



**T.C.**

**HİTİT ÜNİVERSİTESİ**

**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**ANTROPOLOJİ ANA BİLİM DALI**

**TOPLUMSAL DEĞİŞME ÇERÇEVESİNDE YAŞLI BİREYLERİN  
YAŞAM DOYUMU: ÇORUM İLİ ÖRNEĞİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Dilan Sanem KOÇ**

**Çorum-2025**

**TOPLUMSAL DEĞİŞME ÇERÇEVESİNDE YAŞLI BİREYLERİN YAŞAM  
DOYUMU: ÇORUM İLİ ÖRNEĞİ**

**Dilan Sanem KOÇ**

**Lisansüstü Eğitim Enstitüsü**

**Antropoloji Ana Bilim Dalı**

**Yüksek Lisans Tezi**

**TEZ DANIŞMANI**

**Dr. Öğr. Üyesi Fırat KOÇ**

**Çorum 2025**

Dilan Sanem KOÇ tarafından hazırlanan “Toplumsal Değişme Çerçevesinde Yaşlı Bireylerin Yaşam Doyumu” adlı tez çalışması 20/01/2025 tarihinde aşağıdaki jüri üyeleri tarafından oy birliği/oy çokluğu ile Hitit Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Antropoloji Ana Bilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Prof. Dr., Mustafa Tolga ÇIRAK .....

Başkan

Dr. Öğr. Üyesi, Fırat KOÇ .....

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi, Oğuz Han ÖZTAY .....

Üye

Hitit Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulunun .../.../..... tarih ve ..... Sayılı kararı ile Dilan Sanem KOÇ'un Antropoloji Ana Bilim Dalında Yüksek Lisans derecesi alması onanmıştır.

Prof. Dr. Osman ÇUBUK

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

## TEZ BİLDİRİMİ

Tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını beyan ederim.

Dilan Sanem KOÇ



# TOPLUMSAL DEĞİŞME ÇERÇEVESİNDE YAŞLI BİREYLERİN YAŞAM DOYUMU: ÇORUM İLİ ÖRNEĞİ

Dilan Sanem KOÇ

ORCID: 0009-0003-5508-8521

HİTİT ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Yüksek Lisans Tezi

Ocak 2025

## ÖZET

Bireylerin ilerleyen yaşları ile birlikte hayatlarında değişimler ve bazı kayıplar meydana gelebilmektedir. Söz edilen değişim fiziksel, sosyal ve psikolojik değişimlerdir. Bu değişimler ise yaşlı bireylerin hayatlarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Teknolojinin günden güne değişmesi, sağlık üzerindeki gelişmelerde yaşlı bireylerin değişen yaşamı üzerinde oldukça etkilidir. Sanayi devriminden sonra toplumlarda büyük değişimler yaşanmıştır. Bu değişimden en çok etkilenen kişiler yaşlı bireyler olmuştur; geniş aile yapısından çekirdek aile yapısına geçilmiş, kadınlar çalışma hayatına atılmışlar, yaşının tecrübelerinden faydalanmamaya başlanmış ve genç aile fertleri yaşlıya bakım hizmeti sunmaktan çekilmişlerdir. Bu toplumsal değişme sonrasında yaşlı bireyler sonraki nesiller ile kuşak çatışması yaşıyor mu, yaşamlarından memnunlar mı ve yaşam kalitesi algıları üzerine bazı sorulara yanıt aranmıştır. Bu sorulara yanıt aramak üzere, T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi Geriatri servisine gelen 65 yaş ve üstü yaşlı bireylere "Toplumsal değişme çerçevesinde yaşlı bireylerin yaşam doyumu" algılarını analiz ederek değerlendirmek amaçlanmıştır. T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi Geriatri servisine gelen 65 yaş ve üstü 200 yaşlı bireylere demografik bilgilere, sosyoekonomik düzeye ve sağlığa yönelik bir anket ve buna ek olarak; teknoloji kullanımı, sonraki kuşaklarla ilişkileri, yaşantı memnuniyeti gibi durumları içeren çeşitli soruların olduğu yaşam kalitesi ölçeği uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda toplumsal değişimin en çok yaşlı bireyleri etkilediği görülmüştür. Toplumların kültürel anlamda değişime uğraması; geniş aile modelinden çekirdek aile modeline geçmesi, kadınların iş hayatına atılması gibi nedenler yaşının alışmış olduğu gelenekselliğin dışına çıkmasına neden

olmuştur, dolayısıyla yaşlı bireyler bu durumdan olumsuz yönde etkilenmişlerdir. Bir diğer çarpıcı sonuç ise yaşlı bireylerin teknoloji kullanıma uzak olmadıkları sonucudur. Sosyal medya ve web siteleri gibi uygulamaları çoğunlukla tercih ettikleri görülmektedir. Özellikle kadın yaşlı bireylerin erkeklere göre teknoloji ile daha ilgili oldukları gözlemlenmiştir.

**Anahtar Kavramlar:** Yaşlılık, Toplumsal Değişme, Yaşam Doyumu

**Bilim Kodu:** 113847



# **LIFE SATISFACTION OF ELDERLY INDIVIDUALS WITHIN THE FRAMEWORK OF SOCIAL CHANGE: THE CASE OF ÇORUM PROVINCE**

Dilan Sanem KOÇ

ORCID: 0009-0003-5508-8521

HITIT UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL

Master of Science Thesis

January 2025

## **ABSTRACT**

With the advancing age of individuals, changes and some losses may occur in their lives. These changes include physical, social and psychological changes. These changes can negatively affect the lives of elderly individuals. Changes in technology day by day and developments in health are very effective on the changing lives of elderly individuals. There have been great changes in societies after the industrial revolution. The people most affected by this change have been the elderly; the extended family structure has changed to a nuclear family structure, women have entered the working life, the experiences of the elderly have not been utilized and young family members have withdrawn from providing care services to the elderly. In the aftermath of this social change, some questions sought to be answered on whether elderly individuals experience generational conflict with the next generations, whether they are satisfied with their lives and their perceptions of quality of life. In order to seek answers to these questions, it was aimed to analyze and evaluate the perceptions of "Life satisfaction of elderly individuals within the framework of social change" of elderly individuals aged 65 and over who came to the Geriatrics service of Hitit University Çorum Erol Olçok Training and Research Hospital, Ministry of Health. A questionnaire on demographic information, socioeconomic level and health was administered to 200 elderly individuals aged 65 years and over who came to the Geriatrics service of Hitit University Çorum Erol Olçok Training and Research Hospital of the Ministry of Health of the Republic of Tur. As a result of the study, it was seen that social change affects elderly individuals the most. The cultural changes in societies, such as the transition from the extended family model to the nuclear family model, and the entry of women into

business life have caused the elderly to go out of the tradition they are used to, so the elderly individuals have been negatively affected by this situation. Another striking result is that elderly individuals are not far from using technology. It is seen that they mostly prefer applications such as social media and websites. It has been observed that especially female elderly individuals are more interested in technology than men.

**Key Terms:** Aging, Social Change, Life Satisfaction

**Science Code:** 113847



## TEŞEKKÜR

Çalıőmamım oluőmasında ve yürütülmesinde yardım ve katkılarıyla beni yönlendiren, bana yol gösteren ve her yardım istediğimde bana sabırla karşılık gösteren, saygıdeğer danıőmanım Dr. Öğr. Üyesi Fırat KOÇ'a, teőekkürlerimi sunarım. Hitit Üniversitesi Antropoloji ana bilim dalı bölüm başkanı sayın Prof. Dr. Mustafa Tolga ÇIRAK hocama desteklerinden dolayı teşekkür ederim.

Bütün eğitim hayatım boyunca desteğini esirgemeyen sabırla çalıőmamım bitmesini bekleyen varlığına minnettar olduğum hem annem hem babam olan canım anneme, canım ablalarım Yasemin TOPAL ve Gülsemin GÖKKAYA' ya teşekkür ederim.

Çocukluğumdan bu zamana kadar hep hayatımda olan, tezimi yazma aşamasında manevi desteğini her zaman hissettiğim sevgili dostum Nurdan Asiye TÜRKSAL'a teşekkür ederim.

Bu süreç içerisinde beni destekleyen herkese ve her őeye sonsuz teőekkürler...

Dilan Sanem KOÇ

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET .....	iv
ABSTRACT .....	v
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER .....	vii
TABLolar DİZİNİ.....	viii
GİRİŞ.....	1

### 1. BÖLÜM

#### YAŞLILIKLA İLGİLİ KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1.Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Kavramlar .....	3
1.1.1.Yaşlılık.....	4
1.1.2.Gerontoloji.....	5
1.2.Yaşlanma Türleri .....	6
1.2.1. Biyolojik yaşlanma.....	6
1.2.2. Psikolojik yaşlanma.....	7
1.2.3. Sosyal yaşlanma .....	9
1.3.Yaşlılık Kuramları.....	10
1.3.1. Geri çekilme kuramı .....	10
1.3.2. Aktivite kuramı.....	11
1.3.3. Süreklilik kuramı .....	12
1.3.4. Rol bırakma kuramı.....	13
1.3.5. Modernleşme kuramı.....	14
1.3.6. Kuşaklararası dayanışma kuramı .....	15
1.3.7. Toplumsal değiş tokuş kuramı.....	16

## 2. BÖLÜM

### YAŞLILIK DÖNEMİNE İLİŞKİN GENEL ÖZELLİKLER

2.1. Yaşlılık Dönemi Genel Özellikleri.....	17
2.1.1. Yaşlılık dönemi psikolojik özellikler .....	18
2.1.2. Yaşlılık dönemi sosyal özellikler.....	18
2.1.3. Yaşlılık dönemi fiziksel özellikler .....	19
2.2. Yaşlılıkta Yaşam Kalitesi ve Kaliteli Yaşlılık Göstergeleri.....	20
2.2.1. Ekonomik göstergeler .....	21
2.2.2. Sosyal göstergeler .....	22
2.2.3. Psikolojik göstergeler .....	23
2.2.4. Sağlık göstergeleri.....	23
2.2.5. Teknolojik gelişmeler .....	24
2.2.6. Üçüncü yaş turizmi .....	26
2.2.7. Kuşaklararası dayanışma.....	28
2.2.8. Toplumsal değişme ve yaşlılık.....	29
2.2.8.1. Geleneksel toplumda yaşlı .....	30
2.2.8.2. Modern toplumda yaşlı .....	31

## 3. BÖLÜM

### KONU, AMAÇ, METARYAL VE METOD

3.1. Tezin Konusu.....	33
3.2. Tezin Amacı .....	33
3.3. Tezin Önemi.....	33
3.4. Materyal ve Metot .....	34
3.5. Sınırlılıklar .....	34
3.6. Evren ve Örneklem .....	35
3.7. Araştırmanın Problemleri.....	35

## 4. BÖLÜM

### BULGULAR VE DEĞERLENDİRME

## 5. BÖLÜM

### TARTIŞMA VE SONUÇ

5.1. Yaşlıların Demografik Özellikleri Açısından Değerlendirilmesi .....	48
5.2. Yaşlıların Sağlık Özellikleri Açısından Değerlendirilmesi .....	50
5.3. Yaşlıların Teknoloji Kullanımı Açısından Değerlendirilmesi .....	51
5.4. Yaşlıların Sosyal İlişkileri Açısından Değerlendirilmesi .....	52
5.5. Yaşlıların Yaşam Doyumu Açısından Değerlendirilmesi .....	53
<b>SONUÇ</b> .....	<b>54</b>
<b>KAYNAKÇA</b> .....	<b>56</b>
<b>EKLER</b> .....	<b>62</b>
<b>EK-1. Anket Formu</b> .....	<b>63</b>
<b>EK-2. Etik Kurul İzni</b> .....	<b>66</b>

## TABLolar DİZİNİ

<b>Tablo</b>	<b>Sayfa</b>
<b>Tablo 4.1.</b> Katılımcıların yaş ortalamaları.....	<b>36</b>
<b>Tablo 4.2.</b> Katılımcıların gelir ortalamaları.....	<b>36</b>
<b>Tablo 4.3.</b> Her iki cinsiyet grubu için yaşantının sürdürüldüğü kişilere ilişkin veriler .....	<b>37</b>
<b>Tablo 4.4.</b> Her iki cinsiyet grubu için medeni durumu .....	<b>37</b>
<b>Tablo 4.5.</b> Her iki cinsiyet grubu için eğitim durumu.....	<b>37</b>
<b>Tablo 4.6.</b> Her iki cinsiyet grubu için geçim durumu .....	<b>37</b>
<b>Tablo 4.7.</b> Kadın cinsiyet grubu için yaşantının sürdürüldüğü kişilere ilişkin veriler .....	<b>38</b>
<b>Tablo 4.8.</b> Kadın cinsiyet grubu için medeni durumu .....	<b>38</b>
<b>Tablo 4.9.</b> Kadın cinsiyet grubu için Eğitim durumu .....	<b>38</b>
<b>Tablo 4.10.</b> Erkek cinsiyet grubu için yaşantının sürdürüldüğü kişilere ilişkin veriler .....	<b>38</b>
<b>Tablo 4.11.</b> Erkek cinsiyet grubu için medeni Durum .....	<b>39</b>
<b>Tablo 4.12.</b> Erkek cinsiyet grubu için eğitim durumu .....	<b>39</b>
<b>Tablo 4.13.</b> Kadın cinsiyet grubu için sağlık durumuna ilişkin sorulara verilen cevaplar .....	<b>39</b>
<b>Tablo 4.14.</b> Erkek cinsiyet grubu için sağlık durumuna ilişkin sorulara verilen cevaplar .....	<b>39</b>
<b>Tablo 4.15.</b> Kadın cinsiyet grubu için teknoloji kullanımına ilişkin yanıtlar.....	<b>40</b>
<b>Tablo 4.16.</b> Kadın cinsiyet grubu için yaşam doyumuna ilişkin yanıtlar .....	<b>40</b>
<b>Tablo 4.17.</b> Erkek cinsiyet grubu için teknoloji kullanımına ilişkin yanıtlar .....	<b>41</b>
<b>Tablo 4.18.</b> Erkek cinsiyet grubu için yaşam doyumuna ilişkin yanıtlar .....	<b>41</b>
<b>Tablo 4.19.</b> Her iki cinsiyet grubu için teknoloji kullanımına ilişkin yanıtlar .....	<b>42</b>
<b>Tablo 4.20.</b> Her iki cinsiyet grubu için yaşam doyumuna ilişkin yanıtlar .....	<b>42</b>
<b>Tablo 4.21.</b> Gruplar arası sağlık verilerinin karşılaştırılması.....	<b>43</b>
<b>Tablo 4.22.</b> Gruplar arası yaşam doyumuna ilişkin verilerinin karşılaştırılması (Independent samples test).....	<b>43</b>
<b>Tablo 4.23.</b> Gruplar arası teknoloji kullanımına ilişkin verilerinin karşılaştırılması (Independent samples test) ( $p<0,05$ ).....	<b>44</b>

<b>Tablo 4.24.</b> Kadınlarda yaşam doyumu ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon (p<0,05).....	<b>45</b>
<b>Tablo 4.25.</b> Erkeklerde yaşam doyumu ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon (p<0,05).....	<b>45</b>
<b>Tablo 4.26.</b> Her iki cinsiyet grubunda yaşam doyumu ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon (p<0,0).....	<b>46</b>
<b>Tablo 4.27.</b> Kadınlarda sağlık durumu ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon.....	<b>46</b>
<b>Tablo 4.28.</b> Erkeklerde sağlık durumu ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon.....	<b>47</b>
<b>Tablo 4.29.</b> Her iki cinsiyet grubunda sağlık durumu ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon.....	<b>47</b>

## GİRİŞ

Cansız varlıkların zaman içerisinde geçirdiği değişim genellikle "eskime" olarak tanımlanırken, canlı varlıklar için bu süreç "yaşlanma" olarak adlandırılır. Canlı organizmaların yaşlanma süreci, yıpranma ve bozulmanın yanı sıra onarım ve yeniden yapılandırma mekanizmalarının da aktif olduğu bir süreçtir. Bu nedenle, "yaşlanma" terimi, dünyaya gelen her canlının zaman içinde geçirdiği değişim sürecini ifade eder ve bu süreç ölümle sona erer. "Yaşlılık" ise, yaşın ilerlemesiyle birlikte yaşlılık belirtilerinin ortaya çıkması anlamına gelir. Canlılar için biyolojik açıdan, erişkin döneme ulaştıktan ve üreme dönemi bittikten sonra, ölümle sonlanan bir süreçte meydana gelen değişim ve dönüşümlerin toplamıdır (Beğer ve Yavuzer, 2012).

Yaş ve yaşlılık kavramları, çeşitli ölçütler ve bakış açılarıyla farklı anlamlar kazanır. Tufan (2014), yaşın farklı tanımlarının bulunduğunu ve bu tanımların çeşitliliğini vurgulamaktadır. Bunlar arasında takvimsel yaş, idari yaş, biyolojik yaş, hukuksal yaş, işlevsel yaş, sosyal yaş, etik yaş, bilişsel yaş, dinsel yaş, tarihsel yaş ve kişisel yaş gibi pek çok farklı yaş türü yer almaktadır.

Dünyada doğum oranlarının azalması, teknolojinin günden güne değişmesi ve aynı zamanda sağlık üzerindeki gelişmeler ile yaşlı bireylerin nüfustaki payı artmaya başlamıştır. Yaşlı bireylerin nüfustaki payının artması ve yaşam sürelerinin uzaması bazı sorunları beraberinde getirmektedir. Bu noktada yaşlı bireylerin sorunları belirlenmeli, varlıkları göz bulundurulmalı ve onların hayatlarının kolaylaştırılması hedeflenmelidir. Dünya'daki teknolojik gelişmeler sosyal anlamda toplumsal değişmeyi de beraberinde getirmektedir. Bu değişimlerin yaşanması yaşlı bireyleri direkt olarak etkilemektedir bu durum dolayısıyla yaşlı bireylerin dijital dünyaya ve sosyal çevreye ayak uydurmasını zorlaştırmaktadır. Bu anlamda toplumsal değişme çerçevesinde yaşlı bireylerin yaşam doyumu konusunun amacı yaşlıların sosyolojik, psikolojik ve teknolojik değişimlere ayak uydurup uyduramadığını anlayarak bu sorunlara müdahale etmektir. Yaşlı bireyler toplumsal değişime, teknolojik gelişmelere, sosyal medya kullanımına yetişebiliyor mu, kendinden sonraki nesillerle kuşak çatışması yaşıyor mu bu soruların cevabı aranacaktır. Yine yaşlı bireylerin yaşamından doyum alması konusu anket çalışması yardımıyla öğrenilerek öneriler sunulacaktır.

Yaşlı bireylerin yaşamlarının son dönemi olarak nitelendirilen yaşlılık süreci birçok değişimi beraberinde getirmektedir. Bu dönemde hayattan beklentilerinin değişmesi, aile ve akraba ilişkilerinin değişime uğraması yaşlanmış olmanın getirdiği vücuttaki değişimler ve yine yaşlanmayla birlikte değişen psikolojik davranışlar gibi birçok etken söz konusu bireylerin ihtiyaçlarının değişmesine sebep olmaktadır. Bu anlamda yaşlıların ihtiyaçlarının saptanması ve değerlendirilmesi gerekmektedir. Yaşlı bireylerin yaşlılık sürecine bağlı olarak yaşanan kronik hastalıklar, bilişsel ve fiziksel gerilemelere özgü aktivitelerinin azalması, emeklilik, eş kaybı, aile bireylerinin evden ayrılması, bireyin sosyal çevreden uzak kalması gibi sorunlarla mücadele etmesine sebep olmaktadır (Şahin, 2021). Bu çalışma, hem maddi anlamda hem de

manevi anlamda değişime uğrayan yaşlı bireylerin yaşam doyumlarını, yaşlılık sürecinden beklentiler perspektifinde değerlendirmeye ve analiz etmeye odaklanmıştır.

Günümüzde teknolojinin gelişmesi ve bireylerin yaşam kalitesinin artması yaş ortalamasının artmasına neden olmaktadır. Yaşlanma sürecinde ortaya çıkan fizyolojik değişimler bedensel fonksiyonları yavaşlatmakta ve günlük yaşam aktivitelerine sınırlılıklar getirmektedir. Dünya genelinde her toplum sürekli bir dinamizme ve değişime uğramaktadır. Kent yaşamına hızlı adapte olunarak geniş ailelerden çekirdek aileler modeline geçilmesi, çalışma hayatında kadınlarında yer alması ve teknolojik gelişmeler nedeniyle toplumsal değişme kaçınılmaz bir son olarak görülmektedir. Yadsınamaz bir gerçek olarak yaşanan bu değişimler yaşlı bireyleri de sosyal ve psikolojik anlamda etkilemektedir ve bazı sorunları ortaya çıkarmaktadır. Toplumsal değişme sürecinde yaşanan bu değişimler sadece yaşlı bireyleri ilgilendiren bir sorun olmaktan ziyade toplumsal bir sorun haline gelmiştir. Bu nedenle değişimle birlikte yaşanan bu sorunların belirlenmesi ve değerlendirilip ihtiyaçların giderilmesine yönelik yaşlılar için ulusal politikaların belirlenmesi gerekmektedir.

Endüstri toplumlarının oluşması, toplumsal yapının değişmesine neden olmaktadır. Toplumsal yapının ve aile yapısının değişmesi en çok yaşlı bireyleri etkilemektedir. Teknolojik gelişmeler sonucunda toplumlarda farklı değerler ortaya çıkmaya başlamış ve bunun sonucunda ise yaşlı bireylere atfedilen tecrübeli kişi olma hali etkisini kaybetmektedir. Modernleşme kavramı yaşlının yeteneğini ve toplum içindeki konumunu farklılaştırmaktadır. Günlük hayatta herkes tarafından kullanılan teknolojik ürünler yaşlılar tarafından da kullanılmaktadır. Bazı yaşlılar teknolojik ürünlerin kullanımında başarılı iken bazı yaşlı bireyler teknolojik ürünler ile mesafeli konumdadır. Teknolojik ürünler tasarlanırken üreticiler yaşlı bireyleri göz ardı etmemelidir.

Bu çalışmanın diğer çalışmalardan farkı ve niteliği; yaşlı bireylerin toplumsal değişmeden sonraki süreçte bu değişikliğe uyum sağlama konusunda ne kadar başarılı oldukları üzerinde durmasıdır. Toplumsal değişimi kültürel ve teknolojik boyutu ile ele alan çalışma, bütünsel bir yaklaşım içerisinde yaşlı bireylerin yaşam kalitesi üzerinde durmaktadır. Bu boyutu ile de diğer çalışmalardan nitelik olarak ayrılmaktadır.

# 1. BÖLÜM

## KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

### 1.1. Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tanımlar

#### 1.1.1. Yaşlılık

Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre 65 yaş üstü bireyler yaşlı olarak nitelendirilmektedir. Bireylerin ilerleyen yaşları dolayısıyla ruhsal, fiziksel ve sosyal anlamdaki yetilerini kaybetmeleri yaşlı olarak kabul edilmelerinin en temel sebebidir. Yaşlı kelimesi Latince’de “geron” anlamına gelmektedir. Gerontoloji kavramı da bu kelimedenden türemiş ve “yaşlıyı inceleyen bilim dalı” olarak doğmuştur. Gerontoloji terimi ilk defa, 1908 yılında Rus bir biyolog olarak Metchnikoff tarafından kullanılmıştır. (Christina R. Victor, The Social Context of Ageing, New York, Routledge Press, 2005, s. 1.) (Akt. Taşkesen,2017).

Yaşlı bireyler tarihsel gelişim süresi boyunca, toplumun diğer vatandaşları ile eşit haklara sahip görülmemiş, 16.-17. Yüzyıllarda sakatlarla aynı kefedede değerlendirilmiştir. 20. Yüzyılda dahi toplumsal yapının dışında bırakılmış; görmezden gelinen, saygı gösterilmeyen ve değerli görülmeyen yaşlı bireyler sosyal anlamda benimsenmeye başlanmıştır. Emeklilik sigortalarının da başlamasıyla yaşlılığın yaşa bağlı bir dönem olarak görülmeye başlanmıştır (Tufan, 2002).

Yaşlılık, sayı verileriyle tanımlanarak bu bireylerin yaşına evrensel bir sınır koymak amacıyla, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) 1983 yılında düzenlenen "Yaşlı Sağlığının Korunması" adlı seminerde, hücre ve dokulardaki yıpranmalara dayanarak yaşlılık dönemlerini üçe ayırmıştır. Bu tanımlamaya göre, 65-74 yaş arası yaşlılık, 75-84 yaş arası orta yaşlılık ve 85 yaş ve üzeri ileri yaşlılık olarak kabul edilmektedir (WHO, 2002). Ancak DSÖ, 65 yaş ve üzerini yaşlılık sınırı olarak kabul etse de, yapılan araştırmalar ve yaşlı bireylerinin sağlık kalitesindeki iyileşmeler dikkate alındığında, bu yaş sınırının gelecekte yeniden belirlenmesi mümkün görünmektedir. Buna göre, yeni yaş sınırları önerilmektedir: 0-17 yaş arası ergen, 18-65 yaş arası genç, 66-79 yaş arası orta yaş, 80-99 yaş arası ise yaşlı olarak kabul edilebilir. (Bilir, 2018).

Yaşlı tanımı yapılırken ortaya atılan ilk kriter kronolojik yaş ve takvim yılıdır. Bu durum her dönemde her topluma göre değişim göstermektedir. Toplumlar yaşlı bireylerin ‘yaşlı’ olarak kabul edilmesini bir yaşa bir ölçüte bağlamaktadır ancak bu yaş içinde bulunan topluma ve döneme göre farklılık göstermektedir. Böylelikle bu bireylerin yaşlı olarak kabul edilmesi kronolojik bir sıralamanın yanında toplumsal ve kültürel bir olgudur (Baran, 2005). Değişen toplum yapıları içerisinde yaşlılık konusunda birbirinden farklı tanımlar yapılmıştır. Bu tanımlara bakıldığında bazı toplumlar yaşlılığı olması gereken normal bir süreç olarak kabul ederken bazı toplumlar ise yaşlılığı bir sorun olarak değerlendirmişlerdir. Toplumların kendi içlerinde dahi kültürel farklılıkları vardır bu sebeple yaşlılık olgusu kültürel anlamda yaşanmışlıklarla doğrudan ilişkilidir (İçli, 2004). Yaşlılık değişmeyen ve olduğu yerde duran

bir yaşam döngüsü değildir tam tersi yaşlılık çeşitli güçlerin etkileşimini içermektedir. Yaşlılık tıpkı yaşamdaki diğer evreler gibi doğal ve kaçınılmaz bir dönemdir. Bu dönem bireyin genetik kalıtımıyla getirdiği biyolojik ve fiziksel özelliklere, çevre koşullarına ve kültürel özelliklere göre erken ya da geç sorunlu ya da sorunsuz bir dönem olarak değişkenlik gösterir (Er, 2012).

İnsanlar sürekli değişim ve gelişimini barındıran bir yaşam döngüsü içinde bulunmaktadır. Bu süreçte bebeklikten yetişkinlik dönemine kadar geçirilen süre biyopsikosozyal açıdan gelişme dönemi olarak nitelendirilirken yaşlılık dönemi gerileme dönemi olarak nitelendirilmiştir. Yaşlılık dönemindeki yaşanan gerilemeler teknolojik gelişmeler ile yavaşlatılabilse de hastalıkların ortaya çıkması ya da fiziksel görünümün değişmesi göz ardı edilememektedir (Kalınkara, 2016). Yaşlılıkla ilgili kavramlara bakıldığında iki bakış açısıyla karşılaşılmaktadır. Bunlardan ilki yaşlılığın biyolojik olarak getirdiği duyu ve yetilerde kayıp, değişimi kabul etmemek gibi olumsuz yönlerine odaklanırken; diğeri ise yaşlının bilgi ve birikimlerinden yararlanma, yaşama karşı daha tutarlı ve sakin yaklaşma bakış açılarına sahip olmak gibi olumlu yönlerine odaklanılmasıdır. Yaşlı bireyler daha önceki hayatlarına kıyasla fiziksel ve bilişsel olarak eksilmeler yaşayabilmektedirler bu durum yaşlının yaşama eskisi gibi katılması engelleyebilmektedir. Yaşlanan bireyler değişen biyolojik yapısı dolayısıyla hastalığa daha açık olabilir fakat her yaşlının hasta olarak nitelendirilmesi de yanlış bir algılamadır (Çağlar,2017).

Birey, yaşlandıkça fiziksel ve bilişsel gerilemeler, yetersizlikler ve kayıplar yaşaması, doğal bir süreç olarak kabul edilmektedir. Bu durum, yaşlanma sürecinin bir parçası olarak, vücutta ve zihinsel işlevlerde zamanla meydana gelen değişiklikleri yansıtır. Bu nedenle yaşlılığı bir hastalık olarak değerlendirilmemelidir. Çünkü hastalık sadece yaşlılarda görülen bir durum değildir. “Yaşlanmayı bir hastalık olarak düşünenler, insanın sonsuza dek yaşayabileceğine ve bu hastalığın kontrol altına alınabileceğine inanmaktadırlar Yaşlanmanın önüne geçilmez ve yaşlılık kaçınılmazdır” (Ceylan, 2015).

Toplumların kendilerine özgü olan kültürleri, değerleri, yaşlıya bakış açıları o toplumun yaş tanımlarını özgünleştirmektedir. Toplumun içinde bulunduğu dönemde yaptıkları tanım ile farklı zamanlarda yaptığı yaşlılık tanımları değişkenlik gösterebilmektedir. Nüfusun artması ve değişmesi, yaşlı nüfusunun toplumda artması da yine yaşlılara yönelik bakış açısını değiştirebilmektedir. Dünya genelinde yaşlı bireylere yapılan yaşlılık tanımları biyolojik, sosyolojik ve psikolojik olarak değişime uğramıştır (Taşkesen,2017). İnsan yaşamı farklı evrelerden geçmektedir bu evrelerden geçerken bireylerin zihinsel ve fiziksel yapısı farklılık gösterir. Bireylerin yaşamdan beklentileri ve yaşamına yönelik becerileri de farklılık göstermektedir. Yaşlılık döneminde bireylerin zihinsel ve fiziksel yetkinliklerinde azalma yaşanmakta ve vücut fonksiyonlarının işlevinin yitirilmesi sağlık problemlerine yol açmaktadır. Eski enerjisine sahip olamayan yaşlı bireyler günlük yaşamında da aksaklıklar yaşamaya başlamaktadır. Çalışma hayatının sona ermesi bireye daha fazla vakit kalmasına ve yaşamı daha hale getirmesine sebep olsa da birçok başka sorunu da beraberinde getirmektedir. Bu durumda

bireyin zihinsel ve bireysel olarak diğer bireylere daha fazla ihtiyaç duymasına neden olmaktadır (Sevil, 2005).

Dünya genelinde ortalama insan ömrüne bakıldığında ülkelerin gelişmişlik düzeyi ile insan ömrü arasında doğrudan bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Ülkelerin gelişmişlik düzeyi arttıkça insanların ömrünün de uzadığı görülmektedir. Gelişmiş ülkeler incelendiğinde bireylerin yaşam standartlarının arttığı da gözlemlenmiştir bu durum o ülkenin yönetimde insan yaşamına önem verdiği anlamını taşımaktadır. Ülkelerin gelişmesi eğitim seviyesinin artmasına eğitim seviyesinin artması bireylerin daha bilinçli insanlar olmasına sebep olmaktadır. Tüm bu gelişmeler birlikte düşünüldüğünde ülkeler geliştikçe insanların ömrü uzamakta ve yaşlılık döneminde geçirilen zor günlerin en aza indirilmesinin bireysel çabanın yanında toplumsal bir çaba da gerektirmektedir (Görgün, 2005).

### **1.1.2. Gerontoloji**

Gerontoloji bilimi bireylerin mümkün olduğunca geç ve genç ölmesini kendine görev edinmiştir. Böylelikle yaşam süresi uzamaya aynı zamanda da yaşlılığa karşı bakış açısı da değişmeye başlamıştır. Günümüzde yaşlılık olgusu düşünüldüğünde ömür süresine değil, bireylerin önünde kalan yıllara bakılarak yaşlı olup olmadığına karar verilmeye başlanmıştır. Biyolojik yaşın uzaması bu olguyla doğrudan ilgilidir ancak tek neden de değildir (Tufan,2003). Gerontoloji biliminin tarihsel sürecine bakıldığında henüz yeni bir bilim olduğu görülmektedir. Yaşlanma ve yaşlılık olgularının sosyal bir sorun olarak görülmesi, aslında yeni bir gelişmedir. "Gerontoloji" bilimi ise ilk kez 1940'lı yıllarda tanımlanmaya başlanmıştır. Gerontoloji alanında öncü olan ülkeler arasında ABD, Sovyetler Birliği ve Almanya yer almaktadır. 19. yüzyılın sonları ile 20. yüzyılın başlarında başlayan gerontolojik araştırmalarla bu ülkeler, gerontolojinin öncüsü kabul edilebilir. Gerontoloji alanındaki ilk resmi kurum 1945 yılında ABD'de kurulmuş, 1950'de ise Uluslararası Gerontoloji Derneği (International Association of Gerontology) çalışmalarına başlamıştır (Tufan, 2001). Gerontoloji ile geriatri arasındaki en büyük fark ise, geriatri daha çok yaşlanmanın medikal boyutuna ve yaşlılıkla ilişkilendirilen sağlık sorunlarına odaklanırken, gerontoloji bu süreçleri sosyal, psikolojik ve biyolojik açılardan incelemektedir (Er, 2009).

Gerontoloji bilimi diğer bilim dalları ile etkileşim içerisindedir. Yaşlılık ve yaşlanma olgularına yönelik çalışmalar ancak 20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren artmıştır. Bu farkındalık günden güne artış göstermektedir. Gelişmiş ülkeler geçmişte gerontoloji biliminin üzerinde durmaktaydı bunun sebebi ise bu alana yönelik farkındalığın oluşması ve artmasıdır. Özellikle sağlık alanında ve teknolojik gelişmeler konusunda artan gelişmelerin insan ömrünü uzatması bu bilime yönelik farkındalığın artmasına neden olmuştur. Dünya genelinde doğum oranlarının azalması ve teknolojik gelişmelerin ilerlemesiyle birlikte yaş ortalaması artmaya başlamıştır. Bu durum ise gerontoloji bilimini sadece gelişmiş ülkelerin değil aynı zamanda

gelişmekte olan ülkelerinde konu edindiği bir hale gelmiştir. Doğum oranlarının düşmesi ve nüfusun yaşlanması beraberinde birçok soruna yol açması nedeniyle bazı ülkelerin bu konuda politikalar geliştirmesine sebep vermiştir doğum oranlarının artırılmasına yönelik teşviklerde bulunmaktadır. Dolayısıyla gerontoloji bilimi yalnızca yaşlılık konusunda değil yaşlanmanın açacağı toplumsal sorunların sonucuna dair incelemelerde bulunmaktadır (Tufan,2009).

Gerontoloji bilimi, yaşlılık üzerine yaptığı bütün çalışmalara rağmen, yaşlanmanın evrimsel bir süreç mi yoksa yılların biriken etkisiyle yıpranmanın bir sonucu mu olduğunu açıklayamamıştır. Yaşlanmayla beraber bireyler sosyal ve psikolojik anlamda çevreyle uyumsuzluk yaşamaktadırlar, bu durum ise bireylerin yetersiz hissetmelerine sebep olmaktadır. Bireylerin kronolojik yaşları ile fiziksel olarak göstermiş oldukları yaşları her zaman birbirine uyum sağlamaktadır (Onur, 2021).

Gerontologların amacı insan ömrünü uzatmak ve yaşam süresini 120 yıla yaklaştırmaktır. Yaşlının ömrünü uzatmanın yanında bu yaşam yıllarını daha rahat daha mutlu ve sağlıklı bir şekilde geçirmelerini sağlamaktır. Gerontoloji bilimi yaşlılığın ne olduğunu, yaşlının sosyal durumunu, yaşlının psikolojisini ve yaşadığı çevrenin yaşlının üzerinde nasıl etki bıraktığını, yaşlının bakımı gibi konuları alt başlıklar halinde araştırmayı hedeflemektedir. Gerontoloji bilimi yaşlıyı ve çevresini çok iyi tanınması gerektiğini ortaya koymaktadır. Gerontoloji biliminin amacı yaşlanmayı durdurmak değil yavaşlatmaktır, yaşlanma sürecini geciktirmek ve yaşlının hayatta olduğu süre boyunca sağlıklı ve dinç kalmasını sağlamaktır (Akın,2006).

## **1.2. Yaşlanma Türleri**

### **1.2.1 Biyolojik yaşlanma**

Biyolojik yaşlanma yaşa bağlı olarak bireyin vücudunun canlılığını yitirdiği, vücudun temel olarak yerine getirdiği işlevlerinin yavaşlaması ve en nihayetinde ölümle sonuçlanan süreçtir (Cankurtaran, 2005; İkie ve ark., 2007). Biyolojik yaşlılık gelişim süresi içerisinde yaşın ilerlemesiyle beraber beden yapısı ve işlevsel anlamda değişmesini kapsamaktadır. Yaşam şekli beslenme biçimi vücudun yaşlanması üzerinde etkilidir. Biyolojik yaşlanma bireylerin daha çok vücudun da gerçekleşen fiziksel değişikliklerin ifade edilmesi için kullanılmaktadır. Yaşanılan hayat, genetik kalıtım ve sağlık biyolojik yaşlanmanın birer yansıması halidir. İnsan ömrünün giderek uzaması insanın içinde bulunduğu yaşa bağlı etkenlere göre değişkenlik göstermektedir. Yaşlı kişilerin yaşlanma süresi içerisinde hareket ve motor becerilerinde büyük bir düşüş yaşanmaktadır. Kemik yapısında yaşanan azalmalar sebebiyle kemiklerdeki kırılma oranı artmakta, eklemlerinde kireçlenme gibi sorunlarla karşılaşmaktadır. Sinir sisteminde yaşanan değişikliklerde hareket becerisinde azalmayı ve reflekslerde ve tepkilerde düşüş yaşanmasıyla sonuçlanmaktadır. Yaşla birlikte hemen hemen bütün duylarda azalma yaşanmaktadır. Görme, duyma, tat ve koku alma duylarında azalma, sıcak ve soğuk hissetmede azalma ve ağrı eşliğinde azalmalar meydana gelmektedir (Onur,2021).

Yaşlılıkla birlikte, bilinç durumunda belirgin değişiklikler meydana gelir. Bilincin bozulmasıyla, bireylerin kendilerinden ve çevrelerinden haberdar olma seviyeleri azalır. Bilinç alanı daraldığı için düşüncelerin birbiriyle bağlantısı zorlaşır, dikkat yönlendirilmesinde yetersizlikler görülür. Bunun yanı sıra, algıda yavaşlama ve yönelimde aksaklıklar da gözlemlenir. Yaşlılarda görülen zihinsel fonksiyon kayıplarının büyük bir kısmı, beyne yeterli miktarda kan gitmemesinden kaynaklanmaktadır (Dağlı, 2010). Yaşlılarda en sık görülen değişikliklerden biri, bellekteki bozulmalardır. Bellek, anıları, kalıpları, simgeleri, saklama, anımsama ve canlandırma gibi işlevleri yerine getirir. Yaşlılarda sıkça bellek kaybı, hatırlamada güçlükler, zorluklar ve eksik hatırlamalar görülür. Ayrıca bellek sapması, yani gerçek olmayan anıların gerçek olarak kabul edilmesi de yaşlılar arasında yaygın bir durumdur (Köknel, 1998) (Akt. Dağlı, 2010).

Yaşlılık dönemi sağlık sorunları açısından bir risk dönemi olarak görülmektedir. Yaşlı bireylerin bu dönemde hastalıklara karşı bağışıklıkları düşmektedir bu durum ise hastalıkların daha sık tekrarlama, kalıcı ve kronik gelmesini beraberinde getirmektedir (Özgür ve Sabbağ, 2014). Yaşlılık döneminde birbirinden farklı kronik hastalıklar ortaya çıkmaktadır, hastalıklar genellikle kalıcı hastalıklardır. Kalp yetmezliği, yüksek tansiyon, diyabetik şeker hastalığı, demans ve Alzheimer gibi hastalıklarla bu dönemde sıkça karşılaşılmaktadır (Canatan,2008).

Yaşlanma döneminde yaşanan gelişim ve değişiklikler her bireyde aynı seyirde ilerlememektedir. Yaşlanma süresi içerisinde farklılıkların olması yaşlılığa bakış açısını farklı bir boyuta taşımaktadır. Yaşlılıkta biyolojik boyut kronolojik yaşlanma kadar belirgin özelliklere sahip değildir, kronolojik yaşlanma her bireyde aynı özellikler gösterirken biyolojik yaşlanma kişiden kişiye değişiklik gösterebilmektedir. Kronolojik yaşı değiştirmek mümkün değildir fakat biyolojik yaşı sağlıklı ve genç tutmak mümkündür (Köknel, 2015). Yaşlı bireylerin fiziksel görünümünde yaşanan değişiklikler derilerinin buruşması, saçlarının beyazlaması ve eklemelerinin küçülmesi dolayısıyla hareketlerin kısıtlanması gibi gözle görülen değişikliklerdir. Biyolojik yaşlanmanın belirtileri yaşlılık süresince yaşanan değişikliklerin sadece bir kısmıdır, yaşlanmanın uzun bir süreci kapsamaması fiziksel olarak daha az belirginlik gösterir. Dolayısıyla sosyal ve psikolojik değişikliklerden daha önce gözlemlenmeye başlar. Yaşlanma süresi boyunca bireylerde görülen farklılıklar psikolojik ve biyolojik yönlenmeye yardımcı olmaktadır. Biyolojik yaşlanmada vücutta hücre ve doku kaybı yaşanması vücuttaki organların eskisi gibi işlevini yerine getirememesi söz konusudur. Fakat bireysel yaşlanma incelendiğinde bireylerin yaşam şekli, beslenme biçimi, yaşamı boyunca yaptığı iş, içinde bulunduğu habitusu gibi etkenler dolayısıyla her bireyde farklı fonksiyonlar gösterdiği gözlemlenmektedir (Kalınkara,2011).

### **1.2.2. Psikolojik yaşlanma**

Yaşlılık döneminde sağlık sorunları ve sosyal sorunlar kadar bunlarla bağlantılı olarak psikolojik sorunlarda yaşanmaktadır. Psikolojik yaşlanma, yaşlı bireylerin ve yaşlılık olgusunun

farklı bir bakış açısı ile incelenmesidir. Psikolojik yaşlanma süreci yaşlının benliğini, kişiliğini ve zihinsel işleyişindeki değişiklikleri konu edinmektedir. Bu değişikliklerin bazıları bu dönemde beklenen bir sonuç olarak kabul edilir bazıları ise bireyin kendi hayatında yaşadığı fizyolojik ya da ruhsal değişikliklerin sonucudur (Morgan,2011). Psikolojik yaşlanma yaşın ilerlemesiyle beraber bireyin davranışsal uyum yeteneğindeki değişimleri içermektedir. Yaşlılıkta ortaya çıkan psikolojik sorunlar genellikle bireyin yaşlılığa hazır olmamasından kaynaklanmaktadır. Yaşlanan birey özellikle emeklilik sonrası kendini işe yaramaz hissetme, diğer insanlara yük olacağını düşünmekte ve yetersizlik duygusu içine girmektedir. Sağlığının ve dış görünümünün bozulması yaşlı birey için kabullenilmesi zor bir süreçtir. Hastalığı, kendini üzecek sorunları kabul etmekte güçlük çekmekte kaçınma davranışı içindedir, gelecek kaygısı endişesi yaşamaları yaşlı bireyleri yaşlı hale getiren en önemli etkenlerdendir. Yaşlılıkla birlikte öğrenme yeteneğinde ve algılamada azalma, dikkatsizlik ve hareketlerde yavaşlama görülebilmektedir. Yaşlı birey zihinsel değişikliklerinin yanında ruhsal değişikliklerde yaşamaktadır, yeni bir çevreye daha az ilgi duymakta ve uyum sağlayabilmektedir. Bu dönemde yaşlının çevresine karşı azalan ilgisi daha çok kendine yönelmekte sağlığına ve giydiklerine karşı daha dikkatli davranışlar sergilemektedir. Yaşlanan birey geçmişinde kendisine istediği gibi bir hayat yaşatabilmişse ideallerine ulaşabilmişse yaşlılığı daha kolay kabullenmekte ve geleceği hakkında endişesi azalmaktadır. Dolayısıyla çevresiyle uyumu artmakta ve kendine yeni hobiler edinebilmektedir. Yaşlı bireyin sağlık durumu ve maddi durumu ne kadar iyi halde ise ruhsal durumu doğru oranda iyi halde anlamına gelmektedir, değişen dünya düzenine uyum sağlamakta güçlük çeken yaşlı bireyler ruhsal çöküntüye maruz kalmaktadır. Yalnız yaşaması, sevdiklerini kaybetmesi ve sosyal çevreden uzak kalması yaşlı bireylerin içine kapanmasına ve ölümü bekleyen günler geçirmesine neden olmaktadır. Bu dönemde yaşlı ile vakit geçirilmeli, özen ve saygı gösterilmeli ve günlük işlerini yerine getirmelerini desteklemeli, yapmaktan zevk aldığı davranışları birlikte yapmalıdır. Bunların yapılması yaşlı bireylerin psikolojik sorunlarının oluşumun önlenmesine yardımcı olmakta ve yaşlılık dönemini daha kolay geçirmelerini sağlayacaktır (Kalınkara, 2011).

Yaşlılık döneminin yaşanan psikolojik sorunlardan biri de yaşlının kendini yalnız hissetmesidir. Yalnızlık duygusunun hissedilmesinde bireysel farklılıklar vardır, kadınlar erkeklere göre daha fazla hissetmektedirler. Kadınların daha fazla hissetmesinin sebebi erkeklerden daha fazla yaşamaları ve daha fazla sorunla karşılaşmalarından kaynaklanmaktadır. İleri yaş grubunda olan yaşlılar genç yaşlı grubuna göre kendilerini daha fazla yalnız hissetmektedirler. Sağlık durumu ile yalnızlık arasında da kuvvetli bir bağ vardır, sağlığı yerinde olmayan yaşlı bireyler sosyal çevreden uzak kalması vaktinin çoğunu evde geçirmesi dolayısıyla da kendilerini yalnız hissetmektedirler. Sayılan bu sebeplerin dışında ekonomik durumu alt sınırdaki yaşlılarda yalnızlıktan şikâyet etmektedirler (Kılavuz, 2005).

Yaşlanan bireyde ortaya çıkan bir diğer psikolojik sorun ise ölüm korkusudur, ölümden konuşmaktan hoşlanmamaktadırlar. Yaşlı birey öldükten sonra ona üzülmecekleri ve yakınlarının ve bulunduğu toplumun onu sevmediği düşüncesine kapılmakta dolayısıyla

toplumda kendini değersiz biri olarak görmektedir. İntihar düşüncesi her yaş grubunda görüldüğü gibi yaşlı bireylerde de görülmektedir. Erkeklerle göre yaşlı kadınlar daha az intihara meyillidirler (Canatan,2008). İntihar eden yaşlılarda bulunduğu ortama uyum sağlayamamak gibi nedenler görülmektedir. Diğer insanlara muhtaç olmak istememektedirler, daha önce yaşadıkları gibi bağımsız olmak istemektedirler, artık çalışmıyor olmak eve bağımlı olmak psikolojilerini olumsuz etkilemektedir. Yaşlılığın getirdiği yaşam stresiyle baş edememektedirler ve bu durum yaşlı bireyleri intihara sürüklemektedir (Ceyhun,1994).

### **1.2.3. Sosyal yaşlanma**

Dünyanın değişmez bir kanunu olarak insanlar doğarlar büyürler ve ölürlere. Her insanın kendine özgü bir yaşamı ve yaşam süresi vardır. Daha uzun ve toplumda daha refah içerisinde yaşayabilmek adına birçok çalışma yapılmaktadır. Bu çalışmanın amacı yaşlılığın insan ömrünü uzatma ve yaşlılığın hastalık gibi görünen boyutunun tedavisi ve aynı zamanda da yaşlıların toplumsal ilişkisini düzenlemektir. Bireyler toplumun varlığı ile ve toplumda bireyin varlığı ile varlığını sürdürebilmektedir. Dolayısıyla insanlar sosyal birer canlılardır. Sosyal canlılar olan insanlar içinde bulunduğu toplumla birlikte bazı normlar, değerler, yargılar ve etiketler üretir. Toplumda yaşlı etiketine ket vurulan bazı davranışlar vardır. Emeklilik, fiziksel ve ruhsal gerileme gibi durumlara sahip kişiler bazı toplumlarda yaşlı sıfatını almaktadırlar. Bireyler belli bir yaşa geldiklerinde yaşlı olarak nitelendirirler. Yaşlılık fiziksel anlamda gerileme, ruhsal anlamda çöküş ve biyolojik olarak reflekslerin ve bedensel işlevlerin azalması olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyolojik açıdan yaş ise biyolojik anlamda ve doğuştan yüklenilen bir statü belirleyicisidir. Toplumsal yaşlılık yaşlının fiziksel yaşlanmaya bağlı olarak günlük işlerini yerine getirememesi ve ona atfedilen rolleri yerine getirememesinden dolayı çevresinin onu yaşlı olarak nitelendirilmesine neden olmaktadır. Kısa toplumsal açıdan bireyin yaşlı olarak görülmesi, yaşlının bazı statü ve rol kayıpları yaşamasından kaynaklanmaktadır (Kalınkara,2011).

Yaşlılık her birey için kolay kabul edilebilir bir durum değildir. Ancak toplumlar yaşlı bireye ilişkin anlamlar yüklemektedirler. Toplumlara göre farklı kültürler yaşlıya yönelik farklı anlamlar ve statüler yüklemektedirler. Yaşlanma toplumsal olarak bir süreç olarak görülmektedir. Yaşlı birey belli bir yaşa geldiğinde emekli olması, toplumdan çekilmesi ve hastalıklarla mücadele etmesi beklenen bir role sahip olmaktadır. Ancak her birey aynı yaşta yaşlanmamakta ve yaşlılığı aynı nitelikte sürdürmemektedir (Kalınkara,2011). Yaşlılık hem bireysel hem de toplumdan topluma değişkenlik göstermektedir. Toplumsal ve kültürel değişikliklerin yaşanması toplumların kendi iç dinamikleri, tarihsel gelişim süreçleri ve yaşama bakış açılarıyla ilgilidir (Beğler ve Yavuzer ,2012). Yaşlanma birlikte yaşlının iş hayatından çekilmesi ve genç nesil tarafından daha az ihtiyaç duyulan yaşlı bireyler yaş ayrımcılığına ve sosyal dışlanmaya maruz kalabilmektedirler. Yaşlanan bireyler emekli olduktan sonra sorumlulukları azalmaya başlamaktadır bu durum daha fazla boş vakte sahip oldukları

anlamına gelmektedir, kendine daha fazla vakit ayırabileceği ve üretken olabileceği bir zaman dilimindedir ancak bu üretken gücü kendinde bulamamaktadır. Aksine kendini işe yaramaz ve toplumun dışında hissetmektedirler (Özgür ve Sabbağ, 2014). Yaşlı bireyler sosyal yaşama ve düzene uyum sağlamakta zorlanmaktadır. Ekonomik olarak artık eskisi gibi özgür olamamaları, popüler kültürün gençler üzerinden ilerlemesi ve ölüm korkusu yaşlı bireyleri sosyal hayattan uzaklaştırmaktadır. Gözle görülür bariyerler olmasa bile sosyal hayattaki sistemler sosyal çevreye katılmalarını engellemektedir (Kurt,2008).

Yaşlılıkla ilgili çalışmaların sosyal perspektifi, yaşlının toplumla olan ilişkisi ile toplumun yaşlıyla olan ilişkisini inceleyen bir yaklaşımdır. Yaşlı bireylerin toplumu nasıl algıladıkları, değişen toplumsal ilişkilere, teknolojik dönüşümlere, yaşam biçimlerine, aile içi ilişkilere ve tüketim alışkanlıklarına nasıl uyum sağladıkları gibi pek çok faktör, yaşlıların toplumsallaşma sürecini etkiler. Bu süreç, yaşlılık sosyolojisinin temel çalışma konularından biridir ve yaşlı bireylerin toplumsal yapılarla etkileşimini anlamayı amaçlar. (Taşkesen,2018).

### **1.3. Yaşlanma Kuramları**

#### **1.3.1. Geri Çekilme kuramı**

Aktivite kuramına tepki olarak doğan kuram, toplumda yaşlıların yerini açıklamaya yönelik geliştirilen kuram; yaşlılığın doğası olarak görülen yaşamdan geri çekilme kuramı olarak nitelendirilir. Elanie Cumming ve William E. Henry'in geliştirmiş olduğu bu kuramda yaşlının sosyal, psikolojik ve fiziksel anlamda yaşamdan aşamalı bir şekilde geri çekilme süreci olduğu görülmektedir. Yaşlıların fiziksel etkinlikleri azaldıkça toplumsal olarak da bir uzaklaşma yaşanmakta ve bireyler kendi iç dünyasına yönelmektedir. Bu durumda yaşlının toplumdaki rollerinin azalmasına sebep olmaktadır, birey toplumdan geri çekildikçe toplumda bireyden elini çekmektedir (Kalınkara,2011). Kuramın en önemli noktalarından biri yaşlanan kişi toplumun diğer bireyleri arasında yaşanan etkileşimin azalmasıdır, yaşlının geri çekilmesi karşılıklı çekilmeden ve ilginin azalmasından kaynaklanmaktadır (Cumming ve Henry, 1961-Akt. Taşkesen,2018).

Kurama göre yaşlılar bu dönemde toplumdan geri çekilmeyi ve aktivitelerinin azalmasını kendileri istemektedirler. Yaşamdan uzak kalmaları kendi içine çekilmeleri ile daha mutlu ve huzurlu olacaklarını düşünmektedirler. Yaşlılıkta meydana gelen değişiklikler daha önceden bilinen ya da hazırlıklı olunan bir durum olmadığı için nasıl başa çıkacaklarını bilemezler dolayısıyla yaşlılık döneminde yoğunlaşan streslerle başa çıkabilmek için bu yöntemi geliştirmişlerdir. Bu döneme alıştıktan sonra yeniden sosyal hayata katıldıkları gözlemlenmektedir (Onur, 2021). Bu kurama göre yaşlıların yaşamdan geri çekilmek istemelerinin çeşitli nedenleri vardır; emeklilik, çevresindeki akran, arkadaş ve akrabalarının ölmesi ve çocuklarının eskisi kadar yanında olamamaları bazı nedenlerdendir. Toplumun yaşlı

insanlara daha az anlam yüklemeleri ve onlardan beklentilerinin azalması da yaşlının içine kapanmasına neden olmaktadır (Akçay, 2015).

Yaşlanan bireyler yaşlılık döneminde yaşanan değişikliklere ya ayak uydurmakta ya da bu durumu tolere etmek zorunda kalmaktadırlar. Yapılan araştırmalara göre ayak uydurmanın daha zor olduğu düşünölmekte ve bu ortamdan geri çekilmek daha kolay gelmektedir. Bu durum ise yaşama karşı bir içselleştirme anlamı taşımaktadır. Hangi yaşta olursa olsun bireylerin yaşamdan uzaklaşması bir başarısızlık olarak görölmemelidir ve yaşamdan geri çekilme isteği bireysel farklılıkların sonucudur. Yaşlılıkta yaşama katılmama bazıları için bir tercihtir, bazıları için ise yaşamda sürekli aktif olmak çekici gelmektedir. Bu tür kuramlar hem toplum için hem yaşlı için karşılıklı bir çekilme olduğunu ve bu çekilmenin her iki taraf içinde yararlı olduğunu ileri sürmektedir. Diğer bir değişle bu dönem hem bireye hem de topluma yönelik "işlevsel" bir süreçtir. Geri çekilme kuramı aynı zamanda modernleşme kuramı ile ilgilidir, toplumlar daha modern bir hale büründükçe, yaşlı bireylerin statü kaybı yaşaması yaşamdan geri çekilmesine sebep olmaktadır ve bu durum normal olarak kabul edilmektedir (Görgün Baran, 2004).

Kuramın iki önemli varsayım üzerinde durmaktadır. Bunlardan ilki yaşamının ve manevi gücünün yüksek olmasıdır. Toplumla her zaman sosyal bir bütönlük oluşturup yaşam doyumuna erişmiş bireyler yaşlılık dönemini yaşamdan geri çekilmek yerine olumlu bir düşünce ile sosyal bütönlük içerisinde geçirmektedir. İkincisi ise hayattan geri çekilmek zorunda kalan yaşlı bireyler maddi ve manevi anlamda gücünü kaybetmiş ve bu uzaklığı tercih etmek zorunda kalmışlardır (Ekinci,2021).

### **1.3.2. Aktivite kuramı**

Aktivite kuramı, ilişki kesme kuramına tepki olarak Robert J. Havighurst, Bernice L. Neugarten ve Sheldon S. Tobin tarafından geliştirilmiştir (Taşkesen, 2018). Yaşamdan geri çekilme kuramının tam tersi şekilde, aktivite kuramına göre insanların aktif oldukları sürece yaşamdan keyif alacakları düşünölmektedir. Aktivite kuramı bireylerin yaşlanırken geçmişten getirdiği rollerini yaşama bakış açısını ve yaşam faaliyetlerini devam ettirdiğini kabul etmektedir. Yaşlı bireyler yaşamdan geri çekilme gibi olumsuz bir düşüncenin aksine yaşama ve bu değişime uyum sağlamak, toplumda değişen rollerine adapte olmak ve toplumsal düzene ayak uydurmak gibi olumlu bir düşüncededirler. Bu kurama göre toplumdan uzak kalmak yerine toplumun içinde olmaları hem yaşlının benlik duygusunu geliştirmekte hem de sosyal düzeni sağlamaktadır. Yaşlı bireylerin hayat boyunca geliştirdikleri kişilikleri, alışkanlıkları ve düzenlerini yaşlılıkta da devam ettirmeye çalışmaları süreklilik kuramı ile aynı noktaya değinmişlerdir. Yaşlılıkta yaşamdan geri çekilmek toplumla etkileşimin azalması yaşlının aslında kendi tercihinin olmaması asıl sebebinin sağlık koşullarının buna izin vermemesidir. Aktivite kuramı terkedilmek zorunda kalınan bazı duyguların yerini başka rol ve uğraşlarla

doldurabileceğini savunmaktadır. Yaşlı bireyler ne kadar aktif ve yaşamın içinde olursa o kadar iyi bir ruh haline sahip olmaktadır. Yaşlıların yaşamda aktif olmaları toplumun diğer bireyleri tarafından da desteklenmelidir ve normal karşılanmalıdır, yaşlı bireye yaş ayrımcılığı yapılmamalıdır ve engellememelidir böylelikle yaşlıların yaşamlarını daha rahat geçirmeleri söz konusu olacaktır (Görgün Baran, 2004).

Başarılı yaşlanma ve yaşlılıkta aktivite gibi konularda alanı domine eden ve birbirine zıt iki temel kuramsal modelden biri de aktivite kuramıdır. Aktivite kuramı, yaşlanma konusunda en eski ve muhtemelen en yaygın olarak kabul gören kuramdır. Bu kuram, yaşlılıkta serbest kalma (çekilme) kuramına karşı, yaşlı bireylerin aktif kalmalarının ve toplumsal ilişkilerini sürdürmelerinin önemli olduğunu savunur. Aktivite kuramı, bireylerin günlük yaşamlarında aktif olmalarıyla yaşamdan aldıkları doyum arasında doğrudan bir ilişki kurar. Araştırmalar, aktivite kuramının geri çekilme kuramından daha fazla destek bulunduğunu göstermektedir. Bu kuram, yaşlı bireylerin fiziksel, sosyal ve zihinsel aktivitelerde bulunmalarının, yaşam tatminlerini artırdığı ve başarılı yaşlanmanın anahtarı olduğu fikrini benimser.

Bu kuramda kural olarak, yaşlı bireylerin günlük hayatlarındaki faaliyetleri ile onların yaşamdan aldıkları doyum arasında doğru bir orantı olduğunu kabul eder. İnsanların orta yaştaki etkinliklerini mümkün olduğunca sürdürmeleri ve vazgeçmesi gereken davranışların yerine de kabul edilebilir olanları devam ettirmeleri beklenir (Udd, 2001- Akt, Akçay, 2015). Aktivite kuramına göre yaşlı bireyler günlük hayatlarını aynı şekilde sürdürmeye devam ettirmelidir, önceden yapmaktan hoşlandıkları aktiviteleri ve etkinlikleri sürdürmelidirler.

Kuramın önemli iki varsayımı vardır. Bunlardan ilki, yaşam doyumunu ve manevi güç, toplumsal ağlara yüksek katılım ve sosyal bütünleşme ile olumlu yönde ilişkilendirir. Başka şekilde açıklanacak olursa bütünleşme ve sosyal etkinlikleri yüksek olanlar, daha fazla yaşamdan doyum sağlamış kişilerdir. İkincisi ise emeklilik veya dulluk gibi yaşanan kayıpların yerine daha çok telafi edecek etkinliklerin bu kayıpları dengelenmesi gerekmektedir (Victor, 2005- Akt. Şentürk, 2018).

Aktivite kuramı ilişki kesme kuramına göre; yaşlı bireyler başarılı bir yaşlılık dönemi istiyorlarsa, aktif bir yaşlılık geçirmelidir düşüncesine sahiptir. Yaşlı bireylerinde yaşamın içinde aktif olarak yer alan ve türlü ihtiyaçlarını toplumsal ilişkiler aracılığıyla karşılayan gençlerin olduğu kadar, psikolojik ve toplumsal ihtiyaçlarının olduğu söylenebilmektedir. Aktivite kuramına göre bireyler yaşlandıkça daha etkin olmaya çalışmalıdır. İçerisinde bulunduğu toplum tarafından kendilerine etiketlenen yaşlı simgesine karşı direnirler. Hâlâ alışmış oldukları etkinliklerine yine devam etmek isterler ve bazı etkinliklerini bırakmak istemeseler de bırakmak mecburiyetinde kalırlarsa onların yerine yenilerini getirme eğilimine girerler (Kalaycıoğlu, 2003- Akt. Taşkesen,2018).

### 1.3.3. Süreklilik kuramı

R.C Atchley tarafından geliştirilen süreklilik kuramı; yaşlılıkta bazı rollerin kaybedilmesi ve bazı rollerdeki başarının yaşlılıkta da sürdürülmesine dayanmaktadır. Yaşlı bireyler bu dönemde yitirdiği rollerinin yerine başka roller koyarak çevresine uyum sağlamaya çalışmaktadır. Bu kurama göre yaşam doyumunun önemi başarılı bir şekilde yaşlanmaktır. Hayatının her aşamasında pasif ve çekingen olan bireyler yaşlılığında ve emekliliğinde de aktif bireyler olamazlar. Buna karşın hayatı boyunca aktif ve sosyal hayatı olan bireylerde, yaşlandıklarında sessizce evlerinde oturmazlar sosyal hayatını sürdürmek isterler. İnsanlar büyürken olgun bir kişilik geliştirirse başarılı bir şekilde yaşlanmayı başarmaktadır. Dolayısıyla birey, gençlik ve yetişkinliğinde nasılsa yaşlandığında da öyledir. Kurama göre bireyler temelde yani gençlikte ne ise yaşlanınca da öyle olacağı düşünülmektedir. (Kalınkara, 2016). Bu kurama göre yaşlılar bazı rollerinin devam etmesini sağlamalı bazı rollerinin ise sonlanması gerektiğini savunmaktadır. Yaşlılık yaşam doyumuna ulaşmanın en kolay yolu başarılı yaşlanmaktır. Yaşlı birey gençliğinde aktif bir yaşam tarzına sahip ise yaşlılıkta aktif rolünü devam ettirmektedir, eğer daha sakin bir yaşam tarzına sahipse de aynı şekilde bu dönemi de sakin geçirmektedir. Dolayısıyla yaşlılar bilmediklerini bir düzene ayak uydurmaya çalışmaktansa bildikleri düzeni devam ettirmeye çalışmaktadırlar. Yaşlılığa kadar gelinen süreçte yaşlı bireyin öğrendiği ve üstlendiği rolleri süreklilik kazanmaktadır ve alışkanlıkları sürekliliğe dönüşmektedir. Bireyler yaşlandıkça geliştirilen kimliğin, edinilen davranış biçimlerinin ve rollerinin bir devamlılık göstermesi ve minimum değişikliğe uğraması, başarılı bir yaşlılık için önemli bir durumdur (Taşkesen, 2018).

Süreklilik kuramına göre yaşlının kendi içsel sürekliliği ve toplumun uyguladığı dışsal süreklilik yaşlı bireylerin hem kendi istekleri hem de toplumun baskısıyla oluşturdukları uyum sağlama stratejisidir (Oktik, 2004). Süreklilik kuramı bireylerin yaşlanma dönemi boyunca sürdürdüğü yaşam biçimini alışkanlıklarını yaşlılık döneminde de sürdürmeyi ve dengede kalmayı amaçlamaktadır. Başarılı bir yaşlanma süreci geçiren bireylerin yaşlılık evrelerinde daha mutlu oldukları düşünülmektedir (Ekinci, 2021).

### 1.3.4. Rol bırakma kuramı

Rol bırakma kuramı Sosyolog Z. S. Blau tarafından önerilmiştir. Blau' ya göre yaşlı bireylerin emeklilik ve dulluktan sonra topluma katılmaları sona ermektedir, yaşlı bireylerin işlerini ve eşlerini kaybetmeleri onlar için yıkıcı etkidedir. Çünkü bunlar yetişkin kimliği için önemli olan temel rollerdir. Toplumun yaşlılıkta bekledikleri roller ve normlar belirsiz ve sınırlıdır. Yaşlılar toplumun onlara dayanmış olduğu "rolsüz rol" olan rollerine ve değersizleştiren statülerine uyum sağlamakta çok gönüllü değildirler. Rol bırakma kuramı yaşlı bireylerin birçoğunun toplumsal kayıplar hissetmesinin abartıldığını ileri sürmektedir. Yaşam doyumuyla ilgili yapılan araştırmaların yaşlıların toplumsal yitimi ya hissettiklerini ya da hiç hissetmediklerini

göstermektedir. Yaşlıların çoğu, işlerini ve ana-babalık rollerinin yitirmelerinin karşılığı olarak özgürleştiklerini ve eskiden beri istedikleri hayata kavuştuklarını belirtmektedir (Onur, 2021).

Rol bırakma kuramının temel düşüncesi, bireylerin tutum, davranış ve inançlarının bulunduğu toplumun içindeki rolleri ile ilgilidir. Dolayısıyla sosyal roller ve çevre ile psikolojik süreçler arasında bir köprü görevi görmektedir. Rol bırakma kuramı bireylerin sosyal çevre içinde belirli kalıplar içine girdiğini ve bu kalıpların kendine ait rolleri olduğunu belirtmektedir. Bu roller sosyal çevre içinde belirli sosyal kalıplarla birlikte giden rollerin birikimidir. Bireyler bu rollerin çoğuna ya da bir kısmına sahip olmadan belli bir sosyal kalıbı işgal edemez. Toplumda yaşlılığı değeri düşürüldüğünde benlik saygısı azalmaktadır. Bu durum ise yaşlıya oynayacak yeni roller sunmamaktadır. Yaşlı bireylere atfedilen roller genellikle onların performansı açısından verilen sosyal destekten yoksundur. Rol bırakma kuramı açısından yaşlıların karşılaştığı sorunların hiçbiri yaşlılığın yetersizliğinden değil, toplumların yaşlılara ilişkin rol normlarındaki yetersizliklerin sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Yaşlılığın kendini yetersiz ve verimsiz hissetmesi ve psikososyal bozukluklar yaşamaması toplumun ona atfettiği rol normlarından kaynaklanmaktadır. Rol bırakma kuramına göre yaşlılığın toplumda var olmasının ancak sosyal olanakların ve sosyal normların iyileştirilmesi ile sağlanabileceğini savunmaktadır. Bu şekilde yaşlılığın benliği yeniden ve daha işlevsel bir biçimde tanımlanabilecektir (Kalinkara, 2011).

Rol bırakma kuramı, özünde, değişen toplumsal rol değişikliklerine yetişkinlerin uyum sağlaması gerektiğini, eski rollerin bırakılması yeni rollerin üstlenilmesini doğal bir süreç olarak görülmesi gerektiğini savunur. Yaşlılıkla birlikte, birçok kaybın olduğunu, yaşlı bireyin topluma olan faydasının azaldığını hem de yaşlılığın kendi hayatında meydana gelen olumsuz değişimlerin (dul kalma, emeklilik gibi sosyal konumların değişimi; hastalıklar, eşin kaybı gibi ruhsal değişimlerin) yeni stratejilerle bertaraf edilmesi gerektiğini savunur. Önemli olan nokta, değişikliklere uyum sağlarken, akılcı ve gerçekçi çözümlerin bulunması gerektiğidir. Böylece, yaşlılık alt kültürünün geliştirilmesi, yaşlılık dönemi için destekleyici hâle getirilecektir (Taşkesen,2018).

### **1.3.5. Modernleşme kuramı**

Modernleşme sürecinde nüfus içindeki yaşlı insanların oranı, önce yavaş, sonra ise hızlı bir şekilde büyümüştür. Bu sosyoekonomik ve demografik değişimler, yaşlılık çalışmaları için de bağlamı değiştirmiştir. Modernleşme bağlamı içinde yaşlılık araştırmaları, sosyal değişimin yaşlılar üzerindeki etkilerini ortaya koymayı amaçlamıştır. Modernleşme sürecindeki değişimler, yeni roller ile insanları ve ailelerini de kapsayacak şekilde statü değişikliklerini de beraberinde getirmiştir (Akçay, 2015).

Sanayi öncesi toplumlarda yaşlıların konumu, saygıdeğer ve otoriter olarak tanımlanır. Genellikle tarihteki her sahne kendi "altın çağını" hatırlar görünmesine rağmen sanayi öncesi

toplum, yaşlı insanlar ve yaşlılık için “altın çağ” olarak tasvir edilir. Geçmişin bu basmakalıp bakışı, yaşlıların daha kötü durumda oldukları düşünülen modern toplumdaki konumlarıyla çelişmektedir. Çünkü yaşlılar, modern dönemde anlamsız emekliliğe sevk edilmekte, aileleri tarafından önemsenmemekte ve hüküm süren genç kültür tarafından ihmal edilmektedir. Modernleşme teorisinin temel tezi, “toplum kırsaldan sanayiye doğru hareket ettikçe yaşlıların durumu kötüleşir, kentleşme ve endüstrileşmenin birleşmesi geniş aileye zarar verir ve toplumun temel birimi olarak çekirdek aile geniş ailenin yerini değiştirir ve yaşlı insanları hem aile hem toplumdan soyutlar” (Şentürk, 2018).

Bu kuramda toplumların modernleştikçe yaşlıların konumunda gerilemenin olduğu iddia edilir. Sanayileşme ile toplumların yaşlılara daha az değer verdikleri düşünülmektedir. Modernleşme kuramı, yaşlıların rollerinin ve statülerinin teknolojik gelişmeler ile ters orantılı olduğunu düşünmektedir. Kentleşme ve sosyal hareketlilik gibi etmenler ailelerin küçülmesine çekirdek aile modelinin ortaya çıkmasına sebep olmuştur, bu durumda yaşlının tecrübelerinden ve bilgiliğinden daha az yararlanılmasına neden olmaktadır. Bunların sonucunda ise yaşlı bireylerde statü ve rol kaybı yaşanmaktadır. Morgan ve Kunkel’e (1998) göre sanayileşme gibi ekonomik kalkınmaya yönelik sosyal gelişmeler yaşlı insanların becerilerini gereksiz hale getirmektedir. Bu görüşe karşıt bir görüş olarak; sanayi öncesi toplumlarda değerli görülen yaşlılar sanayi toplumlarında düşük statüde görülmeye başlanmışlardır. Kuramın eleştirilerine göre yaşlının yeri ve statüsünün değişimi toplumlarda farklılık göstermektedir. Bazı topluluklar yaşlı bireyleri her türlü imkandan yararlanan refah içinde bireyle olarak görmekte bazı toplumlar ise yaşlıların kendinden sonraki kuşakları düşünmeyen benciller olarak görmektedir. Gerçekte olan ise toplulukların yaşlının rol ve statüsünü belirlemesidir (Görgün Baran).

1972’de Cowgill ve Holmes’in geliştirdiği kuramda, modernleşmiş toplumlarda modernleşmenin yansımalarının yaşlıların statülerini de düşürdüğü belirtilmiştir. Cowgill, modernleşme tezini dört parametre ile şekillendirmiştir. Teknolojiye bağlı olarak tıp, sağlık ve ekonomi alanındaki ilerlemeler ile kentleşme ve eğitim düzeyinin yükselmesi yaşlı ve hayatını etkilemiştir. Sağlık alanında yaşanan gelişmeler, yaşam süresini ve yaşlı sayısını artırırken aynı zamanda yaşlılar üzerinde olumsuz etkiler yaratmıştır. Kentleşme ile ekonominin yön değiştirmesi genç kuşağa olan ihtiyacı arttırmış, yaşlı bireyi de ekonomi ve çalışma hayatının dışına itmiştir. Eğitim alanında yaşanan değişimler ve toplumun eğitim düzeyinin yükselmesi yaşlı bireylerin genç nüfus üzerindeki etkisini ve geçerliliğini azaltmıştır. “Modernleşme kuramı makro bir kuram olarak, modern kültürdeki ikilemli yaşlılık imgelerine nasıl anlam verildiğine ilişkin bir görüşten hareket eder. Bu kuramda, toplumlar daha modern hale geldikçe yaşlıların konumunda bir gerilemenin olduğu iddia edilir” (Kalınkara, 2016- Akt. Gök, 2019).

### **1.3.6. Kuşaklar arası dayanışma kuramı**

Kuşaklar arası dayanışma kuramı, Bengtson ve arkadaşları ile 1976 yılında ortaya çıkarılmıştır. Bu kurama göre, başarılı yaşlanmanın en önemli unsuru kuşaklar arası dayanışmadır. Toplumsal ilişkilerin kaliteli olması ve aile içinde yaşanan ilişkilerin yaşlılar üzerindeki öneminin çok etkili olduğunu savunan kuram, yaşlanmanın sosyal tarafına vurgu yapmaktadır. Yaşlı bireyler ve sosyal çevresi arasında yaşanan yardımlaşma ve dayanışma yüksek düzeyde güçlü olursa yaşlı bireylerde hayatına devam etme ve yaşam doyumuna erişme konusunda o kadar olumlu davranışlar sergilemekte ve huzurlu bir süreç geçirmektedir. Dayanışmanın psikolojik etkileri ise, aile bireyleri ile yakın bağlı olma ve fikir birliğidir (Lehr, 1994- Akt. Taşkesen, 2018).

### **1.3.7. Toplumsal değiş tokuş kuramı**

Toplumsal değiş tokuş kuramı modernleşme kuramıyla aynı düşünceyi savunmaktadır, modernleşme yaşlılık statüsü ile ters orantılı ilerlemektedir. Modernleşme yaklaşımına ek olarak aile yapısındaki değişiklikler, yaşam süresinin artması, eğitim seviyesinin artması, yaşlı nüfusunun da artması beraberinde birçok sorun getirmektedir (Emiroğlu, 1995). James J. Dowd gibi sosyologlar toplumsal değiş tokuş kuramını yaşlılık sürecine uyguladılar. Bu kurama göre insanlar toplumla ilişkiler kurarlar çünkü o toplumdaki çıkarları vardır. Bu çıkarları elde edebilmek uğruna bazı bedeller öderler ya da yaşantılarından vazgeçmek zorunda kalırlar. Bu kuram yaşlılığa uygulandığında ise yaşlılar toplumdaki ödülleri (çıkartlarını) yararlanılabilmek için kaybetmektedirler. Endüstrileşmiş toplumlar zamanla toplumdaki statülerini kaybederler bunun sebebi ise teknolojik gelişmelerdir. Kurama göre yaşlılar işinde ne kadar çok kalırsa gençlerin istihdamı o kadar zorlaşmaktadır. Yaşlı işçiler işgücündeki yerlerini toplumsal güvenlik ve tıbbi hizmetle değiş tokuş etmektedir. Toplumsal değiş tokuş kuramcıları kendi görüşlerini modernleşme ile yaşlılık statüsü arasında buluna karşılığa dayandırmaktadır. Yaşlıların gelenekselleşmiş toplumlarda konumu yüksektir, çünkü yaşlı bilgeliğinden ve tecrübelerinden yararlanılmaktadır. Endüstrileşme ise geleneksel bilgi ve denetimin özelliğini azaltmaktadır (Onur,2021).

Geleneksel toplumlarda, yaşlı bireylerin sahip oldukları, bilgileri, deneyimleri sosyal çevresine aktarması ve bu görüşlerin kabul görmesi günümüze göre daha kolaydı. Ancak çağdaş toplumlarda bu durum, önemini kaybetmiş niteliktedir. Yaşlıların günümüzün yaşam şartlarında bilgilerinin erimekte olması ve eski değerinin kalmaması yaşlıları statüsel anlamda da zayıf konuma düşürmektedir (Taşkesen, 2018).

## 2.BÖLÜM

### YAŞLILIK DÖNEMİNE İLİŞKİN GENEL ÖZELLİKLER

#### 2.1. Yaşlılık Dönemi Genel Özellikleri

Yaşlanma sürecinin genel özelliklerine bakıldığında, bireylerin fiziksel, zihinsel ve toplumsal düzeyde farklılıklar yaşadığı görülmektedir. Saçların beyazlaması, kırışıklıkların artması, reflekslerin yavaşlaması ve hafıza kayıpları gibi belirtiler, yaşlılıkla birlikte sıkça karşılaşılan durumlardır. Ancak, bu değişiklikler toplumsal bağlamdan büyük ölçüde etkilenir. Yani, yaşlılıkta görülen bu tür belirtiler, toplumun değerleri ve normları doğrultusunda anlam kazanan özelliklerdir (Baran, 2004). Yaşlanma dönemi, yaşlı bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarını dönüştürür ve önceki yıllara kıyasla farklı bir yaşam deneyimi sunar. Yaşlanan bireylerin yaşamın anlamı, biçimi ve özellikleri değişirken, bu yeni durumu kabul edebilmek ve ona uyum sağlamak için çeşitli stratejiler geliştirilmesi gereklidir (Arpacı, 2008). Yaşlanma sürecinin farklı ölçütlere göre tanımlanması bir yana, yaşlılık dönemine giren bireylerin ortak bazı özellikleri olduğu gözlemlenebilir.

Bireylerin kişisel özellikleri, yaşlılıklarını nasıl deneyimleyeceklerini belirleyen önemli faktörlerdendir. Bazı kişiler, yaşlılıkta mutsuzca, umutsuzca ve pişmanlık içinde ölümü beklerken; bazıları ise yaşlılıklarının getirdiği bilgelik ile anı yaşamayı ve her yaştan zevk almayı tercih ederler. Ayrıca, yaşlılara sunulan destek ve hizmetlerin kalitesi, onların ruhsal, fiziksel ve sosyal sağlıklarını önemli ölçüde etkileyebilir. Bu bağlamda, yaşlılık üzerine yapılan araştırmalar farklı disiplinlerin ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır. Yaşlanma toplumsal ve bireysel bir olgu olarak karşımıza çıkar. Yaşlanmanın kalitesi bireyin psikolojik hali üzerinde de büyük bir etkiye sahiptir (Kalkan, 2008).

Yaşlılıkta yaşam kalitesi de birçok değişkene bağlıdır ve bu faktörler arasında ikamet edilen konut ve gelir düzeyi gibi unsurlar önemli bir yer tutar. Yaşlılıkla birlikte, oturulan evin değişmesi gerekebilir. İş hayatının sona ermesi ve artan engellilik durumu, bu değişiklikleri tetikleyebilir. Örneğin, iş hayatı biten bir kişi, daha önce lojman gibi toplu konutlarda yaşamışsa, bağımsız bir eve geçiş yapabilir. Ayrıca, artan engel durumu, merdivensiz evlere taşınmayı gerektirebilir. Yaşlılık döneminde ortaya çıkan hastalıklar, bireyin fiziksel gücünün azalmasına, psikolojisinin bozulmasına ve sonunda yaşamın son evresine gelmesine işaret eder. Bu dönemde, hastalıklar, muhtaçlık ve tükenmişlik gibi anlamlar da öne çıkar (Tufan, 2003).

#### 2.1.1. Yaşlılık dönemi psikolojik özellikler

Bireylerin yaşamlarında meydana gelen bazı olaylar, psikolojik değişikliklere yol açabilir. Günlük yaşamda sıkça karşılaşılan öfke, üzüntü veya sevinç gibi duygusal dalgalanmalar

genellikle psikolojik açıdan derinlemesine bir inceleme gerektirmez. Ancak, daha derin üzüntüler, kaygılar ve uzun vadeye yayılan değişiklikler, bireylerin psikolojik durumlarını etkileyen önemli faktörlerdir. Modern dünyada yaşam koşullarındaki değişiklikler, çalışma ilişkileri ve aile içindeki rollerin dönüşümü, bireylerin yalnızlık ve bununla birlikte gelen psikolojik sorunlarla başa çıkmaya başlamalarına neden olmuştur. Akrabalık bağlarının zayıflaması da bu süreci hızlandırmaktadır. Yaşlılık döneminde, eşin kaybı, çocukların yanına yerleşmek zorunda kalma, karar verme hakkının sınırlandırılması ve çocukların ebeveynlik rolünü üstlenmesi gibi durumlar da önemli psikolojik sorunlar arasında yer alır. Geleneksel toplumlarda ise bireycilikten ziyade karşılıklı bağımlılık daha güçlüdür ve bu durum, yaşlılıkla ilgili sorunların belirgin bir hale gelmesine sebep olmaktadır.

Yaşamın her döneminde, bireylerin hem bir şeylere ait olma hem de özerk olma ihtiyacı vardır. Bu ihtiyaçların dengede tutulması, özellikle yaşlılık döneminde büyük bir önem taşımaktadır. Yaşlı bireyler, bakım ihtiyacı olmasına rağmen, kendi kurallarının geçerli olduğu bir yaşam sürmeyi tercih ederler. Alıştıkları mekânlara ve günlük alışkanlıklarına olan bağlılıkları, ani değişikliklerle kaybolduğunda, bu durum psikolojik sorunlara neden olabilmektedir. Yaşlılık, kişinin özsaygısını ve güvenini kaybetmesine yol açabilir, bu da yalnızlık hissini pekiştirebilir. Yaşlılar, bağımsızlıklarını kaybettikçe, kendilerini başkalarına bağımlı hissetmeye başlarlar. Bağımlılık hissi, bireyin kendi kendine yetememesi, başkalarının desteği olmadan yaşamını sürdürememesi veya değersizlik duygusuyla birleşebilir. Bu durum, yaşlıların kişisel ilişkilerini olumsuz etkileyebilir. İlişkilerinden tatmin olmayan bireyler yalnızlık hissine kapılabilirler. Kişilik faktörleri ve durumsal etkenlerin etkileşimi, yalnızlık duygusunu doğurabilir. Klinik çalışmalara göre, yalnızlık iki türde incelenebilir: emosyonel (duygusal) yalnızlık ve sosyal yalnızlık. Emosyonel yalnızlık, bireyin içsel boşluk ve rahatsızlık hissiyle tanımlanırken, sosyal yalnızlık ise arkadaşlık ilişkilerinin eksikliği ve kişilerin kendilerini yetersiz hissetmeleriyle ilişkilidir (Özmenler, 2001).

### **2.1.2. Yaşlılık dönemi sosyal özellikler**

Bireylerin toplum içindeki yerleri ve konumları, sosyolojide toplumsal statü olarak adlandırılmaktadır. Toplumsal statü, bireylerin toplum içindeki görev ve sorumluluklarını belirler, bireyi toplumun diğer üyelerinden ayıran bireylerin statüleridir. Toplumlarda bireylere atfettiği roller vardır ve bu rollerden beklentilerde bulunurlar, bu beklentiler toplumsal roller aracılığıyla gerçekleştirilir. Bireyler, sosyal statüleriyle belirlenen rolleri yerine getirerek sosyal ilişkilerine yön vermekte ve geliştirmektedir. Bu kimlik bireylerin sosyal varlık olarak kimlik kazanmasına ve yaşamını anlamlı kılmasına katkı sağlamaktadır. Yaşlanma deneyimi sadece biyolojik ve fiziksel değişikliklerden ibaret değildir aynı zamanda sosyal çevre ve kültürden etkilenmektedir. Toplumda her yaş dönemi için yazılı olmayan kurallar bulunur ve yaşlılıkta beklenen roller, yetişkinlikte beklenen rollerden farklıdır. Yaşlılık, bireyin toplumsal rollerinde değişimlere ve çoğu zaman kayıplara yol açar (Kalınkara, 2011). Bu rol değişikliği, yaşlıların

çevreleriyle, aileleriyle ve toplumla olan iletişimlerini zayıflatabilir. Geçmişte saygı gören yaşlılar, modern dönemde ekonomik ve sosyal statülerinin düşmesiyle daha çok tüketici olarak görülmektedir ve bu da önemli bir toplumsal sorun yaratmaktadır

Yaşlılıkla ilgili araştırmalar, yaşlılık sürecinin toplumsal anlamını ve bireylerin yaşlanırken toplumsal kurumlardan nasıl destek aldıklarını anlamaya yönelik çalışmalardır. Sosyoloji, yaşlı nüfusunun geleceğine ilişkin öngörülerde bulunarak, toplumsal değişimlerin yönünü belirlemeye ve yeni sosyal politikaların gelişmesine katkıda bulunabilir (Görgün Baran, 2004). Yaşlılık sosyolojisinin temel amacı, yaşlanma sürecindeki sosyal bağlamı ve bireysel değişimi anlamaktır. Yaşlı bireylerin toplumla ve çevreleriyle olan ilişkileri, yaşlılık sosyolojisinin önemli konularından biridir. Yaşlı bireylerin toplumu nasıl algıladıkları, değişen toplumsal ilişkilere, teknolojik gelişmelere ve yaşam biçimlerine uyum sağlama süreci, onların toplumsallaşması ile ilişkilidir. Ayrıca, toplumun yaşlılara yönelik algıları ve yaşlıların konumlandırılması da yaşlılık sosyolojisinin çalışma alanına girer. Yaşlılık, özellikle değişen fiziksel, psikolojik ve sosyolojik özellikler nedeniyle stresli bir dönem olabilir. Yaşlı bireyler, denetim kaybı hissiyle mücadele etmekte zorlanabilir ve bu durum, stresin yıkıcı bir hale gelmesine yol açabilir (Onur, 1995; Akt. Taşkesen, 2018).

Yaşlılık dönemindeki en büyük yıkımlar sosyal alanda yaşanır. Bireylerin psikolojik durumları, dışsal faktörlerden etkilenir. Yaşlılık döneminin önemli sorunlarından biri, bireyin yaşamının değişmeye başlamasıdır. Ailelerinin iş hayatı nedeniyle şehirlerde yaşamaya başlaması, yaşlıların yalnızlık hislerini artırabilir. Bunun dışında, yaşlıyı alıştığı ortamdan koparıp yeni bir yere yerleştirmek de büyük zorluklar yaratabilir. Her iki durum da yaşlı için zorlayıcı olabilir. Yalnızlık durumunda yaşlı hem fiziksel hem de manevi ihtiyaçlarını karşılayamayabilir. Göç ettiği takdirde ise alışkanlıklarından kopma ve yeni bir yaşam tarzına uyum sağlama süreciyle başa çıkmak zorunda kalır. Bu değişimlere uyum sağlamak yerine içe kapanma davranışı sergileme ihtimali de vardır (Taşkesen, 2017).

### **2.1.3. Yaşlılık dönemi fiziksel özellikler**

Bireyin yaşlanma serüveni, anne karnından itibaren başlayan ve yaşam süreci boyunca devam eden bir evredir. Bu süreç, yaş ilerledikçe hızlanarak daha belirgin hale gelir. Yaşlanmayla birlikte, bireylerin biyolojik değişimleri, fiziksel aktivitelerde zorluklarla karşılaşmalarına neden olabilir. Eski hareketliliğini ve canlılığını kaybetme, bedenin bazı organlarının işlevlerini yitirmesi, cildin kırıışması ve belin kamburlaşması gibi fiziksel değişiklikler, yaşlanmanın belirgin belirtilerindendir (Sevil, 2005; Mavili, 2015; Akt. Taşkesen, 2018). Yaşlanma süreciyle birlikte, bireyler fiziksel güç kaybı yaşar. Önceden kolaylıkla yapılan günlük işler, yaşlanma ile zorlaşabilir ya da yapılmaz hale gelebilir, bu durum ise yaşlı bireyi umutsuzluğa itebilir (Kalınkara, 2011). Yaşlılığa dair dışsal belirtiler arasında, derinin kuru ve solgun olması, kırışıklıkların artması, gözlerin görme yetisinin zayıflaması gibi fiziksel değişiklikler yer alır.

Ayrıca, unutkanlık sorunları da bu dönemin tipik semptomlarından; yaşlı bireyler, günlük işlerini hatırlamak için sık sık not almayı gereksinim duyabilirler (Elbek, 2019; Akt. Taşkesen, 2018).

Yaşlanma ile duyuşsal, zihinsel ve fiziksel değişiklikler kaçınılmazdır ve genellikle hoş karşılanmaz. Zihinsel veya fiziksel rahatsızlıklar, yaşlı bireylerin sosyal ilişkilerinde zorluklara yol açabilir, arkadaşlıklarını daha karmaşık hale getirebilir. Görme, işitme ve düşünme kabiliyetlerinde azalmalar olabilir, bu da vicdansız kişilerin yaşlılardan faydalanması için fırsatlar yaratabilir. Ancak, yaşlılık dönemi hastalık olarak görülse de bazı görüşlere göre yaşlanmak aslında bir sanattır ve bu sanatı iyi uygulayan bireyler, bu süreçte olağanüstü ödüllere karşılaşılabirler. Yaşlanmayı sanatsal bir bakış açısıyla ele almak, yaşlanmanın sayısız değerli yönlerini ortaya koyar. Yaşlı birey, bilişsel ve fiziksel enerjilerini doğru kullanarak, yeni üretimler yapabilir, algılama becerilerini geliştirip ruhsal doyuma ulaşabilir (Ok, 2014).

## **2.2. Yaşlılıkta Yaşam Kalitesi ve Kaliteli Yaşlılık Göstergeleri**

Yaşam kalitesine dair tek bir bilimsel tanım bulunmamaktadır. Ancak genel olarak kabul görebilecek bir tanım, yaşam kalitesinin bireylerin öznel değerlendirmelerine ve insan faktörüne dayalı bir kavram olduğunu söyleyebiliriz. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), yaşam kalitesini "kişinin kendi hedefleri, beklentileri, standartları ve çıkarları doğrultusunda, ait olduğu kültür ve değerler çerçevesinde yaşamını algılaması" şeklinde tanımlamaktadır (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016).

Yaşam kalitesi yaşlı bireylerin sahip oldukları imkanlar ve içinde buldukları toplum ve çevre koşullarına göre birikimleri doğrultusunda elde ettikleri yaşamdan memnun olma halleridir (Görün Baran, 2008). Yaşam kalitesi yaşlı bireylerin sağlık durumu, sosyal rol ve statüleri, çevre koşulları ve ekonomik durum gibi nesnel konuların yanında bireyin kendi hayata bakış açısı ve yaşam doyumu gibi öznel konuları da içermektedir. Nesnel boyut olarak yaşlının ekonomik durumu, eğitim seviyesi, sosyal güvence ve aktif ve bağımsız yaşam gibi kavramlardır. Öznel boyut ise bireyin kendi hayatından duyduğu yaşam memnuniyeti ile alakalıdır; sağlıklı olması, sosyal bir çevresi olması ve psikolojik olarak hayattan duyduğu haz ile ilgili kavramlardır. Yaşlılık ve yaşam kalitesi kavramlarını birlikte düşünmek uygun olmayabilir, yaşlılık döneminde bireylerin yaşı ilerledikçe yaşam kalitesi giderek azalmaktadır. Bu nedenle yaşlılık döneminde yaşam kalitesi öneminin farkına varılmaktadır (Değer ve Ordu, 2022).

Toplumların geliştiği bir dönemde yine bu toplumların yaşlanması da kaçınılmaz bir durumdur. Yaşlanma ile yaşlı bireylerin günlük aktiviteleri, sağlık endişeleri, medeni durumu, ekonomik koşulları ve psikolojik problemleri ortaya çıkmaktadır, dolayısıyla yaşlı bireyler yaşam kalitesi seviyesinin sağlanabileceği konusunda endişe duymaktadırlar. Yaş ilerledikçe bilişsel yıkım artmakta ve günlük yaşam işlevleri bozulmaktadır. Böylelikle yaşam kaliteleri

azalmaktadır (Dönmez,2010). Yaşlılıkla birlikte artmakta olan sağlık sorunları, emeklilikten sonra gelirin düşmesi ve çalışma hayatının sonlanması getirdiği yalnızlık hissi, rol ve statü kaybı, ailelerin çekirdek aile modeline geçmesi ve yalnızlık, sosyal aktivitelerin azalması, bilişsel becerilerin azalması gibi hususlar yaşam kalitesini olumsuz yönde etkilemektedir. Yine eğitim seviyesinin düşük olması, kronik hastalıklar ve kadın olmak gibi durumlarda yaşam kalitesini etkilemektedir (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016). Yaşlılıkta yaşam kalitesi kavramı ekonomik, sosyal, psikolojik sağlık göstergeleri ile açıklanmıştır.

### **2.2.1. Ekonomik göstergeler**

Bu çerçevede, teknolojik ilerlemeler ve ekonomik büyüme de önemli bir yer tutmaktadır. Gayri safi milli hasılaya bağlı olarak kişi başına düşen yıllık gelir, mülkiyet sahipliği, çalışma koşullarının uygunluğu ve dayanıklı tüketim mallarına sahip olma gibi ekonomik göstergeler, toplumların görece refah düzeyini ve iyilik halini yansıtmaktadır. Yaşlılık döneminde görülen gelirin yetersizliği dolayısıyla kişisel bakım ve beslenme gibi temel barınma ihtiyaçlarının karşılanamaması gibi sorunlar eklendiğinde yaşam daha karmaşık bir hale gelmektedir. Yaşlılıkta ekonomik refah düzeyini artıracak yaşamı daha kolay hale getirecek ihtiyaçların karşılanması önemli hale gelmektedir (Özmete, 2008). Bir araştırma sonucuna göre düşük sosyoekonomik yapıdaki yaşlı bireylerin yaşam kalitesi de düşüktür. Yaşlılarda ekonomik şartların düşük olması zayıf fiziksel fonksiyon ve fiziksel yetersizlikle ilişkilendirilmiştir (Dönmez, 2010). Yaşlı bireylerin yaşam kalitesini etkileyen en önemli ekonomik göstergelerin başında emeklilik gelmektedir. Emekli olduktan sonra üretkenliğin düşmesi yaşlının hem sosyal hem de ekonomik olarak olumsuz etkilenmesine neden olmaktadır. Yaşlıların emekliye ayrılması ve kronik rahatsızlıklara maruz kalması sağlık hizmetlerine maruz kalmasına ve sağlık harcamalarının artmasına sebep olmakta, bu şekilde bakıldığında ise ekonomik kaynakların azlığı ekonomik güvenlik konusunu gündeme getirmektedir. Hem sağlığını kaybeden hem de sosyal destekleri azalan yaşlı bireyler ekonomik olarak sorunlar yaşamaktadırlar. Emekliliğe bağlı olarak ekonomik durumda düşüş olması ve başka ekonomik kaynağın olmaması yaşlı bireylerin ekonomik anlamda bağımlı hale gelmelerini ve çocuklarıyla ilişkilerinin zayıflamasına neden olmaktadır. Her yaşlı bireyin ekonomik durumu farklılık göstermektedir; cinsiyet, meslek, coğrafi konumu ve eğitim durumuna göre değişmektedir. Çalışmayan okuma yazması olmayan ve eşini kaybetmiş özellikle kadın yaşlılar ekonomik olarak daha fazla mağdur durumdadırlar. Düşük gelirli işte çalışmış olan ve kentsel bölgelerde yaşayan yaşlı bireylerinde ekonomik durumu düşük olmaktadır (Şahin, 2021)

### **2.2.2. Sosyal göstergeler**

Bu kategoride, yaşlı bireylerin toplumla olan ilişkileri ve gündelik yaşamlarını sürdürebilmeleri için önemli olan değişkenler üzerinde durulmaktadır. Burada, yaşam kalitesinin artırılması ve sürekliliğinin sağlanması ön planda tutulmaktadır. Bu değişkenler

arasında en dikkat çekici olanlar şunlardır: sosyal ilişkilerde aktiflik, sosyal güvence, bilgi ve deneyim sahipliği, dengeli beslenme, konut ve çevre koşullarının bireyin yaşaması için uygunluğu, kamu güvenliği, sağlık durumunun görece iyi olması, fiziksel hareketlilik kapasitesine sahip olmak (seyahat ve gezi gibi faaliyetlere katılma olanakları) gibi faktörler, yaşlıların yaşam kalitesini doğrudan etkileyen önemli unsurlardır. Sosyal karşılaştırma yaşlılarda yaşam kalitesinde önemli rol oynamaktadır. Bireyler sağlık ve diğer koşullar kötüleştikçe yaşlanırlar. Bu durum bir stratejidir. Baskın olan stratejisi ile doğru bir zıtlıktadır. Yaşlılıkta sağlığın yerinde olması diğer koşullara ulaşmada kolaylık sağlamaktadır. Yüksek kaliteli sosyal ilişkiler ileriki yaşlarda yaşam kalitesine katkı sağlamaktadır. Sosyal ağların kalitesi ne kadar yüksek olursa yaşam kalitesinin devamlılığını sağlamaktadır. Yaşlı bireylere sağlanan sosyal destek şu durumları etkilemektedir; yaşlı bireylere sağlanan sosyal destek, pozitif ilişkilerin sağlanması ve sosyopsikolojik destek alması refahı artırmaktadır. Kontrol mekanizmalarının sağlanması da sosyalleşme açısından yaşlı bireylere destek sağlamaktadır. Yaşlı bireyler arzu ettikleri zamanda ve mekânda tek başına bağımsız bir şekilde yapmaları duygusal iyilik hali üzerinde olumlu etkiye sahiptir. Hayatlarında üçüncü bir kontrol mekanizması olmaması olumlu etkilerle sonuçlanmaktadır. Berlin yaşlanma çalışmasına göre kişinin isteği üzerinde kontrol sahibi olması duygusal iyi oluş üzerinde olumlu bir etki bırakmaktadır (Netuveli ve Blane, 2008).

Yaşlı bireyin çevresindeki sosyal destek ağı, aile, akraba, komşular ve arkadaşlar gibi unsurlardan oluşur ve bu ağ, bireyin maddi ve manevi sorunlarının çözülmesinde önemli bir rol oynar. Sosyal destek, yaşlı bireyin günlük hayatın zorluklarıyla daha rahat baş etmesini sağlar ve hayatın güçlükleriyle mücadele etme yeteneğini artırır. Bu destek, yaşlı bireyin yalnızlık hissini hafifletebilir, psikolojik ve fiziksel sağlık üzerinde olumlu etkiler yaratabilir. Sosyal destek sisteminin varlığı, bireye duygusal güven sağlar, stresle mücadele etmeyi geliştirir ve yaşam kalitesini artırır.

Yaşanan sorunlar, destek ağının varlığında farklı bir boyuta taşınabilir. Aynı zorluklar hâlâ mevcut olsa da, sosyal destek, bireyin bu sorunlarla daha güçlü ve mutlu bir şekilde baş etmesine yardımcı olabilir. Böylece, yaşlılık dönemi daha kaliteli ve tatmin edici bir hale gelir. Bu araştırmada elde edilen bulgular, yaşlı bireylerin algıladıkları sosyal desteğin artmasının yaşam doyumları üzerinde olumlu etkiler yarattığını ortaya koymaktadır. Sosyal destek, yalnızca yaşlılıkta fiziksel sağlık anlamında değil aynı zamanda psikolojik iyilik hali için de kritik bir faktördür ve yaşam kalitesini belirleyen önemli bir unsurdur.

### **2.2.3. Psikolojik göstergeler**

Bu göstergenin kapsamı, yaşlının genel mutluluk ve doyum duygularını içerir. Yaşlı bireyler için, aile, akrabalar ve arkadaşlar gibi sosyal çevreden alınan doyum, bireyin sağlık durumundan duyduğu memnuniyet ve kısacası yaşamından aldığı genel doyum gibi faktörler,

bu göstergenin önemli unsurlarıdır. Bu tür duygular, yaşlıların yaşam kalitesini ve memnuniyet düzeylerini doğrudan etkileyen belirleyicilerdir. İyi yaşlanma kavramı yaşlıların akraba ve arkadaşlarıyla ilişkilerini onlardan yardım bekleyerek değil onlarla etkin ve aktif olarak oluşturmaları gerektiğini içermektedir. Arkadaşlar ve aile üyelerini iki taraflı kaynak olarak görür. İhtiyaçlarını gidermek ve duygusal anlamda destek sağlamaktır. Bu kişiler araçsal destekle dolaylı, duygusal destekle doğrudan bir biçimde olmak üzere yaşlıların refahını yükseltmektedirler. Kişisel ilişkilerin sağlığı ve yaşlı bireylerin ömrünü uzattığına dair kanıtlar vardır. Araçsal destek konusu arkadaşlar ve akrabalar açısından incelenmelidir. Aile üyeleri yaşlılara daha fazla araçsal destek sağlamaktadır. Yaşlıya destek konusunda aile üyeleri genellikle yaşlının günlük işlerini kolaylaştırma da ya da sadece yanında olarak bile duygusal destekle sağlamaktadır. Öte yandan arkadaşların bazı durumlarda yardımı da destek olmaktadır. Yaşlı bireyin ailesi olmadığına ya da yetişemediğinde yaşlıya daha kolay bir seçenek olarak yardımı yaşlının arkadaş çevresi sağlamaktadır. Aileler gündelik kişisel bakım, ev işleri ve boş zamanlara eşlik etme gibi sürekli destek bireyleri olarak görülmektedirler. Duygusal destek konusu da akrabalar ve arkadaşlar açısından incelenebilir. Araştırmalar yaşlı bireylerin psikolojik sağlığı açısından arkadaşların aileye göre daha önemli olduğunu vurgulamaktadır. Önemle vurgulanan konu ruh sağlığı açısından kazanılmış ilişkiler hazır ilişkilerden daha fazla psikolojik refah sağlamaktadır. Yaşlı kişiler akrabalarıyla birlikte daha fazla topluma katılma eğilimindedirler, arkadaşlık kalitesi ne kadar yüksekse psikolojik refah arasında güçlü bir bağ olduğu düşünülmektedir (Onur, 2021). Yapılan araştırmalara göre amaçlarına, hedeflerine ulaşabilen, değerlerini inançlarını yerine getirebilen, ihtiyaçlarını hem maddi hem de manevi olarak yerine getirebilen yaşlıların daha mutlu oldukları ve rehaf seviyelerinin arttığı gözlemlenmektedir (Özmete, 2008).

#### **2.2.4. Sağlık göstergeleri**

Bu kapsamda yaşlı bireylerin sağlığına yönelik faktörler bulunmaktadır. Bu faktörler fiziksel, ruhsal ve zihinsel sağlık durumu ile ilgili ve aynı zamanda bu hizmetlerden yararlanma durumunu da içermektedir (Görgün Baran, 2008). Yaşam kalitesi biyolojik ve fizyolojik göstergelerle başlayan belirtiler fonksiyonel durumlar ve genel sağlık algıları ile devam eden sağlık düzeylerinin en üst düzeyini oluşturmaktadır. Sağlıkla ilgili yaşam kalitesi şu şekilde tanımlanmaktadır. Hastalık, yaralanma, tedavi, işlevsel durumlar ve sosyal fırsatlardan dolayı yaşam süresine verilen değer sağlık hizmetlerinde verilen bir son nokta olarak sağlıkla ilgili yaşam kalitesinin dar kapsamını yansıtmaktadır. Sağlıkta eşitsizliğin üzerinde durulmuştur. Fırsat eşitliğinin olmadığı dünyada kaliteli bir yaşlılıktan söz edilememektedir (Netuveli ve Blane, 2008). Yaşın ilerlemesi ve hastalık riskinin artmasıyla işlevsel kapasitenin azalmalar yaşam kalitesini önemli faktörlerdendir. Dolayısıyla yaşam kalitesinde sağlık konusu genel sağlık durumu, depresyon ölçekleri ve fiziksel işlev ölçeklerine dayanmaktadır. Yaşlı bireylerin kişisel sağlık durumu ile refah seviyesi arasında yüksek bir bağlantı vardır. Psikolojik sağlık

düzeyleri genellikle anksiyete, depresyon ve demans hastalığı gibi ruh sağlığı sorunlarının ileri yaşlarda refahın düşmesine sebep olmaktadır (Görgülü, 2022). Bu çerçeveden bakıldığında göstergelerin birbiri ile ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Yaşlı bireylerin fiziksel ve biyolojik olarak sağlıklarının yerinde olması psikolojik sağlıklarının da yerinde olmasını etkilemektedir. Bütün bunların toplamında ekonomik olarak bağımsızlıklarının olması da sosyal hayatlarını etkilemektedir. Buradaki tanımlar farklılık gösterse de tüm bu kavramlar birbirleriyle ilişkili bir şekilde karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla, başarılı yaşlanma kavramı, yaşam kalitesinin yanı sıra, bireyin yaşlılığa hazırlık sürecini de kapsar. Bu süreç, sosyal çevresinde ve ilişkilerinde aktif olmayı, maddi imkanlara sahip olmayı, sağlık sorunlarını en aza indirmek için önlemler almayı, bellek ve fiziksel işlevleri geliştirmeye yönelik çabalar göstermeyi ve yaşamı pozitif bir bakış açısıyla karşılayabilmeyi içerir. (Görgün Baran, 2008). Sonuç olarak yaşlılık döneminde yaşanan sağlık problemleri yaşlı bireylerin yaşam kalitesini olumsuz etkilemektedir. Fiziksel ve bilişsel rahatsızlıklar, kronik hastalıklar, tıbbi hizmetten yararlanamama ve sağlık sorunları olduğu süreçte yalnızlık yaşaması yine yaşam kalitesini bozmaktadır. Yaşlı bireylerde görülen sağlık problemleri ve kronik hatalıklar onların yaşam kalitelerini etkilemektedir. Bu noktada hastalığı ile tek başına mücadele edemeyen yaşlılar için evde bakım hizmetleri onlara yardımcı olmaktadır.

### **2.2.5. Teknolojik gelişmeler ve refah seviyesi**

Sanayileşme ile ortaya çıkan teknolojik gelişmeler toplumların yapılarını da değiştirmiştir. Değişim sürecinde bireyler hemen her alanda; ekonomik, sosyal, siyasal ve kültürel anlamda etkilenmişlerdir. Bu değişimlerden en çok etkilenenler yaşlı bireyler olmuştur. Sanayileşmenin getirdiği yenilikler dolayısıyla yaşlı bireyler üretimden çekilmekte ve emekli olmaya başlamıştır. Emeklilikle birlikte rol ve statüleri, gelir seviyeleri de değişmektedir. Yaşlı bireyler teknoloji kullanımını kendi ihtiyaçları ile uyumlu olduğunda, anlayabildikleri sürece kabullenebilmektedirler. Yeni bir teknolojiyi öğrenmek, öğrenmeye istekli olmak yaşlı bireylerin toplumla bütünleşip aktif bir şekilde yaş aldığını göstermektedir. Aynı kuşağa sahip bireyler hemen hemen birbirleriyle aynı kuşağa özgü davranış ve tutumlar sergilemektedirler, dolayısıyla yaşlı bireylerin gençlere göre teknolojiyi daha az benimsemektedirler. Daha önceki zamanlarda yaşlı bireylerin teknolojiyi benimseyememeleri teknolojiyi anlayamamaları ve dolayısıyla kullanamamalarıdır. Dijital teknoloji yaşlı bireylerin hayatına yeni bir uyarıcı olarak gitmiştir. Özellikle sosyal medyaya erişimleri onlar için bir sosyalleşme aracı haline gelmiştir. Sosyal medya kullanımı sayesinde toplumsal çevreleriyle iletişim kurabilmekte ve böylelikle yalnızlıkları azaltabilmektedirler. İnternet kullanımı ile bilgiye kolayca ulaşabilmeleri günlük hayatlarını kolaylaştırmaya başlamıştır. Böylelikle yaşlıların yaşam memnuniyeti artmaktadır. Bu da yeni iletişim teknolojilerinin yaşlılar için sosyal temaslarını geliştirmelerini ve toplum içerisinde aktif bir şekilde yer almalarını sağlayan bir araç olarak görülmektedir (Uysal,2020).

Teknoloji kullanımının sadece gençlere yönelik olduğu ve yaşlıların bu yeniliklerin dışında bırakılması gerektiği düşüncesi yanlış bir yaklaşımdır. Yaşlı bireylerin kendilerini psikolojik olarak iyi hissetme, yaşamı anlamlandırma, kendileri işe yarayan kimse olarak görme, toplumsal sorumluluk ve yardım duygularını tatmaları ve sosyal hayatlarını aktif ve görme, toplumsal sorumluluk ve yardım duygularını tatmaları ve sosyal hayatlarını aktif ve dinamik yaşamaları gerekmektedir. Bu nedenle yaşlı bireylerinde gençler kadar teknolojiyle iç içe olmaları büyük önem arz etmektedir. Küreselleşme ile başlayan değişim yaşlı bireylerin hayatlarında eşit olmayan etkiler bırakmaktadır. Küreselleşme birlikte hayatlarına giren teknoloji kavramı da toplumun dezavantajlı grupları olarak tanımlanan yaşlıların ilişkisi önem kazanmıştır. Teknolojinin toplumlar üzerindeki etkilerini açıklamak için kavramlar geliştirilmiştir. Prensky (2001) yaşa bağlı kategori ile "dijital yerli" ve "dijital göçmen" kavramlarını öne sürmüştür. Teknolojiye yakınlık belirleyen kriter yaştır. Yeni teknolojiler ile iç içe büyüyen ve onların dilini konuşan dijital yerlilerin aksine dijital göçmenler bilgisayarların yaygın olarak benimsenmesinden önce doğan ve dijital teknolojiyi hayatının daha sonraki dönemlerinde kullanmak zorunda kalmış kişiler olarak tanımlanmaktadır. Dijital yerlilerin teknolojiyi kullanım amaçları daha çok vakit geçirmek ve oyun oynamaktır. Dijital göçmenlerin kullanım amacı işe daha ciddi konulardır. Bilgi alışverişi ve çevrelerine daha iyi uyum sağlamak için kullanılmaktadırlar (Görgün Baran vd., 2017).

Toplumdaki değişimler hemen her yaş grubunu etkilemektedir her yaş grubu gibi yaşlı bireylerde kendilerini sürekli yenilemeli ve değişime ayak uydurması gerekmektedir. Teknoloji çağına ayak uydurmanın en kolay yolu farklı kuşaklar ile yeni ilişkiler kurmaktır. Örneğin yaşlı bireyler cep telefonu ve bilgisayar kullanmayı ve iletişim teknolojisinde kullanılan yeni kelimeleri çocuklarından ve torunlarından öğrenmek durumunda kalmaktadırlar.

Günlük hayatta insanlara kolaylık sağlaması nedeni ile her geçen gün yaygınlaşan teknolojik gelişmeler en çok internet ve sosyal medyadır. Gençlerin daha fazla kullandığı bilinmekle birlikte yaşlılar arasında da kullanımı giderek artmaktadır (Tekedere ve Arpacı, 2016). Sosyal medya kullanan kişilerin düşüncelerini ve ilgilerini paylaşma imkanı tanıyarak karşılıklı etkileşim olanağı sunan çevrimiçi araçlar ve web siteleri için kullanılan bir kavramdır (Saymer, 2008). Yaşlı bireyler sosyal medya kullanarak uzaktaki arkadaşları ile iletişim kurabilmekte, sosyal çevre edinebilmekte, istediği bilgiye ulaşabilmekte, kendi düşüncelerini paylaşabilmektedir.

Teknoloji, bilimsel yöntemlerle gerçek yaşam sorunlarını çözmeye yönelik bir köprü kurarken, aynı zamanda yeni belirsizlikler, karmaşıklıklar, farklı kaynak dağıtım modelleri ve bilinmeyen korkuları da beraberinde getirmektedir. Ancak bu etkiler her bireyde eşit şekilde hissedilmemektedir. Sosyal medyanın ve internetin kullanımında, orta yaş ve yaşlı bireylerin teknolojiye uyumları, kişisel özelliklerine ve deneyimlerine bağlı olarak farklılık göstermektedir. Yaşlı bireylerin yeni teknolojileri öğrenmesi ve kullanması, onların toplumsal

hayata entegre olmaları için önemli bir gereklilik olup, aktif yaşlanma sürecinin de bir parçasıdır. İnternet ve sosyal medya gibi teknolojik araçlar, bilgiye erişim ve iletişim imkanları sunarak, yaşlı bireylerin toplumsal yaşantılarına katılımını artıran önemli ürün ve hizmetleri mümkün kılmaktadır. Araştırmalar, yaşlıların yeni teknolojileri ve ürünleri benimseyen sonuncu yaş grubu olduklarını gösterse de bu ürünler daha önce karşılanmamış ihtiyaçlara çözüm sunuyorsa, yaşlı bireyler bu teknolojileri kullanmaktan çekinmemektedirler. Sosyal medya ve internet ortamlarının yaşlı bireyler için potansiyel barındıran ortamlar olduğu gözlemlenmektedir. Bu ortamlar, yaşlıların sınırlı olan uğraş alanlarını geliştirmelerine, sosyalleşmelerine, mutluluk kaynağı olarak gördükleri aile bireyleriyle iletişim kurmalarına ve dolayısıyla bu dönemi huzurlu bir şekilde geçirmelerine yardımcı olabilmektedir. Ayrıca, bu araçlar yaşlıların yaşam kalitelerini artırmalarına da olanak tanımaktadır. Yaşlıların internet ve sosyal medya kullanımına dair olumlu bir görüş geliştirmeleri, bu teknolojilerin sunduğu fırsatlardan tam anlamıyla yararlanabilmeleri için büyük öneme sahiptir. (Tekedere ve Arpacı, 2016). Yaşlılık, zamanla gelişen kişilik, toplum ve kültür arasındaki etkileşime dayanır. Bu etkileşimlerin en önemlisi, yaşlı bireylerin toplumsal ağlara dahil olmalarıdır. Sosyal ağlara katılım, yaşlı bireylerin güçlenmesine, bağlılık duygusu kazanmalarına ve özyeterlik hissetmelerine yardımcı olabilmektedir. Sosyal medya kullanımı, yaşlılara sağlıkla ilgili bilgi ve hizmetlere erişim imkânı tanır; belirli hastalıkların yönetimi için gerekli bilgileri alabilir ve tıbbi olarak destek alabilmektedir. Sosyal ağ siteleri veya internetin kullanımı, yaşlı bireylerin fiziksel, zihinsel ve ruhsal sağlıklarını olumlu bir şekilde etkileyebilmektedir. Bu durum, sosyal medya ve internetin yaşlılar için önemli bir sağlık ve yaşam kalitesi aracına dönüşmesini sağlamaktadır. Sosyal medya yaşlıların hem özgüvenini hem de sosyal ağlarını güçlendirmekte se yalnızlık gibi sorunlarına çözüm olabilmektedir. Ayrıca sosyal medya ileri yaşlarda olan yaşlı bireylerin sosyal ilişkilerini korumada yardımcı bir rol olabilmektedir (Kalınkara ve Sarı, 2023).

### **2.2.6. Üçüncü yaş turizmi**

Belli bir yaşın üzerine gelmiş olup genellikle çalışma hayatı bitmiş ve emekli olmuş kişilerin, yaşadıkları yerden ayrılarak farklı ülkelere veya şehirlere yaptıkları seyahatler, üçüncü yaş turizmi kapsamında değerlendirilmektedir. Bu bireyler, seyahat etmeyi tercih ettikleri bölgelerde uygun iklim koşulları, sağlık hizmetlerine kolay erişim, ekonomik fiyatlar, ulaşım kolaylıkları gibi faktörleri göz önünde bulundurmaktadırlar. Sağlık Bakanlığı verilerine göre, ileri yaştaki bireylerin turizm potansiyeli, sağlık turizmi yatırımcıları için önemli bir fırsat sunmaktadır. Özellikle gelişmiş ülkelerde tıptaki ilerlemeler sayesinde ortalama yaşam süresi artmaktadır. Bu durum, üçüncü yaş grubundaki bireylerin turizm taleplerinin arttığı bir dönemi işaret etmektedir. Söz konusu yaş grubunun tatil tercihleri genellikle sıcak iklimlere sahip ülkeler ve sağlık turizmi hizmetleri etrafında şekillenmektedir (Özkan, 2014).

Üçüncü yaş grubunun birçoğu dinlenme, sakinlik, akran, arkadaş ve ailesiyle birlikte gezmek ve daha yavaş ilerleyen tatil arayışında olmaktadır. Ekonomik durumu iyi olan yaşlı bireyler daha kısa süreli seyahatleri tercih etmekte; yeni deneyimler, sosyalleşme ve yeni arkadaşlar edinme düşüncesi ile tatile çıkmaktadır. Üçüncü yaş turistlerinin profili, tercihleri, ihtiyaçları ve gereksinimleri konusunda farklı bakış açıları bulunmaktadır. Yapılan araştırmalar, üçüncü yaş grubundaki turistlerin seyahat alışkanlıkları hakkında bazı ortak sonuçlara ulaşılmasını sağlamaktadır. Yaşlı turistler genellikle daha deneyimlidir ve seyahat ile eğlenceye daha fazla zaman ayırabilmektedirler. Özellikle emekliliklerinin ilk yıllarında, birikmiş paraları ve daha az finansal yükümlülükleri sayesinde seyahat etmek için daha fazla harcama yapmaya istekli olmaktadır. Seyahat süreleri daha esnek olup, sezon dışı tatilleri tercih etmektedirler. Bu grup gezginler, kaliteli hizmet arayışında olup, titiz seçimler yapmaktadır. Öte yandan, sağlık problemleri, özellikle ileri yaşlardaki turistlerde, seyahat tercihlerinde belirleyici bir etken olabilmektedir (Kılıçlar ve arkadaşları, 2017).

Daha uzun yaşam süresi ve eğitilmiş, sağlıklı, bağımsız yaşlı bireylerin sayısındaki artış, topluma katılım ve deniz aşırı seyahat gibi boş zaman aktivitelerine katılma konusunda teşvik edici bir faktör olabilir. Ayrıca, emeklilik sonrası zaman açısından daha esnek olan bu grup, turizm sektörüne yönelik cazip bir pazar yaratmaktadır. Bu esneklik, kıdemli turizm işletmeleri için sezonluk talep dalgalanmalarından bağımsız olarak daha stabil bir pazar fırsatı sunmaktadır. Anderson ve Langmeyer (1982), yaşlıların seyahat profillerini incelemek amacıyla iki farklı yaş grubunu ele almışlardır. Bu çalışmada, her iki grup da 50 yaş üstü bireyler ve 50 yaş altı bireyler olarak ayrılmış ve her iki grubun da dinlenme, rahatlama ve aile, akraba ziyareti gibi amaçlarla seyahate çıkma olasılıklarının yüksek olduğu bulunmuştur. Ancak, 50 yaş üstü bireylerin, tarihi yerleri ziyaret etme eğilimlerinin daha fazla olduğu da gözlemlenmiştir. Bu durum, yaşlı turistlerin seyahat tercihlerini anlamada önemli bir durumdur (Esichaikul, 2012).

Çalışma hayatının sona ermesiyle birlikte, emeklilik dönemiyle yaşlı bireylerin zaman kavramı da değişmektedir. Emeklilik öncesinde zamanlarının az olmasından yakınan bu bireyler, emekliliğin getirdiği boş zamanı, en verimli şekilde değerlendirebilecekleri fırsatları aramaya başlamaktadırlar. Yaşlıların büyük turizm yapmama tercihleri, zaman algısındaki bu dönüşümün bir göstergesidir. Ayrıca, yaşlılıkta görülen pasifliğin yalnızca ekonomik sebeplerden kaynaklanmadığı, eğitim düzeyinin de önemli bir rol oynadığı saptanmıştır. Eğitim seviyesi düştükçe, yaşlılar arasında pasifliğin arttığı birçok araştırma ile doğrulanmıştır. Yaşlılıkla birlikte insanlar daha pasif hale gelmekte ve kamusal alanda gerçekleştirilen etkinliklerden çok, evde yapılan faaliyetlere ilgi duymaktadırlar. Bu durum da, yaşlı bireylerin konut dışındaki serbest zaman etkinliklerine olan ilgisinin azalması gerektiğini ortaya koymaktadır. Ekonomik olanaklar, eğitim düzeyi ve sağlık durumu gibi faktörler de yaşlıların katıldığı etkinlikleri etkileyen önemli nedenlerdendir. Bu nedenle, yaşlılık ve pasiflik arasındaki ilişkileri değerlendirirken dikkatli olunması gerektiği söylenebilir (Tufan ve arkadaşları, 2017).

### 2.2.7. Kuşaklar arası dayanışma

Aile hayatın her döneminde olduğu gibi yaşlılık döneminde de çok önemlidir. Özellikle yaşlı bireylerin duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarının karşılanması dışında ekonomik olarak da destek gördüğü kurumdur. Toplum yapıları değiştikçe aile yapıları da değişmektedir, bu değişimler ülkelerin gelişmişlik düzeyi ve modernleşen toplumun değişen düzeni ile ilgili olabilmektedir. Bazı ülkelerde değişme; sanayileşme, kentleşme, eğitim, kadınların iş hayatına atılmaları ve değer ve normların yok olması gibi sebeplerden kaynaklanırken, bazı ülkelerde ise doğurganlığın azalması, boşanmalar, homoseksüel evlilik gibi nedenlerden kaynaklanmaktadır. Bu değişimler yaşlı bireylerin günlük hayatlarını dolayısıyla yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkilemektedir (Şahin, 2021).

Aile her yaşlının ihtiyaçlarını karşılamak için iyi ortamdır. Günümüzde yaşam süresinin uzaması ve bireylerin özellikle emekli olduktan sonraki süreçte fiziksel güçleri yerinde de olsa onların yanlarında bir yardımcıya her zaman ihtiyacı vardır. Bu yardımcı yaşlı bireylerin ailesinden başka kimseler değildir. Yaşlılıkta sosyal çevre aile ilişkileriyle daralmaktadır, özellikle eş, çocuklar, torunlar ve kardeşlerle daha yakın bağlar kurulur ve güvenli bir ortam inşa edilmektedir. Yaşlılıkta aile ilişkileri yaşam kalitesi ve bunun değerlendirilmesi açısından oldukça önemlidir. Birçok yaşlı ya ailesiyle ya da onlara yakın yaşamaktadırlar. Çoğu insan ise aile bireyleriyle iş birliği içinde olup, yaşlı ve genç bireylerin birlikte yaşaması karşılıklı yardımlaşma içerisinde olduğu gözlemlenmektedir (Swiderska, 2014).

Diğer bir bakış açısı ise aile kurumunun yaşlı bireylerin hem çocukları hem de torunları ile bir arada olması kuşaklararası dayanışmaya katkı sağlamaktadır. Ailesiyle birlikte yaşayan yaşlıların çocukları ve torunları ile kuvvetli duygusal bağ ve karşılıklı ilişki kurdukları düşünülmektedir. Kuşaklararası dayanışma ile yaşlı bireyler kendilerini daha güvende hissetmekte, olumsuz bir durumla karşılaştığında yakınında yardımcı olabilecek bir ele sahip olmaktadır. Bu anlamda çocuklarıyla iş birliği içinde olan yaşlılar gönüllü olarak torunlarına bakabilmektedirler. Kendi ihtiyaçlarını karşılayan çocuklarına, yaşam mücadelesi içerisinde destek olmaya çalışarak torunlarını büyütmede ve onların eğitim hayatına destek sağlamaktadırlar. Bu sayede çocuklarının ona ihtiyaç duyduğu ve kendini işe yarayan kimseler olarak görme düşüncesiyle kendilerini değerli hissetmektedirler. Bu davranışlar hem kuşaklararası dayanışmanın var olduğunu göstermekte ve yaşlının yaşama anlam yüklemesine katkı sağlamaktadır. Yaşlı bireyler hemen her kültürde bütün ilişkilerinde saygı duyulmak ve samimi ilişkiler içerisinde olmak istemektedirler. Yaşlı bireyler sevilip saygı gördükleri yerde ve çocuklarıyla torunlarıyla bir arada oldukları sürece kendilerini mutlu hissetmektedirler (Şahin, 2021).

## 2.2.8. Toplumsal değişme ve yaşlılık

Toplumsal değişme, bir toplumun yapısında ve toplumu oluşturan unsurlarda meydana gelen değişiklikleri ifade eder. (Karaođlan,2020). Sanayi devriminin etkisiyle, sağlık sektörünün ilerlemesi, teknolojinin ilerlemesi ve bireylerin yaşam kalitesinin artması, dűnya nűfusunun yař ortalamasının hızla yükselmesine yol açmıştır. Yařlanma sürecinde görűlen fizyolojik değişiklikler, bedensel fonksiyonların yavaşlamasına ve bunun sonucu olarak bireylerin günlük yaşamdaki aktivitelerinde sınırlamalara neden olmaktadır. Toplumsal değişimlerle birlikte, kadının iř gücüne katılması, hızlı kentleşme ve eğitimi birey sayısındaki artış gibi faktörler, geniş aile modelinde çekirdek aile modeline geçilmesiyle yaşlıların karşılaştığı sorunlar artmaktadır. Yaşlı nűfusun hızla artması, aile yapısındaki değişiklikler, kentleşme ve geleneksel değerlerdeki dönüşümler, yaşlılık sorunlarının sadece bireysel bir sorun değil toplumsal bir sorun haline gelmektedir. Bu sebeple, yaşlılar için ulusal politikaların oluşturulması, gelecekte karşılaşılabilecek sorunların önlenmesine katkı sağlayacaktır. Yaşlı bireylerin fiziksel aktivitelerinin azalması, bağımsız yaşam için başkalarının yardımlarına ihtiyaç duyması, yaşam kalitelerini düşürmektedir. Bu durum da hem fiziksel hem psikolojik hem de sosyal sorunları beraberinde getirmektedir. Birçok űlke, yaşlanan nűfusun etkileriyle karşı karşıyadır, ancak bu etkiler her űlkede farklı biçimlerde kendini göstermektedir. Türkiye’de de metropol şehirlerde geleneksel aile yapılarının zayıflaması ve hızlı toplumsal değişimler, yaşlıların refahını olumsuz etkilemektedir. Endűstriyel anlamdaki gelişmeler, köyden kente göç, çocukların farklı şehirlerde çalışmaları ve kadının iř gücüne katılımı gibi kültürel değişimler, yaşlıların bakım sorumluluğunun azalmasına yol açmaktadır. Endűstriyel gelişmeler, ekonomik dönüşümlerle birlikte toplumsal dönüşümlere de neden olmuştur. Aile, bu dönüşümün en çok etkilenen kurumu olmuştur. Geleneksel büyük aile yapısında, yaşlılar sayđı görmekte ve ihtiyaçları aile tarafından karşılanmaktadır. Ancak, aile yapısındaki bu dönüşüm, yaşlıların toplumsal statűsünü zayıflatmaktadır. Kırsal alanlarda, yaşlı bireyler űretime katılmakta ve destek bulabilmektedir, ancak şehirleşme ve göçle birlikte, bu desteği almakta zorlanmaktadır, bu durum ise yaşlıların ekonomik zorluklarla karşılaşmasına neden olmaktadır. Kırsal kesimdeki yaşlıların bakımında sorun yokken, kentleşme, aile yapısındaki değişiklikler ve kadının iř gücüne katılımı gibi faktörler, yaşlı bakımını zorlaştırmaktadır. Geliřmekte olan űlkelerde kentleşme, yaşlı bireylerin aile desteğini azaltmıştır. Genç nesil, yüksek kalitede eğitim ve statűye sahip olduğundan, yaşlıların toplumsal etkisi ve liderlik rolű de azalmaktadır. Kırsal alanlardan büyük şehirlere göç eden yaşlılar, şehir yaşamına uyum sağlamakta zorluklar yaşamaktadır (Bulduk, 2014). Yaşlılık, yalnızca yaşlının değil, özellikle yakın çevresinin, özellikle çocuklarının sorunudur. Yaşlılara bakım sağlayan aile űyeleri genellikle kız çocuklarıdır (Tufan, 2003)

### 2.2.8.1. Geleneksel Toplumda Yaşlı

Geçmişten bugüne toplumlar dinamik bir biçimde değişim dönüşüm içerisindedirler. Değişen dünya düzeninde önemli olan toplumun hangi yapıya dönüştüğüdür; yaşlının bu değişen yapıda konumunun, toplumsal düzen içerisinde yaşlının algılanış biçiminin ne şekilde değiştiğidir. Toplumların değişkenlikleri çağa, topluma ve kültüre göre değişmektedir. Toplumların sosyoekonomik durumları, kültürel değerleri ve normları, yaşama tarzları ve inançları yaşlılar üzerinde oldukça etkilidir. Modernleşme kuramcılarını geleneksel toplum ve modern toplum ayrımı yaparak ele almaktadırlar. Geleneksel toplumlarda hayat standardı daha düşük, tarım ile uğraşma ve tarıma dayalı ekonomi, günlük hayatta sosyal ilişkiler bire bir, kanundan ziyade daha geleneklerin hâkim olması, inanç ve düşünceler birbirine benzer ve kadenci yaklaşım gibi anlayışlar hakimdir (Çoşkun, 2013; Akt. Gök, 2019). Geleneksel toplumlarda değerler kuşakta kuşağa aktarılabilir, çünkü kırsal kesimde ilişkiler daha çok birincil yüz yüze ilişkilerdir. Kırsal kesimde aileler daha geniş aile formundadır ve değişim ve farklılık neredeyse gözlemlenmemektedir (Canatan, 2008). Geleneksel toplumlarda değerlerin aktarılmasındaki en büyük rol yaşlı bireylere düşmektedir, yaşlının sözü dinlenmekte, yaşlıya saygı duyulmakta ve yaşlının tecrübelerine önem verilmektedir, yaşlı bireyler aile içinde ve toplumda önemli ve saygın roledirler. Geleneksel toplumlarda yaşlıların bilgeliklerinden yararlanılmaktadır, yaşlını sosyal statüsü yüksektir (Kalınkara, 2016).

Yaşlı bireylerin kendinden sonraki nesillere aktarabilecek bilgi birikimi, sosyal ve kültürel tecrübeleri, maddi güçleri bulunmaktadır. Örneğin yaşlı bireylerin genç bireye göre daha kolay toplumsal ilişki kurma imkânı vardır. Bu imkân aslında yaşlı bireyin toplumdaki konumu ve toplumsal ağ içindeki ilişkileri en geniş temsil eden kişi olarak görülmesinden kaynaklanmaktadır. Yaşlı bireye ailesi ve toplumun diğer fertleri tarafından atfedilen saygınlık toplumsal yarar açısından kültürel sermayeye işlev kazandıracak bir sosyal aktör haline gelmesidir. Toplumsal sosyal aktör olarak nitelendirilen bu yaşlı bireyler cinsiyete göre yetkinlik kazanmaktadır, özellikle erkek yaşlı bireylerin toplumda daha fazla role sahiptir (Kalaycı ve Özkul, 2017).

Geleneksel toplumlarda yaşlı bireyler bilgi ve deneyimin merkezi olarak görülmektedirler, geleneklerin korunup kuşaklara aktarılmasında önemli rol oynamaktadırlar. Geleneksel toplumlarda yaşlılardan beklenen roller kadar gençlerden beklenen roller de vardır. Bu toplumun değer ve yargılarına göre yaşlıların bakım ve ihtiyaçları aile bireyleri tarafından; evin yetişkin çocuğundan beklenmektedir. Geleneksel toplumlarda yaşlı anne babaya karşı sorumluluk alan kişi evin var ise en büyük erkek çocuğuna ve gelinine düşmektedir. Toplumsal yapıdaki değişim en çok geleneksel aile yapılarını değiştirmektedir, köyden kente göç artmış ve çocuklar ve ailenin arasına mesafe girmesine neden olmaktadır. Kadınların ev yaşamından ayrılıp çalışma hayatına atılmaları da yaşlıya bakım düzenini değiştirmiştir. Buna bağlı olarak yetişkin çocukların anne babaya bakma sorumluluklarında azalmaya neden olmuştur. Yaşlı bireylerin değişen topluluklar içerisinde ekonomik düzeyi, yaşamakta olduğu çevre ve sosyal hayatı ve eğitim düzeyi onların yaşlılık dönemini etkilemektedir. Toplulukların yaşlıya bakış açısı sanayileşme sonrası kentleşme ve modernleşme ile başlamıştır (Gök, 2019).

### 2.2.8.2. Modern Toplumda Yaşlı

Endüstri devriminin yaşanmasından sonra değişen yaşam tarzı, yaşlı bireylerin toplumsal statülerinde, saygınlıklarında ve rollerinde değişikliklere yol açmıştır. Geleneksel toplumlardan modern toplumlardaki dönüşüm, sadece bireylerin günlük yaşam tarzlarını değil, aynı zamanda sosyal yapıları, aile ilişkilerini ve toplumsal rolleri de derinden etkilemiştir. Bu değişimlerin başlıca nedenleri arasında endüstrileşme, kentleşmenin ve göçlerin artması, iş ve meslekteki çeşitliliklerin artması ve güven düzeneklerinin kamusal bir düzene taşınması yer almaktadır (Giddens, 2014). Bu faktörler, toplumsal yapıyı yeniden şekillendirerek geleneksel yaşam şekillerini ve buna bağlı olarak kültürel, demografik ve ekonomik özellikleri etkilemiş; geleneksel aile modelini ve aile içindeki rollerin değişimini de beraberinde getirmiştir. Özellikle geleneksel toplumlarda yaşlılar, aile ve toplum içindeki en saygın ve güçlü bireyler olarak kabul edilirdi. Ancak modern toplumlarda, yaşlıların toplumsal rolleri, kendilerine atfedilen saygınlık ve önemi azalmış; bu durum, yaşlıların statüsünün ve rollerinin büyük ölçüde değişmesine neden olmuştur. Geleneksel toplumlardaki aile yapısında, yaşlılar genellikle toplumun öğüt veren, karar veren ve saygı gören figürleri olarak kabul edilirken, modern toplumda bu roller daha bireysel ve küçük aile gruplarıyla sınırlı hale gelmiştir. Yaşlılara atfedilen saygınlık, geçmişteki geniş toplumsal bağlamdan, daha dar bir aile içi bağlamda, genetik ve duygusal bağlılıklar çerçevesinde değerlendirilmeye başlanmıştır. Bu değişiklikler, yaşlılık statüsünden beklenen geleneksel rolleri büyük ölçüde azaltmış ve yaşlıların toplumsal işlevleri giderek daralmıştır. Yaşlı bireyler zamanla ailedeki gücünü kaybetmiş ve aile içindeki ilişkileri yönlendirme inisiyatifi de azalmıştır. Ancak, modernleşme süreci tüm nüfus gruplarında eşit hızla ve eş zamanlı olarak gerçekleşmemiştir. Özellikle gelenekselden moderne geçiş sürecini yaşayan toplumlarda, kırsal alanlar ve göçle şehirleşen ilk kuşak köylü nüfuslarında, yaşlıların toplumsal işlevleri ve statüsü, şehirlerdeki modernleşme sürecine kıyasla daha az değişmiş ve bir ölçüde korunmuştur. Bu bağlamda, yaşlıların geleneksel toplumdaki konumları ve işlevleri, modern toplumlarda önemli ölçüde azalmış olsa da bazı kırsal bölgelerde ve göçle şehirleşen toplumlarda bu değişim daha sınırlı kalabilmiştir (Kalaycı ve Özkul, 2017).

Geleneksel yaşam koşullarında doğup büyüyen yaşlılar ile modern kent yaşamında yetişen yaşlılar arasında toplumsal değişimin etkileri açısından belirgin farklar bulunmaktadır. Bu iki farklı yaşam tarzını deneyimlemiş olan yaşlı bireylerin aile yapıları, sağlık durumları, ekonomik durumları, eğitim seviyeleri, hayata bakış açıları, sosyal ilişkileri, geleceğe dair beklentileri, aile içindeki roller ve sorumlulukları birbirinden farklıdır. Toplumsal değişimin bireysel ve toplumsal anlamda en büyük mağdurları, yaşlı nüfus grubu olmuştur. Değişen aile yapıları nedeniyle yaşlanan bireyler giderek daha yalnız hale gelmiş, geleneksel statülerine dayalı toplumsal saygınlıkları azalmış, aile içindeki nesnel işlevlerinden uzaklaşmış ve duygusal bağlar ön plana çıkmıştır. Ayrıca, kendilerinden beklenen roller de önemli ölçüde

kısıtlanmıştır. Bu süreç, yaşlı bireylerin toplumsal rollerinin daralmasına ve yalnızlık hissini artmasına neden olmuştur (Altunay ve Özkul, 2022).

Gelenekselden moderne geçişin doğrusal bir çizgi olarak değerlendirilmesinden kaçınılmakla birlikte, toplumlar arasında yaşlanmanın anlamı ve yaşlılara yönelik tutumlar konusunda belirgin farklılıklar gözlemlenmektedir. Geleneksel toplumlarda, deneyim ve birikimleriyle "kültür bekçileri" olarak kabul edilen yaşlılar, kültürün korunması ve kendinden sonraki kuşakların yetiştirilmesinde önemli toplumsal roller üstlenmişlerdir. Ancak günümüz modern toplumlarında, yaşlılar genellikle üretkenliklerini kaybetmiş ve aileye ile topluma yük olan bireyler olarak değerlendirilmektedir. Bu değişim, yaşlılık ve yaşlılara yönelik bakış açısını etkileyerek, yaşlanma sürecindeki bireylerin dünyayı anlama ve yorumlama biçimlerinin farklılaşmasına yol açmaktadır. Yaşlı bireyler de kendi bakış açılarına sahip olarak dünyayı farklı bir şekilde görmekte ve buna özel bir yaklaşım geliştirmektedir (Özbolet, 2016).



### 3. BÖLÜM

#### KONU, AMAÇ, ÖNEM, MATERYAL VE METOT

##### 3.1. Tezin Konusu

Araştırmanın konusu, 'toplumsal değişme çerçevesinde yaşlı bireylerin yaşam doyumu 'dur. Çalışma esas olarak toplumsal değişme çerçevesinde, yaşlı bireylerin yaşamlarından doyum alıp almadığını araştırmaktadır. Toplumlar değişen ve gelişen dinamik bir yapıya sahiptir. Dünyada ve Türkiye'de yaşlı nüfus giderek artmaktadır, yaşlanmanın, yaşlılığın ve yaşlıların yeri toplumda giderek değişmektedir. Yaşlıların toplumsal olarak nasıl değerlendirildiği ve toplumsal değişme ile bu süreci kendi bakış açılarıyla nasıl gördükleri araştırmanın konusu dahilindedir. Bu araştırmanın amacı yaşlılık süreci boyunca yaşlıda görülen değişiklikleri araştırmak, aile yapısı, kültür, toplumsal değişme, teknolojik ilerlemeler ve sosyal medya kullanımı ve benzeri değişkenlikler göz önünde bulundurularak yaşlıların yaşamdan doyum alma konusunu ortaya çıkarmaktır.

##### 3.2. Tezin Amacı

Bu araştırmanın amacı, T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi Geriatri servisine gelen 65 yaş ve üzeri yaşlı bireylerin toplumsal değişme çerçevesinde yaşam doyumuna karşı yaklaşımlarını anket yöntemi ile ölçmektir. Sanayi devriminden sonra hem dünyada hem Türkiye'de büyük toplumsal değişiklikler yaşanmıştır. Aile modeli geniş ve geleneksel aile modelinden çekirdek aile modeline evrilmiş ve kadınlar iş hayatına atılmıştır. Bu değişimden en fazla etkilenen grup ise yaşlı bireyler olmuştur. Toplumsal değişimin bu boyutu yaşlının bakımı konusunda eskisi kadar zaman ayıramayan, yaşlının aile bireylerine ihtiyaç duymasından daha çok gençlerin yaşlı bireylere ihtiyaç duymasına sebep olmuştur. Yaşlılar çocuklarının çalıştığı zamanlarda onlara manevi destek sağlayarak torunlarına bakmaktadır. Teknolojinin ilerlemesi de toplumların dolayısıyla yaşlıların değişime uğramasına neden olmuştur. Bazı yaşlılar bu değişikliğe uyum sağlayabilirken bazı yaşlılar uyum sağlayamamaktadır. Bu araştırmanın amacı tüm bu değişikliği yaşlıların nasıl karşıladığı ve uyum sağlayıp sağlayamadıklarını anlayabilmektir.

##### 3.3. Tezin Önemi

Yaşlanma ve yaşlılık sorunları, üzerinde birçok disiplinin çalıştığı bir olgu olsa da yaşlılıkla ilgili Türkçe literatürde kaynakların yeterli olmadığı gözlemlenmektedir. Dünya genelinde ve Türkiye'de nüfus dinamikleri göz önünde bulundurulduğunda yaşlılık konusunun Türkiye içinde önemli sorunlar teşkil edeceği düşüncesi bu alanda yapılan çalışmalarını önemli hale

getirmektedir. Bu araştırmanın önemi yaşlılık döneminin olumsuzlukla, hastalıkla ve hayattan geri çekilerek yaşanılması gereken bir dönem olduğu algısına yönelik eleştirel bir farkındalık yaratabilmektir. Bu araştırmanın hazırlanmasında yaşlılık temel alınarak toplumsal değişme çerçevesinde yaşlılığa yüklenen anlamlar, yaşlıların sosyolojik, psikolojik ve fiziksel olarak yaşam doyumu, yaşlıların modern toplumda ve geleneksel toplumdaki rolleri, teknolojik gelişmelere ve sosyal medya ile aralarındaki uyum konuları incelenmeye çalışılmıştır. Araştırmanın özgünlüğü yaşlılık ve yaşlanmanın T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesinde bağımsız değişkenler çerçevesinde incelenmesidir.

### **3.4. Materyal ve Metot**

Bu çalışmanın verileri, Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulunun 28.02.2024 tarihli ve 2024-04 sayılı kararı doğrultusunda T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi Geriatri Servisine rutin kontrol amacı ile gelen 65 yaş ve üzeri yaşlı bireylerden toplanmıştır. Çalışma örneklemini, evrende bulunan birey sayısı göz önünde bulundurularak gerçekleştirilen güç analizi neticesinde 100 kadın ve 100 erkek bireyden oluşmaktadır. Araştırmamızda anket yöntemi kullanılmış ve katılımcılara toplam 28 soru yöneltilmiştir. Katılımcılar gönüllük esası ile araştırmaya dahil edilmiş, çalışmadan kendi isteği ile ayrılmak isteyen bireyler araştırma dışında bırakılmıştır.

Katılımcılara, gelir durumu, eğitim seviyesi, medeni durum gibi sosyoekonomik düzeylerine ilişkin sorulara ek olarak; yaşlılık algısı, yaşam doyumu, teknoloji kullanımı, sağlık durumu, sonraki kuşaklarla ilişkileri, yaşantı memnuniyeti gibi durumları ölçen çeşitli sorular yöneltilmiş ve bu soruları en doğru ve dürüst biçimde yanıtlamaları istenmiş ve yanıtları kaydedilmiştir. Anket soruları oluşturulurken tezin alt problemleri üzerinde durulmuş ve alın yazından faydalanılmıştır.

### **3.5. Sınırlılıklar**

Ankete katılan bireyler, T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi Geriatri Servisine rutin kontrole gelen 65 yaş ve üstü 100 kadın ve 100 erkek yaşlı bireyler ile, sınırlandırılmıştır. Özellikle pandemi sonrası elzem durumlar dışında hastane kontrollerine devam etmeyen ve süreçte bulaşıcı hastalık riskine karşı daha duyarlı olan yaşlıların çalışmamıza katkı vermektен kaçınmaları araştırmanın sınırlılıkları arasında yer almaktadır. Buna ek olarak, hastaların geriatri polikliniği görevlileri tarafından şahsen çağırılmadıkça kontrole gelmekten kaçınmaları da çalışma verilerinin toparlanmasında zorluklar yaşanmasına neden olmuştur. Bu çalışma sadece anket çalışmasına verilen cevaplar bağlamında değerlendirilmiştir. Anket soruları her ne kadar nitel bir yöntem olarak çalışma

sorusuna aranan cevapları karşılamaya yönelik biçimde kurgulanmış olsa da nicelik gerektiren cevaplara ulaşılmasını da güçleştirmektedir.

### **3.6. Evren ve Örneklem**

Çalışmanın evrenini T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi Geriatri servisine gelen 65 yaş ve üstü yaşlı bireyler oluşturmaktadır. Derinlemesine mülakata başlarken, örneklem grubunun, öncelikle kadın ve erkek olarak ikiye ayrılması uygun görülmüştür. Ardından 65 yaş ve üstü 100 kadın yaşlı birey 100 erkek yaşlı birey toplamda 200 katılımcı olmasına özen gösterilmiştir. Görüşmeler, T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi Geriatri Servisinde yüz yüze yapılmıştır.

### **3.7. Araştırmanın Problemleri**

Ana Problem: Yaşlı bireyler toplumsal değişme sürecinde ve sonrasında değişen düzene uyum sağlayabiliyor mu; buna ek olarak yaşamından doyum alabiliyor mu?

Alt Problem 1: Yaşlı bireylerin yaşlılığı değerlendirmeleri demografik özellikler açısından farklılık göstermekte midir?

Alt Problem 2: Yaşlı bireylerin yaşlılık sürecinde yalnız veya diğer aile üyeleri ile yaşamaları, yaşlılığın yaşamından doyum almasını etkilemekte midir?

Alt Problem 3: Yaşlı bireylerin yaşlılık süreçlerinde karşılaştıkları sağlık sorunları onların günlük yaşam aktivitelerini yerine getirmelerinde zorlaşmakta mıdır?

Alt Problem 4: Yaşlı bireyler özellikle günlük bakım ve barınma işlerinde kimseden yardım almadan kendi ihtiyaçlarını giderebilmekte midir?

Alt Problem 5: Yaşlı bireyler kendinden sonraki kuşaklarla iletişim kurmakta zorlanmakta mıdır/ kuşak çatışması yaşamakta mıdır?

Alt Problem 6: Yaşlı bireyler kimseden yardım almadan cep telefonu ve bilgisayar kullanabilmektedir.

Alt Problem 7: Yaşlı bireyler diğer insanlarla sosyal ilişkiler kurabilmekte midir? Kuramadığı zamanlarda kendini güçsüz ve eksik hissetmekte midir?

Alt Problem 8: Yaşlı bireyler yaşam koşullarının iyi olduğunu düşünmekte midir?

Alt Problem 9: Yaşlı bireyler yaşadıkları süre boyunca istedikleri şeyleri elde edebilmiş midir?

Alt Problem 10: Bütünsel anlamda yaklaşılarak yaşlılık dönemi nasıl değerlendirilmektedir.

#### 4. BÖLÜM

#### BULGULAR

Araştırmaya dahil edilen kadın bireylerin yaş ortalaması  $74,92 \pm 7,84$ , erkek bireylerin yaş ortalaması  $75,61 \pm 8,16$  tüm katılımcıların yaş ortalaması ise  $75,26 \pm 7,99$ 'dur (Tablo 4.1).

**Tablo 4.1.** Katılımcıların yaş ortalamaları

	Yaş Ortalaması	N	S.S.	Min	Max
<b>Kadın</b>	74,92	100	7,840	63,0	92,0
<b>Erkek</b>	75,61	100	8,169	65,0	96,0
<b>Toplam</b>	75,26	200	7,994	63,0	96,0

Araştırmaya dahil edilen kadın bireylerin gelir ortalaması  $16.566 \pm 7.337$ , erkek bireylerin gelir ortalaması  $8.184 \pm 8.874$  tüm katılımcıların gelir ortalaması ise  $12.375 \pm 9.144$  Türk Lirası'dır (Tablo 4.2).

**Tablo 4.2.** Katılımcıların gelir ortalamaları

	Gelir Ortalaması	N	S.S.	Min	Max
<b>Kadın</b>	16.566	100	7.337	8.000	45.000
<b>Erkek</b>	8.184	100	8.874	0.0	40.000
<b>Toplam</b>	12.375	200	9.144	0.0	45.000

Katılımcılara ilişkin yaşantının sürdürüldüğü kişiler, medeni durum, eğitim durumu ve geçim durumlarına dair tanımlayıcı bilgiler aşağıda tablolarla verilmiştir. Araştırmaya dahil edilen bireylerin ağırlıkla evli olmaları ve eşleri ve çocukları ile birlikte yaşadıkları görülmektedir. Kadınların erkeklerden daha fazla gelire sahip oldukları gözlemlenmektedir. Buna ek olarak erkeklerin daha eğitilmiş oldukları göze çarpmaktadır (Tablo 4.3-4.12).

**Tablo 4.3.** Her iki cinsiyet grubu için yaşantının sürdürüldüğü kişilere ilişkin veriler

<b>Kimlerle yaşıyorsunuz?</b>	<b>Sıklık</b>	<b>%</b>
<b>Yalnız</b>	26	13,0
<b>Eş ve çocuklar ile</b>	156	78,0
<b>Akraba veya arkadaşlar ile</b>	17	8,5
<b>Diğer</b>	1	0,5
<b>Toplam</b>	200	100

**Tablo 4.4.** Her iki cinsiyet grubu için medeni durum

<b>Medeni durum</b>	<b>Sıklık</b>	<b>%</b>
<b>Hiç evlenmemiş</b>	5	2,5
<b>Eşini kaybetmiş</b>	69	34,5
<b>Bekar</b>	1	0,5
<b>Evli</b>	125	62,5
<b>Toplam</b>	200	100

**Tablo 4.5.** Her iki cinsiyet grubu için eğitim durumu

<b>Eğitim durumu</b>	<b>Sıklık</b>	<b>%</b>
<b>Okur-yazar</b>	73	36,5
<b>İlkokul</b>	72	36,0
<b>Ortaokul</b>	22	11,0
<b>Lise</b>	23	11,5
<b>Ön lisans-lisans-lisansüstü</b>	10	5,0
<b>Toplam</b>	200	100

**Tablo 4.6.** Her iki cinsiyet grubu için geçim durumu

<b>Geçim durumu</b>	<b>Sıklık</b>	<b>%</b>
<b>Çalışıyor</b>	1	0,5
<b>Emekli</b>	135	67,5
<b>Emekli ve çalışıyor</b>	23	11,5
<b>Çalışmıyor</b>	41	20,5
<b>Toplam</b>	200	100

**Tablo 4.7.** Kadın cinsiyet grubu için yaşantının sürdürüldüğü kişilere ilişkin veriler

<b>Kimlerle yaşıyorsunuz?</b>	<b>Sıklık</b>	<b>%</b>
<b>Yalnız</b>	6	6,0
<b>Eş ve çocuklar ile</b>	85	85,0
<b>Akraba veya arkadaşlar ile</b>	8	8,0
<b>Diğer</b>	1	1,0
<b>Toplam</b>	100	100

**Tablo 4.8.** Kadın cinsiyet grubu için medeni durum

<b>Medeni durum</b>	<b>Sıklık</b>	<b>%</b>
<b>Hiç evlenmemiş</b>	3	3,0
<b>Eşini kaybetmiş</b>	28	28,0
<b>Bekar</b>	0	0,0
<b>Evli</b>	69	69,0
<b>Toplam</b>	100	100

**Tablo 4.9.** Kadın cinsiyet grubu için eğitim durumu

<b>Eğitim durumu</b>	<b>Sıklık</b>	<b>%</b>
Okur-yazar	28	28,0
İlkokul	40	40,0
Ortaokul	12	12,0
Lise	15	15,0
Ön lisans-lisans-lisansüstü	5	5,0
<b>Toplam</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tablo 4.10.** Erkek cinsiyet grubu için yaşadığının sürdürüldüğü kişilere ilişkin veriler

<b>Kimlerle yaşıyorsunuz?</b>	<b>Sıklık</b>	<b>%</b>
Yalnız	20	20,0
Eş ve çocuklar ile	71	71,0
Akraba veya arkadaşlar ile	9	9,0
Diğer	0	0,0
<b>Toplam</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tablo 4.11.** Erkek cinsiyet grubu için medeni durum

<b>Medeni durum</b>	<b>Sıklık</b>	<b>%</b>
Hiç evlenmemiş	2	2,0
Eşini kaybetmiş	41	41,0
Bekar	1	1,0
Evli	56	56,0
<b>Toplam</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tablo 4.12.** Erkek cinsiyet grubu için eğitim durumu

Eğitim durumu	Sıklık	%
Okur-yazar	45	45,0
İlkokul	32	32,0
Ortaokul	10	10,0
Lise	8	8,0
Ön lisans-lisans-lisansüstü	5	5,0
<b>Toplam</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

Katılımcılara teknoloji kullanımı, sağlık durumu ve yaşam doyumuna ilişkin sorular sorulmuş ve anket yanıtları birlikte ve ayrı ayrı tablolar halinde verilmiştir (Tablo 4.13.-4.20).

**Tablo 4.13.** Kadın cinsiyet grubu için sağlık durumuna ilişkin sorulara verilen cevaplar

	Evet	Hayır
1.Tanısı konmuş hastalığınız var mı?	98	2
2.Sürekli kullandığınız ilaç var mı?	95	5
3.Hastalığınız günlük hayatınızı etkiliyor mu?	59	41
4.İlaçlarınızı tek başınıza alabiliyor musunuz?	84	16
5.Günlük yaşantınızı kısıtlayan bir engeliniz var mı?	12	88
6.Sağlıklı olduğunuzu düşünüyor musunuz?	37	63

**Tablo 4.14.** Erkek cinsiyet grubu için sağlık durumuna ilişkin sorulara verilen cevaplar

	<b>Evet</b>	<b>Hayır</b>
<b>1.Tanısı konmuş hastalığınız var mı?</b>	97	3
<b>2.Sürekli kullandığınız ilaç var mı?</b>	98	2
<b>3.Hastalığınız günlük hayatınızı etkiliyor mu?</b>	39	61
<b>4.İlaçlarınızı tek başınıza alabiliyor musunuz?</b>	93	7
<b>5.Günlük yaşantınızı kısıtlayan bir engeliniz var mı?</b>	9	91
<b>6.Sağlıklı olduğunuzu düşünüyor musunuz?</b>	54	46

**Tablo 4.15.** Kadın cinsiyet grubu için teknoloji kullanımına ilişkin yanıtlar

	<b>Hiç uygu n değil</b>	<b>Biraz uygu n değil</b>	<b>Ne Uygu n Ne Değil</b>	<b>Biraz uygu n</b>	<b>Çok uygu n</b>
<b>1.Kendi hayatımla ilgili kararlarımı kendim verebilirim.</b>	3	5	23	30	39
<b>2.Günlük ihtiyaçlarımı kimseden yardım almadan kendim karşılayabilirim.</b>	12	4	27	20	37
<b>3.Benden sonraki kuşaklarla (örneğin çocuklarım torunlarım) iletişim kurmakta zorlanmam.</b>	2	17	35	18	28
<b>4.Diğer insanlarla kolaylıkla sosyal ilişkiler kurabilirim.</b>	1	3	21	42	33
<b>5.İletişim kuramadığım zamanlarda kendimi güçsüz veya eksik hissetmem.</b>	13	33	23	17	14
<b>6.Toplumsal değişme çerçevesinde değişen dünya düzenine ayak uydurabilirim.</b>	9	23	43	15	10
<b>7.Cep telefonu kullanabilirim.</b>	19	10	24	18	29
<b>8.Bilgisayar kullanabilirim.</b>	85	2	8	2	3
<b>9.Telefon ve bilgisayarımı kimseden yardım almadan kullanabilirim.</b>	35	21	21	11	12
<b>10.Telefonumda sosyal medya uygulamalarını (Whatsapp/Instagram/Facebook/Twitter ) kullanıyorum.</b>	71	1	3	8	17

**Tablo 4.16.** Kadın cinsiyet grubu için yaşam doyumuna ilişkin yanıtlar

	Hiç uygun değil	Biraz uygun değil	Ne Uygun Ne Değil	Hiç uygun değil	Biraz uygun değil
1.Yaşamım birçok yönüyle ideallerime yakın.	11	25	28	25	11
2.Yaşam koşullarım çok iyi.	13	14	40	19	14
3.Yaşamımdan hoşnutum.	8	15	39	21	17
4.Şu ana kadar istediğim şeyleri elde edebildim.	32	22	24	9	13
5.Yeniden dünyaya gelseydim yaşamımda hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.	55	10	20	5	10

**Tablo 4.17.** Erkek cinsiyet grubu için teknoloji kullanımına ilişkin yanıtlar

	Hiç uygun değil	Biraz uygun değil	Ne Uygun Ne Değil	Biraz uygun	Çok uygun
1.Kendi hayatımla ilgili kararlarımı kendim verebilirim.	1	1	27	19	52
2.Günlük ihtiyaçlarımı kimseden yardım almadan kendim karşılayabilirim.	3	10	30	10	47
3.Benden sonraki kuşaklarla (örneğin çocuklarım torunlarım) iletişim kurmakta zorlanmam.	2	19	39	15	25
4.Diğer insanlarla kolaylıkla sosyal ilişkiler kurabilirim.	2	2	13	39	44
5.İletişim kurmadığım zamanlarda kendimi güçsüz veya eksik hissetmem.	12	29	25	12	22
6.Toplumsal değişme çerçevesinde değişen dünya düzenine ayak uydurabilirim.	6	18	52	11	13
7.Cep telefonu kullanabilirim.	11	16	18	23	32
8.Bilgisayar kullanabilirim.	81	4	7	2	6
9.Telefon ve bilgisayarımı kimseden yardım almadan kullanabilirim.	29	20	27	10	14
10.Telefonumda sosyal medya uygulamalarını (Whatsapp/Instagram/Facebook/Twitter) kullanıyorum.	65	1	5	4	25

**Tablo 4.18.** Erkek cinsiyet grubu için yaşam doyumuna ilişkin yanıtlar

	<b>Hiç uygun değil</b>	<b>Biraz uygun değil</b>	<b>Ne Uygun Ne Değil</b>	<b>Hiç uygun değil</b>	<b>Biraz uygun değil</b>
<b>1.Yaşamım birçok yönüyle ideallerime yakın.</b>	7	30	36	17	10
<b>2.Yaşam koşullarım çok iyi.</b>	8	16	40	25	11
<b>3.Yaşamımdan hoşnutum.</b>	9	11	47	18	15
<b>4.Şu ana kadar istediğim şeyleri elde edebildim.</b>	21	29	25	11	14
<b>5.Yeniden dünyaya gelseydim yaşamımda hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.</b>	45	21	21	3	10

**Tablo 4.19.** Her iki cinsiyet grubu için teknoloji kullanımına ilişkin yanıtlar

	<b>Hiç uygun değil</b>	<b>Biraz uygun değil</b>	<b>Ne Uygun Ne Değil</b>	<b>Biraz uygun</b>	<b>Çok uygun</b>
<b>1.Kendi hayatımla ilgili kararlarımı kendim verebilirim.</b>	4	6	50	49	91
<b>2.Günlük ihtiyaçlarımı kimseden yardım almadan kendim karşılayabilirim.</b>	15	14	57	30	84
<b>3.Benden sonraki kuşaklarla (örneğin çocuklarım torunlarım) iletişim kurmakta zorlanmam.</b>	4	36	74	33	53
<b>4.Diğer insanlarla kolaylıkla sosyal ilişkiler kurabilirim.</b>	3	5	34	81	77
<b>5.İletişim kurmadığım zamanlarda kendimi güçsüz veya eksik hissetmem.</b>	25	62	48	29	36
<b>6.Toplumsal değişme çerçevesinde değişen dünya düzenine ayak uydurabilirim.</b>	15	41	95	26	23
<b>7.Cep telefonu kullanabilirim.</b>	30	26	42	41	61
<b>8.Bilgisayar kullanabilirim.</b>	166	6	15	4	9
<b>9.Telefon ve bilgisayarımı kimseden yardım almadan kullanabilirim.</b>	64	40	48	21	26
<b>10.Telefonumda sosyal medya uygulamalarını (Whatsapp/Instagram/Facebook/Twitter ) kullanıyorum.</b>	136	2	8	12	42

**Tablo 4.20.** Her iki cinsiyet grubu için yaşam doyumu ile ilişkin yanıtlar

	Hiç uygun değil	Biraz uygun değil	Ne Uygun Ne Değil	Hiç uygun değil	Biraz uygun değil
1.Yaşamım birçok yönüyle ideallerime yakın.	18	55	64	42	21
2.Yaşam koşullarım çok iyi.	21	30	80	44	25
3.Yaşamımdan hoşnutum.	17	26	86	39	32
4.Şu ana kadar istediğim şeyleri elde edebildim.	53	51	49	20	27
5.Yeniden dünyaya gelseydim yaşamımda hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.	100	31	41	8	20

Cinsiyet gruplarına ilişkin sağlık durumu anketine verilen cevaplar arasındaki farkları belirlemek için yapılan bağımsız grup t testi sonucunda; cinsiyetler arasında 2. 4. ve 5. sorulara verilen cevaplar bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı farklar bulunmuştur ( $p < 0,05$ ) (Tablo 4.21).

**Tablo 4.21.** Gruplar arası sağlık verilerinin karşılaştırılması (Independent samples test)

	F	p	S.S.
1.Tanısı konmuş hastalığınız var mı?	0,816	0,367	0,02218
2.Sürekli kullandığınız ilaç var mı?	5,452	<b>0,021*</b>	0,02603
3.Hastalığınız günlük hayatınızı etkiliyor mu?	0,327	0,568	0,06962
4.İlaçlarınızı tek başınıza alabiliyor musunuz?	17,243	<b>0,000**</b>	0,04489
5.Günlük yaşantınızı kısıtlayan bir engeliniz var mı?	4,260	<b>0,040*</b>	0,10768
6.Sağlıklı olduğunuzu düşünüyor musunuz?	1,148	0,285	0,07135

Cinsiyet gruplarına ilişkin yaşam doyumu anketine verilen cevaplar arasındaki farkları belirlemek için yapılan bağımsız grup t testi sonucunda cinsiyetler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p < 0,05$ ) (Tablo 4.22).

**Tablo 4.22.** Gruplar arası yaşam doyumuna ilişkin verilerinin karşılaştırılması (Independent samples test)

	F	p	S.S.
<b>1.Yaşamım birçok yönüyle ideallerime yakın.</b>	1,295	0,662	0,15971
<b>2.Yaşam koşullarım çok iyi.</b>	0,356	0,619	0,16057
<b>3.Yaşamımdan hoşnutum.</b>	0,698	0,754	0,15943
<b>4.Şu ana kadar istediğim şeyleri elde edebildim.</b>	0,489	0,317	0,18930
<b>5.Yeniden dünyaya gelseydim yaşamımda hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.</b>	1,086	0,711	0,18838

Cinsiyet gruplarına ilişkin teknoloji kullanımı anketine verilen cevaplar arasındaki farkları belirlemek için yapılan bağımsız grup t testi sonucunda cinsiyetler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p < 0,05$ ) (Tablo 4.23).

**Tablo 4.23.** Gruplar arası teknoloji kullanımına ilişkin verilerinin karşılaştırılması

	F	p	S.S.
<b>1.Kendi hayatımla ilgili kararlarımı kendim verebilirim.</b>	0,018	0,105	0,14103
<b>2.Günlük ihtiyaçlarımı kimseden yardım almadan kendim karşılayabilirim.</b>	0,337	0,222	0,17951
<b>3.Benden sonraki kuşaklarla (örneğin çocuklarım torunlarım) iletişim kurmakta zorlanmam.</b>	0,133	0,491	0,15931
<b>4.Diğer insanlarla kolaylıkla sosyal ilişkiler kurabilirim.</b>	0,467	0,150	0,12452
<b>5.İletişim kurmadığım zamanlarda kendimi güçsüz veya eksik hissetmem.</b>	0,228	0,355	0,18339
<b>6.Toplumsal değişme çerçevesinde değişen dünya düzenine ayak uydurabilirim.</b>	0,522	0,382	0,14844
<b>7.Cep telefonu kullanabilirim.</b>	0,318	0,297	0,20079
<b>8.Bilgisayar kullanabilirim.</b>	2,422	0,411	0,14564
<b>9.Telefon ve bilgisayarımı kimseden yardım almadan kullanabilirim.</b>	0,585	0,191	0,28177
<b>10.Telefonumda sosyal medya uygulamalarını (Whatsapp/Instagram/Facebook/Twitter) kullanıyorum.</b>	3,524	0,316	0,23883

Kadınlarda yaşam doyum ölçeğinde aylık gelir miktarı ile yaşam doyumunda arasında düşük düzeyde pozitif korelasyon saptanmıştır ( $p < 0,05$ ) (Tablo 4.24).

**Tablo 4.24.** Kadınlarda yaşam doyumunda ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon ( $p < 0,05$ )

<b>Yaşam Doyumu (Kadın)</b>		
<b>Soru 1</b>	Pearson Correlation	<b>0,347**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,000
<b>Soru 2</b>	Pearson Correlation	0,180
	Sig. (2-tailed)	0,072
<b>Soru 3</b>	Pearson Correlation	<b>0,198*</b>
	Sig. (2-tailed)	0,048
<b>Soru 4</b>	Pearson Correlation	<b>0,224*</b>
	Sig. (2-tailed)	0,025
<b>Soru 5</b>	Pearson Correlation	<b>0,281**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,005

Erkeklerde yaşam doyum ölçeğinde aylık gelir miktarı ile yaşam doyumunda arasında kadınlara oranla kısmi denebilecek miktarda ve düşük düzeyde pozitif korelasyon saptanmıştır ( $p < 0,05$ ) (Tablo 4.25).

**Tablo 4.25.** Erkeklerde yaşam doyumunda ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon ( $p < 0,05$ )

<b>Yaşam Doyumu (Erkek)</b>		
<b>Soru 1</b>	Pearson Correlation	<b>0,220*</b>
	Sig. (2-tailed)	0,028
<b>Soru 2</b>	Pearson Correlation	<b>0,319**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,001
<b>Soru 3</b>	Pearson Correlation	0,180
	Sig. (2-tailed)	0,073
<b>Soru 4</b>	Pearson Correlation	0,130
	Sig. (2-tailed)	0,198
<b>Soru 5</b>	Pearson Correlation	0,188
	Sig. (2-tailed)	0,060

Her iki cinsiyet grubu bir arada değerlendirildiğinde, yaşam doyumu ölçeğinde aylık gelir miktarı ile yaşam doyumu arasında düşük düzeyde pozitif korelasyonlar saptanmıştır ( $p<0,05$ ) (Tablo 4.26).

**Tablo 4.26.** Her iki cinsiyet grubunda yaşam doyumu ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon ( $p<0,05$ )

<b>Yaşam Doyumu (Her iki cinsiyet)</b>		
<b>Soru 1</b>	Pearson Correlation	<b>0,228**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,001
<b>Soru 2</b>	Pearson Correlation	<b>0,247**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,000
<b>Soru 3</b>	Pearson Correlation	<b>0,156*</b>
	Sig. (2-tailed)	0,027
<b>Soru 4</b>	Pearson Correlation	<b>0,184**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,009
<b>Soru 5</b>	Pearson Correlation	<b>0,215**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,002

Kadınlarda sağlık durumu ile aylık gelir miktarı arasındaki ilişki ele alındığında “Sağlıklı olduğunuzu düşünüyor musunuz?” sorusuna verilen yanıt ile gelir miktarı arasında pozitif korelasyon tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Bu ilişki, yüksek gelire sahip olanların kendilerinin daha sağlıklı olduklarını düşündükleri şeklinde yorumlanabilir (Tablo 4.27).

**Tablo 4.27.** Kadınlarda sağlık durumu ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon ( $p<0,05$ )

<b>Sağlık anketi (Kadın)</b>		
<b>Soru 1</b>	Pearson Correlation	-0,103
	Sig. (2-tailed)	0,309
<b>Soru 2</b>	Pearson Correlation	<b>-0,263**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,008
<b>Soru 3</b>	Pearson Correlation	-0,150
	Sig. (2-tailed)	0,136
<b>Soru 4</b>	Pearson Correlation	0,104
	Sig. (2-tailed)	0,303
<b>Soru 5</b>	Pearson Correlation	-0,012
	Sig. (2-tailed)	0,906
<b>Soru 6</b>	Pearson Correlation	<b>0,317**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,001

Erkeklerde sağlık durumu ile aylık gelir miktarı arasındaki ilişki ele alındığında “Sağlıklı olduğunuzu düşünüyor musunuz?” sorusuna verilen yanıt ile gelir miktarı arasında pozitif korelasyon tespit edilmiştir( $p<0,05$ ). Bu ilişki, yüksek gelire sahip olanların kendilerinin daha sağlıklı olduklarını düşündükleri şeklinde yorumlanabilir (Tablo 4.28).

**Tablo 4.28.** Erkeklerde sağlık durumu ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon ( $p<0,05$ )

<b>Sağlık anketi (Erkek)</b>		
<b>Soru 1</b>	Pearson Correlation	-0,177
	Sig. (2-tailed)	0,077
<b>Soru 2</b>	Pearson Correlation	-0,093
	Sig. (2-tailed)	0,358
<b>Soru 3</b>	Pearson Correlation	-0,119
	Sig. (2-tailed)	0,238
<b>Soru 4</b>	Pearson Correlation	0,035
	Sig. (2-tailed)	0,730
<b>Soru 5</b>	Pearson Correlation	0,121
	Sig. (2-tailed)	0,232
<b>Soru 6</b>	Pearson Correlation	<b>0,204*</b>
	Sig. (2-tailed)	0,041

Her iki cinsiyet grubunun sağlık durumu ile aylık gelir miktarı arasındaki ilişki ele alındığında “Sağlıklı olduğunuzu düşünüyor musunuz?” sorusuna verilen yanıt ile gelir miktarı arasında pozitif korelasyon tespit edilmiştir( $p<0,05$ ). Bu ilişki, yüksek gelire sahip olanların kendilerinin daha sağlıklı olduklarını düşündükleri şeklinde yorumlanabilir (Tablo 4.29).

**Tablo 4.29.** Her iki cinsiyet grubunda sağlık durumu ile aylık gelir miktarı arasındaki korelasyon ( $p<0,05$ )

<b>Sağlık anketi (Her iki cinsiyet)</b>		
<b>Soru 1</b>	Pearson Correlation	-0,137
	Sig. (2-tailed)	0,054
<b>Soru 2</b>	Pearson Correlation	-0,096
	Sig. (2-tailed)	0,176
<b>Soru 3</b>	Pearson Correlation	<b>-0,207**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,003
<b>Soru 4</b>	Pearson Correlation	0,117
	Sig. (2-tailed)	0,098
<b>Soru 5</b>	Pearson Correlation	0,041
	Sig. (2-tailed)	0,562
<b>Soru 6</b>	Pearson Correlation	<b>0,295**</b>
	Sig. (2-tailed)	0,000

## 5. BÖLÜM

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada toplumsal değişme çerçevesinde yaşlı bireylerin yaşam doyumunu bazı değişkenlere göre; gelir durumu, eğitim seviyesi, medeni durum gibi sosyoekonomik düzeyleri yaşlılık algısı, yaşam doyumunu, teknoloji kullanımı, sağlık durumu, sonraki kuşaklarla ilişkileri, yaşantı memnuniyeti gibi durumları ölçen çeşitli sorular yöneltilmiştir. Araştırmaya T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi Geriatri servisine gelen 65 yaş ve üzeri 100 kadın ve 100 erkek toplamda 200 birey katılmıştır.

#### 5.1. Yaşlıların Demografik Özellikleri Açısından Değerlendirilmesi

Bulgular değerlendirildiğinde, sosyodemografik değişkenlerden yaş, cinsiyet, eğitim seviyesi ve medeni durumunun kadın ve erkek bireyler arasında farklılıklar gösterdiği gözlemlenmiştir.

Araştırmaya 200 kişi katılmıştır; Araştırmaya katılan kadın bireylerin yaş ortalaması  $74,92 \pm 7,84$ , erkek bireylerin yaş ortalaması  $75,61 \pm 8,16$  tüm katılımcıların yaş ortalaması ise  $75,26 \pm 7,99$ 'dur. Şahin'in (2021) çalışmasında araştırmaya katılan bireylerin yarısı (%51,5) erkeklerden oluşmaktadır. Kadın cinsiyet grubu medeni durumda kadınların (%69)' u evli durumda iken, (%28)'i eşini kaybetmiş, (%3)'ü ise hiç evlenmemiştir. Erkek cinsiyet grubu medeni durumda (%56,0)'i evliyken, (%41,0)'i eşini kaybetmiş ve (%2,0)'ise hiç evlenmemiştir. Görgülü (2022) ankete dahil olan yaşlıların % 76'sı evlidir ve %72'si eşi ile birlikte yaşamaktadır. Medeni durum değişkeni ele alındığında, Kalınkara, ve Baran ve Özkan'ın (2017) çalışmasına göre evli olmanın yaşam doyumunu artıracak olduğunu düşünülmektedir. Görgülü (2022) ankete katılan yaşlıların % 76'sı evlidir ve %72'si eşi ile birlikte ikamet etmektedir. Kadın cinsiyet grubunun eğitim durumu (%28,0)' lık kısmı okuryazar, (%40,0)'i ilköğretim mezunu, (%12,0)'i ortaokul, (%15,0)'i lise ve (%5,0)'i ise üniversite mezunudur.; erkek cinsiyet grubu (%45,0)'i okuryazar, (%32,0)'i ilköğretim mezunu (%10,0)'i ortaokul mezunu ve (%13,0)'i ise lise ve üniversite mezunudur. Eğitim unsurunun yaşam kalitesi üzerinde cinsiyet olarak farklılık gösterdiği gözlemlenmiştir. Şahin(2021)' e göre yaşlı bireylerin eğitim seviyesinin incelendiğinde; kadınların büyük bir kısmının okuryazar olmadıkları (%44,7), erkeklerin ise yine büyük bir çoğunluğunun ilköğretim mezunu olduğu (%54,6) gözlemlenmektedir.

Erkeklerin kadınlara oranla daha fazla okuma yazma oranına sahip oldukları ve eğitim seviyelerinin kadınlardan daha yüksek düzeyde olduğu gözlemlenmiştir. Görüşme sırasında kadın bireylerin okuma yazma oranlarının düşük olması sebebiyle anket çalışması araştırmacının yardımıyla sonuçlanmıştır. Yaşlı bireylerin yaşam doyumları yaşadığı mekân ve kişilere göre değişiklik göstermektedir.

Görüşme esnasında Geriatri servisine rutin kontrole gelen yaşlıların, yalnız gelen yaşlılara göre çocuklarıyla veya torunlarıyla gelenlerin daha mutlu olduğu gözlemlenmiştir. Çocuklarıyla birlikte gelenlerin çocuklarıyla aynı evde ikamet ettiği ve bakımını çocuklarının üstlendiği görülmüştür. Kadın yaşlı bireylerin (%6,0)'ı yalnız yaşamaktadır, (%85,0)'ı eşi ve çocuklarıyla, (%8,0)'ı ise akraba ve arkadaşları ile yaşamaktadır. Erkek yaşlı bireylerin ise (%20,0)'ı yalnız yaşamakta, (%71,0)'ı eşi ve çocuklarıyla yaşamaktadır. Değişen kültür ile birlikte bazı problemler ortaya çıkmaktadır. Bu problemlerden biri de yaşlıların yalnızlaşmasıdır. Bu durumun iki temel nedeni bulunmaktadır. İlk olarak, yaşam süresinin artması ve kadınların genellikle erkeklerden daha uzun yaşamaları, özellikle yaşlılıklarında kadınların dul kalmalarına yol açmaktadır, erkekler için de aynı özellikler geçerlidir. Diğer taraftan geniş aile modelinin yerini çekirdek aile modelinin alması yaşlı bireylerin yaşlılık sürecinde yalnız yaşamasına sebep olmaktadır (Taşkesen, 2017). Anket değerlendirmeleri sonucunda erkeklerin kadın bireylere göre daha fazla yaşamını yalnız sürdürmek zorunda kaldıkları görülmüştür. Özellikle dul kalan kadınlar çocuklarına yardım ettikleri ve onlara manevi destek sağladıkları için çocuklarının yanlarına yerleştikleri gözlemlenmiştir. Erkek yaşlı bireylerin bekar kalmayı tercih etmediklerini de söylemek mümkündür. Bu tercih, erkeklerin ev işlerinde kadınlar kadar başarılı olamadıkları için yardıma daha fazla ihtiyaç duymasıyla ve barınma ihtiyaçlarını tek başına gideremedikleri ile ilişkilendirilebilir. Kadın yaşlı bireyler ise eşlerinin vefatından sonra yeniden evlenmeden yalnız veya çocuklarıyla birlikte yaşamlarını sürdürmektedir (Şahin,2021).

Yaşlı bireylerin yaşlılık sürecinde genellikle geçimlerini emeklilikleriyle sürdürdükleri bilinmektedir. 200 kişi ile yapılan ankette 135 kişinin yüzdelik oranla ise (%67,5)'lik kısmın emekli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Geçimini emeklilik maaşıyla sağlayamayan yaşlı bireylerin (%11,5)'lik kısmı ise çalışmak zorunda kalmaktadır, (%20,5)'i ise çalışmamaktadır. Anket değerlendirmeleri sonucunda kadınların genellikle emekli olmadıkları eşlerinden kalan dul maaşı aldıkları gözlemlenmiştir. Şahin (2021)'e göre kadın yaşlı bireylerin büyük bir çoğunluğu çalışmamaktadır (çalışmayan %87,8, emekli %12,1). Erkek yaşlı bireylerin ise neredeyse tamamına yakınının emekli olduğu (%99,4) gözlemlenmektedir. Sanayi devriminden önceki toplumlarda yaşam şartlarına bağlı olarak bireyler ölene kadar çalışmak zorundadırlar, günümüzde ise 65 yaşından sonra çalışan yaşlı bireylerin sayısında azalma olmuştur (Taşkesen, 2017). Şahin'in (2021) de yaptığı araştırma kapsamında kadın yaşlı bireylerin birçoğunun gelir kaynakları (%47,8) eşlerinden gelmektedir, erkek yaşlı bireylerin ise çoğunluğunun (%75,7) gelir kaynakları emekli maaşıdır. Erkek bireylerin birçoğunun emekli olması ve kadın bireylerin emekli olmamasının sebebi olarak geleneksel toplumda erkeklerin eve ekmek getiren kişi olarak görülmesi, kadınların ise evin işlerini yapması ve çocukların genel bakımını üstlenmesi gösterilebilmektedir. Dolayısıyla kadın yaşlı bireylerin tek geçim kaynağı eşlerinin onlarla paylaştığı paralarıdır. Kadınların çalışmamış olması ve herhangi gelirlerinin olmaması doğrultusunda cinsiyete göre gelir düzeyinde farklılıkların olduğu sonucunu doğurmaktadır. Arun (2008)' de yaptığı çalışmada; Türkiye'de gelir düzeyi

yaşam memnuniyetini belirleyen önemli göstergelerden bir tanesidir, yaşlılıkta beslenme, giyinme, kişisel güvenliğin sağlanması temel yaşam imkanlarına sahip olmayı sağlamakta ve yaşamı kolaylaştırmaktadır. Yaşam memnuniyeti arttıkça insanların isteği de artmaktadır. (Maslow, 1943).

## 5.2. Yaşlıların Sağlık Özellikleri Açısından Değerlendirilmesi

Yaşlıların yaşam kalitesini belirleyen bir diğer ölçek yaşlı bireylerin sağlık durumudur. Sağlık durumu, yaşlı bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlık durumu olarak iki şekilde düşünülebilir. Yaşlılık döneminde sağlık sorunlarının görülmesi yaşlıların yaşamını zor ve karmaşık bir hale getirmektedir. Yaşlıların sağlık sorunlarını ifade etme güçlüğü yaşamaları ve sağlık hizmetlerine ulaşma konusunda sorun yaşamaları ve son olarak sağlık hizmetlerine harcanan ücretlerin karşılanamaması gibi sorunlar yaşlıların yaşam memnuniyetlerini olumsuz yönde etkilemektedir (Özmete, 2008). Yapılan anket çalışması neticesinde "tanısı konulmuş hastalığınız var mı?" sorusuna 97 kadın birey evet cevabını verirken 3 kadın birey hayır cevabını, 98 erkek yaşlı birey evet, 2 erkek yaşlı birey hayır cevabını vermiştir. " Sürekli kullandığınız ilaç var mı?" sorusuna ise 98 kadın yaşlı birey evet cevabını, 2 yaşlı kadın birey hayır cevabını, 95 erkek yaşlı birey evet, 5 erkek yaşlı birey hayır cevabını vermiştir. " Hastalığınız günlük hayatınızı etkiliyor mu?" sorusuna 39 yaşlı kadın birey evet cevabını verirken, 61 kadın yaşlı birey hayır cevabını, 59 erkek yaşlı birey evet cevabını verirken 41 erkek yaşlı birey hayır cevabını vermiştir. " İlaçlarınızı tek başınıza zamanda alabiliyor musunuz?" sorusu hem kadın yaşlı bireylerde hem de erkek yaşlı bireylerde çoğunlukla evet cevabını vermişlerdir. Yaşlı kadın bireylere yöneltilen bir diğer soru ise " günlük hayatınızı etkileyen bir engeliniz var mı?" sorusuna çoğunlukla hayır cevabı verilmiştir, erkek yaşlı bireylerde de yine aynı şekilde çoğunlukla hayır cevabı verilmiştir. Yaşlı bireylere son olarak "sağlığınızın iyi olduğunu düşünüyor musunuz?" sorusu yöneltilmiş ve büyük kısmından şu şekilde cevap alınmıştır; 54 kişi evet, 46 kişi hayır cevabını vermiştir.

Özellikle yaşlılıkta fiziksel ve ruhsal sağlık kaliteli yaşlanma imkanları açısından oldukça önemlidir. Yaşlılıkta yaşam memnuniyeti belirleyicileri olarak fiziksel ve ruhsal sağlık hizmetleri bütünsel bir yaklaşımla değerlendirilmelidir. Yaşlılara sunulan sağlık hizmeti sadece yaşlılık sürecinde değil, insan ömrü boyunca sağlık ve bakım hizmetleri devam etmelidir. Bu durum hem yaşlılıkta hem de insan yaşamı boyunca bireylere kaliteli bir yaşam geçirme imkânı sunacaktır. (Arun, 2008). Türkiye'deki yaşlılar kronik rahatsızlıklardan ve bu hastalıkların beraberinde getirdiği sosyal zorluklardan etkilendiklerini ifade etmektedirler. Sağlık alanındaki ilerlemeler her geçen gün artsa da hastalıkla geçirilen süreler giderek uzamaktadır, hastalıkla geçirilen süre arttıkça yaşlı bireylerin sosyalleşebilme durumları neredeyse ortadan kalkmaktadır. Dolayısıyla yaşlı bireylerin yaşam memnuniyeti olumsuz yönde etkilenmektedir. (Arun 2013). Pandemi sürecinde yaşanan bulaşıcı hastalıkların ölümle sonuçlanmaması fakat iyileşme sürecinin uzun olması yaşlıları derinden etkilemiştir;

fakat daha uzun yaşayan kadın yaşlı bireylerin daha fazla sağlık sorunu yaşadıkları sonucuna varılmıştır. Arun'un çalışmasına göre Türkiye'de kadınlar daha hastayken erkeklerden daha fazla yaşamaktadırlar. Türkiye'de statü/sınıf ve hastalıklar arasında derin bir bağ vardır; sağlığının kötü olduğunu düşünen yaşlı bireylerin daha çok alt sınıfa mensup olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum emekli olduktan sonra gelir seviyesinin düşmesine ve yaşlı bireylerin sağlık sorunları dolayısıyla istediği her şeyi yiyememesine bağlanabilir. Şeker, diyabet ve tansiyon gibi kronik rahatsızlıklara sahip bireylerin sürekli perhiz tutma zorunlulukları oldukları görüşme esnasında gözlemlenmiştir.

### 5.3. Yaşlıların Teknoloji Kullanımı Açısından Değerlendirilmesi

Anket değerlendirmesi sonucunda kadın yaşlı bireylere sorulan "cep telefonu kullanabilirim" sorusuna çoğunlukla 'çok uygun' cevabı verilmiştir; erkek yaşlı bireyler cep telefonu kullanımı 'ne uygun ne değil' cevabı verilmiştir. Kadın bireyler ve erkek bireyler "Bilgisayar kullanabilirim" sorusuna ise büyük çoğunluk, 'hiç uygun değil' seçeneğini işaretleyerek bilgisayar kullanmadığını belirtmişlerdir. (Kalınkara ve Sarı, 2023)' e göre araştırmaya katılan yaşlıların hepsi cep telefonu kullanmaktadır. Cep telefonu ve bilgisayar kullananların oranı % 70.0'dir. Kadın yaşlı bireyler cep telefonu ve bilgisayar kullanımında " Telefon ve bilgisayarımı kimseden yardım almadan kullanabilirim" sorusuna çoğunlukla 'hiç uygun değil' cevabını verirken (%21,0)'lık kısım 'uygun değil' cevabını (%21,0)'lık kısım ise 'ne uygun ne değil' cevabını vermiştir. Erkek bireylerde ise çoğunluk olarak (%29,0)'lık bir oranla 'hiç uygun değil' cevabını (%27,0)'lık oranla 'ne uygun ne değil' cevabını vermiştir.

"Telefonumda sosyal medya uygulamalarını kullanıyorum" sorusuna ise kadın yaşlı bireyler (%71,0)'lık bir oranla 'hiç uygun değil' cevabı verirken, erkek yaşlı bireyler ise (%65,0)'lık oranla çoğunlukla aynı cevap verilmiştir. Kadınlar erkeklere oranla daha fazla sosyal medya uygulamaları kullandıkları görülmüştür. (Gümrükçüoğlu, 2022)'nın çalışmasına göre akıllı telefon kullanmayı öğrendikten sonra kadınların bazıları evinin işlerini bitirdikten sonra telefonlarıyla vakit geçirdiklerini söylemişlerdir. Erkeklerin kadınlara göre sosyalleşme durumları daha yüz yüze gerçekleşmektedir, özellikle emekli erkeklerin sabah kahvaltısından sonra evden çıktıkları ve arkadaşlarıyla vakit geçirdikleri gözlemlenmiştir. Kadınların ise gün içindeki görevlerini hallettikten sonra dışarıda işleri varsa onları da bitirip genelde evde vakit geçirdikleri gözlemlenmiştir. Akıllı telefon sahibi olduktan sonra kadınlar sosyal medya uygulamalarında vakit geçirmeyi sevdiklerini söylemişlerdir. Dikkat çeken önemli bir bulguda sosyal medyanın katılımcıların boş zamanlarında vakit geçirdikleri ve günlük rutin pratiklerinin önemli bir parçası haline gelmesidir (Gümrükçüoğlu, 2022). Özellikle kadın yaşlı bireylerin sosyal medyada yemek tarifleri ve el işleri örneklerine bakmaları da araştırmacı tarafından dikkat çekmektedir. (Kalınkara ve Sarı, 2023) yaptıkları çalışmada yaşlı bireylerin sosyal medyayı genellikle haberleşme, bilgi alışverişi, oyun oynama, merak ettiği konu hakkında çözüm bulma amacıyla kullanmaktadır.

#### 5.4. Yaşlıların Sosyal İlişkileri Açısından Değerlendirilmeleri

Yaşlıların diğer insanlarla sosyal ilişkiler kurabilmesi onların fiziksel ve ruhsal sağlıkları kadar büyük önem taşımaktadır. Arun'un (2008)' de yaptığı çalışmada sosyal ilişkiler Türkiye'de yaşam memnuniyeti için oldukça önemli bir faktördür. Modern çalışmalarda yaşlı bireylerin aile ve arkadaşlarıyla geçirdikleri zaman sosyal destek açısından oldukça önemlidir (Bowling ve Iliffe, 2006; Castensen ve diğerleri, 2003, Akt. Arun, 2008). Yaşlı bireylerin kendi hayatları hakkında kendi kararlarını verebiliyor olması ve kimseden yardım almadan günlük yaşamını idame edebiliyor olması da sosyalleşebilmeleri açısından oldukça önemlidir. Anket çalışması değerlendirilmesinde kadın yaşlı bireylerin "kendi hayatımla ilgili kararlarımı kendim verebilirim" sorusuna çoğunlukla 'çok uygun' cevabını vermişlerdir; erkek yaşlı bireyler ise kadınlarla benzer özellikler göstererek çoğunlukla 'çok uygun' cevabını vermişlerdir. "Günlük ihtiyaçlarımı kimseden yardım almadan karşılayabilirim" sorusuna kadın yaşlı bireyler aynı oranda 'biraz uygun' ve 'çok uygun' cevaplarını, erkek yaşlı bireyler ise çoğunluk olarak 'çok uygun' cevabını vermiştir. Kadınların daha uzun ömürlü olması fakat sağlıklarının erkeklere göre daha kötü olması bu duruma açıklık getirmektedir. Kadın yaşlı bireyler "Benden sonraki kuşaklarla iletişim kurmakta zorlanmam" sorusuna kadın yaşlı bireyler çoğunlukla 'ne uygun ne değil' cevabını vermiştir, erkekler ise en yüksek oranla 'ne uygun ne değil' cevabını vermişlerdir. Kadın ve erkek yaşlı bireyler ortalama olarak "diğer insanlarla kolaylıkla ilişkiler kurabilirim" sorusuna 'biraz uygun' cevabını vermişlerdir.

Yaşlı bireyler kendi akran gruplarıyla ve diğer yaş grubundaki bireylerle sosyal çevreye uyum sağlamak ve toplumsal ilişkiler kurabilmek ve kendi benliklerini oluşturabilmek için sosyal çevreye ve ortamlara ihtiyaçları vardır (Özkul vd., 2019). Kalaycı, Özkul vd. (2021) de yapmış oldukları araştırmada katılımcılara 'yaşlılar sosyal hayata dahil olabiliyor mu?' sorusuna yaşlıların sosyal hayata katıldıklarını ifade etmişlerdir. Başka bir araştırmada yaşlı bireyler sosyal hayata katılımda engeller yaşayabilmektedir. Bunun sebebi ise bazı yaşlı bireylerin yalnız yaşaması, aile ve akrabalarından uzak yerlerde yaşaması, sağlık sorunları, evden çok fazla çıkmaması gibi etkenlerdir (Breheny ve Severinsen, 2018; El Haj vd., 2016, Akt. Kalaycı, vd, 2021). Yaşlı bireylerin aile bireyleriyle geçirdikleri zaman, sosyal bir çevreye sahip olmaları, çocuklarıyla ve torunlarıyla aralarında kuşak çatışması yaşanmaması gibi etkenler yaşam kalitelerine olumlu anlamda etki etmektedir. Bu dönemde yaşlı ile vakit geçirilmeli, özen ve saygı gösterilmeli ve günlük işlerini yerine getirmelerini desteklemeli, yapmaktan zevk aldığı davranışları birlikte yapmalıdır. Bunların yapılması yaşlı bireylerin psikolojik sorunlarının oluşumun önlenmesine yardımcı olmakta ve yaşlılık dönemini daha kolay geçirmelerini sağlayacaktır (Kalıncara, 2011). Yapılan bu çalışmada sosyalleşmenin ve kuşak çatışması yaşamamanın yaşam doyumu açısından olumlu bir etkiye sahip olduğu saptanmıştır.

### 5.5. Yaşlı Bireylerin Yaşam Doyumunu Açısından Değerlendirmeleri

Yaşlılık döneminde yaşam doyumuna erişebilmek için yaşlıların yaşam koşullarının iyileştirilmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Ancak yaşlılık döneminde karşılaşılan bazı sorunlar; e sağlığın eskisi gibi olmaması, gelir düzeyinin düşük olması ve eş kaybı, bireylerin arzu ettikleri yaşam doyumuna erişimlerini engellemektedir. (Gönen ve Özmete, 1999; Wan , Odell ve Lewis, 1982, Akt. Özmete, 2008). Bu çalışmanın değerlendirilmesinde yaşlı erkek bireyler “yaşamımdan hoşnutum ve yaşam koşullarım çok iyi” sorularına çoğunlukla ‘ne uygun ne değil’ cevaplarını vermişlerdir, kadın yaşlı bireyler erkeklere göre daha düşük bir oranla ‘ne uygun ne değil’ cevabını vermişlerdir. Görüşme esnasında katılımcılara yaşam doyumunu ile ilgili sorular sorulduğunda şıklara cevap vermeden önce “ bugüne çok şükür”, “elhamdülillah” gibi yanıtlarla karşılaşmıştır. “Yeniden dünyaya gelsem yaşamımda hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim” sorusuna erkek yaşlı bireyler çoğunlukla ‘hiç uygun değil’ cevabını verirken, kadın yaşlı bireylerde aynı cevabı vermişlerdir. Tufan ve arkadaşları (2019)’ nın çalışmasında Katılımcıların birçoğu (%70,4) kişisel yaşamlarının değişmesini istemektedir. Burada dolayısıyla şu anki yaşamlarından memnun olmadıkları anlaşılmaktadır. Bir başka çalışmada örneklem grubunu oluşturan yaşlı bireylerin %73,5’i hayatlarından memnundur. Bu çalışmada yaşlı bireyler yaşam memnuniyetini değerlendirirken çevresel faktörlere de önem vermişlerdir; bu faktörler bireylerin yakın çevresi ve ailesi olan ilişkisi ve teknolojik gelişmelerdir. Çalışmaya göre teknolojik gelişmeler yaşlı bireylerin hayatını kolaylaştırdığı için bu durumdan memnun kalmaktadırlar (Altunay ve Özkul, 2022).

Görüşme yapıldığı esnada yaşlı bireylerin günümüzde aile ve akraba ilişkilerinin çok zayıfladığını eskisi gibi insanların birbirlerinin evine gitmediğini ve bu uzaklıklardan hiç hoşnut olmadıklarını ifade etmektedirler. Çünkü yaşamın getirmiş olduğu zorluklarla yalnız baş etmek zorunda kaldıkları ve sosyalleşebildiklerini alanları azalmaktadır; dolayısıyla sürekli evde vakit geçirmeleri onların yaşam doyumunu azaltmaktadır. Altunay ve Özkul’un (2022) çalışmasında yaşamdan doyum almadığını söyleyen yaşlıların memnun olamamaları, yaşlılıktan dolayı meydana gelen sosyal ve fiziksel sorunlar (%40,7), yalnızlık (%18,5), ekonomik düzeyin yetersiz olması ile çocukların ilgilenmemesi (%14,8) ve sağlık sorunları (%11,2) bulunmaktadır.

Bu bulguların diğer çalışmalarla birlikte değerlendirilmesinde; çalışmaların birebir benzeyen çalışmalar olmadığı göz önünde bulundurulmalıdır.

## SONUÇ

Dünyada insan ömrünün uzaması, sağlık alanındaki ilerlemeler sonucunda hastalıkların tedavisinin bulunması ve doğurganlık oranlarının azalması yaşlı nüfusunun da aynı oranda artmasına neden olmaktadır. Toplumsal değişimler kültürlerin dolayısıyla bireylerin değişmesi, ekonomik ve teknolojik koşulların değişmesi de yaşlılığa bakış açısını değiştirmiş bilimler bu alanda çalışmaya başlamışlardır. Yaşlılığa bakış açısı kültüre, toplumlara ve çağa göre de değişiklik göstermektedir. Her toplumun ve kültürün her çağda yaşlıya karşı bakış açısı farklılık göstermekte ve değişmektedir; toplumlar yaşlılara karşı bazı roller ve normlar geliştirmekte ve yaşlıyı o şekilde değerlendirmektedir.

Yaşam kalitesi yaşam boyunca hemen her yaş grubu için önemli bir kavramdır. Yaşlılık döneminde diğer yaşlara göre daha önemli olmasının sebebi ise bireylerin yaşlılık döneminde yaşadığı sosyal çevreye uyum, gelir seviyesinin değişimi, teknolojik çağa uyum gibi faktörlerin ortaya çıkmasıdır. Yaşlılıkta bireylerin yaşlılık süreçlerinde nasıl daha iyi olabileceklerini incelemek tezin temel amaçlarından biridir.

Bu çalışmada yaşlı bireylerin yaşlılık sürecinde fiziksel, sosyal ve psikolojik özellikleri bağlamında değerlendirmeler yapılmıştır. Yaşlı bireyler yaşlılık sürecinde fiziksel, sosyal ve psikolojik olarak değişim geçirmektedirler. Fiziksel olarak değişimleri hem dış görünüş olarak hem de sağlıksal anlamda olmaktadır. Vücutları ve organları eskisi kadar işlevsel değildir, saçları beyazlamakta yüzlerinde kırışıklıklar meydana gelmektedir. Psikolojik olarak ise yaşlılıklarını kabullendikleri zamana kadar genellikle içine kapanık bir tavır sergilemekte ve sosyallikten uzak ve yalnız kalmaları sonucunda yaşamından doyum alamamaktadırlar. Sosyal olarak emeklilikten sonra çalışma hayatının son bulması eve kapanmaları, gelirin düşmesi nedeniyle çok fazla sosyalleşemedikleri sonucuna varılmıştır.

Bu çalışmanın başka bir önemli vurgusu ise toplumsal değişimin yaşlılar üzerindeki etkisidir. Bu çalışmada yaşlıların geleneksel toplumlarda ve modern toplumlar arasında yaşadıkları değişim üzerinde durulmuştur. Geleneksel toplumlarda yaşlı bireyler tecrübelerinden yararlanan, bilgisine ve deneyimine güvenilen ve onların sözünden çıkılmayan bireyler olarak görülmekteydi. Yaşlı bireyler varsa erkek çocukları, gelinleri ve torunları ile geniş aile şeklinde yaşamaktaydılar. Sanayi devriminden sonra kültür ve normlar değişmiş çalışma şekilleri değişmiş ve insanlar kırsalda yaşamayı bırakıp kente göç etmişlerdir. Böylelikle geleneksel toplumlar yerini modern toplumlara bırakmışlardır. Modern toplumların oluşmasıyla birlikte yaşlı bireylerin tecrübeleri, deneyimleri eskisi kadar etkili olmaktan çıkmış, geniş aile modeli yerini çekirdek ailelere bırakmıştır. Kadınların çalışma hayatına atılması; yaşlı bireylerin çocukları ve torunları ile yaşamasa da torunlarına bakarak çocuklarına manevi destek sağladıkları gözlemlenmiştir.

Çalışmanın üzerinde durduğu konu yaşlı bireylerin yaşam doyumu konusudur. Bulgular ve tartışma bölümünde görüleceği üzere Çorum' da T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Eğitim

ve Araştırma Hastanesi Geriatri Servisine rutin kontrole gelen yaşlı bireyle gerçekleştirilen çalışmada; yaşlı bireylere demografik özellikleri ile ilgili, sağlıkları ile ilgili, teknoloji kullanımı ile ilgili ve son olarak yaşam doyumuna ilişkin sorular sorularak analiz edilmiştir. Yalnız anket soruları değil araştırmanın gerçekleştirildiği süreçte gözlemlenmiştir. Yapılan veri analizi sonucunda yaşlı bireylerin verdiği cevaplar doğrultusunda kadın ve erkek bireyler ortalama olarak yaşamdan ne doyum aldıklarını ne de almadıkları söylemişlerdir. 'Yeniden dünyaya gelseydim hayatımda hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmedim' sorusuna hem kadınlar hem de erkekler kesinlikle değiştirdim cevabını vermişlerdir. Çocukları ya da torunları ile anlaşmalarında genellikle sorun yaşamadıklarını herhangi bir çatışmaya maruz kalmadıklarını ve sosyal ilişkiler kurabildiklerini söylemişlerdir.

Araştırmanın sonuçları arasında yer alan yaşlıların yaşlılık sürecince sosyal, psikolojik ve fiziksel anlamda desteğe ihtiyaçları olduğu toplumsal bütünlüğü sağlayabilmesi açısından önemli bir konudur. Yaşlıların sadece bir konu bağlamında değil yaşlılığın bütünsel bir konu olarak ve yaşlılık dönemindeki sorunların sadece bir boyutta değil yaşlılığın her yönüyle bir bütün olarak ele alınması gerekmektedir. Bu nedenle, yaşlanma sürecini, yaşlılığı ve yaşlıların ihtiyaçlarını anlamaya yönelik araştırmaların çeşitli alanlarda devam etmesi ve artırılması oldukça büyük bir öneme sahiptir.

Araştırma sonucunda yaşlılık dönemi değerlendirildiğinde; yaşlılığın daha olumsuz bir durum olarak betimlendiği gözlemlenmiştir. Yaşlılıkta aile ilişkileri, yoksulluk ve sosyalleşememe gibi olumsuz durumlar yaşanmaktadır fakat yaşlılığa yönelik olumsuz algının değiştirilmesi gerekmektedir. Yaşlılar için sosyal ve manevi destek sağlayacak politikalar geliştirmelidir. Yaşlı bireylerin yaşlılık dönemini kabullenip sosyal hayata yeniden adapte edilebilmeleri henüz tam anlamıyla başarılabilen bir durum değildir. Yaşlıların toplumdan dışlanmasının önüne geçilmelidir. Yaşlı için sosyal ve psikolojik destek aşamaları düzenlenmeli, yaşlının toplum içinde görülmesi ve aktif rol alan bireyler haline getirilmesi gerekmektedir. Sosyal güvenlik sistemleri yaşlılık döneminde yaşanan sosyal ve sağlık problemleri üzerinde durmalı buna yönelik politikalar geliştirilmelidir, bu politikalar yaşlının muhtaçlık durumunu ortadan kaldırmaya yönelik olmalıdır. Yaşlanmayı, yaşlılığı tanımalı ve yaşlının ihtiyaçlarını anlayarak bu alanda çalışmalar gerçekleştirilmelidir.

## KAYNAKÇA

- Ağar, A. (2020). Yaşlılarda Ortaya Çıkan Psikolojik Değişiklikler. *Geriatrik Bilimler Dergisi*, 3(2), 75-80.
- Akçay, C. (2011). *Yaşlılık, Kavramlar ve Kuramlar*. İstanbul: Kriter Yayınevi.
- Akçay, C. (2015). *Yaşlılık ve Emeklilik: Kavramlar, Kuramlar, Sorunlar*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Akın, G. (2006). *Her Yönüyle Yaşlılık*. Ankara: Palme Yayınevi.
- Altunay, Z. ve Özkul, M. (2022). Geçmişin Değeri Günün Sosyal Problemi: Yaşlılık Ve Modern Toplumda Yaşlı Bakımı. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 13(35), 1012-1036.
- Arun, Ö. (2016). Çağdaş Türkiye’de Yaşlılık ve Eşitsizlik. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*, 6(2), 29-48.
- Arun, Ö. (2008). Yaşlı Bireyin Türkiye Serüveni: Kaliteli Yaşlanma İmkânı Üzerine Senaryolar. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 313-330.
- Arun, Ö. (2009). Yaşlı Bireyin Türkiye Serüveni: Türkiye’de Yaşlı Bireyler Arasında Kültürel Sermaye Dağılımı. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(1), 77-100.
- Atilla, S. (2006). *Toplumsal Değişimin Aile ve Yaşlılar Üzerine Etkisi: İstanbul’daki Beş Huzurevinde İnceleme*, (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Arpacı, F., Ve Tekedere, H. (2016). Orta Yaş ve Yaşlı Bireylerin İnternet Ve Sosyal Medyaya Yönelik Görüşleri. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 20(2), 377-392.
- Arpacı, F. (2005). *Farklı Boyutlarıyla Yaşlılık*. Ankara: Türkiye İşçi Emekliler Derneği Eğitim ve Kültür Yayınları.
- Aydiner Boylu, A. Ve Günay, G. (2018). Yaşlı Bireylerde Algılanan Sosyal Desteğin Yaşam Doyumu Üzerine Etkisi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırma Dergisi*, 7(2), 1351-1363.
- Aydiner Boylu, A. (2013). Yaşlılıkta Yaşam Kalitesi ve Konut İlişkisi. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 24(1), 145-156.
- Beğler, T., Ve Yavuzer, H. (2012). Yaşlılık ve Yaşlılık Epidemiyolojisi. *Klinik Gelişim*, 25, 1-3.
- Bowling, A., Ve Iliffe, S. (2006). Which Model Of Successful Ageing Should Be Used? Baseline Findings From A British Longitudinal Survey Of Ageing. *Age And Ageing*, 35, 607-614.
- Bulduk, E. Ö. (2014). Yaşlılık ve Toplumsal Değişim. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 182(182), 53-60.
- Canatan, A. (2008). Toplumsal Değerler ve Yaşlılar. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(1), 62-71.
- Canatan, A. (2008). *Sosyal Yönleriyle Yaşlılık*. Ankara: Palme Yayıncılık.
- Canatan, A. (2009). Gençlerin Yaşlılarla İlgili Düşünceleri. *Ekev Akademi Dergisi*, 13(39), 179-187.
- Coşkun, A. (2013). *Din, Toplum ve Kültür*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Cumming, E. ve Henry, W. E. (1961). *Growing Old: The Process Of Disengagement*, Basic Books Inc.
- Çağlar, T. (2017). *Yaşlı Bakımı: Modeller ve Uygulamalar*. Ankara: Nika Yayınevi.
- Çataloğlu, S. (2018). Yaşlılık, Değer ve Teknoloji. *Uluslararası İnsan Çalışmaları Dergisi*, 1(1), 25-33.
- Çilingiroğlu, N. ve Demirel, S. (2004). Yaşlılık ve Yaşlı Ayrımcılığı. *Türk Geriatri Dergisi*, 7(4), 225-233.

- Dağ, A. (2016). *Huzurevlerinde ve Aileleri Yanında Kalan Yaşlıların Sosyal Destek Ağları: Konya Örneği*, (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam Doymu Ölçeğinin Türkçe 'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262.
- Dönmez, G. (2010). *Yaşlılıkta Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler*, (Yüksek Lisans Tezi). Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Durkheim, E. (1985). *Toplumbilimsel Yöntemin Kuralları*, Çev. C. B. Akal, İstanbul: Bilim/Felsefe/Sanat Yayınları.
- Efe, A. ve Aydemir, M. (2015). Yaşlı Kadın Olmak: Psiko-Sosyolojik Kuramlar Çerçevesinde Yaşlılık ve Kadın- Isparta Huzurevi Örneği. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 34, 193-223.
- Ekinci, A. (2021). *Yaşlılık ve Kadın*, (Yüksek Lisans Tezi). Nevşehir: Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Emiroğlu, V. (1995). *Yaşlılık ve Yaşlının Sosyal Uyumu*. Ankara: Şahıs Yayınevi.
- Er, D. (2009). Psikososyal Açından Yaşlılık. *Fırat Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4(11), 131-144.
- Esichaikul, R. (2012). Travel Motivations, Behavior And Requirements Of European Senior Tourists. *Revista De Turismo Y Patrimonio Cultural*, 10(2), 47-58
- Giddens, A. (2014). *Modernite ve Bireysel Kimlik: Geç Modern Çağda Benlik ve Toplum*, Çev. Ü. Tatlıcan, İstanbul: Say Yayınları.
- Giddens, A. (2012). *Sosyoloji*. İstanbul: Kırmızı Yayınları.
- Göktaş, H. (2019). *Türkiye'de Yaşlılık Olgusu ve Yaşlılara İlişkin Tutumların Kültürel Temelleri Üzerine Bir Alan Araştırması: Van – Muğla Örneği*, (Yüksek Lisans Tezi). Van: Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gök, İ. (2018). *Yaşlıların Toplumsal Yaşama Katılımı: Bolu İli Örneği*, (Yüksek Lisans Tezi). Bolu: Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Görgülü Köse, N. (2022). *Yaşlı Nüfusun Aktivite Düzeyi ve Yaşam Kalitesi İlişkisi, Sinop İli Örneği*, (Doktora Tezi). İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Görgün Baran, A. (2004). Yaşlılık Sosyolojisi. Ed. V. Kalınkara, *Yaşlılık / Disiplinler Arası Yaklaşım, Sorunlar, Çözümler*. Ankara: Odak İletişim Yayınları.
- Görgün Baran, A. (2008). Yaşlılıkta Sosyalizasyon ve Yaşam Kalitesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(2), 86-97.
- Görgün Baran, A. (2000). Yaşlılıkta Sosyal Uyum Sorunu. *Antropoloji ve Yaşlılık: Prof. Dr. Vedia Emiroğlu'na Armağan*, (Ss. 68-76). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Yayınları.
- Görgün Baran, A., Kalınkara, V., Aral, N., Akın, G., Baran, G., Ve Özkan, Y. (2005). *Yaşlı ve Aile İlişkileri Ankara Örneği*. Ankara: TC Başbakanlık Aile Ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü.
- Görgün Baran, A., Kalınkara, V., Aral, N., Akın, G., Baran, G., Ve Özkan, Y. (2005). *Yaşlı ve Aile İlişkileri Ankara Örneği*. TC Başbakanlık Aile Ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü: Ankara.
- Gönüllü Taşkesen, C. (2017), *Kırsal ve Kentsel Alanlarda Yaşlanma, Yaşlılık ve Yaşlılar: Denizli İli Örneği*, (Doktora Tezi). Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gönüllü Taşkesen, C. (2017). Kırsal ve Kentsel Alanlarda Yaşlanma, Yaşlılık ve Yaşlılar: Denizli İli Örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 4(1), 92-124.

- Gümrükçüoğlu, E. N. (2022). *Dijital Eşitsizlik ve Yaşlılık: Trabzon'da 60 Yaş ve Üstü Sosyal Medya Kullanıcı Deneyimleri*, (Yüksek Lisans Tezi). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gül, H. (2022). Modernleşme Sürecinde Yaşlılık Sorunlarına İlişkin Sosyolojik Bir Değerlendirme. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırma Dergisi*, 11(2), 928-943.
- İçli, G. (2004). Huzurevinde Kalan Yaşlılar Üzerine Bir Araştırma. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 5-24.
- İçli, G. (2008). Yaşlılar ve Yetişkin Çocuklar. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(1), 29-38.
- Kalaycı, I., ve Özkul, M. (2017). Geleneksel Kalabilsem Modern Olabilsem: Modernleşme Sürecinde Yaşlılık Deneyimleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 8(18), 90-110.
- Kalaycı, I., Özkul, M. ve Uysal Tuna, M. (2021). Yaşlı Bakım İstihdamında Yaşlanma ve Yaşlılık Algısı. *Mehmet Akif Ersoy İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 8(1), 146-170.
- Kalınkara, V. (2011). *Temel Gerontoloji Yaşlılık Bilimi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kalınkara, V. ve Sarı, İ. (2023). Yaşlı Bireylerin Sosyal Medya Kullanımı ve Yaşlanma Algısı. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 27(1), 87-102.
- Kalkan, M. (2008). Yaşlılık: Tanımı, Sınıflandırılması ve Genel Bilgiler. Ed. K. Ersanlı ve M. Kalkan, *Psikolojik, Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık* (ss. 1-15). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Karan, M. A. (2007). Biyolojik, Psikolojik ve Sosyal Açından Yaşlanma. *Yaşlılık Dönemi ve Problemleri*. İstanbul: Ensar Neşriyat.
- Karan, M. A. (2007). Yaşlılık Dönemi ve Problemleri. *Tartışmalı İlmî Toplantılar Dizisi*, 51(2), (ss. 19-30). İstanbul: Ensar Neşriyat.
- Karaoğlu, M. U. (2020). Toplumsal Değişme Üzerine Kısa Bir Anektot. *Toplum ve Ütopya Web Sitesi*. Erişim tarihi: 23 Ağustos 2024. <https://www.toplumveutopya.com/toplumsal-degisime-uzerine-kisa-bir-anekdot-ugur-karaoglan/>
- Kurt, G. (2018). *Türkiye'de Yaşlılık Olgusuna Sosyolojik Bir Bakış (Sivas Örneği)*, (Yüksek Lisans Tezi). Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kümbetoğlu, B. (2005). *Sosyolojide ve Antropolojide Niteliksel Yöntem ve Araştırma*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Leist, A. J. (2013). Social Media Use Of Older Adults: A Mini-Review, *Regenerative And Technological Section*, 59(4), 378-384.
- Maslow, A. H. (1943). A Theory Of Human Motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
- Maslow, A. H. (1987). *Motivation And Personality*. Delhi, India: Pearson Education.
- Morgan, L. A. Ve Kunkel, S. (1998). *Aging: The Social Context*. Pine Forge Press.
- Nazlı, A. (2016). Yaşlanma, Birey ve Toplum: Yaşlanmaya Sosyolojik Bakış. *Ege Tıp Dergisi*, 55, 1-5.
- Netuveli, G. Ve Blane, D. (2008). Quality Of Life İn Older Ages. *British Medical Bulletin*, 85, 113-126.
- Oktik, N. (2004). *Huzurevinde Yaşam ve Yaşam Kalitesi: Muğla Örneği*. Muğla: Muğla Üniversitesi Yayınları.
- Onur, B. (2021). *Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm: Gelişim Psikolojisi*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Özbolat, A. (2016). Beşikten Mezara: Yaşlılığın Sosyolojisi ve Din- Adana Örneği. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (ÇÜİFD)*, 16(2), 53-76.
- Özdipçiner, S. N. (2008). Türk Turizm Pazarında Yaşlı Yabancı Tüketicilerin Turistik Tercihleri, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(2), 134-146.

- Özmenler, K. N. (2001). Yaşlılık Çağı Depresyonları. *Duygudurum Dizisi*, 1(3), 109-115.
- Özmete, E. (2008). Yaşlılıkta Yaşamın Anlamının Refah Göstergeleri ile Yordanması. *Aile ve Toplum Dergisi*, 10(4), 7-20.
- Özkul, M., Kalaycı, I., Ve Atasoy, M. (2019). Yaşlıların Toplumsal İlişki Kurma Biçimleri: Sorunlar ve İmkânlar. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(37), 77-97.
- Özgür, Ö. ve Sabbağ, Ç. (2014). *Kırsal Alanda Yaşlılık: Adıyaman Samsat Örneği*. Ankara: Adıyaman Üniversitesi ve Sabev Ortak Yayını.
- Özkan, A. (2014). *Bir Modern İşletme Yaklaşımı Olarak Dünya Sağlık ve Üçüncü Yaş Turizmi İşletmelerinde Müşteri Tatminin Rolü: Bolu Karacasu Örneği*, (Yüksek Lisans Tezi). Bolu: Türk Hava Kurumu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Öztop, H. ve Şener, A. ve Güven, S. (2008). Evde Bakımın Yaşlı ve Aile Açısından Olumlu ve Olumsuz Yönleri. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(1), 39-49.
- Pamuk, D. (2017). *Sosyal, Psikolojik ve Fiziksel Çevrenin Yaşlılıkta Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi: Antalya Örneği*, (Yüksek Lisans Tezi). Antalya: Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Polivka, L. (2006). Gerontology For The 21st Century. *The Gerontologist*, 46(4), 558-563.
- Purutçuoğlu, E. Ve Özkan, Y. (2010). Yaşlılıkta Teknolojik Yeniliklerin Kabulünü Etkileyen Sosyalizasyon Süreci. *Aile Toplum ve Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 11(6), 37-46.
- Ray, E. R. (2008). Coming Of Age İn Critical Gerontology. *Journal Of Aging Studies*, 22(1), 97-100.
- Sarı, İ. (2015). Yaşlı Bireylerde Sosyal Medya Kullanımı. *8. Ulusal Yaşlılık Kongresi*, Denizli, 388-394.
- Sevil, H. T. (2005). *Yaşlılığın Sosyal Anatomisi*. Ankara: Sabev Yayınları
- Swiderska, M. (2014). The İmportance Of Family Support İn Old Age. *Family Pedagogy*, 4(1), 15-22.
- Şahin, Ö. (2021). *Yaşlıların Gerontolojik Sosyal Hizmet İhtiyaçlarının Ekolojik Bakış Açısı ile Değerlendirilmesi*, (Doktora Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Şentürk, Ü. (2018). Yaşlılık Sosyolojisi: *Yaşlılığın Toplumsal Yörüngeleri*. Bursa: Dora Yayınevi
- Tezcan, M. (1974). *Türklerle İlgili Stereotipler (Kalıp Yargılar) ve Türk Değerleri Üzerine Bir Deneme*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları.
- Tufan, İ. (2002). *Antik Çağdan Günümüze Yaşlılık*. İstanbul: Aykırı Yayıncılık.
- Tufan, İ. ve Yazıcı, S. (2009). Yaşlılıkta Kuşaklar Arası İlişkiler. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 20(1), 47-52.
- Tufan, İ. (2001). Yaşlanan Dünyada Bir Delikanlı: Türkiye. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 12(3), 27-49. Ankara: Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Yayını.
- Tufan, İ. (2003). *Modernleşen Türkiye'de Yaşlılık ve Yaşlanmak: Yaşlanmanın Sosyolojisi*. İstanbul: Anahtar Kitaplar Yayınevi.
- Tufan, İ. ve Yazıcı, S. (2017). Yaşlılıkta Kuşaklararası İlişkiler. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*. 20(1), 47-52.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., ve Sears, D. O. (2006). *Social Psychology*. Los Angeles: Pearson Education.
- Uysal, T. M. (2020). Yaşlı Bireylerin Sosyalleşmesinde Dijital Teknolojinin Rolü: Dijital Yaşlılar Üzerine Bir Çalışma. *SDÜ Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 50, 43-59.
- Victor, C. R. (2005). *The Social Context Of Ageing*. New York: Routledge Press.

Yıldırım, A, ve Şimşek, H. (2005). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Zencirkıran, M. (2015). *Sosyoloji*. Bursa: Dora Yayınları.

Zastrow, C. (2013). *Sosyal Hizmete Giriş*. Nika.

Warburton, J., Et Al. (2014). Building Social İnclusion For Rural Older People Using İnformation And Communication Technologies: Perspectives Of Rural Practitioners. *Australian Social Work*, 67(4), 479-494.

Westoff, C. F. (1983). Fertility Decline İn The West: Causes And Prospects. *Population And Development Review*, 9(1), 99-104.



## EKLER

### EK-1. Anket formu

Bu çalışma, 65 yaş ve üstü yaşlı bireylerin toplumsal perspektifte değişen dünya düzenine adaptasyonlarına ve bahse konu bireylerin yaşam doyumu düzeylerine ilişkin cevap arayacaktır. Ankette sorulan sorular bilimsel bir amaca hizmet edip ilgili yüksek lisans tezi ve bahsedilen tezden üretilecek bilimsel yayın (makale, kitap bölümü vb.) dışında herhangi bir amaç için kullanılmayacaktır. Ankette sorulan sorulara verdiğiniz cevaplar ankete gönüllü olarak katıldığımız anlamına gelmektedir. Bu kapsamda vereceğiniz yanıtların doğruluğu çalışmanın seyri açısından önem arz etmektedir.

İlgi ve katkılarınız için teşekkür ederiz.

*Bu bölümde katılımcı, demografik bilgileri ile ilişkili hususları yanıtlayacaktır.
1.Cinsiyetiniz Nedir?  (...) Kadın  (...) Erkek
2. Kaç Yaşındasınız?  (.....)
3.Medeni Haliniz Nedir?  (...) Evli (...) Bekar (...) Dul (...) Hiç evlenmemiş

4.Eğitim Seviyeniz Nedir?

(.....) Okur yazar

(.....) İlkokul Mezunu

(.....) Ortaokul Mezunu

(.....) Lise Mezunu

(.....) Üniversite Mezunu

(.....) Diğer

5.Geçiminizi ne ile sağlıyorsunuz?

(.....) Çalışıyor

(.....) Emekli

(.....) Hem Emekli Hem Çalışıyor

6.Aylık Geliriniz Ne Kadar? (TL)

(.....)

7.Hanenizde kaç kişiyle ve kimlerle yaşıyorsunuz?

(.....) Yalnız

(.....) Eşim ve Çocuklarımla

(.....) Ev/ Akraba-Arkadaş

(.....) Bakımevi-Huzurevi


(.....) Diğer.....

*Bu bölümde katılımcı, sağlığı ile ilişkili hususları yanıtlayacaktır.		
	<b>EVET</b>	<b>HAYIR</b>
a. Tanısı koyulan bir hastalığınız var mı?		
b. Sürekli kullandığınız ilaçlarınız var mı?		
c. Hastalığınız günlük hayatınızı etkiliyor mu?		
d. İlaçlarınızı tek başınıza zamanında alabiliyor musunuz?		
e. Günlük hayatınızı kısıtlayan bir engeliniz var mı?		
f. Sağlığınızın iyi olduğunu düşünüyor musunuz?		

\*Bu bölümde katılımcı, toplumsal değişme çerçevesinde değişen dünya düzenine ve teknolojik ilerlemeye yönelik değişimlere ayak uydurup uyduramadığı ile ilişkili hususları yanıtlayacaktır.

	<b>Hiç uygun değil</b>	<b>Biraz uygun değil</b>	<b>Ne Uygun Ne Değil</b>	<b>Biraz uygun</b>	<b>Çok uygun</b>
1.Kendi hayatımla ilgili kararlarınızı kendim verebilirim.					
2.Günlük ihtiyaçlarımı kimseden yardım almadan kendim karşılayabilirim.					
3.Benden sonraki kuşaklarla (örneğin çocuklarım torunlarım) iletişim kurmakta zorlanmam.					
4.Diğer insanlarla kolaylıkla sosyal ilişkiler kurabilirim.					
5.İletişim kuramadığım zamanlarda kendimi güçsüz veya eksik hissetmem.					
6.Toplumsal değişme çerçevesinde değişen dünya düzenine ayak uydurabilirim.					
7.Cep telefonu kullanabilirim.					
8.Bilgisayar kullanabilirim.					
9.Telefon ve bilgisayarımı kimseden yardım almadan kullanabilirim.					
10.Telefonumda sosyal medya uygulamalarını (Whatsapp/Instagram/Facebook/Twitter) kullanıyorum.					
11.Yaşamım birçok yönüyle ideallerime yakın.					
12.Yaşam koşullarım çok iyi.					
13.Yaşamımdan hoşnutum.					
14.Şu ana kadar istediğim şeyleri elde edebildim.					
15.Yeniden dünyaya gelseydim yaşamımda hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.					

EK-2. Etik kurul izni

 T.C.  
HİTİT ÜNİVERSİTESİ  
GİRİŞİMSSEL OLMAYAN ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU


Sayı : 2024-59  
Konu: Başvuru Değerlendirme Sonucu

04/03/2024

Sayın Dr. Öğr. Üyesi Fırat KOÇ

Etik Kurulumuza yapmış olduğunuz başvurunuzla ilgili kurul kararımız ve ilgili bilgiler aşağıda yer almaktadır.

Bilgilerinize rica ederim.

  
Prof. Dr. Mehmet KÜTLÜ  
Başkan

Başvuru Numarası	2024-0060
Sorumlu Araştırmacı	Dr. Öğr. Üyesi Fırat KOÇ
Araştırma Başlığı	Toplumsal Değişme Çerçevesinde Yaşlı Bireylerin Yaşam Doyumu
Toplantı Tarihi	28.02.2024
Karar Numarası	2024-04

Araştırma başvurunuz etik açıdan uygun bulunmuştur.

Araştırmaya Kurum İzni/İzinleri alındıktan sonra başlanması uygun bulunmuştur.

Başvurunun, ekte belirtilen düzeltmelerin yapılması halinde tekrar değerlendirilmesine karar verilmiştir.\*

Araştırma projesi etik açıdan uygun olmadığından başvurunun reddine karar verilmiştir.

