinin İncelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 49(1), 273-292.

Demir, O. & A. Esen. (2021). Covid 19'un Yıkıcı Ekonomik Etkileri ve Türkiye Ekonomisinde Dönüşüm İhtiyacı. *JOEEP: Journal of Emerging Economies and Policy*, 6(1), 88-105.

Demiray, U. (1999). Bir Çağdaş Eğitim Modeli Olarak Uzaktan Eğitim Uygulaması. *Jandarma Dergisi*, 85, 46-52.

Derman, O. (2020). Tarih Boyunca İnsanlığın Salgın Hastalıklarla Mücadelesi. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 63, 26- 31.

Doğaner, S. ve V. Balcı. (2017). Ankara Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zamanlarında Egzersize Katılma Sıklıkları ve Nedenleri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(3), 119-128.

Donaldson, S. I., C. A. Christie & M. M. Mark. (2009). *What Counts as Credible Evidence in Applied Research and Evaluation Practice*. Sage.

Emiral, E., Z. Arslan & Ş. Gülümser. (2020). COVID-19 Pandemisi ve İntihar. *Eskişehir Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Halk Sağlığı Dergisi* (Online), <https://doi.org/10.35232/estudamhsd.762006>.

Erden, M. (2007). *Öğretmenlik Mesleğine Giriş* (Introduction to Teaching Profession). Ankara: Arkadaş Yayınevi.

Eroğlu, E. (2020). COVID-19'un Ekonomik Etkisinin ve Pandemiyle Mücadele Sürecinde Alınan Ekonomik Tedbirlerin Değerlendirilmesi. *International Journal of Public Finance*, 5(2), 211-236.

Fiske, S. (2004). *Social Beings: A Core Motives Approach to Social Psychology*. John Wiley&Sons.

Fitzpatrick, K. M., C. Harris and G. Drawve. (2020). Fear of COVID-19 and The Mental Health Consequences in America. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy. Advance Online Publication*, 1-5.

Fritscher, L. (2022). What Is Fear? <https://www.verywellmind.com/the-psychology-of-fear-2671696>, (Erişim Tarihi: 23.01.2023).

Gander, W., A. Petit., G. Berry., B. Demo., J. Vahrenhold., A. McGettrick & B. Meyer. (2013). Informatics education: Europe Cannot Afford to Miss the Boat. *Report of the joint Informatics Europe & ACM Europe Working Group on Informatics Education*. report (pp. 1–21). New York, NY: Association for Computing Machinery (ACM).

Gates, B. (2020). Responding to Covid-19 Once-in-a-Century Pandemic. *New England Journal of Medicine*, 382(18), 1677-1679.

Gaynor, K. M., J. S. Brown., A. D. Middleton., M. E. Power & J. S. Brashares. (2019). Landscapes of Fear: Spatial Patterns of Risk Perception and Response. *Trends in Ecology & Evolution*, 34(4), 355-368.

Gillespie, L. & I. Culpan. (2000). Critical Thinking: Ensuring the Education'aspect is Evident in Physical Education. *New Zealand Physical Educator*, 33(3), 84.

Göksoy, S. & İ. Yılmaz. (2018). Bilişim Teknolojileri Öğretmenleri ve Öğrencilerinin Robotik ve Kodlama Dersine İlişkin Görüşleri. *Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(1), 178-196.

Gözütok, D. (2006). *Öğretim İlke ve Yöntemleri*. Ankara: Ekinoks Yayıncılık.

Gözütok, F. D. (2004). *Öğretmenliği Geliştiriyorum*. Ankara: Siyasal Kitabevi.

Greenfeld, L. (2023). Social Science. <https://www.britannica.com/topic/social-science>, (Erişim Tarihi: 23.01.2023).

Grout, V. & N. Houlden. (2014). Taking Computer Science and Programming Into Schools: The Glyndŵr/BCS Turing Project. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 141, 680-685.

Gu, S., B. Ślusarczyk., S. Hajizada., I. Kovalyova and A. Sakhibieva. (2021). Impact of The COVID-19 Pandemic on Online Consumer Purchasing Behavior. *Journal of Theoretical and Applied Electronic Commerce Research*, 16(6), 2263-2281.

Gül, M. (2021). *Pandemi Döneminde Bireylerin Yaşadığı COVID-19 Fobisi, Psikolojik İyi Oluşları ve Psikolojik Sıkıntılarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Gültepe, A. A. (2018). Kodlama Öğretimi Yapan Bilişim Teknolojileri Öğretmenleri Gözüyle Öğrenciler Kodluyor. *Uluslararası Liderlik Eğitimi Dergisi*, 2(2), 50-60.

Güngör, F. (2020). Covid-19'un Toplumsal Kurumlara Etkisi. *Yüzyüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. (Salgın Hastalıklar Özel Sayısı), 393-328.

Güngör, H.A. (2007). *Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreatif Egzersize Götüren Faktörler*. Ankara: (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Güzel, A. (2003). Eğitim Fakültelerinde Türkçe Öğretmenliği Bölümünün Kuruluşu ve Hedefleri. *Türklük Bilimi Araştırmaları*, (13), 7.

Güzel, P., K. Yıldız., M. Esentaş and D. Zerengök. (2020). “Know-How” To Spend Time in Home Isolation during COVID-19; Restrictions And Recreational Activities. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 7(2), 122-131.

Hacıoğlu, A. & M. Sağlam. (2021). Covid-19 Pandemi Sürecinde Tüketici Davranışları ve E-Ticaretteki Değişimler. *Medya ve Kültürel Çalışmalar Dergisi*, 3(1), 16-29.

Hawryluck, L., W. L. Gold., S. Robinson., S. Pogorski., S. Galea., ve R. Styra. (2004). SARS Control and Psychological Effects of Quarantine, Toronto, Canada. *Emerging Infectious Diseases*, 10(7), 1206–1212.

Hedenborg, S., P. Fredman., A. S. Hansen and D. Wolf-Watz. (2022). Outdoorification of Sports And Recreation: A Leisure Transformation under the COVID-19 Pandemic in Sweden. *Annals of Leisure Research*. 1-19.

Heider, F. (2013). *The Psychology Of Interpersonal Relations*. Psychology Press.

Hemmings, C. & Bouras, N. (2016). *Psychiatric and Behavioural Disorders in Intellectual and Developmental Disabilities*. Cambridge University Press.

Henry, B. M., M. H. S. de Oliveira., J. Benoit and G. Lippi. (2020). Gastrointestinal Symptoms Associated with Severity of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): A Pooled Analysis. *Internal and Emergency Medicine*, 15(5), 857-859.

Holmes, E. A., R. C. O'Connor., V. H. Perry., I. Tracey., S. Wessely., L. Arseneault & E. Bullmore. (2020). Multidisciplinary Research Priorities For The COVID-19 Pandemic: A call for Action for Mental Health Science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547-560.

Horwitz, A. V. (2007). Distinguishing Distress from Disorder as Psychological Outcomes of Stressful Social Arrangements. *Health (London, England: 1997)*, 11(3), 273-289. <https://doi.org/10.1177/1363459307077541>.

Hotaman, D. (2010). The Teaching Profession: Knowledge of Subject Matter, Teaching Skills and Personality Traits. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 1416-1420.

Işık, S.N. (2022). *Fen Bilimleri Öğretmenlerinin Stem Temelli Etkinliklere Yönelik Görüşlerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Şanlıurfa: Fırat Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

İnci, U. (2021). Pandemi Sürecinde Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrenci Adaylarının Covid-19 Korku Düzeylerinin İncelenmesi. *Journal of Rol Sport Sciences*, Volume, 2(1).

İnözü-Mermerkaya, M., E. Üzümcü., E. Trak., A.B. Çiçek-Akbaş ve Ö. Ergin. (2020). *COVID-19 Salgını'nın Psikolojik Sonuçları ve Etkili Başa Çıkma Yöntemleri*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.

İnternet: Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı, <https://covid19.saglik.gov.tr/> (2021).

Javanbakht, A. & L. Saab. (2017). What Happens in the Brain When We Feel Fear. *Smithsonian Magazine*, 27.

Jorm, A. F., T. D. Windsor., K. B. G. Dear., K. J. Anstey., H. Christensen & B. Rodgers. (2005). Age Group Differences in Psychological Distress: The Role of Psychosocial Risk Factors that Vary with Age. *Psychological Medicine*, 35(9), 1253-1263.

Kahraman, E. P. & M. Altındış. (2020). COVID-19 Aşılı; Pandemide Sona Doğru. *Journal Of Biotechnology and Strategic Health Research*, 4(3), 240-249.

Kalafatoğlu, M. R. & F. C. Yam. (2021). Bireylerin COVID-19 Korkularının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Humanistic Perspective*, 3(2), 306-323.

Kang, L., S. Ma., M. Chen., J. Yang., Y. Wang., R. Li., ... & Z. Liu. (2020). Impact on Mental Health and Perceptions of Psychological Care Among Medical and Nursing Staff in Wuhan during the 2019 Novel Coronavirus Disease Outbreak: A Cross-Sectional Study. *Brain, behavior, and immunity*, 87, 11-17.

Kang, S. E., Y. Hwang., C. K. Lee and Y. N. Park. (2022). Roles of Travel and Leisure in Quality of Life during the COVID-19 Pandemic. *Leisure Studies*, 41(3), 326-340.

Kara, S. (2020). Görsel Sanatlar Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumları ve Öğretmenlik Öz Yeterlik İnançlarının İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(54), 49-73.

Karadeniz, F., M. Müftüler. ve K. Gülbeyaz. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutum ve Engellerinin İncelenmesi (Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Örneği). *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 21-36.

Karaman, G., Z. Türkkkan., F. N. Yumusak., E. Bahadır., H Akkuzu. ve N. Ladikli. (2022). Türk Örnekleminde Koronavirüs Korkusu ve Kaygısına İlişkin Sosyodemografik Bir İnceleme. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(1), 49-68.

Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* . Ankara: Nobel Yayıncılık.

Keskin, M. ve D. Özer. (2020). COVID-19 Sürecinde Öğrencilerin Web Tabanlı Uzaktan Eğitime Yönelik Geri Bildirimlerinin Değerlendirilmesi. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(2), 59-67.

Kılıç, Y. (2020). Borsa İstanbul'da COVID-19 (Koronavirüs) Etkisi. *Journal of Emerging Economies and Policy*, 5(1), 66-77.

Kırmızıgül, H. (2020). COVID-19 Salgını ve Beraberinde Getirdiği Eğitim Süreci. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi (ASEAD)*. 7(5), 283-289.

Kimter, N. (2020). COVID-19 Günlerinde Bireylerin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, Özel Sayı, 574-605.

Kuş-Şahin, C., S. Akten ve U. E. Erol. (2009). Eğirdir Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarının Belirlenmesi Üzerine Bir Çalışma. *Artvin Çoruh Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 10(1), 62-71.

Kotler, B. P. & J. S. Brown. (2017). Fear and Loathing on the Landscape: What can Foraging Theory Tell us about Vigilance and Fear. *Animal Sentience*, 2(15), 5.

Kozłowska, K., P. Walker., L. McLean & P. Carrive. (2015). Fear and the Defense Cascade: Clinical Implications and Management. *Harvard Review of Psychiatry*. 23(4), 263-287.

Köroğlu, C. Z. & M. A. Köroğlu. (2016). Bilim Kavramının Gelişimi ve Günümüz Sosyal Bilimleri Üzerine Etkisi. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (25), 1-15.

Kring, A. M. & S. L. Johnson. (2018). *Abnormal psychology: The Science and Treatment of Psychological Disorders*. John Wiley & Sons.

Krishnamoorthy, Y., R. Nagarajan., G. K. Saya & V. Menon. (2020). Prevalence of Psychological Morbidities Among General Population, Healthcare Workers and COVID-19 Patients Amidst the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Psychiatry Research*, 293, 113382.

Kuper, A. (1996). *The Social Science Encyclopedia*. Taylor & Francis. ISBN 978-0-415-10829-4.

Kupi, M. & E. Szemerédi. (2021). Impact of the COVID-19 on the Destination Choices of Hungarian Tourists: a Comparative Analysis. *Sustainability*, 13(24), 13785.

Kürtüncü, M. & A. Kurt. (2020). COVID-19 Pandemisi Döneminde Hemşirelik Öğrencilerinin Uzaktan Eğitim Konusunda Yaşadıkları Sorunlar. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 66-77.

Lagemaat, R., V. (2006). *Theory of Knowledge for the IB Diploma*. Cambridge: Cambridge University Press.

Lerutla, D. M. (2000). *Psychological Stress Experienced by Black Adolescent Girls Prior to Induced Abortion*. Msc-dissertation, Medical University of Southern Africa.

Litwiller, F., C. White., K. A. Gallant., R. Gilbert., S. Hutchinson., B. Hamilton-Hinch and H. Lauckner. (2017). The Benefits of Recreation for the Recovery and Social Inclusion of Individuals with Mental Illness: An Integrative Review. *Leisure Sciences*, 39(1), 1-19.

Lovelace, B. (2020). World Health Organization Names the New Coronavirus: COVID-19. *CNBC*. Retrieved, 23.

Lunenberg, M. L. & M. Volman. (1999). Active Learning: Views and Actions of Students and Teachers in Basic Education. *Teaching And Teacher Education*. 15, 431-445.

Mahiroğulları, A. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılımını Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Milanović, Z., S. Pantelić., N. Čović., G Sporiš., M. Mohr and P. Krstrup. (2019). Broad-Spectrum Physical Fitness Benefits of Recreational Football: A Systematic Review and Meta-Analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 53(15), 926-939.

Moon, J., Y. Choe & H. Song. (2021). Determinants of Consumers' Online/Offline Shopping Behaviours During The COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1-15.

Montes, F., O. L. Sarmiento., R. Zarama., M. Pratt., G. Wang., E. Jacoby and S. Kahlmeier. (2012). Do Health Benefits Outweigh The Costs of Mass Recreational Programs? An Economic Analysis of Four Ciclovía Programs. *Journal of Urban Health*, 89(1), 153-170.

Morgül, E., A. Kallitsoglou & C. A. E. Essau. (2020). Psychological Effects of the COVID-19 Lockdown on Children and Families in the UK. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(3), 42-48.

Morrison, G. R., S. J. Ross., J. R. Morrison & H. K. Kalman. (2019). *Designing effective instruction*. John Wiley & Sons.

Nelsen, J., L. Lott., S. Glenn & M. Koyuncu. (2000). *Sınıfta pozitif disiplin*. Hayat Yayıncılık.

Olatunji, J. O. (1996). Professionalization of teaching in Nigeria: How realistic. *In Andrian Forum*, 9(1), 81-84.

Oyekan S. O. (2000). *Foundations of teacher education*. Ebun –Ola printing press Nig. Ltd, okitipupa, Ondo State.

Önaç, A. K., T. Birişçi., H. Gündel., N. Işikel ve E. Çalışkan. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Eğilimleri Üzerine Bir Araştırma. *Ege Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 55(1), 1-9.

Özakkaş, T. (2014). *Anksiyete Bozuklukları ve Tedavisi*. İstanbul: Acar Matbaacılık.

Özbay, M. (1995). *Ankara Merkez Ortaokullarındaki Öğrencilerin Yazılı Anlatım Becerileri Üzerine Bir Araştırma*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özdemir-Deniz, P. & E. D. Evci-Kiraz. (2020). COVID-19 Pandemi Sürecinde Şehir Sağlığı Çalışmaları. *Journal of Biotechnology and Strategic Health Research*, 4, 147-151.

Özdoğan, A. Ç. & H. G. Berkant. (2020). COVID-19 Pandemi Dönemindeki Uzaktan Eğitime İlişkin Paydaş Görüşlerinin İncelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 49(1), 13-43.

Özlü, A. & D. Öztaş. (2020). Yeni Corona Pandemisi (Covid-19) İle Mücadelede Geçmişten Ders Çıkartmak. *Ankara Medical Journal*, 20(2), 468-481.

Öztürk, S., Ö. Işınkaralar., D. Yılmaz., M. Şimşek., H. M. S. Almansourı ve A. H. M. Elahsadi. (2021). COVID-19'un Tüketici Alışkanlıklarına Etkisi Üzerine Bir Araştırma: Türkiye-Libya Karşılaştırması. *Doğu Coğrafya Dergisi*, 26(46), 97-108.

Paleeri, S.(2019). Method of Teaching Social Sciences, <http://paleeri.blogspot.com/2019/09/methods-of-teaching-social-sciences.html>, (Erişim Tarihi: 23.01.2023).

Pfefferbaum, B. & C. S. North. (2020). Mental Health and the Covid-19 Pandemic. *New England Journal of Medicine*, 383(6), 510-512.

Philips, J. M. (2005). Strategies for Active Learning in Online Continuing Education. *The Journal of Continuing Education in Nursing*. 36 (2): 77-83.

Phillips, M. R. (2009). Is Distress A Symptom of Mental Disorders, A Marker of Impairment, Both or Neither? *World Psychiatry*, 8(2), 91-92.

Pınar-Şenkalfa, B. (2020). *COVID-19 Pandemisi Sırasında Kistik Fibrozisli Çocuk Hastaların ve Ailelerinin Kaygı Durumlarının Anketle Değerlendirilmesi ve Hastaların Klinik Durumu ile İlişkisinin İncelenmesi*. Ankara: Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi.

Pelin, A. (2014). Kamu Düzeni Kavramı ve İş Hukukundaki Yansımaları. *Legal İş Hukuku ve Sosyal Güvenlik Hukuku Dergisi*, 11, 43.

Polatcan, İ. & İ. Kaptangil. (2021). Beden eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Eğitim Alan Öğrencilerin Yeni Tip Koronavirüse (COVID-19) Yakalanma Kaygılarının İncelenmesi. *Turkish Studies-Social*, 16(3), 1179-1194.

Posner, G. J. (1995). *Analyzing the curriculum*. McGraw-Hill Humanities Social.

Pritchard, M. J. (2009). Identifying and Assessing Anxiety in Preoperative Patients. *Nursing Standard*, 23(51), 35-40.

Pündük, Z. (2020). COVID-19 Salgını, Küresel Trendler, Fiziksel Hareketsizlik ve Sedanter Davranışı Etkiler Mi?. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri*, 12(2). 241-246.

Rajkumar, R. P. (2020). Ayurveda and COVID-19: Where Psychoneuroimmunology and the Meaning Response Meet. *Brain, behavior, and immunity*, 87, 8-9.

Rodríguez-Hidalgo, A. J., Y. Pantaleón., I. Dios and D. Falla. (2020). Fear of COVID-19, Stress, And Anxiety in University Undergraduate Students: A Predictive Model for Depression. *Frontiers in Psychology*, 11, 591797.

Saçlı, F. & G. Demirhan. (2008). Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Programında Öğrenim Gören Öğrencilerin Eleştirel Düşünme Düzeylerinin Saptanması Ve Karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 92-110.

Sakaoğlu, H. H., D. Orbatu., M. Emiroglu ve Ö. Çakır. (2020). COVID-19 Salgını Sırasında Sağlık Çalışanlarında Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyi: Tepecik Hastanesi Örneği. *Tepecik Eğit. ve Araşt. Hast. Dergisi*, 30(2), 1-9.

Samhsa, S. (2020). Warning Signs and Risk Factors for Emotional Distress. Mayıs 18, 2021 tarihinde Substance Abuse and Mental Health Services Administration (Madde Kullanımı ve Akıl Sağlığı Hizmetleri İdaresi): <https://www.samhsa.gov/find-help/disaster-distress-helpline/warning-signsrisk-factors> adresinden alındı.

Seferoğlu, S. & Y. Koçak. (2003). Eğitim Fakültelerindeki Öğretim Elemanlarının Bilgisayar Kullanımı ve Özyeterlik Algıları, *Bilişim Teknolojileri Işığında Eğitim Konferansı ve Sergisi* (BTİE), 21-23 Mayıs, 2003, ODTÜ Kültür ve Kongre Merkezi, Ankara.

Şeker, M., A. Özer, Z. Tosun., C. Korkut & M. Doğrul. (2020). Covid-19 Pandemi Değerlendirme Raporu. Türkiye Bilimler Akademisi.

Serbest, E. (2021). *Amatör Futbolcuların Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygıları İle Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin Değerlendirilmesi (İstanbul Örneği)*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Sheraton, M., N. Deo., T. Dutt., S. Surani., D. Hall-Flavin ve R. Kashyap. (2020). Psychological Effects of the Covid 19 Pandemic On Healthcare Workers Globally: A Systematic Review. *Psychiatry Research*, 292, 113360.

Shin, L.M. ve I. Liberzon. (2010). The Neurocircuitry of Fear, Stress, and Anxiety Disorders. *Neuropsychopharmacology*, 35(1), 169-191.

Sidawi, M. M. (2009). Teaching Science through Designing Technology. *International Journal of Technology and Design Education*, 19(3), 269-287.

Sönmez, V. (1994). *Sosyal bilgiler öğretimi*. PEGEM.

Şahin, M. (2019). Korku, Kaygı ve Kaygı (Anksiyete) Bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117-135.

Taylor, S. (2019). The Psychology of Pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease. <https://cambridgescholars.com/product/978-1-5275-3959-4> adresinden alındı.

Tekdinçer, M. (2021). *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Yeni Tip Korona Virüse (COVID-19) Yakalanma Kaygısı İle Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Van: Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Tekerek, M., O. Ercan. M. S. Udum & K. Saman. (2012). Bilişim Teknolojileri Öğretmen Adaylarının Bilgisayar Öz-Yeterlikleri. *Turkish Journal of Education*, 1(2), 80-91.

Telli, S. G. ve D. Altun. (2020). Coronavirüs ve Çevrimiçi (online) Eğitimin Önlenemeyen Yükselişi.

Tezcan, M. (1996). *Eğitim Sosyolojisi (Sociology Of Education)*. Ankara: Bilim yayınları.

Tiftikçi, İ. (2020). *Covid- 19 Pandemi Sürecinin Acil Tıp Asistanlarının Eğitime ve İş Gerginliğine Etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Antalya: Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Tokgöz, M., B. Demiroğlu & Y. Aslan. (2015). Ortaokul Öğrencilerinin Serbest Zaman Tercihlerinin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi. *Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi*, 2(3), 29-44.

Torun-Kayabaşı, E. (2020). COVID-19'un Piyasalara ve Tüketici Davranışlarına Etkisi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 15-25.

Tsupros, N., R. Kohler & J. Hallinen. (2009). STEM Education in Southwestern Pennsylvania: Report of a Project to Identify the Missing Components. *Unpublished Report*. Pittsburgh, PA: Intermediate Unit, 1.

Türk, A., B. Ak Bingöl & R. Ak. (2020). Tarihsel Süreçte Yaşanan Pandemilerin Ekonomik ve Sosyal Etkileri. *Gaziantep University Journal of Social Sciences (Special Issue)*, 612- 632.

Türker, N., H. Ölçer ve A. Aydın. (2016). Yerel Halkın Serbest Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları: Safranbolu Örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(1), 49-62.

Türkçapar, H. (2004). Anksiyete Bozukluğu ve Depresyonun Tanısal İlişkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7(Ek 4), 12-16.

Türkmen, M., M. Kul., E. Genç ve M. Sarıkabak. (2013). Konaklama İşletmesi Yöneticilerinin Rekreasyon Algı ve Tutumlarının Değerlendirilmesi: Batı Karadeniz Bölgesi Örneği. *Electronic Turkish Studies*, 8(8), 2139-2152.

Tütüncü, Ö. ve İ. Aydın.(2014). Toplum ve Açık Hava Rekreasyon Faaliyetleri: ABD Örneği. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 25(1), 118-120.

Ulrich, W. (2008). Reflections On Reflective Practice (2/7): Applied Science and Expertise, Or The Art of Testing and Contesting Practical Claims. *Ulrich's Bimonthly*, (May-June, 2008), 1-20.

Ulutaş, A.E. (2019). *Serbest Zaman ve Rekreasyonun Mutluluk İle İlişkisi*. Ankara: (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

UNESCO. "Schoolreopening:Ensuringlearningcommunity.<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000373610> (2020d).

Webster, M. (2023). <https://www.merriam-webster.com/dictionary/natural%20science>, (Erişim Tarihi: 23.01.2023).

Wu, K. K., S. K. Chan ve T. M. Ma. (2005). Posttraumatic Stress, Anxiety, and Depression in Survivors of Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic*, 18(1), 39-42.

Wu, P. E., R. Styra and W. L. Gold. (2020). Mitigating the Psychological Effects of COVID-19 on Health Care Workers. *Cmaj*, 192(17), 459-460.

Xi, Y. (2020). Anxiety: a Concept Analysis. *Frontiers of Nursing*, 7(1), 9-12.

Xie, X., K. Siay. & F. Nah. (2020). COVID-19 Pandemic-Online Education in the New Normal and the Next Normal. *Journal of Information Tecnology Case and Aplication Research*, 22(3), 175-187.

Yağmur, Y. ve E. Tarcan-İçigen. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Süreci ve Rekreasyon Faaliyetlerinin İncelenmesi Üzerine Bir Çalışma. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 27(2), 227-242.

Yılmaz, M. (2020). *Uzaktan Eğitimin İyileştirilmesi: Salgın Kaynaklı Eğitim Krizini Aşmak için Öneriler*. (Politika Notu: 2020/12). İstanbul: İLKE İlim Kültür Eğitim Vakfı.

Yılmaz, M. Ç. & N. Uysal. (2021). Klinisyen Hemşirelerde COVID-19 Korkusu ve Mesleğe Bağlılık Düzeyinin Belirlenmesi. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 4(3), 316-325.

Yılmazsoy, B. & M. Kahraman. (2018). Uzaktan Eğitimde Sosyal Ağlar ve Öğreticinin Etkinliği. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 5-9.

Yirci, R. (2010). Avrupa Birliği Üyesi Ülkelerde Eğitim Denetimi Sistemlerinin Analizi ve Türkiye İçin Öneriler. *İkinci Uluslararası Katılımlı Eğitim Denetimi Kongresi Bildiriler Kitabı*.

Yürük-Bal, E. & H. Çelik. (2020). COVID-19 Salgını ile Mücadelede Hemşirenin Rolü. *Turkiye Klinikleri Journal of Nursing Sciences*, 12(2), 300-304.

Zimmerman, E. (1994). Concerns of Pre-Service Art Teachers and Those Who Prepare Them to Teach. *Art Education*, 47(5), 59-67.

T.C.
NIŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
ETİK KURULU KARAR SURETİ

Toplantı Tarihi : 29.08.2022

Toplantının Yeri: Nişantaşı Üniversitesi Toplantı Odası

Toplantı Sayısı : 2022/35

Toplantı Saati : 14:00

Gündem:

Gündem2. Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü öğrencisi Eren Yetim'in "Covi19 Pandemi Döneminde Karabük İlinde Öğretmenlerin Görev Yapan Beden Eğitimi Öğretmenleri ile Uygulamalı Bilimler Alanındaki Öğretmenlerin Psikolojik Sıkıntı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi" adlı çalışmasının görüşülmesi.

Kararlar:

Karar2. Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü öğrencisi Eren Yetim'in "Covi19 Pandemi Döneminde Karabük İlinde Öğretmenlerin Görev Yapan Beden Eğitimi Öğretmenleri ile Uygulamalı Bilimler Alanındaki Öğretmenlerin Psikolojik Sıkıntı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi" adlı çalışması görüşüldü. Yapılan görüşmede çalışmanın Üniversitemiz Etik Kurulu Yönergesi hükümleri gereğince etik ve bilimsel açıdan sakınca bulunmaması nedeniyle **uygunluğuna** oy birliği ile karar verildi.