

## COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNİN AİLE ÜZERİNE ETKİSİ

### THE EFFECT OF THE COVID-19 PANDEMIA PROCESS ON THE FAMILY

Şeymanur ÇELİK<sup>1</sup>, Edanur ÇAK<sup>2</sup>

#### ÖZET

Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi olarak ilan edilen koronavirüs enfeksiyonu salgını 2019 yılının sonlarında Çin'de ortaya çıkmıştır. İçinde bulunduğumuz COVID-19 pandemi sürecinde salgını önlemek ve halk sağlığını koruyabilmek amacıyla Dünya Sağlık Örgütü'nün açıkladığı tedbirlerin yanı sıra ülke yönetimlerince planlanıp uygulanan seyahat kısıtlamaları, sosyal mesafe kuralı, sokağa çıkma yasağı, sosyal izolasyon, karantina, çalışma saatlerinde esneklik, uzaktan eğitim ve evden çalışma uygulaması insanların hayatında değişime neden olmuştur. "Evde Kal" ve "Hayat Eve Sığar" gibi çağrılarla kişiyi ve toplumu korumaya yönelik çeşitli önlemler alınmıştır. Genel olarak tüm bu önlemler, kısıtlamalar ve sokağa çıkma yasakları toplumu etkilemekle birlikte toplumun en küçük yapısı olan aile kurumunun işleyişinde ve aile bireylerinin rollerinde de değişikliklere sebep olmuştur. COVID-19 pandemi sürecinde aile üyeleri zamanının çoğunu evde geçirmek durumunda kalmış ve her yaş aile bireyi bu zorunluluktan etkilenmiştir. Aileler günlük hayatta maske kullanımı, sosyal mesafe, izolasyon ve karantina gibi zorluklarla baş etme ve bu yaşam düzenine alışma durumunda kalmıştır. COVID-19 enfeksiyonuna yakalanan aile bireylerinde diğer aile bireylerine bulaştırmayı önlemek amacıyla ev içi hijyenin etkinliğini ve devamlılığını sağlamak, fiziksel mesafeyi koruyabilmek, evde maske kullanmak gibi zorluklarla beraber, COVID-19 enfeksiyonu geçiren aile bireyinin vefatı, diğer aile bireylerinin de hastalanması, alınan önlemlerin alışılmış yaşam tarzına uymaması gibi nedenlerden dolayı pek çok ruhsal zorluk da yaşanmıştır. Yaşamı büyük oranda etkileyen ve böylesine tedbirler gerektiren zorlu ve stres yükü fazla olan sürecin toplumun en küçük birimi olan aile kurumunu nasıl etkilendiğinin ortaya konulması gerekmektedir.

Bu bağlamda bu çalışmada literatür doğrultusunda COVID-19 pandemi sürecinin ev ortamındaki aile hayatı, aile üyeleri üzerindeki etkileri ele alınacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Aile, covid-19, pandemi

#### ABSTRACT

The coronavirus infection epidemic, declared as a pandemic by the World Health Organization, emerged in China in late 2019. In addition to the measures announced by the World Health Organization in order to prevent the epidemic and protect public health during the COVID-19 pandemic process we are in, travel restrictions planned and implemented by the country's governments, social distance rule, curfew, social isolation, quarantine, flexibility in working hours, distance education and The practice of working from home has changed people's lives. Various measures have been taken to protect the individual and the society, with calls such as "Stay at Home" and "Life Comes Home". In general, all these measures, restrictions and curfews have affected the society, but have also caused changes in the functioning of the family institution, the smallest structure of the society, and the roles of family members. During the COVID-19 pandemic process, family members had to spend most of their time at home and family members of all ages were affected by this obligation. Families have had to cope with difficulties such as the use of masks, social distance, isolation and quarantine in daily life and get used to this life order. In order to prevent contamination of family members with COVID-19 infection to other family members, the death of the family member with COVID-19 infection, the sickness of other family members, along with difficulties such as ensuring the effectiveness and continuity of domestic hygiene, maintaining physical distance, using a mask at home, many mental difficulties were also experienced due to reasons such as not adapting to the lifestyle. It was necessary to reveal how the process, which affects life to a great extent and requires such measures, which is difficult and with a high stress burden, affects the family institution, the smallest unit of the society.

<sup>1</sup> Arş. Gör. Bayburt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Bayburt/ TÜRKİYE, symnrck@hotmail.com, ORCID: 0000000324751725

<sup>2</sup> Arş. Gör. Bayburt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Bayburt/ TÜRKİYE, csak\_95@hotmail.com, ORCID: 0000000270482311



In this context, in this study, in line with the literature, the effects of the COVID-19 pandemic process on family life and family members in the home environment will be discussed.

**Keywords:** Family, covid-19, pandemic

## GİRİŞ

Doğa hesaplanamayan güçlerini devamlı olarak insanoğluna hatırlatmaktadır. İnsanoğlunun içinde yaşadığı doğal çevre sürekli ve ansızın bir şekilde insanlık için tehlike oluşturan birçok salgın meydana getirmektedir (WHO, 2018; Aslan, 2020). Dünya Sağlık Örgütü Çin Ülke Ofisi, 31 Aralık 2019 tarihinde, Çin'in Vuhan şehrinde, o günlerde nedeni bilinmeyen, tedavi ve aşılarla cevap vermeyen zatürre vakaları bildirmiş ve 5 Ocak 2020 tarihinde ise SARS-CoV-2 olarak adlandırılan hastalığa daha önce insanlarda hiç görülmemiş yeni bir koronavirüsün neden olduğunu tanımlamıştır. Başlangıçta 2019- nCoV olarak belirtilen hastalık sonra COVID-19 olarak adlandırılmıştır. Çin'de görüldükten hemen sonra tüm dünyayı etkilemiş, salgın haline dönüşmüş ve 11 Mart 2020'de COVID-19 enfeksiyon salgını "pandemi" olarak ilan edilmiştir (Aslan, 2020; WHO, 2020a; Xu vd., 2020).

COVID-19 dünya çapında yayıldıkça çeşitli ülkelerde kullanılan ulusal sağlık sistemleri doğrultusunda izolasyona yönelik tedbirler alınmaya başlanmıştır. Çok fazla ülkede sosyal mesafeyi koruma ve evde kişisel izolasyon gibi önlemlerin gerçekleştirilmesi ile enfeksiyon yayılmasının büyük oranda önlenmesi amaçlanmıştır. Kamu ve özel sektörün çalışma biçimine evden çalışma, dönüşümlü mesai gibi esneklikler getirilmiş, tüm eğitim seviyelerinde uzaktan eğitime geçilmiş, toplantı, etkinlik, faaliyetler ertelenmiş veya iptal edilmiştir. (TÜBA, 2020). Yalnız, yapılan bu değişiklikler, alınan bu tedbirler bireysel ve toplumsal hayatın olağan akışını değiştirmiş, önemli yaşam farklılıklarına neden olmuş ve toplumun tüm bireylerini farklı şekillerde etkilemiştir (Akoğlu-Karaaslan, 2020). COVID-19 pandemi sürecinde Türkiye'de ve diğer ülkelerde insanların toplumsal şekilde hayatını evde sürdürmek durumunda kalması insanların sosyoekonomik hayatını, yakın ilişkilerini olumsuz yönde etkilenmiştir (Hatun vd., 2020). COVID-19 insanların fiziksel sağlığını etkilemekle birlikte toplumsal, ekonomik, politik ve ruhsal, psikolojik yönden yaşamı tehdit edici sonuçlar doğurmuştur (Akat-Karataş, 2020; Qiu vd., 2020).

Dünya genelinde COVID-19 salgını için elde olan tedavi, enfeksiyon kontrolü, doğru aşı ve etkili tedavi üzerine odaklanılmış, COVID-19 pandemi sürecinin psikososyal yönü üzerinde tam olarak durulmamış olmasına rağmen COVID-19 pandemi sürecinin özellikle psikolojik sorunlara yol açtığı çeşitli araştırmalarla ortaya koyulmuştur (Dong vd., 2020; Li vd., 2020; Stankovska vd., 2020; Wang vd., 2020). Wang ve arkadaşlarının (2020) Çin'de gerçekleştirdikleri araştırmaya göre pandemi süreci kişilerde orta ve şiddetli düzeyde psikolojik etkilere neden olmakta; insanlar depresyon, anksiyete ve stres yaşamaktadır. Lin (2020) çalışmasında COVID-19 pandemi sürecinin ayrımcılık, damgalanma ve kayıp gibi nedenlerin

psikososyal problemlere yol açtığını; bu süreçte insanların yüksek enfeksiyon ve ölüm oranı, hastalığa yakalanma, hızlı ve görünmez biçimde çevreye bulaştırma kaynaklı kişisel endişelerinin ve korkularının ortaya çıktığını belirtmiştir. Yapılan farklı çalışmalar COVID-19 korkusunun, hastalığın kişiye vereceği zararı artırabileceğini göstermektedir (Guan vd., 2020; Huang vd., 2020). COVID-19 pandemi sürecinde bireylerin kaygı düzeyinin arttığı da çeşitli araştırmalarda ortaya koyulmuştur (Çölgeçen ve Çölgeçen, 2020; Göksu ve Kumcağız, 2020; Memiş Doğan ve Düzel, 2020). Pandemi sürecinde artan korku ve kaygı düzeyleri ile kişiler COVID-19'a tepki verirken tam, doğru ve gerçekçi düşünemeyebilirler ve süreç sonunda önemli düzeyde duygusal zorluk ve sosyal işlev bozuklukları yaşayabilirler. Psikolojik etkiler bireyi ve toplumu sadece salgın sürecinde değil aynı zamanda salgının kontrol altına alındığı, hayatın normale döndüğü pandeminin çok sonrasını da uzun bir zaman etkileyebilmektedir (Cullen vd., 2020; Qiu vd., 2020). Tüm dünyada COVID-19'un yayılımını azaltmak ve tam bir hedefe ulaşabilmek amacıyla insanların kişisel endişeleri ve korkuları üzerinde daha fazla çalışılması gerekmektedir (Lin, 2020). Arden ve Chilcot (2020) bu kriz döneminin sağlıklı bir şekilde atlatılabilmesinin, büyük oranda COVID-19 pandemisinin psikolojik etkilerine, bu sürece insanların nasıl tepki verdiklerinin ve bu süreçle nasıl baş ettiklerinin anlaşılmasına yönelik araştırmaların gerçekleştirilmesine bağlı olduğunu ifade etmektedir.

Başta ruhsal, psikolojik, yaşamsal, sosyal olmak üzere çok yönlü fonksiyonları olan aile kurumunun kuşak devamlılığının sağlanması, psikolojik uyum gerçekleştirilmesi, eğlenme, sosyalleşme, eşler arası sevgi ve saygı, dinlenme gibi işlevleri mevcuttur (Yapıcı, 2010; Canatan-Yıldırım, 2011). Toplumsal ve travmatik bir olay olan COVID-19 pandemisi aile için zorlu ve stres yüklü bir süreçtir. Bu süreci ruh sağlığını ve yaşam kalitesini koruyarak, düzen içinde geçirmede aile fonksiyonları önemlidir (Koçak-Harmancı, 2020). COVID-19 pandemi süreci yasaklar, davranış değişiklikleri, konfor değişikliği nedeniyle bireylerin yanı sıra aile ilişkileri kapsamında farklı psikososyal zorlanmaları beraberinde getirmiş, aile ilişkilerini, aile bireylerinin rollerini etkilemektedir. COVID-19 pandemi sürecinde aile bireyleri sosyal mesafe, maske kullanımı, karantina, izolasyon gibi zorluklarla baş etmek zorunda kalmaktadır. COVID-19 enfeksiyonun yaşandığı aile bireylerinde diğer aile üyelerine bulaştırmayı önlemek için ev içi hijyeni sürdürmek, diğer aile üyeleri ile sosyal mesafeyi korumak gibi somut güçlüklerin yanında virüs ile enfekte olmuş aile bireyinin vefatı, diğer aile üyelerinin de enfekte olması, damgalanma gibi psikososyal zorluklar ortaya çıkmaktadır. Bakım yardımı alması gereken bireylerin, yaşlıların olduğu ailelerde uygun sağlık hizmeti bulmak zorlaşmaktadır. Tek başına yaşayan yüksek risk gruplu bireylere ailelerinin destek olma imkânı azalmakta ve



onları kaybetme kaygısı artmaktadır. Bu süreçte bir kayıp yaşandığında pandemi süreci kuralları gereği aileler normal yas dönemini yaşayamamakta, sosyal destek alamamakta ve dini ritüeller kısıtlı bir şekilde gerçekleştirilebilmektedir. Ebeveynlerin kayıp durumunu ailenin küçük üyelerine bildirmesi ve bu durumun neden olduğu kaygı ve korkunun giderilmesi konusunda psikolojik yükleri artmaktadır. Zamanında yaşanıp atlatılmayan yas süreci, yaşanan bu psikolojik unsurlar aile üyelerinde depresyon, karantinadan kurtulma düşünceleri, ani öfke patlamaları, intihar düşünceleri ve hatta girişimlerine kadar varabilen ruhsal sorunlara neden olmaktadır (Koçak-Harmanacı, 2020; Jörg, 2020; Yıldız vd., 2020).

Salgın süreçlerinde günlük yaşamın değişmesi sonucu başlayan alkol, madde ve ilaç kullanımı, stres faktörlerinin artması ve psikososyal ilişkilerin azalması aile içi şiddeti ortaya çıkarmakta veya artırmaktadır. Aile içi psikososyal, ekonomik, ilişkisel zorlukları olan ailelerde sorunlar daha büyümekte, ek sorunlar oluşmaya başlamaktadır (Catalá-Miñana vd., 2017). Sosyal izolasyon tedbirleri ve karantina ile beraber dünyanın farklı yerlerinden toplumda suç işleme düzeyinin düştüğünü fakat kadın odaklı ev içi şiddet olaylarının arttığını belirten ve bu konuda endişeleri ifade eden haberler ortaya çıkmaya başlamıştır (Godin, 2020; Toprak vd., 2020). Birleşmiş Milletler; Almanya, Birleşik Krallık, Fransa, Kıbrıs, ABD, Kanada, Singapur'da ev içi şiddet ile ilgili bildirimlerin arttığını raporlamıştır (Toprak vd., 2020). Yapılan bir çalışmada COVID-19' un ortaya çıktığı Wuhan şehrinde 2020 Şubat tarihinde ev içindeki şiddet olaylarının önceki yıla göre üç kat arttığı ve bu olayların %90'nın pandemi ile ilgili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (John vd., 2020). Çalışmalarda ev içi şiddet artışının Fransa'da %30, Brezilya'da %40, Arjantin'de %25, Singapur'da %33, ABD'de %35 oranında olduğu belirtilmiştir (John vd., 2020; Toprak vd., 2020). Usher ve arkadaşları (2020) çalışmalarında Avustralya'da sosyal izolasyon önlemleri ile beraber genel suç işleme düzeyinde %40 azalma olduğunu fakat polise ulaşan ev içi şiddet olaylarında %5 artış olduğunu ve Google'da şiddet için yardım amaçlı aramalarda %75 artış olduğunu bildirmişlerdir. Türkiye'de mesleki örgütler ve sivil toplum kuruluşları ilk COVID-19 enfeksiyonunun saptandığı 11 Mart 2020 tarihinden beri evde izolasyon ve sosyal mesafe mesajları ile birlikte kadına yönelik şiddetin arttığını bildirmiştir. Kadın Cınayetlerini Durduracağız Platformu'nun raporuna göre; COVID-19 önlemleri doğrultusunda geçmiş aylara göre başvuru numaralarını arayanların oranı nisan ayında %55, mayıs ayında %78 artmış; nisan ayında en çok cinsel şiddet, mayıs ayında ise en çok psikolojik şiddet sebebiyle başvuru olduğu ve en çok evli olduğu erkekten şiddet gören kadınların başvurduğu raporlanmıştır. Türkiye Kadın Dernekleri Federasyonu'nun bildirimine göre, 2020 Mart ayında bir önceki yıla göre psikolojik şiddet %93, fiziksel şiddet %80, sığınma evi talebi %78 düzeyinde artış göstermiştir. (Nisan 2020 Başvuru Karşılama Raporu ; Mayıs 2020 Başvuru Karşılama Raporu). Polis Akademisi Başkanlığı'nın COVID-19 pandemisi ve sonrasına dair hazırladığı raporda Türkiye'de

enfeksiyonla beraber aile içi şiddet olaylarında artış olduğu bildirilmiştir (İmga-Ayhan, 2020).

Salgından korunmak için en güvenli önlem olarak önerilen ev izolasyonunda çoğu insan için en güvenilir alan olan ev şiddete maruz kalan kadın, çocuk, yaşlı, engelli, göçmen ve yardıma muhtaç insanlar için en riskli yer olmaktadır. Pandemi sürecinde kadınlar şiddet uygulayan erkekler ile bir anda eve kapanmakta, istismar ve şiddetin arttığı bir sürece girmektedir (Toprak vd., 2020). Yine bu süreçte kadınlar şiddet ve istismar durumlarında destek mekanizmalarına ulaşamamakta ancak yalnız kaldıklarında yardım hatlarını arayabilmektedir (Koronavirüs Salgını Süresince Kadına Yönelik Şiddetle Mücadele İzleme Raporu, 2020). Ev içi şiddet yaşayan kadınlar COVID-19 bulaşması korkusu ile hastanelere başvurmadan çekindiklerini, sosyal izolasyon nedeni ile aile, arkadaş gibi sosyal destek sistemlerine erişemediklerini ve şiddetin ev içinde gizlendiğini belirtmektedir (Usher vd., 2020).

Başaran ve Aksoy (2020) yaptıkları çalışmada COVID-19 pandemisi sürecinde anne, baba ve çocukların psikolojik, sağlık ve teknoloji kullanımını kapsamında olumsuz yaşantılar edindiklerini ortaya koymuştur. Ueda ve arkadaşlarının (2020) yaptığı çalışmada ebeveynler bu süreçte çocukların aşırı ilgi istemeleri, COVID-19 sürecinin kendisi ve desteklerinin yetersiz olmasından dolayı eşleri nedeniyle öncelikle kendi streslerinin arttığını ifade etmiştir. Cluver ve arkadaşları (2020) yaptıkları çalışmada çocukların gelişim düzeylerine bağlı olarak ortaya çıkan ihtiyaçları sebebiyle ebeveynlerin çocuk kaynaklı stresinin COVID-19 pandemi sürecinde arttığını ifade etmiştir.

COVID-19 salgını sürecinde ev izolasyonu ve karantina ile birlikte, ev içindeki işlerin gerçekleştirilmesi ve iş bölümü konusundaki cinsiyet nedeni eşitsizlik durumunun arttığı görülmektedir. Eğitim kurumlarının, kreşlerin kapatılması ve uzaktan eğitime geçilmesi, dikkat edilmesi gereken temizlik tedbirlerinin artırılması, ev içinde hastalanan veya bakıma muhtaç bir bireyin bulunma durumunun artması, ev işleri için ek hizmet satın almanın durması gibi nedenlerle temizlik, yemek gibi ev işleri, çocukların ihtiyaçlarını karşılama ve eğitimi, hasta ve yaşlı bakımı gibi artan ev işi yükü kadınlara yüklenmektedir (Kızılırmak-Memiş, 2020).

Çocukların COVID-19 pandemi sürecinde etkinlik ve hareket alanlarının daralması, ebeveynlerinin tükenmişlikleri ve işlerini evden yürütme durumları, ailenin yaşadığı ekonomik güçlükler çocuklarda agresifleşme ve sinirlenme gibi yıkıcı davranış problemlerine neden olmaktadır. Çocuklar bu süreçte korku, belirsizlik, fiziksel ve sosyal soyutlama deneyimleri yaşamakta ve eğitimden uzun süre uzaklaşabilmektedir. Bu kapsamda özellikle çocukların hem kendi arzuları olmadan kısıtlandıkları için hem de erken gelişim çağında oldukları için bu toplumsal travmatik olaydan oldukça etkilendiğini söylemek mümkündür (Karakoç Demirkaya, 2020). Yapılan çeşitli çalışmalarda COVID-19 pandemisi sürecinde çocukların annelerine ve babalarına bağımlılığının arttığı, dikkat ve uyku sorunları, asabi olma durumlarını sık şekilde yaşadıkları (Jiao vd., 2020); çocukların depresyon



seviyelerinin yükseldiği (Altena vd., 2020; Xie vd., 2020); çocuk istismarının, annelerin ve babaların çocuklara yönelik streslerinin ve teknolojik cihazları kullanma düzeylerinin oldukça arttığı ortaya çıkmıştır (Cluver vd., 2020). Direkt COVID-19 bakımı içerisinde olan sağlık görevlileri ve çocukları için ise riskin daha fazla olduğu vurgulanmakta, sağlık görevlilerinin çocuklarının uzak kalma, ayrılma, COVID-19'a bulaşma veya anne-babalarını kaybetme endişesi ile baş etmeleri beklenmektedir (Holmes vd., 2020). İtalya'da COVID-19 bakımında çalışan sağlık görevlileri ve çocukları ile yapılan bir araştırmanın bulguları anne-babaları ile çocukların ifadeleri ile uyumlu olacak şekilde, çocukların yaklaşık üçte birinin travma sonrası stres bozukluğu yönünden yüksek risk altında olduğu sonucunu belirtmektedir (Davico vd., 2020).

Çalışmalar COVID-19 salgın sürecinde uygulanan sosyal izolasyonun, sokağa çıkma yasaklarının, okulların kapanmasının, çocukların arkadaşlarından ve doğal yaşam alanlarından uzaklaşmasının ve bunların yanı sıra bu süreçte yetişkinlerinde teknoloji araçlarını daha fazla kullanarak model olmasının bir sonucu olarak ebeveynler çocuklarının teknoloji bağımlılıklarının ortaya çıktığını veya arttığını belirtmiştir (Başaran-Aksoy, 2020; Cluver vd., 2020; Kırık-Özkoçak, 2020). Bu durum ise ailelerin teknoloji okuryazarlığı ve etkili aile etkileşimi uygulamaları konusunda eğitime ve desteğe ihtiyaç duyduklarını göstermektedir (Karakuş vd., 2014; Ertemel-Aydın, 2018).

Yapılan bir çalışmada COVID-19 pandemi sürecinde ebeveynlerin karşılaştığı sorunlardan birinin de eğitime ilgili olduğu görülmüştür. Çocukları ilkökula giden ebeveynler çocuklarının uzaktan eğitim programlarını takip etmekte zorlandıklarını ve çocukların uzaktan eğitimlerinin sürdürülmesi amacıyla kullanılan teknolojik cihazlarla çoğunlukla oyun oynama eyleminde bulduklarını belirtmişlerdir (Başaran-Aksoy, 2020). Uzaktan eğitim araçları öğrenim gören çocukların daha fazla televizyon, tablet veya telefon kullanmalarına sebep olmuştur. Çocukların yaşları küçüldükçe dijital uyarılara maruz kalmanın olumsuzluklarının arttığı çocuklarda öz denetimin yeterince olgunlaşmadığı ve gerek çocuklar gerekse ailelerin dijital okuryazarlık konusundaki bilgi ve beceri ihtiyaçlarının olduğu göz önüne alındığında ebeveynlerin çocuklarının uzaktan eğitim süreciyle ilgili olumsuz deneyimler yaşadığı söylenebilir (Karakuş vd., 2014). Bu olumsuzlukların yaşanmasında ailelerin sosyoekonomik düzeyi, çocukların gelişim özellikleri, ailelerin bilinçliliği gibi değişkenlerin oldukça etkili olduğu ve eğitim açısından COVID-19 pandemi sürecinin farklı bağlamlardaki çocuklar arasında eşitsizliği arttırabileceği söylenebilir.

Yapılan çalışmalarda COVID-19 pandemi sürecinin anne-baba ve çocuklar üzerindeki bir diğer olumsuz etkisi sağlık sorunları kategorisinde ebeveynler tarafından çocukların uyku ve beslenme düzensizlikleri olarak ifade edilmiştir. Uyku bozuklukları kapsamında ebeveynler çocukların geç saatlere kadar kendilerine eşlik ederek uyanık kaldıklarını ve bunun sonucu olarak çocukların sabahları geç ve düzensiz uyandıklarını ifade etmişlerdir. (Altena vd., 2020; Başaran-Aksoy, 2020; Jiao vd., 2020; Xie vd., 2020).

Ebeveynler öğün saatlerinin oldukça bozulduğunu, hareketsiz bir yaşamdan dolayı edinilen enerjinin yakılmadığını ifade etmişlerdir (Başaran-Aksoy, 2020; Jiao vd., 2020). 2011' de yapılan bir çalışmada Türkiye örneğinde ebeveynlerin evde çok fazla hareketli etkinlik düzenlemediklerine dair ifadeleri bireylerin fiziksel etkinlik düzeylerinin yetersiz olduğu sonucunu ortaya koymuştur (Erginöz vd., 2011) Ayrıca ev ortamı küçük çocukların hareket ihtiyacını karşılamak açısından yeterli imkânları karşılayamadığı gibi güvenlik açısından da uygun olmayabilir. Bu bakımdan araştırmacılar pandeminin çocukların sağlığı üzerindeki uzun vadeli etkilerinden birinin okul kapanışları ve sosyal izolasyon nedeniyle çocukluk obezitesi riskini arttırabileceğini ifade etmektedirler (Rundle vd., 2020; Van Lancker-Parolin, 2020). Bu sebepten COVID-19 pandemi sürecinin uzun sürmesi halinde ebeveynler tarafından belirtilen problemlerin arttırabileceği söylenebilir.

COVID-19 pandemisi sürecinin aile üzerine etkisi kapsamında bir diğer üzerinde durulması gereken nokta ise salgın dönemi ve bu dönemi kontrol altında tutmak için yapılan düzenlemelerin hamilelik süreci ve yeni doğan üzerindeki olası psikososyal etkileridir. Pandemi başlamadan önce Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan raporda dünya genelinde gebelerin yaklaşık %10'unun ve yeni doğum yapmış kadınların %13'ünün öncelikle depresyon olmak üzere farklı psikolojik sorunlar yaşamakta olduğu belirtilmiştir (WHO, 2020). Gebelik döneminde anneleri COVID-19 enfeksiyonu ile karşılaşmış bebekler ileriki zamanlarda ortaya çıkabilecek problemler yönünden göz önünde bulundurulmalı, pandemi döneminde gebe izlemeleri devam ettirilmeli ve psikolojik hizmetlere ulaşılabilirliğin sağlanması gerekmektedir (Zeng vd., 2020).

Annelerin ve babaların ilk 2019 yılında görülen ve tüm dünyayı etkisi altına alan COVID-19 pandemi sürecinde evdeki aile bireylerinin deneyimlerine ilişkin görüşlerini inceleyen Başaran ve Aksoy araştırmalarında COVID-19 pandemi sürecinin aile yaşantısı üzerinde olumlu bir etkisinin de olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmaya göre COVID-19 pandemi süreci aile içi iletişimi arttırmaktadır. Ebeveynler çocukları ile gerçekleştirdikleri etkinlik türlerinin ve buna bağlı olarak da çocukları ile geçirdikleri zamanın arttığını, bu süreci bir fırsat olarak değerlendirdiğini ifade etmiştir. Çalışmaya göre diğer bir olumlu sonuç ise babanın gerek çocukların aktivitelerine ve bakımına katılımının gerekse ev işlerinde sorumluluk alma düzeyinin arttığının görülmesidir (Başaran-Aksoy, 2020). Bu sonuç doğrultusunda babaların işten ve çalışmadan fırsat bulduğunda çocukları ile ilgilenmede daha uzun süre ve daha etkin rol alabilecekleri söylenebilir. Szabo ve arkadaşlarının (2020) yaptığı bir çalışma da ise COVID-19 pandemi sürecinde sürekli evde kalmanın sağladığı fiziksel beraberliğin aile üyeleri arasındaki bağları güçlendireceği, evin temizliğinin yapılması, yemeklerin hazırlanması gibi ortak değerleri inşa etmede fayda sağlayacağı belirtilmiştir. COVID-19 pandemi sürecinde evde kendilerini güvende hissettiği belirten katılımcılar ile gerçekleştirilen bir çalışmada aile etkileşimi ile ilgili olarak aile bireylerinin COVID-19 pandemisi boyunca birbirlerini desteklemeye,

birbirleri ile ilgilenmeye ve birbirleri ile uyumlu olmaya önem verdikleri ortaya koyulmuştur. Anne-baba görevleri ile ilgili olarak COVID-19 sürecinin çocuklara bağımsız birey olmayı öğrettiği sonucuna varılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin, duygusal ve finansal anlamda COVID-19 süresince destek ve yardım alabilecekleri arkadaşları olmasının ve COVID-19 pandemi döneminde sağlık hizmetlerinden yararlanacak ekonomik güce sahip olmanın önemli olduğu belirtilmiştir (Ergül-Yılmaz, 2020).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Geçmiş zamandan gelecek zamana varan salgın hastalıkların, geçmiş tarihlerde ve içinde bulunduğumuz anda yaşandığı gibi gelecekte de ortaya çıkması olasıdır. (WHO, 2018; Aslan, 2020). “Hayat sokakta!” sloganın hükmünü yitirdiği, “evin en güvenilir alan” olduğunun fark edildiği bir dönem başlayabilir. “Her salgın eski bir şeyleri siler, yeni bir hayat başlatır” düşüncesi COVID-19 pandemisi için de geçerlidir (Aslan, 2020). COVID-19 pandemi süreci anne ve babaların, çocukların aile hayatlarını olumlu ve olumsuz yönde etkilemiştir. Ancak literatür incelendiğinde COVID-19 pandemi sürecinin her bir aile bireyini nasıl etkilediği ve aile olgusunun bu süreci nasıl deneyimlediği konusu kapsamında yeterince çalışılmadığı görülmüştür. Aile üyelerini hangi değişkenlerin daha fazla etkilediği ve süreci ev ortamında aile ile birlikte geçirebilmek için başvurulan yöntemlere yönelik daha kapsamlı ve uzun süreli çalışmalar yapılmalıdır. Ailenin pandemi sürecinden nasıl etkilendiği ve bu süreçte baş etme mekanizmalarının anlaşılması; daha etkin ve işlevsel müdahale planlarının geliştirilmesi gerekir. COVID-19 pandemi sürecinde annelerin ve babaların aile ilişkileri, ev yönetimi ve çocuklarda davranış yönetimi ve aile içi iletişim konusunda olumsuzluklar yaşadığı göz önüne alındığında biyolojik aşı çalışmalarının yanı sıra bireyin dolayısıyla ailenin ve toplumun sağlığını korumaya yönelik; aile üyelerinin birbirlerine nasıl model olacaklarına ve bu süreçte davranışlarını nasıl kontrol edip düzenleyeceklerine yönelik gerekli destek, eğitim ve farkındalık oluşturma çalışmaları yapılmalıdır. Aile etkileşimi, kişiler arası iletişim ve anne-baba rolleri konusunda bilinçlendirme sağlanmalıdır. Sonu belli olmayan bu süreçte koruyucu sağlık hizmetlerinin, psikososyal destek hizmetlerinin etkinliğini, kapsamını artırmaya yönelik gerekli çalışmaların yapılması ve bu hizmetlere ulaşılabilirliğinin kolaylaştırılması gerekir. Bu hizmetler farklı disiplinlerin iş birliği ile ve aile yapılarına göre empatik yaklaşmak, sorunları ortaya çıkarmak, farkındalık artırmak, rehberlik etmek ve cesaretlendirmek yönünde yaklaşımlar ile düzenlenmelidir. COVID-19 pandemi sürecinde tüm bu hizmetleri, eğitimleri veren kişilerin gerekli bilgi düzeyine ve bu bilgiyi aktarabilme becerisine ulaşmış olması gerekir. Aile içi etkileşimi artırmak ve iletişimi sağlıklı kılmak için ev içinde oyunlar oynanabilir. Bu oyunlar aile üyelerinin hareketsizlikten doğan yorgunluğunu, mutsuzluğunu, gerilimi azaltabilir ve aile içi sosyalleşme sağlayabilir. Aile üyelerini bilgisayar, telefon oyunları bağımlısı olmaktan koruyarak ruhsal iyiliği sağlayabilir. Aile içi yardımlaşma ve iş birliği

gerçekleştirilerek toplumsal cinsiyet eşitsizliği giderilebilir ve bu konuda ailenin küçük bireylerinde farkındalık oluşturulabilir.

## Kaynakça

1. Akat, M. ve Karataş, K. (2020). *Psychological effects of COVID-19 Pandemic on society and its reflections on education*. Turkish Studies, 15(4): 1-13.
2. Akoğlu, G. ve Karaaslan, B.T. (2020). *COVID 19 ve izolasyon sürecinin çocuklar üzerindeki olası psikososyal etkileri*. İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 5(2): 99-103.
3. Altena, E., Baglioni, C., Espie, C.A., Ellis, J., Gavriloff, D., Holzinger, B. ve Riemann, D. (2020). *Dealing with sleep problems during home confinement due to the COVID-19 outbreak: practical recommendations from a task force of the European CBT-I Academy*. Journal of Sleep Research, 29(4).
4. Arden, M.A. ve Chilcot, J. (2020). *Health psychology and the coronavirus (COVID-19) global pandemic: A call for research*. British Journal of Health Psychology, 1-2.
5. Aslan, R. (2020). *Tarihten Günümüze Epidemiler, Pandemiler ve Covid-19*. Ayrıntı Dergisi, 8(65): 35-41.
6. Başaran, M. ve Aksoy, A.B. (2020). *Anne-Babaların Korona-Virüs (COVID-19) Salgını Sürecinde Aile Yaşantılarına İlişkin Görüşleri*. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 13(71): 668-678.
7. Canatan, K., Yıldırım, E. (2011). *Aile sosyolojisi*. İstanbul: Açılım Kitap.
8. Catalá-Miñana, M., Lila, A., Oliver, J., Vivo, L. ve Galiana, E.G. (2017). *Contextual factors related to alcohol abuse among intimate partner violence offenders*, *Subst. Use Misuse* 52(3): 294–302.
9. Cluver, L., Lacman, J.M., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., Blight, S., Hillis, S., Bachman, G., Yeşil, O., Butchart, A., Tomlinson, M., Ward, C.L., Doubt, J. ve McDonald, K. (2020). *Parenting in a time of COVID-19*. *Lancet*, 395:64
10. Cullen, W., Gulati, G. ve Kelly, B.D. (2020). *Mental health in the Covid-19 pandemic*. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(5): 311-312.
11. Çölgeçen, Y. ve Çölgeçen, H. (2020). *Covid-19 pandemisine bağlı yaşanan kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi: Türkiye örneği*. Turkish Studies, 15(4): 261-275.
12. Davico, C., Ghiggia, A., Marcotulli, D., Ricci, F., Amianto, F. ve Vitiello, B. (2020). *Psychological impact of the COVID-19 pandemic on adults and their children in Italy*. Preprints with The Lancet. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3576933>.



13. Dong, L., Hu, S. ve Gao, J. (2020). *Discovering drugs to treat coronavirus disease 2019 (COVID-19)*. Drug Discoveries & Therapeutics, 14(1): 58–60.
14. Erginöz, E., Alikashişoğlu, M., Ercan, O., Uysal, Ö., Ekici, B. ve Kaymak, D.B. (2011). *Türkiye'deki 11, 13, 15 yaşındaki okul çocuklarının fiziksel etkinlik düzeylerinin demografik özellikler, beslenme alışkanlıkları ve hareketsiz yaşam davranışlarıyla ilişkisi*. Türk Pediatri Arşivi. 46: 12–19.
15. Ergül, B. ve Yılmaz, V. (2020). *Covid-19 salgını süresince aile içi ilişkilerin doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmesi*. IBAD Sosyal Bilimler Dergisi, (Özel Sayı): 38-51.
16. Ertemel, A.E. ve Aydın, G. (2018). *Dijital ekonomide teknoloji bağımlılığı ve çözüm önerileri*. Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 5(4): 665-690.
17. Godin, M. (2020). *As Cities Around the World Go on Lockdown, Victims of Domestic Violence Look for a Way Out*, <https://time.com/5803887/coronavirus-domestic-violence-victims/> [9 Ocak 2021].
18. Göksu, Ö. ve Kumcağız, H. (2020). *Covid-19 salgınında bireylerde algılanan stres düzeyi ve kaygı düzeyleri*. Turkish Studies, 15(4): 463-479.
19. Guan, W., Ni, Z., Hu, Y., Liang, W., Ou, C., He, J., Liu, L., Shan, H., Lei, C., Hui, D.S.C., Du, B., Li, L., Zeng, G., Yuen, K., Chen, R., Tang, C., Wang, T., Chen, P., Xian, J., Li, S. vd (2020). *Clinical characteristics of coronavirus disease 2019 in China*. New England Journal of Medicine. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa2002032>
20. Hatun, O., Dicle, A.N. ve Demirci, İ. (2020). *Koronavirüs salgınının psikolojik yansımaları ve salgınla başa çıkma*. Turkish Studies, 15(4): 531-554.
21. Holmes, E.A., O'Connor, R., Perry, V.H. vd (2020). *Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science*. The Lancet Psychiatry, [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1).
22. Huang, J.Z., Han, M.F., Luo, T.D., Ren, A.K. ve Zhou, X.P. (2020). *Mental health survey of 230 medical staff in a tertiary infectious disease hospital for COVID-19*. Chinese journal of industrial hygiene and occupational diseases, 38 (3): 192-195.
23. İmga, O. ve Ayhan, U. (2020). *Kovid-19 Salgını ve Sonrası Devlet, Demokrasi ve Güvenlik*, <https://www.pa.edu.tr/Upload/editor/files/Kovid-19%20Devlet,%20Demokrasi%20ve%20G%C3%BCve%20nlik.pdf> [9 Ocak 2021].
24. Jiao, W.Y., Wang, L.N., Liu, J., Fang, S.F., Jiao, F.Y., Pettoello-Mantovani, M. ve Somekh, E. (2020). *Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic*. The Journal of Pediatrics, 221: 264-266.
25. John, N., Casey, S.E., Carin, G. ve McGovern, T. (2020). *Lessons Never Learned: Crisis and gender-based violence*. Developing World Bioethics. 20, 65-68.
26. Jörg, M.F., Benedetto, V., Paul, L.P. ve Vera, C. (2020). *Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality*. Child Adolesc Psychiatry Ment Health, (14), 20.
27. Karakoç Demirkaya, S. (2020). *Zorunlu göç ve çocuk ruh sağlığına etkileri*. Klinik Psikiyatri, 23, 5-6.
28. Karakuş, T., Çağıltay, K., Kaşıkçı, D., Kurşu, E. ve Ogan, C. (2014). *Türkiye ve Avrupa'daki çocukların internet alışkanlıkları ve güvenli internet kullanımı*. Eğitim ve Bilim, 39(171): 230-243.
29. Kırık, A.M. ve Özkoçak, V. (2020). *Yenidünya düzeni bağlamında sosyal medya ve yeni koronavirüs (Covid-19) pandemisi*. Sosyal Bilimler Dergisi, 45(1): 133-154.
30. Kızıllırmak, B. ve Memiş, E. (2020). *Covid-19 Krizi ve Ev içi Emeğe Etkileri*, <http://www.keig.org/covid-19-krizi-ve-ev-ici-emege-etkileri/> [9 Ocak 2021].
31. Koçak, Z. ve Harmancı, H. (2020). *Covid-19 pandemi sürecinde ailede ruh sağlığı*. Karatay Sosyal Araştırmalar Dergisi, (5): 183-207.
32. *Koronavirüs Salgını Süresince Kadına Yönelik Şiddetle Mücadele İzleme Raporu*, <https://morcati.org.tr/izleme-raporlari/koronavirus-salgini-suresince-kadina-yonelik-siddetle-mucadele-izleme-raporu/> [9 Ocak 2021].
33. Li, W., Yang, Y., Li, Z.H., Zhao, Y.J., Zhang, Q., Zhang, L., Cheung, T., Xiang, Y.T. (2020). *Progression of mental health services during the COVID-19 outbreak in China*. International Journal of Biological Sciences, 16(10): 1732-1738.
34. Lin, C.Y. (2020). *Social reaction toward the 2019 novel coronavirus (COVID-19)*. Social Health and Behavior, 3(1): 1–2.
35. *Mayıs 2020 Başvuru Karşılama Raporu*, <http://kadincinayetlerinidurduracagiz.net/aciklamalar/2918/mayis-2020-basvuru-karsilama-raporu>, [9 Ocak 2021].
36. Memiş Doğan, M. ve Düzel, B. (2020). *Covid-19 özelinde korku-kaygı düzeyleri*. Turkish Studies, 15(4): 739-752.
37. *Nisan 2020 Başvuru Karşılama Raporu*, <http://kadincinayetlerinidurduracagiz.net/aciklamalar/2912/nisan-2020-basvuru-karsilama-raporu>, [9 Ocak 2021].
38. Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., Xu, Y. (2020). *A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID 19 epidemic: implications and policy recommendations*. General Psychiatry, 33(2).



39. Rundle, A.G., Park, Y., Herbstman, J.B., Kinsey, E.W. ve Wang, Y.C. (2020). *COVID-19 related school closings and risk of weight gain among children*. Obesity, <https://doi.org/10.1002/oby.22813>.
40. Stankovska, G., Memedi, I. ve Dimitrovski, D. (2020). *Coronavirus COVID-19 disease, mental health and psychosocial support*. Society Register, 4(2): 33-48.
41. Szabo, T.G., Richling, S., Embry, D.D., Biglan, A. ve Wilson, K.G. (2020). *From helpless to hero: Promoting values-based behavior and positive family interaction in the midst of Covid-19*. Behavior Analysis in Practice, 1-9.
42. Toprak Ergöner, A., Biçen, E., Ersoy, G. (2020). *COVID-19 salgınında ev içi şiddet*. Bull Leg Med, 25:48-57.
43. TÜBA. (Türkiye Bilimler Akademisi) (2020). *COVID 19 pandemi değerlendirme raporu*. <http://www.tuba.gov.tr/files/images/2020/kovidraporu/Covid-19%20Raporu-Final+.pdf> [12 Ocak 2021].
44. Ueda, M., Stickley, A., Sueki, H. ve Matsubayashi, T. (2020). *Mental health status of the general population during the COVID-19 Pandemic: A cross-sectional national survey in Japan*. medRxiv, 1-24.
45. Usher, K., Bhullar, N., Durkin, J., Gyamfi, N. ve Jackson, D. (2020). *Family violence and COVID-19: Increased vulnerability and reduced options for support*. Int J Ment Health Nurs.
46. Van Lancker, W. ve Parolin, Z. (2020). *COVID-19, school closures, and child poverty: a social crisis in the making*. The Lancet Public Health, 5 (5): 243–244.
47. Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, CS. ve 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.
48. WHO (2018). *Managing epidemics: Key facts about major deadly diseases*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/managing-epidemics/en/> [10 Ocak 2021].
49. WHO (2020). *Maternal Mental Health*, [https://www.who.int/mental\\_health/maternal-child/maternal\\_mental\\_health/en/](https://www.who.int/mental_health/maternal-child/maternal_mental_health/en/) [10 Ocak 2021].
50. WHO (2020a). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19) Situation Report*, [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200312-sitrep-52-covid19.pdf?sfvrsn=e2bfc9c0\\_4](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200312-sitrep-52-covid19.pdf?sfvrsn=e2bfc9c0_4) [10 Ocak 2021].
51. Xie, X., Xue, Q., Zhou, Y., Zhu, K., Liu, Q., Zhang, J. ve Song, R. (2020). *Mental health status among children in home confinement during the coronavirus disease 2019 outbreak in Hubei Province, China*. JAMA pediatrics, doi:10.1001/jamapediatrics.2020.1619.
52. Xu, X., Yu, C., Zhang, L., Luo, L. ve Liu, J. (2020). *Imaging features of 2019 novel coronavirus pneumonia*. European Journal of Nuclear Medicine and Molecular Imaging, 47: 1022-1023.
53. Yapıcı, Ş. (2010). *Türk toplumunda aile ve eğitim ilişkisi*. Turkish Studies, (5), 1544-1570.
54. Yıldız, İ., Çıkrıkçılı, U. ve Yüksel, Ş. (2020). *Karantinanın ruhsal etkileri ve koruyucu önlemler*. Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Çalışma Birimi. <https://www.istabip.org.tr/koronavirus/Haberler/5612/karantinanın-ruhsal-etkileri-ve-koruyucu-onlemler>
55. Zeng, L.N., Ceng, G.L., Yang, C.M. ve Zeng, L.P. (2020). *Mental health care for pregnant women in the COVID-19 outbreak is urgently needed*. Women and Birth, <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2020.03.009>