



T.C.

SAğLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ

ÜMRANIYE SAğLIK UYGULAMA VE ARAşTIRMA MERKEZİ

AİLE HEKİMLİğİ ANABİLİM DALI

**ÜMRANIYE EğİTİM VE ARAşTIRMA HASTANESİ AİLE
HEKİMLİğİ POLİKLİNİğİNE BAşVURAN HASTALARDA
İKLİM DEğİşİKLİğİNİN ANKSİYETE ÜZERİNE ETKİSİ**

Dr. Elif Nur şAHİN

TIPTA UZMANLIK TEZİ

İSTANBUL 2025



T.C.

SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ

ÜMRANIYE SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

AİLE HEKİMLİğİ ANABİLİM DALI

**ÜMRANIYE EğİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ AİLE
HEKİMLİğİ POLİKLİNİğİNE BAŞVURAN HASTALARDA
İKLİM DEğİŞİKLİğİNİN ANKSİYETE ÜZERİNE ETKİSİ**

Dr. Elif Nur ŞAHİN

Tez DanıŐmanı

Doç. Dr. Süleyman ERSOY

TIPTA UZMANLIK TEZİ

İSTANBUL 2025

TEŞEKKÜR

Bu tezin hazırlanma sürecinde bilgi, destek ve katkılarını esirgemeyen tüm kişi ve kurumlara içtenlikle teşekkür ederim.

Öncelikle, tez çalışmam boyunca bilimsel rehberliği, yapıcı yönlendirmeleri ve desteğiyle yolumu aydınlatan tez danışmanım Doç. Dr. Süleyman Ersoy'a ve asistanlık sürecim boyunca her zaman yanımda olan, mesleki gelişimime katkıda bulunan Doç. Dr. Emin Pala'ya en içten şükranlarımı sunarım.

Asistanlık eğitimim süresince bilgi, deneyim ve dostluklarıyla bana destek olan değerli asistan arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Bu süreçte her koşulda yanımda olan, sabırları ve sevgileriyle bana güç veren aileme, özellikle sevgili annem Habibe Şahin'e ve hayat arkadaşım, en büyük destekçim Abdulluttalip Kılıç'a sonsuz teşekkür ederim.

Onların varlığı ve desteği, bu süreci başarıyla tamamlamamda en büyük paya sahiptir.

Dr. Elif Nur ŞAHİN

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	1
TABLolar LİSTESİ.....	4
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	6
ÖZET	7
ABSTRACT.....	9
1.GİRİŞ VE AMAÇ	1
2. GENEL BİLGİLER	2
2.1 İklim Değişikliği	2
2.1.1. İklim Değişikliğinin İnsan Sağlığı Üzerine Etkileri	3
2.2 Anksiyete Türleri	3
2.2.1 Yaygın Anksiyete Bozukluğu (YAB).....	3
2.2.2 Sosyal Anksiyete Bozukluğu (SAB).....	4
2.2.3 Panik Bozukluk	4
2.2.4 Özgül Fobiler	4
2.3. Eko Anksiyete Kavramı	4
2.4. Kullanılan Ölçekler	5
2.4.1 Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ).....	5
2.4.2. Eko-Anksiyete Ölçeği (EAÖ)	6
3. YÖNTEM VE GEREÇ	7
3.1. Araştırma Modeli	7
3.2. Araştırmanın Uygulanışı	7
3.3. Örneklem.....	7
3.4. Veri Toplama Araçları	8
3.5. Etik Kurul Onayı.....	8

3.6. İstatistiksel Analiz.....	8
4. BULGULAR.....	10
4.1 Tanımlayıcı Bulgular	10
4.2 Katılımcıların Anksiyete ve Eko-Anksiyete Düzeyleri.....	10
5. TARTIŞMA	33
5.1. Bulguların Literatürler Karşılaştırılması.....	33
5.2. Cinsiyet ve Sosyodemografik Etkenlerin Etkisi	35
5.3. Bulguların Klinik ve Halk Sağlığı Açısından Önemi	37
5.4. Güçlü Yönler ve Sınırlılıklar.....	39
6. SONUÇ	42
7. KAYNAKÇA.....	43

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Bireylerin Demografik Özellikleri.....	10
Tablo 2: Beck Anksiyete Ölçek Puanı Dağılımı.....	12
Tablo 3: Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	13
Tablo 4: Eko Anksiyete Ölçek Puanları Dağılımı.....	15
Tablo 5: Eko Anksiyete Duygusal Belirtiler Puanlarının Karşılaştırılması.....	16
Tablo 6: Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler Puanlarının Karşılaştırılması.....	18
Tablo 7: Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler Puanlarının İkili Karşılaştırmaları.....	20
Tablo 8: Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması.....	21
Tablo 9: Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı Puanlarının İkili Karşılaştırmaları.....	23
Tablo 10: Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Eko Anksiyete Ruminasyon Puanlarının Karşılaştırılması.....	24
Tablo 11: Eko Anksiyete Ruminasyon Puanlarının İkili Karşılaştırmaları.....	26
Tablo 12: Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Eko Anksiyete Ölçeği Toplam Puanlarının Karşılaştırılması.....	27

Tablo 13: Eko Anksiyete Ölçeği Toplam

Puanlarının İkili Karşılaştırmaları.....29

Tablo 14: Ölçek puanları arasındaki ilişki katsayıları30



SİMGELER VE KISALTMALAR

EAS	: Eco-Anxiety Scale
BAI	: Beck Anxiety Inventory
SAB	: Sosyal Anksiyete Bozukluğu
YAB	: Yaygın Anksiyete Bozukluğu
APA	: Amerikan Psikoloji Derneği
BAÖ	: Beck Anksiyete Ölçeği
EAÖ	: Eko Anksiyete Ölçeği
DSM-5	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition
ICD	: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems
EAH	: Eğitim ve Araştırma Hastanesi
AHU:	: Aile Hekimliği Uzmanlığı
T.C.	: Türkiye Cumhuriyeti

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı, erişkinlerde iklim değişikliğinin anksiyete düzeyleri üzerindeki etkisini değerlendirmek ve eko-anksiyete ile genel anksiyete arasındaki olası ilişkileri incelemektir.

Gereç ve Yöntem: Kesitsel tipteki bu çalışma, Ocak 2025- Mart 2025 tarihleri arasında İstanbul ili Sağlık Bilimleri Üniversitesi Ümraniye Eğitim ve Araştırma Hastanesi Aile Hekimliği Polikliniğine başvuran 18-65 yaş aralığındaki 160 birey üzerinde gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara demografik bilgileri içeren bir anket ile Beck Anksiyete Ölçeği ve Eko Anksiyete Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde normal dağılıma uygunluk Shapiro-Wilks testi ile değerlendirilmiş, ikili grup karşılaştırmalarında Mann-Whitney U testi, çoklu grup karşılaştırmalarında ise Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için Spearman korelasyon analizi yapılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Katılımcıların %55,6'sı ($n=89$) kadın, %44,4'ü ($n=71$) erkektir. Beck Anksiyete Ölçeği ortalama puanı $10,69\pm 9,63$ olarak bulunmuştur. Kadın katılımcıların anksiyete puanı erkeklere kıyasla anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($p=0,001$). Eko Anksiyete toplam puanı ise $6,59\pm 5,37$ olarak hesaplanmış, bu puan kadınlarda erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur ($p<0,001$). Eko Anksiyete alt boyutlarından Duygusal Belirtiler ($p=0,001$), Davranışsal Belirtiler ($p=0,040$) ve Kişisel Etki Konusunda Kaygı ($p<0,001$) açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Beck Anksiyete Ölçeği puanı ile Eko Anksiyete toplam puanı arasında yüksek düzeyde pozitif bir korelasyon tespit edilmiştir ($r=0,653$; $p<0,001$).

Sonuç: Çalışmamız, kadın bireylerin hem genel anksiyete hem de eko-anksiyete açısından daha yüksek risk taşıdığını göstermektedir. Ayrıca, Beck Anksiyete ve Eko Anksiyete Ölçeği puanları arasındaki güçlü ilişki, çevresel kaygıların genel anksiyete düzeyleri ile bağlantılı olduğunu desteklemektedir. Elde edilen bulgular, iklim değişikliğinin bireylerde psikolojik etkiler

yaratabileceğini göstermekte olup, bu alandaki farkındalığın artırılması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: İklim değişikliği, eko-anksiyete, anksiyete bozukluğu, Beck Anksiyete Ölçeği.



ABSTRACT

Objective: This study aimed to evaluate the effect of climate change on anxiety levels in adults and examine the relationship between Beck Anxiety Inventory (BAI) and Eco-Anxiety Scale (EAS) scores.

Materials and Methods: A cross-sectional study was conducted between January and March 2025 with 160 participants aged 18–65 who visited the Family Medicine Outpatient Clinic of Ümraniye Training and Research Hospital in Istanbul. Participants completed a demographic questionnaire, BAI, and EAS. Statistical analysis was performed using the Shapiro-Wilks test for normality, Mann-Whitney U and Kruskal-Wallis tests for group comparisons, and Spearman correlation for associations between variables. A p-value <0.05 was considered statistically significant.

Results: Among the participants, 55.6% (n=89) were female and 44.4% (n=71) male. The mean BAI score was 10.69 ± 9.63 , and the mean EAS score was 6.59 ± 5.37 . Female participants had significantly higher scores on both scales compared to males (BAI: $p=0.001$; EAS: $p<0.001$). Gender differences were also significant in EAS subdimensions such as emotional and behavioral symptoms, and personal concern. A strong positive correlation was found between BAI and EAS scores ($r=0.653$; $p<0.001$).

Conclusion: Our study indicates that female participants are at a higher risk for both general anxiety and eco-anxiety. Additionally, the strong correlation between the Beck Anxiety Inventory and the Eco-Anxiety Scale supports the link between environmental concerns and general anxiety levels. These findings highlight the psychological effects of climate change on individuals, emphasizing the need to raise awareness in this area.

Key words: Climate change, eco-anxiety, anxiety disorder, Beck Anxiety Inventory, psychology.

1. GİRİŞ VE AMAÇ

İklim değişikliği, yalnızca ekolojik sistemleri değil, bireylerin ruh sağlığını da etkileyen küresel bir halk sağlığı sorunu haline gelmiştir. Artan sıcaklıklar, kuraklık, orman yangınları, sel ve fırtına gibi ekstrem hava olaylarının sıklığı ve şiddetindeki artış; bireylerde belirsizlik, güvensizlik ve geleceğe dair kaygıları artırmaktadır. Bu durum, iklim değişikliğinin yalnızca fiziksel çevreye değil, aynı zamanda psikolojik iyilik haline yönelik etkilerini incelemeyi gerekli kılmaktadır [1,2].

Son yıllarda çevresel tehditlere verilen psikolojik yanıtlar “eko-anksiyete” (eco-anxiety) kavramıyla tanımlanmaya başlanmıştır. Eko-anksiyete, bireylerin iklim krizi karşısında hissettikleri sürekli kaygı, çaresizlik, suçluluk ve üzüntü gibi olumsuz duygularla karakterize edilir. Bu kavram ilk kez Clayton ve arkadaşları tarafından tanımlanmış; iklim değişikliği karşısında bireylerin ruh sağlığında ortaya çıkan olumsuz etkiler bir dizi araştırmaya konu olmuştur [3,4]. Clayton et al. (2017), iklim değişikliğine maruz kalmanın depresyon, anksiyete, travma sonrası stres bozukluğu gibi psikiyatrik sonuçlarla ilişkili olabileceğini belirtmiştir [5].

Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı (UNDP) ve Dünya Sağlık Örgütü (WHO) gibi uluslararası kuruluşlar, iklim değişikliğinin ruh sağlığına etkisinin giderek daha önemli hale geldiğini vurgulamakta; ancak bu alandaki bilimsel çalışmalar halen sınırlı kalmaktadır [6]. Özellikle Türkiye gibi iklim değişikliğinden doğrudan etkilenen ülkelerde bu konuda yapılan araştırmaların sayısı oldukça azdır. Bu nedenle, iklim değişikliğinin bireylerin psikolojik durumları üzerindeki etkisini değerlendiren yerel çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Bu çalışmanın amacı; 18-65 yaş arası erişkin bireylerde iklim değişikliğinin anksiyete düzeylerine etkisini değerlendirmek, hem genel anksiyete düzeyleri ile eko-anksiyete arasındaki ilişkiyi ortaya koymak hem de iklim değişikliğinin bireysel ruh sağlığı üzerindeki etkilerine dair farkındalık oluşturmak amaçlanmaktadır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1 İklim Değişikliği

İklim değişikliği, yeryüzünün iklim sisteminde uzun vadeli doğal veya antropojenik değişiklikleri ifade etmektedir. Bu değişiklikler sıcaklık, yağış düzeni, rüzgar yapıları ve ekstrem hava olaylarındaki farklılıklarla kendini göstermektedir. Sanayi Devrimi sonrası fosil yakıtların tüketimindeki artış, ormansızlaşma ve sanayi faaliyetlerinin hızlanması atmosfere sera gazlarının salınımını önemli ölçüde artırmıştır. Özellikle karbondioksit (CO₂), metan (CH₄) ve azot oksit (N₂O) gibi gazların yoğunluğundaki artış, yeryüzünün ısınmasına yol açan sera etkisini güçlendirmektedir [7].

Dünya Meteoroloji Örgütü verilerine göre, son yüzyılda küresel ortalama sıcaklığın yaklaşık 1,1°C yükseldiği ve bu artışın büyük ölçüde insan faaliyetlerinden kaynaklandığı bildirilmektedir [8]. İklim değişikliği sadece sıcaklık artışı ile sınırlı kalmayıp kuraklık, orman yangınları, sel ve kasırga gibi ekstrem doğa olaylarının sıklığını ve şiddetini artırmaktadır. Bu durum hem ekosistemleri hem de insan yaşamını doğrudan etkilemektedir.

Ayrıca, iklim değişikliği gıda güvenliği, su kaynakları, yerinden edilme ve biyolojik çeşitlilik gibi birçok alanda ciddi tehdit oluşturmaktadır. Özellikle düşük ve orta gelirli ülkeler, iklim değişikliğine karşı daha savunmasız olup etkilerini daha derin hissetmektedir [9].

İklim krizinin etkileri çevresel düzlemle sınırlı kalmayıp ekonomik, toplumsal ve bireysel sağlık üzerinde de yıkıcı sonuçlar doğurmaktadır. Bu nedenle iklim değişikliği, günümüzde sadece bir çevre sorunu değil, aynı zamanda bir halk sağlığı sorunu olarak kabul edilmektedir. Sorunun büyüklüğü ve karmaşıklığı, disiplinler arası yaklaşımın gerekliliğini ortaya koymaktadır.

2.1.1. İklim Değişikliğinin İnsan Sağlığı Üzerine Etkileri

İklim değişikliğinin insan sağlığı üzerindeki etkileri doğrudan, dolaylı ve sosyal belirleyiciler yoluyla gerçekleşir. Aşırı sıcaklık artışları, hava değişimleri, hava kirliliği, kuraklık ve sel gibi doğrudan etkiler hastalık riskini artırır ve yaşlılar, çocuklar, kronik hastalığı olan bireyler ve dezavantajlı gruplar bu etkilerden daha fazla etkilenir. Sıcak hava kardiyovasküler ve solunum hastalıklarını artırabilirken, sel ve fırtına gibi afetler travmatik yaralanmalara ve bulaşıcı hastalıkların yayılmasına neden olabilir.

Dolaylı etkiler arasında besin zincirindeki bozulmalar, vektör kaynaklı hastalıkların yayılması, yer değiştirme ve göç bulunur. Tarımsal üretimin azalması gıda güvensizliği ve yetersiz beslenmeye sebep olabilir, bu da özellikle çocuklar ve gebeler için ciddi sağlık sorunlarına yol açar.

İklim değişikliği ruh sağlığını da etkiler; aşırı hava olaylarına maruz kalan bireylerde TSSB, depresyon ve anksiyete gelişebilir. İklim değişikliği, sadece çevresel değil, aynı zamanda halk sağlığı tehditidir ve sağlık politikalarının bu doğrultuda yeniden şekillendirilmesi gerekmektedir.

2.2 Anksiyete Türleri

Anksiyete bozuklukları, yoğun korku veya kaygı ile seyreden, bireyin günlük işlevselliğini olumsuz etkileyen psikiyatrik durumlardır. Dünya genelinde en yaygın ruhsal bozukluklar arasında yer almakta olup, 2019 yılı verilerine göre yaklaşık 301 milyon kişide anksiyete bozukluğu olduğu bildirilmiştir [10]. Anksiyete bozuklukları kadınlarda daha sık görülmekte ve belirtiler genellikle çocukluk ya da ergenlik döneminde başlamaktadır. Tedavi edilmediğinde kronikleşerek yaşam kalitesinde ciddi azalmaya yol açabilir.

2.2.1 Yaygın Anksiyete Bozukluğu (YAB)

Sürekli ve kontrol edilemeyen endişe haliyle karakterizedir. Günlük olaylara karşı aşırı kaygı duyulur ve bu durum uyku bozuklukları, kas gerginliği ve dikkat dağınıklığı gibi belirtilerle birlikte seyreder. YAB'nin yaşamboyu yaygınlığı %4 civarındadır ve kadınlarda daha sık görülmektedir [11].

2.2.2 Sosyal Anksiyete Bozukluğu (SAB)

Sosyal ortamlarda olumsuz değerlendirilme korkusu ile ortaya çıkar. Kişi, başkalarının eleştirisine maruz kalmaktan çekinir ve sosyal durumlardan kaçınma davranışı geliştirir. SAB'nin yaşam boyu yaygınlığı %5 olarak bildirilmiştir [12].

2.2.3 Panik Bozukluk

Tekrarlayan panik ataklarla karakterize olup, bu ataklar sırasında çarpıntı, terleme, nefes darlığı ve ölüm korkusu gibi belirtiler yaşanır. Yetişkinlerde yıllık görülme sıklığı %2–3, yaşam boyu oranı ise %5 civarındadır. Kadınlarda görülme oranı erkeklere göre yaklaşık iki kat fazladır [13].

2.2.4 Özgül Fobiler

Belirli bir nesne ya da duruma karşı duyulan mantıksız ve yoğun korku ile tanımlanır. Genellikle çocuklukta başlar. 12 aylık prevalans %5, yaşam boyu ise %7–9 arasında değişmektedir [14].

2.3. Eko Anksiyete Kavramı

Eko-anksiyete, bireylerin iklim değişikliği, çevresel bozulma ve ekolojik tehditlere karşı geliştirdiği sürekli endişe, huzursuzluk, suçluluk ve çaresizlik duygularıyla tanımlanan bir psikolojik durumdur. Bu kavram ilk kez 2000'li yılların başında ortaya atılmış olsa da, özellikle son yıllarda çevresel krizlerin derinleşmesiyle birlikte daha yaygın biçimde ele alınmaya başlanmıştır. Eko-anksiyete, klasik anksiyete bozukluklarından farklı olarak, doğrudan çevresel olaylara ilişkin duygusal tepkilerle şekillenmekte ve kişinin iklim değişikliğine karşı hissettiği bireysel sorumlulukla da ilişkili olabilmektedir.

Bu durum henüz uluslararası tanı sistemlerinde (DSM-5, ICD-11) ayrı bir bozukluk vurgulanmamaktadır. Eko-anksiyete; uyku bozukluğu, dikkat dağınıklığı, somatik yakınmalar, sosyal izolasyon ve motivasyon kaybı gibi belirtilerle seyredebilir. Bireylerin özellikle geleceğe yönelik belirsizlik hissettikleri dönemlerde bu belirtiler artış gösterebilmektedir. Genç erişkinler, kadınlar ve çevresel farkındalığı yüksek bireylerde daha sık görüldüğü bildirilmiştir.

Uluslararası literatürde yapılan araştırmalar, eko-anksiyetenin özellikle genç bireyler arasında yüksek düzeyde yaygınlaştığını göstermektedir. Örneğin Hickman ve

arkadaşlarının (2021) on ülkede gerçekleştirdiği çalışmada, 10.000 gencin %59'u iklim değişikliği konusunda ciddi kaygılar taşıdığını ifade etmiştir. Katılımcıların önemli bir kısmı, bu kaygıların günlük yaşamlarını olumsuz etkilediğini ve hükümetlerin yeterli önlem almadığını düşündüğünü belirtmiştir [12].

Türkiye'de yapılan çalışmalar da bu bulguları desteklemektedir. Yıldız ve Tanhan (2022), üniversite öğrencileriyle yürüttükleri bir çalışmada, eko-anksiyete düzeylerinin çevresel bilinç, kişisel etkilene algısı ve duygusal tepkilerle anlamlı ilişkiler gösterdiğini ortaya koymuştur [15]. Ayrıca, eko-anksiyetenin genel anksiyete ve depresif belirtilerle birlikte görülebildiği ve bu nedenle psikolojik destek gerektirebileceği ifade edilmiştir.

Güncel çalışmalar, eko-anksiyetenin yalnızca bireysel psikolojik bir sorun değil; aynı zamanda iklim değişikliğinin sosyal ve kültürel etkilerinin bir yansıması olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, hem bireysel dayanıklılığı artıracak psikolojik müdahalelerin geliştirilmesi hem de politika düzeyinde toplumsal farkındalık programlarının desteklenmesi önerilmektedir.

2.4. Kullanılan Ölçekler

Bu çalışmada, katılımcıların genel anksiyete düzeyini ve iklim değişikliğine bağlı kaygılarını değerlendirmek amacıyla Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) ve Eko-Anksiyete Ölçeği (EAÖ) kullanılmıştır.

2.4.1 Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ)

Beck Anksiyete Ölçeği, 1988 yılında Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş, bireylerdeki anksiyete düzeyini ölçmeye yönelik bir öz bildirim ölçeğidir [13]. Türkçe'ye Ulusoy ve arkadaşları tarafından uyarlanmış ve geçerlilik-güvenirlilik çalışmaları yapılmıştır [14]. Ölçek 21 maddeden oluşmakta olup, her bir madde 0 (hiç) ile 3(şiddetli) arasında puanlanmaktadır.

Toplam puan, bireyin anksiyete şiddetini yansıtır. Hafif anksiyete 0–21 puan, orta düzey anksiyete 22–35 puan ve şiddetli anksiyete 36 ve üzeri olarak değerlendirilir. BAÖ, yaygın olarak kullanılan, güvenilirliği yüksek ve klinik- pratik uygulamalarda geçerliliği kanıtlanmış bir ölçektir.

2.4.2. Eko-Anksiyete Ölçeği (EAÖ)

Eko-anksiyete ölçeği, bireylerin iklim değişikliği ve çevresel tehditlere bağlı kaygı düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir ölçme aracıdır. Ölçek, 2020 yılında Hogg ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş, Türkiye'ye uyarlaması ise Yıldız ve Tanhan (2022) tarafından yapılmıştır [15]. Ölçek toplam 13 maddeden oluşur ve dört alt boyutu kapsar: duygusal belirtiler, bilişsel belirtiler, davranışsal belirtiler ve kişisel etkiyle ilgili kaygılar. Likert tipi 5 dereceli olarak yapılandırılmıştır.

Yüksek puanlar daha yüksek düzeyde eko- anksiyeteye işaret eder. Türkçe formunun güvenilirlik katsayısı Cronbach alfa değeri 0,89 olarak bildirilmiş, bu da ölçeğin psikometrik açıdan güçlü olduğunu göstermektedir. Bu ölçeklerin birlikte kullanılması, genel psikolojik kaygı ile çevresel kaygının ayrıştırılmasını ve karşılaştırmalı analiz yapılmasını mümkün kılmaktadır.

3. YÖNTEM VE GEREÇ

3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışma, tanımlayıcı ve kesitsel bir araştırma olarak planlanmıştır. Araştırma, İstanbul ili Sağlık Bilimleri Üniversitesi Ümraniye Eğitim ve Araştırma Hastanesi Aile Hekimliği Polikliniği'ne başvuran bireyler üzerinde Ocak 2025 – Mart 2025 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir.

3.2. Araştırmanın Uygulanışı

Veri toplama süreci, hafta içi poliklinik hizmeti sırasında uygun bulunan hastaların bilgilendirilmesi ile başlamıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden bireylere çalışmanın amacı sözlü olarak açıklanmış, gizlilik ve gönüllülük esasına dayalı bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Anket formu, araştırmacı tarafından yüz yüze görüşme tekniğiyle uygulanmış ve ortalama 10–15 dakika sürmüştür. Uygulama sırasında mahremiyete dikkat edilmiş, görüşmeler sessiz ve uygun bir ortamda yapılmıştır.

3.3. Örneklem

Yapılan literatür taramasına dayalı olarak G*Power programı ile hesaplanan örneklem büyüklüğü (etki büyüklüğü: 0.3, alfa: 0.05, güç: %95) en az 138 kişi olarak belirlenmiştir. Bu doğrultuda çalışmaya 160 katılımcı dâhil edilmiş ve örneklem yeterliliği sağlanmıştır. Olasılıksız örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Dahil edilme kriterleri:

- 18–64 yaş aralığında olmak
- Okur-yazar olmak

Dışlanma kriterleri:

- Kronik fiziksel hastalığı olan bireyler (örneğin: hipertirodi, epilepsi, migren vb.)
- Daha önce ruhsal bir hastalık tanısı almış bireyler

- Psikiyatrik ilaç veya anksiyete belirtilerini etkileyebilecek ilaçları düzenli kullanan bireyler
- Alkol veya madde bağımlılığı olan bireyler

3.4. Veri Toplama Araçları

Veri toplamak amacıyla üç bölümden oluşan bir anket formu kullanılmıştır:

1. Demografik Bilgi Formu: Katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, meslek, gelir düzeyi gibi sosyodemografik bilgilerini içermektedir.
2. Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ): Aaron T. Beck tarafından geliştirilen ve Türkiye’de Ulusoy ve arkadaşları tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan bir ölçektir. Toplam 21 maddeden oluşur ve her madde 0–3 puan arasında derecelendirilir. Ölçek, bireyin son bir hafta içerisindeki anksiyete belirtilerini değerlendirmektedir. Toplam puan 0–63 arasında değişmektedir. Puan aralıkları şu şekilde yorumlanır: 0–7: Minimal, 8–15: Hafif, 16–25: Orta, 26 ve üzeri: Şiddetli anksiyete düzeyi [22].
3. Eko-Anksiyete Ölçeği (EAÖ): Hogg ve arkadaşları tarafından geliştirilen ve Türkçe’ye geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Yıldırım ve Yıldız tarafından yapılan bir ölçektir. Ölçek toplam 13 maddeden oluşmakta ve beş alt boyutu kapsamaktadır: Duygusal Belirtiler, Davranışsal Belirtiler, Kişisel Etki Konusunda Kaygı, Ruminasyon ve Toplam Puan. Likert tipi 4’lü derecelendirme kullanılır (1: Hiçbir zaman, 4: Her zaman). Yüksek puanlar daha yüksek düzeyde eko-anksiyeteyi göstermektedir [23].

3.5. Etik Kurul Onayı

Çalışmaya başlanmadan önce 16.01.2025 tarihinde T.C. Sağlık Bakanlığı Ümraniye Eğitim ve Araştırma Hastanesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu’ndan onay alınmıştır (EK5). Katılımcılardan sözlü bilgilendirilmiş onam alınmış, gizlilik ve gönüllülük ilkelerine uygun hareket edilmiştir.

3.6. İstatistiksel Analiz

Demografik bilgilerde bireylerin dağılımını göstermede sayı (n) ve yüzde (%) değerleri kullanıldı.

Çalışmada yer alan sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu grafiksel olarak ve Shapiro-Wilks testi ile değerlendirildi. Değişkenlerin tanımlayıcı istatistiklerinin gösteriminde Ortalama±SS (standart sapma) ve Medyan (Minimum-Maksimum) değerleri verildi.

Yaş gruplaması, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, meslek gibi ikiden fazla kategorik değişkenlere göre Beck Anksiyete ölçek puanı ve Eko Anksiyete ölçeği (Duygusal belirtiler, Davranışsal belirtiler, Kişisel etki konusundan kaygı, Ruminasyon, Toplam Puan) puanlarının karşılaştırılmasında Kruskal Wallis non-parametrik varyans analizine başvuruldu. İkili karşılaştırmalarda bonferroni düzeltmesi yapılarak analiz sonuçları verildi.

Cinsiyet, medeni durum, kronik hastalık gibi iki gruplu değişkenlerin Beck Anksiyete ölçek puanı ve Eko Anksiyete ölçeği (Duygusal belirtiler, Davranışsal belirtiler, Kişisel etki konusundan kaygı, Ruminasyon, Toplam Puan) puanlarının karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi kullanıldı.

Ölçek puanlarının kendi aralarında yapılan korelasyon analizinde spearman non-parametrik korelasyon katsayısı verildi.

İstatistiksel analizler ve hesaplamalar IBM SPSS Statistics 26.0 (IBM Corp. Released 2019. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 26.0. Armonk, NY: IBM Corp) programları kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

4.1 Tanımlayıcı Bulgular

Araştırmaya toplam 160 birey katılmıştır. Katılımcıların yaş dağılımı şu şekildedir: %36,2'si (n=58) 18–25 yaş, %39,4'ü (n=63) 26–35 yaş, %5,6'sı (n=9) 36–45 yaş, %15,0'i (n=24) 46–55 yaş ve %3,8'i (n=6) 56–65 yaş aralığındadır.

Katılımcıların %55,6'sı (n=89) kadın, %44,4'ü (n=71) erkektir. Medeni durumlarına göre %60,0'ı (n=96) bekar, %38,7'si (n=62) evlidir.

Eğitim düzeylerine göre %11,2'si (n=18) ilköğretim, %16,9'u (n=27) lise, %63,7'si (n=102) üniversite ve %8,2'si (n=13) lisansüstü (yüksek lisans ve doktora) mezundur.

Katılımcıların %7,5'inin (n=12) kronik hastalığı bulunduğu, %0,6'sının (n=1) alkol veya madde kullanım bozukluğu tanısı aldığı belirlenmiştir. Psikiyatrik tanı veya tedavi geçmişi olan birey bulunmamaktadır.

4.2 Katılımcıların Anksiyete ve Eko-Anksiyete Düzeyleri

Beck Anksiyete Ölçeği puan ortalaması $10,69 \pm 9,63$ olarak bulunmuştur. Minimum değer 0, maksimum değer 47'dir. Ölçeğe göre:

- 0–15 puan: Düşük anksiyete (normal)
- 16–25 puan: Orta düzey anksiyete
- 26–63 puan: Yüksek düzey anksiyete

Bu sınıflamaya göre katılımcıların büyük kısmının düşük düzeyde anksiyete yaşadığı, ancak bir kısmında klinik olarak anlamlı düzeyde anksiyete bulunduğu söylenebilir.

Eko-Anksiyete Ölçeği toplam puan ortalaması $6,59 \pm 5,37$ olarak saptanmıştır (min: 0, maks: 28). Eko-anksiyete için standart bir cut-off bulunmamakla birlikte, literatürde 9 ve üzeri puan alan bireylerin çevresel kaygı açısından riskli grupta

değerlendirilebileceği belirtilmektedir. Bu ölçüte göre, katılımcıların bir bölümü yüksek düzeyde eko-anksiyete yaşamaktadır.

Çalışmaya katılan bireylerin %36,2'si (n=58) 18-25 yaş, %39,4'ü (n=63) 26-35 yaş, %5,6'sı (n=9) 36-45 yaş, %15,0'i (n=24) 46-55 yaş, %3,8'i (n=6) 56-65 yaş grubundadır. Bireylerin %44,4'ü (n=71) erkek, %55,6'sı (n=89) kadındır. Eğitim durumlarına baktığımızda bireylerin %11,2'si (n=18) ilköğretim mezunu, %16,9'u (n=27) lise mezunu, %63,7'si (n=102) üniversite mezunu, %6,9'u (n=11) yüksek lisans mezunu, %1,3'ü (n=2) doktora mezunudur. Ayrıca bireylerin %38,7'si (n=62) evli, %60,0'ı (n=96) bekarıdır. Bireylerin meslek dağılımlarına bakıldığında %4,4'ü (n=7) öğretmen, %20,0'si (n=32) sağlık çalışanı, %24,4'ü (n=39) öğrenci, %4,4'ü (n=7) büro çalışanı, %46,8'i (n=75) diğer meslek çalışanı olduğu belirlenmiştir. Bireylerin %15,0'nin (n=24) gelir düzeyi düşük, %70,0'nin (n=112) orta düzey, %15,0'nin (n=24) yüksek düzeydedir. Kronik hastalığı olan 12 birey (%7,5) bulunmaktadır. Psikiyatrik tanı veya tedavi gören ve hipertiroidi, epilepsi, migren tanısı alan birey bulunmamaktadır. Alkol veya madde kullanım bozukluğu tanısı alan 1 birey (%0,6) tespit edilmiştir. İklim değişikliği hakkında bilgi kaynağı olan TV olan 91 birey, internet olan 116 birey, sosyal medya olan 113 birey, kitap/makaleler olan 45 birey olduğu belirlenmiştir

(Tablo 1).

Tablo 1. Bireylerin Demografik Özellikleri

	n (%)	
Yaş	18-25 yaş	58 (36,2)
	26-35 yaş	63 (39,4)
	36-45 yaş	9 (5,6)
	46-55 yaş	24 (15,0)
	56-65 yaş	6 (3,8)
Cinsiyet	Erkek	71 (44,4)
	Kadın	89 (55,6)

	İlköğretim mezunu	18 (11,2)
	Lise mezunu	27 (16,9)
Eğitim Durumu	Üniversite mezunu	102 (63,7)
	Yüksek lisans mezunu	11 (6,9)
	Doktora mezunu	2 (1,3)
	Evli	62 (38,7)
Medeni Durum	Bekar	96 (60,0)
	Diğer	2 (1,3)
	Öğretmen	7 (4,4)
	Sağlık çalışanı	32 (20,0)
Meslek	Öğrenci	39 (24,4)
	Büro çalışanı	7 (4,4)
	Diğer	75 (46,8)
	Düşük	24 (15,0)
Gelir Düzeyi	Orta	112 (70,0)
	Yüksek	24 (15,0)
	Evet	12 (7,5)
Kronik Hastalık	Hayır	148 (92,5)
Psikiyatrik Tanı veya Tedavi Görme	Hayır	160 (100,0)
Alkol veya Madde Kullanım Bozukluğu Tanısı Alma	Evet	1 (0,6)
	Hayır	159 (99,4)

Hipertiroidi, Epilepsi, Migren Tanısı Alma	Hayır	160 (100,0)
	TV	91 (56,9)
*İklim Değişikliği	İnternet	116 (72,5)
Hakkında Bilgi	Sosyal medya	113 (70,6)
Kaynağınız Nedir?	Kitaplar/Makaleler	45 (28,1)
	Diğer	10 (6,3)

*Birden fazla seçenek işaretlenebilmiştir

Bireylerin Beck Anksiyete ölçek puanı ortalamasının $10,69 \pm 9,63$ olduğu belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Beck Anksiyete Ölçek Puanı Dağılımı

	Ort±SS	Medyan (Min-Max)
Beck Anksiyete Ölçek Puanı	$10,69 \pm 9,63$	7,5 (0-47)

Erkek bireylerin Beck Anksiyete ölçek puan ortalaması $7,61 \pm 6,79$, kadın bireylerin Beck Anksiyete ölçek puan ortalaması $13,15 \pm 10,83$ 'tür. Cinsiyete göre bireylerin Beck Anksiyete ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($z=3,376$, $p=0,001$).

Diğer değişkenlerin Beck Anksiyete ölçek puanlarının karşılaştırılması Tablo 3'te özetlenmiştir. Yapılan karşılaştırmalara göre Beck Anksiyete ölçek puanları ile sadece "Cinsiyet" arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 3. Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

		BECK ANKSİYETE			
		ÖLÇEK PUANI		Test İstatistiği	
		Ort±SS	Medyan (Min-Max)	z; χ^2	p
Yaş	18-25 yaş	12,79±11,7 2	9,0 (0-47)	$\chi^2=2,384$	0,666
	26-35 yaş	9,98±8,91	7,0 (0-37)		
	36-45 yaş	6,00±3,04	7,0 (0-9)		
	46-55 yaş	9,71±7,26	7,0 (0-26)		
	56-65 yaş	8,67±6,05	10,5 (0-16)		
Cinsiyet	Erkek	7,61±6,79	6,0 (0-30)	z=3,376	0,001
	Kadın	13,15±10,8 3	10,0 (0-47)		
Eğitim Durumu	İlköğretim mezunu	8,61±5,56	7,0 (0-25)	$\chi^2=3,141$	0,370
	Lise mezunu	8,81±8,39	7,0 (0-30)		
	Üniversite mezunu	12,01±10,6 8	8,5 (0-47)		
	Yüksek lisans ve Doktora mezunu	7,08±5,36	7,0 (0-18)		
Medeni Durum	Evli	9,03±7,67	7,0 (0-37)	z=1,093	0,275
	Bekar	11,73±10,5 9	9,0 (0-47)		
Meslek	Öğretmen	12,57±7,39	13,0 (3-26)	$\chi^2=3,801$	0,434

	Sağlık çalışanı	9,09±8,55	6,5 (0-32)		
	Öğrenci	13,74±12,4 7	10,0 (0-47)		
	Büro çalışanı	12,43±14,5 6	3,0 (0-35)		
	Diğer	9,44±7,69	7,0 (0-37)		
Gelir Düzeyi	Düşük	13,12±11,8 6	8,5 (0-42)	$\chi^2=1,107$	0,575
	Orta	10,79±9,91	7,0 (0-47)		
	Yüksek	7,79±3,50	7,0 (2-15)		
Kronik Hastalık	Evet	13,00±10,5 4	10,5 (0-35)	$z=0,957$	0,339
	Hayır	10,50±9,57	7,0 (0-47)		
İklim Değişikliği Hakkında Bilgi Kaynağınız Nedir?					
TV	Hayır	12,03±10,7 1	9,0 (0-47)	$z=1,311$	0,190
	Evet	9,67±8,66	7,0 (0-37)		
İnternet	Hayır	10,36±9,34	9,0 (0-47)	$z=0,048$	0,962
	Evet	10,81±9,78	7,0 (0-42)		
Sosyal Medya	Hayır	11,55±9,76	9,0 (0-42)	$z=0,880$	0,379
	Evet	10,33±9,60	7,0 (0-47)		
Kitaplar/ Makaleler	Hayır	10,34±9,39	7,0 (0-47)	$z=0,492$	0,623
	Evet	11,58±10,2 9	8,0 (0-37)		

	Hayır	10,74±9,79	7,0 (0-47)		
Diğer	Evet	9,90±7,08	10,5 (0-20)	z=0,176	0,860

z: Mann Whitney U Testi, χ^2 : Kruskal Wallis Testi

Eko Anksiyete ölçeği alt boyutu Duygusal belirtiler puan ortalaması 2,59±2,18, Davranışsal belirtiler puan ortalaması 1,94±2,00, Kişisel etki konusunda kaygı puan ortalaması 1,13±1,49, Ruminasyon puan ortalaması 0,93±1,41 ve Eko Anksiyete toplam puan ortalaması 6,59±5,37 olduğu belirlenmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Eko Anksiyete Ölçek Puanları Dağılımı

	Ort±SS	Medyan (Min-Max)
Duygusal belirtiler	2,59±2,18	2,0 (0-10)
Davranışsal belirtiler	1,94±2,00	1,5 (0-8)
Kişisel etki konusunda kaygı	1,13±1,49	0,0 (0-6)
Ruminasyon	0,93±1,41	0,0 (0-7)
Eko Anksiyete Toplam puan	6,59±5,37	5,0 (0-28)

Erkek bireylerin Eko Anksiyete Duygusal Belirtiler puan ortalaması 1,94±1,72, kadın bireylerin Eko Anksiyete Duygusal Belirtiler puan ortalaması 3,10±2,37 olduğu belirlenmiştir. Cinsiyete göre bireylerin Eko Anksiyete Duygusal Belirtiler puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($z=3,238$, $p=0,001$).

Tablo 5. Eko Anksiyete Duygusal Belirtiler Puanlarının Karşılaştırılması

**EKO ANKSİYETE
DUYGUSAL BELİRTİLER**

		PUANI		Test İstatistiği	
		Ort±SS	Medyan (Min-Max)	z; χ^2	p
Yaş	18-25 yaş	2,57±2,49	2,0 (0-10)	$\chi^2=3,529$	0,473
	26-35 yaş	2,65±2,10	2,0 (0-8)		
	36-45 yaş	2,11±1,62	2,0 (0-5)		
	46-55 yaş	2,33±1,81	2,5 (0-6)		
	56-65 yaş	3,83±1,83	3,0 (2-7)		
Cinsiyet	Erkek	1,94±1,72	1,0 (0-7)	z=3,238	0,001
	Kadın	3,10±2,37	3,0 (0-10)		
Eğitim Durumu	İlköğretim mezunu	1,78±1,21	2,0 (0-5)	$\chi^2=3,946$	0,267
	Lise mezunu	2,07±1,64	2,0 (0-6)		
	Üniversite mezunu	2,87±2,39	3,0 (0-10)		
	Yüksek lisans ve Doktora mezunu	2,54±2,14	3,0 (0-7)		
Medeni Durum	Evli	2,71±2,01	3,0 (0-8)	z=0,970	0,332
	Bekar	2,51±2,29	2,0 (0-10)		
Meslek	Öğretmen	2,71±2,06	3,0 (0-5)	$\chi^2=0,614$	0,962
	Sağlık çalışanı	2,69±2,12	2,0 (0-7)		
	Öğrenci	2,61±2,58	2,0 (0-10)		
	Büro çalışanı	2,43±2,69	2,0 (0-6)		
	Diğer	2,53±1,99	2,0 (0-10)		
Gelir Düzeyi	Düşük	2,62±2,67	2,0 (0-10)	$\chi^2=2,952$	0,229
	Orta	2,69±2,09	3,0 (0-10)		

	Yüksek	2,04±2,07	1,0 (0-7)		
Kronik Hastalık	Evet	2,33±1,49	2,0 (0-6)	z=0,089	0,929
	Hayır	2,61±2,23	2,0 (0-10)		
İklim Değişikliği Hakkında Bilgi Kaynağınız Nedir?					
TV	Hayır	2,85±2,41	2,0 (0-10)	z=0,998	0,318
	Evet	2,38±1,98	2,0 (0-10)		
İnternet	Hayır	2,75±2,26	2,5 (0-8)	z=0,494	0,621
	Evet	2,53±2,16	2,0 (0-10)		
Sosyal Medya	Hayır	2,38±2,14	2,0 (0-9)	z=0,872	0,383
	Evet	2,67±2,20	3,0 (0-10)		
Kitaplar/Makaleler	Hayır	2,48±2,34	2,0 (0-10)	z=1,942	0,052
	Evet	2,87±1,71	3,0 (0-8)		
Diğer	Hayır	2,54±2,17	2,0 (0-10)	z=1,080	0,280
	Evet	3,30±2,41	3,0 (0-7)		

Diğer değişkenlerin Eko Anksiyete Duygusal Belirtiler puanlarının karşılaştırılması Tablo 5’te özetlenmiştir. Yapılan karşılaştırmalara göre Eko Anksiyete Duygusal Belirtiler puanları ile “Cinsiyet” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 5. Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Eko Anksiyete Duygusal Belirtiler Puanlarının Karşılaştırılması

z: Mann Whitney U Testi, χ^2 : Kruskal Wallis Testi

18-25 yaş grubundaki bireylerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puan ortalaması 2,38±2,06, 26-35 yaş grubundaki bireylerin 1,90±1,91, 36-45 yaş grubundaki bireylerin 2,44±1,74, 46-55 yaş grubundaki bireylerin 1,25±2,07, 56-65

yaş grubundaki bireylerin $0,17\pm 0,41$ olduğu belirlenmiştir. Yaş gruplamasına göre bireylerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($\chi^2=15,806$, $p=0,003$). Erkek bireylerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puan ortalaması $1,51\pm 1,61$, kadın bireylerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puan ortalaması $2,29\pm 2,21$ 'dir. Cinsiyete göre bireylerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($z=2,053$, $p=0,040$). Evli bireylerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puan ortalaması $1,37\pm 1,87$, bekar bireylerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puan ortalaması $2,31\pm 2,00$ 'dir. Medeni duruma göre bireylerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($z=3,352$, $p=0,001$).

Diğer değişkenlerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puanlarının karşılaştırılması Tablo 6'da özetlenmiştir. Yapılan karşılaştırmalara göre Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puanları ile "Yaş", "Cinsiyet", "Medeni Durum" parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 6. Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler Puanlarının Karşılaştırılması

		EKO ANKSİYETE DAVRANIŞSAL BELİRTİLER PUANI			
				Test İstatistiği	
		Ort±SS	Medyan (Min-Max)	z; χ^2	p
	18-25 yaş	2,38±2,06	2,0 (0-7)		
	26-35 yaş	1,90±1,91	1,0 (0-8)		
Yaş	36-45 yaş	2,44±1,74	3,0 (0-5)	$\chi^2=15,806$	0,003
	46-55 yaş	1,25±2,07	0,0 (0-8)		
	56-65 yaş	0,17±0,41	0,0 (0-1)		

Cinsiyet	Erkek	1,51±1,61	1,0 (0-6)	z=2,053	0,040
	Kadın	2,29±2,21	2,0 (0-8)		
Eğitim Durumu	İlköğretim mezunu	1,44±1,34	1,0 (0-4)	χ ² =5,782	0,123
	Lise mezunu	1,26±1,72	0,0 (0-6)		
	Üniversite mezunu	2,22±2,18	2,0 (0-8)		
	Yüksek lisans ve Doktora mezunu	1,92±1,44	2,0 (0-4)		
Medeni Durum	Evli	1,37±1,87	1,0 (0-8)	z=3,352	0,001
	Bekar	2,31±2,00	2,0 (0-8)		
Meslek	Öğretmen	2,71±1,89	4,0 (0-4)	χ ² =9,062	0,060
	Sağlık çalışanı	2,25±2,31	2,0 (0-8)		
	Öğrenci	2,49±2,11	2,0 (0-7)		
	Büro çalışanı	1,43±1,99	0,0 (0-5)		
	Diğer	1,51±1,73	1,0 (0-7)		
Gelir Düzeyi	Düşük	2,62±2,26	3,0 (0-7)	χ ² =2,863	0,239
	Orta	1,85±1,95	1,0 (0-8)		
	Yüksek	1,71±1,89	1,0 (0-8)		
Kronik Hastalık	Evet	1,25±1,21	1,5 (0-3)	z=1,030	0,303
	Hayır	2,00±2,04	1,5 (0-8)		
İklim Değişikliği Hakkında Bilgi Kaynağınız Nedir?					
TV	Hayır	2,27±2,27	2,0 (0-8)	z=1,386	0,166
	Evet	1,69±1,74	1,0 (0-7)		

İnternet	Hayır	2,18±2,28	2,0 (0-8)	z=0,568	0,570
	Evet	1,85±1,88	1,0 (0-7)		
Sosyal Medya	Hayır	2,02±2,21	2,0 (0-8)	z=0,056	0,956
	Evet	1,91±1,91	1,0 (0-8)		
Kitaplar/ Makaleler	Hayır	1,95±1,94	2,0 (0-8)	z=0,453	0,650
	Evet	1,93±2,18	1,0 (0-7)		
Diğer	Hayır	1,93±1,97	1,5 (0-8)	z=0,033	0,974
	Evet	2,10±2,56	1,5 (0-8)		

z: Mann Whitney U Testi, χ^2 : Kruskal Wallis Testi

Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler puanları bakımından yaş gruplaması ikili karşılaştırmalarında 56-65 yaş —18-25 yaş, 46-55 yaş—18-25 yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir (p=0,031, p=0,044) (Tablo 7).

Tablo 7. Eko Anksiyete Davranışsal Belirtiler Puanlarının İkili Karşılaştırmaları

Yaş	p*
56-65 yaş —46-55 yaş	1,000
56-65 yaş —26-35 yaş	0,145
56-65 yaş —18-25 yaş	0,031
56-65 yaş —36-45 yaş	0,080
46-55 yaş—26-35 yaş	0,517
46-55 yaş—18-25 yaş	0,044
46-55 yaş—36-45 yaş	0,359
26-35 yaş—18-25 yaş	1,000
26-35 yaş—36-45 yaş	1,000
18-25 yaş—36-45 yaş	1,000

*Bonferroni Düzeltmeli p değerleri

Erkek bireylerin Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı puan ortalaması 0,56±1,12, kadın bireylerin Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı puan ortalaması 1,58±1,59'dur. Cinsiyete göre bireylerin Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($z=4,705$, $p<0,001$). İlköğretim mezunu bireylerin Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı puan ortalaması 0,78±1,21, lise mezunu bireylerin 0,67±1,33, üniversite mezunu bireylerin 1,36±1,56, yüksek lisans ve doktora mezunu bireylerin 0,77±1,23 olduğu belirlenmiştir. Eğitim durumuna göre bireylerin Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($\chi^2=8,409$, $p=0,038$).

Diğer değişkenlerin Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı puanlarının karşılaştırılması Tablo 8'de özetlenmiştir. Yapılan karşılaştırmalara göre Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı puanları ile "Cinsiyet", "Eğitim Durumu" parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 8. Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması

		EKO ANKSİYETE KİŞİSEL ETKİ KONUSUNDA KAYGI			
		PUANI		Test İstatistiği	
		Ort±SS	Medyan (Min-Max)	z; χ^2	p
Yaş	18-25 yaş	1,22±1,40	1,0 (0-5)	$\chi^2=3,941$	0,414
	26-35 yaş	1,24±1,62	0,0 (0-6)		
	36-45 yaş	1,11±1,62	1,0 (0-5)		
	46-55 yaş	0,75±1,36	0,0 (0-5)		
	56-65 yaş	0,67±1,21	0,0 (0-3)		
Cinsiyet	Erkek	0,56±1,12	0,0 (0-5)	$z=4,705$	

	Kadın	1,58±1,59	1,0 (0-6)		<0,001
Eğitim Durumu	İlköğretim mezunu	0,78±1,21	0,0 (0-4)		
	Lise mezunu	0,67±1,33	0,0 (0-5)		
	Üniversite mezunu	1,36±1,56	1,0 (0-6)	$\chi^2=8,409$	0,038
	Yüksek lisans ve Doktora mezunu	0,77±1,23	0,0 (0-3)		
Medeni Durum	Evli	1,05±1,63	0,0 (0-6)	$z=1,289$	0,197
	Bekar	1,18±1,39	1,0 (0-5)		
Meslek	Öğretmen	1,29±1,79	1,0 (0-5)		
	Sağlık çalışanı	1,62±1,64	1,0 (0-5)		
	Öğrenci	1,15±1,35	1,0 (0-5)	$\chi^2=7,552$	0,109
	Büro çalışanı	1,14±1,46	0,0 (0-3)		
	Diğer	0,89±1,45	0,0 (0-6)		
Gelir Düzeyi	Düşük	1,17±1,43	0,5 (0-4)		
	Orta	1,26±1,56	0,5 (0-6)	$\chi^2=5,504$	0,064
	Yüksek	0,50±0,98	0,0 (0-3)		
Kronik Hastalık	Evet	0,75±1,21	0,0 (0-3)	$z=0,934$	0,350
	Hayır	1,16±1,51	0,0 (0-6)		
İklim Değişikliği Hakkında Bilgi Kaynağınız Nedir?					
TV	Hayır	1,26±1,44	1,0 (0-5)	$z=1,274$	0,203
	Evet	1,03±1,52	0,0 (0-6)		
İnternet	Hayır	1,32±1,55	0,5 (0-5)	$z=0,916$	0,360

	Evet	1,06±1,46	0,0 (0-6)		
Sosyal	Hayır	1,21±1,41	1,0 (0-5)	z=0,677	0,498
Medya	Evet	1,09±1,52	0,0 (0-6)		
Kitaplar/	Hayır	1,12±1,45	0,0 (0-5)	z=0,118	0,906
Makaleler	Evet	1,16±1,59	0,0 (0-6)		
Diğer	Hayır	1,13±1,47	0,0 (0-6)	z=0,308	0,758
	Evet	1,10±1,85	0,0 (0-5)		

z: Mann Whitney U Testi, χ^2 : Kruskal Wallis Testi

Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı puanları bakımından eğitim durumu ikili karşılaştırmalarında Lise—Üniversite arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir (p=0,012) (Tablo 9).

Tablo 9. Eko Anksiyete Kişisel Etki Konusunda Kaygı Puanlarının İkili Karşılaştırmaları

Eğitim Durumu	p*
Lise—Yüksek lisans ve doktora	1,000
Lise—İlköğretim	1,000
Lise—Üniversite	0,012
Yüksek lisans ve doktora—İlköğretim	1,000
Yüksek lisans ve doktora— Üniversite	0,802
İlköğretim—Üniversite	0,848

*Bonferroni Düzeltmeli p değerleri

Erkek bireylerin Eko Anksiyete Ruminasyon puan ortalaması 0,58±1,24, kadın bireylerin Eko Anksiyete Ruminasyon puan ortalaması 1,21±1,49'dur. Cinsiyete göre bireylerin Eko Anksiyete Ruminasyon puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir

farklılık tespit edilmiştir ($z=3,382$, $p=0,001$). Gelir düzeyi düşük olan bireylerin Eko Anksiyete Ruminasyon puan ortalaması $0,87\pm 1,54$, gelir düzeyi orta olan bireylerin $1,07\pm 1,46$, gelir düzeyi yüksek olan bireylerin $0,33\pm 0,87$ 'dir. Gelir düzeyine göre bireylerin Eko Anksiyete Ruminasyon puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($\chi^2=6,794$, $p=0,033$).

Diğer değişkenlerin Eko Anksiyete Ruminasyon puanlarının karşılaştırılması Tablo 10'da özetlenmiştir. Yapılan karşılaştırmalara göre Eko Anksiyete Ruminasyon puanları ile "Cinsiyet", "Gelir Düzeyi" parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 10. Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Eko Anksiyete Ruminasyon Puanlarının Karşılaştırılması

	EKO ANKSİYETE RUMİNASYON PUANI		Test İstatistiği		
	Ort±SS	Medyan (Min-Max)	z; χ^2	p	
Yaş	18-25 yaş	1,09±1,44	0,0 (0-5)	$\chi^2=3,205$	0,524
	26-35 yaş	0,92±1,51	0,0 (0-7)		
	36-45 yaş	0,33±1,00	0,0 (0-3)		
	46-55 yaş	0,92±1,35	0,0 (0-4)		
	56-65 yaş	0,50±0,84	0,0 (0-2)		
Cinsiyet	Erkek	0,58±1,24	0,0 (0-5)	$z=3,382$	0,001
	Kadın	1,21±1,49	1,0 (0-7)		
Eğitim Durumu	İlköğretim mezunu	0,44±0,92	0,0 (0-3)	$\chi^2=6,077$	0,108
	Lise mezunu	0,59±1,15	0,0 (0-4)		
	Üniversite mezunu	1,12±1,53	0,0 (0-7)		
	Yüksek lisans ve Doktora mezunu	0,85±1,34	0,0 (0-3)		

Medeni Durum	Evli	0,90±1,44	0,0 (0-7)	z=0,266	0,790
	Bekar	0,95±1,40	0,0 (0-5)		
Meslek	Öğretmen	1,29±1,60	0,0 (0-3)	χ ² =4,110	0,391
	Sağlık çalışanı	0,94±1,24	0,0 (0-3)		
	Öğrenci	1,10±1,50	0,0 (0-5)		
	Büro çalışanı	1,71±2,06	1,0 (0-5)		
	Diğer	0,73±1,35	0,0 (0-7)		
Gelir Düzeyi	Düşük	0,87±1,54	0,0 (0-5)	χ ² =6,794	0,033
	Orta	1,07±1,46	0,0 (0-7)		
	Yüksek	0,33±0,87	0,0 (0-3)		
Kronik Hastalık	Evet	0,83±1,11	0,0 (0-3)	z=0,007	0,994
	Hayır	0,94±1,44	0,0 (0-7)		
İklim Değişikliği Hakkında Bilgi Kaynağımız Nedir?					
TV	Hayır	1,06±1,40	0,0 (0-5)	z=1,359	0,174
	Evet	0,83±1,42	0,0 (0-7)		
İnternet	Hayır	1,04±1,51	0,0 (0-5)	z=0,839	0,401
	Evet	0,89±1,38	0,0 (0-7)		
Sosyal Medya	Hayır	1,04±1,53	0,0 (0-5)	z=0,474	0,636
	Evet	0,88±1,37	0,0 (0-7)		
Kitaplar/ Makaleler	Hayır	0,81±1,26	0,0 (0-5)	z=1,189	0,234
	Evet	1,24±1,72	0,0 (0-7)		
Diğer	Hayır	0,93±1,40	0,0 (0-7)	Z=0,421	0,673

Evet	0,90±1,66	0,0 (0-5)
------	-----------	-----------

z: Mann Whitney U Testi, χ^2 :Kruskal Wallis Testi

Eko Anksiyete Ruminasyon puanları bakımından gelir düzeyi ikili karşılaştırmalarında Yüksek—Orta arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p=0,034$) (Tablo 11).

Tablo 11. Eko Anksiyete Ruminasyon Puanlarının İkili Karşılaştırmaları

Gelir Düzeyi	p*
Yüksek—Düşük	0,762
Yüksek—Orta	0,034
Düşük—Orta	0,860

**Bonferroni Düzeltmeli p değerleri*

Erkek bireylerin Eko Anksiyete Ölçeği toplam puan ortalaması $4,59\pm 4,10$, kadın bireylerin Eko Anksiyete Ölçeği toplam puan ortalaması $8,19\pm 5,73$ 'tür. Cinsiyete göre bireylerin Eko Anksiyete Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($z=4,328$, $p<0,001$). İlköğretim mezunu bireylerin Eko Anksiyete Ölçeği toplam puan ortalaması $4,44\pm 2,20$, lise mezunu bireylerin $4,59\pm 4,63$, üniversite mezunu bireylerin $7,59\pm 5,87$, yüksek lisans ve doktora mezunu bireylerin $6,08\pm 3,79$ olduğu belirlenmiştir. Eğitim durumuna göre bireylerin Eko Anksiyete Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($\chi^2=9,210$, $p=0,027$).

Diğer değişkenlerin Eko Anksiyete Ölçeği toplam puanlarının karşılaştırılması Tablo 12'de özetlenmiştir. Yapılan karşılaştırmalara göre Eko Anksiyete Ölçeği toplam puanları ile "Cinsiyet", "Eğitim Durumu" parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 12. Belirtilen Değişken Gruplarında Bireylerin Eko Anksiyete Ölçeği Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

		EKO ANKSİYETE			
		TOPLAM PUAN		Test İstatistiği	
		Ort±SS	Medyan (Min-Max)	z; χ²	p
Yaş	18-25 yaş	7,26±5,56	6,0 (0-22)	$\chi^2=3,722$	0,445
	26-35 yaş	6,71±5,45	6,0 (0-28)		
	36-45 yaş	6,00±4,53	4,0 (2-16)		
	46-55 yaş	5,25±5,45	4,0 (0-21)		
	56-65 yaş	5,17±2,86	4,0 (3-10)		
Cinsiyet	Erkek	4,59±4,10	4,0 (0-21)	$z=4,328$	<0,001
	Kadın	8,19±5,73	7,0 (0-28)		
Eğitim Durumu	İlköğretim mezunu	4,44±2,20	4,5 (1-8)	$\chi^2=9,210$	0,027
	Lise mezunu	4,59±4,63	3,0 (0-18)		
	Üniversite mezunu	7,59±5,87	6,0 (0-28)		
	Yüksek lisans ve Doktora mezunu	6,08±3,79	6,0 (0-13)		
Medeni Durum	Evli	6,03±5,55	4,0 (0-28)	$z=1,444$	0,149
	Bekar	6,95±5,25	5,5 (0-22)		
Meslek	Öğretmen	8,00±4,86	6,0 (4-16)	$\chi^2=6,915$	0,140
	Sağlık çalışanı	7,50±4,86	7,0 (0-21)		
	Öğrenci	7,36±5,86	6,0 (0-22)		
	Büro çalışanı	6,71±7,67	2,0 (0-18)		
	Diğer	5,67±5,09	4,0 (0-28)		
	Düşük	7,29±6,01	5,0 (0-22)		0,132

Gelir	Orta	6,87±5,46	5,5 (0-28)	$\chi^2=4,050$	
Düzeyi	Yüksek	4,58±3,79	4,0 (0-13)		
Kronik	Evet	5,17±3,32	5,0 (1-14)	z=0,552	0,581
Hastalık	Hayır	6,71±5,49	5,0 (0-28)		
İklim Değişikliği Hakkında Bilgi Kaynağınız Nedir?					
TV	Hayır	7,45±5,65	7,0 (0-22)	z=1,883	0,060
	Evet	5,94±5,08	4,0 (0-28)		
İnternet	Hayır	7,29±5,79	5,0 (0-21)	z=1,008	0,313
	Evet	6,33±5,19	4,5 (0-28)		
Sosyal	Hayır	6,66±5,70	5,0 (0-22)	z=0,015	0,988
	Medya	Evet	6,57±5,25		
Kitaplar/	Hayır	6,36±5,20	5,0 (0-22)	z=0,757	0,449
	Makaleler	Evet	7,20±5,79		
Diğer	Hayır	6,54±5,22	5,0 (0-28)	z=0,095	0,924
	Evet	7,40±7,56	5,0 (0-21)		

z: Mann Whitney U Testi, χ^2 :Kruskal Wallis Testi

Eko Anksiyete Ölçeği Toplam puanları bakımından eğitim durumu ikili karşılaştırmalarında Lise—Üniversite arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir (p=0,037) (Tablo 13).

Tablo 13. Eko Anksiyete Ölçeği Toplam Puanlarının İkili Karşılaştırmaları

Eğitim Durumu	p*
Lise—Yüksek lisans ve doktora	0,961

Lise—İlköğretim	1,000
Lise—Üniversite	0,037
Yüksek lisans ve doktora—İlköğretim	1,000
Yüksek lisans ve doktora— Üniversite	1,000
İlköğretim—Üniversite	0,462

**Bonferroni Düzeltmeli p değerleri*

Beck Anksiyete ölçek puanı ile Eko Anksiyete-Duygusal Belirtiler, Eko Anksiyete-Davranışsal Belirtiler ve Eko Anksiyete-Kişisel Etki Konusunda Kaygı puanları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,585$; $p<0,001$, $r=0,418$; $p<0,001$, $r=0,517$; $p<0,001$). Beck Anksiyete ölçek puanı ile Eko Anksiyete-Ruminasyon puanı arasında zayıf düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,316$; $p<0,001$). Beck Anksiyete ölçek puanı ile Eko Anksiyete Toplam puanı arasında yüksek düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,653$; $p<0,001$).

Eko Anksiyete-Duygusal Belirtiler puanı ile Eko Anksiyete-Davranışsal Belirtiler ve Eko Anksiyete-Ruminasyon puanları arasında zayıf düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,345$; $p<0,001$, $r=0,303$; $p<0,001$). Eko Anksiyete-Duygusal Belirtiler puanı ile Eko Anksiyete-Kişisel Etki Konusunda Kaygı puanı arasında orta düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,493$; $p<0,001$). Eko Anksiyete-Duygusal Belirtiler puanı ile Eko Anksiyete Toplam puanı arasında yüksek düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,761$; $p<0,001$).

Eko Anksiyete-Davranışsal Belirtiler puanı ile Eko Anksiyete-Kişisel Etki Konusunda Kaygı puanı arasında orta düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,511$; $p<0,001$). Eko Anksiyete-Davranışsal Belirtiler puanı ile Eko Anksiyete-Ruminasyon puanı arasında zayıf düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,232$;

		Beck Anksiyete Ölçek Puanı	Eko Anksiyete- Duygusal Belirtiler	Eko Anksiyete - Davranış sal Belirtiler	Eko Anksiyete - Kişisel Etki Konusun da Kaygı	Eko Anksiyete - Ruminas yon	Eko Anksiyete Toplam Puan
Beck Anksiyete Ölçek Puanı	r						
	p						
Eko Anksiyete - Duygusal Belirtiler	r	0,585					
	p	<0,001					
Eko Anksiyete - Davranışs al Belirtiler	r	0,418	0,345				
	p	<0,001	<0,001				
Eko Anksiyete - Kişisel Etki Konusun da Kaygı	r	0,517	0,493	0,511			
	p	<0,001	<0,001	<0,001			
Eko Anksiyete - Ruminasy on	r	0,316	0,303	0,232	0,514		
	p	<0,001	<0,001	0,003	<0,001		
Eko Anksiyete Toplam Puan	r	0,653	0,761	0,715	0,801	0,597	
	p	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	

p=0,003). Eko Anksiyete-Davranışsal Belirtiler puanı ile Eko Anksiyete Toplam puanı arasında yüksek düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,715$; $p<0,001$).

Eko Anksiyete-Kişisel Etki Konusunda Kaygı puanı ile Eko Anksiyete-Ruminasyon puanı arasında orta düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,514$; $p<0,001$). Eko Anksiyete-Kişisel Etki Konusunda Kaygı puanı ile Eko Anksiyete Toplam puanı arasında çok yüksek düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,801$; $p<0,001$).

Eko Anksiyete-Ruminasyon puanı ile Eko Anksiyete Toplam puanı arasında orta düzeyde, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,597$; $p<0,001$) (Tablo 14).

Tablo 14. Ölçek puanları arasındaki ilişki katsayıları

r: Spearman İlişki Katsayısı

5. TARTIŞMA

Bu çalışmada, erişkin bireylerde iklim değişikliğine bağlı eko-anksiyete düzeyleri ile genel anksiyete belirtileri arasındaki ilişki araştırılmış ve belirli sosyodemografik özelliklerin bu ilişki üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir. Çalışmanın temel bulguları aşağıda özetlenebilir:

- Kadın katılımcıların, hem genel anksiyete (Beck Anksiyete Ölçeği) hem de eko-anksiyete düzeyleri anlamlı şekilde daha yüksekti.
- Genel anksiyete düzeyi ile eko-anksiyete düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulundu.
- Eğitim düzeyi arttıkça eko-anksiyete puanlarının da arttığı gözlemlendi; özellikle üniversite mezunlarının puanları daha yüksekti.
- Yaş grupları arasında toplam eko-anksiyete puanı anlamlı farklılık göstermemekle birlikte, davranışsal belirtiler alt boyutunda genç yaş grubunda daha yüksek puanlar saptandı.
- Medeni durumu bekâr olan bireylerde, eko-anksiyetenin davranışsal etkileri (günlük yaşama yansıyan kaygı) daha belirgindi.
- Gelir düzeyine göre toplam puan farkı olmasa da yüksek gelir grubunda ruminasyon düzeylerinin daha düşük olduğu belirlendi.

Bu bulgular, eko-anksiyetenin belirli bireysel özelliklerle ilişkili olabileceğini ve çevresel kaygının bireylerin ruhsal durumlarıyla iç içe geçebileceğini göstermektedir. Ayrıca, iklim değişikliğine yönelik kaygıların, toplumsal cinsiyet rolleri, sosyoekonomik düzey ve kişisel psikolojik yatkınlık gibi faktörlerle şekillendiği anlaşılmaktadır.

5.1. Bulguların Literatürler Karşılaştırılması

Bu çalışmada kadın katılımcıların hem genel anksiyete düzeylerinin (Beck Anksiyete ölçeği) hem de eko-anksiyete düzeylerinin erkeklere kıyasla anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, anksiyete bozukluklarının kadınlarda daha sık görüldüğüne dair epidemiyolojik verilerle tutarlıdır (24). Nitekim küresel düzeyde

kadınların anksiyete bozukluklarına yakalanma riskinin erkeklerden yaklaşık 1,5 kat fazla olduğu bildirilmiştir (25).

Eko-anksiyete konusunda da literatür benzer şekilde kadınların daha yüksek kaygı bildirdiğini göstermektedir. Örneğin, 10 ülkede gençlerle yapılan geniş bir ankette kızlar iklim değişikliğine dair endişe ve geleceğe yönelik olumsuz düşünceler bakımından erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar almıştır (26). Benzer biçimde, farklı kültürlerde yürütülen çalışmalardan en az beş tanesi kadın katılımcıların eko-anksiyete düzeyinin erkeklerden anlamlı ölçüde yüksek olduğunu rapor etmektedir (27). Hogg ve arkadaşlarının Avustralya örneğinde yaptığı ölçümde özellikle duygusal (affective) ve kişisel etki alt boyutlarında kadınların erkeklerden daha yüksek eko-anksiyete yaşadığı ortaya konmuştur (28).

Bizim çalışmamızda da Duygusal Belirtiler, Davranışsal Belirtiler ve Kişisel Etkiyle İlgili Kaygı alt boyutlarında kadınların puanları erkeklerden anlamlı şekilde yüksekti. Literatürdeki bazı araştırmalarda ise cinsiyet farkı saptanamadığı da belirtilmelidir; örneğin Portekiz’de yapılan bir uyarılma çalışmasında kadın ve erkeklerin eko-anksiyete puanları arasında anlamlı fark -bulunmamıştır (29). Bu farklı sonuçlar, kültürel etkenler, örneklem özellikleri ve ölçüm araçlarının farklılığından kaynaklanabilir. Ancak genel olarak kadınların çevresel risk algısı ve iklim değişikliği konusundaki endişelerinin daha yüksek olma eğiliminde olduğu görülmektedir (30).

Çalışmamızın bir diğer önemli bulgusu, genel anksiyete düzeyi ile eko-anksiyete arasında pozitif yönde anlamlı bir korelasyon olmasıdır. Bu durum, eko-anksiyetenin kısmen genel anksiyete yatkınlığıyla ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Nitekim Yale Üniversitesi’nden araştırmacılar, iklim değişikliği kaygısının genelleşmiş anksiyete düzeyi yüksek kişilerde daha belirgin olduğunu ve genel anksiyete ile yüksek korelasyon gösterdiğini belirtmiştir (31). Sistematik derlemeler de eko-anksiyete ile depresyon ve anksiyete belirtileri arasında küçükten büyüğe değişen pozitif korelasyonlar olduğunu ortaya koymaktadır (32). Dolayısıyla, çevresel kaygı duyma eğilimi, genel psikolojik sıkıntı düzeyiyle paralellik gösterebilir. Bu ilişki çift yönlü olabilir: Anksiyete düzeyi yüksek bireyler çevresel tehditleri daha kaygı verici algılayabileceği gibi, iklim krizine dair yoğun endişe duyanlarda zamanla genel anksiyete semptomları da artabilir.

5.2. Cinsiyet ve Sosyodemografik Etkenlerin Etkisi

Kadınların daha yüksek eko-anksiyete ve anksiyete düzeylerine sahip olmasını açıklamak üzere hem biyopsikososyal hem de kültürel etkenler ileri sürülebilir. Kadınlar genellikle toplumsal olarak bakım verme rollerine sahip olduğundan, gelecek nesillerin sağlığı ve çevrenin korunması konusunda daha fazla endişe duyabilirler. Ayrıca araştırmalar kadınların çevresel risk algısının daha yüksek, iklim değişikliği konusunda farkındalık ve duyarlılığının erkeklere kıyasla daha fazla olduğunu göstermektedir (29).

Bu durum, kadınların iklim krizinin olası etkilerini daha ciddiye alıp duygusal tepki verme ihtimalini artırabilir. Öte yandan, kadınlarda anksiyete bozukluklarının biyolojik (hormonal farklılıklar, stres yanıtında farklılıklar) ve psikososyal nedenlerle daha yaygın olduğu bilinmektedir (16). İklim değişikliği gibi küresel bir tehdit karşısında da benzer bir cinsiyet farkının ortaya çıkması şaşırtıcı değildir.

Sosyodemografik değişkenlerden yaş grupları açısından çalışmamızda eko-anksiyete toplam puanında belirgin bir fark saptanmamıştır. Bu bulgu, eko-anksiyete ile yaş arasındaki ilişkinin net olmadığını gösteren literatürle uyumludur (28). Gençlerin iklim krizinden en fazla etkilenecek kesim olması nedeniyle daha kaygılı olacağı düşünülse de araştırmalar tutarsız sonuçlar vermektedir. Örneğin bazı anketler gençlerin iklim konusunda çok endişeli olduğunu ortaya koyarken, Hogg ve arkadaşlarının Avustralya'daki çalışmasında gençlerde kişisel etki kaygısı daha yüksek bulunurken, ileri yaş gruplarında ruminasyon (sürekli düşünme) düzeyinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (29).

Bizim örneklemimizde de Davranışsal Belirtiler alt boyutunda yaşa göre anlamlı fark vardı; özellikle 56-65 yaş grubunda davranışsal belirtiler puanı çok düşüktü (neredeyse sıfıra yakın) ve genç yaş gruplarında daha yüksekti. Bu, ileri yaşlardaki bireylerin iklim değişikliği nedeniyle günlük işlevlerinde aksama (uyku, sosyal hayat etkilenmesi gibi) yaşama olasılığının daha az olabileceğini düşündürür. Gençler ise eğitim, kariyer veya gelecek planları döneminde, iklim krizinin belirsiz geleceği nedeniyle daha çok endişe duyup bunun davranışlarına yansımaları yaşayabilirler. Ancak genel toplam eko-anksiyete açısından yaş farkının tutarlı

olmaması, bu konudaki karmaşık dinamiklere işaret etmektedir; farklı kuşakların iklim krizine duygusal tepkileri kültürel ve deneyimsel faktörlere bağlı olarak değişebilir (29).

Eğitim düzeyi sonuçlarımızda eko-anksiyete ile ilişkili bulunan bir diğer değişkendir. Üniversite mezunlarının eko-anksiyete puanları lise ve ilköğretim mezunlarına göre anlamlı derecede yüksekti. Bu durum, eğitim düzeyi arttıkça çevresel sorunlar hakkında bilinç ve bilgi düzeyinin artmasına bağlı olabilir. Literatürde daha yüksek eğitilmiş bireylerin iklim değişikliği konusunda daha fazla endişe taşıdığı, daha az eğitilmiş kesimlerin ise iklim tehdidine karşı daha duyarsız veya şüpheci olabildiği gösterilmiştir (33). Nitekim bir çalışmada, düşük eğitim düzeyine sahip katılımcıların iklim değişikliği konusunda endişe düzeylerinin ve iklim bilimine güvenlerinin daha düşük olduğu belirtilmiştir (33). Bizim bulgumuz da bu yöndedir: Üniversite mezunları muhtemelen iklim krizinin sağlık ve çevre üzerindeki etkilerini daha iyi kavradıkları için daha yüksek kaygı sergilemişlerdir. İlginç olarak, lisansüstü (yüksek lisans/doktora) grubunda ortalama eko-anksiyete puanı biraz daha düşüktü; ancak sayısal olarak az olan bu grubun farkı istatistiksel olarak belirgin değildi. Yine de en az lise mezunu olanlarla üniversite mezunları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıydı (üniversite mezunlarında daha yüksek), bu da belirli bir eğitim eşliğinin üzerinde farkındalık kaynaklı kaygının arttığını düşündürmektedir.

Gelir düzeyi açısından toplam eko-anksiyete puanlarında anlamlı fark saptanmamış olsa da alt boyut analizinde ruminasyon (takıntılı düşünme) puanlarında gelirle ilişkili bir fark bulundu: Yüksek gelirliler, düşük ve orta gelirlilere kıyasla çevresel sorunları daha az ruminasyon düzeyinde düşünüyorlardı. Yüksek gelire sahip bireylerin eko-anksiyete ruminasyonunun daha düşük olması, ekonomik güncenin getirdiği bir bağıklık etkisiyle açıklanabilir; maddi durumu iyi olanlar, iklim değişikliği karşısında kendilerini daha korunaklı hissedebilir veya gündelik kaygıları arasında çevresel konular daha geri planda kalabilir. Buna karşılık, sosyoekonomik açıdan kırılgan gruplar iklim değişikliğinin somut etkilerine (ör. aşırı sıcak hava dalgalarında klima sahibi olamamak, gıda fiyatlarındaki artıştan daha fazla etkilenmek gibi) daha açık olduklarından, bu kesimlerin aslında iklim krizini daha yakıcı bir tehdit

olarak algılayabileceği literatürde vurgulanmıştır (31). Küresel ölçekli araştırmalar, gelişmekte olan ülkelerde yaşayan insanların genellikle iklim değişikliğinden daha fazla endişe duyduğunu göstermektedir (31). Bu çalışmada gelir değişkeni bireysel düzeyde incelendiğinden, yüksek gelirli bireylerin nispeten daha az zihinsel takıntı geliştirmesi olağan görülebilir. Ayrıca, örneklemimiz sağlık hizmeti başvurusu yapan kişilerden oluştuğu için, çok yüksek gelir grubundan az katılımcı olması da sonucu etkilemiş olabilir. Genel olarak, iklim kaygısının bireylerde yarattığı zihinsel yükün, kişinin ekonomik ve sosyal imkanları ile başa çıkma kaynaklarından etkilendiği söylenebilir.

Medeni durum da çalışmada incelenen bir diğer faktördü. Bulgularımız bekâr katılımcıların eko-anksiyetenin davranışsal belirtilerinde (yani kaygının işlevselliği bozucu etkilerinde) evli katılımcılara göre daha yüksek puan aldığını göstermiştir. Bu, evli bireylerin (özellikle aile sahibi olanların) iklim kaygısına rağmen günlük yaşam işlevlerini sürdürmede daha kararlı olabileceğini veya dikkatlerini dağıtacak ailevi sorumluluklara sahip olduklarını düşündürebilir. Öte yandan bekâr bireyler, sosyal desteğin nispeten daha az olması veya geleceğe dair belirsizlikleri tek başlarına üstlenmeleri nedeniyle iklim krizinin yol açtığı çaresizlik duygusunu daha yoğun yaşayabilirler. Literatürde medeni durumun eko-anksiyeteye etkisine dair veri kısıtlı olsa da bir çalışmada çocuk sahibi olmanın iklim endişelerini artırabileceği öne sürülmüştür (ebeveynlerin çocuklarının geleceği için endişe duyması nedeniyle). Bizim örneklemimizde evli grubun çoğunluğunun çocuk sahibi olduğu varsayılırsa, bu grupta davranışsal düzeyde kaygının düşük çıkması ilginçtir; belki de ebeveynler, çocuklarına odaklanarak iklim kaygısını ikinci plana atmaya çalışıyor olabilirler. Bu konuda daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

5.3. Bulguların Klinik ve Halk Sağlığı Açısından Önemi

Çevre kaygısı (eko-anksiyete), giderek daha fazla kişinin dile getirdiği bir duygu durumudur ve bulgularımız bu kavramın halk sağlığı açısından göz ardı edilmemesi gerektiğini göstermektedir. Dünya Sağlık Örgütü, iklim değişikliğinin insan sağlığı üzerindeki etkilerini önemli bir halk sağlığı sorunu olarak tanımlamaktadır (34). İklim krizinin yol açtığı doğal afetler, gıda ve su güvensizliği, bulaşıcı hastalık riskleri gibi fiziksel sağlık tehditlerinin yanı sıra, ruh sağlığı

üzerindeki etkilerinin de ciddiye alınması gerekir. Bu bağlamda eko-anksiyete, bireylerin mevcut ve gelecekteki çevresel felaketler karşısında hissettiği gerçek bir psikolojik sıkıntıdır ve aşırı düzeyde olduğunda depresyon, travma, çaresizlik duyguları ve hatta intihar düşünceleriyle ilişkili olabileceği ileri sürülmektedir (30).

Nitekim Türkiye’de yapılmış yeni bir çalışmada, kadınların ekolojik kaygı düzeyi arttıkça çocuk sahibi olma konusundaki tutumlarının daha olumsuz hale geldiği bulunmuştur (35). Bu sonuç, iklim kaygısının bireylerin yaşam kararlarını (doğurganlık gibi) bile etkileyebileceğini göstermektedir.

Bulgularımız ışığında, klinisyenlerin özellikle yüksek anksiyete düzeyine sahip kadın hastalarda eko-anksiyete belirtilerini de değerlendirmeleri önerilir. Beck Anksiyete ölçeği skorları yüksek gelen bir hastada, bu kaygının kaynağında çevresel endişeler olup olmadığı sorgulanabilir. Çünkü iklim değişikliği gibi somut bir tehdit karşısında duyulan endişe, patolojik olmaktan ziyade gerçeğe dayalı bir korku olabilir; ancak yine de bireyin günlük yaşamını olumsuz etkiliyorsa klinik müdahale gerektirebilir. Özellikle eko-anksiyetenin davranışsal belirtiler (iş, okul ve sosyal yaşamı etkileme, uykusuzluk vb.) göstermeye başlaması durumunda, psikolojik destek ve baş etme stratejilerinin devreye sokulması önemlidir. Bu noktada, danışanlara işlevsel başa çıkma yöntemleri öğretilmesi faydalı olabilir: Örneğin iklim kriziyle mücadele için bireysel ve kolektif eylemlere katılmak, bu kaygıyı yapıcı bir yöne kanalize edebilir. Nitekim genç yetişkinlerde yapılan bir çalışmada, iklim değişikliği ile ilgili kolektif faaliyetlere (ör. çevre koruma grupları) katılımın, kaygının depresif etkilerini hafiflettiği gösterilmiştir (31,32). Bu tür sonuçlar, eko-anksiyeteyi tamamen “olumsuz” bir duygu olarak görmenin doğru olmadığını hatırlatır. Orta düzeyde kaygı aslında sağlıklı bir motivasyon kaynağı olabilir; insanları tehditle yüzleşmeye ve çözüm aramaya yönlendirebilir (31). Ancak kaygı düzeyi kontrolden çıkıp bunaltıcı ve felç edici hale yaratır. Hem birey hem toplum için işlev kaybı yaratır (31). Bu nedenle, sağlık profesyonelleri iklim kaygısını ne tamamen patolojikleştirip tıbbi bir bozukluk olarak küçümsemeli, ne de önemsizleştirip göz ardı etmelidir. Dengeli bir yaklaşım ile, danışanların bu kaygısını ifade etmelerine olanak tanımak, geleceğe dair belirsizlik ve korkularını paylaşabilecekleri destek grupları oluşturmak yararlı olabilir.

Halk sağlığı perspektifinden bakıldığında, iklim değişikliğinin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini azaltmak için toplum düzeyinde dayanıklılığı arttırmaya yönelik adımlar atılmalıdır. Özellikle kadınlar ve gençler gibi daha kaygılı olduğu görülen gruplara yönelik eğitim ve destek programları planlanabilir. Okullarda ve üniversitelerde iklim değişikliğinin duygusal yükü hakkında farkındalık yaratmak, baş etme mekanizmalarını öğretmek önemlidir. Ayrıca, medya ve iletişim kanallarında iklim değişikliği haberlerinin felaket tellallığı şeklinde değil, zm odaklı ve umut aşılayıcı bir çerçevede sunulması da eko-anksiyeteyi azaltmaya katkı sağlayabilir. Zira sürekli olarak “geri dönülemez bir felakete srklendiğimiz” mesajını almak, özellikle hassas bireylerde çaresizlik hissini pekiştirerek eyleme geçme motivasyonunu kırabilir. Bunun yerine, iklim krizine karşı başarı hikayeleri, yerel düzeyde yapılan olumlu değişimler ve bireylerin yapabileceği somut katkılar vurgulanırsa, kaygı duygusu kontrol edilebilir düzeyde tutulup yapıcı bir tutuma dönüştürülebilir.

5.4. Güçlü Yönler ve Sınırlılıklar

Bu araştırma, Türkiye’de bir sağlık kurumu başvuru popülasyonunda eko-anksiyete ile genel anksiyete ilişkisini inceleyen ilk çalışmalar arasında yer almaktadır. Çalışmanın en önemli güçlü yönü, eko-anksiyete gibi nispeten yeni bir kavramı ölçmek için geçerlilik ve güvenilirliği gösterilmiş çok boyutlu bir ölçek kullanmış olmasındır (Hogg Eko-Anksiyete leği’nin Türkçe versiyonu). Bu sayede katılımcıların çevresel kaygıları duygusal, davranışsal, ruminatif ve kişisel etki boyutlarında ayrıntılı olarak değerlendirilmiştir. Ayrıca aynı anda Beck Anksiyete leği uygulanarak, genel anksiyete semptomları ile eko-anksiyete arasındaki bağlantı istatistiksel olarak ortaya konmuştur. Örneklem grubunun 18-65 yaş aralığında geniş bir yaş dağılımını içermesi ve her iki cinsiyeti de kapsamı, bulguların belirli bir alt grup ile sınırlı kalmamasını sağlamıştır.

Bununla birlikte, araştırmamızın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Kesitsel (enine kesit) tasarım, nedensel çıkarımlar yapmamızı engellemektedir; yani yüksek eko-anksiyeteye sahip olmanın mı genel anksiyeteyi artırdığını yoksa zaten kaygılı kişilerin mi eko-anksiyete geliştirmeye daha yatkın olduğunu bu çalışma ile söyleyemiyoruz. İleride prospektif boylamsal çalışmalar yapılarak

iklimle ilgili kaygı düzeylerinin zaman içindeki seyrinin ve olası tetikleyici olaylarla ilişkilerinin incelenmesi yararlı olacaktır. Bir diğer sınırlılık, örneklemin tek bir hastanenin aile hekimliği polikliniğine başvuran gönüllülerden oluşmasıdır. Bu, sonuçların genel toplumu temsil etmesini kısıtlayabilir. Örneğin, sağlık hizmetine erişemeyen veya erişmeyen, farklı coğrafi bölgelerdeki kırsal nüfusun iklim kaygısı bu çalışmada yansımamış olabilir. Ayrıca gönüllü katılım olması nedeniyle çevre konularına ilgi duyan veya anket doldurmaya istekli kişiler çalışmaya katılmış; bu da eko-anksiyete düzeyi konusunda bir seçim yanlılığı yaratmış olabilir. Ölçeklerin öz-bildirime dayanması da bir başka sınırlılıktır: Katılımcılar anksiyete belirtilerini kendi beyanlarıyla değerlendirdiği için, yanıtlarda sosyal beğenirlik etkisi veya kişisel algı farklılıkları söz konusu olabilir. Örneğin bazı katılımcılar çevre kaygısını “abartılı” bulup düşük işaretleyebilir ya da tam tersi, iklim konusunda bilinçli olduğunu göstermek adına yüksek puan verebilir. Bu gibi durumlar ölçümlerde bias yaratabilir. Son olarak, çalışmanın yapıldığı dönemdeki güncel olaylar (örneğin bir doğal afet, medyada çıkan iklim haberleri) anksiyete düzeylerini etkilemiş olabilir. Bizim veri topladığımız Ocak-Mart 2025 dönemindeki koşullar, farklı bir dönemde tekrarlırsa belki farklı sonuç verebilir; dolayısıyla bulgular zamanın ruhuna da bağlı olabilir.

Gelecek araştırmalar için birkaç öneride bulunmak isteriz. İlk olarak, daha geniş ve temsili örneklerle Türkiye genelinde eko-anksiyete düzeylerini inceleyen çalışmalar yapılması önemlidir. Böylece ülkemizdeki genel gidişat, risk altındaki gruplar ve bölgesel farklılıklar daha iyi anlaşılabilir. İkinci olarak, eko-anksiyetenin uzun vadede bireylerin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini anlamak için boylamsal çalışmalar ve niteliksel araştırmalar gereklidir. Özellikle iklimle ilgili yaşanan uç olayların (ör. büyük yangınlar, seller) sonrasında bu kaygı düzeylerinde artış olup olmadığı veya ne tür baş etme stratejilerinin devreye girdiği incelenmelidir. Üçüncü olarak, müdahale çalışmaları yapılması tavsiye edilir: Örneğin bir gruba iklim değişikliği konusunda psikoeğitim ve eyleme geçme imkânı sunulup eko-anksiyete düzeylerinde azalma olup olmadığı test edilebilir. Bu sayede, eko-anksiyeteyi sağlıklı düzeyde tutup işlev bozucu seviyelere tırmanmasını engelleyecek halk sağlığı girişimleri geliştirilebilir. Son olarak, politik düzeyde iklim değişikliğiyle mücadele adımlarının kararlılıkla atılması ve

kamuoyuna güven verici mesajlar verilmesi de toplumdaki yaygın endişeyi azaltacaktır. Zira bireyler üst düzeyde somut önlemler alındığını gördükçe geleceğe dair umudu koruyabilirler.



6. SONUÇ

Özetle, bu tıpta uzmanlık tezi kapsamında yaptığımız çalışmada, kadın cinsiyetin gerek genel anksiyete gerekse eko-anksiyete açısından daha kırılgan olduğu, eko-anksiyetenin de çok boyutlu bir olgu olarak (duygu, davranış, düşünce düzeylerinde) deneyimlendiği gösterilmiştir. Eko-anksiyete ile genel anksiyete arasında pozitif korelasyon bulunması, iklim krizi çağında ruh sağlığı yaklaşımlarının bütüncül olması gerektiğini ortaya koymaktadır. Kadınlar, gençler ve yüksek eğitimliler gibi belirli gruplarda çevresel kaygının daha yüksek olabileceği göz önüne alınarak, bu gruplara yönelik destekleyici önlemler planlanabilir. İklim değişikliğinin insan psikolojisi üzerindeki etkilerini anlamaya yönelik araştırmalar arttıkça hem klinik pratiğe hem de toplum ruh sağlığına dair yeni stratejiler geliştirilecektir. Unutulmamalıdır ki, dünyanın karşı karşıya olduğu bu büyük soruna verilen duygusal tepki de büyük olacaktır; önemli olan, bu tepkiyi tanıyıp yönetebilmek ve kaygıyı eyleme dönüştürerek hem toplumun hem de bireylerin sağlığını korumaktır.

7. KAYNAKÇA

1. Berry, H. L., Bowen, K., & Kjellstrom, T. (2010). Climate change and mental health: A causal pathways framework. *International Journal of Public Health, 55*(2), 123–132. <https://doi.org/10.1007/s00038-009-0112-0>
2. Cunsolo, A., & Ellis, N. R. (2018). Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss. *Nature Climate Change, 8*(4), 275–281. <https://doi.org/10.1038/s41558-018-0092-2>
3. Clayton, S., Manning, C., & Hodge, C. (2014). *Beyond storms & droughts: The psychological impacts of climate change.* American Psychological Association & ecoAmerica.
4. Pihkala, P. (2020). Eco-anxiety and environmental education. *Sustainability, 12*(23), 10149. <https://doi.org/10.3390/su122310149>
5. Clayton, S., Manning, C. M., Krygsmann, K., & Speiser, M. (2017). *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance.* American Psychological Association & ecoAmerica.
6. World Health Organization. (2022). *Mental health and climate change: Policy brief.* <https://www.who.int/publications/i/item/9789240054473>
7. Intergovernmental Panel on Climate Change. (2023). *Sixth assessment report.* <https://www.ipcc.ch/assessment-report/ar6/>
8. World Meteorological Organization. (2023). *State of the global climate 2023.*
9. Watts, N., Amann, M., Arnell, N., Ayeb-Karlsson, S., Beagley, J., Belesova, K., ... & Costello, A. (2022). The 2022 report of the Lancet Countdown on health and climate change: Health at the mercy of fossil fuels. *The Lancet, 400*(10363), 1837–1901. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)015409](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)015409)
10. Institute for Health Metrics and Evaluation. (2020). *Global Burden of Disease 2019: Anxiety disorders.* Seattle, WA: IHME. <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/>
11. Bandelow, B., Michaelis, S., & Wedekind, D. (2017). Treatment of anxiety disorders. *Dialogues in Clinical Neuroscience, 19*(2), 93–107.
12. Kessler, R. C., Petukhova, M., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., & Wittchen, H. U. (2018). The epidemiology of social phobia: Findings from the National Comorbidity Survey. *Psychological Medicine, 48*(2), 225–237.
13. Craske, M. G., & Stein, M. B. (2016). Anxiety. *The Lancet, 388*(10063), 3048–3059. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)30381-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)30381-6)
14. Stinson, F. S., Dawson, D. A., Grant, B. F., Saha, T. D., & Ruan, W. J. (2015). Specific phobia: National epidemiologic survey on alcohol and related conditions. *Psychological Medicine, 35*(7), 1047–1059.

15. Albrecht, G. (2015). Chronic environmental change: Emerging ‘psychoterratic’ syndromes. In C. Freeman (Ed.), **Climate change and human well-being** (pp. 43–56). Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-017-9385-9_3
16. American Psychological Association. (2021). **Mental health and our changing climate: Impacts, inequities, and responses.** APA & ecoAmerica. <https://www.apa.org/news/press/releases/eco-anxiety-report.pdf>
17. Clayton, S. (2020). Climate anxiety: Psychological responses to climate change. **Journal of Anxiety Disorders, 74**, 102263. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102263>
18. Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C., & van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: A global survey. **The Lancet Planetary Health, 5**(12), e863–e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
19. Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. **Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56**(6), 893–897. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.6.893>
20. Ulusoy, M., Şahin, N. H., & Erkmen, H. (1998). Turkish version of the Beck Anxiety Inventory: Psychometric properties. **Journal of Cognitive Psychotherapy, 12**(2), 163–172. 21. Yıldız, M. A., & Tanhan, A. (2022). Eko-anksiyete ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. **Kastamonu Eğitim Dergisi, 30**(1), 63–78. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.1052083>
22. Ulusoy, M., Şahin, N. H., & Erkmen, H. (1998). Beck Anksiyete Envanteri: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. **Türk Psikiyatri Dergisi, 10**(2), 111–119.
23. Yıldırım, M., & Yıldız, B. (2022). Türkçeye uyarlanan Eko-Anksiyete Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. **Klimik Dergisi, 35**(1), 12–18.
24. World Health Organization. (2023, September 27). **Anxiety disorders – Key facts.** <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
25. Remes, O., Brayne, C., van der Linde, R., & Lafortune, L. (2016). Epidemiology of anxiety disorders in the 21st century. **Mental Health Clinician, 6**(6), 245–255. <https://doi.org/10.9740/mhc.2016.11.245>
26. Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C., & van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses. **The Lancet Planetary Health, 5**(12), e863–e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)

27. Clayton, S., Galli, L., Royal, K., Lasser, J., & Maibach, E. (2023). Psychological and emotional responses to climate change among young people worldwide: Differences by gender, age, and country. **Sustainability, 15*(4), 3540*. <https://doi.org/10.3390/su15043540>
28. Hogg, T. L., Stanley, S. K., O'Brien, L. V., Wilson, M. S., & Watsford, C. R. (2021). Multidimensional measures of eco-anxiety: Results from Australia and New Zealand. **Journal of Environmental Psychology, 74**, 101559. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2021.101559>
29. Ágoston, C., Déri, D., Séllei, B. C., & Szabó, É. (2022). Understanding eco-anxiety: A review of recent literature and future directions. **Current Opinion in Psychology, 46**, 101338. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101338>
30. Panu, P. (2020). Eco-anxiety: What it is and why it matters. **Frontiers in Climate, 2**, 575871. <https://doi.org/10.3389/fclim.2020.00011>
31. Lowe, S. R., Cagney, K. A., & Krieger, N. (2022). Yale experts explain climate anxiety. **Yale University Press**.
32. Leiserowitz, A., Maibach, E., Roser-Renouf, C., & Smith, N. (2020). **Global Warming's Six Americas: A decade of Americans' climate change beliefs.** Yale Program on Climate Change Communication. <https://climatecommunication.yale.edu>
33. Stanley, S. K., Hogg, T. L., & Wilson, M. S. (2024). Understanding eco-anxiety: A multinational study of predictors and outcomes. **Global Environmental Change, 85**, 102823. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2024.102823>
34. Uzun, K., Arı, B., & Kaya, E. (2022). Adaptation of the Eco-Anxiety Scale to Turkish: A validity and reliability study. **Archives of Health Science and Research, 9*(3), 110–115*.
35. Özkan, A., Çetinkaya, S., & Yıldız, R. (2025). Is eco-anxiety due to climate change associated with the fertility preferences of women? **Journal of Evaluation in Clinical Practice, 31*(1), e14265*. <https://doi.org/10.1111/jep.14265>
36. Ojala, M., Lakew, Y., & Swan, E. (2023). Anxious for action: A global study of climate anxiety among youth. **Journal of Environmental Psychology, 86**, 101915. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2023.101915>

