



KAVRAMSAL MAKALE

**Kitlesel Etki Düzeyine Sahip Travmalar Açısından Korona Virüs Salgınının
Değerlendirilmesi**

Dilara BATI, Bağımsız Araştırmacı, e-posta: thelarawest@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1239-1737>

Doç. Dr. Füsün GÖKKAYA, Bağımsız Araştırmacı, e-posta: fusungokkaya@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9392-0724>

Öz

Travma kavramı, bireylerin bedensel ve ruhsal varlıklarını türlü biçimlerde sarsıntıya uğratan, yaralayan her türlü yaşanmış olayı adlandırabilmek için kullanılmaktadır. Kitlesel etki düzeyine sahip travmatik olaylar ve bir bireyin yaşadığı travmatik olay farklı olabilmektedir. Kitlesel etkiye sahip travmatik olaylar, bir ya da bir çok ülkeyi etkisi altına alabilmektedir. Bunun sonucunda, kitlesel etkiye sahip travmatik olayların sonuçları nesilden nesile aktarılan bir ruhsal sorun olarak ortaya çıkabilmektedir. Travmatik olaylar sadece bir birey için değil büyük toplumlar içinde sorun teşkil etmektedir. Örneğin, olağanüstü durumlar, silahlı çatışmalar, salgın hastalıklar ve terörizm toplumların halk sağlığı alt yapısını, sosyal dokusunu ve travma sonrası en çok ihtiyaç duyulan sistemleri bozabilmektedir. Kitlesel etki düzeyine sahip travmatik olaylar sonucunda bireylerde, travma sonrası stress bozukluğu, dissosiyatif bozukluklar, anksiyete bozuklukları, alkol ve madde kullanım bozukluğu ya da bağımlılığı ve pek çok ruhsal bozukluğun meydana gelebildiği gözlemlenmektedir. Bu çalışmanın amacı; Korona virüs pandemisinin travmatik özelliklerini kitlesel etki düzeyine sahip travmalar bağlamında değerlendirmek; pandeminin ortaya çıkardığı ruhsal sonuçlara yönelik bilimsel çalışmaları tarayarak bu sonuçları sunmak ve kitlesel etki düzeyine sahip geçmiş travmatik olayların sonuçları ile karşılaştırmaktır. Böylece kitlesel etkiye sahip travmaların olumsuz sonuçlarının etkisini azaltarak bireysel ve toplumsal ruh sağlığını koruyabilmek adına önlemler alınması açısından önerilerde bulunulabilmek hedeflenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Koronavirüs, Kitlesel Etki Düzeyinde Travma, Psikolojik Sonuçlar, Geleneksel Gözden Geçirme.

Makale Gönderme Tarihi: 02.04.2023

Makale Kabul Tarihi: 05.08.2023

Önerilen Atıf:

Batı, D. ve Gökaya, F. (2023). Kitlesel Etki Düzeyine Sahip Travmalar Açısından Korona Virüs Salgınının Değerlendirilmesi, *Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Dergisi*, 6(8): 1037-1052.



**Journal of Social, Humanities and
Administrative Sciences**

2023, 6(8): 1037-1052. DOI: [10.26677/TR1010.2023.1266](https://doi.org/10.26677/TR1010.2023.1266)

ISSN: 2667-422X Dergi web sayfası: www.sobibder.org



CONCEPTUAL PAPER

Evaluation of the Coronavirus Epidemic in Terms of Mass Effect Level Trauma

Dilara BATI, Independent Researcher, e-mail: thelarawest@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1239-1737>

Associate Prof. Dr. Füsün GÖKKAYA, Independent Researcher, e-mail: fusungokkaya@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9392-0724>

Abstract

The concept of trauma, it is used to name all kinds of lived events that shake and injure the physical and spiritual beings of individuals in various ways. Traumatic events with a mass effect level and the traumatic event experienced by an individual can be different. Traumatic events with mass effects, can affect one or more countries. To sum up, the consequences of traumatic events with massive impact may emerge as a mental problem between generations. Traumatic events pose a problem not only for an individual but also for large societies. For example, extraordinary situations, armed conflicts, epidemics and terrorism can disrupt the public health infrastructure, social fabric and systems that are most needed after trauma. And also, who experienced traumatic events with mass effect can have post-traumatic stress disorder, dissociative disorders, anxiety disorders, alcohol and substance use disorder or addiction, etc. The aim of this study is to evaluate the traumatic features of the Coronavirus pandemic within the context of traumas with mass impact, to present the psychological consequences brought about by the pandemic through scanning scientific studies, and to compare these results with the outcomes of past traumatic events with mass impact. Thus, the goal is to provide recommendations for taking measures to mitigate the negative consequences of traumas with mass impact in order to preserve individual and societal mental health.

Keywords: Coronavirus, Mass Impact Trauma, Psychological Consequences, Traditional Review.

Received: 02.04.2023

Accepted: 05.08.2023

Suggested Citation:

Bati, D. and Gökkaya, F. (2023). Evaluation of the Coronavirus Epidemic in Terms of Mass Effect Level Trauma, *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 6(8): 1037-1052.

GİRİŞ

Bireylerin bedensel ve ruhsal varlıklarını türlü biçimlerde sarsıntıya uğratan, yaralayan her türlü olay, travma olarak adlandırılmaktadır (Jones, 2007). Travmaya neden olan olayların hiç şüphesiz insanlık tarihi kadar eski bir olgu olduğu; bu türden olayların bireyleri, ölümlü oldukları gerçeği ile yüzleştirdiği ve yaşamın kontrol edilebilirliğini sorgulamalarına neden olduğu bilinmektedir (Çervatoğlu ve Geyran, 2000; Foa, 2006). Travmatik olaylar, bireylerin denetleme ve anlamlandırma duyularını, başa çıkma mekanizmalarını ve diğer canlılarla herhangi bir bağ kurmalarını olumsuz yönde etkilemekte ve bireylerin en uç seviyede çaresizlik ve dehşet yaşamalarına yol açmaktadır (Cardena vd., 2003). Psikolojik travma kavramı Birinci Dünya Savaşı ile ortaya atılmıştır. Tüm dünyayı etkisi altına alan ve çok sayıda insanın ölümü, yaralanması veya kaybolması ile sonuçlanan bu savaş, uluslararası nitelikte travmatik bir olay olarak dünya tarihinde yer edinirken, travmatik olayların, psikolojik etkilerinin daha anlaşılabilir olmasına sebep olmuştur (Norman, 1989). İkinci Dünya Savaşı'nın başlaması ile travmaya olan tıbbi ilgi yeniden artmıştır. Savaşta zorlayıcı durumlar yaşayan bireylerin, ruhsal çöküntü geçirebileceği ve etkisi altında kalınan çatışmanın şiddeti ile ruhsal bir bozukluk geliştirebilecekleri ilk kez kabul edilmiştir. Amerikalı psikiyatristler, akut ruhsal çöküntüye yönelik bireyi koruyacak, hızlı iyileşmeyi sağlayacak etmenlerin neler olabileceğini belirlemeyi amaç edinmişlerdir (O'Brien, 1990). İlk histeri çalışmalarında olduğu gibi, 'Muhabere Nevrozu' için de konuşma tedavisi temel yöntem olarak ele alınmış ve travmatik yaşantıya eşlik eden, üzüntü ve öfke duygularının azaltılabilmesi için 'Duygusal Boşalma' yöntemi uygulanmıştır (Ellis, 1980). Yapılan çalışmalar, savaşa maruz kalma ile travma sonrası oluşan ruhsal bozuklukların doğrudan ilişkili olduğunu göstermiş ve çalışmalar sonucunda 'Travma Sonrası Stres Bozukluğu' ana hatları ile belirlenmiştir (Gerson, 1992). Ansızın, genellikle birkaç dakika veya bir ya da birkaç saat gibi uzun süren olaylar, 1. tip ya da akut travmatik olaylar olarak adlandırılmaktadır (Terr, 1991). Tesadüfi veya doğal felaketler ile kasıtlı olarak bir insan tarafından gerçekleştirilmeyen durumlar bu gruba dahildir. Sürekli ve devamı gelen travmatik olaylar 2. tip travmatik olaylar olarak adlandırılmakta ve salgın hastalıklar, savaş, soykırım gibi olaylar bu gruba dahil edilmektedir.

Yaşanan her travmatik olayın, her bireyde aynı etki ve sonucu doğurmadığı bilinmektedir. Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Akut Stres Bozukluğu ve Uyum Bozukluğu gibi, travma sonrası ortaya çıkan birden fazla psikolojik bozukluk olabilmektedir (İzci ve Ünveren, 2017). Travma sonrasında bireylerde intihar, alkol-madde kötüye kullanımı veya bağımlılığı görülebilmekte (Breslau ve Davis, 1992); anksiyete bozuklukları, travma sonrası stres bozukluğu, dissosiyatif bozukluk meydana gelebilmektedir (Thompson, 2016). Travmatik olaylar esnasında ve sonrasında ortaya çıkan, çaresizlik, korku, öfke, utanç, suçluluk duygusu, öz saygıda düşüş, kimlik sorunları, depresif duygulanım travmanın duygusal etkileri arasında yer alırken, algı bozuklukları ve zorlayıcı zihinsel aktiviteler de travmanın sebep olduğu bilişsel tepkiler arasında yer almaktadır (Saul, 2014). Aynı zamanda özellikle savaş gibi travmatik olayların bilişsel kayıplara neden olduğu çapıtlı çalışmalarla ortaya konulmuştur (Volkan ve Hadjimarkou, 2019).

Travmatik olayların bir başkasının başına gelmesine şahitlik etme ya da kendi sevdiklerinin başına geldiğini öğrenme de en az o olayı deneyimlemek kadar travmatik etki yaratmaktadır (Smith vd., 1999; Tedstone ve Torrier, 2003). Yaşanan olayların travmaya dönüşmesinde bu olayın şiddeti, uygun olmayan çevre koşulları ve meydana geldiği ortamın belirleyici olduğu görülmektedir (Öztürk, 2017). Travmatik etkiler bireyseldir, ancak bu etki kimi zaman kitlesel bir çerçeve de yaşanmaktadır. Bunlar toplumsal travmalardır. Toplumsal travmalar geniş kitleler üzerinde derin etkiler bırakan olaylardır. Son yıllarda meydana gelen, dehşet uyandıran ve aynı zamanda kayıplara neden olan travmatik olayların bireysel etkilerinin yanı sıra, toplumsal rolünün de var olduğu görülmektedir (Yılmaz, 2017).

Dünya Sağlık Örgütü'nün (World Health Organization [WHO]) erişkinler üzerinde yürütmüş olduğu Dünya Ruh Sağlığı konulu araştırmalarında (WHO, 2021), erişkin bireylerin yaşamlarının herhangi bir anında kitlesel etki düzeyine sahip olan herhangi bir travmatik duruma maruz kalma oranının %9, kazalar ve yaralanmaların %36 ve ayrıca diğer tüm travmaların %41 olduğunu bildirilmiştir. Bütün travmalar ele alındığında, Dünya Ruh Sağlığı araştırmalarına katılan bireylerin %70'inin en az herhangi bir travmaya maruz kaldığı bir geçmişi olduğu bildirilmiştir (Audergon, 2004). Kitlesel travmaların, zengin ülkelere kıyasla, fakir ülkelerde on kat daha yüksek olduğu saptanmıştır (WHO, 2002; Harbom vd., 2008). Örneğin, 2007 yılında meydana gelen silahlı çatışma olaylarının %88'i yoksul ülkelerde olmuştur (UNHCR, 2011). Günümüzde küreselleşmenin etkisi ile, dijital teknoloji ağlarının ve kitle iletişim araçlarının gelişim göstermesi ve yaygınlaşmasıyla birlikte, savaş ve terörizmin etki sahası, geçmişe nazaran büyük ölçüde yayılmıştır (Morris, 2001). Dünya üzerindeki ülkelerin iç yaşantılarında meydana gelen yöresel çatışmalar, siber uzamda uluslararası bir problem haline gelerek, savaşların meydana çıkmasına ve ayrıca birçok terör faillerinin bu problemten faydalanarak, faaliyetlerini gerçekleştirmesine zemin hazırlamaktadır (Hudson, 2018). Kitlesel travmalardan olumsuz etkilenenler, yalnızca bu şiddetli olaylara tanıklık edenler ya da direkt olarak olayı deneyimleyen bireylerle sınırlı değildir. Olay sırasında acıya maruz kalan insanların aleni bir şekilde gösterilmesi ve toplumun içinde bulunduğu çaresiz durumların dramatize edilerek başka toplumlara lanse edilmesi gibi, toplumların ruh sağlığını derinden etkileyen medya paylaşımlarına maruz kalan insanlar da kitlesel travmaları dolaylı da olsa deneyimleyebilmektedir (Pfefferbaum, 2003). Bu süreç 'Travmatik Yaşantıların Domino Etkisi' denilmektedir (Derin ve Öztürk, 2020). Terör, savaş ve göç gibi, geniş kitleleri etkisi altında bırakan travmatik olaylar, kitlesel veya toplumsal travmaları meydana getirmekte ve aynı zamanda hem toplumsal hem de bireysel açıdan emniyet algısını zedelemekte ve kopukluğa uğratmaktadır (Derin ve Öztürk, 2019). Kitlesel travmalara maruz kalan bireylerin, travmaya ilişkin yanıtları birbiri ile benzerlik gösterebilmekte ve olaya ilişkin bağımlı değişkenlerden etkilenebilmekte, bireylerin yaşama biçimi ve alışkanlıklarına dair köklü bazı değişimler meydana getirmekte ve yaşamlarında dramatik bir şekilde değişim yaratmaktadır (Susser vd., 2006). Kısacası travmatik olay sonlansa dahi bireyler ve toplumlar üzerindeki maddi-manevi, ekonomik-psikolojik etkisi uzun yıllar devam etmektedir. Özellikle ortaya çıkan psikolojik sorunların süregiden sonuçlarının önlenmesi için kitlesel düzeydeki travmanın, olası psikolojik etkilerinin bilinmesi önemlidir.

Bu gözden geçirme çalışmasında öncelikle kitlesel etki düzeyine sahip bazı travmatik olaylar ile psikolojik etki ve sonuçlarını inceleyen araştırmalar ele alınacaktır. Daha sonra koronavirüs salgınının, sözü edilen kitlesel etki düzeyine sahip travmatik olaylara benzer psikolojik sonuçları çeşitli bilimsel çalışmalar ışığında özetlenecektir. Sonuç olarak kitlesel etki düzeyine sahip travmatik olaylarla ortaya çıkan olumsuz psikolojik sonuçlarla koronavirüs salgınıyla ortaya çıkan psikolojik sorunlar karşılaştırılacaktır. Bu bağlamda amaç, koronavirüs salgınının yarattığı olumsuz psikolojik sonuçlara dikkat çekmek ve salgın bittikten sonra toplumlarda devam edecek psikolojik sorunların etkisinin devam ettiğine vurgu yaparak bu olumsuz sonuçların ortadan kaldırılması için yapılması gerekenler saptanmaya çalışılacaktır. Böylece kanun koyucular ve klinisyenler, psikiyatristler, okul psikologları gibi, akıl sağlığı alanında çalışan uzmanların konu hakkında dikkatlerinin çekileceği umut edilmektedir. Çalışmanın koruyucu ve önleyici akıl sağlığı hizmetleri açısından toplumların refahı için alınabilecek önlemlere ışık tutması umut edilmektedir. Bu çalışma geleneksel bir derleme çalışmasıdır. Bu tür derleme çalışmaları belirli bir konuda yayınlanmış birden fazla çalışmayı inceleyerek bu çalışmaların bulgu ve sonuçlarını sentezler. Alanında uzman kişilerce yapılan bu çalışmalar özel bir yöntem izlenmeden yürütülür ve farklı kaynaklardan yararlanılır (Karaçam, 2013). Bu çalışma yapılırken Koronavirüs ile ilgili çalışmalar Google Scholar, Science Direct gibi veri tabanlarından 2020-2023

yıllarını kapsayan çalışmalar incelenmiş ve konuyla ilişkili bulunan makalelerden yararlanılmıştır. Ayrıca çeşitli kitaplara başvurulmuştur. Öncelikli olarak Koronavirüs, kitlesel etki düzeyinde travma, psikolojik sonuçlar, Coronavirus, mass impact trauma, psychological consequences anahtar kelimeleri kullanılmış, daha sonra bu kelimeler detaylandırılarak taramaya devam edilmiştir (Örneğin, İspanyol gribi).

Bundan sonraki bölümlerde kitlesel etki düzeyine sahip travmatik olaylardan olan terör olayları, göçler, ve salgın hastalıkların en belirginlerinde bahsedilecek ardından bunların psikolojik sonuçları hakkında bilgiler ve araştırmalar sunulacaktır. Kitlesel bir etkiye sahip olan Koronavirüs Pandemisinin de ciddi bir travmatik olay olduğu ve tüm dünyayı etkisi altına aldığı bilinen bir gerçektir. Her ne kadar Dünya Sağlık Örgütü pandeminin bittiğini ilan etmiş olsa da (World Health Organization, 2023) salgının etkileri devam etmektedir. Bunun sebeplerinden biri aşıların bilinmeyen yan etkileri ve bireylerin aşıların olumsuz etkilerinden endişe duymalarıdır (Chen vd., 2021). Ayrıca sosyal izolasyon ve uzaktan eğitim gibi önlemlerinde olumsuz sonuçlarının ilerleyen yıllarda ortaya çıkacağı ifade edilmektedir (Ahmet ve Atıcı, 2020). Bu nedenle son olarak koronavirüsün olumsuz psikolojik sonuçlarına değinilerek bu sonuçlarla baş edebilmek için çeşitli öneriler verilecektir.

Terör Olayları ve Göçlerin Travmatik Sonuçları

Geçmişten günümüze travmatik olay denildiğinde ilk akla gelen terör saldırıları olmuştur. Terör, güç kullanarak meydana getirdiği korku ortamını ve bu ortamı meydana getiren şiddet eylemlerinin isim bulmuş halidir (Akça, 2014). Geniş kitlelere yayılan ve insanlar üzerinde korku etkisi ile bilinen terör olgusunun en ses getireni 11 Eylül (2001) saldırılarıdır. Bu saldırı bir dizi terör olayı ile kitlesel etki yaratmaya neden olmuştur (Akçay ve Çelenay, 2012). 15 Kasım 2003 tarihinde İstanbul'da bulunan iki sinogaga yönelik gerçekleştirilen intihar saldırıları ve buna ek olarak gerçekleştirilen 20 Kasım 2003 tarihli Taksim'deki İngiliz Konsolosluğu ve Levent'teki HSBC Bankasına düzenlenen terör saldırıları Türkiye'de önemli ölçüde baş göstermiştir (Kılıçcioğlu, 2006). Akabinde Dünya'nın dört bir yanında terör faaliyetleri devam ederken Madrid'de (2004) tren garına terör saldırısı meydana gelmiş ve Avrupa'nın en trajik terör saldırısı olarak hafızalarda uzun süre yerini korumuştur. Daha olay hafızalardan silinmemişken Londra (2005) saldırısı ile dünya yeniden bir terör saldırısına daha şahitlik etmiş ve uzun yıllar etkisinde kalmıştır (Ovalı, 2006). Bu saldırılar sonrasında, travma mağduru bireylerde, daha önceki durumlarına göre kaygı, depresyon ve stres belirtileri (Rubin vd., 2005; Misra vd., 2005; Derrick vd., 2004); anksiyete, madde kullanımı, depresyon ve TSSB (Clohessy ve Ehlers, 1999; Karam vd., 1996), gelişiminin tetiklendiği saptanmış, (Farfel vd., 2008) 21. yüzyılın en büyük tehdidi olarak, terör saldırıları küresel bir boyut kazanmıştır (Güloğlu ve Karırmak, 2013).

Terör olaylarına ek olarak, toplumları derinden sarsan, kümülatif bir süreci kapsayan bir başka travmatik olayda göçtür (Selimbeyoğlu, 2022). Göç, hem bireysel, hem toplumsal, ruhsal ve kültürel boyutlara ve sonuçlara sahip olan yer değiştirme hareketlerinin genel adıdır (Derin, 2020). Göçün, bireylerin içinde bulundukları konuma göre farklı türleri vardır ve dinamik bir yapıya sahiptir. İnsanların yaşadıkları bölgede uğradıkları saldırı, işkence, zulüm ve baskıdan kaçınabilmek göçün nedenleri arasındadır. Bazen göçler sadece bu nedenlere bağlı kalmayıp, doğal afetler, kıtlık, zorlu yaşam koşulları ve savaşlar nedeniyle de ortaya çıkmaktadır (Barnes, 2001; Gün, 2006). Zorunlu göçe bağlı sığınma hareketleri, dünya tarihinde sürekli olarak görülmektedir (Buz, 2004).

Zorunlu göçe bağlı sığınma hareketinin bir örneğinde Suriye'den Türkiye'ye yapılan göç olmuştur. Suriye Savaşı ardından (2011), 4.809.787 milyon Suriyelinin ülkesinden Türkiye'ye göç ettiği, Türk halkının o yıllarda Suriyeli göçmenleri yardıma muhtaç, evinden barkından kopmuş

bir millet olarak benimsediği görülmüştür (Karataş, 2020). Avrupa'ya göç etmeye çalışan, göçe bağlı travmatik yaşantıları deneyimleyen, en zayıf grubun çocuk ve ergenler olduğu, yeni yaşam alanlarında, sosyo-kültürel ve psikolojik bağlamda birçok sorunla karşı karşıya geldikleri (Karataş, 2019), duygusal, fiziksel ve hatta cinsel travmatik olaylar başta olmak üzere ciddi travmalar yaşadıkları (Hebebrand vd., 2016), buna ek olarak psiko-somatik semptomlar, uyku problemleri, kabuslar, gelecek kaygısı, güvensizlik duygusu, benlik çatışması, davranım bozuklukları, kekemelik, kaygı bozuklukları, depresyon, enüresiz, somatik bozukluklar ve TSSB görüldüğü saptanmıştır (Cadoret, 2005; Bozdağ, 2015; UNHCR, 2017). Terör, çatışma, savaş gibi ruhsal sağlığı olumsuz yönde etkileyen olaylar nedeniyle ülkelerini terk etmek zorunda kalan bireylerde, hem göçün travmatik bir doğası olması hem de kendi ülkelerinden ayrılmasına sebep olan olumsuz olaylardan dolayı başta TSSB olmak üzere dissosiyatif bozuklukları da içine alan birçok psikopatoloji meydana geldiği saptanmıştır (Aichberger, 2015). İç savaşlar nedeniyle en çok göç eden uluslardan biri Afganlardır ve 2001 sonrasında da Afganistan halkının yoğun bir göç dalgası yaşanmıştır (Geyik, 2018). Uzun yıllar kıtlık, açlık, iç savaşlar ve doğal afetler nedeniyle zor zamanlar yaşayan Somali halkı sömürgecilik yıllarından bağımsızlığa geçtikten sonrada pek çok zorluk yaşamıştır. Bu siyasi, ekonomik ve kültürel yıkımlar Somalilerin zor yollarla göçüne neden olmuştur (Bingöl, 2013). Afgan ve Somali halkının da göç ettiği ülkelerde benzer psikolojik sorunlar yaşadıkları saptanmıştır (Kahraman ve Ali, 2021; Karataş ve Obayd, 2021). Bu sonuçlar hem terör hem de göç olaylarından sonra bu durumlara maruz kalan bireylerin benzer psikolojik sorunlar yaşadıklarını göstermektedir. (Candansayar, 2002; Akdeniz ve Öz, 2009; Babaoğlu, 2013). Savaş ve göçler diğer ülke halkalarının tanıklıkları nedeniyle onları da derinden etkileyerek kitlesel bir etki ortaya çıkarmaktadır. Benzer şekilde salgın hastalıklarda bu etkileri ortaya çıkarır. Bundan sonraki bölümde salgın hastalıklar ve psikolojik etkilerine değinilecektir.

Salgın Hastalıklar ve Travmatik Sonuçları

İnsanlığın maruz kaldığı travmalardan birisi de salgın hastalıklardır (Ekiz vd., 2020). Salgın hastalıklar uzun yıllardır süregelen, imparatorlukları çökerten, orduları yıkıma uğratan ve geniş kitlelerin psikolojilerinde derin tahribata yol açan travmatik olgulardır (McNeill, 1985). Bazı bölgelerdeki sağlıksız yaşam koşulları, kıtlıklar ve doğal felaketler dolayısıyla salgın hastalıklar türemiş ve milyonlarca insanın ölümüne sebep olmuştur (Kılıç, 2004). Tarihsel süreçte kara veba, kolera, İspanyol gribi, Hong Kong gribi domuz gribi, AIDS/HIV ve son olarak Koronavirüs pandemi olarak ilan edilmiştir (Tekin, 2021). 14. yüzyılda 40 milyondan fazla insanın ölümüne yol açan 'Kara Ölüm' olarak da tabir edilen veba salgını, o dönemlerdeki yetersiz tıp kaynaklarından dolayı Avrupalılar tarafından 'Tanrının Cezası' olarak adlandırılmıştır (Roberts, 2010: 202). Veba salgınından sonra 19. yüzyılda küresel bir tehdit haline gelen yeni bir salgın olan ve kaynağı Hindistan bölgesi olan kolera salgını baş göstermiştir (Ayar, 2007). Kolera salgınının yayılması, o dönemde Hintlilerce kutsal sayılan her yıl düzenledikleri kutlamalar neticesinde gerçekleşmiştir. Hintlerin toplu bir şekilde Ganj nehrinde günahlarından arınmak amacıyla yıkanmaları sebebiyle salgın hızla yayılmıştır. Ayrıca 1817 yılına kadar Hindistan'da yerel bir salgın olarak devam eden kolera, İngilizlerin burada hem ticari hem askeri olarak bulunmaları ile tüm dünyaya yayılmış, kısa sürede Japonya ve Çin'e kadar ulaşmıştır (McNeill, 1985). Osmanlı topraklarına ilk olarak kolera salgını 1822 yılında uğramış ve Basra Körfezinden Akdeniz sahillerine kadar yayılım göstermiş, o zamanlar başkent olan İstanbul'da ilk defa bu salgınla 1831 yılında tanışmış ve kısa sürede binlerce insanın ölümüne yol açmıştır (Ayar, 2007). Kırım Savaşı sebebi ile Trabzon şehri kolera salgını ile bir kez daha karşı karşıya gelmiş, en çok etkilenen kesimde fakir kasabalar olmuştur (Spiegel, 1997). Tüm Dünya'yı derinden sarsan bir başka salgın hastalık İspanyol gribi olarak anılan grip salgınıdır. Amerika'nın Kansas City şehrinde 1918

yılında ortaya çıkan hastalık 50 milyon civarında ölüme neden olmuş tüm Avrupa'ya ve Osmanlı Devletine de ulaşmıştır (Cheng, ve Leung, 2007; Byerly ve Carol, 2010; Yolun, 2012). İlk kez 1968 yılında Hong Kong'da birden fazla virüsün biraraya gelerek farklı bir virüse dönüşmesi sonucu ile ortaya çıkan Hong Kong gribi çok sayıda ölüme neden olmuş ülkeleri ekonomik ve psikolojik olarak etkilemiştir. SARS 2000'li yıllarda başlamış ve 37 ülkeye yayılmıştır. Domuz gribi 2009 yılında başlamış çok sayıda ölüme neden olarak diğer salgınların benzer sonuçlarını yaratmıştır (Tekin, 2021). HIV/AIDS ilk kez ilk kez Kongo Demokratik Cumhuriyetinde ortaya çıkmış günümüze kadar milyonlarca kişiyi etkilemiş küresel bir salgın haline gelmiştir. 1976'da Kongo Demokratik Cumhuriyeti'nde tanımlanan HIV/AIDS, 1981'den beri 36 milyondan fazla insanı yok etmiştir (20). 2017 yılı içinde yaklaşık 1.8 milyon kişinin HIV enfeksiyonuna yakalandığı, toplam 36.9 milyon HIV ile enfekte kişi bulunduğu ve 940 bin kişinin AIDS ile ilişkili hastalıklar nedeni ile öldüğü belirtilmektedir (Parıldar, 2020).

Salgın hastalıkların, bireylerde tipik travma semptomları ortaya çıkardığı, şok, inkâr ve şaşkınlık gibi belirtilerin gözlemlendiği saptanmıştır (Bullman vd., 1987). Salgın hastalıklar tıbbi bir fenomen olmanın yanı sıra, yalnızca bireyleri değil, toplumları da kitlesel düzeyde etkisi altına alan sosyal bir olgudur ve salgına bağlı risk faktörlerinin şu anı etkilediği gibi, geleceği de etkileyip, umut ve güven gibi duygularını da zedeleyebileceği görülmektedir (Thunstrom vd., 2020). Bahsi geçen salgın hastalıklar damgalanmaya, hastalanma korkusuna neden olmakta, hastalıktan korunmak için yapılan izolasyon uygulamaları kaygı, depresyon, öfke ve kontrol kaybı duygusuna neden olmaktadır (Lewis vd., 1999; Davies ve Rees, 2000). Koronavirüs pandemisi de benzer sonuçları ile kitlesel etki düzeyine sahip travmatik olaylar arasındaki yerini almıştır. Bundan sonraki bölümde Koronavirüs salgını ve psikolojik etkilerinden bahsedilecektir.

Koronavirüs Salgını ve Psikolojik Etkileri

Kovid-19 virüsü, beta-korana virüs ailesi içinde yer alan bir virüs türüdür ve ilk olarak 2019 yılında Çin'in Wuhan kentinde tanılanmıştır. Hızla yayılan bu virüs tüm dünyayı etkisi altına alarak, evrensel bir salgın olarak ilan edilmiştir (WHO, 2020). Koronavirüs bireylerde yalnızca fiziksel hasarlara yol açmakla kalmayıp, ruhsal sağlığı da önemli ölçüde etkileyerek akut ve uzun süreli etkiler meydana getirmiştir. Ayrıca koronavirüsün bilişsel de bir dizi sıkıntıya yol açabileceği beklenmektedir. Korona virüs salgını, toplumsal düzeni derinden etkilemek ile beraber, korku ve belirsizliklerin hâkim olduğu evrensel bir kriz haline gelmiştir. Virüsün gözle görülememesi, çıkış nedeninin tam anlamı ile bilinmemesi ve herkesi etkileyebilme yönünün olmasıyla küresel bir travma olarak dünya tarihindeki yerini almıştır.

Taylor (2019) 'Pandeminin Psikolojisi' adlı kitabında kitlesel ölçekteki salgın hastalıkların, beş ana psikososyal sonuç meydana getirdiğine dikkat çekmiştir. Öncelikle, salgının bulaşıcı ve ölüm riski taşımasının bireylerde panik duygusunu tetikleyerek, alışverişi yönlendirdiğini ve zorlu günler için stok yaptıklarını ifade etmiştir. Daha sonra, virüsün ortaya çıktığı bölgede ki insanlara karşı, diğer bireylerin dışlayıcı ve damgalayıcı tutumlar sergilediğini ve bunlarında insanlarda stres yarattığını belirtmiştir. Üçüncü olarak, bireylerin hastalığa yakalanma korkusu ile sağlık sistemlerini gereksiz meşgul ettiklerini vurgulamıştır. Ayrıca, salgından etkilenmemek ve bulaş riskini azaltmak için uygulanan sosyal izolasyon, mesafe kuralı ve evden çıkamama gibi durumlarında, bireylerde tahammül seviyesini azaltarak depresyona girmelerine neden olduğunu belirtmiştir. Son olarak, salgınla ilgili gerçek olmayan asılsız iddiaların ve komplo teorilerinin de bireylerde, gereksiz yere korku ve paniğe yol açtığına dikkat çekmiştir (Taylor, 2019). Salgından sonra artık dünyanın eskisi gibi olmayacağı, pek çok şeyin değiştiği yenisünya düzeninin geleceği konusundaki söylemlerin artması ile ekonomik, sosyal ve psikolojik süreçlerinde zedelendiği düşünülmektedir (Özaty ve Sak, 2020).

Hastalığın önlenmesi için ülkeler çeşitli önlemler almışlardır. Bunların bazıları sosyal izolasyon, online eğitim, evden çalışma iken bazıları da hijyen kurallarına uyum için yoğun önlemlerin alınmasıdır (Şarlak, 2021). Bu evrensel salgına dair başlıca önlem olan sosyal izolasyonun, bireylerde yaşama biçimi ve alışkanlıklarına dair köklü bazı değişimler meydana getirdiği ve yaşamlarında dramatik bir şekilde değişim yarattığı belirlenmiştir; bu değişimlerin en önemlisi, bütün hayatın 'online sistem' üzerinden idame ettirilmesi olmuştur. Zorunlu izolasyon, sosyal ilişkilerde azalma yaratmış, bireylerde yalnızlık duygusunu tetiklemiş ve aynı zamanda henüz enfekte olmayan bireylerde dahi ruhsal bozukluk semptomlarının görülmesine neden olmuştur (Rubin vd., 2020; Wang vd., 2020). Sosyal izolasyon sebebi ile yaşanmayan sosyal ilişkilerin eksikliğinin, bireylerde psikolojik iyi oluşu olumsuz etkilediği belirtilmektedir (Holt ve Lunstad, 2007). Yürütülen çalışmaların ortak sonuçları incelendiğinde, eve kapanmanın bireylerde depresyon, yalnızlık, ekonomik kaygı ve sağlık endişesi yarattığı saptanmıştır (Reger vd., 2020; Thunström vd., 2020). Salgın sürecinde sosyal izolasyonun her ne kadar bulaş riskini minimize ettiği gözlenirse de ciddi psikolojik ve toplumsal sorunlara yol açtığı ve eş zamanlı olarak, aile içi şiddet ve alkol kullanımını da artırdığı gözlenmiştir (Ergüven vd., 2020; Zheng, 2020).

İzolasyon dışında hastalığın yayılması ve etkisi ile ilgili haber alma ihtiyacı, işini kaybetme riski, hastalığın ölümle sonuçlanması, hastalık öncesinde ruhsal probleme sahip olma, farklı yaş ve cinsiyet gruplarında ya da azınlık grubunda olma gibi durumlar hastalığın psikolojik etkilerini arttırmıştır. Bu faktörlere göre Koronavirüsün ruhsal etkilerine anlamaya yönelik yapılan çalışmaların bazıları aşağıya yer almaktadır.

Kovid-19 pandemisinin bireylerde merak duyma ve haber alma isteğini artırdığı düşünülmektedir. Ayrıca sürekli haber izlemenin bireylerde stres düzeylerini artırdığına vurgu yapılsa da salgın hakkında doğru bilgiye ulaşamamasında medyanın büyük bir rolü olduğu düşünülmektedir (Karadağ, 2020). Virüsün geniş kitleler üzerinde yayılması ve yaşamı derinden etkilemesi sonucu alınan karantina önlemleri kararlarının, bireylerde önemli derecede suçluluk, öfke, korku, anksiyete ve depresyon yarattığı belirtilmektedir (Brooks vd., 2020). Özellikle 20 yaş altı ve 65 yaş üstü bireylerin risk grubu olarak gösterilmesi ve sokağa çıkma yasağı uygulamasının bu yaş gruplarında akut psikolojik ve duygusal problemler yaşama riskini artırdığı gözlenmiştir (Daoust, 2020).

Bireyler Kovid-19 sürecinde, işlerini veya sevdikleri somut bir şeyleri kaybetmeseler dahi, kendileri için önemli olan hayali nesnelerini (sosyallik, özgürlük gibi) kaybetmişelerdir. Bu kayıp imgesel nesneleri ile birlikte bireyler toplumsal rollerini, benliklerini, bazı duygularını ve kimliklerini de kaybederek, onlar için yas tutma sürecine girmişlerdir (Cesur, 2017). Diğer bir deyişle, kişiler toplumsal travmalar ile birçok kayıp yaşamakta ve ortaklaşa bir matem süreci içine girmektedir. Yapılan çalışmalar, Kovid-19 süresince ergenlerin daha yüksek depresyon semptomu gösterdiğine dikkat çekmektedir (Kong vd., 2020; Wang vd., 2020). Bu durumun nedeni, ergenlerin sağlıklı bir şekilde yas tutamadıkları ve kayıp nesnelerinin ne olduğunun farkında olmadıklarıdır (Islam vd., 2020). Öte yandan, salgın sürecinde Çin'de yürütülen bir araştırma da boşanmış ve dul bireylerin, azınlık konumunda olanların, 18 yaş altı ve 50 yaş üstü bireylerin salgın sürecinde daha fazla psikotik semptomlar, fobik anksiyete, obsesif kompulsif belirtiler ve kişilerarası duyarlılık gösterdikleri saptanmıştır (Tian vd., 2020). Ayrıca, risk grubunda olan ve ölüm korkusu yaşayan yaşlı insanların daha ciddi psikolojik semptom geliştirdikleri gözlenmiştir (Chen vd., 2020). Benzer çalışmalarda salgından olumsuz anlamda daha çok etkilenecek bireylerin yaşlılar, kadınlar, gençler, göçmenler ve öğrenciler olduğu saptanmıştır (Qiu vd., 2020). Ayrıca, evsiz insanların ve hapisteki bireylerin de ailesinin ya da yakın akrabalarının salgına yakalanmalarının, bireylerde kaygıyı tetiklediği ve artırdığı belirtilmiştir (Cao vd., 2020). Daha yeni tarihli bir çalışmada kadınların erkeklerden daha fazla

Koronavirüs fobisi yaşayıp daha fazla strese ve kaygıya sahip olduğu bulunmuştur. Bu çalışmadagençlerin yaşlılardan daha fazla koronavirüs fobisi, stres ve kaygı yaşadığı görülürken aktivite yapanların yapmayanlardan stres, kaygı-ı ve koronavirüs fobisinin daha düşük olduğu bulunmuştur (Altuntaş vd., 2022).

Salgın öncesinde depresyon, bipolar bozukluk veya diğer ruhsal bozukluklar gibi zihinsel sağlık sorunları yaşayan bireyler için karantina önlemlerinin, halihazırdaki travmayı tetikleyeceği savunulmaktadır (Manuel ve Macagapal, 2020). İngiltere’de yapılan bir çalışmada bireyler, pandemi başladığından bu yana yüksek kaygı ve korku yaşadıklarını bildirmiştir (Apcaso, 2020). Bunu da pandemi süresince tıbbi hizmet ve müdahalenin yetersiz olmasına bağlayan katılımcıların %34’ü Kovid-19 nedeni ile ruh sağlığı ilaçlarına, %47’si psikososyal desteğe erişimde gecikme yaşadıklarını bildirmiştir. Bu çalışmanın bulguları katılımcıların, %9’unun psikolojik yardıma ihtiyaç duyduklarını göstermiştir (Apcaso, 2020). Bireylerin pandemi döneminde neden ruh sağlığı sorunları ile karşı karşıya kaldıklarını inceleyen Robinson (2020), Kovid-19’un ortaya çıkardığı belirsizliğin bireylerde büyük kaygılara neden olduğunu bildirmiştir. Koronavirüsün kolay bulaşması ölümlerin artması ve tedavi hakkında bilgi eksikliği bireylerin koronavirüs fobisi geliştirmesine neden olmuştur (Ahors vd., 2020; Lee vd., 2020; Zorlu vd., 2020). Bunların dışında Kıbrıs gibi geçmiş yaşantılarında çeşitli travmalar yaşamış bazı ülkelerin hızlı önlemler alarak hastalığın ülkede yayılımını büyük ölçüde kontrol altına aldığını ve psikolojik, fiziksel ve ekonomik olumsuz sonuçların yaşanmasında başarılı olduklarını söylemek mümkündür (Volkan ve Volkan, 2020).

Anlaşılabacağı üzere Kovid-19 dünyadaki bütün travmatik olaylar kadar etkili ve sarsıcı etkilere sahiptir (Cullen vd., 2020). Sonuç olarak, küresel bir sorun halini alan salgın hastalıkların yalnızca günümüzde değil, yüzyıllar öncesinde de kitlesel bir kriz olduğunu söylemek mümkündür. Salgın hastalıkların hızla yayılım göstermesi bireylerde panik yaratarak, birçok psikolojik soruna yol açabilmektedir. Salgın hastalıkların ortaya çıkardığı psikolojik sorunlar, kitlesel etki düzeyine sahip diğer travmatik olaylara benzerlik gösterse pek çok açıdan da farklı olduğu düşünülmektedir. Bu etkiler sadece kısa dönemde değil uzaun vadede de etkilerini sürdürecektir. Bu nedenle bireylerin ve toplumların Koronavirüsün olumsuz psikolojik etkilerinin kısa ve uzun vadede en aza inebilmesi için alınması gereken önlemler olduğu düşünülmektedir. Tartışma bölümünde bu önlemlerden bahsedilecektir.

TARTIŞMA

Geçmişten günümüze salgın hastalıklarla baş etmede devletler birçok müdahale yöntemi geliştirmiştir. Ancak, geçmişte de olduğu gibi günümüzde de var olan Kovid-19 salgınına devletler çözüm yoluna çok geç ulaşmış ve hali hazırda birçok insan hayatını kaybetmiştir. Küresel bir kriz haline gelen Kovid-19 salgınının bireysel psikolojik sonuçlarının yanı sıra, tüm dünyada toplumları derinden sarsan birçok travmatik sonuçlara yol açtığı görülmektedir. Salgın nedeniyle meydana gelen travmatik deneyimlerin olumsuz sonuçlarından en fazla zarar görenlerin kadınlar, yaşlılar, çocuk ve ergenler ile sağlık çalışanları gibi yüksek risk altında bulunan bireyler olduğu söylenebilir (Cebbar, 2021). Dünya genelinde Koronavirüsle mücadelede tedavi, temel olarak hijyen önlemleri ile enfeksiyon kontrolü ve aşı tedavisi ile yürütülmeye çalışılmıştır (Dong vd., 2020; Wang vd., 2020). Psikososyal boyut henüz tam olarak dikkate alınmamıştır (Hatun vd., 2020). Kimlerin koronavirüs salgınından daha az etkilenecek çıktığına bakıldığında hayatın anlamı, travma sonrası büyüme gibi kavramlar ortaya çıkmaktadır. Salgın boyunca hayatını anlamlı bulan, hobileri olan, evinde vakit geçirmeyi keyfe dönüştüren ve evde kalmayı bir fırsata çeviren, sosyal desteğe sahip kişilerin hastalıklara

başetmede daha yetkin olduğu saptanmıştır (Asmundson ve Taylor 2020, Garfin vd., 2020, Suryawanshi ve More 2020).

Travma sonrası büyüme, yaşanan travmatik deneyimler sonucunda, bireylerin travma sonrasında olumlu bir bakış açısı kazanması olarak tanımlanabilir (Tedeschi ve Calhoun, 2004). Araştırmacılar, travma sonrası büyümenin ‘psikolojik sağlamlılık’ kavramı ile aynı olmadığını, travma sonrası büyümenin, psikopatolojiden korunmak değil de, yaşanan travmadan aslında nasıl olumlu bir anlam çıkarıldığını savunmaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 2004). Yapılan bir araştırma da, Koronavirüs pandemisinin etkileri incelenmiş ve özellikle ‘travma sonrası büyüme’ ve ‘psikolojik sağlamlılık’ parametreleri değerlendirilmiştir. Araştırmada katılımcıların pandemi öncesi ve sonrası arasındaki travmatik belirti düzeyleri karşılaştırılmıştır. Bazı kişilerde, psikolojik dayanıklılığa bağlı olarak belirtilerde kötüleşme olmadığı, hatta kısmi olarak iyileşme olduğu, bazı bireylerde ise travma sonrası büyümenin görüldüğü tespit edilmiştir (Bilge ve Bilge, 2021). Bu iki parametre arasındaki ilişkiler incelendiğinde ise, psikolojik sağlamlılığın, travma sonrası büyümeye bir engel olduğu gözlenmiş, buna bağlı olarakta, travmatik olayın etkisini azalttığı, bireyin kısmi olarak travmatize olduğu ya da hiç travmatize olmadığı saptanmıştır (Bilge ve Bilge, 2021).

Travmatik olaylar sonrasında çeşitli ülkelerde yapılan psikososyal çalışmaların ve aileye yönelik eğitim ve tedavi programlarının etkililiği kanıtlanmış olup ülkemizde uygulanabilecek sistematik bir psikoeğitsel çalışmaya ulaşılamamıştır (Emel vd., 2021). Türkiye’de Pandemi boyunca hastalığın psikolojik etkilerini azaltabilmek için bazı kamu kurum ve kuruluşları çeşitli faaliyetler yürütmüş olsa da kimilerinin çalışmaları oldukça yeterli bulunmuşken bazılarının yetersiz bulunmuştur. Bu süreçte en başarılı bulunan kurum Sağlık Bakanlığı ve sağlık çalışanları iken ikinci sırada MEB gelmektedir. Diyanet İşleri Başkanlığı, YÖK ve çeşitli STK’ların çalışmaları yetersiz bulunmuştur (Kaplan vd., 2020). Koronavirüsün olumsuz psikolojik etkilerinin önlenmesi, özellikle çeşitli risk gruplarında (çocuk, yaşlı, engelli, psikiyatrik tanısı olan bireyler gibi) elzemdir. Bunu yapabilmek için multidisipliner bir yaklaşımla çevirim içi hizmet platformlarını da kullanarak psikoeğitim faaliyetleri ve terapi çalışmaları uygulanarak müdahale stratejileri geliştirilmesi önerilmektedir (Tian vd., 2020). Özellikle sıklıkla yaşanan ruhsal sağlık sorunlarına yönelik (kaygı, panik fobi gibi) hazırlanacak tedavi planlarının uygun olacağı düşünülmektedir (Lima vd., 2020; Asmundson ve Taylor, 2020).

Özetle Koronavirüs salgını, benzer travmatik olaylar (savaş, göç gibi) gibi kitlesel etki düzeyine sahip bir olaya dönüşmüştür. Hastalığın ekonomik, sağlık, eğitim gibi olumsuz etkilerinin yanında psikolojik birçok olumsuz çıktısı bulunmaktadır. Kısa vadeli etkilerinin yanında uzun vadeli etkiler Koronavirüs Pandemi olmasa da devam edecektir. Bu nedenle hastalıkla mücadelede etkili olan bireysel faktörleri (psikolojik sağlamlık, hayatın anlamı gibi) desteklemenin yanında çeşitli psikososyal destek programları ve terapi stratejileri geliştirmenin gerekliliği göz ardı edilmemelidir.

KAYNAKÇA

Ahmet, T. U. N. Ç. ve Atici, F. Z. (2020). Dünyada ve Türkiye’de pandemilerle mücadele: risk ve kriz yönetimi bağlamında bir değerlendirme. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 329-362.

- Ahorsu, D. K., Lin, C. Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D. and Pakpour, A. H. (2020). The fear of COVID-19 scale: development and initial validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(3), 1537–1545.
- Aichberger, M. C. (2015). The Epidemiology of Post-traumatic Stress Disorder: A Focus on Refugee and Immigrant Populations. *Trauma and Migration* içinde (ss. 33-37). Springer, Cham.
- Akça, M. (2014). Terörizmin Kendine Özgü (SUI GENERIS) Niteliği: Kavramı Tanımlamada Metodoloji Sorunu, *İstanbul Barosu Dergisi*, 88(1), 15-63.
- Akçay, E. ve Çelenay, Ö. (2012). Terör ve Medya İlişisinin 2003 Yılında İstanbul'da Meydana Gelen Saldırıları Örneğiyle İncelenmesi, *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 2(1), 183-197.
- Ali, Z. B., ve Kahraman, S. Ö. (2021). Bir Zorunlu Göçten Diğerine Suriye'den Türkiye'ye Göç Eden Somaliler (2011-2013): Balıkesir Örneği. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(4), 55-73.
- Altuntaş, S. B., Başaran, Z., and Çakmak, G. (2022). Rekreatif etkinliklere katılan ve katılmayan bireylerin koronavirüs 19 fobisi, algılanan stres ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 51-61.
- Apcaso. (2020). Impact on Mental Health and Quality of Life in Time of COVID-19 for Young Key Populations and People Living with HIV in Asia and the Pacific. [Online] https://reliefweb.int/report/world/hiv-impact-mental-health-quality-life-time-covid-19?gclid=Cj0KCQjwiZqhBhCJARIsACHHEH8AN4P_mDV5l8oFeBwSu5GvrSgALoLfXSzIXSwEFuEXz7_HsPk0s2MaAtopEALw_wcB [Erişim Tarihi: 15.01.2023].
- Aslan, R. (2020). Kovid-19 Fizyoloji ve Psikolojiyi Nasıl Etkiliyor? *Ayrıntı Dergisi*, 8(88):47-53.
- Asmundson, G. J. G., and Taylor, S. (2020) Coronaphobia: Fear and the 2019-n CoV outbreak. *Journal of Anxiety Disorder*, 70:102196. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102196>
- Audergon, A. (2004). Collective trauma: The nightmare of history. *Psychotherapy and politics international*, 2(1):16-31.
- Bakal Ali, Z. ve Özözen Kahraman, S. (2021). Bir Zorunlu Göçten Diğerine Suriye'den Türkiye'ye Göç Eden Somaliler (2011-2013): Balıkesir Örneği, *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(Özel Sayı): 55-73 .
- Barnes, D. M. (2001). Mental health screening in a refugee population: A program report. *Journal of Immigrant Health*, 3(3):141-149.
- Bilge, Y., ve Bilge, Y. (2021). Travma Sonrası Büyüme Açısından Bir Risk Faktörü Olarak Psikolojik Sağlık: Koronavirüs Salgını Örneği. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(2), 312-325.
- Bingöl, O. (2013). Somali'de barış ve kalkınma sürecinde Türkiye'nin rolü. *Gazi Akademik Bakış*, (13), 81-106.
- Bozdağ, F. (2015). *İç Göç Yaşamış ve Yaşamamış Ergenlerin Benlik Kurguları, Uyum Sorunları ve Başa Çıkma Tarzları*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Breslau, N. and Davis, G. C. (1992). Posttraumatic Stress Disorder in An Urban Population of Young Adults: Risk Factors for Chronicity, *American Journal of Psychiatry*, 149(5):671–675.
- Buz, S. (2004). *Zorunlu Çıkış Zorlu Kabul: Mültecilik*. Ankara: Sığınmacılar ve Göçmenlerle Dayanışma Derneği Yayınları.

- Byerly, C. R. (2010). The U.S. Military and The Influenza Pandemic of 1918-1919, *Public Health Reports*, 125(Suppl 3): 82-91.
- Candansayar, S. (2002). Terörizm ve Psikiyatri, (Editör) Güzel, C.: Silinen Yüzler Karşısında Terör içinde (ss. 374-414) Ankara: Ayraç Yayınevi.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J. and Zheng, J. (2020). The Psychological Impact of The Covid-19 Epidemic on College Students in China, *Psychiatry Research*, 287, 112934.
- Cardena, E. and Carlson, E. B. (2011). Acute Stress Disorder Revisited, *Annual Review of Clinical Psychology*, 7(1):245-267.
- Cebbar, E. (2021). Psikologlarda psikolojik dayanıklılığın; ikincil travmatik stres, somatizasyon ve tükenmişlik ile ilişkisinin incelenmesi (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Cervatoğlu-Geyran, P. (2000). Psikolojik Travma ve Sonuçları: Tarihsel Arka Plan ve Güncel Kavramlar Üzerine Gözden Geçirme. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 8(1):9-12.
- Cheng, K. W. E. and Leung, P. (2007). What happened in China during the 1918 influenza pandemic? *International Journal of Infectious Diseases*, 11(4):360-364.
- Clohessy, S. and Ehlers, A. (1999). PTSD Symptoms, Response to Intrusive Memories and Coping in Ambulance Service Workers, *British Journal of Clinical Psychology*, 38(3):251-265.
- Cullen, W., Gulati, G. and Kelly, B. D. (2020). Mental Health in the Covid-19 Pandemic. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(5):311-312.
- Daoust, J. F. (2020). Elderly People and Responses to COVID-19 in 27 Countries. *PloS One*, 15(7): e0235590.
- Davies, H. R., and Rees, J. (2000). Psychological effects of source isolation nursing (1): Mood disturbance. *Nursing Standard*, 14(28), 35-38.
- Derin, G. ve Öztürk, E. (2019). Adli Bilimler Açısından Uluslararası Güvenlik ve Terör: Psikotraumatojik Bir Yaklaşım. II. Türk Adli Bilimler Kongresi ve X. Adli Tıp Çalıştayı Kongre Bildiri Kitabı, 130-148.
- Dong, L., Hu, S., and Gao, J. (2020). Discovering drugs to treat coronavirus disease 2019 (COVID19). *Drug Discoveries & Therapeutics*, 14(1), 58-60.
- Ellis, J. (1980). *The Sharp End: The Fighting Man in World War II*. Scribner. (No Title).
- Emel, G., Turhan, Z. ve Tanhan, A. (2021). Koronavirus salgın sürecinde ve afet dönemlerinde psikolojik destek hizmeti: aile-odaklı psikolojik müdahale programı. *Avrasya Sosyal Ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 8(4), 203-222.
- Farfel, M., DiGrande, L., Brackbill, R., Prann, A., Cone, J., Friedman, S. and Thorpe, L. (2008). An Overview of 9/11 Experiences and Respiratory and Mental Health Conditions Among World Trade Center Health Registry Enrollees, *Journal of Urban Health*, 85(6):880-909.
- Garfin, D. R., Silver, R. C., and Holman, E. A. (2020) The novel coronavirus (COVID-2019) outbreak: Amplification of public health consequences by media exposure. *Health Psychology*, 39:355-357.
- Gersons, B. P. and Carlier, I. V. (1992). Post-traumatic Stress Disorder: The History of A Recent Concept, *The British Journal of Psychiatry*, 161(6):742-748.
- Geyik, S. (2018). Göç ve Afganlar: "istikrarlı mülteciler". *Göç Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 128-159..

- Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö. (2013). Güneydoğu Gazilerinde Travma Sonrası Stres Bozukluğu Gelişimi, *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14(3):237-244.
- Gün, Z. (2006). Psikolojide, Göç Çalışmalarındaki Metodolojik Problemler ve Çözüm Önerileri, *Türk Psikoloji Bülteni*, 12(38):27-41.
- Harbom, L., Melander, E. and Wallensteen, P. (2008). Dyadic Dimensions of Armed Conflict, 1946—2007, *Journal of Peace Research*, 45(5):697-710.
- Hatun, O., Dicle, A. N. ve Demirci, İ. (2020). Koronavirüs salgınının psikolojik yansımaları ve salgınla başa çıkma. *Turkish Studies*, 15(4), 531-554.
- Hebebrand, J., Anagnostopoulos, D., Eliez, S., Linse, H., Pejovic-Milovancevic, M. and Klasen, H. (2016). A First Assessment of The Needs of Young Refugees Arriving in Europe: What Mental Health Professionals Need to Know, *European Child & Adolescent Psychiatry*, 25(1):1-6.
- Hudson, R. A. (2018). *Who Becomes a Terrorist and Why?: The Psychology and Sociology of Terrorism*. Simon and Schuster. NY.
- Islam, M. A., Barna, S. D., Raihan, H., Khan, M. N. A. and Hossain, M. T. (2020). Depression and Anxiety Among University Students During the COVID-19 Pandemic in Bangladesh: A Web-Based Cross-Sectional Survey, *PloS One*, 15(8):e0238162.
- İzci, F. ve Ünveren, G. (2017). Travma Sonrası Stres Bozukluğunda Bilişsel Davranışçı Terapi ve Göz Hareketleri ile Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme, *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 6(1):31-38.
- Janoff-Bulman, R. and Timko, C. (1987). Coping with Traumatic Life Events. *Coping with negative life events* içinde (ss. 135-159). Boston: Springer.
- Jones, E. and Wessely, S. (2007). A Paradigm Shift in the Conceptualization of Psychological Trauma in The 20th Century, *Journal of Anxiety Disorders*, 21(2):164-175.
- Kaplan, H., Sevinç, K. ve İşbilen, N. (2020). Doğal afetleri anlamlandırma ve başa çıkma: Covid-19 salgını üzerine bir araştırma. *Turkish Studies*, 15(4), 579-598.
- Karaçam, Z. (2013). Sistematiik derleme metodolojisi: Sistematiik derleme hazırlamak için bir rehber. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 6(1), 26-33.
- Karatas, İ. (2020). Türkiye'nin Vatandaşlık Politikalarının Öteki Algısındaki Rolünü Suriyeli Mülteciler Üzerinden Düşünmek, *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (50):17-42.
- Karataş, Z. (2020). COVID-19 Pandemisinin toplumsal etkileri, değişim ve güçlenme. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 3-17.
- Kılıçcioğlu, F. E. (2006). 15 Kasım 2003 Sinagolar-20 Kasım 2003 HSBC ve İngiliz Konsoloslugu Saldırılarının Terör Bağlamında İrdelenmesi, Terörün Görüntüleri, Görüntülerin Terörü içinde (ss. 129-144), Orhan Gökçe ve Uğur Demiray (ed.), Konya: Çizgi Kitabevi.
- Lee, S. A., Mathis, A. A., Jobe, M. C., and Pappalardo, E. A. (2020). Clinically significant fear and anxiety of COVID-19: A psychometric examination of the Coronavirus Anxiety Scale. *Psychiatry Research*, 290, 113112. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113112>
- Lewis, A. M., Gammon, J., and Hosein, I. (1999). The pros and cons of isolation and containment. *Journal of Hospital Infection*, 43(1), 19-23.
- Lima, C. K. T., Carvalho, P. M. M., Lima, I. A. A. S, Nunes, J.V. A. O., Saraiva, J. S., de Souza, R. I., da Silva, C. G. L., and Neto, M. L. R. (2020). The emotional impact of Coronavirus 2019-nCoV

(new Coronavirus disease). *Psychiatry Research*, 287:112915.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112915>

Macapagal, P. M. (2020). COVID-19: Psychological impact. *African J Biol and Med Res*, 3:182-87.

Norman, M. (1989). *These Good Men: Friendships Forged from War*. Crown.

O'Brien, T. O. (1990). How to Tell a True War Story, The Things They Carried, Boston, 80-95. *American Psychiatric Association*. (1952). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM-I*. Washington, DC.

Obayd, A. J. ve Karatas, A. (2021). Afganistan'da Göç Hareketliliğinin Neden ve Sonuçları, *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, 1(50):75-91.

Ovalı, A. Ş. (2006). Ütopya ile Pratik Arasında: Uluslararası İlişkilerde İnsan Güvenliği Kavramsallaştırması, *Uluslararası İlişkiler Dergisi*, 3(10):3-52.

Öztürk, E. (2017). *Travma ve Dissosiyasyon: Dissosiyatif Kimlik Bozukluğunun Psikoterapisi ve Aile Dinamikleri*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi.

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

Pfefferbaum, B (2003). Victims of terror and the media. Silke A. Terrorists, Victims and Society içinde (ss. 175-187). England: John Wiley and Sons.

Reger, M. A., Stanley, I. H. and Joiner, T. E. (2020). Suicide Mortality and Coronavirus Disease 2019—A Perfect Storm? *JAMA Psychiatry*, 77(11):1093-1094.

Rubin, G. J., Potts, H. W. W. and Michie, S. (2010). The Impact of Communications About Swine Flu (Influenza A H1N1v) on Public Responses to the Outbreak: Results From 36 National Telephone Surveys in the UK, *Health Technology Assessment*, 14(34):183-266.

Selimbeyoğlu, E. (2022). Göç Sürecine Travma Perspektifinden Bir Bakış. *Toplumsal Politika Dergisi*, 3(1), 1-11.

Smith, M. Y., Redd, W. H., Peyser, C. and Vogl, D. (1999). Post-traumatic Stress Disorder in Cancer: A Review. *Psycho-Oncology: Journal of the Psychological, Social and Behavioral Dimensions of Cancer*, 8(6):521-537.

Suryawanshi, R., and More, V. (2020) A study of effect of corona virus Covid-19 and lock down on human psychology of Pune City region. *Studies in Indian Place Names*, 40:984-994.

Susser, E., Schwartz, S., Morabia, A. and Bromet, E. J. (2006). *Psychiatric Epidemiology: Searching For The Causes of Mental Disorders*. New York: Oxford University Press.

Şarlak, D. (Ed.). (2021). *Covid-19 Pandemi Psikolojisi*. İstanbul: Eğitim Yayınevi.

Tarhan N. (2020). *Koronaşobi, Hayatı Kısıtlıyor*. [Online] <https://npistanbul.com/koronavirus/prof-dr-nevzat-tarhan-koronaşobi-hayati-kisitliyor> [Erişim Tarihi: 10.12.2022].

Taylor S. (2019) *The Psychology of Pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease*. Newcastle upon Tyne, Cambridge Scholars Publishing.

Tedeschi, R. G., and Calhoun, L. G. (2004). A clinical approach to posttraumatic growth. *Positive Psychology in Practice*, 405-419.

Tedstone, J. E. and Tarrier, N. (2003). Posttraumatic Stress Disorder Following Medical Illness and Treatment. *Clinical Psychology Review*, 23(3):409-448.

Tekin, A. (2021). Tarihten Günümüze Epidemiler, Pandemiler ve Ekonomik Sonuçları. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 40, 330-355.

Terr, L. C. (1991). Acute responses to external events and posttraumatic stress disorders. In M. Lewis (Ed.), *Child and adolescent psychiatry: A comprehensive textbook* (pp. 755–763). Williams & Wilkins Co.

Thompson, N. (2016). *Güç ve Güçlendirme*. (Çeviren editörü, Cankurtaran, Ö.) Ankara: Nika Yayınevi.

Thunström, L., Newbold, S., Finnoff, D., Ashworth, M. and Shogren, J. (2020). The Benefits and Costs of Using Social Distancing to Flatten the Curve for COVID-19, *Journal of Benefit-Cost Analysis*, 11(2):179-195.

Tian, F., Li, H., Tian, S., Yang, J., Shao, J. and Tian, C. (2020). Psychological Symptoms of Ordinary Chinese Citizens Based on Scl-90 During the Level I Emergency Response to Covid-19. *Psychiatry Research*, 288,:112992. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112992>.

UNHCR (The Un Refugee Agency), (2017). Teaching about Refugees [Online] <http://www.unhcr.org/pages/4ab346796.html> > [Erişim Tarihi: 10.02.2023].

Volkan, E., and Hadjimarkou, M. M. (2019). Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy. Advance online publication. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000527>.

Volkan, E., and Volkan, E. (2020). Under the COVID-19 lockdown: Rapid review about the unique case of North Cyprus. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy*, 12(5), 539.

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S. and Ho, R. C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors During the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (Covid-19) Epidemic Among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5):1729.

Wang, D., Hu, B., Hu, C., Zhu, F., Liu, X., Zhang, J., Wang, B., Xiang, H., Cheng, Z., Xiong, Y., Zhao, Y., Li, Y., Wang, X. and Peng, Z. (2020). Clinical characteristics of 138 hospitalized patients with 2019 novel coronavirus–infected pneumonia in Wuhan, China. *JAMA*, 323(11), 1061–1069.

World Health Organization. (2002). *Injury: A Leading Cause of The Global Burden of Disease: 2000*. World Health Organization.

World Health Organization. (2023). Statement on the fifteenth meeting of the IHR (2005) Emergency Committee on the COVID-19 pandemic. Retrieved from [https://www.who.int/news/item/05-05-2023-statement-on-the-fifteenth-meeting-of-the-international-health-regulations-\(2005\)-emergency-committee-regarding-the-coronavirus-disease-\(covid-19\)-pandemic](https://www.who.int/news/item/05-05-2023-statement-on-the-fifteenth-meeting-of-the-international-health-regulations-(2005)-emergency-committee-regarding-the-coronavirus-disease-(covid-19)-pandemic)

Zheng, S., Fan, J., Yu, F., Feng, B., Lou, B., Zou, Q., Xie, G., Lin, S., Wang, R., Yang, X., Chen, W., Wang, Q., Zhang, D. F., Liu, Y., Gong, R., Ma, Z., Lu, S., Xiao, Y., Gu, Y., and Liang, T. (2020). Viral Load Dynamics and Disease Severity in Patients Infected With Sars-Cov-2 In Zhejiang Province, China, January-March 2020: Retrospective Cohort Study. *BMJ*:m1443.

Zorlu, M., Kiskac, N., and Kiskac, M. (2021). Phobia of COVID-19 on people who aged 18 and older. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 67, 1461-1465.