

Araştırma Makalesi

Covid-19 Pandemisinin Psikolojik ve Sosyal Etkilerinin Sosyal Politika Bağlamında İncelenmesi

Psychological and Social Effects of the Covid-19 Pandemic, Social Policy

İsmail AKGÜL Sosyal Politikalar Uzmanı i_akgul@yahoo.com https:// orcid.org/0000-0002-0592- 2130	Zuhal AYHAN Dr., Sosyal Politikalar Uzmanı zuhalayhan@yokak.gov.tr https://orcid.org/0000-0002- 0843-2903	Arzu PEKGÖZ ÇEVİKER Dr., Kırıkkale Üniversitesi, İlköğretim ABD apegkoz@kku.edu.tr https://orcid.org/0000-0003- 1671-7500
---	---	--

Makale Geliş Tarihi	Makale Kabul Tarihi
16.05.2023	14.06.2023

Öz

Covid-19 salgını insanlığı derin bir korku ve endişe duygusuna sürüklemiştir. İnsanlığın mevcut yaşam pratikleri ile kontrol altına alınması oldukça zor ve bulaşma hızı yüksek ölümcül bir küresel salgın ile karşı karşıya kalınmıştır. İnsan ve toplumu çok yönlü etkileyen salgınlar, yapısal ve işlevsel değişimlere neden olabilen biyolojik, psikolojik ve sosyo-ekonomik olgudur. Bu araştırmanın amacı Covid-19 salgınıyla birlikte alınan tedbirler çerçevesinde ortaya çıkan sosyal kısıtlamaların birey ve toplum üzerindeki etkilerinin sosyal politikalar bağlamında incelenmesi ve psiko-sosyal etkilerine karşı çözüm politikalarının ortaya konulması amaçlanmaktadır. Bu amaç çerçevesinde kütüphane ve internet ortamında “Covid-19”, “psikolojik ve sosyal etkiler” anahtar kavramlarıyla taramalar yapılmıştır. Bu tarama sonucu amaca uygun bulunan makale, tez ve kitaplar incelenmiştir. Betimsel analizin kullanıldığı araştırma sonunda; Covid-19 salgınıyla birlikte alınan tedbirler çerçevesinde sosyal etkileri yine sosyal politika bağlamında ele alıp çözümleme yapılmıştır. Bugünkü dinamikler ışığında bakıldığında insanlık değerlerinin, evrensel norm ve değerlerin (Örneğin: Merhamet duygusu) yeniden canlanması, küreselleşmesi, yükselişe geçmesi bakımından bir momentum hareketi yaşanmaktadır. İnsanlık, insan ve tabiata karşı yeniden bir öz bilinç kazanmakta ve tabiat değerlerine karşı saygılı ve sorumlu davranmanın; insan onuruna ve değerlerine yaraşır bir dünya düzeni için insanın aslına rücu ettiği yeni bir rönesans yaşanmasına ihtiyaç bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Covid-19 pandemisi, psiko-sosyal etki, sosyal politika, izolasyon, kısıtlanma.

Abstract

The Covid-19 pandemic has plunged humanity into a deep sense of fear and anxiety. Humanity has been faced with a deadly global epidemic that is very difficult to control with current life practices and has a high rate of contagion. Epidemics that affect people and society in many ways are biological, psychological and socio-economic phenomena that can cause structural and functional changes. It is aimed to reveal solution policies against social effects. Within the framework of this purpose, scans were made in the library and internet environment with the key concepts of "Covid-19", "psychological and social effects". As a result of this scanning, articles, theses and books that were found suitable for the purpose were examined. At the end of the research in which descriptive analysis was used; Within the framework of the measures taken with the Covid-19 epidemic, the social effects were discussed and analyzed in the context of social policy. In the light of today's dynamics, there is a Momentum Movement in terms of the revival, globalization and rise of human values, universal norms and values (for example: the feeling of compassion). Humanity regains self-awareness towards human and nature and to behave respectfully and responsibly towards natural values; for a world order worthy of human dignity and values, there is a need for a new renaissance in which people recourse to their originality.

Keywords: Covid-19 pandemic, social impact, social policy, isolation, restriction.

Önerilen Atıf /Suggested Citation

Akgül, İ. & Ayhan, Z., Pekgöz Çeviker, A., 2023 Covid-19 Pandemisinin Psikolojik ve Sosyal Etkilerinin Sosyal Politika Bağlamında İncelenmesi, *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi Dergisi*, 58(2), 1586-1599

1. Giriş

Tarihsel dönemlere bakıldığında insanlığın yaşam serüveninde sürekli olarak hastalıklara ve salgın hastalıklara maruz kaldığı görülmektedir. Farklı zaman dilimlerinde tüm toplumları etkisi altına alan pandemi, insan devrimlerinin gerçekleştiremediği dönüşümleri ve devrimleri gerçekleştirmeyi başarmıştır. Dolayısıyla etkileri uzun süre devam edebilen bazı bölgesel veya küresel salgınların insanlık tarihinde büyük dönüşümlere yol açması, toplumları çeşitli arayışlara yöneltmiştir (Gulmammadzada, 2020). Covid-19 Pandemisi de ulusal, bölgesel ve küresel düzeyde ekonomik politik ve psiko-sosyal alanlarda köklü değişim ve dönüşümlere kapı aralamış ve kapitalist düzenin ve yaşam formlarının sorgulanmasına zemin hazırlamıştır.

Covid-19 (koronavirüs) pandemisi 31 Aralık 2019'da Çin'de ortaya çıkmıştır (Sağlık Bakanlığı, 2020). Daha sonra dünyanın birçok ülkesine hızla yayılarak hiçbir toplumsal kesim ayırt etmeden herkesin sağlık sistemini tehdit etmeye başlamıştır. Bu salgının ayırıcı özelliği, ölümcül olması, spesifik bir tedavinin olmaması, birey ve toplum hayatının tüm yönlerini çok boyutlu etkilemesi (sağlık sistemi, ekonomik hayat, eğitim sistemi, sosyal yaşam, aile hayatı vb.) olarak ifade edilebilir (WHO, 2019).

Covid-19 salgını insanlığı derin bir korku ve endişe duygusuna sürüklemiştir (Sağlık Bakanlığı, 2020). Çünkü insanlığın mevcut yaşam pratikleri ile kontrol altına alınması oldukça zor ve de bulaş hızı yüksek ölümcül bir küresel salgın ile karşı karşıya kalınmıştır.

İnsan ve toplumu çok yönlü etkileyen salgınlar, yapısal ve işlevsel değişimlere neden olabilen biyolojik, psikolojik ve sosyo-ekonomik olgudur. Salgın kaynaklı hastalığın yayılmasıyla birlikte yaşamsal risk algısı da adeta salgının bir bileşeni haline gelmekte ve insanlar hayatın olağan akışından farklı davranışsal formlar gösterebilmektedir. Furedi (2014)'ye göre kolektif dayanışma mekanizmaları azalmakta ve sosyal çözülme artış göstermektedir.

Salgının yanı sıra ortaya çıkan bu sosyal handikaplar, yaşamsal endişe ve güvensizliğin oluşmasına yol açabilmektedir. Bu da bireyin sosyal uyumunu ve sosyal işlevselliğini etkileyerek kendisine ve topluma yabancılaşmasının zeminini hazırlamaktadır. Küresel ölçekteki salgınların öne çıkan psiko-sosyal yansımalarını şu şekilde ifade edebiliriz (Taylor, 2019).

- Salgın kaynaklı ölüm riski ve bulaş hızının artış göstermesi nedeniyle insanların panik bozukluk gösterircesine alışverişe yöneltmesi, gıda ve temizlik malzeme stoklaması,
- Virüslü kişilere karşı dışlanma ve damgalanmayı içeren ırkçı tutum ve davranışın olması,
- Sağlık sisteminin sağlık endişeleri ve kontaminasyon şüphesiyle aşırı meşgul olması.
- Zorunlu izolasyon, sosyal mesafeyi koruma, evde kalma, salgının yayılmasını önlemek için uygulanan yasaklara uymama gibi durumlara tahammül edememe davranışları.
- Salgınla ilgili gerçek ve doğru bilgilerin yanı sıra asılsız iddia ve komplo teorilerinde artış. (Karataş, 2020),

Covid-19 pandemisi sürecinde tedirgin bir şekilde piyasalara yönelen sağlık sistemindeki tartışmalar ve komplo teorilerindeki artış sıklıkla haberlerde yer bulmuştur. Covid-19 salgınına ilişkin bilgilerin yayılma ve dünya genelindeki insanlara ulaşma hızı açısından tarihteki bilinen salgınlardan farklı olmasının altında yatan en önemli faktörün kitle iletişimlerinin gelişmişlik durumu olduğu söylenebilir (Gulmammadzada, 2020). Bu araçlar sayesinde Covid-19 kısa sürede neredeyse tüm dünyayı etkisi altına almıştır. Bilginin yayılma hızı ile yaşanan panik dalgası, kısa sürede sıkı tedbirlerin alınmasına yol açmış; İnsanların, mahalle, köy, şehir ve ülkeler karantina altına alınmıştır. Bundan dolayı panik dalgası, karantina, bireysel özgürlüğün kısıtlanması ve travmatik durumlar gibi önlemler, insanların aşırı fobik tepkiler, depresyon, panik, paranoyak ruh halleri, bencillik, saldırganlık, damgalama ve ötekileştirme gibi alışılmadık davranışlar sergilemesine neden olmuştur. Bu durum, salgının psiko-sosyal bir süreç de inşa ettiğine dikkat çekiyor. Özellikle Covid-19 gibi ölüm tehdidi taşıyan salgın hastalıklar, bireyin içine kapanık ve dışarıdan mesafeli olma gibi izolasyon/yabancılaşma ve düşmanlık tutumlarını etkilemektedir (Thornhill & Corey, 2014). Bu durum birey açısından belli bir koruma sağlasa da sosyal dayanışma açısından psikolojik bariyerler ve sosyal ayrışmalara yol açabilmektedir.

Salgının hızla yayılması, hayatını kaybeden insan sayısının her geçen gün artması, tüm dünyada uygulanan karantina günlerinde evde kalma zorunluluğu ya da zorunlu yalnızlık, insanlar üzerinde derin, travmatik etkiler bırakan yoğun bir pandemi psikolojisi oluşturmaktadır. Özellikle ölme ve virüsü yayma riski altında olduklarını ve bu sürecin daha tehlikeli olduğunu düşünen risk grubundakiler, vaka sayısının artmasıyla ölüme bir adım daha yaklaştıklarını düşünerek aşırı endişelenmektedir. Endişe ve korku, risk grupları ve dezavantajlı gruplarda ciddi zihinsel değişimlere neden olabilir (Ulkar, 2021). Bu bağlamda, uzun süredir devam eden salgının da etkisiyle pandemi psikolojisi toplu bir tahribata dönüşerek insan ve toplum psikolojisinin işleyen birçok mekanizmasını bozabilmektedir. Bu nedenle karantina günlerinde ortaya çıkan olumsuz psiko-sosyal durumların üstesinden gelmek, bireysel ve toplumsal düzeyde psiko-sosyal iyilik halinin sürdürülmesine yönelik stratejiler geliştirmek oldukça önemlidir. Bu nedenlerle toplum ruh sağlığı hizmet politikalarının yerel ve ulusal düzeyde yeniden yapılandırılması ve organize edilmesi hayati önem arz etmektedir. Küresel etkileriyle yönetim ve yaşamda değişikliklere neden olan salgın hastalıklar, korku tünelleri oluşturarak güvenlik duygusunu da aşındırmaktadır (Turner, 2011).

Virüse neden olan hastalığın bulaşıcı olması ve kuluçka süresinin uzun olması nedeniyle salgın döneminde virüsü taşıyan kişilerin takibi de önemli hale gelmiştir. Dünya Sağlık Örgütü'nün de vurguladığı gibi, bir yandan temas ettikleri kişileri tespit etmek ve bulaşma olasılığını belirlemek için diğer yandan hastanede tedavi görmeyip karantinaya gönderilenlerin kurallara uyup uymadığını kontrol etmek için teknolojik cihazlar kullanılmıştır (Pfefferbaum & North, 2020). Bir başka yönüyle de dijital toplum düzenine dayalı yaşamın provasının yaşandığı ve Covid-19 Pandemisinin dijital değişim ve gelişime momentum kazandırdığı söylenebilir.

Öte yandan Türkiye'de Sağlık Bakanlığı, internet tabanlı Hayat Eve Sığar (HES) mobil uygulaması ile hasta kontrol ve takibini vatandaşların hizmetine sunmuştur. Salgınla mücadele kapsamında geliştirilen söz konusu mobil uygulama, hayatın her alanında kullanılmaya başlanmıştır. Kontrollü sosyal yaşam için zorunlu olan “HES kodu” şehirlerarası seyahatlerde, şehir içi toplu taşımada, konaklama tesislerinde, işyerlerinde, sınavlarda ve bireysel iletişim gerektiren tüm kamusal alanlarda kullanılmaya başlanarak kısa sürede hayatın her alanına yayılmıştır (Yıldırım, 2020). Söz konusu uygulama iki temel insani değere dayanmaktadır; Ayrıca kişisel verilerin korunması ve özel hayatın gizliliği konusunda yeni bir tartışmaya kapı aralamıştır.

Covid-19 pandemisinin küresel ölçekte ülke ve bölgelere yayılması ve her geçen gün artan ölüm sayıları, insanların dokunulmazlık konusundaki yanılgısını temelden sarstı. Salgın hastalıklar ve benzeri afetler sadece insanların sağlığını tehdit etmekle kalmamakta, aynı zamanda insanları psiko-sosyal olarak da etkilemektedir. Anksiyete, panik, belirsizlik ve risk; bireysel, toplumsal ve evrensel anlamda bir korku kültürü oluşturmaktadır (Özatay & Sak, 2020).

Mevcut salgın, diğer toplumsal sorunların yanı sıra birçok toplumsal soruna da aracılık etmektedir. Özellikle insanların yaşam alanlarının, sosyal ve fiziki mesafelerinin, evde kalma süreçlerinin kısıtlanması, şiddet ve saldırgan davranışların artmasına neden olabiliyor. Aynı şekilde üretim faaliyetlerinin kısıtlanması ve ticari faaliyetlerin kısıtlı olarak sürdürülmesi ekonomik olarak birçok kişi ve kurumu olumsuz etkilemiştir. Risk faktörleri bir araya gelince salgın sürecinde toplumsal sağlıkla ilgili zorluklar artmaktadır. Salgınla birlikte alınan tedbirler çerçevesinde ortaya çıkan sosyal kısıtlamaların birey ve toplum üzerindeki etkilerinin yanı sıra tokalaşma, sarılma, kalabalık ortamlarda bulunma gibi rutin alışkanlıkların da değiştiği gözlemlenmiştir. Tüm dünyada eğitim kurumlarının beklenmedik bir şekilde kapanması ve karantina günleri nedeniyle evde dijital platformlardan eğitime devam ve destek vermeye başlaması ülkeleri hazırlıksız yakalamıştır.

Küresel düzeyde tüm insanlığı etkisi altına alan Covid-19 Pandemisi birçok alanda ülkemizi de etkisi altına almıştır. Dünyada Covid-19 ile ilgili en erken önlemleri alan ülkelerden biri de Türkiye olmuştur. Bu kapsamda Türkiye'de: kaynak odaklı (kaynak bulma, hastalığı bildirme, kesin tanı, hastaların tedavisi, izolasyon, taşıyıcı arama, şüphelilerin takibi, sağlık eğitimi), bulaşma odaklı (çevre koşullarının düzeltilmesi, gıda) ve sağlıklı kişiler (karantina, müşahade vb.), sağlık eğitimi, kişisel hijyen ve koruyucu ekipman kullanımı, nüfus hareketlerinin kısıtlanması için önlemler alınmıştır.

1.1. Türkiye’de Covid-19 Konusunda Mevcut Durum

Türkiye’de indeks vaka 11.03.2020 tarihinde tespit edilmiş ve bu tarihten sonra virüsün toplumdaki yayılımını kademeli olarak önlemek ve azaltmak için ülke genelinde yerel önlemler alınmaya başlanmıştır. Dünyada ilk koronavirüs vakasının ortaya çıkması ve ülkemizde ilk vakanın tespit edilmesinin ardından önlemler/tedbirler alınmıştır.

1.2. Covid-19 Pandemi Döneminde Alınan Toplumsal Önlemler

T.C. Cumhurbaşkanlığı öncülüğünde salgınla mücadele sürecinde hızlı, etkin ve sık sık güncellenen kararlar hayata geçirilmiştir. Vatandaşların toplum içinde bulunacağı ve bulaşma riskinin artacağı ortamlar için olasılıkları ortadan kaldıracak tedbirler alınmıştır. Kamu ve özel sektörde esnek çalışma, dönüşümlü çalışma, evden çalışma gibi alternatif yöntemlerin mevzuat altyapısı düzenlenmiştir. Milli Eğitim Bakanlığı ve YÖK’ün eğitime zorunlu ara verme kararının ardından sürecin belirsizliği ve uzamasıyla birlikte uzaktan eğitim ve esnek akademik takvime geçiş konusunda yasal düzenleme yapılmıştır. Bu kapsamda planlanan spor faaliyetleri, her türlü bilimsel faaliyetler ve sanatsal faaliyetler dondurularak ertelenmiş ya da iptal edilmiştir.

1.3. Toplumsal Dayanışma Tedbirleri

Covid-19 pandemi mücadelesi sürecinde kamu kurumları ve özel sektör dahil olmak üzere tüm teşhis ve tedavi hizmetlerinin SGK tarafından devlet güvencesi altında verilmesine yönelik özel bir düzenleme yapılmıştır. Pandemi mücadelesi nedeniyle üretimi ve istihdamı durdurulan iş kolları ve iş kollarında mücbir sebepler nedeniyle vergi ödemelerinde indirim ve ertelemeler ile özel teşvik ve destek uygulamaları ilgili bakanlıkların koordinasyonunda gerçekleştirilmiştir. Toplumsal dayanışmaya ve ülkenin tüm vatandaşlarına destek olmak amacıyla kampanyalar düzenlenerek bu konudaki bütçe yükü dengelenmeye çalışılmaktadır. Alınan kararlara göre yaşlılar, engelliler ve yalnız yaşayan bireylerin ihtiyaçlarına çözüm bulunması amacıyla başta güvenlik güçleri olmak üzere yerel yönetimler ve STK'lardan destek alınmıştır.

Covid-19, bireyin ve toplumun ruh sağlığını derinden etkilemiştir. Panik bozukluk, depresyon, obsesif kompulsif bozukluk (OKB), anksiyete bozukluğu, konfüzyon, akut stress bozukluğu, sosyal fobi, uyum bozukluğu, somatizasyon, mental işlevlerde azalma, enerji kaybı, umutsuzluk, Travma Sonrası Stress Bozukluğu (TSSB), vücudun kendini gözlemlene eğilimleri, özellikle öksürük, nefes darlığı, vücut ısısının sürekli kontrol edilmesi, öne çıkan psikiyatrik sorunların yanı sıra korku ve endişenin yayılması sadece mevcut koşullara duygusal tepkiler değil, aynı zamanda önceden var olan psikiyatrik durumun kötüleşmesine de yol açmaktadır. Dolayısıyla toplumda acil psikiyatrik durum riski de artış eğilimine geçmiştir.

Karantina günlerinde psikoz alevlenmeleri ve hatta ortak psikoz gelişebilir. Koronavirüs testi pozitif çıkan karantinaya alınan hasta ve ailelerinde akut stres bozukluğu semptomları gelişmektedir (DSM, 2020). Aşırı iş yükü, fiziksel ve zihinsel yorgunluk, uykusuzluk, enfekte olma veya enfeksiyon bulaştırma endişesi-korkusu da psiko-sosyal sorunların nedenleri arasında görülebilir. Salgın sürecinde psikiyatri hastaları sağlık hizmetlerine zamanında erişemeyebilirler. Bunun yanı sıra stigmatizasyonun gölgesi de üzerlerine düşebilir.

Diğer taraftan birçok ülke (Sosyal mesafenin maksimize edilmesi, okul faaliyetlerinin askıya alınması, seyahat kısıtlamaları ve evde vakit geçirme gibi) acil durum planlarını etkinleştirmiş ve salgını kontrol altına almak için kılavuzlar geliştirmiştir.

Salgın sürecinde uzun bir korku dönemi ve çaresizlik duygusu yaşanabilmekte ve kaçamama durumu (güvenli bir yerin olmaması veya sınırlı ve erişilemez olması), aşırı uyanıklık ve defansif mobilizasyon tipi bir reaksiyon, kendini gösterebilmektedir. Nötr uyaranlara agresif tepki verme, öfke ve sözlü saldırganlık; kişinin yaşam tarzını kaybetmesiyle başa çıkamama, survival yeteneğinde azalma, duygu durum azalması, çözülme ve kaçınma, aşırı uyarılabilirlik, salgınla ilgili kabuslar ile ilişkili tekrarlayan dissosiyatif reaksiyonlar gibi semptomlar görülebilmektedir. Aşırı kilo alma ya da kilo verme gibi vücutta önemli değişiklikler meydana gelebilir. Bu duruma, neredeyse kalıcı uykusuzluk veya aşırı uyku hali, yavaşlama veya ajitasyon, yorgunluk veya enerji eksikliği, özgüven eksikliği, yetersizlik duygusu, suçluluk, düşünme veya konsantre olma yeteneğinde azalma, tekrarlayan ölüm düşünceleri, ölüm

korkusu, belirli bir plan olmaksızın tekrarlayan intihar düşünceleri eşlik edebilir. Tüm bunların yanı sıra sosyo-ekonomik ve varoluşsal kriz oluşabilmektedir.

Ayrıca tüm gezegeni etkisi altına alan bu küresel salgın, tüm insanlık için belirsizlik ve varoluşsal bir tehdit anlamına da gelmektedir. Diğer taraftan (60 yaşın üzerindeki kişiler, korunmaya ve bakıma muhtaç kişiler, engelli, malul bireyler, psikiyatrik hastaları, çocuklar, klinik ortam tedavi gören hastalar, somatik hastalıklardan muzdarip kişiler, huzurevi sakinleri ve göçmenler gibi) dezavantajlı gruplar ile kolluk kuvvetleri, ordu mensupları, sınır muhafızları, belediye görevlileri, genel sağlık çalışanları ile ruh sağlığı çalışanları, hasta kişilerin aileleri (Covid-19), karantina altındakiler ve medya mensupları gibi özel grupta yer alan bireyler için yaşamsal kriz ve tehdit daha da derinleşmekte ve ağırlığını daha fazla hissettirmektedir.

Pandemi sürecinde gelişen kaygı bozukluğuna bağlı olarak, ekonomik sorunların yanı sıra akademik faaliyetlerde de yavaşlamanın-gerilemenin de olduğu gözlemlenmiştir (Alvarez, Argente, & Lippi, 2020). Çocuklara yönelik damgalayıcı tutumlar da mental işlevlerini olumsuz etkilemektedir. Pandemi döneminde başta psikiyatrik hastalar olmak üzere, toplumu oluşturan sosyal sınıflar için psiko-sosyal destek yadsınamaz bir gereksinim haline gelmiştir. Buna müteakip teknolojik cihazlar, internet ağı, online terapi ön plana çıkmış ve yaşamın idamesinde kritik bir önem kazanmıştır.

1.4. Sosyal Etkiler

Salgının uzun vadeli psikolojik etkileri arasında sosyal ağların ve kişilerarası ilişkilerin zayıflaması da yer almaktadır. Hastalara, ailelerine ve sağlık çalışanlarına yönelik toplumsal damgalama ve ayrımcılık Covid-19 ile ilgili olarak görülebilmektedir. Pandemi sırasında ortaya çıkan psikolojik reaksiyonlar, aşırı korkudan kayıtsızlığa ve kaderciliğe kadar değişebilir. Bazı insanlar tehlide uyum sağlar ve daha az kaygı yaşarlar (Saladino, Algeri, & Auriemma, 2020).

Diğer taraftan Covid-19 salgını, başta sağlık hizmetleri olmak üzere pek çok sosyal sektördeki potansiyel boşlukları zayıf ve güçlü yanları da ortaya çıkarmıştır. Sosyal mesafe ve güvenlik önlemleri gibi pandemi tedbirleri bireysel ve toplumsal yaşamı çok yönlü (kişiler arası iletişim, empati ve duyarlılık gibi) etkilemiştir. Salgınlarda görülen psikolojik tepkiler şu başlıklar altında toplanabilir: (Tükel, 2020):

- Hasta olma ve ölme korkusu
- Tedavi edilmesi gereken unsurlar hastalığa yakalanma endişesiyle sağlık sonuçlarına başvurmadan çekinmektedir.
- Geçim kaynaklarını kaybetme korkusu, izolasyonda çalışamama, işten çıkarılma korkusu
- Hastalıkla ilişkilendirilme ve toplum tarafından dışlanma ya da temaslı olarak kabul edilip karantinaya alınma korkusu,
- Sevdiklerini koruyamama, onlara virüs bulaştırma ve sevdiklerini virüs yüzünden kaybetme korkusu,
- Karantina uygulaması nedeniyle sevdiklerinden ve bakıcılarından ayrılma korkusu,
- Karantinaya alındığı için ebeveynlerinden veya bakıcılarından ayrı tutulmayan ve refakat edilmeyen çocuklar,
- Hastalığa yakalanma korkusuyla engelli veya yaşlılara bakmayı reddetme.
- İzolasyon koşulları nedeniyle çaresiz, sıkıntılı, yalnız ve depresif hissetme.

İnsanlar, enfeksiyon tehdidine yanıt olarak tekrarlayan kontrol ve güvence arama davranışları sergileyebilir. Enfeksiyon kapmaktan çok endişe duyan insanlar kendilerini korumak için uzun zaman harcayabilirler. Hastalıkla ilişkili insanlar, yerler ve eşyalar dahil olmak üzere enfeksiyonla ilişkili uyaranlardan kaçınma bazı durumlarda aşırı olabilir. Bir salgın sırasında sevdiklerini kaybeden kişilerde depresyon veya şiddetli keder gelişebilir. Kişi sevdiklerini kurtarması gerektiğine veya hastalığın yayılmasından bir şekilde kendisinin sorumlu olduğuna inanıyorsa yoğun bir suçluluk duygusu

yaşayabilir. Çalışmalardan elde edilen erken kanıtlar, Covid-19'un akıl hastalığı ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Lai ve diğerleri, 2020). Sosyal medyada 9009 kişiyle yapılan bir çalışmada, katılımcıların yüzde 67,3'ünün Covid-19 konusunda çok veya aşırı derecede endişeli olduğu, yüzde 48,8'inin ise Covid-19'dan korunmak için sıklıkla kendini izole ettiği ortaya çıkmıştır (Nelson, Pettitt, Flannery ve Allen, 2020).

2. Amaç ve Yöntem

Bu betimsel tanımlayıcı çalışmada, Covid-19 salgınıyla birlikte alınan tedbirler çerçevesinde ortaya çıkan sosyal kısıtlamaların birey ve toplum üzerindeki etkilerinin sosyal politikalar bağlamında incelenmesi ve psiko-sosyal etkilerine karşı çözüm politikalarının ortaya konulması amaçlanmıştır. Araştırmada betimsel tarama modeli ve içerik analiziyle, pandemi dönemindeki psikososyal etmenlerin aşağıdaki başlıklar altında, içerik analizi ve göstergebilimsel analiz yöntemlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır:

- Pandemide Psikososyal Etmenlerin Ruh Sağlığına Etkisi
- Pandemide Fiziksel Kısıtlamalar, “Sosyal Mesafe” ve Ruh Sağlığı
- Karantina ve İzolasyon Durumları
- Covid-19 Etkilerinin Sosyal Politika Yönüyle İncelenmesi

Göstergebilimsel analiz yöntemi içerik analiz yöntemlerinin en sık kullanılan türlerinden birisi olup, belirli bir konuda nitel göstergelerin belirlendiği ve bu göstergeler üzerinden ilgili konuya yönelik bilgi ve bulguların derlenmiş olduğu bir yöntemdir (Karasar, 2012). Araştırmada pandeminin ruh sağlığı üzerindeki etkileri psikososyal etmenler, fiziksel kısıtlama, sosyal mesafe, izolasyon ve sosyal politika temel göstergeleri üzerinden analiz edilmiştir. araştırmacıların mevcut durumu ya da koşullarını değiştirecek bir müdahalelerinin olmaması nedeniyle, araştırma betimsel tarama modelinde desenlenmiştir.

3. Bulgular

Devam eden başlıklarda, göstergebilimsel analiz ve içerik analizi yöntemlerinden elde edilen bulgular ve ilgili yorumlar verilmiştir.

3.1. Pandemide Psikososyal Etmenlerin Ruh Sağlığına Etkisi

Ruh sağlığı, travmatik olaylara ve bunların sosyal ve ekonomik sonuçlarına duyarlıdır. Daha düşük gelir, daha az servet ve işsizlik, daha yüksek bir akıl hastalığı yükü ile ilişkilendirilmiştir. İşsiz, sosyal ve ekonomik sorunlardan daha çok etkilenen bireylerde ruhsal hastalıklara daha sık rastlanmaktadır. ABD'de 1441 katılımcıyla yapılan bir araştırma, depresyon semptomlarının yaygınlığının Covid-19 sırasında pandemi öncesine göre üç kat daha yüksek olduğunu ortaya çıkarmıştır. Pandemi esnasında, daha yüksek depresyon belirtileri riski, daha düşük sosyal kaynaklara ve daha düşük gelire sahip olmak, daha fazla strese maruz kalma (örn. iş kaybı) ile ilişkilendirilmiştir (Ettman, Abdalla ve Cohen, 2020).

Sonuç olarak psikososyal etmenlerin ruh sağlığı üzerindeki etkileri incelendiğinde, bireylerde anksiyete, kaygı, korku ve depresif durumların daha fazla görülmeye başladığını, literatürde ruh sağlığı ile doğrudan ilişkili olduğu ifade edilen etmenlerin pandemi döneminde daha fazla görüldüğü ifade edilebilir. Bu bakımdan pandemi döneminin psikososyal etmenleri, ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemiştir.

3.2. Pandemide Fiziksel Kısıtlamalar, “Sosyal Mesafe” ve Ruh Sağlığı

Covid-19 pandemisine yönelik birincil önleyici çabalar, el yıkamanın yanı sıra fiziksel mesafe (bilinmeyen bulaşmayı azaltır), karantina (potansiyel bulaşmayı azaltır) veya izolasyon (bulaşmayı azaltır) şeklindeki fiziksel kısıtlamaları içerir. Bu fiziksel kısıtlamaların ekonomik sonuçları daha sık vurgulanırken, psikolojik sonuçları göz ardı edilebilmektedir. Sistematiik bir derleme çalışmasında,

fiziksel kısıtlamaların neden olduğu sosyal izolasyon ve yalnızlığın hem ruh hem de fiziksel sağlığı olumsuz etkilediği gösterilmiştir (Leigh-Hunt, ve diğerleri, 2017).

Dünyanın dört bir yanındaki hükümetler, Covid-19 ile mücadele stratejilerinin bir parçası olarak "sosyal mesafeyi" desteklemektedir. Ancak "sosyal mesafe"den sosyal izolasyona giden yol çok kısa olmaktadır. Çalışmalar, sosyal izolasyonun artan hareketsizlik, sigara, alkol kötüye kullanımı, sağlıksız beslenme, depresyon, içe dönüklük, zayıf sosyal beceriler ve TSSB ile ilişkili olduğunu ve bunun da özellikle yaşlı insanlarda daha büyük kardiyovasküler hastalık, bunama ve erken ölüm riskine yol açtığını ortaya koymuştur. (Douglas, Katikireddi, Taulbut, McKee ve McCartney, 2020). Bu nedenle salgın politikasının ilk adımlarından biri fiziksel mesafeyi korurken "sosyal mesafeyi" değil toplumsal bağlılığı ve dayanışmayı artırmak olmalıdır.

"Sosyal mesafe" kavramı süreç içerisinde tartışmalı hale gelmiştir. Pandemi öncesi bu kavram sosyal dışlama, ötekileştirme gibi anlamlara gelirken; Pandemi döneminde ise bu kavram kolektif dayanışmanın ve toplum sağlığını korumanın tersten izdüşümü olmuştur (Razai, Oakeshott, Kankam, Galea, & Stokes-Lampard, 2020). Ancak zaman içerisinde sosyal mesafe kavramı pandemi öncesi anlam ve işlevine tekrar yaklaşmış ve kişiler arası psikolojik bariyeri besleyen sosyal bir faktör olarak pandeminin değişkenleri arasında yerini almıştır.

Sonuç olarak sosyal mesafe, bireylerin etkileşim ve birbirleri ile olan ilişkilerini etkileyen ve sosyal yapı içerisindeki karakteristik bir özelliktir. Gözden uzak olanın gönülden de uzak olacağı düşüncesinin atasözlerine ve toplumsal yapıya da sirayet ettiği bir toplumda, el öpme, sarılma gibi sosyal ritüellerin yasaklanması ya da engellenmesi, ruh sağlığını engellenme başta olmak üzere, dışlanma ya da yalnızlık gibi birçok açıdan olumsuz etkilemiştir.

3.3. Karantina ve İzolasyon Durumları

Karantina ve izolasyonda görülebilen ruhsal belirtiler arasında endişe, kaygı, panik atak, korku, huzursuzluk, sinirlilik, çaresizlik duyguları, uyanıklık, kas ağrıları, sağlık kaygısı, değersizlik duygusu, suçluluk, motivasyon kaybı, isteksizlik, zorlanma sayılabilir. Ayrıca konsantre olma, iştah kaybı veya artışı, uykusuzluk, öfke ve tahammülsüzlük, tükenmişlik ve yalnızlık hissi bulunmaktadır.

Karantina bireylerin bir yandan özgürlüklerini, bir yandan da diğer sosyal yapıdaki bireyler ile iletişim ve etkileşimlerini olumsuz etkileyen bir durumdur. Ancak karantinanın sosyal izolasyondan farklı yanı, sosyal yapının ötesinde, aile ve birinci derece yakınların da karantina konusunda ön plana çıkmasıdır. Bireyler bu süreç içerisinde sevdiklerinden uzak kalma, yalnız kalma, yalnız ölme gibi korkuları da yaşamaktadır. Bu durum ise bireylerin ruh sağlıklarını olumsuz yönde etkilemektedir.

3.4. Covid-19 Etkilerinin Sosyal Politika Yönüyle İncelenmesi

Salgının uzun vadeli psikolojik etkileri arasında sosyal ağların, kişilerarası ilişkilerin zayıflaması, olumsuz duyguların ortaya çıkması, sağlık hizmeti sunumundaki aksamalar veya pandemiye bağlı sağlık sorunları nedeniyle sağlık çalışanlarına yönelik öfke ve saldırganlık sayılabilir. Ayrıca alkol ve madde kullanım bozuklukları da dahil olmak üzere ruhsal hastalıklarda psikiyatri kliniklerine gidememe veya başvuruları erteleme nedeniyle alevlenmeler veya nöksler görülebilmektedir. Salgının uzun vadeli etkilerinden bir diğeri de aile içi şiddet ve yakın partner şiddetidir (Razai, Oakeshott, Kankam, Galea ve Stokes-Lampard, 2020). Salgın sürecinde aile içi psikolojik baskı ve şiddette artış raporlanmıştır. Öfkeli ve saldırgan tavırların hedefinde genellikle kadınlar ve çocuklar olduğu görülmektedir.

Hastalara, ailelerine ve sağlık çalışanlarına yönelik toplumsal damgalama ve ayrımcılık, Covid-19 ile ilgili olarak görülebilir. Damgalama, sadece kişinin hastalığı bulaştırma döneminde değil, örneğin karantina dönemi sonrasında virüsü başkalarına yayma riski ortadan kalktıktan sonra da görülebilmektedir. Covid-19'a yakalanıp hayatta kalan hastalar, damgalanma ve toplum tarafından dışlanma ile ilgili korkular yaşayabiliyorlar. Damgalanmış kişiler, ayrımcılığa, sosyal olarak dışlanmaya, reddedilmeye, fiziksel şiddete maruz kalabiliyorlar. Damgalama, damgalanmış grupların ve içinde yaşadıkları toplulukların ruhsal sağlığını etkilemektedir (Taştan, 2020).

Kriz nedeniyle sosyal koruma ağlarının zayıflaması, devletleri daha müdahaleci adımlar atmaya zorlamaktadır. Dolayısıyla devletin sosyal ve ekonomik hayata müdahalesini sınırlayan ideolojilerin COVID-19 salgını sonrasında azalacağı öngörülebilir. Bu köklü değişimin boyutunu belirleyecek en

temel faktörler ise krizin büyüklüğü, ülkelerin refah rejimleri ve sosyal politika aktörleri arasındaki işbirliği ağlarının başarılı olup olmayacağıdır (Yavuz, 2020).

Sosyal politikanın özünde toplumda ortaya çıkan eşitsizliklere ve çelişkilere karşı barışçıl bir orta yol arayışı vardır. Ancak ekonomik ve toplumsal krizler toplumsal yaşamdaki bu eşitsizlikleri derinleştirmekte ve daha görünür kılmaktadır. Bu nedenle mevcut sorunlara kriz nedeniyle ortaya çıkan yeni sorunlar da eklenince barışçıl bir çözüm bulma imkanı zorlaşıyor. Sosyal politikaların tarihsel dönüşlerine bakıldığında, sosyal felaketlerin ve ekonomik krizlerin etken olduğu görülmektedir (Lee & Cho, 2016). Pandemi gibi afetlerin toplumun sosyolojik yapısı ve idari kurumları üzerinde büyük etkileri olabilmektedir.

Öncelikle pandeminin bireylerin sağlığına ve tüm sağlık sistemine yönelik tehdidi çok ciddi boyutlara ulaşmıştır. Üretim, tedarik ve lojistik zincirinin kesintiye uğraması nedeniyle birçok ülkede tıbbi malzeme ve ekipman sıkıntısı yaşanmıştır. Dolayısıyla pandeminin sosyal politikalar üzerindeki en acil ve önemli etkisi halk sağlığı ve sağlık sistemi üzerindedir. Bu etkiye karşı çok ciddi önlemler almak gerekmektedir.

Karantina uygulamaları hastalığın yayılmasını önlemede veya yavaşlatmada yardımcı olurken, insanların büyük çoğunluğu için bu sürdürülebilir değildir. İnsanlar evde kaldıkları süre boyunca çalışıp gelir elde edemiyorlar. Ayrıca kalabalık ailelerde herkesin aynı anda evde olması da yaşam koşullarını ağırlaştırabilmektedir. Bu durum etkin bir sosyal politika uygulamasını zorunlu kılmaktadır. Bu dönemde işletmeler gelir kaybı, iş kaybı ve iflas tehdidiyle karşı karşıya kalmıştır. Geçmiş salgın hastalıklar ve ekonomik krizler, kayıt dışı çalışanların ve sosyal güvenlik koruması olmayan kişilerin bu krizlerden daha fazla etkilendiğini göstermiştir (Açıkgöz ve Günay, 2020). Kendi hesabına çalışanlar, geçici işçiler, göçmenler, sığınmacılar ve diğer korumasız işçiler bu nedenle, ücretli izin, sağlık sigortası, işsizlik yardımları ve diğer geleneksel sosyal güvenlik korumalarından mahrum kaldıkları için Covid-19 salgınının etkilerine karşı özellikle savunmasızdır.

Covid-19 salgınının sosyal politika üzerindeki bir diğer hayati etkisi de eğitime erişim konusundadır. Dünya çapında çocukların %80'i pandemi nedeniyle eğitime ara verdi. Bu krizin etkileri bir sağlık sorunu olmanın çok ötesine geçmiş ve insanların sosyal ve ekonomik hayatını dramatik bir şekilde değiştirmiştir (Yavuz, 2020).

Sonuç olarak Covid-19 döneminde ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkisi olan karantina, izolasyon, psikososyal etmenler ve fiziksel kısıtlamalar ruh sağlığını olumsuz etkilemekle beraber, bu etkileri gidermesi ya da en aza indirmesi gereken sosyal yapı, sosyal politikalar. Sosyal politikalar pandemi sürecinin neden olduğu etkenleri olumlu yönde destekleyerek bireylerin ruh sağlıklarına pozitif yönde katkı sağlayabilir. Bu bakımdan değerlendirildiğinde sosyal politikalar, pandemi gibi psikolojik ve psikiyatrik bakımdan yoğun bir toplumsal olumsuz süreç söz konusu olduğunda, hayati role sahip olabilir.

4. Tartışma ve Sonuç

Pandemi, afet, savaş ya da benzer olumsuz gelişmeler, toplumsal olarak ya da bir sosyal yapının büyük bir kısmını olumsuz etkileyen gelişmelerde, bireylerin psikolojik ve psikiyatrik yapılarında, ya da daha genel olarak ruh sağlıklarında ciddi sorunlar meydana gelebilmektedir. Literatürde bu konuda yapılan çalışmalar, Covid-19 pandemisi ile ruh sağlığı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Rossi vd, 2022; Chen vd, 2020; Güzel vd, 2020; Parnell vd, 2020; Pietrabissa ve Simpson, 2020). Bu çalışmaların genel olarak çoğunluğunda, pandemi dönemindeki gelişmelerden izolasyon, fiziksel kısıtlama, sosyal kısıtlama ve izolasyon ile psikososyal etmenler ruh sağlığı üzerinde etkili olan en önemli faktörlerin başında gelmektedir. Literatürde yapılan çalışmalar ile sosyal politikalar bir arada incelendiğinde, sosyal politikalar tüm bu olumsuzlukları giderecek ya da en aza indirecek çözümler üretebilir.

Pandeminin bireylerin sağlığına ve tüm sağlık sistemine yönelik tehdidinin yanı sıra üretim, tedarik ve lojistik zincirinin kesintiye uğramasına neden olmuştur. İşletmeler gelir kaybı, iş kaybı ve iflas tehdidiyle karşı karşıya kalmıştır. Pandeminin sosyal politikalar üzerindeki en acil ve önemli etkisi halk sağlığı ve sağlık sistemi üzerinde olmuştur. Kayıt dışı çalışanların ve sosyal güvenlik koruması olmayan kişilerin bu krizlerden daha fazla etkilenmiştir. Eğitime erişim sınırlandırılmıştır. Kriz nedeniyle sosyal

koruma ağlarının zayıflaması, devletleri daha müdahaleci adımlar atması gerekmektedir. Dolayısıyla devletin sosyal ve ekonomik hayata müdahalesi olmalıdır.

Salgının psiko-sosyal etkilerinin bariz bir yaşam pratiğini yerel ve bölgesel düzeyde tüm dünya deneyimlemiş oldu. Bu durumu sembolize eden çarpıcı bir deyiş: Hayat ne zaman normale döner? Hem kişiler arası ilişkilerde hem toplumsal yaşamda hem de kamuoyunda tartışmalarda yer bulmuş ve ülke gündemini de ziyadesiyle meşgul etmiştir. Covid-19 Pandemisini tüm boyutlarıyla yaşandığı günlerde hayat ne zaman normale döner? Ne zaman normale dönecek? Dikkate ve kayda değer bu soruyu/sorunu özü itibarıyla açıklık getirmek ve ele almak isabetli görünmektedir. Bu itibarla; Hayat Ne Zaman Normale Döner? Ne Zaman Normale Döneceğiz?

Soru kendi içinde hata barındırıyor. Çünkü normal kavramı değişkenlik içerir. Kişiye, topluma ve kültürle göre değişkenlik gösterir. Soru şu: Kime göre normal? Neye göre normal? Hangi zaman dilimine göre normal? Soru şu şekilde olsa daha isabetli olmaz mı? Covid-19 öncesi hayat tarzını tekrar yaşayabilir miyiz? Covid-19 sonrası dünyamızı nasıl bir yaşam bekliyor?

Gezegeenin hiçbir yerinde pandemi öncesine dair yaşam dinamikleri ve yaşam tarzları maalesef mümkün olamayacaktır. İnsanlık, küresel olarak köklü bir değişim ve dönüşüm sürecine girmiştir. Covid-19 pandemisi de bunun fitilini ateşlemiştir. Başka bir deyişle yeryüzü dinamikleri eksen değiştirmiştir. Geri dönülmez bir değişim ve dönüşüm sürecine girilmiştir. Zaten terminal dönemine girmiş olan Kapitalizm duvara çarpmıştır. Ancak yine de bu süreçten güçlenerek çıkılması muhtemel görünmektedir.

Tüm dünya insanlığı aynı geminin içinde olduğunu hatırlamıştır. Peygamber Efendimizin (SAV): "Komşusu aç iken, tok yatan bizden değildir." Hadisi Şerifi'nin önemini anlamaya dair bir farkındalık oluşmuştur. Covid-19'un küresel bir salgın olması hasebiyle hastalığın yerel-bölgesel düzeyde kontrol altına alınması, nihai olarak pandeminin ortadan kalkması anlamına gelmektedir. Mutlak çözüme giden yol haritası küresel düzeyde iş birliği ve mücadeleden geçmektedir. Geminin tamamında çıkan bir yangın olayında geminin bir bölümündeki yangını kontrol altına almak kurtuluş anlamına gelmemektedir. Dolayısıyla küresel bir kader birliğinin kaçınılmazlığını idrak etmek, bu anlayış ve realite doğrultusunda organize olmak, insanlığın ortak kaderi olarak karşımızda durmaktadır.

Oldukça meşakkatli ve uzun soluklu bir maratona sürükleyen-zorlayan Covid-19 Pandemisi ile tüm insanlık, küresel ve bir o kadar hayati öneme haiz bir olay (pandemi) karşısında hiç kimsenin başkasına karşı kayıtsız kalamayacağını (pandeminin zorunlu sonucu) antropojenik bir deneyimini yaşamak durumunda kalmıştır.

Birkaç zamandır gündelik yaşam pratiğinde dile getirilmeyen ya da unutulmuş gibi hafızalarda kalan, Erdemli İnsan; Erdemli Toplum distopyasından hareketle "Erdem" nedir acaba? Erdem: Bir canlının kendi doğasına içkin ilkenin dışı vurumudur. Daha açık ifade etmek gerekirse, insanın insan olma vasfına uygun davranması (hakkaniyetli, merhametli, duyarlı, paylaşımcı, sorumlu, vb.) şeklinde söylenebilir. Tekrar normal kavramına vurgu yapılacaksa, belki de şu anki yaşam tarzımız bizim normalimiz olacaktır. Bugünkü dinamikler ışığında bakıldığında insanlık değerlerinin, evrensel norm ve değerlerin (Örneğin: Merhamet duygusu) yeniden canlanması, küreselleşmesi, yükselişe geçmesi bakımından Bir Momentum Hareketi yaşanmaktadır.

İnsanlık, insan ve tabiata karşı yeniden bir öz bilinç kazanmakta ve tabiat değerlerine karşı saygılı ve sorumlu davranmanın; insan onuruna ve değerlerine yaraşır bir dünya düzeni için insanın aslına rücu ettiği yeni bir Rönesans yaşanmaktadır.

Kaynakça

- Açıkgöz, Ö., & Günay, A. (2020). The early impact of the Covid-19 pandemic on the global and Turkish economy. *Turk J Med Sci*, 520-526.
- Alvarez, F., Argente, D., & Lippi, F. (2020). A simple planning problem for Covid-19 Lockdown. *Covid Econ*, 14(1), 1–33.
- Chen, P., Mao, L., Nassis, G.P., Harmer, P., Ainsworth, B.E., & Li, F. (2020) Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *Journal of Sport and Health Science*, 9(2),103–104.

- Douglas, M., Katikireddi, S., Taulbut, M., McKee, M., & McCartney, G. (2020). Mitigating the wider health effects of covid-19 pandemic response. *CCBYNC Open access*.
- DSM. (2020). DSM. https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm/proposed-changes?utm_source=Internal-Link&utm_medium=Banner-Row&utm_campaign=DSM_Comment_April2020 adresinden alındı
- Ettman, C. K., Abdalla, S., & Cohen, G. (2020). Prevalence of Depression Symptoms in US Adults Before and During the COVID-19 Pandemic. *JAMA Netw Open*, 3(9).
- Furedi, F. (2014). *Korku kültürü: Risk Almanın Riskleri*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Gulmammadzada, U. (2020). *Sosyal Medya İle Değişen Hayatlar*. İstanbul: Abaküs Kitap.
- Güzel, P., Yıldız, K., Esentaş, M. ve Zerengök, D. (2020). “Know-How” to Spend Time in Home Isolation during COVID-19; Restrictions and Recreational Activities. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 2020, 7(2), 122-131.
- Karataş, Z. (2020). COVID-19 Pandemisinin Toplumsal Etkileri, Değişim ve Güçlenme. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*.
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., & Wei, N. (2020). Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *JAMA Network Open*.
- Lee, A., & Cho, J. (2016). The impact of epidemics on labor market: identifying victims of the Middle East Respiratory Syndrome in the Korean labour market. *Int J Equity Health*, 196-210.
- Leigh-Hunt, N., Baggeley, D., Bash, K., Turner, V., Turnbull, S., Valtorta, N., & Caan, W. (2017). An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness. *Public Health*, 157-171.
- Nelson, B. W., Pettitt, A. K., Flannery, J. E., & Allen, N. B. (2020). *Rapid Assessment of Psychological and Epidemiological Correlates of COVID-19 Concern, Financial Strain, and Health-Related Behavior Change in a Large Online Sample*. <https://psyarxiv.com/jftze/> adresinden alındı
- Özatay, F., & Sak, G. (2020). Covid-19’un Ekonomik Sonuçlarını Yönetebilmek İçin Ne Yapılabilir? *Türkiye Ekonomi Politikaları Araştırma Vakfı*, 1-8.
- Parnell, D., Widdop, A.B., & Wilson, R. (2020). COVID-19, networks and sport. *Managing Sport and Leisure*, 2020; 1-8.
- Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). *Mental Health and The Covid-19 Pandemic*. *The New England Journal of Medicine*. *Advange Online Publication*. . <https://doi.org/10.1056/NEKMP2008017> adresinden alındı
- Pietrabissa, G. ve Simpson SG (2020). Psychological Consequences of Social Isolation During COVID-19 Outbreak. *Front. Psychol.* 11(2201), 1-4.
- Razai, M., Oakeshott, P., Kankam, H., Galea, S., & Stokes-Lampard, H. (2020). Mitigating the psychological effects of social isolation during the covid-19 pandemic. *BMJ*, 369.
- Rossi A, Panzeri A, Pietrabissa G, Manzoni GM, Castelnovo G, Mannarini S. The Anxiety-Buffer Hypothesis in the Time of COVID-19: When Self-Esteem Protects From the Impact of Loneliness and Fear on Anxiety and Depression. *Front Psychol.* 2020 Nov 10;11:2177.
- Sağlık Bakanlığı, A. (2020). *Covid-19 rehberi*. Ankara: Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı.
- Saladino, V., Algeri, D., & Auriemma, V. (2020). *The Psychological and Social Impact of Covid-19: New Perspectives of Well-Being*. *Perspective Published: Department of Human Sciences, Society and Health*. Lazio : University of Cassino.
- Taştan, C. (2020). *Covid-19 Salgını ve Sonrası Psikolojik ve Sosyolojik Değerlendirmeler*. Ankara: Polis Akademisi Yayınları.

- Taylor, S. (2019). *The Psychology of Pandemics: Preparing For The Next Global Outbreak of Infectious Disease*. Newcastle : Cambridge Scholars Publishing.
- Thornhill, R., & Corey, F. (2014). *Parasite-stress Theory of Values and Sociality*. Springer.
- Turner, B. S. (2011). *Tıbbi güç ve toplumsal bilgi* . İstanbul: Sentez Yayıncılık.
- Tükel, R. (2020). *Covid-19 Pandemi Sürecinde Ruh Sağlığı" TBB C19 Pandemisi 6. Ay Değerlendirme Raporu*. İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.
- Ulkar, G. (2021). *Covid-19 Pandemisinin Psikososyal Etkileri*. <https://sophosakademi.org/covid-19-pandemisinin-psiko-sosyal-acidan-etkileri> adresinden alındı.
- WHO. (2019). <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/global-research-on-novel-coronavirus-2019-ncov> adresinden alındı.
- WHO. (2020). *Coronavirus disease (COVID-19) outbreak situation*. WHO.
- Yavuz, K. (2020). Effects of COVID-19 Pandemic on Future of Social Policy. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(45), 181-193.
- Yıldırım, S. (2020). Salgınların Sosyal-Psikolojik Görünümü: Covid-19 (Coronavirüs) Pandemi Örneği. *TurkishStudies*.

Research Article**Covid-19 Pandemisinin Psikolojik ve Sosyal Etkilerinin Sosyal Politika Bağlamında İncelenmesi***Psychological and Social Effects of the Covid-19 Pandemic, Social Policy*

İsmail AKGÜL Sosyal Politikalar Uzmanı i_akgul@yahoo.com https:// orcid.org/0000-0002-0592-2130	Zuhal AYHAN Dr., Sosyal Politikalar Uzmanı zuhalayhan@yokak.gov.tr https://orcid.org/0000-0002-0843-2903	Arzu PEKGÖZ ÇEVİKER Dr., Kırıkkale Üniversitesi, İlköğretim ABD apekgoz@kku.edu.tr https://orcid.org/0000-0003-1671-7500
--	---	--

Extensive Summary

The Covid-19 pandemic has plunged humanity into a deep sense of fear and anxiety. Humanity has been faced with a deadly global epidemic that is very difficult to control with current life practices and has a high rate of contagion. Epidemics that affect people and society in many ways are biological, psychological and socio-economic phenomena that can cause structural and functional changes. It is aimed to reveal solution policies against social effects. Within the framework of this purpose, scans were made in the library and internet environment with the key concepts of "Covid-19", "psychological and social effects".

Epidemics, which affect people and society in many ways, are biological, psychological and socio-economic phenomena that can cause structural and functional changes. With the spread of the disease caused by the epidemic, the perception of vital risk almost becomes a component of the epidemic and people can show different behavioral forms from the usual flow of life. According to Furedi (2014), collective solidarity mechanisms decrease and social disintegration increases.

Along with the epidemic, these social handicaps can lead to vital anxiety and insecurity. This, in turn, affects the social adaptation and social functionality of the individual and prepares the ground for his alienation from himself and society.

The rapid spread of the epidemic, the increase in the number of people who lost their lives, the necessity of staying at home during the quarantine days applied all over the world or the compulsory loneliness create an intense pandemic psychology that leaves deep and traumatic effects on people. Especially those in the risk group, who think that they are at risk of dying and spreading the virus and that this process is more dangerous, are extremely worried, thinking that they are one step closer to death with the increase in the number of cases. Worry and fear can cause serious mental changes in risk groups and disadvantaged groups (Ulkar, 2021). In this context, with the effect of the long-lasting epidemic, the psychology of the pandemic can turn into a mass destruction and disrupt many functioning mechanisms of human and social psychology. For this reason, it is very important to overcome the negative psycho-social situations that occur during the quarantine days and to develop strategies for maintaining the psycho-social well-being at the individual and societal level. For these reasons, it is vital to restructure and organize community mental health service policies at local and national level. Epidemics, which cause changes in management and life with their global effects, also erode the sense of security by creating tunnels of fear (Turner, 2011).

Due to the fact that the disease causing the virus is contagious and the incubation period is long, it has become important to follow up the people who carry the virus during the epidemic period. As emphasized by the World Health Organization, technological devices were used to detect the people

they came into contact with and to determine the possibility of transmission, on the other hand, to check whether those who were not treated in the hospital and sent to quarantine comply with the rules (Pfefferbaum & North, 2020). From another aspect, it can be said that the rehearsal of life based on the digital society order is experienced and the Covid-19 Pandemic has given momentum to digital change and development.

In this descriptive study, it is aimed to examine the effects of social restrictions on the individual and society, which emerged within the framework of the measures taken with the Covid-19 epidemic, in the context of social policies and to reveal solution policies against their psycho-social effects. In the research, it is aimed to examine the psychosocial factors in the pandemic period according to the content analysis and semiotic analysis methods, under the following headings, with the descriptive survey model and content analysis:

- The Effect of Psychosocial Factors on Mental Health in the Pandemic
- Physical Restrictions, “Social Distancing” and Mental Health in the Pandemic
- Quarantine and Isolation Situations
- Examining the Effects of Covid-19 in terms of Social Policy

The semiotic analysis method is one of the most frequently used types of content analysis methods, and it is a method in which qualitative indicators are determined on a particular subject and information and findings on the relevant subject are compiled through these indicators (Karasar, 2012). In the study, the effects of the pandemic on mental health were analyzed through psychosocial factors, physical restraint, social distance, isolation and social policy basic indicators. The research was designed in a descriptive survey model, since the researchers did not have any interventions to change the current situation or conditions.

According to the effects of psychosocial factors on mental health, it can be stated that anxiety, anxiety, fear and depressive states are more common in individuals, and factors that are directly related to mental health in the literature are more common during the pandemic period. In this respect, the psychosocial factors of the pandemic period negatively affected mental health.

Social distance is a characteristic feature in the social structure that affects the interaction and relations of individuals with each other. In a society where the idea that what is out of sight will be out of mind also spreads to proverbs and social structure, prohibiting or preventing social rituals such as hand kissing and hugging has adversely affected mental health in many aspects such as exclusion or loneliness.

Quarantine is a situation that negatively affects the freedom of individuals on the one hand, and their communication and interaction with individuals in other social structures on the other. However, the difference between quarantine and social isolation is that beyond the social structure, family and first-degree relatives also come to the fore in quarantine. During this process, individuals also experience fears of being away from their loved ones, being alone, and dying alone. This situation negatively affects the mental health of individuals.

As a result, although quarantine, isolation, psychosocial factors and physical restrictions, which have negative effects on mental health during the Covid-19 period, negatively affect mental health, it is the social structure and social policies that should eliminate or minimize these effects. Social policies can contribute positively to the mental health of individuals by supporting the factors caused by the pandemic process in a positive way. From this point of view, social policies can have a vital role in the event of a negative social process, such as a pandemic, which is intense in psychological and psychiatric terms.

Pandemics, disasters, wars or similar negative developments can cause serious problems in the psychological and psychiatric structures of individuals, or more generally in their mental health, in developments that negatively affect the society or a large part of a social structure. Studies on this subject in the literature reveal that there is a statistically significant relationship between the Covid-19 pandemic and mental health (Rossi et al, 2022; Chen et al, 2020; Güzel et al, 2020; Parnell et al, 2020; Pietrabissa and Simpson, 2020). In the majority of these studies, isolation from the developments during the

pandemic period, physical restraint, social restraint and isolation, and psychosocial factors are among the most important factors affecting mental health. When the studies in the literature and social policies are examined together, social policies can produce solutions that will eliminate or minimize all these negativities.