



Covid-19 Korkusu ve Öznel İyi Oluş: Bilişsel Esneklik ve Psikolojik Sağlamlığın Sıralı Aracı Rolü

Fear of Covid-19 and Subjective Well-Being: The Sequential Mediating Role of Cognitive Flexibility and Psychological Resilience

● Ezgi Ekin Şahin¹, ● Berfin Töre²

¹Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, Türkiye

² Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir, Türkiye

ÖZ

COVID-19 korkusu ve iyi oluş arasındaki olumsuz ilişki son yıllarda ortaya konulmuştur. Ancak bu ilişkiyi etkileyen olası değişkenlerin araştırılması gerekmektedir. Bu çalışma, COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlığın sıralı aracı rolünü incelemeyi amaçlamaktadır. Altı yüz sekiz katılımcı (339 kadın ve 269 erkek, 18-79 yaş aralığında) COVID-19 Korkusu Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Bilişsel Esneklik Envanteri, Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği ile Yaşam Doyumu Ölçeğini çevrimiçi yoldan doldurdular. Araştırmada yol analizi, PROCESS makrosu kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Sıralı aracılık analizleri, bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlığın kontrol boyutunun COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye tam aracılık ettiğini göstermektedir. Başka bir deyişle COVID-19 korkusu, bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlığın kontrol boyutu aracılığıyla öznel iyi oluş üzerinde dolaylı olarak etkilemektedir. COVID-19'un olumsuz etkilerini azaltmak ve bireylerin iyilik halini artırmak için bilişsel esneklik ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin artırılması gerekmektedir.

Anahtar sözcükler: COVID-19, iyi oluş, psikolojik sağlamlık, bilişsel esneklik

ABSTRACT

The negative relationship between fear of COVID-19 and well-being has been revealed over the last years. However, the potential variables that affect this relationship need to be studied. This study examines the sequential mediating role of cognitive flexibility and psychological resilience in the relationship between fear of COVID-19 and subjective well-being. Six hundred and eight participants (339 females and 269 males, aged between 18-79 years) completed the Fear of COVID-19 Scale, the Brief Resilience Scale, the Cognitive Flexibility Inventory, the Positive and Negative Affect Schedule, and the Satisfaction with Life Scale online. The path analysis was conducted using PROCESS macro in the study. The sequential mediation analyses show that the control dimension of cognitive flexibility and psychological resilience fully mediate the relationship between fear of COVID-19 and subjective well-being. In other words, fear of COVID-19 indirectly affects subjective well-being via the control dimension of cognitive flexibility and psychological resilience. In order to restrain the adverse effects of COVID-19, individuals' cognitive flexibility and psychological resilience levels should be increased to enhance their well-being.

Keywords: COVID-19, well-being, psychological resilience, cognitive flexibility

Giriş

2019 yılında COVID-19 virüsünün yayılmasıyla birlikte bireylerin günlük yaşamları her alanda etkilenmeye başladı. Günlük yaşam rutinlerinin bozulmasıyla birlikte tüm bireyler için bir belirsizlik ortamı yaşanmıştır. Bu durum bireylerin korku duygularında farklı seviyelerde değişimlere neden olmuştur. Dünya Sağlık Örgütü'nün pandemi ilan etmesi ve virüse yönelik bilimsel araştırmaların artmasıyla belirsizlikler azalmış olsa da korku

duygusunun devam ettiği görülmektedir. Bu kapsamda COVID-19 korkusunun bireylerin duygusal durumlarını etkileyeceği tahmin edilmektedir.

COVID-19 korkusu, bireylerin COVID-19 virüs enfeksiyonu olasılığı ile karşı karşıya kaldıklarında yaşanan bir duygu olarak kavramsallaştırılmaktadır (Ahorsu ve ark. 2022). Pandeminin başlangıcından bu yana insanların yaşam kalitesinin nasıl etkilendiğini araştıran çalışmalarda artış olmuştur. Çeşitli kültürlerde COVID-19 korkusu ile kaygı, depresyon, stres

Yazışma Adresi/Address for Correspondence: Ezgi Ekin Şahin Anadolu Üniversitesi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi, Eskişehir, Turkey

E-posta/E-mail: ezgiekinsahin@anadolu.edu.tr **Geliş tarihi/Received:** 4.02. 2022 **Kabul tarihi/Accepted:** 19.08.2022

ORCID ID: 0000-0001-7659-8078

gibi psikolojik sıkıntılar arasında olumlu ilişkiler olduğu görülmektedir (Bitan ve ark. 2020, Lin ve ark. 2020, Wanberg ve ark. 2020, Bakioğlu ve ark. 2021, Di Blasi ve ark. 2021, Satici ve ark. 2021, Servidio ve ark. 2021, Vos ve ark. 2021). Yani bireylerin COVID-19 korkusu düzeyleri arttıkça psikolojik belirtileri de artmaktadır. Ayrıca araştırmalar, daha yüksek düzeyde bir COVID-19 korkusunun artan intihar düşüncesiyle ilişkili olduğunu göstermiştir (Mamun ve ark. 2021). Bu çalışmaların bulguları, COVID-19 korkusunun bireylerin ruh halini önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir.

Öznel iyi oluş, bireyin bilişsel değerlendirme yoluyla yaşam doyumuna ilişkin yargısı ve yaşamda bireysel doyum veren olumsuz duygulardan ziyade olumlu duygular hissetme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Diener ve Diener 1996). Diener'e (1984) göre öznel iyi oluşun üç bileşeni vardır; olumsuz duygu, olumlu duygu ve yaşam doyumunu. Ayrıca Diener (2006) öznel iyi oluşun, bireylerin yaşamlarına, başlarına gelen olaylara, bedenlerine ve zihinlerine ve içinde yaşadıkları koşullara ilişkin değerlendirmelerini kapsayan bir şemsiye kavram olduğuna dikkat çekmektedir. Bu açıklamalar, kavramın duygusal ve bilişsel boyutlarını temsil etmektedir.

Farklı ülkelerde yapılan araştırmalar, pozitif psikoloji bağlamında ele alınan değişkenler ile COVID-19 korkusu arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bulgular, COVID-19 korkusu ile yaşam doyumunu (Gündoğan 2021, Satici ve ark. 2021), pozitiflik (Bakioğlu ve ark. 2021), öznel mutluluk, umut, psikolojik sağlamlık (Satici ve ark. 2020), zihinsel iyi oluş (Satici ve ark. 2022), hayatın anlamı (Karataş ve Tagay 2021) ve iyi oluş (Ahuja ve ark. 2020, Deniz 2021, Özmen ve ark. 2021) arasında olumsuz ilişkiler olduğunu göstermektedir. Ayrıca çeşitli ülkelerde yapılan araştırmalar da COVID-19 korkusunun yaşam kalitesini düşürdüğünü göstermektedir (Dymecka ve ark. 2020, Wanberg ve ark. 2020, Özmen ve ark. 2021). COVID-19 korkusunun öznel iyi oluş üzerinde istenmeyen bir etkisi olduğu görülmektedir.

Bireylerin COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkide rol oynayan değişkenlerin belirlenmesi ruh sağlığı profesyonelleri için yol gösterici olacaktır. Buna paralel olarak, COVID-19 korkusu ile iyilik hali arasında olumsuz bir ilişki olduğu; bu ilişkinin farkındalık, iyimserlik ve sağlamlık puanları daha yüksek olan kişilerde daha zayıf olduğu belirlenmiştir (Vos ve ark. 2021). Bu bağlamda, bu çalışmanın bir diğer amacı, COVID-19 korkusu ve öznel iyi oluş ilişkisinde aracılık rolü bulunan değişkenleri ortaya koymaktır. Çok sayıda olası değişken incelenilse de özellikle psikolojik ve bilişsel faktörlerin incelenmesine karar verilmiştir. Bu nedenle bu araştırmada bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlık ele alınmaktadır.

Değişen çevresel uyaranlara uyum sağlamak için bilişsel yapıları değiştirme yeteneği bilişsel esneklik olarak adlandırılmaktadır (Dennis ve Vander Wal 2010). Başka bir tanımda ise kavram, bireyin herhangi bir durumda seçenekler ve uygun alternatiflerin farkında olması, esnek olmaya ve bir duruma uyum sağlamaya gönüllü olması ve esnek olabilmek için kendini yetkin hissetmesi olarak tanımlanmaktadır (Martin ve Rubin 1995). Dennis ve Vander Wal (2010) terimi iki boyutta kavramsallaştırmışlardır:

Kontrol ve Alternatifler. Birinci boyut, katı koşulları kişinin kontrolünde görme eğilimini temsil ederken, ikinci boyut, koşullar ve diğerlerinin davranışları için birden fazla farklı ifadeyi algılama ve böylece zor koşullara farklı çözümler üretme yeteneğini temsil eder. Mevcut alanyazın, bilişsel esnekliğin, kişinin refahı ile yakından ilişkili olan yüksek yaşam kalitesi ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Yelpaze ve Yakar 2019, Al-Zoubi 2020). Ayrıca bilişsel esneklik zihinsel (Demirtaş 2020), psikolojik (Cardom 2016, Malkoç ve Kesen Mutlu 2019) ve öznel iyi oluş (Muyan Yılık ve Demir 2020) ile olumlu yönde ilişkilidir. Araştırmalar, yüksek düzeyde kaygı ve depresyonun daha düşük bilişsel esneklik ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Wilson ve ark. 2018, Yu ve ark. 2020). Bilişsel esneklik ayrıca, duygu yönetimi becerilerini de olumlu yönde etkilemektedir (Ochsner ve Gross 2007). Tüm bulgular bilişsel esnekliğe sahip bireylerin duygu durum açısından avantajlı bir konuma sahip olduğunu göstermektedir. Öte yandan bilişsel esnekliğin iki boyutu ayrı ayrı incelendiğinde, yaşam doyumunu ile alternatiflerin olumlu, kontrolün ise olumsuz yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Çıkrıkçı 2018).

Bilişsel esneklik ve COVID-19 korkusu arasındaki ilişki geçen yıllarda incelenmiştir. Bu çalışmaların bulgularından biri, COVID-19'un algılanan tehdidi ile bilişsel esnekliğin kontrol boyutunun olumlu bir ilişkiye sahip olduğunu ve alternatif boyutunun Amerikalı yetişkinler arasında düşük ve olumlu bir ilişkiye sahip olduğunu göstermektedir (Kalia ve ark. 2020). Başka bir çalışma, bilişsel esnekliğin boyutlarının algılanan stres ile olumsuz ilişkili olduğunu ve kontrol boyutunun İranlı dış hekimleri arasında algılanan stres ve gelecekteki kariyer ilişkisine tam olarak aracılık ettiğini göstermektedir (Afshari 2020). Bu sonuçlar bilişsel esnekliğin boyutlarının bireysel olarak incelenmesi gerektiği fikrini desteklemektedir.

Birçok araştırmacı psikolojik sağlamlığı farklı şekilde tanımlamaktadır. Örneğin, Connor ve Davidson (2003) psikolojik sağlamlığı, bireylerin zorlukların üstesinden gelmek için sahip oldukları nitelikler olarak görmektedir. Ayrıca, Luthar ve arkadaşları (2000), önemli zorluklar karşısında olumlu bir şekilde uyum sağlamayı içeren dinamik bir süreç olarak tanımlamaktadır. Buna ek olarak, Smith ve arkadaşları (2008) stresten geri dönme veya toparlama yeteneği olarak tanımlamaktadır. Kavramın birçok tanımı olsa da Fletcher ve Sarkar (2013) olumsuzlukların ve olumlu uyumun tüm bunların ortak noktaları olduğunu belirtmektedir. İlgili alanyazında psikolojik sağlamlık ile benliği destekleyen minnettarlık, kendini kabul etme, öz yeterlik, özerklik (Kardaş ve Yalçın 2021), benlik saygısı (Arslan 2019) gibi değişkenler arasında olumlu yönde anlamlı ilişkiler bulunmaktadır.

Ruh sağlığı bağlamında psikolojik sağlamlık, ruh sağlığı sıkıntıları ile olumsuz olarak ilişkilendirilmiştir (Hu ve ark. 2015, Gloria ve Steinhardt 2016, Lereya ve ark. 2016). Öte yandan psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumunu (Arslan 2019, Yıldırım ve Belen 2019) ve mutluluk (Lü ve ark. 2014) arasında olumlu bir ilişki vardır. Ek olarak, Katrina Kasırgası veya Deepwater Horizon Petrol Sızıntısı gibi afetlere maruz kalan bireylerle yapılan çalışmaların sonuçları,

psikolojik sağlamlığın uzun süreli depresyon ve travma sonrası depresyon oranlarını azalttığını göstermektedir (Shenesey ve Langhinrichsen-Rohling 2015, Blackmon ve ark. 2017).

Psikolojik sağlamlık ile COVID-19'un duygusal etkileri arasındaki ilişki hakkında mevcut bir alanyazın bulunmaktadır. Amerika Birleşik Devletleri'nde sokağa çıkma yasakları sırasında yapılan bir araştırmada, aile, arkadaş ve diğer önemli kişilerden daha fazla sosyal destek algılayan, daha fazla dışarı çıkan, daha fazla dua eden, daha fazla egzersiz yapan ve daha iyi uyuyan bireylerin yılmazlık düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Killgore ve ark. 2020). Diğer çalışmalarda, İsraili yetişkinler (Pijenburg ve ark. 2021), Ukraynalı sağlık çalışanları (Chaban ve ark. 2021) ve Türk yetişkinler (Gündoğan 2021) arasında kendilerini psikolojik olarak dayanıklı algılayan bireylerin daha az ruh sağlığı sorunu yaşadıkları ortaya konulmuştur. Ek olarak, sağlamlık düzeyi yüksek olan bireylerin gelecek kaygısı daha düşüktür ve öznel zihinsel iyi oluş üzerinde etkiler bildirmektedirler (Paredes ve ark. 2021). Ayrıca, Türk erişkinlerinde pandemi öncesi ve sonrasında değerlendirilen psikolojik belirtilerde psikolojik sağlamlığın aracı rolü olduğu ortaya konmuştur (Bilge ve Bilge 2021). Bu bağlamda pandeminin duygusal etkileri açısından psikolojik sağlamlığın koruyucu bir işleve sahip olduğu anlaşılmaktadır.

Türkiye'de ilk COVID-19 vakası 11 Mart 2020'de bildirilmiştir. Hükümet, okulları ve üniversiteleri kapatmak ve konser gibi kalabalık etkinlikleri iptal etmek gibi çeşitli ihtiyati tedbirleri derhal uygulamaya başlamıştır. Aynı yıl, belirli zamanlarda sokağa çıkma yasağı uygulanmıştır. Mart 2021'de, bir önceki yıla göre insanların zamanlarının çoğunu evde geçirmiştir. Verilerin toplandığı ilk gün olan 3 Mart 2021'de Türkiye'de enfekte vaka sayısı 11.520, ölü sayısı ise 65'ti. Öte yandan, son katılımcının çalışmaya dahil olduğu 17 Mart 2021'de enfekte vaka sayısı 18.912, ölü sayısı ise 73'tü. Ayrıca aynı tarihte toplam vaka sayısı 2.930.554 ve ölü sayısı ise 29.696 şeklindeydi (Saglik Bakanligi 2021). Sonuç olarak, veri toplama sırasında enfekte vaka ve ölüm sayısı artmış durumdaydı.

Bu çalışma, COVID-19 korkusu, bilişsel esneklik, psikolojik sağlamlık ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri araştırmak amacıyla ilişkisel bir çalışma olarak tasarlanmıştır. Alanyazındaki bazı bulgular, duyguların bilişsel esneklik üzerindeki önemli etkisini ortaya koymaktadır. Örneğin, Wang ve arkadaşları (2017), 'duygusal durumların, muhakemeleri değiştirmeye yanıt olarak ön singulat korteksin aktivitelerini modüle ettiğini' belirtmektedir. Ek olarak, Wu ve arkadaşları (2021), bilişsel esnekliğin COVID-19 ile ilgili internet dili (CINL) ile ruh sağlığı arasındaki ilişkide tam aracı rolü olduğunu bildirmektedir. Araştırmacılar, 'CINL'in tetiklediği olumlu duyguların bireylerin bilişsel esnekliğini artırabileceğini' belirtiyorlar. Sonuç olarak COVID-19 korkusunun bireylerin bilişsel esneklik düzeylerini azaltacağı değerlendirilmiştir.

Bilişsel esnekliğin bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini geliştirdiği belirtilmiştir (Genet ve Siemer 2011, Aydın Sünbül 2020). Sunulan bilgiler ışığında çalışmanın amacı, COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlığın sıralı aracılık rolünü test etmektir. Sonuç

olarak şu hipotezler önerilmiştir: Bilişsel esnekliğin COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasında aracı rolü vardır. Psikolojik sağlamlık, COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasında aracı bir role sahiptir. Son olarak, bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlık, COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasında sıralı bir aracı role sahiptir.

Yöntem

Örneklem

Bu çalışmanın örneklemini 18 yaş ve üstü 696 katılımcı oluşturmaktadır. Ancak, kontrol sorularına verilen yanlış cevaplar nedeniyle 74 katılımcıya ilişkin veriler kullanılmamıştır. Buna ek olarak, Mahalanobis mesafe analizine bağlı olarak 13 katılımcıya ilişkin veriler çıkarılmıştır. Bu nedenle analizler 608 katılımcının verileri ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların kişisel bilgileri Tablo 1'de yer almaktadır. Katılımcıların %55,8'i kadın (N=339) ve %44,2'si erkektir (N=269). Katılımcıların yaşları 18 ile 79 arasında değişmekte olup, ortalama yaşı 34.31'dir (SS = 11.08). Katılımcıların çoğu (%72.4) en az lisans derecesine sahiptir. Katılımcıların 438'i (%72,04) çalışan, 121'i (%19,9) öğrenci, 25'i (%4,11) çalışmayan ve 24'ü (%3,95) emeklidir. İkamet ettikleri yer ile ilgili olarak 528 (%86,84) katılımcı büyük şehirlerde, 80 (%13,16) katılımcı ise diğer şehirlerde yaşadığını belirtmiştir. COVID-19'a maruz kalma ile ilgili olarak 71 (%11,7) katılımcının kendisine, 132 (%21,7) katılımcının ise birlikte yaşadığı kişiye COVID-19 tanısı konmuştur.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim, meslek, ikamet yeri ve COVID-19'a maruz kalma ile ilgili demografik bilgileri toplanmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların Kişisel Bilgileri			
	Grup	f	%
Cinsiyet	Kadın	339	55.8
	Erkek	269	44.2
	Toplam	608	100
Eğitim	İlköğretim	6	1
	Lise	44	7.2
	Üniversite	440	72.4
	Yüksek Lisans	91	15
	Doktora	27	4.4
Toplam	608	100	
Çalışma durumu	Çalışan	438	72.04
	Çalışmayan	25	4.11
	Emekli	24	3.95
	Öğrenci	121	19.9
Toplam	608	100	
COVID-19 tanı durumu	Tanı almış	71	11.7
	Tanı almamış	537	88.3
	Toplam	608	100
Birlikte yaşanan bireylerde COVID-19 tanı durumu	Tanı almış	132	21.7
	Tanı almamış	476	78.3
	Toplam	608	100

COVID-19 Korkusu Ölçeği

Ölçek, bireylerde COVID-19 korku düzeyini değerlendirmek için geliştirilmiştir (Ahorsu ve ark. 2022). Kesinlikle katılmıyorum ile kesinlikle katılıyorum arasında değişen beşli Likert tipi yedi maddeden oluşan tek boyutlu bir ölçektir. Artan puanlar COVID-19 korkusunun arttığını göstermektedir. Türkçe uyarlaması Bakıoğlu ve arkadaşları (2021) tarafından yapılmış ve Cronbach alfa katsayısı .88 olarak bildirilmiştir. Bu çalışmada Cronbach alfa katsayısı .82 olarak bulunmuştur.

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği

Ölçek olumlu ve olumsuz duyguları değerlendirmek için kullanılmaktadır (Watson ve ark. 1988). Ölçek, 10'u olumlu, 10'u olumsuz duyguyu değerlendiren 20 maddeden oluşmaktadır. Maddeler beşli Likert tipinde derecelendirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Gençöz (2000) tarafından yapılmıştır, olumlu duygulanım ve olumsuz duygulanım için Cronbach alfa katsayısı sırasıyla .86 ve .83 olarak bildirilmiştir. Bu çalışmada Cronbach alfa katsayısı olumlu duygulanım için .88, olumsuz duygulanım için .87 olarak bulunmuştur.

Yaşam Doyumu Ölçeği

Ölçek, tamamen katılmıyorum ile tamamen katılıyorum arasında değişen beşli Likert tipinde değerlendirilen beş maddeden oluşan tek boyutlu bir ölçektir (Diener ve ark. 1985). Yüksek puanlar yaşam doyumunun yükseldiğini göstermektedir. Türkçe uyarlaması Dağlı ve Baysal (2016) tarafından yapılmıştır ve Cronbach alfa katsayısı .88 olarak bildirilmiştir. Bu çalışmada Cronbach alfa katsayısı .87 olarak bulunmuştur.

Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği

Ölçek, bireysel sağlık düzeyini ölçmek için kullanılmaktadır (Smith ve ark. 2008). Altı maddelik beşli Likert tipinde derecelendirilen tek boyutlu bir ölçektir. Yüksek puanlar psikolojik sağlamlığın arttığını göstermektedir. Türkçe uyarlaması Doğan (2015) tarafından yapılmıştır ve Cronbach alfa katsayısı .83 olarak bildirilmiştir. Bu çalışmada Cronbach alfa katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

Bilişsel Esneklik Envanteri

Ölçek, farklı durumlarda bireylerin bilişsel esneklik düzeylerini ölçmek için kullanılmaktadır (Dennis ve Wal, 2010). Beşli Likert tipinde derecelendirilen yirmi maddelik, iki boyutlu bir ölçektir. Türkçe uyarlaması Gülüm ve Dağ (2012) tarafından yapılmıştır ve Cronbach alfa katsayısı alternatifler için .89, kontrol için .85 ve tüm ölçek için .90 olarak bildirilmiştir. Bu çalışmada Cronbach alfa katsayısı sırasıyla .87, .84 ve .88 olarak bulunmuştur.

İşlem

Bu çalışma Anadolu Üniversitesi Etik Kurulu tarafından 25757 referans numarası ile 3 Mart 2021 tarihinde onaylanmıştır. Katılımcılara çevrimiçi bağlantı üzerinden ulaşılmıştır ve ilk aşamada katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Katılımcılara çalışmanın amacı, anonimlik, çalışmayı bırakma hakkı ve gönüllülük hakkında bilgi verilmiştir. Katılımcılar,

bilgilendirilmiş onamı onaylandıktan sonra Demografik Bilgi Formu, COVID-19 Korkusu Ölçeği, Bilişsel Esneklik Envanteri, Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği'ni doldurmuştur. Katılımcılar veri toplama araçlarını doldurduktan sonra, katılımları için teşekkür eden otomatik bir mesaj gönderilmiştir. Veriler toplandıktan sonra betimleyici istatistikler SPSS 22 Programında analiz edilmiş ve aracılık analizi PROCESS makrosu kullanılarak gerçekleştirilmiştir (Hayes ve Preacher 2013).

İstatistiksel Analiz

Araştırma kapsamında standart sapma, basıklık ve çarpıklık katsayısı, Pearson Korelasyon Katsayısı ve sıralı aracı değişken analizi kullanılmıştır. Verilerin analizlere uygunluğunu test etmek için her bir değişken için normal dağılım varsayımı test edilmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerleri -1 ve +1 sınırları içinde olduğundan veriler normal dağılmış olarak kabul edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkilerin anlamlılığı Pearson korelasyon katsayısı ile test edilmiştir. Araştırmanın modeli, alanyazından yola çıkarak, COVID-19 korkusunun öznel iyi oluşu yordayacağı düşüncesi üzerine tasarlanmıştır. Alanyazındaki bazı bulgular bilişsel esnekliğin psikolojik sağlamlığı etkilediğini ortaya koymuştur. Bu nedenle, model bilişsel esnekliğin psikolojik sağlamlığı yordayacağı şekilde tasarlanmıştır. COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlığın sıralı aracı rolü PROCESS makrosu ile test edilmiştir (Hayes 2013). Son olarak, yeniden örnekleme seçeneği kullanılarak 5000 yeniden örneğe dayalı Bootstrap analizleri yapılmış ve %95 güven aralığındaki değerleri incelenmiştir.

Bulgular

Korelasyon Analizi

Tüm değişkenler için çarpıklık değerleri -.18 ile +.10 arasında ve basıklık değerleri -.26 ile +.62 arasında olduğu için verilerin normal dağıldığı değerlendirilmiştir. Buna bağlı olarak, Pearson korelasyon katsayısı değerleri rapor edilmiştir. Tablo 1'de gösterildiği gibi, COVID-19 korkusu psikolojik sağlamlık, bilişsel esneklik-kontrol boyutu, bilişsel esneklik ve öznel iyi oluş ile olumsuz ilişkilidir (sırasıyla $r = -.23$, $r = -.25$, $r = -.14$, $r = -.19$, $p < .01$). Buna ek olarak, psikolojik sağlamlık bilişsel esnekliğin tüm boyutlarıyla (bilişsel esneklik- alternatif için $r = .26$, bilişsel esneklik-kontrol için $r = .62$ ve bilişsel esneklik için $r = .50$, $p < .001$) ve öznel iyi oluş ile olumlu yönde ilişkili bulunmuştur ($r = .50$, $p < .01$). Son olarak, bilişsel esneklik-kontrol ve bilişsel esneklik- alternatif ve genel bilişsel esneklik, öznel iyi oluş ile olumlu yönde ilişkilidir (sırasıyla $r = .45$, $r = .26$, $r = .41$, $p < .01$).

Aracı Değişken Analizi

Bilişsel esneklik- alternatif boyutu, COVID-19 korkusu ile anlamlı bir şekilde ilişkili olmadığı için, tüm analizler yalnızca bilişsel esneklik-kontrol boyutu ile yürütülmüştür. Şekil 1'de görüleceği gibi, sonuçlar COVID-19 korkusunun bilişsel esneklik- kontrol boyutunu ($B = -.22$, $SE = .04$, $p < .001$) ve psikolojik sağlamlığı ($B = -.07$, $SE = .03$, $p = .009$) istatistiksel açıdan anlamlı şekilde

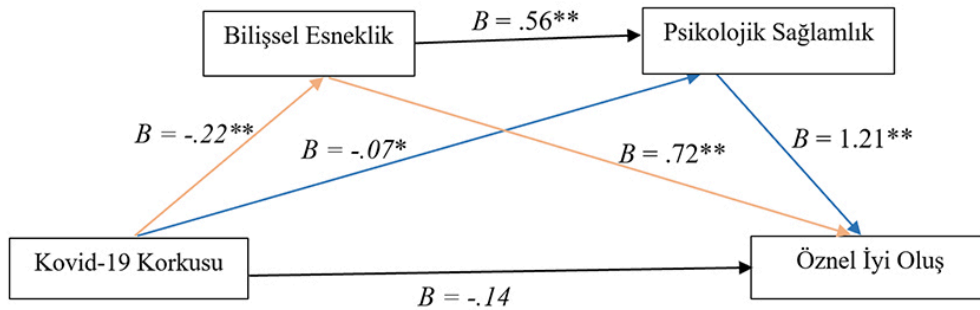
yordadığını göstermektedir. Ayrıca, bilişsel esneklik- kontrol boyutu psikolojik sağlamlığı ve öznel iyi oluşu yordamaktadır (sırasıyla $B = .56, SE = .03, p < .001, B = .72, SE = .04, p < .001$). Son olarak, psikolojik sağlamlık öznel iyi oluşu yordamaktadır ($B = 1.21, SE = .15, p < .001$). Model, öznel iyi oluş toplam varyansının %29'unu açıklamaktadır ($R^2 = .29, F(3,604) = 81.58, p < .001$).

Sonuçlar, basit aracılık ve sıralı aracılık hipotezlerini desteklemektedir (bkz. Tablo 3). Özellikle, COVID-19 korkusunun öznel iyi oluş üzerine dolaylı etkisinin anlamlı olduğu ($B = -.06, \%95 \text{ GA } [-.19; -.09]$), dolayısıyla bilişsel esneklik-kontrol boyutunun COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye aracılık ettiği görülmektedir. Benzer şekilde, COVID-19 korkusunun öznel iyi oluş üzerine dolaylı etkisinin anlamlı olduğu ($B = -.03, \%95 \text{ GA } [-.06; -.007]$) ve psikolojik sağlamlığın COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye aracılık ettiği görülmektedir. Son olarak, hem bilişsel esneklik-kontrol boyutunun hem de psikolojik sağlamlığın sıralı aracılık etkisinin istatistiki açıdan anlamlı olduğu görülmektedir ($B = -.05, \%95 \text{ GA } [-.08; -.03]$). Sonuçlar, COVID-19 korkusunun öznel iyi oluş üzerindeki toplam dolaylı etkisinin anlamlı olduğunu göstermektedir ($B = -.39, \%95 \text{ GA } [-.53; -.26]$). Ancak; COVID-19 korkusunun öznel iyi oluş üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı değildir ($B = -.14, \%95 \text{ GA } [-.33; .06]$). COVID-19 korkusunun doğrudan etkisinin önemsiz olması, modele iki aracı değişkenin dâhil edilmesinin COVID-19 korkusunun öznel iyi oluş üzerindeki doğrudan etkisini ortadan kaldırdığını göstermektedir.

Tartışma

Bu çalışma, COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlığın sıralı aracı rolünü incelemektedir. Sonuçlar bilişsel esneklik-kontrol boyutunun COVID-19 korkusu ile olumsuz yönde ilişkiliyken, bilişsel esneklik-alternatif boyutunun COVID-19 korkusu ile anlamlı bir ilişkiye sahip olmadığını göstermektedir. Sıralı aracı değişken analizleri bilişsel esneklik-kontrol boyutu ve psikolojik sağlamlığın COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye tam aracılık ettiğini göstermektedir.

COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki, pandeminin başlangıcından itibaren incelenen bir konudur. Alanyazındaki çalışmalara paralel olarak, bu çalışmada COVID-19 korkusu ve iyi oluş arasında olumsuz bir ilişki bulunmuştur (Ahuja ve ark. 2020, Deniz 2021, Özmen ve ark. 2021, Satıcı ve ark. 2022). Korku, ilkel bir duygu olarak bireylerde savaş ya da kaç tepkisine neden olmaktadır. Mevcut pandemi durumunda bireyler evde kalmaya, başkalarıyla bir araya gelmemeye, uzaktan çalışma veya eğitim almaya zorlanmıştır. Türkiye'de sokağa çıkma yasağının sona erdiği söylene bile, insanlar tıbbi maske takmak veya sosyal mesafeyi korumak gibi bazı önlemleri sürdürmeye çalışmışlardır. Bu koşullar katılımcılara yabancı olabilir ve virüsle mücadele edecek alanları kalmamış olabilir. Bu şartlar altında katılımcılar kaçmayı seçmek zorunda kalmış olabilirler. Bu alışılmadık yaşam



Şekil 1. Sıralı Aracı Model

Not: B = standardize olmayan yol katsayısı, * $p < .01$, ** $p < .001$

Tablo 2. Değişkenler Arasındaki İlişkiler

	1	2	3	4	5	6
COVID-19 korkusu	1	-.233 [*]	-.017	-.246 [*]	-.141 [*]	-.185 [*]
Psikolojik sağlamlık		1	.260 [*]	.620 [*]	.498 [*]	.503 [*]
Bilişsel esneklik- Alternatifler			1	.421 [*]	.878 [*]	.262 [*]
Bilişsel esneklik- Kontrol				1	.804 [*]	.454 [*]
Bilişsel esneklik					1	.412 [*]
Öznel iyi oluş						1
Ortalama	17.63	20.09	52.99	26.31	79.30	25.15
SS	5.01	4.16	5.48	4.42	8.37	14.19
α	.82	.84	.89	.85	.90	-

^{*} $p < .01$

Tablo 3. COVID-19 Korkusunun Öznel İyi Oluş Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkileri

	Model 1 BD= Bilişsel Esneklik- Kontrol			Model 2 BD= Psikolojik Sağlamlık			Model 3 BD= Öznel İyi Oluş			Dolaylı Etkiler		
	B (SH)	p	95% GA	B (SH)	p	95% GA	B (SH)	p	95% GA	Etki	SH	95% GA
COVID-19 Korkusu	-.22 (.04)	.00	[-.29; -.15]	-.07(.03)	.009	[-.12; -.02]	-.14 (.10)	.17	[-.33; .06]			
Bilişsel Esneklik-Kontrol				.56(.03)	.00	[.50; .62]	.72 (.14)	.00	[.44; .99]			
Psikolojik Sağlamlık							1.21 (.15)	.00	[.91; 1.5]			
KK -> BE-K -> ÖİÖ										-.06	.02	[-.19; -.09]
KK -> PS-> ÖİÖ										-.03	.01	[-.06; -.007]
KK -> BE-K -> PS -> ÖİÖ										-.05	.01	[-.08; -.03]
R ²	.06			.39			.29					
Not. KK = COVID-19 korkusu, BE-K = Bilişsel Esneklik- Kontrol, PS = Psikolojik Sağlamlık, ÖİÖ = Öznel İyi Oluş, BD = Bağımlı Değişken, B = Standardize Olmayan Yol Katsayısı, GA = Güven Aralığı, SH = Standard Hata.												

tarzı, toplulukçu Türk nüfusu için öznel iyi oluşun azalmasına neden olabilir. Sonuç olarak, COVID-19 korkusu bireyler için tehdit edici bir faktör olarak kabul edilmektedir.

COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye bakıldığında bilişsel esneklik- kontrol boyutunun aracı değişkenlerden biri olduğu tespit edilmiştir. Bilişsel esneklik ile COVID-19 korkusu (Kalia ve ark. 2020) ve öznel iyi oluş (Muyan Yılık ve Demir 2020) arasındaki ilişki alanyazındaki çalışmalarla ortaya konmuştur. Bu çalışmaların sonuçları yüksek seviyede bilişsel esnekliğin düşük COVID-19 korkusu ve yüksek seviyelerde öznel iyi oluş ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Mevcut çalışmanın sonuçları bu ilişkilerle paralellik göstermektedir. Bu çalışmanın modeli incelendiğinde, COVID-19 korkusunun bireylerin durumun kontrol edilebilirliğini görmelerini zorlaştırdığı anlaşılmaktadır. Pandemi günlerinin alışılmadık yaşam tarzı içinde insanlar, kontrol edilemeyen ve öngörülemeyen durumlar nedeniyle endişeli hissedebilirler. Alanyazın, bilişsel esnekliğin duygu düzenleme becerileri (Ochsner ve Gross 2007) ve problem çözme stilleri (Buğa ve ark. 2018, Kalia ve ark. 2019) ile olumlu yönde ilişkili olduğunu vurgulamaktadır. Bilişsel esneklik hem kişisel hem de kişilerarası olumlu etkileri olan arzu edilen bir özellik olarak görünmektedir. Ancak COVID-19 korkusunun bilişsel esneklik- kontrol boyutu üzerindeki olumsuz etkisi duygu düzenlemede azalmaya neden olabilir. Sonuç olarak, öznel iyi oluş düzeyindeki azalma kaçınılmaz görünmektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu, COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın kısmi aracı rolüdür. Başka bir deyişle, düşük korku düzeyine sahip bireyler, öznel iyi oluşlarını koruyan yüksek düzeyde bir sağlamlığa sahiptirler. Benzer ilişkiler alanyazında sunulmuştur. Psikolojik sağlamlığın insanları zorlu durumlarla karşılaştıklarında olumlu

bir şekilde uyum sağlamaya yönlendirdiği belirtilmektedir (Luthar ve ark. 2000). Psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireyler pandemiye daha hızlı uyum sağladıkça daha yüksek düzeyde bir korku yaşamayabilirler. Bu durum, daha yüksek seviyelerde öznel iyi oluş ile sonuçlanabilir. Bu varsayımına paralel olarak psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireylerde COVID-19 ile ilgili endişe düzeyi daha düşüktür (Killgore ve ark. 2020). Bu açıdan psikolojik sağlamlık, bireylerde COVID-19 korkusuna karşı koruyucu bir rol üstlenebilir.

Bu çalışmanın sonuçları COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye bilişsel esneklik-kontrol boyutunun ve psikolojik sağlamlığın sıralı aracılık ettiğini göstermektedir. Ayrıca aracı değişkenler arasında olumlu bir ilişki vardır. Bu bulgu, alanyazında bilişsel esnekliğin bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini artırdığını ortaya koyan çalışmalarla paralellik göstermektedir (Genet ve Siemer 2011, Aydın Sünbül 2020).

Bu çalışmanın belirli sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle, veri toplama süreci öz bildirim dayalı şekilde gerçekleştirilmiştir. Öz bildirim çalışmalarının en temel sorunlarından birisi sosyal istenirliktir (van de Mortel 2008). Sosyal istenirlik veri toplama araçlarındaki maddelerle kontrol edilebilmesine rağmen bu çalışmada kontrol edilmemiştir. İkinci sınırlılık, veri toplama yöntemidir. İnternet araştırmalarındaki yüksek yarıda bırakma oranı nedeniyle (Hoerger 2010), potansiyel katılımcılar kaybedilmiş olabilir. Üçüncü ve son sınırlılık örneklemdir. Mevcut araştırma Türkiye’de gerçekleştirildiğinden, olasılığa dayalı olmayan örneklem ve kültürel farklılıklar dikkate alındığında sonuçları genellemek tartışmalı olabilir.

Sonuç

Bu çalışma, COVID-19 korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve psikolojik sağlamlığın aracı rolünü inceleyen ilk çalışmalardan biridir. Bu nedenle, bu çalışmanın sonuçlarını doğrulamak için bu faktörlerin aracı rolünü test etmeye hala ihtiyaç vardır. Gelecekteki çalışmalar bu ilişkiyi öz bildirim araçları kullanarak ve görüşmeler yaparak araştırabilir. Ayrıca, araştırmacılar sonuçları genellemek için farklı kültürlerde bu ilişkileri araştırabilirler.

Kaynaklar

Ahorsu DK, Lin CY, Imani V, Saffari M, Griffiths MD, Pakpour AH (2022) The fear of covid-19 scale: Development and initial validation. *Int J Ment Health Addict*, 20:1537-1545.

Ahuja KK, Banerjee D, Chaudhary K, Gidwani, C (2021) Fear, xenophobia and collectivism as predictors of well-being during coronavirus disease 2019: An empirical study from India. *Int J Soc Psychiatry*, 61:46-53.

Al-Zoubi EM (2020) Quality of life and its relationship with cognitive flexibility among higher education students. *Journal of Educational and Social Research*, 10:156-156.

Arslan G (2019) Mediating role of the self-esteem and resilience in the association between social exclusion and life satisfaction among adolescents. *Pers Individ Dif*, 151:109514.

Aydın Sümbü Z (2020) Mindfulness, positive affection and cognitive flexibility as antecedents of trait resilience. *Stud Psychol (Bratisl)*, 62:277-290.

Bakioğlu F, Korkmaz O, Ercan H (2021) Fear of covid-19 and positivity: Mediating role of intolerance of uncertainty, depression, anxiety, and stress. *Int J Ment Health Addict*, 19:2369-2382.

Bilge Y, Bilge Y (2021) Travma sonrası büyüme açısından bir risk faktörü olarak psikolojik sağlamlık: koronavirus salgını örneği. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12:312-325.

Bitan DT, Grossman-Giron A, Bloch Y, Mayer Y, Shiffman N, Mendlovic S (2020) Fear of covid-19 scale: Psychometric characteristics, reliability and validity in the Israeli population. *Psychiatry Res*, 289:113100.

Blackmon BJ, Lee J, Cochran Jr DM, Kar B, Rehner TA, Baker Jr AM (2017) Adapting to life after hurricane katrina and the deepwater horizon oil spill: An examination of psychological resilience and depression on the mississippi gulf coast. *Soc Work Public Health*, 32:65-76.

Di Blasi M, Gullo S, Mancinelli E, Freda MF, Esposito G, Gelo OCG et al. (2021) Psychological distress associated with the covid-19 lockdown: A two-wave network analysis. *J Affect Disord*, 284:18-26.

Buğa A, Özkamalı E, Altunkol F, Çekiç A (2018) Üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklik düzeylerine göre sosyal problem çözme tarzlarının incelenmesi. *Gaziantep University Journal of Educational Sciences*, 2:48-58.

Cardom RD (2016) The mediating role of cognitive flexibility on the relationship between cross-race interactions and psychological well-being. (Doctoral thesis). Kentucky, University of Kentucky.

Chaban O, Khaustova O, Mishyiev V, Grinevich E, Assonov D (2021) Resilience influence to healthcare professionals' emotional state during covid-19 quarantine. *Psychiatry, Psychotherapy and Clinical Psychology*, 12:150-157.

Connor KM, Davidson JRT (2003) Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depress Anxiety*, 18:76-82.

Çıkrıkçı Ö (2018) The predictive roles of cognitive flexibility and error-oriented motivation skills on life satisfaction. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 9:717-727.

Dağlı A, Baysal N (2016) Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15:1250-1263.

Demirtaş AS (2020) Cognitive flexibility and mental well-being in Turkish adolescents: The mediating role of academic, social and emotional self-efficacy. *Anales de Psicologia*, 36:111-121.

Dennis JP, Vander Wal JS (2010) The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognit Ther Res*, 34:241-253.

Diener E (1984) Subjective well-being. *Psychol Bull*, 95:542-575.

Diener E (2006) Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *J Happiness Stud*, 7:397-404.

Diener E, Diener C (1996) Most people are happy. *Psychol Sci*, 7:181-185.

Doğan T (2015) Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği'nin Türkçe uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 3:93-102.

Dymecka J, Gerymski R, Machnik-Czerwik A (2020) Fear of covid-19 as a buffer in the relationship between perceived stress and life satisfaction in the Polish population at the beginning of the global pandemic. *Health Psychol Rep*, 9:149-159.

Fletcher D, Sarkar M (2013) Psychological resilience. *Eur Psychol*, 18:12-23.

Gençöz T (2000) Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15:19-26.

Genet JJ, Siemer M (2011) Flexible control in processing affective and non-affective material predicts individual differences in trait resilience. *Cogn Emot*, 25:380-388.

Gloria CT, Steinhart, MA (2016) Relationships among positive emotions, coping, resilience and mental health. *Stress Health*, 32:145-156.

Gülüm IV, Dağ İ (2012) Tekrarlayıcı düşünme ölçeği ve bilişsel esneklik envanterinin Türkçeye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 13:216-223.

Gündoğan S (2021) The mediator role of the fear of covid-19 in the relationship between psychological resilience and life satisfaction. *Curr Psychol*, 40:6291-6299.

Hoerger M (2010) Participant dropout as a function of survey length in internet-mediated university studies: Implications for study design and voluntary participation in psychological research. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 13:697-700.

Hu T, Zhang D, Wang J (2015) A meta-analysis of the trait resilience and mental health. *Pers Individ Dif*, 76:18-27.

Kalia V, Fuesting M, Cody M (2019) Perseverance in solving sudoku: Role of grit and cognitive flexibility in problem solving. *J Cogn Psychol (Hove)*, 31:370-378.

Kalia V, Knauff K, Hayatbini N (2020) Cognitive flexibility and perceived threat from covid-19 mediate the relationship between childhood maltreatment and state anxiety. *PloS One*, 15:e0243881..

Karataş Z, Tagay Ö (2021) The relationships between resilience of the adults affected by the covid pandemic in Turkey and covid-19 fear, meaning in life, life satisfaction, intolerance of uncertainty and hope. *Pers Individ Dif*, 172:110592.

Kardaş F, Yalçın İ (2020) The broaden-and-built theory of gratitude: testing a model of well-being and resilience on Turkish college students. *Participatory Educational Research*, 8:141-159.

Killgore WD, Taylor EC, Cloonan SA, Dailey NS (2020) Psychological resilience during the covid-19 lockdown. *Psychiatry Res*, 291:113216.

Lereya ST, Humphrey N, Patalay P, Wolpert M, Böhnke JR, Macdougall A et al. (2016) The student resilience survey: Psychometric validation and associations with mental health. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*, 10:44.

- Li F, Luo S, Mu W, Li Y, Ye L, Zheng X et al. (2021) Effects of sources of social support and resilience on the mental health of different age groups during the covid-19 pandemic. *BMC Psychiatry*, 21:16.
- Lin CY, Broström A, Griffiths MD, Pakpour AH (2020) Investigating mediated effects of fear of covid-19 and covid-19 misunderstanding in the association between problematic social media use, psychological distress, and insomnia. *Internet Interv*, 21:100345.
- Luthar SS, Cicchetti D, Becker B (2000) The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Dev*, 71:543–562.
- Lü W, Wang Z, Liu Y, Zhang H (2014) Resilience as a mediator between extraversion, neuroticism and happiness, PA and NA. *Pers Individ Dif*, 63:128-133.
- Malkoç A, Kesen Mutlu A (2019) Mediating the effect of cognitive flexibility in the relationship between psychological well-being and self-confidence: A study on Turkish university students. *International Journal of Higher Education*, 8:278-287.
- Mamun MA, Sakib N, Gozal D, Bhuiyan AI, Hossain S, Bodrud-Doza M et al. (2021) The covid-19 pandemic and serious psychological consequences in Bangladesh: A population-based nationwide study. *J Affect Disord*, 279:462-472.
- Martin MM, Rubin RB (1995) A new measure of cognitive flexibility. *Psychol Rep*, 76:623-626.
- Muyan Yılık M, Demir A (2020) A pathway towards subjective well-being for Turkish university students: The roles of dispositional hope, cognitive flexibility, and coping strategies. *J Happiness Stud*, 21:1945-1963.
- Ochsner KN, Gross JJ (2007) The neural architecture of emotion regulation. In *Handbook of Emotion Regulation* (Ed JJ Gross): 87-109. New York, Guilford Press.
- Özmen S, Özkan O, Özer Ö, Zubaroğlu Yanardağ M (2021) Investigation of covid-19 fear, well-being and life satisfaction in Turkish society. *Soc Work Public Health*, 36:164-177.
- Paredes MR, Apaolaza V, Fernandez-Robin C, Hartmann P, Yañez-Martinez D (2021) The impact of the covid-19 pandemic on subjective mental well-being: The interplay of perceived threat, future anxiety and resilience. *Pers Individ Dif*, 170:110455.
- Pijnenburg LJ, de Haan L, Smith L, Rabinowitz J, Levine SZ, Reichenberg A et al. (2021) Early predictors of mental health in mid-adulthood. *Early Interv Psychiatry*, 15:158-166.
- Saglik Bakanligi (2021) Day table of coronavirus in Turkey. <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66935/genel-koronavirus-tablosu.html>. (Access date: 23.09.2021)
- Satici B, Gocet Tekin E, Deniz ME, Satici SA (2021) Adaptation of the fear of covid-19 scale: Its association with psychological distress and life satisfaction in Turkey. *Int J Ment Health Addict*, 19:1980-1988.
- Satici B, Saricali M, Satici SA, Griffiths MD (2022) Intolerance of uncertainty and mental wellbeing: Serial mediation by rumination and fear of covid-19. *Int J Ment Health Addict*, 20:2731–2742.
- Satici SA, Kayis AR, Satici B, Griffiths MD, Can G (2020) Resilience, hope, and subjective happiness among the Turkish population: Fear of covid-19 as a mediator. *Int J Ment Health Addict*, doi: 10.1007/s11469-020-00443-5..
- Servidio R, Bartolo MG, Palermi AL, Costabile A (2021) Fear of covid-19, depression, anxiety, and their association with internet addiction disorder in a sample of Italian students. *J Affect Disord Rep*, 4:100097.
- Shenese JW, Langhinrichsen-Rohling J (2015) Perceived resilience: Examining impacts of the deepwater horizon oil spill one-year post-spill. *Psychol Trauma*, 7:252-158.
- Smith BW, Dalen J, Wiggins K, Tooley E, Christopher P, Bernard JJ (2008) The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *Int J Behav Med*, 15:194–200.
- Van de Mortel TF (2008) Faking it: Social desirability response bias in self-report research. *Aust J Adv Nurs*, 25:40-48.
- Wanberg CR, Csillag B, Douglass RP, Zhou L, Pollard MS (2020) Socioeconomic status and well-being during covid-19: A resource-based examination. *J Appl Psychol*, 105:1382-1396.
- Watson D, Clark LA, Tellegen A (1988) Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *J Pers Soc Psychol*, 54:1063-1070.
- Wilson CG, Nusbaum AT, Whitney P, Hinson JM (2018) Trait anxiety impairs cognitive flexibility when overcoming a task acquired response and a preexisting bias. *PLoS One*, 13:e0204694.
- Yelpaze İ, Yakar L (2019) Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ve bilişsel esnekliklerinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9:913-935.
- Yıldırım M, Belen H (2019) The role of resilience in the relationships between externality of happiness and subjective well-being and flourishing: A structural equation model approach. *J Posit Psychol*, 3:62-76.
- Yu Y, Yu Y, Lin Y (2020) Anxiety and depression aggravate impulsiveness: The mediating and moderating role of cognitive flexibility. *Psychol Health Med*, 25:25-36.
- Vos LM, Habibović M, Nyklíček I, Smeets T, Mertens G (2021) Optimism, mindfulness, and resilience as potential protective factors for the mental health consequences of fear of the coronavirus. *Psychiatry Res*, 300:113927.