



# TOPLUM RUH SAĞLIĞI ÇALIŞMA GRUBU

## 1. ULUSAL VE ULUSLARARASI GELİŞMELER

### 1.1. Uluslararası Kuruluşların Etkinlikleri

#### 1. Dünya Sağlık Örgütü (WHO):

Pandeminin başından itibaren sürece liderlik eden Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) 18 Mart 2020'de "COVID-19 salgını sırasında ruh sağlığı ve psikososyal değerlendirme" isimli ruh sağlığı rehberini yayınlamıştır <sup>1</sup>. Ardından "COVID-19 salgını sırasında temel sağlık hizmetlerinin devamlılığı hakkında nabız araştırması" isimli çalışmayı planlayarak pandemi sürecinde temel sağlık hizmetlerinin durumunu değerlendirmiştir. Ağustos 2020'de yayımlanan araştırma sonuçlarına göre ruhsal hastalıkların tedavisinde %61'lik bir aksaklığın olduğu ortaya konulmuştur <sup>2</sup>. Dünya Hasta Güvenliği günü olan 17 Eylül'de hastaların güvenliği için sağlık çalışanlarının güvenliği ve ruh sağlığının iyileştirilmesi gerektiğini vurgulamıştır <sup>3</sup>. Dünya Ruh Sağlığı günü olan 10 Ekimde ise yayınlamış olduğu "COVID-19'un ruhsal, nöroloji ve madde kullanım hizmetleri üzerindeki etkisi" isimli çalışmada ise ruh sağlığı hizmetlerindeki aksaklıkları daha ayrıntılı olarak ortaya koymuştur <sup>4</sup>. Aynı gün "Ruh Sağlığı için Büyük Olay" isimli çevrimiçi bir etkinlik düzenlenmiştir <sup>5</sup>.

DSÖ'ye göre pandeminin toplum ruh sağlığına iki yönde etkisi olmuştur: Birincisi ruh sağlığı hizmetlerine talep artışı, yani hâlihazırda ruh sağlığı veya psikososyal desteğe ihtiyaç duyan insan sayısındaki artış, ikincisi ise ruh sağlığı hizmetlerinin kesintiye uğraması. Ruh sağlığı tesislerinin COVID-19'lu kişiler için bakım tesislerine dönüştürülmesi, ruh sağlığı personelinin virüsle enfekte olması ve yüz yüze hizmetlerin kapanması, ruh sağlığı personelinin COVID-19 bakım hizmetlerinde görev alması bu kesintilerin başlıca sebebinin oluşturmıştır.

Dr Ghebreyesus, ruh sağlığına yönelik ifadeleriyle durumun ciddiyetine vurgu yaparken, Kestel, ise pandemi sürecinde ruh sağlığı hizmetlerinin ölçeklendirilmesi ve yeniden düzenlenmesini, geleceğe uygun bir ruh sağlığı sistemi oluşturulmasında bir fırsat olarak görmektedir. DSÖ salgının başından bu yana yayınlamış olduğu rehber, rapor ve çalışmalar ile pandeminin ruhsal ve psikolojik etkilerini vurgulamakta ve ülkeleri ruh sağlığı hizmetlerini aksatmamaları için önlem almaya davet etmektedir.

DSÖ, 130 ülkenin katılımı ile "COVID-19'un zihinsel, nörolojik ve madde kullanımı hizmetleri üzerindeki etkisi" çalışmasında, Haziran ve Ağustos 2020 arasında sağlık bakanlıklarındaki ruh sağlığı birimleri tarafından doldurulan web tabanlı bir anket uygulamıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre;

- Ruh sağlığı hizmetlerinde farklı düzeyde aksaklıklar meydana gelmiştir. COVID-19 salgını süresince dünya çapındaki ülkelerin % 93'ünde ruh sağlığı hizmetlerinde aksama olmuştur.
- Ruh sağlığı hizmetlerinden hastanelerindeki ayakta tedavi hizmetleri ve toplum temelli hizmetler daha fazla etkilenmiştir.



- Ülkelerin pandemi sürecinde geliştirdikleri ruh sağlığı hizmet modellerinin başında ise tele-sağlık uygulamaları olduğu görülmüştür. Ancak burada da özellikle düşük gelirli ülkelerde hizmete erişim sınırlı olmaktadır <sup>4</sup>.

**DSÖ Yönetim Kurulu, Şubat 2021 Kararları:** Halk sağlığı acillerinde ruh sağlığı hizmetlerini hazırlık ve müdahale planlarına dahil etmenin önemi vurgulanmıştır. Bu konuyla ilgili bazı öneriler sunulmuştur <sup>6</sup> :

- Ruh sağlığı hizmetlerinin izlemi için DSÖ'nün üye devletlere teknik destek sağlaması,
- Halk sağlığıyla ilgili acil durumlarda DSÖ'nün üye ülkelere kapsayıcı, bütünlük, kanıta dayalı birinci basamak ile toplum ruh sağlığı hizmetlerine ulaşım ve psikososyal desteğe erişimi teşvik etme ve genişletme konusunda yardımcı olması,
- DSÖ'nün küresel, bölgesel ve ülke düzeylerinde ruh sağlığı üzerine çalışma kapasitesinin güçlendirilmesi,
- DSÖ'nün evrensel sağlık kapsamı konusundaki çalışmaların tüm yönlerine sistematik olarak entegre edilmesi
- Ruh sağlığı için yeterli fon ayrılması diğer sağlık uzmanları arasında ruh sağlığı bilgisinin yaygınlaştırılması,
- COVID-19'un ruhsal, nörolojik durumlar ve madde kullanım üzerindeki etkisini incelemek ve sonuçları üye devletlerle paylaşılması.

Tüm bunlara ek olarak DSÖ özellikle yaşlılar gibi en savunmasızlar için sosyal uyumu güçlendiren ve yalnızlık ile mücadele eden eylemlere desteğin devam etmesi, gıda paketlerinin sağlanması, yalnız yaşayan insanlarla düzenli telefon görüşmesi gibi çevrimiçi faaliyetlerin düzenlenmesi ve bu tür girişimlerde hükümetten, yerel yetkililerden, özel sektörden ve genel kamuoyundan desteğin sürdürülmesinin önemini vurgulamaktadır <sup>7</sup>.

## 2. Dünya Tabipler Birliği (WMA):

Dünya Tabipler Birliği, Ekim 2020'de COVID-19 mücadelesinde görev yapan sağlık çalışanlarına yönelik açıklamalarında çalışanların maruz kaldığı enfeksiyon riski, malzeme ve insan kaynağı eksikliği, hekimlerin vaka/ölüm oranının yüksekliği ve sağlık çalışanları arasında fiziksel ve duygusal yorgunluğa dikkat çekilmiştir. Bu konuda acil çözüm bulunması gerektiğini belirten birlik, bazı önerilerde bulunmuştur. Önerileri arasında COVID-19'un sağlık çalışanları için meslek hastalığı olarak tanımlanması ve sağlık çalışanlarının bu dönemde riskli grup olarak değerlendirilerek ruh sağlığı hizmetlerinde öncelik verilmesi gerektiğine yer vermiştir <sup>8</sup>.

Ayrıca, Dünya Tıp Dergisi Editörü Jorge, COVID-19 tanısı alanların izolasyonunun yeni ruhsal bozuklukların tanısında artışa ve daha önce ruhsal bozukluğu olan bireylerin kötüleşmesine neden olduğunu belirtmiştir. Jorge'e göre anksiyete ve farklı türden korkular, izole olan bireylerde en yaygın durumlardır. Depresyon ve alkol kötüye kullanımı, savunmasız grupları etkileyen başlıca sorunlardır. Yakın birinin kaybı, ekonomik kayıp, işsiz kalma duygusal sıkıntıya katkıda bulunan faktörlerdendir <sup>9</sup>.

## 3. Dünya Psikiyatri Birliği (WPA):

WPA'nın internet sitesinde "Koronavirus Ruh Sağlığı Kaynakları" adı altında bir link açılmıştır. Bu linkin içeriğinde birçok farklı dilde metinler ve videolar bulunmaktadır. Farklı ülkelerin tıp alanındaki organizasyonları ve psikiyatri derneklerinin de COVID-19'un ruhsal etkileri ve bunlarla baş etme yöntemlerini içeren çalışmalarına yer verilmiştir.





WPA'nın 2020-2023 dönemi aksiyon planları alanlarından biri de toplum ruh sağlığı olarak belirlenmiştir. Bu plan kapsamında Toplum Ruh Sağlığı çalışma grubu tarafından "COVID-19 hakkında bilgilendirme" metni hazırlanmıştır. Bu metin, COVID-19'un fiziksel ve ruhsal etkilerini, enfeksiyondan korunma ve tedavi yollarını, COVID-19'a yönelik toplum ruh sağlığı girişimlerini, ulusal ve uluslararası kaynakları ve çevrimiçi kurs, webinar vb. eğitim etkinliklerini kapsamaktadır.

#### **4. Avrupa Psikiyatri Birliği (EPA):**

EPA'nın internet sitesinde "[COVID-19 Kaynakları Merkezi](#)" adı altında bir link açılmıştır. Bu linkin içeriğinde birçok farklı dilde materyal bulunmaktadır. Farklı ülkelerin psikiyatri derneklerinin ve sosyo-kültürel organizasyonlarının COVID-19'un ruhsal etkileri ve bunlarla baş etme yöntemlerini içeren metinlerine yer verilmiştir.

EPA Ulusal Dernekler Konseyi tarafından aylık olarak yayınlanan "InterACT Newsletter" adlı bültenlerinde işbirliği içerisindeki farklı ülke psikiyatri derneklerinin COVID-19'la ilişkili çalışmalarına gelişmelere yer verilmektedir. Bültenin [Haziran 2020](#) sayısında Türkiye Psikiyatri Derneği'nin COVID-19 salgınıyla ilgili etkinlik ve deneyimlerini içeren üç yazı yer almıştır.

EPA ayrıca COVID-19'la ilişkili sağlık uygulamalarına ilişkin basın bildirimleri de yayımlamaktadır. En güncel bildirimleri "Ağır ruhsal hastalıkları olan bireylere aşılama öncelik verilmesi" ile ilgili olmuştur <sup>10</sup>.

#### **5. Dünya Ruh Sağlığı Federasyonu (WFMH):**

[WFMH](#)'in internet sitesinde "Ruh sağlığı ve COVID-19" isimli bir link mevcuttur. Linkin içeriği dünyanın birçok yerinde konuya ilişkin haberler, aktiviteler, açıklamalardan oluşmaktadır. Link farklı dillerle metinler içermektedir <sup>11</sup>.

Geçtiğimiz yıl dünya ruh sağlığı gününde COVID-19'un ruh sağlığı üzerine etkileri, bir insan hakkı ve evrensel sağlık sigortasının hayati bir parçası olarak ruh sağlığı temalarının öne çıktığı açıklama yayınlamıştır. Mayıs 2020'de "COVID-19 ve ruh sağlığı konusunda harekete geçme ihtiyacı" başlıklı politika metni yayınlamıştır. Metinde COVID-19'un fiziksel sağlık krizi olarak başladığı, ama ruh sağlığı alanında da krize yol açabilecek potansiyeli barındırdığı, sağlıklı bir toplum için kritik öneme sahip bu konuda harekete geçilmesi gerekliliği vurgulanmıştır <sup>12</sup>.

#### **6. Avrupa Halk Sağlığı Derneği (EUPHA):**

[EUPHA](#) çatısı altında toplum ruh sağlığı bölümü 2020 yılı raporunda; geçtiğimiz yıl için amacını COVID-19 günlerinde ruh sağlığını etkileyen ve zorluklarla baş etme yollarına katkı sağlayabilecek potansiyel olarak geliştirilebilecek/değiştirilebilecek faktörleri belirleme ihtiyacının farkındalığını arttırmak olarak belirlemiştir <sup>13</sup>.

Ekim 2020'de gerçekleştirilen toplum ruh sağlığı konferansında COVID-19 pandemisinde ruh sağlığı konulu iki çalışma sunmuştur. "COVID-19 pandemisinin sağlık çalışanlarının ruh sağlığı üzerine etkisi", "Düşünmek onu öyle mi yapıyor? COVID-19 salgını sırasında karşılaşılan güçlükler, endişe, tecrübe ve ruh sağlığı arasındaki farklı ilişkiler", araştırmalarını gerçekleştirmiştir. "COVID-19'un ortasında tatil sezonu ve Avrupa'da büyüyen ruh sağlığı krizi" adlı bir açıklama gerçekleştirmiştir <sup>13</sup>.

#### **7. Uluslararası İntiharı Önleme Derneği (IASP):**



[IASP](#), bünyesinde intiharın belirli bir yönüne derinlemesine odaklanan çalışma gruplarının (Special Interest Groups) çalışmaları yürütülmektedir. Haber Bülteni, Brifingler ve Krizler (The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention) adlı resmi bilimsel dergisi yayınları arasında yer almaktadır. Derneğin [Youtube kanalı](#) bulunmaktadır <sup>14-15</sup>.

**COVID-19 Kaynak Merkezi:** IASP tarafından derlenen Covid-19 kaynaklarından oluşmakta; pandemi ile intihar davranışı, intihar düşüncesi ve kendine zarar verme ile ilgili bilgi sağlamaktadır <sup>16</sup>.

**Tablo 1. COVID-19 Kaynak Merkezi – IASP aktiviteleri**

Aktivite	İçerik
<b>Brifingler</b>	
Mart 2020 tarihli	‘Koronavirüs Salgını’
Nisan 2020 tarihli	‘COVID-19 pandemisi sırasında intihar bildirme’
Nisan 2020 tarihli	‘İş yerleri ve profesyonel derneklere yardımcı olma’
Mayıs 2020 tarihli	‘COVID-19 pandemisinden kaynaklanan küresel intiharla ilgili riske yanıt verme’
<b>Uluslararası kurumları ve sivil toplum kuruluşları</b>	Uluslararası kurumlar ile sivil toplum kuruluşlarından derlenen; intiharı önleme, akıl sağlığı ve Covid-19 ile ilgili kaynaklar bulunmakta
<b>Dış yayınlar</b>	COVID-19, intihar ve intiharı önleme ile ilgili, yayınlar bulunmakta
<b>Dış kaynak ve araçlar</b>	Çeşitli ülkelerden ve bölgelerden derlenen kaynaklar yer almakta
<b>İntihar araştırmaları</b>	İntiharı önleme ve Covid-19 ile ilgili yürütülen araştırmaların yer aldığı bir dizin bulunmakta
<b>Web semineri serisi</b>	Nisan 2020'den itibaren ‘Ruh Sağlığı ve Covid-19’ adlı, Lancet Psychiatry, Mental Health Innovation Network, MHPSS.net ve United for Global Mental Health işbirliğiyle <a href="#">web semineri serisi</a> (haftada bir gün) yürütülmekte <sup>14-17</sup>

#### **8. Küresel Ruh Sağlığı Akran Ağı (GMHPN):**

[GMHPN](#), farklı yaş, cinsiyet, coğrafya ve ırktan üyeleriyle 30'dan fazla ülkede küresel bir topluluk olup, pandemi süresince ruhsal bozukluk deneyimi yaşayan bireylere çevrimiçi destek çalışmaları yapmaktadır.

Ruh sağlığı koşulları ve ruh sağlığında insan hakları konusunda yaşanmış deneyimi olan kişiler için uluslararası bir kuruluş olarak, insani, etik ve kullanıcı odaklı ruh sağlığı hizmetlerini destekleyen uluslararası bir kuruluş olan Federation global initiative on psychiatry ([FGIP](#)) ile ortak bir bildiri hazırlayıp, COVID-19 yönelik tedbirlerle ilgili öneriler sunmuştur. Ayrıca psikiyatri hastanelerinde yatan hastalar ve bu birimlerin yöneticileri için bildirimlerde bulunulmuştur.





## 9. Avrupa Ruh Sağlığı (MHE):

COVID-19 krizi sırasında ruh sağlığını desteklemek için bir yardım hattı ve hizmet haritası oluşturmuştur. Yirmi üç Avrupa ülkesindeki [MHE](#) üyelerinin desteği ile bilgiler toplanmış, etkileşimli bir harita üzerinden farklı ülkelerde COVID-19 sırasında ruh sağlığı desteği sağlayan yardım hatları veya hizmetler hakkında daha fazla bilgiye ulaşılmasına yardımcı olmak hedeflenmiştir. Örneğin MHE'nin web sitesinden Türkçe olarak Sağlık Bakanlığı KORDEP uygulamasına da link verilmiştir. Yine web sitesinde ruhsal bozukluk tanısı olan bireylere destek yardım sağlayacak açıklamalar, basın duyuruları yayınlanmıştır.

## 1.2. Ulusal Akademik / Mesleki / Sivil Toplum Kuruluşlarının Sağlık Çalışanları ve Kamuya Yönelik Etkinlikleri

### 1. Türk Tabipleri Birliği (TTB):

İlk olarak, [Türk Tabipleri Birliği](#) 17 Nisan 2020'de sağlıkta şiddetle mücadele günü kapsamında 1 dakikalık saygı duruşu çağrısında bulunmuştur <sup>18</sup>. Ardından, 18.08.2020 tarihinde Ercan Kesal ile TTB Ali Özyurt Edebiyat Matineleri kapsamında bir söyleşi düzenlemiş, 20.08.2020 tarihinde COVID-19 ve Okullar adlı webinar da okul ruh sağlığı konusuna değinilmiştir <sup>19</sup>.

TTB ve Türkiye Psikiyatri Derneği birlikte "Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı" anketini uygulamışlar <sup>20</sup>, 14-18 Eylül tarihleri arasında TTB bir eylem çağrısında bulunarak siyah kurdele takma suretiyle sağlık çalışanlarının tükenmişliğine dikkat çekmiş, ayrıca hayatını kaybeden sağlık çalışanlarını ülkenin dört bir yanında anılmıştır. TTB ayrıca Toplum ve Hekim adlı dergide Toplum Ruh Sağlığı konusunda iki sayı çıkarmıştır <sup>21-22</sup>.

Pandemi sürecinin başından beri tabip odaları da toplum ruh sağlığı konusunda farklı çalışmalar yapmıştır. Örneğin Ankara Tabip Odası "ALO ATO" hattı ile sağlık çalışanlarına süreç boyu destek verirken, Film Okuma Atölyesi, Düş Gezileri (e-tur), Sanat Tarihi Yürüyüş Rotası gibi sosyal etkinliklerle ve Savaş Acil ve Afet Durumlarında Kadının Güçlenmesi gibi webinarlarla da toplumu desteklemiştir. Bursa Tabip Odası Pandemi Öyküleri Yarışması düzenlerken, Samsun Tabip Odası Sağlıkta Mizah konulu bir mizah öykü yarışması düzenlemiştir. İzmir Tabip Odası Sanatla Sağlık Buluşmaları'nı ve 25.02.2021'de Kadın Psikiyatristler Kadın Filmlerini Konuşuyor etkinliğini düzenlemiştir. Ayrıca 16.12.2020'de Pandemi Sürecinde Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı adlı konferansı, süreç içinde farklı film söyleşilerini, COVID-19 ve Aile İlişkileri adlı konferansı, Afetlerde Ruh Sağlığı ve Psikososyal Yaklaşım adlı çevrimiçi toplantıyı gerçekleştirdi. Ayrıca Hekim Gözüyle Pandemi Günlükleri fotoğraf yarışmasını ve Okay Temiz ile Ritim ve Workshop adlı etkinliği de düzenlemiştir. Yine İzmir Tabip Odası; Kapalı Alanda Psikiyatri konusunda "Cezaevinde İnsan Olmak" başlığını da içeren 6. Siyasal Psikoloji konferansını düzenlemiştir.

İstanbul Tabip Odası iptal edilen kültür turlarının yerine Düş Gezileri adıyla sanal turları getirmiş ve bu kapsamda Mimar Sinan ve İstanbul Eserleri sanal tur serisi dahil turlar gerçekleştirmiştir. Kırılmanın Dünyası konulu felsefe oturumu ve Evrimsel Psikiyatri Penceresinden Düşünen İnsanın Öyküsü, Pandemide Çocuk Ergen Ruh Sağlığı, Pandeminin Psikososyal Etkileri ve Başa Çıkma Yolları, Cinsel Şiddet Sonrası Suskunluk Duvarını Aşmak: İfşa gibi çeşitli konularda webinarlar düzenlemiştir. Ayrıca 14 Mart Tıp Haftası kapsamında bir fotoğraf yarışması da gerçekleştirmektedir.



## 2. Türkiye Psikiyatri Derneği (TPD):

[TPD](#), bünyesindeki çalışma birimleri tarafından spesifik konular üzerine düzenlenen bilgilendirme materyallerini “COVID-19 ve Ruh Sağlığı” başlıklı bir link altında toplamıştır. Burada yer alan metin ve videoların bazıları ruhsal hastalığı olan bireylere ve yakınlarına; bazıları branş ayırmaksızın tüm sağlık çalışanlarına ve sağlık kurumu yöneticilerine; bazıları yalnızca ruh sağlığı profesyonellerine; bazıları yaşlılar, huzurevi/ bakım kurumlarında yaşayanlar, mülteciler vb. kırılgan gruplara ve onlarla ilgilenen personele; bazıları ise bu süreçte ruhsal iyilik halinin korunabilmesi ve desteklenebilmesi için faydalanılabilecek, halka yönelik metinlerdir.

- 18-20 Aralık 2020 tarihleri arasında düzenlenen 56. Ulusal Psikiyatri Kongresi'nin teması “Salgın ve Sonrasında Psikiyatri” olarak belirlenmiştir. Pandemi sürecinde bireyin ve toplumun ruh sağlığına ilişkin pek çok konu detaylı olarak ele alınmıştır.
- Çeşitli oyuncu, müzisyen ve gazetecilerin yer aldığı [#kaygıyı değil DAYANIŞMAYI BULAŞTIRIN!](#) kampanyası ile sosyal etkileşim platformlarında farkındalık çalışması yapılmıştır.
- Sağlık Çalışanları Ruhsal Destek Hattı kurulmuştur. 200'e yakın gönüllü psikiyatristin görev aldığı telefon hattı tüm sağlık çalışanlarına 7/24 hizmet verecek şekilde düzenlenmiş; 6 Nisan 2020- 31 Mayıs 2020 arasında hizmet vermiş ve gereksinimin azalması nedeniyle sonlandırılmıştır.
- Resmi sağlık otoritelerinin gerek tedavi gerekse de koruyucu sağlık hizmetleri uygulamalarında ruhsal hastalığı olan bireyler ve sağlık profesyonellerin ruhsal sağlıklarına olası etkiler ilgili açıklamalar ve basın bildirimleri yayımlanmıştır. Bu metinlere TPD'nin internet sayfasından ulaşılabilir.<sup>23</sup>

## 3. Türk Psikologlar Derneği (TPD):

[Türk Psikologlar Derneği](#) pandemi süresince çeşitli faaliyetler ile toplum ruh sağlığını geliştiren çalışmalar yürütmüştür. Derneğin Çift ve Aile Çalışmaları Birimi, -Çocuk ve Ergen Çalışmaları Birimi, Spor ve Egzersiz Çalışmaları Birimi, -Travma Afet ve Kriz Birimleri tarafından 2020 yılı içerisinde Nisan ve Mayıs ayları arasında “COVID-19 Pandemi Süreci Bilgilendirme Serisi” başlığında farklı gelişim süreçleri ve toplumun farklı kesimlerine yönelik bilgilendirici yazılar oluşturulmuş ve derneğin sosyal medya ve dijital kanalları aracılığı ile topluma yaygınlaştırılmıştır. Bu kapsamda ele alınan başlıklar “Çift ve Ailelerde Normalleşme Süreci”, “Rutinlerin Önemi”, “Çift ve Ailelerde Öz bakım”, “Çocuklarda Görülebilecek Stres Tepkileri”, “Çocuk ve Ergenlerde Normalleşme”, “Öz bakım ve Baş Etme Kaynakları”, “Sporcular İçin Motivasyon ve Hedef Belirleme”, “Sporcu Ailelerine Tavsiyeler”, “Egzersiz Yapan Bireylere Öneriler”, tüm toplum için “Psikolojik Dayanıklılık ve Anlamlandırma”, “Kayıp ve Yas”, “Baş Etme Becerileri ve Kaynaklar”, “Kaygı ve Panik Döngüsü”, “Travma Perspektifinden Yaklaşım” temaları ile ele alınmıştır. Bunun yanı sıra Travma Afet ve Kriz Birimi tarafından temel travma bilgisine sahip ve klinik görüşme yürütme yeterliği olan psikologlara yönelik bir çağrı gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda gönüllülük ilkesi ile sağlık çalışanları başta olmak üzere tüm topluma açık çevrimiçi psikolojik danışmanlık görüşmeleri yürütülmüştür<sup>24</sup>.

## 4. Psikiyatri Hemşireleri Derneği (PHD):





[PHD](#), hemşirelerin psikososyal iyilik hallerinin korunması ve desteklenmesi amacıyla Türk Hemşireler Derneği ile iş birliği içinde meslektaşlarına yönelik bilgilendirme, dayanışma ve destek içeren mesaj ve infografikleri derneğin web sayfasından ve sosyal medya hesaplarından paylaşmıştır.

Psikososyal Destek Dayanışma Ağının COVID-19 çalışmaları içinde ve İstanbul İl Sağlık Müdürlüğü koordinasyonunda ruh sağlığı alanında yer alan diğer meslek örgütleri ile birlikte, Koronavirüs Online Ruhsal Destek Programı (KORDEP-İST) çatısı altında oluşturulan hizmet modelinde PHD üyeleri gönüllü destek hattında hizmet vermektedirler.

Derneğe mail ya da telefon ile başvurarak destek talebinde bulunan meslektaşlarına, uzman psikiyatri hemşireleri ile görüşme yapmalarını sağlayarak psikososyal destek sunmaktadır<sup>25</sup>.

### 5. Türk Hemşireler Derneği (THD):

[THD](#) hemşirelerin COVID-19 sürecinde ortaya çıkan özlük hakları ve diğer çalışma ortamı ile ilgili sorunlarla ilgili Sağlık Bakanlığı nezdinde birçok başvuru ve çalışma yapmıştır.

- COVID-19 salgınına ilişkin sorun ve taleplerin belirlenmesi için çevrimiçi anket hazırlanıp ve sonuçlar değerlendirilerek raporlanmıştır. THD Yönetim Kurulu üyeleri tarafından hastane yöneticilerine destek telefonları açılmıştır.
- [Türk hemşireler Derneği YouTube](#) kanalı oluşturularak bu kanaldan hemşirelere, sağlık çalışanlarına, topluma yönelik Covid-19 hastalığı ile ilgili bilgilendirme yazıları, sunumları, mesajları hazırlanmıştır.
- DSÖ, ICN vb. Uluslararası kurum/kuruluşlarının rehber, bilgilendirme ve öneri yazıları Türkçeye çevrilerek paylaşılmıştır. “Covid-19 Hemşire Eğitim Rehberi ve Bakım Algoritmaları” başlıklı eğitim rehberi hazırlanmıştır.
- Türk Hemşireler Derneği Bülteni’nin Covid-19 özel sayıları hazırlanıp paylaşılmıştır.
- Sağlık Meslek Örgütleri ile birlikte “#EmekçilerRiskAltında” etiketi ile Twitter etkinliği gerçekleştirilmiştir.
- Covid-19 mücadelesinin kahramanları hemşirelere destek amaçlı “#FarkındayımYanımdayım” etiketi ile Twitter etkinliği gerçekleştirilmiş ve THD yönetim kurulu üyeleri ve hemşireler videoları ile etkinliğe destek vermiştir.
- Ulusal kanallarda hemşirelik adına bilgilendirmeler yapılmıştır.
- İzmir depremi adından meslektaşlar ve mağdurlar ziyaret edildi. THD öğrenci komisyonu sahada yapılan çalışmalara destek oldu ve öğrencilerin ihtiyaçlarına yönelik çevrim içi destek çalışmaları yapmıştır<sup>26</sup>.

### 6. İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi (İTF) Biyo-Psiko-Sosyal İzlem Modeli:

İTF COVID-19 Hastaları İzlem Merkezi’ne kayıtlı hastalarla Halk Sağlığı Anabilim Dalı doktorları tarafından yapılan düzenli görüşmelerde ruhsal destek talebi olan kişilerin iletişim bilgileri KLP birimi sorumlu hekimine iletilmekte, ilgili KLP doktorları tarafından hastalar aranarak ruhsal yakınmalarına yönelik görüşme yapılmaktadır. İlk telefon görüşmesi sonrasında hastaların gereksinimlerine yönelik olarak izlem sürecinde telefon görüşmeleri ya da yüz yüze görüşmelerle psiko-sosyal destek ya da psikiyatrik tedavi yapılmaktadır. Yüz yüzde görüşmeler KLP bilim dalında haftada bir gün ayrılan COVID-19 Polikliniği’nde



yapılmakta olup, yalnızca hastalığı geçirmiş kişiler değil, bu süreçten etkilenen hasta yakınları ile hastalık nedeniyle ölen kişilerin yakınlarına da ruhsal destek ve tedavi sağlanmaktadır.

## 7. Sivil Toplum Kuruluşları:

Sivil toplum kuruluşları pandemi döneminde çalışma alanlarını hızlı bir dönüşümle çevrimiçi araçlara taşımıştır. Bunun yanı sıra COVID-19 ve etkilerini merkeze alan yeni faaliyetler planlamışlardır. Bu kapsamda yazının devamında sivil toplum kuruluşları tarafından yürütülen, doğrudan ya da dolaylı olarak ruh sağlığını merkeze alan çalışmalara (uygulama ve yayın faaliyetleri) örnekler verilecektir.

**EMDR Derneği Travma İyileştirme Grubu** gönüllü psikoterapistleriyle, koronavirüs tanısı almış kişilere ve yakınlarına, koronavirüs'ten etkilenen kişilere doğrudan hizmet veren tüm çalışanlara ve koronavirüs sebebiyle hayatını kaybeden bireylerin yakınlarına, gönüllülük ilkesine dayalı olarak randevu sistemi ile haftanın her günü 8.00–23.00 saatleri arasında ücretsiz çevrimiçi destek sunmaktadır.

**Orenda Derneği** tarafından Nisan ayında “Pandemi Döneminde Psikolojimizi Korumak” başlığı ile gerçekleştirilen çevrimiçi konferans boyunca sosyal izolasyon döneminde ruh sağlığımızı nasıl koruyabileceğimiz ele alınmıştır<sup>27</sup>.

**Birey ve Toplum Ruh Sağlığında İZ Derneği (Bir İZ)** Nisan-Haziran ayları arasında grup psikoterapileri aracılığı ile ruh sağlığını geliştirmeyi amaçlayan Birlikte Grupları Projesini başlatmıştır. Proje kapsamında çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerini merkeze alarak farklı yaş gruplarının iyilik halini geliştirmeye yönelik grup çalışmaları yürütülmüştür. Dernek aynı amaçlar ile pandeminin uzun süreli etkilerini de takip edebilmek ve ruh sağlığını geliştirmek amacı ile bir grup müdahalesi olan İyileştiren Oyunlar Projesini başlatmıştır. İyileştiren Oyunlar ayda iki kez oynanmaktadır. Yetişkin ve aile gruplarını bir araya getiren proje kapsamında 6-9 yaş aralığındaki çocukların salgını ve salgının psikolojik etkilerini akranları ile konuşabilmelerini amaçlayan Su Sabun oyunu geliştirilmiştir<sup>28</sup>.

**Maya Vakfı** tarafından Temmuz-Ağustos ayları boyunca pandemi sürecini odağa alan çevrimiçi aile eğitimleri düzenlenmiştir. Bu kapsamda yürütülen atölyelerde toplumsal travma olarak pandemi, pandeminin ebeveynler ve çocuklar üzerindeki etkisi ile ebeveynlerin çocuklarına nasıl destek olabilecekleri konuları ele alınmıştır<sup>29</sup>.

**Mavi Kalem Derneği**, pandemi sürecinde telefonla verdiği destek ve danışmanlık hizmetlerini sistemli hale getirerek Mavi Kalem Danışma Hattı'nı kullanıma açmıştır<sup>30</sup>.

**Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği ve Türk Psikologlar Derneği** işbirliği ile pandemi sürecinde çocukların dayanıklılığını artırmak, sosyal bağlarını güçlendirmek ve sağlık çalışanları ile çalışmak zorunda olan toplumun farklı kesimleriyle dayanışmak için Masal Pandemisi adlı sosyal sorumluluk projesini geliştirmiştir<sup>31</sup>.

**Sosyal Politikalar Cinsiyet Kimliği ve Cinsel Yönelim Çalışmaları Derneği (SPoD)**, salgın sürecinde derneğe gelen başvurulara Danışma Hattı aracılığıyla çözümler geliştirmeye devam etmiştir. Bunun yanı sıra, COVID-19 pandemisinin Mart-Haziran ayları süreçlerine ilişkin verilerinden yola çıkarak psikososyal alanı da içeren bir rapor hazırlamıştır. Raporunda, Türkiye'deki LGBTİ+'ların COVID-19 sürecinde daha da kırılgan bir topluluk haline gelmeye başladığı ve yaşam hakkı başta olmak üzere eğitim, sağlık ve çalışma olmak üzere haklara erişimde ciddi sorunlar yaşadığı belirtildi. Yine pandemi sürecinde





LGBTİ+'lara yönelik nefret söylemlerinin yaygınlaştığı ve ev içi şiddetin de arttığı not edildi

32

**YÖRET Vakfı** tarafından yayınlanan Pandemi Döneminde Çocuğa Karşı Şiddet ve İhtiyaç Analizi raporunda çocuk haklarına, pandemi ile eğitim hakkına erişemeyen çocukların deneyimlerine, okullarda şiddeti izleme ve takip rolü olan psikolojik danışmanların çevrimiçi çalışmalarda yaşadıkları güçlüklerle değinilmiştir. Rapor okulların kapanması ile çocuklara yönelik artan psikolojik şiddete dikkat çekmektedir. Ayrıca vakıf tarafından çocuklarla gerçekleştirilen odak grup görüşmeleri temalarını ele alan Pandemi'de çocuk Olmak animasyon videosu yayına hazırlanmıştır<sup>33</sup>.

**İmceLAB** tarafından Sağlıklı Bireyler ve Topluluklar Programı yürütülmüştür. Çevrimiçi araçlarla Türkiye genelinden gençler bir araya gelmiş ve "Bireylerin ve toplulukların bütüncül sağlık perspektifinden, yeni normale uyum sağlamalarını nasıl kolaylaştırabiliriz?" sorusu üzerine çalışmışlardır<sup>34</sup>.

Pandemi günlerinde bir grup sosyal bilimci tarafından kurulan **Habitus Sosyal Etki Derneği**, COVID-19'un Türkiye'de nasıl kavrandığı ve nasıl yaşandığını anlamak için yaptığı araştırmanın raporunu kamuoyu ile paylaştı. İki parça halinde yayınlanan raporun ilk bölümünde, salgının kişilerde yarattığı kontrol hissini yönetme ve gündelik rutinlerin kişilerde yarattığı değişiklikler ele alınırken, ikinci bölümde ise gönüllü karantina sürecinin uzaması ve evde geçirilen vaktin artmasıyla birlikte kişilerin hayatlarında nelerin değişip dönüştüğü üzerine odaklanıldı<sup>35</sup>.

**Toplum Gönüllüleri Vakfı** tarafından Koronavirüs Pandemi Süreci ve Gençlerin İhtiyaçları Araştırması Mayıs-Haziran ayları arasında yürütülmüştür. Araştırmanın bulguları pandeminin gençlerin psikolojik sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerine işaret etmektedir. Gençlerin en çok ihtiyaç duydukları iki şeyden birinin psikolojik destek olduğu görülmüştür<sup>36</sup>.

**Hayata Destek Derneği** COVID-19 Yayın Serisi ile toplumu bilinçlendirmek amacı ile oluşturduğu "yan yana değiliz ama beraberiz sloganı" ile psikososyal sağlığı geliştiren içerikler üretmiştir<sup>37</sup>.

**Ev İşçileri Dayanışma Sendikası** tarafından "Küresel Salgın Döneminde Çalışma Hakkı ve Diğer İnsan Hakları İhlalleri Bağlamında Ev İşçilerinin Karşılaştıkları Sorunlar Raporu" ve Kadının İnsan Hakları ve Yeni Çözümler Derneği tarafından "Salgında Kadın Olmak Araştırması Raporu"ları yayınlanmıştır<sup>38-39</sup>.

**İstanbul Kültür Sanat Vakfı** kültür politikaları çalışmaları kapsamında "Pandemi Sırasında Kültür-Sanatın Birleştirici Gücü ve Alanın İhtiyaçları" başlıklı bir politika metni yayımlanmıştır. Metin içerisinde COVID-19 pandemi koşullarında kültür-sanat faaliyetlerinin birleştirici ve iyileştirici gücüne vurgu yapılarak, "Zor zamanlarda insanlar sanata her zamankinden daha çok ihtiyaç duyuyor." değinilmiştir. Pek çok çalışmanın, kültürel hayata katılım ile iyi olma hali arasında güçlü bir bağ olduğunu gösterdiğinin de hatırlatıldığı metinde, salgın sona erdiğinde ve kentler yeniden canlanmaya başladığında, kültür-sanat alanının tüm aktörlerine, toplumsal iyileşmenin araçları olarak önemli görevler düşeceği belirtilmiştir<sup>40</sup>.

**Derin Yoksulluk Ağı** tarafından oluşturulan Yerel Yönetimlere Kriz Dönemi Sosyal Destek Programları İçin Öneriler başlıklı raporda pandemide derin yoksulluk yaşayan



kişilerin ekonomik, sosyal ve kültürel haklara erilebilmelerine odaklanılmıştır<sup>41</sup>. Yazı boyunca ele alınan faaliyet ve yayınların detaylarına Sivil Toplum Geliştirme Merkezi Derneği (STGM) ve Sivil Sayfalar'ın dijital kanallarından ulaşmak mümkündür<sup>42-43</sup>.

### **1.3. Kamu kurumları ve yerel yönetimlerin etkinlikleri**

#### **1. Sağlık Bakanlığı:**

Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Sağlık Müdürlüğünden pandemi süresi boyunca psikososyal destek hizmet çalışmalarının planlanması talep edilmiştir. İlçe Sağlık Müdürlükleri bünyesindeki psikososyal destek ekiplerince (psikolog, sosyal çalışmacı, çocuk gelişimcisi) COVID-19 sebebiyle ev izolasyonunda ve karantinada olan vatandaşlar ile dışarı çıkma kısıtlamasına tabi tutulan ve kronik hastalığı olması muhtemel olan 65 yaş üstü bireylere kurumsal hatlarla ulaşılarak, psikososyal destek ve stresle baş etme becerileri konusunda bilgi verilmesi çalışmalarına başlanmıştır.

Psikososyal destek hizmet sunumu kapsamı, 29.05.2020 tarihinden itibaren Covid-19 ile enfekte olmuş gebeler öncelikli olmak üzere, tüm lohusa ve gebeleri, engelli ve yaşlı bireyleri kapsayacak şekilde genişletilmiştir. “Ulusal Sağlık Eğitim Sistemi” üzerinden; psikososyal destek ekiplerine çevrimiçi “Covid-19 ile Mücadelede Psikososyal Destek Hizmetlerinin Güçlendirilmesi Eğitimi” verilmiştir.

İstanbul İl Pandemi Kurulu 28.03.2020 tarihinde ruh sağlığı profesyonelleri tarafından çevrimiçi ya da telefon görüşmeleri aracılığıyla ruhsal destek sağlayabilecek bir “İstanbul Koronavirüs Destek Programı (KORDEP)” oluşturulması planlanmıştır. KORDEP İstanbul İl Sağlık Müdürlüğü sorumluluğunda, Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları EAH, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları EAH, Bilgi Üniversitesi Travma ve Afet Çalışmaları Uygulamalı Ruh Sağlığı Bölümü ve İlçe Sağlık Müdürlükleri PSD Ekiplerinin yürütücülüğünde, 46 Kamu Hastanesi, 10 Devlet Üniversitesi, 20 Özel/Vakıf Üniversitesi ve 64 Özel Kurum/Kuruluş iştirakiyle oluşturulmuştur.

Sağlık personelinin ruh sağlığının korunması ve desteklenmesi amacıyla öncelikli olarak COVID-19 sebebiyle karantinada olan, test sonucu pozitif tespit edilen, yakını yoğun bakımda takip edilen, COVID-19 servis ve yoğun bakımlarında görev alan, kaygı düzeyi yüksek ve ruh sağlığı desteğine ihtiyacı olduğunu düşünen personelin; kendisi ve çocukları için gönüllü erişkin ve çocuk ergen ruh sağlığı ve hastalıkları uzman hekimleri ile güvenli ve resmi bir kanalla görüntülü görüşme imkanı tanıyan RuhSAD mobil uygulaması geliştirilmiştir.

Birinci basamakta koruyucu ruh sağlığı çalışmalarını yürütmekle görevli personelin mesleki bilgi ve becerisini artırmak, psikososyal destek hizmetleri konusunda donanımlarını güçlendirmek üzere “Psikososyal Destek Uygulayıcı Programı (PDUP)” hazırlanmıştır. Program iki aşamalı teorik ve süpervizyon eğitim modülünü içermektedir. "Sorun Yönetimi ve Fazlası (PM+) Programı" koruyucu ruh sağlığı hizmeti veren meslek elemanlarına (psikolog, sosyal çalışmacı ve çocuk gelişimci) uygulama eğitimleri verilmiştir.

Göçmenlere sunulan ruh sağlığı hizmetleri kapsamında hizmet sunan personellerinin farkındalığını ve kapasitelerini artırmak amacıyla “Ruh Sağlığı Çevirmenliği Eğitim Modülü” Kasım 2019 ve 04-05 Haziran 2020 tarihinde çevrimiçi çalıştaylar düzenlenerek hazırlanmıştır.





Aile hekimlerine yönelik “Ruh Sağlığını Güçlendirme Eğitimi” çevrimiçi olarak devam etmektedir. İl Sağlık Müdürlüklerinde görevli sağlık personeline yönelik “Kadına Yönelik Aile İçi Şiddetle Mücadelede Sağlık Personelinin Rolü Eğitici Eğitimi” 17-23 Eylül 2020 tarihlerinde gerçekleştirildi. Toplum Ruh Sağlığı Merkezlerinde sunulan mevcut hizmetler devam etmektedir. Ancak grup psikoterapisi yerine pandemi nedeniyle bireysel psikoterapi uygulanmaktadır. Çocuğun Psikososyal Gelişimini Destekleme Programı kapsamında Aile Sağlığı Merkezlerinde yürütülen psikososyal izlem çalışmaları devam etmektedir. ÇPGDP kapsamında eğitimi olmayan aile hekimi ve aile sağlığı çalışanlarına yönelik çevrimiçi eğitim ve süpervizyon faaliyetleri planlanmaktadır.

## 2. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı:

Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığınca COVID-19 salgınıyla mücadelenin ilk yılında önemli rehberler geliştirilmiş ve kırılğan gruplara yönelik psikososyal destek uygulamaları yapılmıştır. Bu süreçte çocuklar, yaşlılar, evsiz ve kimsesizler için birçok iyi uygulama örneği bulunmaktadır. Sokağa çıkma kısıtlılığı olan 65 yaş ve üstü ile kronik rahatsızlığı bulunan kişileri desteklemek amacıyla 22 Mart 2020 itibariyle valilik ve kaymakamlıkların koordinasyonunda “Vefa Sosyal Destek” grupları kurulmuştur. Grup faaliyetleri kamuda çalışan çeşitli mesleklerden ve sivil toplum kuruluşlarından gönüllülerin desteğiyle gerçekleştirilmiştir. Destek başlangıcı sonrası iki ayda 6.649.461 haneye ulaşıldığı belirtilmiştir<sup>44</sup>.

Bakanlığa bağlı kuruluşlarda kalan yaşlılar ve çocuklar için sosyal ve kültürel etkinlikler ile sportif faaliyetler düzenlenmiştir<sup>45-46</sup>. Koronavirüs Sürecinde Ebeveynler ve Çocuk Bakımından Sorumlu Kişiler İçin Rehber hazırlanmıştır. Rehber hem yetişkinlerin kendi iyilik hallerini korumalarına yönelik yönlendirmeler içermekte hem de çocukları destekler niteliktedir<sup>47</sup>. Bakanlığın evsiz ve kimsesiz kişilere yönelik salgın öncesinde yürütülmeye başlamış olan “Evsizlerin Konaklatılması” projesi salgın döneminde “Koronavirüsle Mücadele Kapsamında Evsizlere Konaklama Projesi” olarak güncellenmiştir. Proje kapsamında ülke genelinde 2016 yılından bu yana toplam 4.671 kişi konaklama imkânından yararlanmıştır. Pandemide artan ihtiyacın sayısal bir göstergesi de bu kişilerin 2.454’ünün 2020 yılında bu hizmetten yararlanmış olmasıdır<sup>48</sup>.

Bunların yanında COVID-19 ve psikososyal riskler, COVID-19’a özel işyeri psikososyal risk faktörleri ve yönetimi, öneriler, işyerlerinde COVID-19 pandemi yönetimi ve kontrol listesi başlıklarından oluşan İşyerleri İçin Psikososyal Risklere Yönelik Bilgilendirme Rehberi yayımlanmıştır<sup>49</sup>.

## 3. Yerel Yönetimler:

“Ruh ve beden sağlığı bir bütündür” anlayışıyla pandemi döneminde psikolojik mücadeleye dikkat çeken Ruh Sağlığı Derneği, 10 Mayıs Dünya Psikologlar Gününde “Ruh Sağlığı Uzmanlarının Korona Performansı Araştırması Ara Sonuçlarını” açıklamıştır. Araştırmada “Korona sürecinde en aktif ruh sağlığı ile ilgili kamu kurumu hangisi?” sorusuna en çok verilen 3 cevap arasında Belediyeler yer almıştır<sup>50</sup>.

### 3.a. Uluslararası Örnekler:

Uluslararası örnekler yerel yönetimlerin COVID-19 ile mücadelede önemli bir rolü olduğunu göstermektedir.



**Avustralya ve ABD de Austin ve Wyndham Belediyeleri:** ‘Online Community Hubs’ (Çevrimiçi Topluluk Merkezleri) adında cep telefonu uygulaması ile çevrimiçi etkinliklere ücretsiz katılım

**Barselona Belediyesi:** Çocukların evde eğlenceli ve verimli zaman geçirmeleri için şiir, resim vb. aktivitelerini paylaşabildiği “Sevgili Günlük” adında internet sitesi

**Paris Belediyesi:** İnternet sitesinde egzersiz ve spor ile ilgili videolar, Belediye Tiyatrosunun düzenli aralıklarla yaptığı canlı yayınlar

**Roma Belediyesi:** Yaşlı insanların hem alışveriş vb. ihtiyaçlarının gönüllü gençler tarafından karşılandığı hem de psikolojik durumlarının takip edildiği dayanışma ağı<sup>51</sup>

#### **Los Angeles Şehri Ruh Sağlığı Departmanı:**

- Ruh Sağlığı desteği, gerekli kaynaklar ve yönlendirmeler için 7/24 ulaşılabilir yardım hattı
- Bölge sakinleri için ücretsiz hale getirilen meditasyon, mindfulness ve uyku egzersizleri
- İnternet sitesinde pandemi ve ruh sağlığı ile ilgili erişime açık çok sayıda bilimsel kaynak
- Ruh sağlığı ve iyilik hali için hazırlanan birçok dilde ulaşılabilir kaynak<sup>52</sup>
  - Bulaşıcı Hastalık Salgınları Sırasında Stresle Başa Çıkma
  - COVID-19 Sırasında Sağlığı ve İstikrarı Korumak
  - Sosyal Mesafeyi Koruyarak İletişimde Olmak
  - Zorunlu Bir Nedenle Topluluk İçerisindeyken Korku ve Kaygıyı Azaltmak
  - COVID-19 Pandemisinin Ruh Sağlığı ve Duygusal Yönlerini Anlamak
  - Sevilen Birinin Kaybı İle Başa Çıkmak
  - İyilik Halinin Devamı için Kullanılabilecek Aplikasyonlar

#### **Ontario Bölgesi:**

- İnternete dayalı ücretsiz Kognitif Bilişsel Terapi Programı (iCBT)
- Sağlık çalışanları için iCBT desteği, ihtiyaca göre yüz yüze terapi desteği, haftalık çevrimiçi ekran tartışma grupları, gerekli durumlarda bir klinisyene yönlendirme
- Çocuklar için telefonda online ruh sağlığı destek servisleri
- Gençler ve yetişkinler için telefonda koçluk hizmetleri, çalışma kitapları<sup>53</sup>

#### **Bradford Şehri:**

- Şehirde konuşulan dillerin öğrenilmesi için çevrimiçi etkinlikler
- Yalnız yaşayanlara destek olabilmek için gönüllülerin işe alınması<sup>54</sup>

### **3.b. Ulusal Örnekler:**

Türkiye’de de yerel yönetimler önemli bir boşluğu doldurmaktadır<sup>51</sup>. Büyükşehir Belediyelerinin ve İlçe Belediyelerin pandemi sürecindeki kültür-sanat, spor, sosyal alanlardaki etkinlikleri çok çeşitli olsa da Psikolojik Destek Hattı ortak hizmetlerindedir.

#### **3.b.i. İl Düzeyinde Örnekler:**





### **İstanbul Büyükşehir Belediyesi**

- Psikolojik Danışmanlık Hattı ve bu hat üzerine yapılandırılan “Sınava Yönelik Psiko-Sosyal Destek Hattı”
- Online tiyatro, konser, kongre ve sergi gibi kültür-sanat etkinlikleri

### **Ankara Büyükşehir Belediyesi**

- Psikolojik Destek Hattı
- #evdekal ve #sanattakal sloganı ile hazırlanan sanal sergiler

### **İzmir Büyükşehir Belediyesi**

- Psikolojik Destek Hattı
- 19 Mayıs Atatürk’ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramında “İzmir’de 19 Mayıs” temasıyla iPad, bisiklet, kamp seti ödüllü çevrimiçi Hazine Avı etkinliği<sup>55</sup>
- İzmirTube isimli youtube kanalında canlı yayınlanan “Korona Günlerinde Ev Konseri”

### **Bursa Büyükşehir Belediyesi**

- Psikososyal Destek Hattı
- Orkestra Şube Müdürlüğü sanatçıların canlı konserleri

### **Çanakkale Büyükşehir Belediyesi**

- Psikolojik Destek Hattı
- Anne Destek Eğitimi Programı kapsamında online “Anne Buluşmaları”
- Çocuklar için “Çevrimiçi Felsefe Atölyesi”<sup>56</sup>

### **Denizli Büyükşehir Belediyesi**

- Vatandaşların evlerinden katılımıyla Bando Takımının caddelerde marşlar çalarak kutladığı 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı

### **Gaziantep Büyükşehir Belediyesi**

- Spor hocalarının moral-motivasyon amacıyla yaptırdığı balkonda spor<sup>51</sup>
- 65 yaş üstü vatandaşlar için 'Evim Dünyalara Bedel' projesi

### **Samsun Büyükşehir Belediyesi**

- Psikososyal Destek Hattı
- 8 Mart Dünya Kadınlar Günü kapsamında ‘Pandemide Kadın Olmak’ konulu öykü yarışması<sup>57</sup>

### **Malatya Büyükşehir Belediyesi**

- Dev ekranın karşısında ‘Arabalı Sinema Film Günleri’<sup>58</sup>

### **Ordu Büyükşehir Belediyesi**

- Psikolojik Destek Hattı
- Satranç sporcularına psikolojik destek sağlamak amacıyla “Ulusal Evde Kal Online Yıldırım Satranç Turnuvası”



### **Diyarbakır Büyükşehir Belediyesi**

- 20 yaş altı ve 65 yaş üstü kişilere yönelik ‘Hayat Eve Sığar’ temalı ödüllü fotoğraf yarışması<sup>51</sup>
- Çocuklara ve annelerine destek vermek amacıyla “Anne-Çocuk etkinlikleri”<sup>59</sup>

### **Mardin Büyükşehir Belediyesi**

- Evde kalan ilköğretim öğrencilere “100 temel eserden seçmeler” hediyesi<sup>60</sup>

### **3b.ii. İlçe Düzeyinde Örnekler:**

İlçe düzeyinde psikolojik destek olarak İstanbul’daki İlçe Belediyeler vatandaşlara telefonla veya online olarak destek hizmeti vermektedir.<sup>61</sup>

## **2. ÇALIŞMA GRUBUNUN BİR YILLIK DÖNEMDE PANDEMİ İLE İLGİLİ FAALİYETLERİ**

Toplum Ruh Sağlığı Çalışma Grubu, son bir yıl içinde aşağıdaki etkinlikleri gerçekleştirdi:

- 13-14 Şubat 2020’de İstanbul’da sahada çalışan psikolog, psikolojik danışman ve rehber, sosyal çalışmacı ve çocuk gelişim uzmanlarına yönelik kapasite geliştirme amaçlı bir eğitim çalıştayı,
- HASUDER COVID-19 Görev Gücü’ne katkı,
- Ruh sağlığının korunmasına yönelik önlemler konusunda bilgi notları ve infografikler,
- Eylül 2020’de düzenlenen COVID-19 Sempozyumu’na katılım,
- Türkiye Sağlık Raporu-2020 ‘de dokuz alt bölümden Toplum Ruh Sağlığı Bölümü,
- 4. Uluslararası, 22. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi içinde iki oturum

## **3. ÇALIŞMA GRUBUNUN SALGININ BUNDAN SONRAKİ DÖNEMLERİ İÇİN ÖNERİLERİ**

COVID-19 pandemisi fiziksel bir sağlık krizi gibi başlamış olsa da, çok kısa sürede sağlığın ruhsal ve sosyal bileşenleri üzerindeki etkileri de görünür hale geldi. Hastalığın seyrinin belirsizliklerle dolu olması ve etkili bir tedavisinin bulunmayışı kişilerdeki ölüm ve yakınlarını kaybetme korkusunu artırıyor. Dünya Sağlık Örgütü, pandemiden önce de ülkelerin ulusal sağlık bütçelerinin % 2'sinden daha azını ruh sağlığı için harcadıklarının ve bunun yetersiz olduğunun altını çizmişti. Öte yandan pandemi ruh sağlığı hizmetlerine olan talebi artırıyor. Yas, tecrit, gelir kaybı ve korku, ruh sağlığı sorunlarını tetikliyor veya mevcut olanları kötüleştiriyor. Alkol ve uyuşturucu kullanımında artış, uykusuzluk ve anksiyete çok sayıda insanın yaşadığı sorunlardandır. Bu arada, COVID-19'un kendisi de deliryum, ajitasyon ve felç gibi nörolojik ve zihinsel komplikasyonlara yol açabilmektedir. Önceden var olan zihinsel, nörolojik veya madde kullanım bozuklukları olan kişiler de SARS-CoV-2 enfeksiyonuna karşı daha savunmasızdır. Hastalık bu kişilerde daha şiddetli seyredebilir, hatta ölüm riski daha yüksek olabilir<sup>62</sup>. Toplumdaki bazı gruplar ise salgından daha da fazla etkileniyor ve daha fazla psikolojik sıkıntı çekiyor. Örneğin;

- Ön saflarda hizmet veren sağlık çalışanları,





- Evden çalışma olanağına sahip olmayan, fakat ekonomik nedenlerle riskli koşullara maruz kalarak çalışmaya devam etmek zorunda olan kişiler,
- Sokağa çıkma kısıtlamalarından daha fazla etkilenen yaşlı yetişkin ve zaten önceden başka sağlık sorunları olan ve özellikle de yalnız yaşayan insanlar,
- Duygusal zorluklar, ailede artan stres, çocuğa yönelik artan ev içi şiddet ve istismar, sosyal izolasyon, kesintiye uğrayan eğitim ve geleceğe ilişkin belirsizlik nedeniyle çocuk ve ergenler,
- Evde artan iş yükü ve stresin büyük kısmını taşıyan, ev içi şiddetin artmasıyla daha büyük zorluklar yaşamakta olan kadınlar,
- İnsani yardım ve çatışma ortamlarında bulunan kişiler,
- Kronik ruh sağlığı sorunu olan kişiler.

Gereksinim çok artmış olmakla birlikte, koruyucu, geliştirici ve tedavi edici ruh sağlığı hizmetleri salgın nedeniyle en çok kesintiye uğrayan hizmetler arasında yer alıyor<sup>63</sup>. Ne yazık ki salgın öncesinde de ruh sağlığı hizmetleri tüm dünyada ama en çok da düşük ve orta gelirli ülkelerde sağlık hizmetleri içinde en az yatırım yapılan alan olduğu için, salgının oluşturduğu ihtiyacı karşılayabilecek durumda değildir. Yine de zor durumdaki insanları desteklemek ve akıl sağlığı sorunları olan kişilere bakım sağlamak için çeşitli çabalar başlatıldı. Ruh sağlığı hizmetleri sağlamak için yenilikçi yollar uygulandı ve psikososyal desteği güçlendirmek için girişimler ortaya çıktı. Sorunun boyutu nedeniyle, akıl sağlığı ihtiyaçlarının büyük çoğunluğu ele alınmadan kalmaktadır.

Birleşmiş Milletler, pandeminin ruh sağlığı etkilerini en aza indirmek için, aşağıdaki önerilen üç eylemi acilen uygulamaya koymak gerektiğini vurguluyor<sup>12</sup>:

1. Ruh sağlığını teşvik etmek, korumak ve bakımı için bütün bir toplum yaklaşımı uygulayın.
2. Acil ruh sağlığı hizmetlerinin ve psikososyal desteğin yaygın olarak kullanılabilir olmasını sağlayın
3. Gelecek için ruh sağlığı hizmetleri oluşturarak COVID -19'un etkilerinden kurtulmayı destekleyin

Bu önerilen eylemlerin hızlı bir şekilde uygulanması, insanların ve toplumların COVID-19'un ruhsal etkilerinden daha iyi korunmasını sağlamak için çok önemli olacaktır. HASUDER Toplum Ruh Sağlığı Çalışma Grubu olarak, COVID-19 Pandemisi başladığından bu yana dünyada ve ülkemizde Birleşmiş Milletler, akademik kurumlar, meslek örgütleri, kamu, yerel yönetim ve sivil toplum alanında yapılan etkinlikleri ve uygulamaları, hazırlanan raporları özetlemeye çalıştık. Aralarında ilham verecek başarılı uygulamalar ve değerli önerilerin yer aldığı bu kaynakları dikkatlice gözden geçirmenin tüm ilgili kişi ve kurumlara yarar sağlayacağına inanıyor, bu derlemenin ülkemizdeki toplum ruh sağlığı çalışmalarına katkıda bulunmasını diliyoruz.

## KAYNAKLAR

1. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331490/WHO-2019-nCoV-MentalHealth-2020.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Accessed March 5, 2021.
2. Pulse survey on continuity of essential health services during the COVID-19 pandemic: interim report, 27 August 2020. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019->



- nCoV-EHS\_continuity-survey-2020.1. Accessed March 5, 2021.
3. Keep health workers safe to keep patients safe: WHO. <https://www.who.int/news/item/17-09-2020-keep-health-workers-safe-to-keep-patients-safe-who>. Accessed March 5, 2021.
  4. The impact of COVID-19 on mental, neurological and substance use services. <https://www.who.int/publications/i/item/978924012455>. Accessed March 5, 2021.
  5. The Big Event for Mental Health. <https://www.who.int/news-room/events/detail/2020/10/10/default-calendar/the-big-event-for-mental-health>. Accessed March 5, 2021.
  6. Executive Board *EB148(3) 148th Session Promoting Mental Health Preparedness and Response for Public Health Emergencies.*; 2021. <https://unsdg.un.org/resources/un-framework-immediate-socio-economic-response-covid-19>. Accessed March 5, 2021.
  7. Substantial investment needed to avert mental health crisis. <https://www.who.int/news/item/14-05-2020-substantial-investment-needed-to-avert-mental-health-crisis>. Accessed March 5, 2021.
  8. WMA Resolution regarding the Medical Profession and COVID-19 – WMA – The World Medical Association. <https://www.wma.net/policies-post/wma-resolution-regarding-the-medical-profession-and-covid-19/>. Accessed March 5, 2021.
  9. World Medical Journal. Official Journal of The World Medical Association. [https://www.wma.net/wp-content/uploads/2020/08/wmj\\_3\\_2020\\_WEB.pdf](https://www.wma.net/wp-content/uploads/2020/08/wmj_3_2020_WEB.pdf). Accessed March 5, 2021.
  10. European Psychiatric Association - EPA. <https://www.europsy.net/>. Accessed March 5, 2021.
  11. Mental Health and COVID-19 - World Federation for Mental Health. <https://wfmh.global/mental-health-and-covid-19/>. Accessed March 5, 2021.
  12. UNSDG | Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental Health. <https://unsdg.un.org/resources/policy-brief-covid-19-and-need-action-mental-health>. Accessed March 5, 2021.
  13. Section: Public mental health. [https://eupha.org/section\\_page.php?one=Public+mental+health](https://eupha.org/section_page.php?one=Public+mental+health). Accessed March 5, 2021.
  14. International Association for Suicide Prevention - Home - IASP - Suicide Prevention. <https://www.iasp.info/>. Accessed March 5, 2021.
  15. youtube Iasp. No Title. <http://www.youtube.com/user/IASPinfo/featured>.
  16. COVID-19 Resource Centre - IASP - Resource Centre Home. <https://www.iasp.info/covid-19/>. Accessed March 5, 2021.
  17. Webinar Series | United for Global Mental Health. <https://unitedgmh.org/mh-for-all-webinars>. Accessed March 5, 2021.
  18. TTB'den 17 Nisan'da tüm yurтта eylem kararı | TTB. [https://www.ttb.org.tr/haber\\_goster.php?Guid=8fbc1a98-59f3-11e9-90c5-2510e23d8c05](https://www.ttb.org.tr/haber_goster.php?Guid=8fbc1a98-59f3-11e9-90c5-2510e23d8c05). Accessed March 5, 2021.
  19. Youtube EK ile söyleşi. No Title. <https://www.youtube.com/watch?v=pku3Qp1pmBI&feature=youtu.be>.
  20. TTB ve TPD Salgın Döneminde Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı Anketi. <https://www.ttb.org.tr/form/index.php/429384>. Accessed March 5, 2021.
  21. Toplum ve Hekim'den Toplum Ruh Sağlığı Dosyası | TTB.





- [https://www.ttb.org.tr/haber\\_goster.php?Guid=22ad71c6-a4df-11ea-bd3c-ba8d943d7595](https://www.ttb.org.tr/haber_goster.php?Guid=22ad71c6-a4df-11ea-bd3c-ba8d943d7595). Accessed March 5, 2021.
22. Toplum ve Hekim'den yeni sayı: Toplum Ruh Sağlığı Dosyası ikinci bölüm yazılarıyla sürüyor | TTB. [https://www.ttb.org.tr/haber\\_goster.php?Guid=1399a1d2-e6ac-11ea-a71f-a359d317f791](https://www.ttb.org.tr/haber_goster.php?Guid=1399a1d2-e6ac-11ea-a71f-a359d317f791). Accessed March 5, 2021.
  23. Türkiye Psikiyatri Derneği (TPD). <https://www.psikiyatri.org.tr/>. Accessed March 5, 2021.
  24. Türk Psikologlar Derneği. <https://www.psikolog.org.tr/tr/birimler/>. Accessed March 5, 2021.
  25. PHD – Psikiyatri Hemşireleri Derneği. <https://www.phderneği.org/>. Accessed March 5, 2021.
  26. Türk Hemşireler Derneği. <https://www.thder.org.tr/>. Accessed March 5, 2021.
  27. Orenda Derneği'nden Online Konferans: Pandemi Döneminde Psikolojimizi Korumak | STGM. <https://www.stgm.org.tr/orenda-derneginden-online-konferans-pandemi-doneminde-psikolojimizi-korumak>. Accessed March 5, 2021.
  28. Birey ve Toplum Ruh Sağlığında İz Derneği. <https://www.birizderneği.org/>. Accessed March 5, 2021.
  29. Maya Vakfı. <https://mayavakfi.org/>. Accessed March 5, 2021.
  30. Mavi Kalem Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği – Hayat Rengini Kat! <https://www.mavikalem.org/>. Accessed March 5, 2021.
  31. Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği'nden Masal Pandemisi - Sivil Sayfalar. <https://www.sivilsayfalar.org/2020/04/14/turkiye-cocuk-ve-genc-psikiyatrisi-derneginden-masal-pandemisi/>. Accessed March 5, 2021.
  32. SPOD. SPOD. [www.spod.org.tr/](http://www.spod.org.tr/).
  33. [www.yoret.org.tr/](http://www.yoret.org.tr/). <https://www.yoret.org.tr/>. Accessed March 5, 2021.
  34. imeceLAB – imece. <https://imece.com/imecelab>. Accessed March 5, 2021.
  35. Habitus Sosyal Etki Derneği | STGM. <https://www.stgm.org.tr/etiketler/habitus-sosyal-etki-derneği>. Accessed March 5, 2021.
  36. Toplum Gönüllüleri Vakfı - #GençliğinGücüAdına Desteklerinizle Buradayız! <https://www.tog.org.tr/>. Accessed March 5, 2021.
  37. COVID-19 - Hayata Destek. <https://www.hayatadestek.org/yayinlarimiz/covid-19/>. Accessed March 5, 2021.
  38. Ev İşçileri Dayanışma Sendikası – Toz Bezi Değil Ev İşçisiyiz. <http://www.evid-sen.org/>. Accessed March 5, 2021.
  39. <https://kadinininsanhaklari.org/>. <https://kadinininsanhaklari.org/>. Accessed March 5, 2021.
  40. İKSV'den yeni bir politika metni: Pandemi Sırasında Kültür-Sanatın Birleştirici Gücü ve Alanın İhtiyaçları. <https://www.iksv.org/tr/haber/iksv-den-yeni-bir-politika-metni-pandemi-sirasinda-kultur-sanatin-birlestirici-gucu-ve-alanin- ihtiyaclari>. Accessed March 5, 2021.
  41. Derin Yoksulluk Ağı. <https://derinyoksullukagi.org/>. Accessed March 5, 2021.
  42. STGM | Sivil Toplum Geliştirme Merkezi Derneği. <https://www.stgm.org.tr/>. Accessed March 5, 2021.
  43. Sivil Sayfalar. <https://www.sivilsayfalar.org/>. Accessed March 5, 2021.
  44. Vefa Sosyal Destek Grupları 6.649.461 Haneye Ulaştı. <https://www.icisleri.gov.tr/vefa-sosyal-destek-gruplari-6649461-haneyeye- ulasti>. Accessed March 5, 2021.



45. T.C. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı | Huzurevleri Sakinleri Salgın Sürecini Etkinliklere Katılarak Geçiriyor. <https://www.ailevecalisma.gov.tr/tr-tr/haberler/huzurevleri-sakinleri-salgin-surecini-etkinliklere-katilarak-geciriyor/>. Accessed March 5, 2021.
46. T.C. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı | Çocuklar Salgın Sürecinde Hem Eğlendi Hem Öğrendi. <https://www.ailevecalisma.gov.tr/tr-tr/haberler/cocuklar-salgin-surecinde-hem-eglendi-hem-ogrendi/>. Accessed March 5, 2021.
47. Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğü. <https://www.ailevecalisma.gov.tr/media/47720/koronavi-ru-s-su-reci-nde-c-ocuklarin-desteklenmesi.pdf>. Accessed March 5, 2021.
48. T.C. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı | Bakan Selçuk: “Evsizlerin Konaklatılması Projemiz ile, 81 İl Müdürlüğümüz Kimsesizlerin Konaklama İhtiyaçlarını Gideriyor”. <https://www.ailevecalisma.gov.tr/tr-tr/haberler/bakan-selcuk-evsizlerin-konaklatilmasi-projemiz-ile-81-il-mudurlugumuz-kimsesizlerin-konaklama-ihiyaclarini-gideriyor/>. Accessed March 5, 2021.
49. Türkiye Cumhuriyeti Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, İşyerleri için Psikososyal Risklere Yönelik İş Sağlığı ve Güvenliği Rehberi. 2020. [https://ailevecalisma.gov.tr/media/55389/psikososyal\\_risk\\_etmenleri\\_14092020.pdf](https://ailevecalisma.gov.tr/media/55389/psikososyal_risk_etmenleri_14092020.pdf). Accessed March 5, 2021.
50. Ruh Sağlığı Uzmanlarının Korona Performansı Araştırması Ara Sonuçları : Ruh Sağlığı Derneği. <https://ruhsagligidernegi.org/ruh-sagligi-uzmanlarinin-korona-performansi-arastirmasi-ara-sonuclari/>. Accessed March 5, 2021.
51. Tarihi G, Kavas Bilgiç A. COVID-19 ile Mücadele Sürecinde Yerel Yönetimlerin Genel Görünümü. 2020;11. doi:10.31198/idealkent.817322
52. Coronavirus/COVID-19 Mental Health Resources - Department of Mental Health. <https://dmh.lacounty.gov/covid-19-information/>. Accessed March 5, 2021.
53. Ontario expands virtual mental health services during COVID-19 - Municipal World. <https://www.municipalworld.com/press-releases/ontario-expands-virtual-mental-health-services-during-covid-19/>. Accessed March 5, 2021.
54. Intercultural Cities: COVID-19 Special page. [https://www.coe.int/en/web/interculturalcities/covid-19-special-page#%7B%2262433518%22:\[8\]%7D](https://www.coe.int/en/web/interculturalcities/covid-19-special-page#%7B%2262433518%22:[8]%7D). Accessed March 5, 2021.
55. İzmir Büyükşehir Belediyesi. <https://www.izmir.bel.tr/>. Accessed March 5, 2021.
56. T.C. Çanakkale Belediyesi - HABERLER. <https://www.canakkale.bel.tr/tr/sayfa/1140-tum-haberler/3937-cocuklar-icin-cevrimici-felsefe-atolyesi-basladi>. Accessed March 5, 2021.
57. Samsun Büyükşehir Belediyesi -. <https://samsun.bel.tr/haberler/pandemide-kadin-olmak>. Accessed March 5, 2021.
58. Koronavirüs günlerinde otomobilde sinema keyfi - ozelkalem.com.tr. <https://www.ozelkalem.com.tr/koronavirus-gunlerinde-otomobilde-sinema-keyfi/>. Accessed March 5, 2021.
59. Büyükşehir Belediyesi ‘Anne-Çocuk’ etkinlikleri başlattı - Diyarbakır Büyükşehir Belediyesi. <https://www.diyarbakir.bel.tr/haberler/2141-sporgenlik.html> Erişim tarihi 01.03.2021. Accessed March 5, 2021.
60. Türkiye Belediyeler Birliği - Mardin’de İlköğretim Öğrencilerine Kitap Hediye Ediliyor. <https://www.tbb.gov.tr/basin-ve-yayin/covid-19/belediyelerimizden-covid-19->





haberleri/mardinde-ilkogretim-ogrencilerine-kitap-hediye-ediliyor/. Accessed March 5, 2021.

61. İstanbul'daki belediyelerden vatandaşlara psikolojik destek - Haberler. <https://www.haberler.com/istanbul-daki-belediyelerden-vatandaslara-13089457-haberi/>. Accessed March 5, 2021.
62. World Mental Health Day 2020. <https://www.who.int/campaigns/world-mental-health-day/world-mental-health-day-2020>. Accessed March 5, 2021.
63. COVID-19 disrupting mental health services in most countries, WHO survey. <https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>. Accessed March 5, 2021.

### **Dökümanın hazırlanmasına katkıda bulunanlar (soyadına göre alfabetik sıralama):**

Şeyma Arslan, Lale Esirgen, Bahadır Haytabey, Tacettin İnandı, Selma Karabey, Sümeyye Sena İbil Nuzumlalı, Fahriye Oflaz, Meryem Merve Ören, Irmak Polat, İnanç Sümbüloęlu, Azize Tiryakioęlu, Sezanur Nazlı Türkoęlu, M. Gözde Üstündaę