

KORONAVİRÜS PANDEMİSİNİN YÜKSEKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNDE YARATTIĞI KORKU

Fear of the Coronavirus Pandemic in Higher Education Students

Öğr. Gör. Yeliz CANKURTARAN

Amasya Üniversitesi, Sabuncu oğlu Şerefettin Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Tıbbi Teknikler ve Hizmetler Bölümü, Amasya /Türkiye

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0030-3354>

ÖZET

2019 Koronavirüs hastalığı (COVİD-19), dünyada yoğun ilgi gören, insanlarda fiziksel ve psikolojik endişe, korku ve kaygıya neden olan önemli bir halk sağlığı sorunu olarak karşımıza çıkmaktadır. İnsanlar hem kendilerinin hem de yakınlarının enfekte olacağı korkusunu yaşamaktadırlar. Bu korku ve endişeler insanlardaki stres düzeyini önemli oranda artırmaktadır. Eğitim sektörü de bu anlamda oldukça fazla etkilenmiştir. Yüzyüze eğitimden uzaktan eğitime geçilmesi, eğitimdeki geleceğe dönük belirsizlikler yükseköğretim öğrencilerinde kaygı ve endişe düzeyini yükselterek, stres faktörlerinin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bu durum araştırmacıları, 2019 Koronavirüs hastalığı (COVİD-19)'nın insanlardaki psikolojik etkileri konusuna yönelmiştir. Bu çalışmanın amacı, pandemiye bağlı değişikliklerin üniversite öğrencilerinin psikolojisi üzerindeki etkilerini belirlemektir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19,korku,öğrenci,

ABSTRACT

2019 Coronavirus disease (COVID-19) is an important public health problem that attracts great attention in the world and causes physical and psychological anxiety, fear and anxiety in people. People live in fear that both themselves and their relatives will be infected. These fears and worries significantly increase the stress level in people. The education sector has also been greatly affected in this sense. The transition from face-to-face education to distance education and future uncertainties in education have increased the level of anxiety and anxiety in higher education students, leading to the emergence of stress factors. This situation has led researchers to the psychological effects of 2019 Coronavirus disease (COVID-19) in humans. The aim of this study is to determine the effects of the changes due to the pandemic on the psychology of university students.

Keywords: Covid-19, fear, student,

1. GİRİŞ

Koronavirüs (COVID-19), birçok ülkeye çok hızlı bir biçimde yayılarak akut bulaşıcı bir salgına neden olmuştur. Bu salgın kısa sürede ülkemize de ulaşmıştır. Salgın hem viral enfeksiyona bağlı ölüm riskine, hem de dünyadaki bütün insanlarda psikolojik etkiye neden olmuştur. Pandemide insanların rutin hayatları bozulmuş, enfekte olma korkusu, belirsizlik korkusu gibi psikolojik belirtiler kendini göstermiştir.

Koronavirüs (Kovid-19) salgını uzunca bir süredir dünyanın gündemini meşgul etmektedir. 2019 yılı Aralık ayının sonlarına doğru Çin'in Wuhan bölgesinde ilk defa ortaya çıkan virüs, ciddi akut solunum yolu enfeksiyonlarına neden olan ölümcül bir hastalıktır 2-14 gün içinde en sık görülen semptomları arasında ateş, yorgunluk, kuru öksürük, kas ağrısı ve nefes darlığı sayılmaktadır. Bulaş riski herkes için aynı olan virüsün öldürücü etkisi yaşla birlikte artmaktadır. Koronavirüs hastalığı için henüz kesin bir tedavi ya da aşı bulunmamaktadır.

Koronavirüse karşı mücadelede ülkeler farklı politikalar izlemiştir. Örneğin, Çin katı bir politika izlerken İngiltere sürü bağıışıklığı yaklaşımını benimsemiştir. Türkiye ise, gelişmelere bağılı olarak çalışmalarını yürütmüş, kademeli bir şekilde önlemleri hayata geçirmiştir. Yaşlılar ve kronik hastalığı olanları enfeksiyona karşı korumak için, vatandaşların kendilerini evde karantinaya almaları istenmiştir (Satici vd., 2020:2).

Böyle ani ve yeni değışiklikler insanların psikolojisini etkilemiştir. COVID-19 salgını ve pandemi doğası yaygın endişe, korku ve kaygıya neden olmuştur. Bu virüsün kesin tedavisinin ve aşısının olmaması, geleceğin netlik göstermemesi, belirsizlik insanlarda daha çok kaygı ve endişeye neden olmuştur (Duman,2020).

Covid-19 korkusu, insanların Covid-19'a yakalanma kaygısı ve korkusu olarak tanımlanabilir. Covid-19 korkusu insanların yaşam kalitesini ve zihinsel iyi oluşu olumsuz yönde etkilemektedir. Bu korku kişileri umutsuzluğa düşürmekte, anksiyetelerini artırmakta ve gücünü düşürmektedir (Çarkıt,2021).

2. KORKU

Korku, gelen ya da gelebilecek bir tehlikeyle karşılaşıldığında birtakım fizyolojik belirtilerle kendisini gösteren bir duygudur. Korkuyla ilgili birçok tanım yapılabilir. Bir başka tanıma göre, korku duygusu, algılanan bir tehlike ve tehdit anında oluşan gerilim, hızlı kalp atışları, kaslarda gerginlik vb. belirtilerle yaşanan yoğun bir duygusal uyarıdır. Korkunun gerçek bir sebebi varsa ve aşırı bir şekilde ortaya çıkmıyorsa normaldir. Ancak sebebi bilinmeyen aşırı korku durumu psikolojik açıdan patolojik olarak değerlendirilir. Korku insanın yaşamını sürdürebilmesinde faydası vardır. Korku sayesinde insanlar tehlikeli olduğunu düşündükleri durumlardan kaçarak kendilerini korurlar (Coşkun,2021).

Korkuda önemli olan aslında insanın nasıl korktuğı ile ilgili olup, bu durum insan korkuyla karşılaştığında verdiği tepkiler veya korkunun fizyolojisiyle ilgili ayrıntılara bağlanabilir. Çünkü korku dilinin yapısı, büyük ölçüde bu ayrıntılarla biçimlenmektedir. Korku dilinin mantığı, büyük ölçüde bu psikobiyolojik belirtiler etrafında şekillenmektedir (Coşkun,2021).

Korku toplumda her boyutta en güçlü ve inandırıcı kuvvettir. Korku en ilkel duygularımızdan biridir; hayatta kalmamız için gereklidir. Ancak son yıllarda korkunun yıkıcı gücünün öne çıktığı görülmektedir. Korku faktörü daha fazla şiddet, akıl hastalığı ve travma, sosyal parçalanma, emekçilerin/azınlıkların haklarını yitirmesi gibi olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir. Korku yeni bir duygu değildir. Tarih boyunca toplumları şekillendirdiğı bilinmektedir. Eskiden yırtıcı bir hayvanın pençesinde korkan insan, şimdi terör saldırılarından korkuyor. 21. Yüzyıl korkularının farkı, insanların korkularını nasıl yaşadığı ile ilgilidir. "Korku Kültürü" isimli kitabın yazarı sosyolog Frank Furedi, "Zamanımızda tek bir korku yoktur (Coşkun,2021).

Bugünkü korkular ayırım gözetmeyen, çoğulcu bir korku şeklidir. Örneğin benim çocukluğumda büyüklerim korkularını paylaşırdı; birlikte korkarlardı. Oysa bugün siz ve ben korkularımızı tek başımıza yaşıyoruz" şeklinde günümüzdeki korkuyu ifade etmiştir (Coşkun,2021).

Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin ikincisini güvenlik ihtiyacı oluşturmaktadır. Güvenlik ihtiyacı, insanların can güvenliği korkusundan dolayı her türlü zararlardan korunmak amacıyla gereksinim duyduğu içsel bir dürtü olduğu kadar, mal güvenliği ve sağlıklı yaşayabilme güvencesi amacıyla gereksinim duyduğu bir ihtiyaçtır. Değışen ve gelişen toplumsal süreçler aslında korkunun kendisini değıştirememiş, ancak can ve mal güvenliği ve sağlıklı yaşam açısından çok farklı korku unsurlarıyla karşı karşıyadır. Örneğin; siber saldırılar, elektronik dolandırıcılıklar, sanal tehditler, biyolojik ve kimyasal saldırılar, salgın hastalıklar, virüsler vb. korku unsurları sıralanabilir (Coşkun,2021).

Aralık 2019'da Çin'de ortaya çıkan ve dünya çapında yayıldığından Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi olarak ilan edilen ve Covid-19 olarak adlandırılan coronavirüs, bütün dünyada

ve ülkemizde insanların can ve mal güvenliğiyle sağlıklı yaşamı için inanılmaz bir korku etkeni meydana gelmiştir. Diğer taraftan korku, öğrenme ile de ilişkilendirilebilir ve olumlu davranışlara yönlendirmek, olumsuz davranışlardan kaçındırmak için öğrenme söz konusu olabilir. Zira, “öğrenilmiş çaresizlik”, “çocuğu ateşten korumak için cıs diyerek uyarmak”, “İslam’da Müslümanları Cehennem azabı ile kötülüklerden sakındırmak”, “devletin değişik olumsuz eylemler için yasal olarak yaptığı yargılama ve uygulamalar”, “toplumda davranış düzlemi dışına çıkanlara yönelik oluşan dışlamalar”, “iş dünyasında çalışanlara yönelik işten çıkarma, maaştan kesme vb. tehditler”, “ölüm, kabir azabı, kıyamet, ahrette hesaba çekilmek vb. İslami değerler”, “kanser, HIV gibi ölümcül hastalıklara yakalanma korkusu” ve de “tüm dünyada yayılarak pandemiye dönüşen Covid-19 gibi henüz tedavisi için aşısı bulunmayan virüslerin ne kadar tehlikeli olduğunun bilim insanlarıncı defalarca anlatılarak toplumun tedbirli olmasını istenmesi” vb. birçok konuda karşı karşıya kaldığımız kurallar aslında korkularak öğrenmeye örnek olarak verilebilir (Paksoy,2020).

3. YÜKSEKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNDE KORONAVİRÜS KORKUSU

21.yy’da başta teknoloji olmak üzere birçok alanda değişiklikler meydana gelmiştir. Bu yükseköğretim öğrencilerinde durum toplumların stres düzeyini artırmıştır. Artan rekabet ortamı eğitim gören genç kuşaklarda stres, kaygı ve endişeye sebep olmuştur. Bu durum bireylerin sosyal ilişkilerini ve günlük yaşamlarını olumsuz yönde etkilemiştir. Özellikle gençlerin geleceğe bakış açılarında etkisini göstermiştir.21.yy. hem teknolojik gelişmeleri hem de birçok hastalığı ve salgını (SARS, kanser, Covid-19 gibi) getirmiştir. Covid-19 pandemisi gençlerin korku seviyesini yükseltmiş, gelecek kaygısını artırmıştır (Ceviz,vd:2020).

Covid-19’a yönelik; enfekte olma, finansal kriz, yalnızlık, sosyal izolasyon, karantina baskısı ve iş ile ilgili stresler ortaya çıkmaktadır. Ayrıca sağlığa yönelik kaygılar, sevdiği insanların hasta olması ve ölmesi, daha fazla bilgi edinme isteği gibi faktörlerde Covid-19 korkusunu etkilemektedir. Yapılan araştırmalarda, Covid-19 korkusunun kadınlarda erkeklere göre daha fazla görüldüğü bilinmektedir. 29 Aralık verilerine göre 12 ülkede okulların tam kapatıldığı yani tüm öğrenim düzeylerinde yer alan toplam %9.1 kayıtlı öğrenciden 158,486,270’nin kapatılma kararından etkilendiği tespit edilmiştir. Türkiye’de ise 12 Mart 2020’de yetkililerce açıklanan karara göre okulların 16 Mart’ta tatile gireceği ve sonrasında uzaktan eğitime geçileceği bildirilmiştir. Eğitim-öğretimdeki bu farklılaşmanın, Covid19 salgınının öğrenciler üzerindeki bir diğer olumsuz etkisi olduğu söylenebilir (Karadayı,2021).

Covid-19’un tedavisi ve bulaş yollarıyla ilgili bilim adamlarının değişik görüşlere sahip olması, hastalıkla ilgili belirsizlik duygularını derinleştirmekte ve kaygıyı artırmaktadır. Eğitim de bu durumdan etkilenmiş, uzaktan eğitime geçilerek, yüzyüze eğitime ara verilmiştir. Bu durum eğitimde de korku ve endişeye sebep olmuştur. Bireylerin kaygılarından kurtulup sağlıklı olması onu risklerden koruyacak, herhangi bir travma ya da olumsuz bir durumla karşılaştığında, bu durumla başatmesini kolaylaştıracaktır (Ceviz,vd:2020).

Covid-19 fobisi yaşayan kişiler diğer insanlarla fiziksel temasta bulunmaz, güvenli olabileceği yerleri arar. Covid-19 korkusunun kişisel, mesleki, yaygın ve yoğun olmasıyla, diğer fobilerle aynı olarak düşünülmelidir (Coşkun,2021).

Covid-19’un üniversite öğrencilerinin ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediğine dair ilk çalışma Çin’de yapılmış ve çalışmalar hızla yayılmaya devam etmektedir. Üniversite öğrencilerinin Covid-19 salgını sürecinde kaygı durumlarını inceleyen araştırmalar, 18 yaş üstü kadın öğrencilerde kaygı düzeyinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğunu belirtmektedir (Karadayı,2021).

4. SONUÇ

Sonuç olarak, 2020 yılına damgasını vuran COVID-19 pandemisinin üniversite öğrencileri üzerinde olumsuz yönde etkileri vardır. Hastalığa yakalanma riski, fiziksel mesafenin korunması

gerekliliği, evde kal süreci ve eğitim sürecinde yaşanan değişimler üniversite öğrencilerini büyük ölçüde etkilemiştir. Bu süreçte, olumsuz duygularıyla ve düşünceleriyle sağlıklı yollarla başa çıkmayı başarabilen üniversite öğrencilerinin bu süreçten daha da gelişerek ve güçlenerek çıkacakları düşünülebilir. Aksine, yaşanan sürecin sadece olumsuz yönlerine odaklanan ve olumsuz başa çıkma yollarına başvuran öğrencileri pandemi bitse bile çeşitli psikolojik güçlükler bekliyor olabilir. Bu güçlükler, gençlerin olumsuz duyguları yönetme konusundaki başarısızlıkları ve olumsuz düşünceleri nedeniyle depresif duygu durumlarının uzun süre devam etmesi, artan internet ve sosyal medya kullanımı ya da film/dizi/tv izleme nedeniyle bağımlılık davranışlarının gelişmesi, aile içinde artan çatışmalar ve uzaktan eğitime uyum sağlayamama nedeniyle yaşanan akademik kaygı ve başarısızlıklar olabilir (Asıcı, vd:2021).

Covid-19 salgını nedeniyle insanların sosyal hayatı, yakın ilişkileri ve ekonomik hayatı sekteye uğradı ve yaşam rutinleri değiştirdi. Salgın riski bireylerin korku, endişe, can sıkıntısı ve öfke gibi duygularını olumsuz bir biçimde tetikledi (Hatun, vd.2020).

Sonuç olarak; yapılan birçok çalışma gösteriyor ki pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinde stres, depresyon gibi ruhsal problemlerin ortaya çıkması veya var olan problemlerin düzeylerinin artmasına yol açabilmektedir. Öğretim sisteminde yapılan köklü değişiklikler, öğrencilerin sosyal alanlarının kısıtlanması gibi durumlar öğrencilerin daha fazla stres yaşamalarına neden olabilmektedir (Bayar, vd:2021).

5. ÖNERİLER

- ✓ Üniversite öğrencilerinin COVID-19 pandemisi ile başa çıkma mekanizmalarının geliştirilmesi, bireysel ve toplumsal psikososyal destek programlarının artırılması ve yaygınlaştırılması önerilmektedir (Özdemir, vd:2021).
- ✓ Covid-19 salgınında, birden yüzyüze eğitimden uzaktan eğitim sistemine geçilmesi, öğrenciler açısından büyük bir değişim olmuştur. Öğrencilere bu süreçte eğitimlerinin olumsuz yönde etkilenmemesi, korku ve kaygı düzeyleriyle sağlıklı bir biçimde başetmelerinin sağlanması için psikolojik destek verilmelidir.
- ✓ Öğrencilerin bilgisayar kullanım seviyeleri ile bilgisayar başında geçirdikleri sürenin orantılı olduğu düşünülürse, öğrencilerin bilgisayar kullanım sürelerinin Covid-19 korku düzeylerini arttırmayacakları şekilde bilgisayar başında vakit geçirmelerini sağlamak için bilgilendirici, önleyici bir destek verilmesi önerilir.
- ✓ Yükseköğretimde psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri kapsamında, pandemi sürecinden olumsuz etkilenen öğrencilere yönelik müdahale stratejilerinin geliştirilmesi önem arz etmektedir.

KAYNAKÇA

Arpacıoğlu, M.S., Baltacı, Z., Ünübol, B. (2021). COVID-19 pandemisinde sağlık çalışanlarında tükenmişlik, Covid korkusu, depresyon, mesleki doyum düzeyleri ve ilişkili faktörler, Cukurova Medical Journal 2021;46(1):88-100

Asıcı, E., Günlü, A. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Gözünden COVID-19 Salgını: Nitel Bir Araştırma, Gençlik Araştırmaları Dergisi, 9, 1-20.

Bayar, B.D., Can, S.Y., Erten, M., Ekmen, M. (2021). Covid-19 Pandemi Sürecinde Üniversite Öğrencilerinin Depresyon ve Stres Düzeylerinin Belirlenmesi, Paramedik ve Acil Sağlık Hizmetleri Dergisi, 2(1):12-25.

Coşkun, H.H. (2021). Antalya İlinde Aktif Çalışma Yaşamı Olan Öğretmenlerde Covid-19 Korkusu ve İşten Ayrılma Niyeti Arasındaki İlişkide Psikolojik Sermayenin Düzenleyici Rolü Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Kent Üniversitesi, İstanbul.



Çarkıt, E. (2021). Üniversite öğrencilerinde COVID-19 korkusunun yordayıcı olarak belirsizliğe tahammülsüzlük. Maarif Mektepleri Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi, 5(1), 33-42.

Duman,N. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Covıd-19 Korkusu Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük, The Journal Of Social Science,4(8),426-437.

Gencer, N. (2020). Pandemi Sürecinde Bireylerin Koronavirüs (Kovid-19) Korkusu: Çorum Örneği. USBAD Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi 2(4), 1153-1173.

Hatun, O., Dicle, A. N. & Demirci, İ. (2020). Koronavirüs salgınının psikolojik yansımaları ve salgınla başa çıkma. Turkish Studies, 15(4), 531-554

Öz Ceviz, N., Tektaş N., Basmacı G. ve Tektaş, M. (2020). Covid 19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerini etkileyen değişkenlerin analizi.Uluslararası Eğitim Araştırmacıları Dergisi, 3(2), 312-329.

Özdemir,C.,Kızıl,H.(2021).Üniversite Öğrencilerinde Covid-19 Korkusunun Uyku Kalitesine Etkisi, Beykent 3RD International Health Sciences Research Days Congress, İstanbul, Türkiye, 22 - 25 Eylül 2021.

Paksoy,H.M.(2020). Covid-19 Pandemisi ile Oluşan Korku ve Davranışlara İnançın Etkisi üzerine Bir Araştırma:Türkiye Örneği,135-155.

