

YAŞLILARIN
GÜNDELİK YAŞAM
PROBLEMLERİNİN ÇÖZÜMÜNDE
SOSYAL DESTEK
MEKANİZMALARININ ROLÜ

MUKADDER ÖZKAN BARDAKCI



Mukadder ÖZKAN BARDAKCI

1991 doğumlu olan yazar, 2011 yılında girdiği Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü Lisans programından 2015 yılında mezun olmuştur. 2015 yılında Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programına başlamış eğitimini 2017 yılında yaşlılık ve mekân alanında yazdığı yüksek lisans tezi ile tamamlamıştır. 2019 yılında Araştırma Görevlisi olarak Selçuk Üniversitesi Beyşehir Ali Akkanat Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu Sosyal Hizmet Bölümünde çalışmaya başlamıştır. Doktora tez çalışmasını 2022 yılında yaşlılık alanında yaptığı tez çalışması ile tamamlayarak doktor unvanını almıştır. Halen Selçuk Üniversitesi Beyşehir Ali Akkanat Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu Sosyal Hizmet Bölümünde görevine devam etmektedir.

YAŞLILARIN GÜNDELİK YAŞAM PROBLEMLERİNİN ÇÖZÜMÜNDE SOSYAL DESTEK MEKANİZMALARININ ROLÜ

Mukadder ÖZKAN BARDAKCI

Çizgi Kitabevi Yayınları (e-kitap)

©Çizgi Kitabevi
Haziran 2022

ISBN: 978-605-196-812-4

Yayıncı Sertifika No:52493

KÜTÜPHANE BİLGİ KARTI

- Cataloging in Publication Data (CIP) -

ÖZKAN BARDAKCI, Mukadder

YAŞLILARIN GÜNDELİK YAŞAM PROBLEMLERİNİN ÇÖZÜMÜNDE
SOSYAL DESTEK MEKANİZMALARININ ROLÜ

Yayına Hazırlık: Çizgi Kitabevi Yayınları

Tel: 0332 353 62 65- 66

ÇİZGİ KİTABEVİ

Sahibiata Mah.	Alemdar Mah.
M. Muzaffer Cad. No:41/1	Çatalçeşme Sk. No:42/2
Meram/ Konya	Cağaloğlu/ İstanbul
(0332) 353 62 65 - 66	(0212) 514 82 93

www.cizgikitabevi.com

📞📧 / cizgikitabevi

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	9
GİRİŞ.....	11

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ve KURAMSAL ÇERÇEVE.....	22
Yaşlılık ve Yaşlanma Üzerine Kavramsal ve Kuramsal Tartışmalar	22
İnsanın Üçüncü Çağı: Sosyolojik Bir Olgu Olarak Yaşlılık.....	22
<i>Yaşlı, Yaşlanma ve Yaşlılık Kavramları.....</i>	<i>28</i>
<i>Yaşlılığın Sosyal İnşası</i>	<i>33</i>
<i>Yaşsız Yaşlanma</i>	<i>37</i>
<i>Yaşlılığa Beden Açısından Bakmak.....</i>	<i>38</i>
<i>Yaşlılığın Tıbbileştirilmesi.....</i>	<i>41</i>
<i>Gündelik Hayat ve Yaşlılık.....</i>	<i>43</i>
<i>Yaşlılık Dönemi Sorunları.....</i>	<i>45</i>
<i>Yaş Ayrımcılığı (Ageizm)</i>	<i>46</i>
<i>Yalnızlık ve Sosyal İzolasyon.....</i>	<i>49</i>
<i>Emeklilik.....</i>	<i>55</i>
<i>Yaşlı Bakımı</i>	<i>58</i>
<i>Yoksulluk.....</i>	<i>63</i>
<i>İstismar ve İhmal</i>	<i>66</i>
<i>Ölüm</i>	<i>70</i>
<i>Yaşlılık Döneminde Ortaya Çıkan Diğer Sorunlar</i>	<i>73</i>
Yaşlanmanın Boyutları	75

Yaşlanmanın Kronolojik Boyutu.....	76
Yaşlanmanın Biyolojik\ Fizyolojik Boyutu	77
Yaşlanmanın Psikolojik\ Ruhsal Boyutu	79
Yaşlanmanın Toplumsal Boyutu.....	81
Yaşlanmanın Kültürel Boyutu	82
Yaşlanmanın Kuramsal İzahı.....	84
Aktivite (Etkinlik) Kuramı	84
Yaşamdan Geri Çekilme (İlişik Kesme) Kuramı	87
Süreklilik Kuramı	89
Etiketleme Kuramı.....	91
Modernleşme Kuramı	92
Rol Kuramı.....	93
Yaşam Seyri Kuramı	95
Diğer Kuramlar	99

İKİNCİ BÖLÜM

YAŞLILARA YÖNELİK SOSYAL DESTEK MEKÂNİZMALARI.....	102
Problem Çözme Kavramı.....	102
Problem Çözme Becerisi	105
Yaşlılarda Problem Çözmeyi Etkileyen Faktörler.....	108
Gündelik Yaşamın Güncel Problemi: Salgın Döneminde Yaşlılık	113
Sosyal Destek Kavramı	119
Sosyal Destek Türleri	122
Yaşlılıkta Sosyal Desteğin Önemi	124
Yaşlılıkta Sosyal Destek Mekanizmaları	129
Aile	130
Komşuluk.....	132
Arkadaşlık.....	133
Yerel Yönetimler ve Kamu Kuruluşları	135
Sivil Toplum ve Özel Sektör	137
Yaşlılıkta Formal ve İnfomal Bakım Arasındaki Farklılıklar	138
Yaşlılık Döneminde Sosyal Sermaye: Yaşlılıkta İlişki Ağları ve Aktif Yaşlanma Araçları	142
Sosyal Sermaye	143
Yaşlılıkta Sosyal Sermaye.....	148

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN METODOLOJİSİ	157
Araştırma Modeli	157
Veri Toplama Aracı	158
Çalışma Grubu	159
Araştırma Soruları.....	161
Verilerin Analizi	162
Araştırmanın Sınırlılıkları ve Araştırmada Karşılaşılan Güçlükler.....	163

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARININ ANALİZİ	166
Gündelik Yaşamda Yaşlıların Mevcut Sorunları	166
Yaşlıların En Büyük Sorunu: Yalnızlık.....	166
Mekânsal Zorluklar: Konut Tipine Göre Zorlaşan Yaşamlar	169
“Ses” Kavramının Çağrışımları: “Gürültü” ile “Canlılık” Arasındaki Yaşamlar.....	171
Temel İhtiyaçlarda Yaşanan Zorluklar: Engellerin Olduğu Yaşamlar.....	173
Yaşlılık Döneminde Sağlık Sorunları	175
Aile Türleri ve Destek Mekanizmaları	179
Yalnız Yaşayan Yaşlıların Durumu	179
Eşi ile Birlikte Yaşayan Yaşlıların Durumu	184
Geniş Ailede Yaşayan Yaşlıların Durumu.....	190
Günlük Pratiklerde Desteğin Önemi: Eş, Çocuk ve Torun Desteği	194
Dayanışma: “Temizlik olacağında burası ananın babanın bir günü olur.”	194
Yardıma Koşma: “Alo dedik mi damrlarlar”	197
Gönüllü Destek: “Benim her şeyim ayağıma geliyor yardıma ne gerek var”	201
Konuşul (a)mayan Mevzular: Kişisel Bakımda Destek.....	204
Duyulmayan Destek: Sivil Toplumun Varlığı\Yokluğu	207
Duyulan Destek: Kurum Desteği	210
Resmi Destek: Kamu Kurumları	211
Yerel Yönetimler: Belediyeler.....	212
Yakın Destek: “Komşu kardeşten yakındır”	214
Duygusal Desteğin Farklı Görünümleri.....	217
İki Farklı Bakış: “Devletin işi değil” ya da “Verse iyi olur”	218
“Devlete gerek yok eş dost var”: Arkadaş, Akraba, Çocuklar.....	222

Rahatlatan Destek: Arkadaş Desteği	223
İletişime Destek: Çocuklar ve Torunlar.....	226
Pandemi de Artan Destek: Komşular, Çocuklar ve Din Görevlileri.....	231
Komşu Desteği: “Kimseye gerek duymadık komşular yetti zaten”	231
Çocuk Desteği: “Her gün çocuklar tembihledi aman dışarı çıkmayın diye”	232
Din Görevlileri: “Virüs çıktığında herkesten önce imamımız geldi”	234
SONUÇ ve DEĞERLENDİRME	236
KAYNAKÇA	246
EKLER	274

ÖNSÖZ

Yaşlanma ve yaşlılık üzerine ilgi gün geçtikçe artmaktadır. Şüphesiz uzayan insan ömrü bu ilginin artmasında etkilidir. Sağlık imkânlarının gelişmesiyle birlikte insanların daha uzun yaşaması yaşlılık ve yaşlanmanın birçok bilim dalı tarafından ele alınmasında etkili olmuştur. Farklı alanlarda ele alınan yaşlılık ve yaşlanma konusu sosyolojinin de ilgi odağındadır. Birçok açıdan ele alınan yaşlılık ve yaşlanmayla ilgili önemli bir konu da yaşlılıkta sosyal destek mekanizmalarının rolüdür. Sosyal destek yaşlılık döneminde daha çok ihtiyaç duyulan bir konudur. Yaşlılık döneminde yaşlılar hem maddi hem de manevi desteğe ihtiyaç duymaktadırlar. Günümüzde daha çok geleneksel destek modeli tercih edilmesine rağmen aile yapısında meydana gelen değişmelerle birlikte ilerleyen dönemlerde sosyal destek mekanizmalarının rollerinin değişeceği düşünülmektedir. Bu yüzden sosyal destek mekanizmalarının neler olduğu ve ne tür rolleri yerine getirdiğini anlamak oldukça önemlidir.

Çalışmanın hazırlanmasında desteğini ve zamanını esirgemeyen ve her daim yol gösteren danışman hocam Doç. Dr. Reşat AÇIKGÖZ'e teşekkür ediyorum. Tez sürecinde yol göstericiliği ve önerileriyle her zaman destek olan Doç. Dr. İslam CAN'a teşekkürlerimi sunarım. Her daim beni motive ettiği için ve desteklerini esirgemediği için bölüm başkanımız Doç. Dr. Çağla GİRĞİN BÜYÜKBAYRAKTAR'a teşekkür ediyorum. Bu süreçte beni yalnız bırakmayan ve bana destek olan, her daim bana güç veren eşim Şükrü BARDAKCI'ya

sonsuz şükranlarımı ve teşekkürlerimi sunarım. Zorlandığım her anda beni motive eden ve bana destek olan annem Safiye ÖZKAN ve babam Mustafa ÖZKAN'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Çalışma sürecinde teşekkürün en büyüğünü görüşmecilere ayırmak istiyorum. Covid-19 sürecinde tüm zorluklara ve risklere rağmen görüşmeyi kabul eden ve bana evlerinin kapılarını açan, beni geri çevirmeyen görüşmecilere sonsuz şükranlarımı sunuyorum.

Haziran 2022

Konya

GİRİŞ

Yaşlılık ve yaşlanma gün geçtikçe önemi artan konuların başında yer almaktadır. Şüphesiz yaşlılık ve yaşlanma konusunun önemli hale gelişinde artan yaşlı nüfusun etkisi bulunmaktadır. Hem dünyada hem de Türkiye’de yaşlı nüfus sayısı gün geçtikçe artmaktadır. Bu artış da yaşlılık ve yaşlanmanın farklı açılardan ele alınmasında etkili olmuştur. Bu artışla beraber yaşlı biyolojik, psikolojik ve toplumsal açılardan ele alınmaya başlanmıştır. Yaşlılık ve yaşlanma yoksulluk, göç, ihmal, istismar, sağlık, yaşam doyumu, yalnızlık, yaşlı bakımı, aktif yaşlanma, başarılı yaşlanma, yerinde yaşlanma gibi birçok bağlamda ele alınmıştır. Yaşlılık ve yaşlanma daha güncel ve yeni konularla ele alınmaya devam etmektedir.

Yaşlı nüfusun artışı ile beraber yaşlılık konusunda da ele alınması gereken konular artmaktadır. Bu konulardan biri de yaşlılıkta destek mekanizmalarıdır. Yaşlılıkta destek yaşlıların ihtiyaç duydukları önemli konuların başında gelmektedir. Yaşlı bireyler geleneksel toplumda geniş aile şeklinde yaşamaktaydı. Çocuklarıyla birlikte yaşayan yaşlıların desteğe ihtiyaç duyacakları bir durum çok olmamaktaydı. Çünkü ihtiyaç duyulan maddi, manevi ve duygusal destek aile içerisinde karşılanmaktaydı. Modern toplumda geniş aile tipinin azalması yaşlıların yalnız ya da eşiyle yaşıyor olması yaşlıların destek ihtiyacını da artırmaktadır. Yaşlılar günlük yaşam aktivitelerini gerçekleştirme konusunda zorlanmaktadırlar. Bu konularda yaşlılara sunulacak destek yaşamlarını devam ettirmeleri için önemlidir.

Yaşlılara günlük ihtiyaçlar etrafında destek verebilecek mekanizmalar vardır. Yaşlılara destek verecek mekanizmalar resmi ve resmi olmayan destek mekanizmalarıdır. Resmi destek mekanizmaları kamu kurum ve kuruluşları, yerel yönetimler, özel kuruluşlar ve sivil toplum kuruluşlarıdır. Resmi olmayan destek ise aile, komşu, arkadaş, akraba gibi yakın çevrenin vermiş olduğu destektir. Bu çalışmada bu destek mekanizmalarının problem çözmedeki rolü ele alınmaktadır. Yaşlıların günlük yaşamlarında karşılaştıkları ev içi ve ev dışı problemleri hangi destek mekanizmalarıyla çözdükleri bu çalışmanın temel problemidir. Yaşlılara yönelik duygusal, maddi ve manevi desteklerin hangi destek mekanizmaları tarafından verildiği, diğer önemli bir konudur. Yaşlılarda destek mekanizmaları konusunu ele alırken cinsiyet, yaş, yaşlının kimle yaşadığı (geniş aile, yalnız yaşama durumu, eşi ile yaşama durumu), konut şekli (apartman-asansörsüz, apartman-asansörlü, güvenlikli site, müstakil ev) değişkenleri bağlamında ele alınarak destek mekanizmalarının işlevselliğine bakılmaktadır.

Literatürde bu konu bağlamında herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Fakat konuyla doğrudan alakası olmasa da bazı çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Bunlardan biri; Yiğen' in 2015 yılında hazırlamış olduğu "Yalnız yaşayan ve ailesi ile birlikte yaşayan yaşlılarda günlük yaşam aktiviteleri, depresyon ve yaşam kalitesi düzeyleri" başlıklı yüksek lisans tezidir. Çalışmada yalnız yaşayan ve ailesi ile birlikte yaşayan 65 yaş üzeri 120 yaşlı ile görüşme yapılmıştır. Çalışmaya katılan yaşlılara günlük yaşam aktiviteleri bağlamında banyo yapma, giyinip soyunma, tuvalete gitme, hareket etme, yemek yeme ve mesane kontrolü ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Nicel yöntem kullanılarak yapılan bu çalışmada günlük yaşam aktiviteleri, depresyon ve yaşam kalitesi bağlamında sonuçlara değinilmiştir. Çalışmada eşi ve diğer aile bireyleri ile birlikte yaşayan yaşlıların sağlık durumlarının diğer gruplar-

dan daha iyi, eşi olmayıp diğer aile bireyleri ile birlikte yaşayan yaşlıların sağlık durumunun diğer gruplardan daha kötü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmaya göre katılımcıların üçte ikisinin günlük yaşam aktivitelerini yerine getirdikleri görülmüştür. Çalışmada eşi olmayıp diğer aile üyeleri ile birlikte yaşayan yaşlılar ile eşi ve diğer aile üyeleri ile birlikte yaşayan yaşlıların sosyal desteklerinin yeterli olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (2015).

Şahin'in 2021 yılında hazırlamış olduğu "Yaşlıların gerontolojik sosyal hizmet ihtiyaçlarının ekolojik bakış açısı ile değerlendirilmesi" başlıklı doktora tezinde yalnız ya da ailesi ile birlikte yaşayan 65 yaş ve üzeri kadın yaşlı bireylerden oluşan 373 kişi ile görüşmüştür. Nicel yöntem kullanılarak yapılan bu çalışmada yaşlılara demografik bilgiler, mental durumları, günlük yaşam aktiviteleri (banyo yapma, giyinme, tuvalet, hareket yeteneği, idrar ve gaita kontrolü, beslenme), algıladıkları sosyal destek (aile, arkadaş, özel insan), duyuşal işlevler, özerklik, geçmiş, bugün, gelecek faaliyetleri, sosyal katılım, ölüm ve ölmek, yakınlık bağlamında sorular sorulmuştur. Katılımcılar sosyo-demografik bilgiler kapsamında yaş, cinsiyet, çalışma durumu, sosyal güvence, yaşanan konut, kiminle yaşadığı, ailedeki birey, çocuk ve torun sayısı bakımında değerlendirilmiştir. Çalışmaya göre yaşlıların günlük yaşam aktivitelerini gerçekleştirmede bağımsız oldukları görülmüştür. Müstakil evde yaşayan yaşlıların sosyal destek düzeylerinin az olduğu sonucu çıkmıştır. Yalnız yaşayan yaşlıların aile ve arkadaş sosyal desteğinin az olduğu görülmüştür. Ailesindeki birey sayısı çok olan yaşlıların ve çocuk ve torun sayısı çok olan yaşlıların arkadaş sosyal desteklerinin azaldığı görülmüştür (2021).

Söylemez'in 2020 yılında hazırlamış olduğu "Bitlis il merkezinde yaşayan 65 yaş ve üstü bireylerde yaşam kalitesi, depresyon sıklığı, günlük yaşam aktivitelerinde bağımsızlık ilişkili faktörler" başlıklı doktora tezinde Bitlis il merkezinde

aile sağlığı merkezine kayıtlı 65 yaş üzeri 338 yaşlıya anket uygulanmıştır. Yaşlılara sosyo-demografik soruların yanı sıra beslenme, uyku ve sağlık durumları da sorulmuştur. Bunların dışında sağlık güvencesi durumları, fiziksel aktiviteleri, kronik hastalıkları ve sürekli kullandıkları ilaçlar gibi birçok konuda sorular yöneltilmiştir. Günlük yaşam aktivitelerinden olan banyo yapma, giyinme, tuvalet kullanımı, yer değiştirme, mesane kontrolü ve beslenmeyle ilgili sorular da yöneltilmiştir. Çalışmaya göre 85 yaş ve üstü yaşlılarda bazı boyutlarda gelir durumu 10 ve üstü sayıda çocuğa sahip olan, düzensiz beslenen, sağlığını kötü olarak değerlendiren, ağrısı olan, günlük yaşam aktivitelerinde bağımlı olan ve depresyonu olan yaşlılarda yaşam kalitesi anlamlı olarak düşük çıkmıştır. Bekâr ya da eşi ölmüş, gelir düzeyi düşük çocuğu veya akrabasıyla yaşayan, düzensiz beslenen, sağlığını kötü olarak değerlendiren, ağrısı olan, uykusu düzensiz olan, cep telefonu kullanmayan ve depresyonu olan yaşlılarda bağımlılık anlamlı olarak yüksek çıkmıştır (2020).

Bıyıklı'nın 2020 yılında hazırlamış olduğu "Yaşlılıkta içselleştirilmiş damgalanma ve sosyal desteğin iyilik durumu ve depresyon ile ilişkisi" başlıklı yüksek lisans tezinde 65-94 yaş arasında 162 yaşlı ile görüşmüştür. Nicel yöntemle yapılan bu çalışmada 7 farklı ölçek kullanılmıştır. Bu ölçeklerden biri de Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğidir. Alt boyutlarında özel biri, aile ve arkadaş gibi destek türlerine bakılmıştır. Sonuç olarak geriatrik depresyon ve iyilik hali ile içselleştirilmiş damgalanma ve sosyal destek arasındaki birlikteliğe bakıldığında tümünün anlamlı korelasyona sahip olduğu görülmüştür. Sorgulanan ve depresif duygu durumu ile iyilik durumunu etkilediği düşünülen yaşlı içselleştirilmiş damgalanma ve sosyal desteğin her ikisinin de etkili olduğu, yaşlı içselleştirilmiş damgalanmasındaki artışın geriatrik depresyonu arttırdığı, iyilik halini ise azalttığı görülmektedir. Sosyal destekteki artışın depresif duygu durumunu azalttığı ve iyilik halini arttırdığı sonucu çıkmıştır (2020).

Gündoğan'ın 2020 yılında hazırlamış olduğu “Yaşlılarda ölüm kaygısının yalnızlık ve sosyal destek ile ilişkisi” başlıklı yüksek lisans tezinde 65 yaş ve üzeri 170 yaşlıya anket uygulanmıştır. Çalışmada 3 farklı ölçek kullanılmıştır. Bu bağlamda yaşlılarda ölüm kaygısı, yalnızlık ve sosyal destek arasındaki ilişkiye değinilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, kadınların ölüm kaygısı düzeylerinin erkeklerden daha anlamlı olduğu görülmüştür. Ölüm kaygısı, genel yalnızlık, sosyal ve duygusal yalnızlık arasında pozitif yönde zayıf düzeyde korelasyon saptanmıştır. Ölüm kaygısı ile genel algılanan çok boyutlu sosyal destek, özel bir insan desteği, aile desteği ve arkadaş desteği arasında negatif yönlü zayıf korelasyon bulunmuştur. Yaşlılıkta sosyal destek bağlamında yalnızlık, umutsuzluk, depresyon, sağlıklı yaşam, duygusal istismar, yaşam tatmini gibi birçok konuda da tez çalışmaları yapılmıştır (Bk. Özçelik, 2017; Toper, 2017; Yuvakgil, 2017; Kanber, 2018).

Özbek-Yazıcı ve Kalaycının yapmış olduğu “Yaşlı hastaların günlük yaşam aktivitelerinin değerlendirilmesi” konulu araştırmada Süleyman Demirel Üniversitesi Araştırma ve Uygulama Hastanesinin kliniklerinde yatmakta olan 65 yaş ve üstü 102 hastaya anket yapılmıştır. Çalışma kapsamında yaşlılara temel günlük yaşam aktiviteleri (kişisel bakım, banyo yapma, giyinme, yemek yeme, tuvalete gitme) ve yardımcı günlük yaşam aktiviteleri (mali işleri yapma, alışveriş yapma, yemek hazırlama, temizlik yapma, ilaç alma) bağlamında sorular sorulmuştur. Bu bağlamda hastalıklar ve günlük aktiviteleri gerçekleştirme arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya göre, yaşlı hastaların temel günlük yaşam aktiviteleri içerisinde en fazla oranda banyo yapma ve tuvalete gitmede yarı bağımlı ya da tam bağımlı oldukları görülmüştür. Yardımcı günlük yaşam aktivitelerinde ise bağımlılık oranının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu çalışmada bağımlılık oranlarının yüksek çıkması çalışmaya katılan yaşlı

bireylerin hastanede tedavi görmesi gereken hastalıklarının olduğu ile ilgili bir görüş sunulmuştur (2015).

Altay, Aydın ve Kefeli'nin yapmış oldukları "Samsun huzurevinde yaşayan yaşlıların sağlık durumları ve günlük yaşam aktivitelerinin değerlendirilmesi" konulu araştırmada Samsun huzurevinde kalmakta olan 56 yaşlıyla görüşülmüştür. Çalışmada araştırmacı tarafından hazırlanan sosyo-demografik değişkenleri ve yaşlıların günlük yaşam aktivitelerini içeren görüşme formu hazırlanmıştır. Günlük yaşam aktiviteleri bağlamında yemek yiyebilme, giyinebilme, tuvalet ihtiyacını giderebilme, banyo yapabilme, yürüyebilme, hareket edebilme ve sokağa çıkma bağlamında sorular sorulmuştur. Enstrümental günlük yaşam aktiviteleri bağlamında ise telefon kullanma, yemek hazırlama, alışveriş yapma, günlük işleri yapma, çamaşır yıkama, ulaşım araçlarını kullanma, ilaçlarını kullanabilme ve para iadesi ile ilgili sorular sorulmuştur. Sonuç olarak çalışmaya katılan yaşlılardan kronik hastalığı olanların günlük yaşam aktivitelerini yerine getirme durumunda bağımlılık yaşadıkları görülmüştür. Yaşlıların en çok yardıma ihtiyaç duyduğu konunun sokağa çıkma olduğu ve en fazla yardım aldıkları aktivitenin ise banyo yapmak olduğu saptanmıştır. Kadınların erkeklere göre telefon edebilme (%17,2), para idaresi (%23,3), alışveriş yapma (%35,7), ulaşım araçlarına binme (%22,2) gibi aktivitelerde bağımsızlık düzeylerinin daha düşük olduğu saptanmıştır (2011).

Küçükşen ve arkadaşlarının yapmış oldukları "Türk toplumunda yaşlıların sosyal destek mekanizmaları ve sosyal dışlanma algısı" konulu araştırmada Afyon Konya ve Tokat illerinden seçilen 65 yaş ve üzeri 180 kişiyle anket çalışması yapılmıştır. Çalışmada yaşlıların sosyal destek mekanizmaları ve sosyal dışlanma algılarıyla ilgili sonuçlara ulaşılmıştır. Bu sonuçlara baktığımızda; yaşlıların yaşlılık dönemindeki en önemli sosyal destek mekanizmasının aile olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal destek algısı ile cinsiyet algısı arasında

ciddi bir fark görülmemişken yaş, eğitim durumu, medeni durum, çocuk sayısı ve hastalığa sahip olmayla sosyal destek algısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ailesi ile birlikte yaşayan yaşlıların yalnız yaşayanlara göre daha az sosyal desteğe sahip oldukları görülmüştür. Çalışmaya katılan yaşlıların %11,7'sinin kendisini ailesi tarafından dışlanmış hissederken %25'inin ise yaşlılıktan kaynaklanan sebeplerden dolayı kendini dışlanmış hissettiği görülmüştür (2018).

Polat ve Bayrak-Kahraman'ın yapmış oldukları "Yaşlı bireylerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişki" konulu araştırmada Emek 75. Yıl Yaşlı Dayanışma Merkezine gelen 60 yaş ve üstü 93 yaşlı ile görüşülmüştür. Çalışmada iki ölçek kullanan araştırmacılar yaşlı bireylerin sağlık durumları ile sosyal destekleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bu çalışmada yaşlıların sosyal destek ölçeği özel insan alt boyutu ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği stresle baş etme alt grubu puan ortalamaları arasında pozitif açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Eşi ya da eş ve çocuğu ile yaşayanların yalnız, diğer ve çocuğu ile birlikte yaşayanlara göre sosyal destek puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir (2013).

Yukarıdaki çalışmalara baktığımızda sosyal destek ve gündelik yaşam becerilerini farklı değişkenlerle ele alan çalışmalar olduğunu görmekteyiz. Sosyal destek bağlamında yapılan çalışmalar sosyal destek mekanizmalarının tamamını ele almamaktadır. Yine bu çerçevedeki çalışmalar yaşlıların gündelik sorunları kapsamında olan çalışmalar değildir. Diğer taraftan yaşlıların gündelik yaşam aktiviteleriyle ilgili yapılmış olan çalışmalar yaşlıların bağımlılık düzeylerini ölçmektedir. Bu bağlamda yapılan çalışmalar bağımlı olan yaşlılara kimlerin destek sağladığını ele almamışlardır. Yapılan çalışmalar gündelik yaşam becerilerini farklı değişkenlerle ele almış ya da sosyal destek konusunu farklı değişkenlerle ele almıştır.

Yukarıdaki çalışmalara baktığımızda bizim çalışmamızın farklı bir yerde olduğu görülmektedir. Öncelikle literatürde yer alan çalışmalar yaşlıların gündelik yaşam problemleri ile sosyal destek mekanizmalarını birlikte ele almamışlardır. Literatür çalışmaları yaşlıların gündelik yaşam aktivitelerindeki bağımlılık düzeylerini ölçmektedir. Bu çalışmada ise yaşlıların gündelik yaşam problemlerinin çözümünde yaşlıların bağımlılık düzeylerinden ziyade ev içi ve ev dışı faaliyetlerde destek mekanizmalarının rolüne bakılmıştır. Yine literatürdeki çalışmalarda destek; aile, arkadaş, eş ve özel insan olarak geçmektedir. Bu çalışmada literatürden farklı olarak yaşlılara destek verdiği düşünülen aile, komşu, arkadaş, akraba ve kurum destekleri ele alınmıştır. Yapılan çalışmalardan farklı olarak yaşlıların gündelik yaşam içerisinde karşılaştıkları problemlerinin ne olduğu tespit edilmeye çalışılmıştır. Yine destek mekanizmaları diğer çalışmalardan daha detaylı şekilde ele alınmıştır.

Literatür çalışmalarında göze çarpan bir husus ise sosyo-demografik bilgilerdir. Literatür çalışmalarında cinsiyet, yaş, medeni durum, ekonomik durum, eğitim durumu gibi temel demografik bilgiler sorulmuştur. Bu temel bilgilerin dışında sigara tüketimi, yalnız yaşama, eşle yaşama ve oturulan konut (apartman, müstakil ev) gibi bilgilerin sorulduğu çalışmalar da vardır. Bu çalışmada ise literatürden farklı olarak yalnız yaşama ve eşle yaşama dışında geniş ailede yaşama durumları da ele alınmaktadır. Yine bu çalışmada literatürde yapılmış olan çalışmalardan farklı olarak konut durumu (apartman-asansörsüz, apartman-asansörlü, güvenli site, müstakil ev) daha geniş şekilde ele alınmıştır. Değiniilmesi gereken önemli bir husus da bu çalışmanın üç farklı merkez ilçede yapılmasıdır. Bu da çalışmaya veri çeşitliliği sunması açısından önemlidir. Genellikle literatür çalışmalarında nicel araştırma yönteminin kullanıldığı görülmektedir. Bu çalışmada ise nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Çalışma bu noktada literatürdeki çalışmalardan farklılaşmaktadır.

Bu çalışmada yaşlıların gündelik yaşam problemlerinin çözümünde sosyal destek mekanizmalarının rolünün ne olduğu saptanmaya çalışılmaktadır. Yaşlanan nüfus ile birlikte yaşlılara kurum desteği de artmaktadır. Artan resmi kurum desteklerinden yaşlılar haberdar mı, kurum desteğine ihtiyaç duyan yaşlılar neden ihtiyaç duymakta, yaşlılar kurum desteğini mi yoksa resmi olmayan yakın çevre (aile, arkadaş, akrabalar vb.) desteğini mi tercih etmektedir? gibi sorulara cevap aranmaktadır. Yaşlıların gündelik yaşam problemlerinin çözümünde yalnız yaşayan, eşi ile birlikte yaşayan ya da ailesi ile birlikte yaşayan yaşlıların problem çözme noktasında başvurdukları destek mekanizmalarının neler olduğuna ulaşmak amaçlanmaktadır. Diğer yandan yaşlıların yaşanılan konut ve muhit bağlamında değişen problemleri nelerdir ve bu problemlerin çözümünde kimlerden destek aldıkları tespit edilmesi amaçlanmaktadır.

Tüm bu amaçlar doğrultusunda bu çalışmada, 45 yaşlı ile nitel araştırma yöntemi ile derinlemesine görüşme yapılması planlanmıştır. Nitel araştırma yönteminin seçilmesinin sebebi yukarıda geçen sorulara daha ayrıntılı cevaplar alınacağı düşüncesidir. Yarı yapılandırılmış görüşme formu üzerinden konu çerçevesinde 65 yaş ve üstü yaşlılarla derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Analizler, yaşlıların ne tür problemleri olduğu, hangi tür konutta yaşadıkları, kimlerle yaşadıkları ve ne tür sosyal destek aldıkları bağlamında yapılmıştır. Çözümleme yapılırken yorumlama analiz yaklaşımıyla değerlendirilmiştir.

Çalışma dört bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde ilk olarak yaşlı, yaşlılık, yaşlanma gibi temel kavramları ele alınmıştır. İkinci olarak, yaşlılıkta sosyal inşaa, beden, yaşlılığın tıbbileştirilmesi, yaşsız yaşlanma, yaşlılık dönemi sorunları (yaş ayrımcılığı, yalnızlık ve sosyal izolasyon emeklilik vb.), yaşlanmanın boyutları (kronolojik, biyolojik \ fizyolojik, psikolojik \ ruhsal vb.) ve yaşlılıkla ilgili bazı kuramlara (ak-

tivite, yaşamdan geri çekilme, süreklilik, yaşam seyri vb.) değinilmiştir. Birinci bölüm daha çok kavramsal ve kuramsal çerçeveden oluşmaktadır.

İkinci bölümde problem çözme kavramı, sosyal destek kavramı ve yaşlılık döneminde sosyal sermaye kavramı ele alınmıştır. Bu konular bağlamında problem çözme becerisi, yaşlılarda problem çözme etkileyen faktörler, sosyal destek türleri, yaşlılıkta sosyal desteğin önemi, yaşlılıkta sosyal destek mekanizmaları, yaşlılıkta formal ve informal bakım arasındaki farklılıklar gibi vb. konular ele alınmıştır. Bu bölümde daha çok sosyal destek ve problem çözme konularına yer verilmiştir.

Üçüncü bölümde araştırmanın metodolojisi ele alınmaktadır. Bu başlık altında araştırma modeline, çalışma grubuna, araştırma sorularına, veri toplama araçlarına, verilerin analizine ve araştırmanın sınırlılıkları ve karşılaşılan güçlüklerle yer verilmiştir. Bu başlıklar altında araştırmada hangi yöntemin kullanıldığına, çalışmanın örneklemine, analizin nasıl yapıldığına, çalışma grubunun kimlerden oluştuğuna ve metodolojiyi içine alan tüm konulara yer verilmiştir.

Dördüncü bölümde ise araştırma bulguları analiz edilmiştir. Bulgular gündelik yaşamda yaşlıların mevcut sorunları, aile türleri ve destek mekanizmaları, gündelik pratiklerde desteğin önemi, duyulmayan destek, duyulan destek, yakın destek, duygusal desteğin farklı görünüşleri, rahatlatan destek, iletişime destek, pandemide artan destek şeklinde başlıklara ayrılarak veriler etrafında değerlendirme yapılmıştır. Sahadan toplanan verilerin sonucunda oluşturulan başlıklar alt başlıklarla derinlemesine ele alınmıştır. Yalnız yaşayan yaşlıların, eşi ile birlikte yaşayan yaşlıların, geniş ailede yaşayan yaşlıların, engelli yaşlıların sosyal destek mekanizmalarına değinilmiştir. Yine cinsiyet ve oturulan muhit kapsamında da genel bir değerlendirmeye yer verilmiştir.

Sonuç ve değerlendirme kısmında ise çalışmanın genel bir özeti verildikten sonra bir takım çıkarım ve yorumlarda bulunulmuştur. Yaşlanma ve yaşlanma dönemindeki sosyal destek mekanizmalarının rolünün daha iyi anlaşılması için neler yapılması ve ne tür araştırmalar yapılması gerektiğiyle ilgili önerilerde bulunulmuştur. Buna dair bir takım somut öneriler sunulmuştur.

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ve KURAMSAL ÇERÇEVE

Yaşlılık ve Yaşlanma Üzerine Kavramsal ve Kuramsal Tartışmalar

Yaşlılık ve yaşlanma birbirinden farklı kavramlar olarak ele alınmaktadır. Yaşlılık bir olgu olarak değerlendirilirken yaşlanma ise bir süreci ifade etmektedir. Birbirinden farklı olsa da iki kavram arasında bağlantı vardır. Yaşlılık bir döneme işaret ederken yaşlanma ise bir süreçtir. Kavramsal tartışmaların yanı sıra yaşlılık ve yaşlanma üzerine farklı kuramsal tartışmalar vardır. Bu bölümde yaşlılık ve yaşlanma kavramlarının farklılıklarından söz edildikten sonra kuramsal yaklaşımlara da yer verilmektedir. Kavramların ve kuramların anlaşılması meselenin özünü anlamayı kolaylaştırmaktadır. Bu anlama, ortaya çıkan sonucun daha iyi anlaşılmasına yardımcı olmaktadır.

İnsanın Üçüncü Çağı: Sosyolojik Bir Olgu Olarak Yaşlılık

Yaşlılık araştırmalarının tarihçesi 1950'lere kadar gitse de 1960'lı yılların sonlarına doğru sosyal bilimler alanında "yaşlanma" araştırmaları artmıştır (Görgün-Baran vd., 2005, s.25). Yaş takvimsel bir gösterge olmaktan çıkıp kültürel bir durum haline gelmiştir. Yaşlı nüfusun artması ile birlikte ekonomik, sosyal ve politik olarak yeni düzenlemelerin yapılması gerekliliği ortaya çıkmıştır (İçli, 2008, s. 30-31). Bazı sosyologlar ve

gerontologlar değişen demografik istatistiklere bakarak nüfusun grileşmesinden söz ediyor. ‘Grileşme’ sanayi toplumu ile ortaya çıkan iki uzun dönemli eğilimin sonucudur. Bu eğilimler ailelerin daha az çocuk sahibi olma istekleri ve insanların daha uzun yaşama arzusu eğilimleridir (Giddens, 2012, s. 220). Teknolojik gelişmelere bağlı olarak ortaya çıkan daha uzun yaşam ile birlikte yaşlıların yaşadığı toplum içinde eskie göre daha çok olmaları ve daha görünür olmaları, tecrübe ettiğimiz ve yaşadığımız dönemin sosyal bir gerçekliğidir.

Yaşlılığın hangi yaştan itibaren başladığı geçmişten günümüze tartışma konusu olmuştur. Eski Yunan düşünürlerden Pisagor, Ovid ve Horace göre yaşlılık 60 ya da 80 yaşında başlıyordu. Bir Yunan okulu olan Diogenes Hertius da yaşlılığı 60 yaşında başlatmaktaydı. Eski düşünürlerden Hipokrat’ın yaşlanma üzerine fikirleri de birçok kişiyi etkilemiştir. Hipokrat yaşlılığın başlangıç yaşını 56 olarak belirlemiştir. Çıçero’ya göre yaşlılık ise 46 yaşında başlamaktaydı. Greco-Roman toplumu yaşlılığı 60 yaşından sonraki süreç olarak görmüştür. Yaşlanma ve yaşlılığın başlangıcı hakkındaki bu eski fikirler, uzun yıllar boyunca varlığını sürdürmüştür. Rönesans entelektüellerinin yaşlanma süreci ve yaşlılığın başlangıcı için sıklıkla antik çağa döndükleri görülmüştür (Covey, 1992, s. 326-327).

Steven Smith, 17. yüzyıl İngiltere’sinde, yaşlılığın kırk yaşında başlamadığını, çok daha sonra olduğunu düşünüyordu. Önemli Püriten lider Cotton Mather yaşlılık çağının 50 ya da 60 yaşında başladığına inanıyordu. 18. yüzyılda İngiliz yoksul yasalarına göre yaşlılığın başlangıcı belirsizdi. Yoksul yasası bireylerin gerçek görüntüsünün kronolojik yaşından daha yoksul olduğu vurgusunu yapıyordu. Miles 1822’de bir gazete makalesinde yaşlılıktan mustarip 50 yaşında bir adamı tanımlıyordu. Albert Alden *The Life and Age of Woman* (1830) adlı eserinde 75 yaşı yaşlılığın başlangıcı olarak tanımlamıştır. 19. yüzyıla gelindiğinde ise yaşlılığın başlangıcına ilişkin

çeşitli referanslar vardır. Roebuck ve Slaughter, 19. yüzyıl İngiliz yetkililerinin yaşlılığın başlangıcını 50 ile 60 yaş arası- nı bulduğunu belirtmişlerdir (Covey, 1992, s. 328-329).

Dünya Sağlık Örgütü ya kronolojik yaş olarak 65 yaş ve üzerini ‘yaşlı’ olarak ele almaktadır. Birleşmiş Milletler dokümanlarında ise 60 yaş ve üzeri ‘yaşlı’ olarak görülmektedir. Dünya Sağlık Örgütü her ne kadar 65 yaş ve üzerini yaşlı olarak değerlendirmiş olsa da kronolojik yaşı kesin bir gösterge olmadığını kabul etmek gerektiğini belirtmektedir (Yaşlanma Özel İhtisas Komisyonu Raporu, 2018: 4-5). Günümüzde yaşlılığın başlangıcı olarak 65 yaş kronolojik yaşı başlangıcı olarak görülmektedir. Geçmişten bugüne artan sağlık imkânları, kaliteli yaşam ve birçok faktör yaşlılığın başlangıcını da değiştirmiştir.

Günümüze baktığımızda yaşlılıkla ilgili çalışmaların bir bilim dalı olarak ele alındığı görülmektedir. Yaşlılığı doğrudan ele alan bilim dalları geriatri ve gerontolojidir. Geriatri yaşlılıkta sağlık boyutunu ele almaktadır. Gerontoloji ise yaşlılık ve yaşlanmayı ele alırken toplumsal gerçeklikteki neden-sonuç ilişkileri bağlamında ele almakta ve yaşlılarla ilgili politikalar üretmeye yönelik akademik çalışmalar yapmaktadır (Bilir, 2018: 13). Gerontoloji yaşlılığı, sosyal ve kültürel olarak ele almaktadır. Aynı zamanda demografik değişimleri, yaşlanmayla göç ilişkisini yaşlanmanın tüm boyutlarını ele almaktadır. Ülkelerde yaşlı nüfusun artışı sosyal, kültürel ve sağlık gibi alanlarda sorun yaşamasına neden olmuştur. Bu sebeple yaşlanma ve yaşlılığın artışı geriatri ve gerontoloji gibi bilimlerin önemlerini arttırmıştır (Özkul ve Kalaycı, 2015, s. 263-265). Gerontoloji Yunanca’da “yaşlı adam” ve ‘bilim’ kelimelerinin birleşimiyle oluşturulmuş ve yaşlılığı ve yaşlanmayı inceleyen bir bilimdir. Bu kelime henüz keşfedilmemişken antikçağ filozoflarının ilgilendiği bir konu olmuştur. Kısacası tarih boyunca yaşlılık her kesimden insanın odağında olmuş bir konudur (Yazıcı, 2014, s. 21).

Gerontoloji yaşlanma ve yaşlılık süreciyle ilgili sorunların ve imkânların belirlenmesi, değerlendirilmesi, önerilerin geliştirilmesi noktasında önemli rolleri olan bir bilimdir (Gültekin, 2020, s. 2). Gerontoloji biliminin ortaya çıkışında 65 yaş üstü nüfusun artması etkili olmuştur (Şentürk, 2018, s. 95). Yaşlanma ve yaşlılık tıp, psikoloji, antropoloji gibi bilim dalları tarafından ele alınmıştır. Postmodern durumun bir sonucu olarak gerontoloji yaşlılığı ele alan bir çalışma konusu olmuştur. Gerontoloji alanında yapılan çalışmalar yaşlılığın nasıl bir süreç olduğu hakkında bilgiler vermektedir. Gerontolojinin ortaya çıkışı yaşlılıkla ilgili belirsizliklerin giderilmesine katkı sağlamıştır (Bektaş, 2017, s. 10).

Gerontoloji biliminin yerleşik yaşama geçilmesi ve tarıma başlanması ile ortaya çıktığı söylenebilir. M.Ö. on binli yıllarda ortalama yaşam süresi 14 yılken tarımın başlaması ve yerleşik hayata geçilmesi ile beraber ortalama yaşam süresi 40'a ulaşmıştır. Tarıma geçilmesi ile birlikte gıdaya hızlı ulaşma insanların daha uzun yaşamasını sağlamıştır. M.Ö. 4000'lerde nüfusun düzenli biçimde artmaya başlamasıyla birlikte Mezopotamya ve İndus nehri gibi yerlerde yaşlı nüfus görülmeye başlanmıştır. Tarımın sağladığı ekonomik fayda yaşlı nüfus sayısını da arttırmıştır. Orta Çağ İslam dünyasında da, yaşlılığı ele alan Müslüman hekimlerin ortaya çıktığı görülmektedir. 1025 yılında İbni Sina'nın yaşlıların bakımı konusunu ele alan "*Canon of Medicine*" kitabı yayınlanmıştır. Kitaba göre yaşam dört bölümden oluşmaktadır. Bu dönemler; büyüme dönemi, yaşamın baharı, yaşlılık (düşüş dönemi) ve eli ayağı tutmaz dönemden oluşmaktadır. İbn-i Sina'nın, insan yaşamını dönemlere ayırırken yaşlılığı ele aldığı görülmektedir. 1300'lü yıllardan bu yana yaşlı insan sayısı giderek artmıştır. 1800'lü yıllarda ise yaşlı bakım evlerinin ortaya çıktığı görülmüştür. Yaşlı sayısının artışıyla beraber Michel Eugene Chevreul 1800'lü yıllarda yaşlanmanın bilim olarak ele alınması gerektiğini belirtmiştir (Kalınkara, 2016, s. 12-13).

Gerontolojinin ilk bilinen ismi Metchnikoff' tur. Onun öğretileri en başından günümüze kadar yaşlanma ve uzun yaşama konusunda yapılan bilimsel araştırmaların büyük bir bölümünün püf noktasını oluşturmuştur. Gerontoloji terimi onun tarafından 1903'te yayımlanan *Etudes On the Nature of Man*'de kullanılmıştır ve bu çalışmaların başlangıcı olmuştur (Stambler, 2015, s. 201-202; Şentürk, 2018, s. 97; Kalıncara, 2016, s. 14). Metchnikoff'un gerontoloji kelimesini ortaya atmasından 42 yıl sonra gerontoloji alanında önemli çalışmalar yapılmaya başlanmıştır. Gerontoloji alanında yapılan ilk önemli çalışmaların ABD'de ve Avrupa'da olduğu bilinmektedir. 1945 yılında yaşlılık konusu ile ilgilenen birçok uzman bir araya gelerek Amerikan Gerontoloji Derneği'ni kurmuştur. 1946'da ise derneğin bu alandaki ilk dergisi olan *Journal of Gerontology* yayına başlamıştır (Alaydın, 2019, s. 62; Yazıcı, 2014, s. 32). James Birren Kaliforniya Üniversitesi Ethel Percy Andrus Gerontoloji merkezini kurmuştur. 1975 yılında ise "USC Leonard Davis Scholl of Gerontology" ilk Gerontoloji Bölümü olarak tarihe geçmiştir (Kalıncara, 2016, s. 14). Yine 1946 yılında İngiltere'de yaşlıların sağlıklarını ele alan *nuffield foundation* kurulmuştur. 1958'de Fransız Gerontoloji Birliğinin kurulması ile beraber Gerontoloji ve Geriatri üzerine çalışmalar hız kazanmıştır. Yaşlılık alanında çalışanlar 1950'lerden 1970'lere kadar olan süreçte yaşlılığı daha çok sosyal bakım ve sağlık konuları özelinde ele almışlardır. 1970'li yılların sonlarına gelindiğinde İngiltere'nin farklı bölgelerinde yaşlıların tutum, davranış ve sağlık durumları ile ilgili araştırmalar yapılmıştır (Kalıncara, 2016, s. 14). Finlandiya Gerontoloji Derneği 1948, Norveç Ulusal Gerontoloji Enstitüsü 1957'den beri çalışmalar yürütmektedir (Yazıcı, 2014, s. 34). 1960'lı yıllarda ise gerontoloji Batı dünyasında nüfus azalması ve artan yaşlı nüfus ile birlikte akademik bir disiplin olarak gelişme göstermiştir (Kalıncara, 2016, s. 21). Amerika'da Gerontoloji yüksek lisansı 1967'de başlamıştır. Şu an Amerika'da 57 üni-

versitede gerontoloji yüksek lisans programı vardır (Haley ve Zelinski, 2007, s. 11)

Yaşlılık alanında yapılan ilk geniş çaplı bilimsel çalışmalardan biri Fracis Galton'un 1884 yılında yürüttüğü bir çalışmadır. Bu çalışmada dokuz binin üzerinde kişiden alınan bilek gücü, duyma, görme, hız gibi ölçümler istatistik verilerle değerlendirilmiştir. Sonuç olarak ileri yaşta olan insanların vücutlarında oluşan değişimler hakkında nicel verilere ulaşılmıştır. Baltimore'un *Longitudinal Study of Aging* (1958) çalışması Amerika'daki en eski boylamsal çalışmadır. Yaşları 20 ile 90 arasında değişen 1400 kişiye uygulanan bu çalışmada, belli testler uygulanarak yaşlılıkta oluşan fizyolojik değişimler ile hastalıklar arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Başka bir önemli çalışma ise Duke'un *Longitudinal Study of Aging* (1955)'dir. Bu çalışma yaşları 60 ile 90 arasında değişen 270 kişi ile yapılmıştır. Yaşlanmanın sinir sistemi üzerinde etkileri biyomedikal, psikolojik ve sosyo-ekonomik açıdan incelenmiştir (Yazıcı, 2014, s. 30-33).

Türkiye'deki yaşlılık alanındaki gelişmelere baktığımızda ilk olarak bilimsel dernek girişimlerinin olduğu görülmüştür. Prof. Dr. Velittin Kalıncara'nın öncülüğünde ilk yaşlı derneği kurulmuştur. Bu dernek, *Yaşlı Sorunları Araştırma Derneği* (YASAD), 1998 yılında ilk gerontolojik çalışmalara başlamıştır. Dernek tarafından 2001 yılından sonra yaşlılıkla ilgili ilk bilimsel dergi olan *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi* yayına başlamıştır. Yine aynı dönemde *Ulusal Yaşlılık Kongresi* gerçekleştirilmiştir (Kalıncara, 2016, s. 15; Şentürk, 2018, s. 101). Yaşlılık alanında ülkemizde yaşanan en önemli gelişmelerden bir diğeri ise İsmail Tufan'ın öncülüğünde Akdeniz Üniversite bünyesinde Gerontoloji bölümünün kurulması olmuştur (Alaydın, 2019, s. 63; Gültekin, 2020, s.7; Kalıncara, 2016, s.16). İsmail Tufan Türkiye'de 2000 yılında ilk Gerontoloji bölümünü kurduğunda Agingmap USA'dan ilham alarak GeroAtlas araştırma projesini hayata geçirmiş-

tir. Farklı araştırma projelerinden oluşan bu proje 2000-2023 yılları arasında gerçekleştirilecektir (Tufan vd., 2019, s. 2).

Sonraki yıllarda meydana gelen gelişmelere bağlı olarak gerontolojinin gelişimiyle beraber gerontolojinin bir alt dalı olan sosyal gerontoloji kavramı ortaya çıkmıştır. 1954 yılında Clark Tibbitts'in öncülüğünde tıbbi ve psikolojik gerontolojinin yanı sıra yaşlı bireyleri kültürel ve toplumsal çevreden soyutlamadan inceleyen *sosyal gerontoloji* kavramı ortaya çıkmıştır. Sosyal gerontoloji, yaşlı nüfusun toplumsal yapıyı nasıl etkilediği ve aynı zamanda yaşlı nüfusun toplumsal yapıdan nasıl etkilendiğini incelemektedir (Kalınkara, 2016, s. 15). Yaşlılığı sosyal yönden inceleyen sosyal gerontolojinin tarihçesi 1960'lı yılların öncesine dayanmaktadır (Kaygusuz, 2008, s. 228). Sosyal gerontoloji yaşlıların, dünyanın farklı yerlerinde farklı şekillerde yaşadıklarına değinir. Değişen toplumla beraber yaşlılık olgusunun da değiştiğine vurgu yapmaktadır (Şentürk, 2018, s. 98). Sosyal gerontoloji disiplinler arası bir alandır. Ekonomi, siyaset, sosyoloji ve davranış bilimleri gibi alanları içine almaktadır (Kalınkara, 2016, s. 20).

Yaşlı, Yaşlanma ve Yaşlılık Kavramları

Yaşlılık, bir araştırma konusu olarak sosyolojinin ilgi alanına girmektedir. Sosyolojik bakış açısı ile yaşlılığı incelemek, toplumsal yapı içerisinde bireyler ve toplumlar açısından önemlidir. Bu bakış açısı, yaşlılığın yerinin anlaşılmasını kolaylaştırır. Yaşlılığın ne olduğu ve yaşlılığı içine alan tüm konular sosyolojik bakış açısı ile değerlendirilebilir (İçli, 2008, s. 30). Yaşlılığın bir disiplin olarak literatüre girmesi ile birlikte kavramsal tartışmalar da başlamıştır. Özellikle 'yaşlılık' ve 'yaşlanma' kavramlarının ne anlama geldiği ve ikisi arasındaki farklar tartışılmaya başlanmıştır. Diğer taraftan insan ömrünün uzaması 'yaşlı' kavramının hangi kriterlere göre değerlendirileceği konusunun ele alınmasına neden ol-

muştur. İnsanın ne zaman ‘yaşlı’ görüleceği ile ilgili objektif bir tanım bulunmamaktadır. Bazı devletler ve uluslar yaşlılık için “60 yaş” ya da “65 yaş” gibi sınırlar belirlemiştir (Çayır, 2018, s. 82).

Yaşlı kavramı her dönemde belli bir yaştan üstündeki insanlar için kullanılan bir kavram olmuştur. Dönemlere ve toplumlara göre ‘yaşlı’ sayılma yaşının değiştiği görülmüştür. Değişen toplumsal anlayışlar yaş algısının değişmesinde de etkili olmaktadır. Yaşlı nitelemesinin ilk olarak kronolojik yaş temelli yapıldığı görülmektedir. Toplumlara ve kültürlerle göre kişilerin ‘yaşlı’ olarak görülmesini gerektiren yaşlar farklılaşabilmektedir. Bu yaştan hangi yaş olduğu zamana ve topluma göre değişiklik göstermektedir. Bu da yaştan yalnızca kronolojik bir sıralama biçimi değil aynı zamanda kültürel bir olgu olduğunu göstermektedir. Kronolojik yaş bize yeterli bilgiyi vermemektedir. Yaştan anlaşılması sosyal, psikolojik ve kültürel bağlamların beraber ele alınması ile mümkündür (Görgün-Baran vd., 2005, s. 24). Birey yaşadığı toplumda yaşlı, yaşlanma ve yaşlılık tanımına bağlı olarak yaşamına şekil vermektedir. Bu gerçek yaşlılığın zamana, topluma ve kültüre göre değiştiğini göstermektedir (Şentürk, 2018, s. 30).

Modern öncesi toplumlarda yaştan konumu ile modern sonrası dönemdeki yaştan konumu birbirinden farklıdır. Yaşlılığın tarihsel süreçteki değişimi, toplumun yapısındaki değişimlerle bağlantılıdır. Yaşlılık birçok değişimi içinde barındıran bir kavramdır. Her dönemin yaşlı algısı farklıdır. Günümüzde çoğu insan yetmiş yaşında bile yaşlı sayılmazken eski toplumlarda orta yaştaki kişiler bile yaşlı olarak görülmekteydi (Akça ve Şahin, 2008, s. 191, Soyuer ve Soyuer, 2008, s. 219, Salur, 2018, s. 9). Toplum yaşlıya bir değer atfettiği gibi yaşlıda kendisini toplumda farklı şekilde konumlandırır. Kişinin hayata baktığı pencere, kendini değerlendirmesi, yaşamdan aldığı zevk ve yaşam doyumu daha çok ruhsal algı düzeyi ile ilgilidir (Üçok, 2018, s. 6). Herkesin hayattan öğ-

rendiği, çıkardığı ders, yaşanmışlıkları farklıdır. Bu yüzden herkesin hayat evrelerini geçme ve yaşama süreçleri farklı seyreder (Karakaş, 2012, s.24).

Yaşlanma; kronolojik, biyolojik, sosyal ve psikolojik açıdan boyutları olan, doğumla başlayıp ölüme kadar süren bir süreci ifade etmektedir. Yaşlanma, organizmalarda molekül, hücre, doku, organ ve sistem düzeyinde zamanla ortaya çıkan ve geri dönüşü olmayan yapısal ve fonksiyonel değişiklik olarak tanımlanmaktadır (Arpacı, 2016, s. 2). Yaşlanma insanların ölümlülükle yüzleştiği bir süreçtir (Salur, 2018, s. 9). Cansız varlıklar için zaman içinde geçirilen süreyi belirtirken ‘eskime’ veya ‘yıpranma’ kavramları kullanılırken, canlılar için ‘yaşlanma’ kavramı kullanılmaktadır. Yaşlanma dünyaya gelen her canlının yaşamı boyunca aldığı mesafedir ve bu süreç ölümlle son bulmaktadır (Şentürk, 2018, s. 21-22)

Yaşlanma toplum içerisinde yaşanmaktadır. Bu bakış açısıyla da yaşlanma sosyal bir içeriğe sahiptir. Yaşlanmanın sosyal içerikli görünümüleri her toplumda kendine özgü olarak varlığını devam ettirmektedir. Bu görünümeler bireyin içinde yaşadığı toplumdan ayrı var olmamaktadır. Toplumsal bir boyutunun da olduğu kabul edilmektedir. İnsanların içinde yer aldıkları ailesel, ekonomik ve kültürel durumlardan etkilenmektedir. Bununla beraber yaşlılığa ilişkin sosyal görünümeler ortaya çıkmaktadır (Nazlı, 2016, s. 1- 2). Yaşlanma tüm insanlar için kaçınılmaz, karmaşık ve çok boyutlu bir yaşam evresidir. 1982 yılında Dünya Sağlık Örgütü 65 yaş kronolojik olarak yaşlanmanın başlangıcı olarak kabul etmiştir. Yaşlanma için yaşın belirlenmesi resmi ve hukuki işlemlerin hakların kazanılması noktasında önemlidir. Yaşlanma tek boyutlu bir olgu değildir. Yaşlanmanın biyolojik, psikolojik, sosyal yönü de vardır. Genellikle kişiler bu yaşlanma türlerinden birkaçının baş göstermesi ile birlikte yaşlanmaya başlarlar (Cangöz, 2009, s. 99). Yaş kavramı daha çok kişinin dünya üzerinde geçirdiği zamana karşılık gelen bir kavram-

dır ve kronolojik kökene sahiptir denilebilir. Yaşlılık ise kronolojik söylemden daha ziyade biyolojik ve fizyolojik karşılığa sahiptir çünkü yaşlılık yaşı olarak nitelenen yaşta olsa dahi kişi kendini dinç, dinamik hissedebilir ve yaşlı olmadığını yaşam biçimine, sağlığına bakarak değerlendirebilir. Yaşlanma ise daha çok olgusal bir kavramdır. İnsanoğlu doğduğu andan itibaren yaşlanmaya başlar ve yaşlanma bir ömür boyu devam eder.

Yaşlılık temel anlamıyla kişinin kronolojik, biyolojik, psikolojik, fizyolojik ve toplumsal açıdan yaşlanması anlamına gelmektedir. Yaşlılık insan hayatında doğal bir sürece karşılık gelir. Yaşlılık her ne kadar tanımlanmaya çalışılan bir olgu olsa da tanımlamalara sığmayan herkeste farklılık gösteren bir yaşam gerçekliğidir. Yaşlılık da tıpkı çocukluk ve yetişkinlik gibi yaşamın bir evresidir. Zamanın ilerlemesiyle birlikte kişide fonksiyonel değişimler meydana gelmektedir ve bu yüzden yaşlılık bir hastalık olmaktan ziyade fizyolojik döngünün nihai sonucu olarak görülmektedir. Yaş kavramı iki ayrı kategoride ele alınmaktadır. Kronolojik yaş herkes için aynı olurken, biyolojik yaş kişiye göre değişme göstermektedir (Yertutan, 1991, s. 1-2). Yaşlılık, bireyin geçmiş tecrübelerini, yaşantısını sıklıkla sorguladığı bir döneme de karşılık gelmektedir. Geçmişteki yaşantısından zevk almış olan yaşlı bireyler, yaşlılık dönemine girdiklerinde bu dönemi daha kolay geçirmeye başlarlar. Bu dönemde seyahat edip sevdiklerine daha çok zaman ayırabilirler (Kalınkara, 2016, s. 105). Yaşlılık toplum nazarında emeklilikle birlikte başlayan bir dönem gibi düşünülmektedir. Yaşlılık tam olarak emekliliğe karşılık gelmemekle beraber yaşlıların, uzun yaşadığı ve sağlıklı kaldıkları bir döneme de gelmemektedir. Yaşlı birey toplumdaki diğer kişilerle ilişki kurabilen, yaşamış olduğu çevreye ve kente ilişkin öneride bulunabilen ve beklentileri olan bir birey olarak değerlendirilmektedir (Arun, 2008, s. 314). Yaşlılık genellikle patolojik bir süreçmiş gibi algılandığı

için yaşlılık yaşam sürecinin doğal bir parçası gibi görülmektedir. Bu yüzden de yaşlılığa günümüzün toplumsal yapısı içinde yer kalmamaktadır. Genellikle tüketen konumda oldukları için de toplumdan bir şeyler çalan kişiler olarak görülmektedir. Neoliberalizmin yeni söylencesi olarak yaşlılar “sevilmeyen eski bedenler” dir (İpek, 2019, s. 55-56).

Yaşlılık literatüründe “yaşlanma”, “yaşlılık”, “ihtiyarlık” gibi kavramlar gerontoloji ve geriatri alanlarında birbirlerinin yerine sıkça kullanılan kavramlardır. Bu kavramlar derinlemesine incelendiğinde ise bunların arasındaki farkın da net olmadığı görülmektedir (Şentürk, 2018, s. 21). Yaşlılık insan yaşamının son evresine karşılık gelirken, yaşlanma ise insanın doğumu ile başlayan, ölümü ile sonuçlanan doğal ve kaçınılmaz bir süreci ifade etmektedir. İnsan gelişimsel olarak ilk yirmi yıl ilerleme göstermekte sonraki yıllarda ise yavaş yavaş durağanlaşıp, yıpranma yaşamaktadır. Bu yıpranma her anlamda yaşlılık döneminde daha fazla görülmektedir. Yaşlılık bu açıdan bakıldığında bağımlılıkların arttığı, kayıpların yaşandığı bir dönemdir. (Kalınkara, 2016, s. 8). Yaşlılıkla ilgili tanımlar genellikle yaşlılıkta meydana gelen kayıpları öne çıkaran tanımlardır. Yaşlılık; ihtiyar, moruk, hasta gibi olumsuz kavramlarla anılmaktadır. Aynı zamanda yaşlılıkta insanların bağımlı olma, bilişsel ve sosyal fonksiyonlarını kaybedecekleri düşüncesi vardır. Ancak yaşlılık yalnızca bu olumsuzluklardan ibaret değildir. Yaşlılar aynı zamanda ‘bilge’ insanlardır. Tecrübeleri ve yaşamışlıkları insanlara yol göstermesi açısından değerlidir (Giddens, 2012, s. 227). Cicero yaşlıların çalışkan olduğuna vurgu yapar. Yaşlıların boş durmadıklarını ve zorlu işlerle uğraşabildiklerini belirtir (Cicero, 2021, s. 19). İş yapamamayı, elden ayaktan düşmeyi yaşlılığa ait bir eksilik değil sağlıkla alakalı bir durum olarak görür (Cicero, 2021, s. 23). Türk toplumuna baktığımızda ise yaşlılıkta insanlara saygı ve hürmet gösterilmektedir. Fikirlerine ve düşüncelerine önem verilmektedir. İnsanların

yaşlılığa yükledikleri anlam olumlu ya da olumsuz değildir. Yaşlılık tarihe, kültüre ve toplumlara göre farklı şekilde yorumlanmaktadır. Bunun yanı sıra bazı kavramlar yaşlılıkla eş anlamlı gibi görünse de farklı anlamlara gelmektedir. İhtiyarlık yaşlılık (ihtiyar, kocamış, yaşlı başlı) ile eş anlamlı görülüp kullanılan bir kavramdır. Ancak ihtiyarlık yaşlılıktan farklı anlama gelmektedir. İhtiyarlık daha çok ileri yaştan vermiş olduğu toplumsal ve kültürel ilişkilere işaret etmektedir. Yaşlılık daha çok biyolojik ve fizyolojik değişimi ifade etmektedir. Yaşlılık ve ihtiyarlık toplumsal çevrede sosyal ilişkilerle yoğrularak yaşanır ve inşa edilir. Son zamanlarda yaşlılığın sadece biyolojik bir süreci işaret etmediği sosyal ve kültürel değerlerin yaşlılık üzerine etkilerinin olduğunu gösteren çalışmalar artmıştır (Beğer ve Yavuzer, 2012: 1-2). Zamanla yaşlıların statüsü değişmeye başlamıştır. Modern dönemde ihtiyar, ak sakallı anlayışı aşınmaya başlamıştır. Yaşlılara halen saygı ve hürmet gösterilse de ihtiyar olana gösterilen saygıdan ziyade yaşlıya gösterilen saygı söz konusudur. Oysaki ihtiyar ve ak sakallı kavramlarının kullanılıyor olmasının bile bir sebebi vardır. Bu kavramlar yaşlıya statü veren, toplumda daha değerli bir konuma koyan kavramlardır. Yaşlıya bilge, saygı gösterilen kişi gibi anlamlar yüklemekteydi ancak zaman içinde bu yüklenen anlam değişmeye ve yaşlının statüsü aşınmaya başladı.

Yaşlılığın Sosyal İnşası

Sosyal inşa dediğimiz kavram, sosyal gerçekliğin, sosyal yapı ve ilişkiler içerisinde nasıl oluştuğuyla ilgili geniş bir sosyolojik gelenek içinde yeniden yorumlanmasıdır (Alpman, 2018, s. 16). Sosyal inşacı yaklaşım, sosyal olarak yaşla ilgili davranışların ve uyması beklenen hem popülasyonlar içinde hem de popülasyonlar arasında değişen toplumsal yapının yapılandırılmasında önemli bir rol oynamaktadır. (Fields,

2018, s. 1-2). Sosyal gerçekliğin içerisindeki tüm sosyal süreçler gibi yaşlanmada sosyal olarak inşa edilmektedir. Zira yaşlanmanın ne anlama geldiğine dair anlayışlar sürekli değişmektedir. Yaşlılık anlayışı coğrafyaya, kültüre, dini hareketlere ve tıbbi gelişmelere göre yeniden üretilmektedir (Gleason, 2017, s. 1). Tüm kültürler sosyal bir olgu olarak yaşlanmayı deneyimlemiş olsa da her toplumun inşası kendine toplumsal bağlamına özgü olmaktadır (Gleason, 2017, s. 6).

Yaşlanmanın sosyal anlamı, yaşlanmanın fiziksel ve zihinsel yetenekleri üzerindeki etkileri hakkındaki yanlış inançlara bağlıdır. Yaşlanma düşünmenin katılaştığı, unutkanlığın yaşandığı bir süreç değildir. Yaşlanma en sevilen fiziksel aktiviteyi gerçekleştirmenin önünde engel değildir. Ancak toplum, insanlara roller atama, insanları sosyal yapı içinde konumlara yönlendirme ve bireyleri kategorize etmenin bir yolu olarak yaşı kullanır. Birini iş adayı olarak mı yoksa ortak olarak mı düşüneceğimiz o kişinin yaşı ve o kişinin yaşının bize neyi simgelediği ile ilgilidir. Bunun nedeni, 65 yaş veya gri saçın yeterlilik veya yetersizlik belirtisi olmasıyla ilgilidir (Morgan ve Kunkel, 2007, s. 5). Yaşlılık gençliğin tersi bir durumda görüldüğü için olumsuz kavramlarla inşa edilmektedir. Yaşlılığın sosyal inşası kuramına göre yaşlılık her zaman sosyal ve kültürel faktörler ile inşa edilmektedir. Yaşlılıkla ilgili geliştirilen fiziksel ve zihinsel yetersizlik algısının oluşumunda sosyal inşa süreci etkilidir (Kurtkapan, 2020, s. 53).

Yaşlılığa ilişkin olumlu ve olumsuz olmak üzere iki tutumun olduğundan söz edebiliriz. Fakat olumsuz tutum örneklerine daha çok rastlanmaktadır. “Yaşlı”, “İhtiyar” gibi yüklenen sıfatlar yaşlı bireyin toplumda kötü lanse edilmesine ve uzak tutulmasına sebebiyet vermektedir. Yaşlılıkta kuşaktan kuşağa aktarılan farklı şekillerde değer yargıları vardır. Örneğin yaşlılığın önlenemeyeceği düşüncesi yaygındır. Fakat teknolojik gelişmeler kronolojik olarak yaşlanma anlayışını değiştirmiştir. Biyo-psiko-sosyal yaşlanma kronolojik

yaşa göre değil bireylere göre de farklılık göstermektedir. Artık kişi kendini ne zaman yaşlı hissediyorsa o zaman yaşlıdır. Fakat elbette biyolojik olarak yaşlanma gerçeğini de göz ardı etmemek gerekir. Diğer bir düşünce ise yaşlıların gençlerle anlaşılamayacağı düşüncesidir. Oysa yaşlının deneyim ve tecrübesi ile gencin bedensel enerjisi, dinamizmi yaşlılığın bilgeliği ile birleşince üretken ve yaratıcı bir duruma dönüşebilir. Aynı zamanda yaşlının hoşgörölü ve esnek olmadığı düşüncesi de hakimdir fakat tam tersine yaşlı bireylerde hoşgörü ve esneklik daha da artmaktadır. Diğer bir yanlış da yaşlılığın durağan ve değişmez bir dönem olduğu fikridir ancak yaşlı yaşam sürecinde kazandığı çeşitli etkileşimler onu daha dinamik kılmaktadır. Başka bir yaygın ve yanlış değerlendirilen yargı ise yaşın sağlıklı olmak için engel olduğu düşüncesidir. İleri yaş sağlıklı yaşamak, yaşlanmak için engel değildir. İyi planlanmış bir aktivite programı ile 90 yaşında bile sağlıklı olunabilir (Kalınkara, 2016, s. 25-26). Yaşlı evin bereketi, huzuru, en bilgisi, en hürmet edilenidir. Olumlu şekilde ele alınan kavramların yanı sıra yaşlılık; ihtiyaç, moruk gibi olumsuz kavramlarla da anılmaktadır. Bu olumsuz kavramlara ek olarak yaşlı bireyler yoksul ve arada olanlar olarak da görölmektedir (Giddens, 2012, s. 227).

Yaşlılar yaşam süreci boyunca edindikleri bilgi ve tecrübelerini gençlere aktararak kültürel bilgi ve değerlerin devamını sağlarlar. Adet, gelenek, görenek ve ahlaki bilgiler yaşlılardan gençlere aktarılır (Canatan, 2008, s. 67). Yaşlılar gençler için önemli bir bilgi kaynağıdır. Fakat gençler yaşlıları her zaman bilgi kaynağı ve değerlerin devamı olarak görmezler. Bu olumlu algıların dışında olumsuz düşüncelere sahip olanlar da vardır. 18-24 yaş arası 100 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada, yaşlılık kavramının ne çağrıştırdığı sorulmuştur. Çalışmaya katılan gençlere göre yaşlılık hastalık (%66), yalnızlık (%59), şefkat (%55), güçsüzlük/zayıflık (%53) ve bilgelik (%53) kavramlarını çağrıştırmaktadır (Kılıç, 2018,

s. 854). Sonuçlara bakıldığında hem olumlu hem de olumsuz kavramlar göze çarpmaktadır. 323 üniversite öğrencisiyle yapılan başka bir çalışmada gençlere yaşlılarda sevmedikleri özellikler sorulmuştur. Bir grup genç yaşlıların ‘aksi’, ‘inatçı’, ‘huysuz’ ve ‘geçimsiz’ olduklarını söylemiştir. Sıkça dile getirilen bir diğer konu ise “gençleri anlamadıkları ve anlamak için çaba göstermedikleri” olmuştur. Gençler aynı zamanda yaşlıları ‘dedikoducu’ ve ‘tekrarcı’ kişiler olarak görmekte ve “kendilerini acındırmalarından” rahatsız olmaktadır. Bir grup genç ise, yaşlıların sosyal yaşam içerisindeki varlıklarından rahatsız olmaktadır. En çok rahatsız oldukları konu ise toplu ulaşım araçlarını kullanmalarıdır. Hatta bazı gençler yaşlıların dışarıda yaya olarak bulunmasından bile rahatsızlık duymaktadır. Rahatsızlık duymalarındaki sebep ise yaya yolunu kapatmaları, ortadan gitmeleri ve yolda durup sürekli düşünmeleri olmuştur (Ulus, 2020, s. 1161-1163).

Kuşaklararası ilişkilere göre değerlendirildiğinde gençlerin, yaşlılara bakış açıları olumlu ya da olumsuz şekilde olabilmektedir. Kavramlar üzerinden bakıldığında ise bu ayrım çok nettir. Gençlerin bir kısmı yaşlılığı şefkat ve bilgelik gibi kavramlarla tanımlarken diğer bir kısmı ise yaşlılığı geçimsiz, huysuz, inatçı gibi kavramlarla tanımlamaktadır. Bu tanımlamaların dışında dikkat çeken bir nokta ise, yaşlıların toplumsal yaşamdaki varlıklarıdır. Gençlerden yaşlıları kamusal alan içerisinde görmek istemeyenlerin varlığı da dikkat çekicidir. Tüm sosyal gerçeklikler gibi yaşlılar da diğer insanlarla sosyal ilişki kuran, toplumda var olan bireylerdir. Yaşlanma toplum tarafından inşa edilir. Topluma ait kültür, değer, din, ekonomi ve coğrafya etrafında şekillenir.

Yaşsız Yaşlanma

Yaşlanmama ya da yaşsızlık ne demek? Yaşından daha genç görünme insanlar için merak konusudur. Yaşsızlık ruhsal olarak canlı olmayı içerir (Frantz, 2007, s. 33). Yaşlanma mücadele edilmesi gereken bir süreç olarak gösterildiğinde, bu süreci gerçekleştirebilmek adına yeni pazarlar oluşturulurken, stratejiler de sunulmaya başlanmıştır. Genç kalmak için sunulan öneriler, sözde bir tür “yaşsızlık” yaratmayı, her bireyin aynı zamanda ve her yaşta her şeyi yapabilmesini vadetmesine karşın bu düşüncenin imkânsız olduğu da her fırsatta dile getirilmektedir. Bedenin yaşlanması ile birlikte piyasa da harekete geçmektedir. Ekonomik koşulların da yaşlanmanın olumsuz yanlarına dikkat çekmesi sonucunda bedenin yeniden inşa edilme süreci başlamaktadır. Daha genç ve dinamik olma vurgusu ile birlikte kadınlar, estetik sarmalına dahil olmakta. Gösterişli ve genç olma umudu “yaşsızlık” vaadi toplum içinde yerini koruması bakımından gerçeklik olduğu hatırlatılmaktadır (Sezgin, 2015, s. 170).

Postmodernlik, yaş sınırlarını kaldırarak, “yaşsızlığı” temel öğreti haline getirmiştir. Modernlikle birlikte kesin bir şekilde birbirinden ayrılan yaş sınırları postmodernlik ile beraber birbirine karışmış durumdadır. Özellikle gençlik ve yetişkinlik arasındaki sınırlar belirsizleşmiştir. Tek yaş (uni-age) kavramı, “yaşsızlığa” karşılık kullanılmaya başlanmıştır (Özbolet, 2011, s. 328). Yaşsızlık, ölene kadar tutkuyla yaşama isteği olarak anılmaya başlanmıştır. Sağlık, zenginlik ve konumun yaşsızlıkla ilgisi yoktur. Yaşsızlık şu özelliklerle ayırt edilmektedir: canlılık ve ilişki nitelikleri (Frantz, 2007, s. 35, 40). Yaşsızlık ya da yaşsız bir şekilde yaşlanma isteği, yaşlandığı halde gençler gibi giyinme, davranma, yaşama sarılma gibi davranışları içermektedir. Yaşsız yaşlılara günlük yaşam içerisinde sık rastlayabiliriz. Tiyatro yapan, dans eden, giyim trendlerini takip eden, saçları fönlü yaşsız yaşlılara rastlamak mümkündür. Yaşsız yaşlılar, kendini toplumdan geri çekmek

yerine istedikleri şekilde topluma dahil olmayı yeğlemektedirler (Ersözlü, 2021, 4). Yaşsız yaşlılar, klasik yaşlılardan ayrılmaktadır. Yaşsız yaşlılar, güncel haber ve trendleri takip eden, bilgisayarı aktif kullanan 60 yaş ve üzeri insanları anlatan bir gruptur (Ersözlü, 2021, s. 36).

Yaşlılığa Beden Açısından Bakmak

Yaşlanma, birçok kaybı bünyesinde barındıran bir süreçtir. Toplumda yaşlanma konusunda olumsuz görüşler hâkim olduğundan yaşlılıkta beden yaklaşımı algısı değişebilir. Özellikle yaşlılar vücut görüntüsünün bozulması, bu yetişkinlerin değersizlik duygularını tetikleyerek benlik saygılarını düşürmektedir (Rocha ve Terra, 2013, s. 257). Beden çağdaş Batı ülkelerinde özellikle tüketim alanlarında vazgeçilmez bir proje haline gelmiştir. Öyle ki diyet, spor, yaşam tarzı, kozmetik cerrahi gibi alanlarda birçok Batı ülkesinde beden, odak noktası haline gelmiştir (Okumuş, 2011, s. 46). Yaşlılıkla birlikte vazgeçilmez tüketim projesi olarak görülen beden, yaştan vermiş olduğu fiziksel bozulma ile saf dışı bırakılmaya başlanmıştır. Çünkü görsel ve işitsel medyanın insanlara vermiş olduğu bedenle ilgili tüm mesajların içinde yaşlı birey yer almamaktadır. Yaşlılar ancak bayram temalı reklamların içerisinde yer alan ziyaret edilmesi gereken kişiler olarak geçmektedirler. Yaşlılığa bedensel perspektiften baktığımızda yaşlı bireyin modern çağda fiziksel anlamda olumlanan bir yeri yoktur. Yaşlı bireyin genç gibi davranması toplumsal normlar açısından baktığımızda aykırı bir davranış olarak görülmektedir (Can, 2019, s. 192). Tecrübenin, hürmetin, saygının, bilgeliğin, edebî göstergesi iken yaşlılar modern dönemde zayıflığın, acizliğin, hastalığın, muhtaçlığın göstergesi olmuşlardır. Bundan dolayı yaşlılığın göstergesi olan işaret kozmetik ürünler ve modern tıp ile ortadan kaldırılmaktadır. Var olan “kırıksık bedenler” yok edilmeye ve yerine yenisi getirilmeye çalışılmaktadır (Can, 2019, s. 193).

Genç olmak, genç kalmak sadece yetişkin bireyler tarafından değil aynı zamanda yaşlılar tarafından da “ideal insan” modeli olarak alınmaktadır. Bu yüzden yaşlılar daha genç bir görünüme ulaşmak için estetik cerrahisi ve spor salonlarının yolunu tutmaktadırlar. (Canatan, 2011, s. 326-327). Televizyonda yer alan sağlık programlarının çoğunda öne çıkan iki ana tema “ideal beden” ve ‘beslenme’ dir. Estetikten zayıflığa, gençlikten yeme, içme ve beslenme alışkanlıklarına kadar birçok konu bu kapsamda ele alınır. İzleyici kitlesinin çoğunu kadınlar oluştururken programlar aracılığı ile ideal beden algısı da zihinlere yerleştirilmeye çalışılmaktadır. Bu sağlık şovları ile bedeninin sürekli ‘genç’ kalması ve kesinlikle yaşlanmaması gerektiği vurgulanmaktadır. Bugünün sağlığı tıbbi rahatsızlığı ortadan kaldırmaktan ziyade toplumsal algıları yerine getirmesi gereken bir duruma dönüşmüştür (Can, 2019, s. 188- 193). Yaşlılar her geçen gün, yaşlarına uygun olarak giymeleri gereken kıyafetleri giymemekte, aksine genç kültüre daha çok rağbet göstermektedir. Özellikle de medyanın etkisi ile birlikte bireyler vücutlarını, yaşamlarını yeniden belirlemektedirler (Cirhinlioğlu ve Cirhinlioğlu, 2011, s. 399). Beden imajı dinamik bir kavramdır. Vücut imajı her zaman bir çalışma nesnesi olmuştur, özellikle gençlerde ve kadınlarda. Yapılan araştırmalara göre 60 ve 70 yaş arasında olan kadınların %60’tan fazlası bedenlerinden memnun değilken yaşları 54 ve üzeri olan kadınların %80’i bedenlerinden memnun değildir (Rocha ve Terra, 2013, s. 257).

Yaşlılık birçok kaybın yaşandığı dönemdir. Yaşlılık döneminde hem zihinsel ve fiziksel hem de sosyal ilişkilerde değişiklikler meydana gelmektedir. Fiziksel dediğimiz kayıp aynı zamanda bedensel olarak da kayıpları işaret etmektedir. Önceden pürüzsüz ve düzgün bir görünüme sahip olan bireyde yaşlanma ile birlikte bedensel kırışıklıklar baş göstermektedir. Duruş bozukluğu, vücutta meydana gelen lekelenmeler, bunların yanı sıra saçlara düşen aklar oluşmaktadır.

Bedende dışarıdan görünecek ve dikkat çekecek şekilde meydana gelen değişimler yaşlı bireyleri, yaşlı oldukları noktasında ikna etmektedir. Her ne kadar yaşlı bireyler kendilerini ruhen yaşlanmış olarak görmeseler de bedenlen yaşlı olduklarını kabul etmektedirler. Bedensel değişimlerine, kırışıklıklarına yükledikleri anlam 'kocamak', 'buruşmak', 'kırışmak' gibi olumsuz anlam çağrıştıran kavramlarla ifade edilmektedir. Öyle ki yaşlılar aslında bedenlerinin, görünüşlerinin kendilerine sunmuş olduğu manzaradan dolayı kendilerini yaşlı görmektedirler.

Yaşlıların vücutlarında meydana gelen değişimler olumsuz kavramlarla nitelendirilmektedir. Hatta yukarıda bahsedildiği gibi bazı değişimlerin kaynağı olarak yaşlılık gösterilmektedir. Genç bireyde meydana gelen değişimler yaşla ilişkilendirilmemektedir. Genetik faktörlerden dolayı erken saç beyazlayan bir genç yaşlı olarak nitelendirilmemektedir. Duruş bozukluğu olan gençler yaşlı olarak görülmemekte, var olan bozukluk hastalık olarak değerlendirilmektedir. Gençlerde yaşlılığa ait bir belirti varsa, bu daha çok 'hastalık' olarak görülmektedir. Yaşlılıkta ve gençlikte bu durumu ayıran noktanın 'yüz' olduğu söylenebilir. Beyaz saçlı bir yaşlı ile bir genci ayırt eden insanların yüzüdür. Saçlar beyazlamış olsa da genç olanın yüzü yaşını belli etmektedir. Yine yaşlıların kilolu olması daha normal karşılanır. Gençlerin kilolu olması ise, yeme bozukluğu ya da obezite gibi hastalıklarla tanımlanır. Kilolu bir yaşlı ile kilolu bir genci ayıran nokta 'yüz'lerinin yaşlarını açığa çıkarmasıdır. Yaşlılar daha kırışık ve lekeli bir yüze sahipken, gençler lekesiz ve kırışık olmayan bir yüze sahiptirler. Yaşlı ve genç arasındaki beden algısını bireylerin yüz çehreleri değiştirebilmektedir.

Görme ve işitme kaybının görünümü yaşlı ve gençte farklılık göstermektedir. Görme ve işitme kaybindan korunmak, ilerleyen yaşlarda pek mümkün görünmemektedir. Oluşan kaybın etkisini azaltmak adına yaşlılar, gözlük, işitme cihaz-

zı gibi araçlarla günlük yaşamlarına devam edebilmektedir. Görme kaybı gözlükle veya ameliyat yoluyla çözülebilmektedir. İşitme kaybının çözümü işitme cihazıyla olsa da telafisi daha zordur (Salur, 2018, s. 14). İşitme ve görme gibi problemler yaşlılıkta daha normal karşılanmaktadır. Yaşlıların işitme cihazı kullanması ya da gözlük kullanımı toplum tarafından normal görülür. Görsel olarak bu yardımcı araçları yaşlılarda görüyor olmak insanları rahatsız etmemektedir. Fakat genç birinde bu cihazları görmek daha farklıdır. Özellikle işitme cihazını bir gencin kullanıyor olması insanları etkilemektedir. Yaşlı birinde işitme cihazı görmek göze çarpmazken, genç birinde görmek göze çarpmaktadır. Bir hastalık sonucu mu oluştu, doğuştan mı gibi düşünceleri akıllara getirmektedir. Fakat yaşlı birinde görünce yaşlılığın bir getirisi olarak normal karşılanmaktadır. Bu durum yaşlılarla ilgili bedensel algımızla alakalıdır. Yaşlının bedeninde işitme cihazı, gözlük görmek normal karşılanmaktadır.

Yaşlılığın Tıbbileştirilmesi

Tıbbileştirme terimi 1970'li yıllarda sosyal bilimler literatürüne girmiştir. Tıbbileştirme teriminin anlamı "tıbbi yapmak, tıbbi etmek" olsa da daha derin anlamı vardır. Bu derin anlam tıbbi olanı anlatmaktan ziyade, tıbbileştirmenin ya da gereğinden çok tıbbileştirmenin eleştirisi olarak kullanılmıştır (Sezgin, 2011, s. 59). Tıbbileştirme, var olan bir durumu tıbbi terimlerle tanımlamayı ve bir sorunu anlamak amacıyla çerçeveye oluşturmayı anlatmaktadır (Bilişli, 2019, s. 3610). 1980'li yıllarda ortaya çıkan neo-liberal yaklaşımla, yaşlılar kendi kendilerine yetmesi gereken bireyler olarak tanımlanmıştır. Yaşlılık üretken olmayan bir dönem olarak tanımlandığından, üretemiyorsa tüketsin fikri ile pekiştirilmiştir. Uzanmış olan ve gün geçtikçe uzayan yaşam süresi ile birlikte yaşlılık tıbbileştirilmiştir (Sezgin, 2015, s. 169). İnsanın doğumuyla

başlayan bu doğal süreç tıbbın egemenliği altına girmesi ile hastalık olarak tanımlanmaya ve aynı zamanda müdahale gerektiren bir süreç olarak görülmeye başlanmıştır (Bilişli, 2019, s. 3613).

“Yaşamın tıbbileştirilmesi” kavramının geçmişi 20.yüzyılın ikinci yarısına kadar dayanmaktadır. Özellikle Illich, Conrad ve Foucault gibi düşünürler sıklıkla bu kavramı doğum, menopoza, yaşlılık ve ölüm gibi yaşam içindeki olağan olguların tıbbın egemenliğine girmesi olarak tanımlamıştır (Bulun-Ataseven ve Ünal, 2018, s. 647). Yaşlanmanın tıbbileştirilmesi; yaşlanmayı düşüş, olumsuz bir durum, kaçınılması mümkün olmayan gerçeklik şeklinde ele alarak tıbbi müdahale gerektiren bir eğilim olarak görmektedir. Yaşlanma ile ilgili sorunları yönetmek için en iyi yolun tıp olduğu kabul edilmektedir (Bilişli, 2019, s. 3625). Yaşlanma, Estes ve Binney tarafından da (1989) tıbbi ve klinik bir sorun olarak görülmüştür. Yaşlılık geri dönüşü olmayan bir bozulma, kaçınılmaz bir düşüş ve hastalık süreci olarak anlaşılmıştır (Schmidt, 2011, s. 61). Dolayısıyla hastalıkla ilişkilendirilen yaşlılık bu şekilde tıbbileştirilmektedir. Hastalığın tıbbileştirilmesi ile birlikte bakım da hastalık-sağlık ile ilişkilendirilmektedir. Buradaki asıl yanlış hastalığın ve bakımın doğrudan yaşla ilişkilendirilmesidir. Yaşam seyri boyunca sahip olunan imkânlar ve sosyokültürel özellikler ilerleyen süreçlerde ortaya çıkacak bakım ihtiyacının da arka yüzünü oluşturmaktadır (Arun ve Özkurt, 2019, s. 108).

Sağlık alanındaki teknolojinin gelişmesi ile beraber yaşlıların tedavi imkânları da artmıştır. Elbette olumlu yönleri olduğu gibi olumsuz yönleri de çoktur. Dijital platformlar ve medya ile birlikte daha sağlıklı bir yaşamın popüler hale gelmesi, buna bağlı olarak bireysel problemlerin tıbbileştirilerek hastalık olarak sunulması ve bu hastalıkların çözümlerinin de varlığını gerektirmektedir. Bu çözümlerde kişinin yaşam değişikliğine gitmesi gerektiği vurgusuyla kişiler tüketime

teşvik edilmektedir (Bilişli, 2019, s. 3609). Kadınlarda doğal bir süreç olan menopoza erken dönemde başlarsa hastalık olarak görülmektedir. Kadınlar, belli bir yaştan sonra normal karşılanması gereken menopoza geciktirmenin yollarını aramaktadır. Dijital platformların da etkisiyle kaygı ve üzüntü gibi bireysel problemler tıbbileştirilerek hastalık olarak sunulmaktadır. Yaşam süresinin uzaması ile birlikte yaşlılığa özgü tıbbi terimler ve tıbbi alanlar oluşmaya başlamıştır. Bu alanlardan biri de geriatridir. Geriatri 65 yaş ve üstü olan bireylerin hastalıklarıyla ilgilenen tıbbi bir bilim dalıdır. Tıbbi geriatri uzmanı yaşlıların her türlü dahili hastalıklarıyla ilgilenmektedir. Genel olarak geriatri yaşlıların sağlıklı yaşlanması, mevcut hastalıklarının ne olduğu ve bu hastalıkların tedavi edilmesi üzerine yoğunlaşmaktadır. Yaşlı nüfusun artışı ile birlikte geriatri de kendi içinde geriatrik psikiyatri, geriatrik üroloji vb. gibi alt dallara ayrılmıştır. Bu şekilde alt dallara ayrılarak hatalıklar daha detaylı incelenmektedir. Var olan rahatsızlıklar giderilmeye ya da önlenmeye çalışılarak yaşlılık tıbbileştirilmektedir.

Gündelik Hayat ve Yaşlılık

Gündelik hayat bireylerin kendilerini ve çevrelerini şekillendirdikleri, anlamların üretildiği ve gerçek anlamda insan oldukları yerdir. Yüzeysel açıdan bakıldığında ise doğal ve bayağı görünüm sergileyen gündelik hayat, bu sebeple araştırmaya değer bulunmasa da sırf bu yüzden incelenmesi gereken bir alandır. Çünkü fikirlerin hayat bulduğu yer gündelik hayatın doğallığı içindedir (Arıcan, 2019: 32). Gündelik olan insanların soyunun varlığını devam ettirmek için geliştirdiği etkinliklerden oluşmaktadır. Bu etkinlikler gündelik hayatta var olan yeme, içme, barınma, üretme, güvenlik, alışveriş yapma ve birçok eylem bu türden etkinliklerdir (Adak, 2020: 32).

Gündelik hayat günle ilişkili olan, günlük durumlarla göre şekil alandır. Geçmişten izler taşıırken hem de güncel olanın izini sürer. Gündelik hayat geçmişle bugünü bir araya getirir (Burç, 2018: 135). Gündelik hayatı ele alan ilk isim Henri Lefebvre'dir. Gündelik hayatı ele alan iki eseri ise *Gündelik Hayatın Eleştirisi* (1962) ve *Modern Dünya'da Gündelik Hayat* (1971) dır. Pierre Bourdieu'nün çalışmalarında gündelik hayatı birebir ele almasa da gündelik hayat sosyolojisinde önemli bir yeri vardır. Ele aldığı 'habitus' kavramı gündelik hayat çalışmaları açısından ses getirici olmuştur (Adak, 2020: 32).

Yaşlılıkta tüm gerçeklikler gibi gündelik hayatın içinde yer almaktadır. Yaşlılığa dair görünüşleri ve yaşlı bireyleri gündelik yaşamın içinde görmek her an mümkün olan bir durumdur. Önemli olan ise görüneni gündelik yaşam içerisinde iyi gözlemleyebilmek, yorumlamak ve anlamaktır. Bir toplumu ya da topluluğu anlayabilmenin yolu gündelik yaşamdan geçer. Bu yüzden gündelik yaşam sosyoloji açısından oldukça önemlidir. (Sezer ve Aydemir, 2019: 37). Gündelik yaşam insanların ortaya koyduğu tüm eylemlerden derinden ilgilidir (Aydemir, 2019: 44).

Gündelik yaşam aynı zamanda gündelik yaşama yönelik ekonomik anlamda yatırımların olduğu bir süreçtir. Eğer birey bu süreçte yaşlılık ve emeklilik dönemi için yeteri kadar birikim yapamadıysa dinlenmek, gezmek, sosyal ve kültürel aktivite yapmak yerine çalışmak zorunda kalabilirler (Sezer ve Aydemir, 2019: 37). Gündelik yaşam sadece ekonomiyi içine almamaktadır. Tüm yapıp edilenler yaşlılık dönemini etkilemektedir. Gündelik yaşam yaşlının kurduğu ilişkileri, sağlığı, boş zamanı ve birçok faktörü içinde barındırır. Bu yüzden yaşlının gündelik yaşam içerisinde gerçekleştirdiği eylemler, kurduğu ilişkiler ve destek mekanizmaları önemlidir.

Yaşlılık Dönemi Sorunları

Yaşlılık döneminde her anlamda değişimler yaşanmaktadır; fakat en çok da psikolojik, fiziksel ve toplumsal alanda değişimler yaşanmaktadır. Psikolojik, fiziksel ve toplumsal bu değişimler yaşının gündelik yaşam pratiklerini de etkilemektedir. Fiziksel bozulmanın sebebiyet vereceği olası riskler, ölümü bekleme, depresyon gibi olumsuzluklar yaşlı bireyleri hem fiziksel hem psikolojik hem de toplumsal olarak etkilemektedir. Bu olumsuzlukların yansıması toplumsal yaşamda zuhur etmektedir (Dağ, 2016, s. 50-51). Yaşlı her dönemde, her çağda her kültürde toplumdaki rolü açısından farklı şekilde değerlendirilmiştir. Yaşının ne derece kıymetli ya da değerli olduğu bulunduğu toplumun kültürü ve değer sistemiyle doğrudan ilgilidir. Yaşamın son evresi olarak nitelendirilen bu dönemde birey ekonomik kayıp, ihmal, bağımlılık gibi olumsuz durumların çoğu ile karşılaşmakta, bunlarda sosyal yaşantısına sirayet etmektedir. Yaşlı birey sosyal hayata ne kadar katılırsa o toplum başarılı yaşlanma hedefini gerçekleştirme ihtimali o kadar mümkün olur (Dağ, 2016, s. 56). Yaşlılar geçmiş zamana göre farklılık göstermektedir. Yaşlılar; daha sağlıklı kalma, daha eğitilmiş olma, sosyal güvenceye sahip olma, çocuklarına daha az muhtaç olma, bağımsızlık gibi yeterliliklere sahip olma davranışları ile toplumun güçlü bir yönünü de meydana getirmektedirler (Dülger, 2012, s. 34).

Yaşlılıkla birlikte ortaya çıkan sorunlar vardır. Yalnızlık, sosyal izolasyon, yoksulluk, ihmal ve istismar, ölüm bu sorunların en bilinenidir. Yaşlılıkla birlikte gündelik yaşamda karşılaştığımız bu sorunlar zamanla daha da içinden çıkılmaz bir hale dönüşmektedir. Bu sorunların bazıları geleneksel toplumdaki modern topluma geçtikten sonra ortaya çıkmaya başlamıştır. Geleneksel aile yapısında aileler, iki kuşak birlikte yaşamaktaydı. Bu şekilde yaşlılar çok fazla yalnızlık çekmemekteydi. Sosyal izolasyon durumları günümüz toplumu-

na göre daha azdı. Toplumun değişmesi ile birlikte yaşlılık dönemi sorunları da değişiklik göstermiştir.

Zamanla yaşlılıkta ortaya çıkan sorunlara yenileri eklenmeye devam etmektedir. Yalnızlık, yoksulluk, ölüm gibi sorunlar geçmişte de var olan sorunlardandır. Günümüzde bu sorunların varlığı devam etmektedir. Bu sorunlara yenileri de eklenmektedir. Yaşlılıkta yaş ayrımcılığı, emeklilik ve yaşlı bakımı daha güncel sorunlar olarak değerlendirilebilir. Kadınların çalışma yaşamına dahil olması yaşlıya kimin bakım vereceği sorusunu ortaya çıkarmıştır. Bu şekilde yaşlılıkta bakım bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Kent yaşamında hem kadınların hem de erkeklerin çalışıyor olması emeklilik dönemi sorunlarının ortaya çıkmasına yol açmıştır. Aktif iş yaşamında olan birey emekli olduğunda birtakım psikolojik sıkıntılar çekebilmektedir. Tüm bu sorunlar toplumda gerçekleşen sosyolojik olgulardır. Bu başlık altında geçmişten günümüze ortaya çıkmış olan bu problemlere değinilecektir.

Yaş Ayrımcılığı (Ageizm)

Ayrımcılık, bir gruba ya da grup üyelerine yönelik olumsuz tutum ve davranış sergilemedir. Ayrımcılık bu olumsuz tutum ve düşüncelerin yanı sıra hoşlanmama, hor görme, nefret gibi olumsuz duyguları da içermektedir (Göregenli, 2012, s. 21). Ayrımcılık her durumda insanın kendini yalnız, yalıtılmış, reddedilmiş ve değersiz hissetmesine yol açmaktadır (Demirtaş-Madran ve Andaç, 2021, s. 68). Ayrımcılık, bir kişiye ya da gruba yaşı, ırkı, rengi, milleti veya etnik kökeni sebebiyle ya da cinsiyeti, medeni durumu, dini inancı, cinsel tercihi sebebiyle farklı davranılmasıdır (Akdemir vd., 2007, s. 218).

Yaş ayrımcılığı, bir yaş grubuna karşı önyargıları içermektedir. Bu ayrımcılık, yaşlı insanlara karşı olumsuz klişeleşmeleri ve ayrımcılığı ifade etmek için kullanılmıştır.

Yaşlı ayrımcılığı yaşlıya yönelik olumsuz inançları (yaşlılar çirkindir, hastadır, üretken olmayandır) ve tutumları (gençliğe yönelik genel tercihler ve yaşlı yerine genç olma) içerir (McMullin ve Marshall, 2001, s. 112). Yaş ayrımcılığı kavramı ilk kez 1969 yılında Amerika Ulusal Yaşlılık Enstitüsü başkanını gerontolog Robert Butler tarafından kullanılmıştır. Butler, yaşlı ayrımcılığını, yaşlı insanlara yapılan ırk, cinsiyet ayrımcılığı gibi eyleme dönüşen bir kavram olarak tanımlamıştır. Yaşlı ayrımcılığı, bir kişiye yaşı nedeniyle gösterilen önyargı, olumsuz tutum ve davranışları kapsamaktadır (Özdemir ve Bilgili, 2014, s. 128). Bytheway, Butler'in ortaya çıkardığı bu kavramı geniş bir şekilde açıklayamadığını ileri sürer. Bytheway, yaş ayrımcılığıyla ilgili toplumsal ilişkiler bağlamında iki pratikten bahseder. Birincisi, insanların yaşlarından dolayı birtakım imkân ve fırsatlardan faydalanamamasıdır. İkincisi ise, insanların yaşlıları basmakalıp özelliklere ve olumsuz bakış açısına sığdıran tutumlarıdır. Bu şekilde değerlendirilmesindeki sebep, yaşlılığın fiziksel olarak bedende yol açtığı görünüm ve izlerdir (Kayacan, 2017, s. 17).

Yaşa bağlı ayrımcılık ya da yaşçılık, bireylere yaşa dayalı yapılan olumlu ya da olumsuz davranışlardan oluşan bir ayrımcılık türüdür. Gençlik, ergenlik, yaşlılık bunlar fizyolojik olarak her insanın geçirdiği bir süreçtir. Bireyin genç ya da yaşlı olması insanların o bireye olan bakış açısını değiştirmektedir. İnsanların bu bakış açısı olumlu ya da olumsuz olabilmektedir. Bu bakış açısı ve tutum yaşçılık olarak adlandırılmaktadır. Yaşçılık da tıpkı ırkçılık, cinsiyetçilik gibi ayrımcılığı anlatan bir kavramdır (Tunçay, 2020, s. 1-5). Yaşa dayalı ayrımcılık her yaştan bireyi etkilemektedir. İster çocuk olsun ister genç, ister yetişkin ister yaşlı bu ayrımcılıktan etkilenmektedir. (Kılıç, 2017, s. 55). Yaşçılık diğer ayrımcı yaklaşımlardan farklıdır. Yaşçılıkta cinsiyet, ten rengi değil ileri yaş belirleyicidir (Kayacan, 2017, s. 17). Yaş ayrımcılığı tıpkı ırkçılık gibi bir ideolojidir. Yaşlılara karşı olan önyargılar çok-

tur. Bu önyargılardan biri yaşlıların büyük bölümünün bunak olduğu düşüncesidir. Yaş ayrımcılığının bir sebebi de yaşlıların gençlerden daha az hünerli olduğu fikridir (Giddens, 2012, s. 236).

Yaşlılar kimi zaman çaresiz güçsüz, işe yaramaz, yalnız kişiler olarak görülüp ayrımcılığa maruz kalmaktadırlar (Kaya- Tekin ve Örsal, 2018, s. 1353). Yaş ayrımcılığı ya da yaşa dayalı ayrımcılık kişinin yaşından dolayı ayrımcılığa uğraması olarak tanımlanmakla birlikte sadece yaşlılar için değil aynı zamanda gençler içinde kullanılan bir ayrımcılık türüdür. Gençlerin tecrübesizliği noktasında bir ayrımcılık hakimken yaşlılar açısından da verimsiz olduğu için yük olarak görülme durumu söz konusudur. Aynı zamanda günümüz kapitalist toplumda yaşlı bireyin bilgisine, ihtiyaç duyulmaması ve yaşlılar toplumunda birçok alanda saf dışı bırakılmaktadır (Buz, 2015, s. 269). Yaşlılarla ilgili bağımlı ya da bakıma muhtaç olma durumu, yaşlı bireyleri dikkate almama, sosyal hayattan dışlama, istismar etme gibi durumlar yaş ayrımcılığının farklı boyutlarıdır.

Değişen istihdam ile birlikte yaşlılar sisteme dahil edilmeyerek yaş ayrımcılığına katkıda bulunmuşlardır. Yaşlıların tecrübesi, birikimi yeni iş gücü piyasasında bir anlam ifade etmemektedir (Şentürk, 2018, s. 206). Yaş ayrımcılığı, çalışma alanında ve koşullarında önemli değişikliklerin olduğu sanayi sonrasında dönemde, özellikle de 19. yüzyıl sonlarında olmuştur. İstihdam bakımından yaş ayrımcılığı konusunda hem Amerika’da hem de İngiltere’de 1920’lerden beri tartışmalar bulunmaktadır. Bu dönemde yaşlı işçiler çalışma koşullarının özelliklerine uymadıkları ve üretim taleplerini karşılayamadıkları gerekçesiyle işten çıkarılmışlardır (Baybora, 2007: 45).

Yaş ayrımcılığının bir sonucu da sosyal dışlanmadır. Sosyal dışlanma toplumda dezavantajlı olan grupların maruz

kaldığı durumu ifade etmektedir. Sosyal dışlanma dezavantajlı grup ve kişiler arasında gösterilen yaşlının da yaşadığı ve maruz kaldığı bir durumdur. Emeklilikle birlikte oluşan gelir kaybı, iş konusunda yaşanan zorluklar, dul kalma ile beraber yaşanan ekonomik sorunlar yaşlı bireyi dışlanmış duruma düşürebilir (Şentürk, 2018, s. 203-204). Canatan'a göre, yaşlılar ayrımcılık ve kötü muameleden ziyade önyargı konusundan mustarıptır. Yaşlıların %30'u pek çok ülkede kendilerine yaşlarından dolayı önyargılı yaklaşıldığını ya da haksızlık yapıldığını ifade etmişlerdir. Türkiye de bu ülkeler arasında yer almaktadır (2011, s. 337). Yaşam süresinin uzaması emeklilik aylıkları, sağlık harcamaları gibi maliyetleri de arttırdıkça yaş ayrımcılığı daha belirgin hale gelecektir (Canatan, 2008, s. 129-130).

Yalnızlık ve Sosyal İzolasyon

Günümüzde toplumların hızla değişen yaşam koşulları, göç, küreselleşme, kadınların iş hayatına girmesi, geniş ailenin eskisi gibi yaygın olmaması, doğum oranlarının düşüklüğü önemli sorunlara yol açmaktadır. Sosyal statü, rol kaybı, fizyolojik değişiklikler ve buna benzer sorunlar yaşlılığın önünde sorun teşkil etmektedir. Günümüzde yaşlılık bireysel bir sorun olmaktan ziyade toplumsal bir sorun olarak görülmektedir. Artan yaşam süresi ile birlikte de yaşlıların toplum içindeki konumu daha çok tartışılır hale gelmiştir (Soysal, 2015, s. 12). Nüfusun yaşlanması bir yandan yaşlıların sağlık gereksinimlerini artırmakta bir yandan da toplumsal alanda ekonomik ve sosyal birçok sorunlara yol açmaktadır. Bu sorunlar ülkelerin yaşlı sağlığına ilişkin bir örgütlenmesinin olmaması nedeniyle de artmaktadır. Artık günümüz toplumlarında yaşlılık göz ardı edilemez bir durum haline gelmiştir (Giray vd., 2008, s. 83). Yaşlı nüfusun hızlı bir şekilde artışı yaşlılıkla ilgili fiziksel, ruhsal, sosyal ve ekonomik sorunları

ortaya çıkarmıştır. Bu sorunlardan biri de yalnızlıktır (Şimşek vd., 2018, s. 498).

Yalnızlık hayatımızın içindedir. Yalnızlık tanımlaması zor bir kavramdır. Zor olmasının sebebi yalnızlığın nedenlerinin de etkilerinin de aynı olmasıdır (Yaşar, 2007, s. 255). Yaşın ilerlemesi ile beraber yalnızlık problemi ortaya çıkmaktadır. Yaşlı bireyde meydana gelen fiziksel ve psikolojik problemler yalnız yaşamayla birlikte artma eğilimi göstermektedir. Örneğin yalnız yaşayan yaşlılar tıbbi incelemelerde genellikle bakımsız olarak teşhis edilmişlerdir. Genellikle yalnız yaşayan kişiler beslenme düzensizliği yaşamaktadır. Yediklerinden zevk almama, yalnız olunca yemek yemek istememe gibi sebeplerden dolayı yeme alışkanlığı değişmekte ve bu da birçok olumsuzluğa yol açmaktadır. Yaşlı erkekler geçmiş zamanda ev içi işlerde fazla aktif olmadığından kendilerine bakma noktasında kadınlara göre daha başarısız olmaktadır (Canatan, 2008, s. 89-90).

Bazı araştırmalar yalnızlıkla farklı değişkenler arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır. Yapılan çalışmalardan elde edilen veriler yalnızlık ve yaşlılık konusunun daha iyi anlaşılmasına fırsat verecektir. Bu kapsamda öncelikle yalnızlık ve cinsiyet arasındaki ilişkiye değinecek olursak; 225 yaşlı ile yapılan bir çalışmada kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre yalnızlık ortanca puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Doğan ve Başer, 2019, s. 5). 3851 yaşlı ile yapılan başka bir çalışmada hüznün, yalnızlık, çaresizlik gibi duyguların kadınlarda erkeklere göre daha yaygın olduğu görülmüştür (Aközer vd., 2011, s. 116). Yine farklı bir çalışmada kadın ve erkeklerde yalnızlık puan ortalamaları arasındaki istatistiksel farkın önemli olmadığı saptanmıştır (Bilgili vd., 2012, s. 84). Yapılan çalışmalar cinsiyetler arasındaki yalnızlık durumlarına dikkat çekmektedir. Yaşlılıkta yalnız kalma durumuna cinsiyetler açısından baktığımızda bazı çalışmalarda fark görülmezken bazı çalışmalarda görülmektedir. Şüphesiz bu-

rada çalışmanın yapıldığı konu bağlamında değerlendirme yapmak daha doğru sonuçlar verecektir. Yine de cinsiyete göre yalnızlık hissetme durumlarının farklılık gösterdiğini söylemek yanlış olmayacaktır. Yalnızlık yaşlının aile ilişkilerinin sıklığına, yaşanan çevreye, komşuluğa ve kurulan ilişkilere göre değişen bir durumdur.

Yaşlılarda medeni durum ve yalnızlık arasındaki ilişkiyle ilgili farklı çalışmalarda farklı sonuçlara ulaşılmıştır. 210 yaşlı ile yapılan bir çalışmada, yaşlıların medeni durumu ile yalnızlık puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır (Erol vd., 2016, s. 65). 545 yaşlı ile yapılan bir çalışmada yaşlıların medeni durumuna göre yalnızlık puanları arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır (Tel vd., 2020, s. 5). Başka bir çalışmada ise yaşlılardan bekâr olanların evli ve dul olanlara göre yalnızlık puanlarının yüksek olduğu görülmüştür (Kaçan- Softa vd., 2015, s. 93). Yapılan iki çalışmada yalnızlık durumu ile medeni durum arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. Yaşlılıkta eşin var olması yalnızlık durumunu etkilemektedir. Hem erkek hem kadın yaşlılar için evde birinin varlığı önemlidir. Evde birlikte zaman geçirme, sohbet etme yaşlıları psikolojik açıdan da rahatlatmaktadır. Eşin kaybı yaşlıların yalnız kalmalarına sebep olmaktadır. Eğer yaşlı birey geniş ailede yaşamıyorsa eşini kaybetmiş olma, yaşlı bireyi yalnızlığa, bazı durumlarda içine kapanmaya sürüklemektedir.

Yaşlılıkta çocuk sahibi olan ve olmayanların yalnızlık durumuna bakacak olursak; yapılan bir çalışmada çocuğu olmayan yaşlı bireylerin çocuk sahibi olanlara göre yalnızlık puanlarının yüksek olduğu görülmüştür (Doğan ve Başer, 2019, s. 5-6). 210 yaşlı ile yapılan bir çalışmada çocuk sahibi olmayanların çocuk sahibi olanlara göre yalnızlık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Erol vd., 2016, s. 64). Çocuğun varlığı özellikle ilerleyen yaşlarda önemlidir. İnsanlar yaşlandığında yardım talep edecekleri kişiler çocuklarıdır. Çocuklar

yaşlıların, sadece yardım talep edecekleri kişiler değil, aynı zamanda vakit geçirecekleri ve birtakım anılarını paylaşacakları kişilerdir. Bu yüzden çocuk sahibi olma yalnızlığı azaltmada önemlidir. Komşu, arkadaş ve akran ilişkileri yalnızlığı azaltsa da çocuk her daim paylaşımda bulunulabilecek aile üyesidir.

Yaşlılarda eğitimin yalnızlık durumunu etkilediği görülmektedir. 225 yaşlı ile yapılan bir çalışmada katılımcıların eğitim durumları arttıkça yalnızlık puanlarının düştüğü görülmüştür (Doğan ve Başer, 2019, s. 5). 545 yaşlı ile yapılan başka bir çalışmada yaşlıların eğitim durumuna göre yalnızlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür (Tel vd., 2020, s. 6). Eğitim durumu günümüzde birçok açıdan önemli bir faktör olarak görülmeyebilir. Sebebi ise birçok kişinin eskiye göre üniversiteye girebiliyor olmasıdır. Yaşlılar açısından baktığımızda eğitimin oldukça önemli olduğu görülmektedir. Geçmiş yıllarda ekonomik imkânsızlık, tarım bölgelerinde iş gücüne duyulan ihtiyaç, sanayileşmenin az olması ve şehirleşmenin çok olmaması yaşlı bireylerin eğitim almasının önündeki temel engellerdir. Eğitim almaktan ziyade çalışmak zorunda olma yaşlılar arasındaki okuma oranını da etkilemiştir. Okuma imkânına sahip olan yaşlılar boş zamanı değerlendirebilme, kitap okuma ve bilgisayar kullanımını bilme gibi faaliyetlerle yalnızlıklarını biraz daha azaltabilmektedirler.

Yalnızlık durumu yaşlılarda sağlığı da etkileyebilmektedir. 210 yaşlı ile yapılan bir çalışmada, kronik hastalık ve yalnızlık arasındaki ilişkiye bakıldığında kronik hastalığa sahip yaşlıların yalnızlık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Erol vd., 2016, s. 64). 3851 yaşlı ile yapılan başka bir çalışmada sağlık durumu iyi olan yaşlılar, hafif sağlık sorunu olanlara göre kendilerini hem bedensel hem de ruhsal olarak çok daha iyi hissetmektedirler. Yaşlıların sağlık durumu iyileştikçe yalnızlık, kaygı, hüznün gibi duyguların daha

az yaşandığı görülmektedir (Aközer vd., 2011, s. 116). Sağlık her yaşta önemlidir. Yaş ilerledikçe daha da önemli hale gelmektedir. Sağlıksız olma insan yaşamını kısıtlamaktadır. Fiziksel rahatsızlığı olanlar hem ev içinde hem de ev dışında kısıtlı hareketlerde bulunmaktadır. Sadece fiziksel değil tüm rahatsızlıklar gün içinde insan yaşamını etkilemektedir. Yaşın ilerlemesiyle sağlık sorunları artmaktadır. Artan sağlık sorunları yaşlıları kısıtlamaktadır. Kısıtlanan yaşlılar dışarı çıkamamakta ve yalnızlık durumları artmaktadır. Eşyle birlikte yaşayan bir yaşlı arkadaş ilişkilerinden ya da komşuluk ilişkilerinden uzak kalabilmektedir. Yalnız yaşayan yaşlılar için sağlık sorunlarından dolayı diğer insanlarla ilişki kuramama daha çok yalnızlaşmalarına sebep olan bir durumdur.

Yaşlılarda yaşla yalnızlık arasındaki ilişkiye bakacak olursak; yapılan bir çalışmada yalnızlık puan ortalamasının 60-69 arasındaki yaşlı grubunda en düşük olduğu ve 80 ve üzeri grupta ise en yüksek olduğu saptanmıştır (Bilgili, 2012, s. 84). 210 yaşlı ile yapılan bir çalışmada, yaş ile yalnızlık puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır (Erol vd., 2016, s. 64). Yaşın ilerliyor olması yalnızlığı etkilemektedir. İşitebiliyor olma, görebiliyor olma, yürüyebiliyor olma sağlık sorunlarının az olması yaşlıların toplumda aktif şekilde bulunmasını kolaylaştırır. İlerleyen yaşla birlikte artan fiziksel rahatsızlıklar, yaşlıların kendilerini çevrelerinden soyutlamalarına ve yalnız kalmalarına sebep olmaktadır.

Yalnızlık ve sosyal izolasyon sürekli yaşlılıkla birlikte anılan kavramlardır. Yaşlanmadan önce var olan geniş aile, sosyal ağ, yakın çevre yaşlılıkla birlikte daralmakta ve azalmaktadır. Toplumsal yapı unsurlarının rolü bireyin yaşlılık döneminde yalnızlık durumunu belirlemektedir. Sanayileşmenin yaşandığı modern toplumlardaki yaşlı bireyin yalnızlığı veya izolasyonu geleneksel toplumda yaşamını geçiren yaşlı bireyle aynı değildir. Geleneksel toplumlarda yaşlı hala sta-

tüsünü ve önemini korumaktadır (Şentürk, 2018, s. 235-236). Değişen dünya ve ortaya çıkan yeni yaşam biçimine özellikle yaşlı bireylerin ayak uydurması çok da mümkün olmamıştır ve böylelikle toplumdan izole olup yalnızlık duygusu ile karşı karşıya kalmışlardır (Kurt vd., 2010, s.35). Günümüzde yaşlıların bireysel, fizyolojik, çevresel etkenlerden dolayı yalnızlık ve sosyal izolasyon sorunları gün geçtikçe artmaktadır. Belirtilen bu sebeplerden ve toplumsal yapının hızla değişmesinden yaşlının bu duruma uyum göstermesi zorlaşmaktadır. Bu da yaşlıda daha yoğun sosyal izolasyon ve yalnızlık duygusunun yaşanmasına neden olmaktadır (Akbaş vd., 2020, s. 4542-4543). Yaşlılık boyunca, yaşlı bireyler birtakım problemlerle karşılaşmaktadır, bunların başında sağlık sorunları, ekonomik sorunlar, sosyal sorunlar ve psikolojik sorunlar gelmektedir. Konu ile ilgilenen birçok teorisyen bu problemleri tanımlayıp çözüm noktasında ya da daha iyi bir yaşam noktasında söz söylemişlerdir. Yaşlılıkta yalnızlığın yanı sıra öne çıkan önemli bir sorun da sosyal izolasyondur.

Sosyal izolasyon dediğimiz kavram aynı zamanda yalnızlığı da içine alan bir durumdur. Yalnızlık yalıtılmışlığı aynı zamanda yabancılaşmayı da beraberinde getirir. Yalnız olan insan bulunduğu sosyal ortamdan isteyerek ya da istemeyerek yalıtılmıştır. Yalıtılan ve yalnız kalan insan çevresine ve çevresindeki herkese karşı yabancılaşır. İnsanlarda güven azlığı, şiddete maruz kalma korkusu, maddi desteklerin azalması da yaşlıyı toplumdan yalıtmakta, yalnızlık ve yabancılaşma duygularını arttırmaktadır. Kimi yaşlılar için yaşlılık kendi olma ve kendi hayatını yaşama ve bundan mutlu olma, kimi yaşlı için diğerlerine yük olmak istememe şeklinde ince düşünüş, kimi yaşlı içinse bakacak birilerinin olmayışının durumudur (İlgar, 2008, s. 75).

Sosyal izolasyona sebebiyet veren en önemli etken aktif iş yaşamının sona ermesidir. İş yaşamının sona ermesi aynı zamanda iş arkadaşlıkları ve çevresiyle de iletişimlerin kopma-

sı anlamına gelmektedir. Eski ilişkilerini devam ettiremeyen bireyler bu şekilde yalnızlaşmaktadırlar. Bazen yaşlılar kalabalığın içinde dahi kendilerini yalnız hissedebilirler. Yaşlının yavaş yavaş izole olması yaşam doyumunu ve sosyal yaşamını da olumsuz etkilemektedir. Yalnızlaşma sadece yaşlının kendisinden kaynaklanmamakta; yaşadığı mekân, ailesi, kültürü, çevresi de etkili olmaktadır (Üçok, 2018, s. 35).

Sosyal izolasyon kavram olarak birçok konuyu içine alır ve farklı birtakım mevzularla bağlamsal olarak ilişkilendirilir. Fakat belki de birebir uyum sağladığı kavram ‘yaşlılıktır’. Yaşlı birey yaşlandığında toplumdan birçok yönden az yahut çok şekilde bir dışlanma içerisindedir. Zihnimizde yer etmiş olan yaşlı tasvirini canlandıracak olursak, genelde kulakları az işiten, az göre bazen yürümede bazen anlamada zorluk çeken kişilerdir. Duygusal olarak tavırları ise daha alıngan bir yapıdadır, hassas ve kırılgan bir ruh haline sahiptirler. Saydığımız bu fiziksel problemlerin yanı sıra duygusal hassasiyetleri onları toplumdan dışlanmaya mahkûm etmektedir. Onları toplumdan izole eden sorun bir değil birden fazladır. Durum böyle olunca meseleye yaşlıların toplumdan neden kayıp gittiklerine bakmak dışlanma sebeplerine eğilmek ilişkileri anlamak, topluma daha çok dahil edebilmek, kaybedilen sosyal ağırları geri kazandırabilme adına önemlidir.

Emeklilik

İnsanlar gençken başladıkları iş hayatından yaşlandıklarında ayrılırlar. Bu ayrılık süreci kolay olmayabilir. Yıllarca yapılan bir işin sona ermesi yaşanan bireyi etkileyebilir. Haftada beş gün boyunca mesai yapan kişinin bu aktivitesinin sona ermesi kayıp olarak görülebilir ya da kişinin özgürlüğüne kavuşması olarak da görülebilir (Canatan, 2007, s. 71). Üretimin yanı sıra iş hayatı aynı zamanda yaşam ortamıdır. Yıllarca çalışılan bu büyük aile ortamından ayrılmak insanı

etkiler. Emekliye ayrılmak bu yaşam ortamından geri dönüşü olmayan bir şekilde ayrılmaktır. Emekliye ayrılmak yıllarca süren uzun ve yorucu bir çalışmanın sonucunda üretken varlığın ölümüdür (Hofman, 2012, s. 20).

Emeklilikle birlikte kişi kimliğinin özsaygısını oluşturan birtakım rolleri de geri de bırakır. Bu sebeple emeklilik zihinsel ve bedensel sağlıkta birtakım olumsuzluklar oluşturur (Yavuzer, 2020, s. 75). Emeklilikle birlikte insanların hayatında birçok değişiklik meydana gelmektedir. Kişi emekliliği bir yaşlılığa başlangıç evresi olarak da algılamaktadır. Emeklilik gelirin azalmasına, statü kaybına, ilişkilerin azalmasına yol açmaktadır (Özmete, 2012, s. 2). Emeklilik kamu da çalışan yaşlılar için yaşlanmanın resmi olarak belgelenmiş halidir. Aktif bir çalışma yaşamının sonunda emeklilik kişinin yaşlılığa attığı bir adım olarak görülmektedir. Hem gelir kaybının yaşandığı hem de formel çalışma yaşamının sona erdiği ruhsal ve maddi yönden kişiyi yoran bir sürece girilmiştir (Şentürk, 2018, s. 231). Emeklilik sonrası kişinin bunalıma gireceği, ya da bu durumdan olumsuz etkileneceği fikri yanlıştır. Eğer kişi yaptığı işten memnunsa bu memnuniyet emeklilik sonrası bunalıma girmesini engeller. Emeklilik, eğitilmiş ve ekonomik hazırlığı olan yaşlı bireyler için “tekrar kariyer” veya “ikinci eylem” için fırsat yaratan süreçtir (Şentürk, 201, s. 234)

Emeklilik durumu farklı değişkenler açısından ele alınmaktadır. Emeklilikte cinsiyet, yaş ve çalışma hayatı gibi faktörler önemlidir. Yapılan çalışmalar üzerinden emekliliği ele almak emeklilik sürecini daha iyi şekilde anlamamıza yardımcı olacaktır. Aközer ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmada emeklilik durumundan memnuniyet düzeyi 5 üzerinden 3,43 olarak hesaplanmıştır. Emeklilik durumundan “çok memnun ya da memnun” olanların oranı %56’dır. Emekli olan kadınların oranı %39’dur. Çalışmada emekli olanların dörtte üçünün emeklilik sonrası gelir getiren bir işle

uğraşmadıkları sonucuna ulaşmışlardır (2011, s. 110). Yaşlı bireyler açısından baktığımızda çalışma hayatında emekli olanlar genellikle erkeklerdir. Erkekler emeklilik sonrası boş zaman değerlendirme konusunda zorluk çekebilmektedirler. Mesai saatini dolduracak uğraşlar edinme, emeklilik öncesinde planlanmalıdır. Aksi halde evde geçirilen zaman yaşlıyı olumsuz etkileyebilir. Kadınlar erkeklerle göre emeklilik sonrası ev işleriyle uğraşarak zaman geçirebilmektedir. Bunun yanı sıra kadınlar komşuluk ilişkileri kurmada erkeklerle göre daha beceriklidir. Çalışma hayatındaki mutluluk ve doyum da yaşlılıkta iyi bir emeklilik geçirmeyi etkilemektedir. İyi bir çalışma hayatı geçirmiş kişilerin emekliliğe uyumu da kolay olmaktadır. Erkek ve kadınlara göre emeklilik sonrası hayat değişebilmektedir.

Yaşlılık kadın ve erkek için farklı şekilde seyredebilir. Kadınların çoğu genellikle evdedir fakat modern yaşamla birlikte iş hayatına atılmışlardır. Öncesinde ise kadınlar genellikle ev işi, çocuk bakımı gibi gündelik işlerle uğraşmakta ve bu şekilde zamanlarını geçirmekteydiler. Dolayısıyla kadınlar yaşlandığında benzer rutin işlerle meşgul olduklarından yaşlılıkta, evde olma hali onları daha az etkilemektedir. Fakat erkekler emeklilikle beraber yıllardır yaptıkları işin sonlanması ile birlikte zamanlarının çoğunu evde geçirmeye başlamaktalar. Bu da erkekleri psikolojik olarak etkilemekte yaşlılık dönemlerini zora sokmaktadır (Şentürk, 2018, s. 39). Yaşlılar emekli olsa da ekonomik ve sosyal açıdan sıkıntıları devam etmektedir. Yaşlılar diğer yaş gruplarına kıyasla emeklilikle beraber ekonomik açıdan zorlanmaktadırlar. Gençlerde artan işsizlik oranıyla beraber yaşlıların da mümkün olan en kısa sürede emekliye ayrılmaları istenmektedir (Sığın, 2016, s. 89). Sadece gençlerde artan işsizlik etkili olmamıştır. Modernleşmeyle beraber birçok iş kolu yok olmuştur. Bu dönemde 'yaşlı' kesim fazla pahalıya çalışan kesim olarak görüldüğü için işten çıkarılmıştır. İşten çıkarılmayla bera-

ber daha genç ve ucuz iş gücü tercih edilmeye başlanmıştır (Hofman, 2012, s. 26). Emekli olan birey, önceki gelirine göre artık daha az olan emekli maaşına sahip olur. Azalan bütçe ile beraber refah düzeyinde düşüş meydana gelir. Bu sebeplerle de emeklilikte birey kimi zaman huzurlu ve rahat bir hayat süremeyebilir (Yavuzer, 2020, s. 76-77). Emekliliğin algılanış biçimi de önemlidir. İnsanların gözünde emekli insan boş zamanı, vakti olan insandır. Çalışma yaşamının sona ermesi ile birlikte farklı etkinliklerle meşgul olunması gereken bir dönemdir. Emekli bireylerin tekrar çalışma hayatına dönüş yaptığı durumların dışında kişisel tercihle beraber isteyerek ya da istemeyerek çalışmamayı seçenler için “boş zaman” kavramı ön plana çıkmaktadır (Sığın, 2020, s. 97; Kurt, Beyaztaş ve Erkol, 2010, s. 36).

Yaşlı Bakımı

Aileler yaşlıya bakım konusunda geleneksel rolleri devam ettirmektedir. Aile üyelerinin vermiş oldukları uzun süreli bakım görünmeyen bir iş gücüdür. Aile yapılarının değişmesi ve kadınların iş hayatına dahil olması ailenin bakım noktasındaki rolünü zayıflatmıştır. Bu zayıflama yaşlıya nasıl bakılacağı konusunu ortaya çıkarmıştır (Oğlak, 2017, s. 74). Bakım yaşlılıkta en önemli sorunların başında gelmektedir. Yaşlıya kimin bakacağı konusu önemlidir. Mesela erkek hastalandığında eşi bakmaktadır fakat kadın hastalandığında kimin bakacağı sorun teşkil etmektedir. Kuşaklara göre baktığımızda kız çocukları annelerine, babalarına yardım konusunda erkek çocuklarına nazaran daha iyi durumdadır. Bazı kız evlatlar 60’lı yaşlarında olmalarına rağmen yaşlı annelerine bakarlar. Kadınların hem ev idaresi konusunda hem de yaşlı ebeveynlerine bakım konusunda yardım ve destekleri göz ardı edilemeyecek kadar çoktur (Canatan, 2008, s. 101-102). Yaşlı bakımı tüm boyutları ile ele alınıp incelenecek

olunursa bakım verme sadece sevgi ve iyi niyet ile yürütülmeyecek kadar çok boyutu olan bir durumdur. Formal ve informal olarak yaşlı bakımı verenler ile bir işbirliğinin yapılması oldukça önemli görülmektedir. Bakım verenin, profesyonel sağlık ekibi ile işbirliği yapması, bunun sonucunda yaşadığı deneyimleri paylaşması da önemlidir (Erdem, 2005, s. 105).

Yaşam süresinin artması ve insanların gün geçtikçe daha uzun yaşıyor olması akıllara yaşlıların bakımı ile kimin ilgileneceği sorusunu getirmektedir. Geleneksel toplumda yaşlıya genellikle kadınlar bakmaktaydı. Modern toplumla beraber kadınlar ev dışında çalışmaya başlamıştır ve yaşlıya asıl bakım veren kişi yeni hayat düzeninin getirmiş olduğu etkilerle bakım veremez duruma gelmiştir ve bu şekilde evlerinde yalnız yaşayan yaşlıların sayılarında artış meydana gelmektedir (Canatan, 2008, s. 103-104). Türkiye’de yaşlı bakımı ailede çözülmesi gereken bir durum olarak görülmektedir. Yaşlı bakımı hem kurumsal hem de toplumsal açıdan haneden beklenmektedir. Kamusal bakım genellikle huzurevi ve parasal yardım odaklıdır. Bu bakım genellikle hak olarak değil muhtaç yaşlılara bir hizmet olarak sunulmaktadır. Kamusal bakım ancak ailenin bakamadığı durumlarda söz konusu olmaktadır. Yaşlanma sürecinde birey, bağımsızlıktan bağımlı ilişkilere doğru ve günlük bakım desteğine giderek ihtiyaç duyabilir. Bu ihtiyaçların artması durumunda bakımı sağlaması gereken ev içi az zamanlı ya da tam zamanlı bakım ihtiyacı artar. Bakım fiziksel efor gerektirdikçe ilave destek ihtiyacı da artış gösterebilir. Bakım ihtiyacı arttıkça bakım da metalaşmaya başlar. Formel ve informal piyasalarda bakım meta haline gelir. Bunların haricinde bakım sosyal hak olarak da metalaşabiliyor. Yaşlı bakımı söz konusu olduğunda yaşlının durumuna göre, evdeki yardımcılarından, yatılı bakıcıya ya da demans gibi durumlarda profesyonel sağlık hizmet bakımı gibi farklı bakım hizmetlerine ihtiyaç duyulabiliyor. Bu

ihtiyaca dayanarak sağlanan bakım kapsamına ücretli, ücretsiz, ücretli ama kayıt dışı enformal işler girmektedir (Atasü-Topçuoğlu, 2019, s. 98-100).

Geleneksel kültürü devam ettiren toplumlarda yaşlı bireylerin bakım ve gözetim ihtiyacını eş, kız, gelin ve diğer aile üyeleri sağlamaktadır. Bu bakım genellikle ücretsiz ve gönüllü yapılan bir bakımdır. Diğer taraftan yaşlının uzun süreli bakımı için bu alanda eğitim almış uzmanlar ya da yarı uzmanlar ücretli olarak bakım sağlamaktadır (Oğlak, 2017, s. 74-75). Yaşlılara bakım verenler genellikle kadınlar olmaktadır. Kalınkara ve Kalaycı'nın yapmış olduğu çalışmada yaşlılara bakım hizmeti verenlerin %85'inin kadın olduğu sonucu çıkmıştır. Bakım verenlerin çoğu evlidir ve gelir getiren bir işte çalışmamaktadır. Yaşlıların %70,4'ü çocukları ve çocuklarının eşleri tarafından bakılmaktadır. Yaşlıların %70,8'i bakım vereni ile aynı evde yaşamaktadır. Bakım verenlerin çoğu bakım konusunda eğitim almamıştır. Bakım verilen yaşlıların büyük çoğunluğu (üçte ikisi) kadındır. Bu kadınların yarısından fazlası dul veya boşanmıştır. Evliliği devam edenlerin oranı %42,6'dır (2017, s. 25-27). Türkiye Aile Yapısı Araştırmasında da benzer bazı sonuçlar çıkmıştır. Yapılan araştırmaya göre bakım verenlerin yarısından fazlası kadındır. Bakım vericiler arasında gelinler birinci sırada yer almaktadır. İkinci sırada ise kız evlatlar yer almaktadır. Geniş ailede bakım veren üç ana aktör gelin, eş ve kız evlattır. İkinci grupta erkek evlat, anne ve baba yer alırken akraba ve torunlar üçüncü gruba oluşturmaktadır (TAYA, 2018, s. 8).

Bu durumda yaşlıya bakım verenlerin düşünceleri de önemlidir. Bakım hem bakım veren hem de bakım alan için zor bir durumdur. Yaşlı bireyin kendini yük gibi hissetmesine sebep olabilmektedir. Diğer taraftan bakımı veren için zorunlu bir durum olarak düşünülebilir. Tekin Önür, yaşlıya bakım veren 155 kadın ve 22 erkek ile çalışma yapmıştır. Yapılan çalışmada yaşlıya bakım verenler, evde geçen sohbet

konularının yaşlıların ilgi alanlarına göre döndüğünü ve durumun bıkınlık yarattığını ifade etmiştir. Evde yaşlıların sürekli hastalık, ölüm korkusu gibi konulardan bahsetmesi kadınları (%32,0) erkeklerden (%4,5) daha olumsuz etkilemektedir. Erkeklerin gün içerisinde iş hayatında olması konuşulan konulara da daha az maruz kalmalarına sebep olmaktadır. Bu da erkeklerin kadınlara göre daha az etkilenmesinin önemli sebeplerindendir. Yaşlıya bakım verenlerin çoğunlukla kadınların (%47,7) olması, kadınların sosyal hayatlarını erkeklerle (%18,2) göre daha çok kısıtlamaktadır. Ev ortamından sıkılan kadının, arkadaş ve komşu gibi gruplarla zaman geçirmesi de kısıtlanmaktadır (2017, s. 198-199).

Yaşlanma ile beraber birtakım sağlık sorunları da ortaya çıkmaktadır. İdrar kaçırma, dişlerin kaybı ve çiğneme fonksiyonlarında azalma, solunum sisteminde yaşanan sorunlar, kemik kitlesi ve kuvvetinde azalma, reflekslerde yavaşlama ve bellek kaybı görülen başlıca fizyolojik hastalıklardır (Gürer vd., 2019, s. 2-3). Fizyolojik hastalıkların yanı sıra demans, depresyon, uykusuzluk gibi psikolojik rahatsızlıklar da görülebilmektedir. Ciddi rahatsızlığı olan yaşlılara bakım vermek daha yorucu bir durumdur. Arpacı'nın yapmış olduğu çalışmada sağlık sorunu olan yaşlıya bakım veren kadınların sağlık sorunu olmayan yaşlılara bakım veren kadınlara göre diğer aile üyeleri tarafından terk edilme hissini daha çok yaşadıkları sonucu ortaya çıkmıştır. Bu durum kadınların sorunlardan bunaltılmasına, yaşlıya baktığı için sürekli yorgun olmasına sebep olmaktadır. Sağlık sorunu olan yaşlıya bakan kadınlarda bu sorunlar daha çok görülmektedir. Sağlık sorunu olan yaşlıya bakan kadınlar sağlık sorunu olmayan yaşlılara bakan kadınlara göre tek başına hem yaşlıya ve hem de evine yetmekte daha çok güçlük yaşamaktadır. Yaşlının uzun süre devam eden kronik rahatsızlığının olması hem yaşlıyı hem de bakım vereni strese sokan bir durumdur (2009, s. 67-70).

Görüldüğü üzere bakım sadece bakım veren açısından değerlendirilmemesi gereken bir konudur. Hem bakım veren hem de bakımı alan yaşlı açısından önemlidir. Aile üyeleri yaşlılara bakım vermeye devam etmektedir. Önemli olan yaşam ömrünün uzaması, göç, iş hayatı, kadınların iş yaşamına katılımıyla birlikte yaşlının bakımını kimin üstleneceğidir. Tüm bunların yanı sıra yoksulluk da yaşlı bakımında önemli bir konudur. Sosyal güvencesi olmayan yoksul ya da kimsesiz yaşlıların bakım durumu geleneksel bakım anlayışını değiştirmektedir. Değişen anlayışla beraber toplum yaşlıya bakmayı bir külfet olarak görmekte ve bunu devletten beklemektedir. Bu değişim yaşlıyı korumaya yönelik kültürü etkilemekte ve değerler sistemine zarar vermektedir (Ak, 2017, s. 198). Toplumumuzda yaşlılıkta bakım geleneksel yollarla devam ettirilen bir süreçtir. Verilerden de görüldüğü üzere bakım daha çok kadınlar tarafından üstlenilmektedir. Günümüz toplumunda kadınlar iş hayatına dahil olmaya devam etmektedir. Kadınların çalışma durumu ileride yaşlılara kimin bakacağı sorununu da ortaya çıkarmaktadır. Yaşlı bakımı ile yeni imkânlar çıkıyor olsa da bunların birçoğu belli bir ücret karşılığında olan bakım hizmetleridir. Ekonomik imkânı olan yaşlılar bu fırsatlardan faydalansa da yoksul yaşlıların durumu önem arz etmektedir. Yoksul yaşlılara sunulacak ücretsiz bakım hizmetlerinin olması sorunu bir nebze de olsa giderecektir. Zamanla yaşlı bakımıyla ilgili farklı sorunların ortaya çıkması muhtemeldir. Uzun yaşam, sağlık sorunları, göç, yoksulluk gibi faktörler yaşlı bakımının etrafıca değerlendirilmesi gerektiğini göstermektedir. Yaşlı bakımı hem bakım alan hem de bakım veren açısından değerlendirilmesi gereken bir süreçtir.

Yoksulluk

Yoksulluk ekonomik ve sosyal her türlü kaynağa ulaşmadaki kısıtlılıklar olarak düşünülebilir. Bu kısıtlılıklar yoksulluğun hem nedenini hem sonucunu oluşturabilmektedir. Yoksul bireyler birçok haktan dışlanırken, bireylerin bu haklardan dışlanması onları yoksul bir yaşama sürüklemektedir (Karadeniz ve Durusoy-Öztepe, 2013, s. 80-81). Yoksulluk temel yaşamsal araçlardan yoksun kalma durumu olarak tanımlanmaktadır. Yoksul ise temel gereksinimlerden olan beslenme, giyinme gibi ihtiyaçları yeteri kadar karşılayamayan ve ölüm riski altında yaşamak zorunda olan kişiler olarak tanımlanmaktadır (Genç ve Çöpoğlu, 2020, s. 42). Yaşlı nüfusun yoksulluğu toplumun her kesiminde aynı şekilde oluşmaktadır. İçinde bulunulan toplumun, çevrenin, mahallenin ekonomik kaynağına, kültürüne, eğitim düzeyine, geleneksel değerlerine göre değişebilmektedir (Davran vd., 2020, s. 3).

Yaşlı birey kimseye muhtaç olmadan yaşamını uzun yıllar sürdürebilir. Üretim ve tüketim süreçlerine katılarak yoksulluk çekmeyebilir. Fakat sosyal güvence ve sigortadan yoksun olan ya da emekli geliri olmayan yaşlı için ekonomik durum farklı olmaktadır. Yaşlanmanın etkisiyle oluşabilecek yetersizlik durumu yaşlıların çalışmasının önünde de engeldir. Bu durumda yaşlının yoksullaşmasına sebep olmaktadır (Nazlier- Keser, 2019, s. 753). Bireyler yaşlanmayla beraber işsizlik problemi ile karşı karşıya kalmaktadır. Bu problem de gelirden azalmaya sebep olmaktadır. Ekonomik durumu iyi olmayan yaşlı birey, yoksullukla yüzleşmektedir. Bireyin yaşlandıkça çalışma hayatının dışına itilmesi, işsizlik sorunu yaşaması ekonomik olarak da etkilenmesini sebep olmaktadır (Kocabaş, 2021, s. 81).

Yaşlılık döneminde yoksulluk, sağlık harcamalarında artış, sosyal güvence, kuşaklararası ilişkilerle ilgilidir. Bu durum tüm yaşlıları etkilediği gibi kadın yaşlıları, göç etmiş

yaşlıları, farklı etnik gruba mensup yaşlıları, sağlık durumu kötü olan yaşlıları, yalnız olan yaşlıları diğer yaşlılara kıyasla ekonomik olarak daha çok etkileyebilmektedir. Bu durumda olan yaşlıların ekonomik dezavantaj yaşadıkları ilgili literatürde sıkça dile getirilmiştir (Ayan, 2021, s. 153). Diğer yandan emekli ve yaşlı aylıklarının düşüklüğü yaşlı yoksulluğunun boyutunu ve bunun sonuçlarını önemli ölçüde artırmaktadır (Karadeniz ve Öztepe, 2013, s. 78-79).

Gelir ve yaşam koşulları araştırması sonuçlarına göre, eşdeğer hanehalkı kullanılabilir fert medyan gelirinin %60'ına göre hesaplanan yoksulluk oranı, 2015 yılında Türkiye geneli için %21,9 iken 2019 yılında %21,3 olmuştur. Bu oran, yaşlı nüfus için 2015 yılında %18,3 iken 2019 yılında %14,2 olmuştur (TÜİK, 2020). Türkiye'de yoksulluk riskinde ikinci sırada yaşlılar gelmektedir. Türkiye'de yaşlıların %17'si yoksuldur (TYTA, 2019, s. 23). Gelir ve Yaşam Koşulları Araştırması sonuçlarına göre, eşdeğer hanehalkı kullanılabilir fert medyan gelirinin yüzde 60'ına göre hesaplanan yoksulluk oranı, Türkiye geneli için 2016 yılında % 21,2'dir; bu oran yaşlı nüfus için %16 olmuştur. Yaşlı nüfusun yoksulluğu cinsiyet temelinde incelendiğinde kadınlar aleyhine bir durumun söz konusu olduğu görülmektedir; yoksul yaşlı erkek nüfus oranı 2016 yılında %14,7 iken yoksul yaşlı kadın nüfus oranı % 17, dir (Yaşlanma Özel İhtisas Komisyonu Raporu, 2018, s. 28). Yaşlı kadınlar yoksulluğu erkeklere göre daha derinden hissetmektedir. Bunun arkasında ataerkil düşünce vardır. Kadının her zaman erkeğe göre geride durmasının beklenmesi, kısıtlı olan imkânlarla erkekler kadar ulaşamaması kadını erkeğe göre yoksullaştıran durumlardır (Nazlıer- Keser, 2019, s. 753). Yaşlılarla yapılan bir çalışmada çalışmaya katılan yaşlıların yaklaşık üçte biri (%32,1) kendisini yoksul olarak görmektedir. Kadınların ise %46,4'ü kendisini yoksul olarak görürken erkeklerin ise %9,3'ü kendisini yoksul olarak görmektedir (Davran vd., 2020, s. 12).

Yaşlılıkta yoksulluk durumu sadece cinsiyete göre değil, eğitim durumu, yalnızlık, medeni durum, sağlık ve engel durumuna göre de değişmektedir. Yapılan bir çalışmada 60 yaş üstü kadınların (%50,3) erkeklere (%24,6) göre daha çok yoksulluk sınırı altında oldukları görülmüştür. Medeni durumla gelir düzeyi arasındaki ilişkiye bakıldığında evli olmayan yaşlıların daha çok yoksulluk sınırı altında bulunan hanelerde yaşadıkları görülmüştür. Gelir ve eğitim düzeyi arasındaki ilişkiye bakıldığında geleneksel ilişkinin sürdüğü görülmektedir. Yoksulluk sınırı üzerinde olan hanelerin oranına bakıldığında üniversite mezunu olan 60 yaş ve üstü bireylerin hemen hemen hepsi yoksulluk sınırı üzerinde geliri olan hanelerde yaşamaktadır. Emekli aylığı alan hanelerle emekli aylığı almayan haneler karşılaştırıldığında emekli aylığı olduğu halde bu hanelerin %37,1'inin yoksulluk seviyesinin altında olduğu görülmüştür. Emekli aylığı girmeyen hanelerde bu oran %43,7'dir. Emekli aylığı olsun olmasın bu durumda yoksulluk alışıması gereken bir durum gibi gözükmektedir. Sağlığını 'kötü' veya 'çok kötü' olduğunu belirten 60 yaş üstü bireylerin yoksulluk sınırı altında kalan hanelerde yaşama oranı sağlıklı bireylere göre daha yüksektir. Çalışmadaki 344 yaşlıdan %29'unun engel durumu vardır veya kronik bir rahatsızlığı bulunmaktadır. Gelir durumu ile ilişkisine bakıldığında ise, engelli bireylerin %47,7'si yoksulluk seviyesi altında düşük gelire sahipken engelli olmayanlar arasındaki bu oran %35, 2'dir. Engelli olma ya da kronik hastalığa sahip olma arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (Yalçın ve Özdemir- Ocaklı, 2021, s. 182).

Yaşlılarla yapılan başka bir çalışmanın verilerine bakacak olursak; çalışmaya katılan yaşlıların gelir durumları ile yoksulluk algıları incelendiğinde gelir durumu ile yoksulluk hissi arasında bir paralellik olmadığı görülmüştür. Neredeyse hiç gelir sahibi olmayan bireyler kendini yoksul hissetmezken ekonomik durumu daha iyi olan katılımcılar kendilerini

daha çok yoksul hissetmektedir. Çocuk sayısı ve yoksulluk tanımlarına bakıldığında dörtten fazla çocuğu olan bireyler, yoksulluğu temel ihtiyaçların karşılanmaması olarak tanımlamıştır. Yoksulluk tanımları ve evde birlikte yaşadıklarını insanların bulunup bulunmaması arasındaki ilişkiye bakıldığında evli olan bireylerin %25'inin yoksulluğu "parasızlık, yokluk" olarak değerlendirdiği görülmüştür. Çalışmaya katılanların yoksulluk ve yalnızlık durumlarına bakıldığında araştırmaya katılan bireylerin %97,2'sinin yoksulluk sınırı altında kaldığı göz önünde bulundurulduğunda yoksulluğun yalnızlık üzerinde önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir (Türkan, 2017, s. 108-114).

İstismar ve İhmal

Bakıma muhtaç yaşlı bireylerin başkalarına bağımlı olma durumları artmakta buda bakım gören yaşlının ihmal ve istismarına sebep olmaktadır. Bu bağlamda istismar dediğimiz kavram fiziksel ve psikolojik olarak kötü davranmadır. Vurmak, ısırmak, bedensel zarar vermek, fiziksel güç kullanmak, cinsel tacizde bulunmak, duygusal acı çektirmek, parasını almak istismar örneklerinden bazılarıdır. (Canatan, 2008, s. 130-131). Yaşlı istismarı hem bireysel hem de toplumsal düzlemde ele alınabilir. İlk olarak yaşlının toplumsal anlamda istismarını ele alacak olursak; yaşamış olduğu toplumda kendini gerçekleştirmesini, aile ve toplumun değerli bir üyesi olduğunu hissetmesini ve bu şekilde yaşamasını engelleyen toplumsal düşünce, kamusal politika ve hizmet eksiklikleri olarak tanımlanmaktadır. Bireysel istismar ise; yaşlıya yapılan kötü muamele, fiziksel anlamda acı verme, duygusal çöküntü ve ekonomik kayıpla sonuçlanan her türlü harekettir (Kalınkara, 2016, s. 142). Yaşlı istismarı her ne kadar sosyal bir sorun olarak görülse de son zamanlarda özellikle "suç" bağlamında da ele alınmaya başlanmıştır. Ülkemizde yaşlı

istismarı ile ilgili veriler oldukça azdır fakat verilerin azlığı istismar vakalarının yaşanmadığı anlamına gelmemektedir (Çamur-Duyan, 2008, s. 151-152).

İstismar ve ihmal karıştırılsa da birbirinden farklı kavramlardır. Yaşlıyı iki tür ihmal durumu beklemektedir. Birincisi yaşlının kendi kendini ihmal etme durumudur ikincisi ise bakım verenler tarafından ya da çevresi tarafından ihmal edilmesidir. Yaşlılar günlük ihtiyaçları olan bedensel temizlik, sağlık ve güvenlik açısından ihmal edilmektedir (Uysal, 2002, s. 3). Daha açık bir ifade ile ihmal; isteyerek veya istemeden yaşlı bireyi yiyecek, içecek, ilaç, tıbbi cihaz gibi (protez, gözlük, işitme cihazı) ihtiyaçlardan mahrum bırakmaktır. Aynı zamanda bakım verme konusunda sorumluluklarını yerine getirmede gönülsüz davranarak veya reddedererek yaşlıya duygusal, fiziksel acı ve sıkıntı vermektir (Kıssal ve Beşer, 2009, s. 358). Görüldüğü üzere yaşlılar hem aileleri hem çevreleri hem de bakım verenleri tarafından istismar ve ihmal edilmektedirler.

İstismar ve ihmalin tanımları ve ne anlama geldikleri bellidir. Bu kavramların yaşlılara göre ne anlama geldiği de önemlidir. Yapılan bir çalışmada yaşlılara istismardan ne anladıkları sorulmuştur. Bu soruya yaşlıların %56,4'ü "yaşlıya zarar ve sıkıntı verebilecek uygunsuz davranışlar ve hareketler" , %25,5'i yaşlıların temel ihtiyaçlarının karşılanmaması, görmezden gelinmesi", %18,2' si "yaşlı bireyin ailesinin yaşlıya kötü davranması" şeklinde cevap verdikleri görülmüştür. Araştırmaya katılan yaşlı bireylerin gözüyle yaşlı ihmalinin nasıl tanımlandığı sorusuna; yaşlıların %68,2'si "yaşlının temel ihtiyaçlarının karşılanmaması ve görmezden gelinmesi", %24,5'i "yaşlıya zarar ve sıkıntı verebilecek uygunsuz davranışlar" ve %7,2'si de "yaşlının çevresinin yaşlıya kötü davranması" cevapları ile yaşlı ihmali tanımlamaktadır (Turhan vd., 2019, s. 36). Çalışmanın sonucunda da anlaşıla-

çağı üzere yaşlılar istismar ve ihmalin tam olarak ne anlama geldiğini bilmemektedir. Her iki kavrama da benzer cevapları vermişlerdir.

Yaşlıların istismar ve ihmali yaş, cinsiyet, ekonomik durum, barınma durumu gibi faktörlere göre değişiklik gösterebilmektedir. Huzurevinde kalan yaşlıların istismar ve ihmali ele alan çalışmalar olmuştur. Artan'ın huzurevinde kalan yaşlılarla yaptığı çalışmada aile içinde istismara ya da ihmale uğrayanların oranı %62,4'tür. Yaşlılara yönelik istismarda bulunanlar sırayla erkek çocukları (%25), gelinler (%21,59), eşler (19,32), kız çocukları (%15,91) şeklinde devam etmektedir. Yaşlılar en çok psikolojik istismar olarak nitelendirilen sözel hakaretlere (%30,69) maruz kalmaktadır. Bu istismarı ekonomik istismar (%27,27) ve fiziksel istismar (%23,86) takip etmektedir (2013, s. 116). Yine Artan'ın huzurevinde kalan yaşlılarla ilgili yaptığı başka bir çalışmada ekonomik istismar durumları incelenmiştir. Katılımcıların %33'ü ekonomik istismara uğradığını belirtmiştir. Yaşlılara ekonomik istismarda bulunanlar sırasıyla çocuklar (%44), damatlar (%12), yeğenler (%11), kardeş, torun ve arkadaşlar (%9) ve eşler (%7) şeklindedir. Huzurevinde yaşamaya başlamayla birlikte ekonomik istismar (%14) azalmıştır (2016, s. 52). Huzurevinde kalan 360 yaşlı ile yapılan başka bir çalışmada katılımcıların %6,4'ü fiziksel şiddete, %1,3'ü cinsel istismara maruz kaldığı. Yaşlılara şiddet uygulayanlar sırasıyla oğlu (%39,13), damadı (%17,39), gelini (%17,39), kızı (%8,69) şeklindedir (Kılıç ve Şelimen, 2017, s. 76).

Evinde kalan yaşlılarla yapılan çalışmalara bakacak olursak; Turhan ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmada yaşlıların yaşlılık döneminde fiziksel istismara maruz kalma durumu %24,5'tir. Fiziksel istismara maruz kalanların %48'i çocukları, %18,5'i eşi, %18'i toplum tarafından ve %14,8'i akrabası tarafından istismar edilmektedir. Ekonomik istismara

uğrayan yaşlıların oranı ise %20'dir. Yaşlılar en çok çocukları (%72,7) tarafından ekonomik istismara maruz kalmaktadır. %18,2'si akrabaları tarafından, %4,5'i eşleri tarafından ve %4,5'i toplum tarafından istismara maruz kalmaktadır (2019, s. 39-40). Özer'in yapmış olduğu çalışmaya göre yaşlı bireylerin %51,4'ünün duygusal istismara, %35,6'sının ihmale, %21,9'unun ekonomik istismara, %3,8'ini n fiziksel istismara ve %0,03'ün de cinsel istismara uğradığı görülmüştür. Fiziksel istismar türleri değerlendirildiğinde %2,9'u terlik ya da eline geçen bir eşyayı fırlatma, %2,9'u tokat atma, yumruk vurma ya da ayakla vurma şeklinde istismara uğramaktadır. Duygusal istismar türlerine baktığımızda %41'i yeterince sevilmediğini düşünme, %27'si yaşadığı evde istenilmediğini hissetme, %22,9'u hakaret edilme şeklinde duygusal istismara uğramıştır. Yaşlıların ihmal edilme durumuna bakıldığında, %22,9'u yeteri kadar bakılmadığını düşünürken, %19,7'si evde uzun zaman yalnız bırakılma, %9,8'i ise hastalandığında doktora götürülmeme ya da ilaçlarının verilmemesi şeklinde ihmale uğramışlardır. Ekonomik istismar olarak ise %15,2'si banka kartına el konulması cevabını verirken yine %15,2'si mal varlığının başkası tarafından yönetilmesi cevabını vermiştir (Özer, 2013, s. 46-48). Yapılan çalışmalara bakıldığında yaşlıların genellikle fiziksel, ekonomik ve duygusal istismara maruz kaldıkları görülmüştür. Yaşlılar özellikle aile üyeleri tarafından istismara ya da ihmale uğramaktadır. Yaşlılara verilen zarar uzaktan değil yakından biri tarafından gelmektedir. Bu durum, üzerinde çalışılması gereken bir konudur. Ailelerin yaşlı bakımı ve yaşlıya davranış konusunda bilgilendirilmesi gerekmektedir. Huzurevleri yaşlıların istismardan ya da ihmalden kaçacakları yerler olmaması gerekmektedir. Bu noktada ailelerin bilinçlendirilmesi ve bilgilendirilmesi önemlidir.

Ölüm

Ölüm herkesin başına gelebilecek doğal bir süreçtir. Cicero, “ölüm gençlerin de başında olduğuna göre neden yaşlılığı kötölemek için bir neden olsun?” demiştir. Ölümü doğaya uygun bir durum olarak açıklar. Doğaya uygun olan bu gerçeklik gençlerin başına geldiği zaman doğaya aykırı bir gerçeklik halini alır. Geçlerin ölmesi harlı bir ateşin sönmesiyeğin yaşlıların ölümü geçmiş bir ateşin kendiliğinden sönmesidir. Gençlerin ölümü ham bir elmanın dalından koparılması gibidir, yaşlıların ölümü ise olgun bir elmanın dalından düşmesi gibidir. Yaşlılar olgunluktan ölür ve olgunluk güzel bir şeydir (Cicero, 2021, s. 38-40). Cicero belli tasvirler üzerinden yaşlı ölümünün doğallığını tanımlamıştır. Yaşlının ölümü doğal bir süreç olsa da tıp olaylara daha farklı pence-reden bakabilmektedir. Yaşam ömrünü uzatma için yapılan çabalar, geliştirilen sağlık imkânları mevcuttur. Diğer yandan kozmetik dünyası yaşlanma karşıtı ürünleri piyasaya sunarak yaşlanmayı geciktirmeye çalışmaktadır. Yaşlanmayı geciktirmeye çalışmak aynı zamanda ölümü de geciktirmeye çalışmaktır. Modern dünyada insanlar daha geç yaşlanmak ve ölüme daha geç ulaşmak için çaba sarf etmektedirler.

Yaşlı insanlar ölüm sırası açısından bakıldığında zaman en uygun kişi olarak görülmektedirler. Yaşlılık ölümle ilgili kabullerimizin kurallara en uygun halidir. Bilimsel olarak yaşlılar için görevler belirleyen kuramlar, yaşlılar için yaşamın gözden geçirilmesi ve ölüme hazırlama görevleri üzerinde yoğunlaşmıştır (Onur, 2006, s. 369-370). Yaşlılık da ölüm de tıpkı yalnızlık ve sosyal izolasyon gibi yaşlı bireyle birlikte anılan birer kavramdır. Geçmiş dönemlerde ölüm hayatın içinden gündelik bir durumken modernleşme ile birlikte bu kavram toplumsal yaşamın dışına atılmış durumdadır. Eskiden insanlar ölü yıkama ve mezara gömme hazırlığını evlerinde yaparlardı. Kimisi ölüsünü yakınına defnederdi. Bu yüzden ölüm herkesin içselleştirdiği bir durumdu. Aynı

zamanda salgın hastalıklar, sağlığın gelişmemesi, teknolojinin yetersizliği ve savaşlar daha çok ölüm olaylarına sebep oluyordu. Bu durum gündelik hayatın bir gerçekliği durumundaydı. Şimdi ise insanların uzun yaşıyor oluşu, sağlığın ilerlemesi, modernleşme, eski ritüellerin kaybı ölümü gerçeklikten uzak bir duruma dönüştürmektedir (Şentürk, 2018, s. 243-244).

Bazı insanlar ölüm korkuları ile çok erken yaşlardan itibaren mücadele ederler, bazıları da bu fikirlere kafa yormadan dünyadan göçerler. Yaşlılardan bilgece ve şatafatlı şeyler söylemeleri beklenmekte ve onlar da bilincindedirler (Onur, 2006: 385). Yaşlılar ölümün kendilerine yakın olduğunu bilirler ama konuşmazlar, konuşmaktan hoşlanmazlar. Ölümün kişisel anlamının yanında sosyal anlamı da vardır. Beklenmedik ani ölümlerde ölen genç birinin ölümü erken olarak görülür ve üzüntü verir fakat yaşlı bireylerde durum aynı değildir. Yaşlılar zamanı gelmiş ölümü bekleyen bireyler olarak görülmektedirler (Canatan, 2008, s. 132; Koç, 2002, s. 95).

Yaşlı bireyin ölüme olan eğilimini etkileyen çevresidir. Yaşlı birey geleceğe dair plan yaparken bunlar için zamanı olmadığına farkındadır. Genellikle çevreden gelen mesaj da önemlidir yaşlılara insanlar yeni olanı, güzel olanı yakıştırmazlar. Hayatlarında yaptıkları bazı yenilikler fuzuli bir harcama olarak görülür çünkü yaşlılara yeni olan hiçbir şey yakışmaz onlara ancak “ölüm” yakışır algısı hakimdir (Koç, 2002: 98). Ölümle ilgili tutumlar yaş ilerledikçe değişiklik gösterir. Bazı toplumlarda ölüm arzulanan bir durum, bir töre olarak görülmektedir. İnsanlar bazen yaşlılığı kabullenme de toplum ona artık yaşlandığı mesajını vermektedir (Kalınkara, 2016, s. 325).

Ölüm doğal bir gerçeklik olsa da kabullenmesi zor bir durumdur. Yaşlıların ölüm kaygısı duyması doğal karşılanması gerekir. Yapılan bazı çalışmalarda düşünülenin aksine

yaşlıların ölüm kaygısı duymadığı görülmüştür. Yaşlılarla yapılmış bir çalışmada hem cinsiyet hem medeni durum hem de eğitim durumuna göre ölüm kaygısı arasında bir fark bulunamamıştır. Aynı şekilde ibadet etme sıklığı ile ölüm kaygısı arasında bir farkın olmadığı görülmüştür. Kronik sağlık sorunu olan ve olmayan katılımcıların ölüm kaygısı benzer düzeydedir. Yine bu çalışmada aylık gelir ile ölüm kaygısı arasında farklılık görülmüştür. Aylık geliri 4501 TL ve üzerinde olan katılımcıların ölüm kaygısı düzeyi, geliri olmayan ve 0-1500 TL, 1501-2000 TL, 3001-4500 TL aylık gelire sahip olan katılımcılardan daha düşüktür. Yaş ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiye baktığımızda katılımcıların yaşları arttıkça ölüm kaygısının da arttığı görülmüştür (Kurt- Magrabi ve Akçay, 2020 s. 2108-2112). Benzer şekilde başka bir çalışmada da cinsiyet, yaş, kronik hastalıklar ve ilaç kullanımıyla ölüm kaygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Üstüner-Top vd., 2010, s. 17). Farklı bir çalışmada da yaşlıların yaş grubu, medeni durumu ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Diğer çalışmalardan farklı olarak bu çalışmada cinsiyet ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (Köstek, 2015, s. 5052). Gündoğan'ın yaptığı çalışmada ise, yaşlıların yaş aralığına, medeni durumuna, çalışma durumuna, gelir düzeyine bakıldığında ölüm kaygısı ile anlamlı bir fark bulunmamıştır. Cinsiyet değişkenine göre bakıldığında kadınların ölüm kaygısı puan ortalamasının erkeklerinkinden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür (2020, s. 40). Yapılan çalışmalarda sonuçlar benzer olsa da birtakım farklılıklar vardır. Özellikle iki çalışmada cinsiyet faktörü göze çarpmaktadır. Ölüm kaygısı durumu cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Yine diğer göze çarpan durum ise aylık gelir durumudur. Emeklilikle beraber aylık gelirin azalması yaşlıları hem ekonomik olarak hem de psikolojik olarak zorlamaktadır. Bu durumun ölüm kaygısı düzeylerini etkilediği de görülmektedir. Yine yaştan ilerliyor

olması önemli bir faktördür. İnsanlar yaşları ilerledikçe kendilerini ölüme daha yakın hissederler. Yaşlılara ölümle ilgili yapılan yakıştırmalar da burada etkilidir. İnsanlarda, yaşlandıkça ölümün daha doğal olduğu düşüncesi yerleşmekte, yaşlanan birey de bu psikolojiye girmektedir. Buna bağlı olarak yaşlandıkça yaşlıların ölüm kaygı düzeyleri de artabilir.

Yaşlılık Döneminde Ortaya Çıkan Diğer Sorunlar

Yaşlı bireyin yaşlanma dönemine girmesiyle beraber birçok sorun yaşanmaktadır. Bazı durumlarda yaşlılık bir bağımlılığa dönüşebilmektedir. Ekonomik ve fizyolojik açıdan bağımlı duruma geldikleri görülmektedir. Yaşanan depresyon, demans, anksiyete, Alzheimer gibi rahatsızlıkların artarak baş göstermesi kişiyi özel bakım gerektiren bir konuma doğru götürmektedir. Özellikle bağımlılıkların 80 yaşından sonra arttığı görülmektedir. Alzheimer, bunama, demans vb. hastalıklara bağlı olarak bu dönemde bağımlılık artış göstermektedir. Yaşlı bireylerde birçok rahatsızlığın aynı anda görülmesi, yani “multimorbidite (çoklu hastalık)” yaşlıyı bağımlı hale getirmektedir (Dağ, 2016, s. 58-70). Yaşlıların sorunlarının bir kısmı psikolojik, sosyal ve bedensel durumlarından kaynaklanırken bazıları ise içinde yaşadıkları toplumsal koşullardan kaynaklanmaktadır. Günümüzde ise yaşlılık artık yaşlı bireyin kendinden kaynaklı sorun olmaktan daha ziyade içinde yaşadığı toplumdan kaynaklanan bir sorun olarak da görülmektedir (Üçok, 2018, s.19).

Yaşlı birey her ne kadar sağlıklı olsa da fizyolojik, biyolojik, bilişsel olarak belli kayıplar yaşar ya da yaşamaya başlar. Örneğin fizyolojik olarak bireyde oluşan bozulmalardan biri de düşme riskinin artmasıdır. 65 yaş üstü birçok bireyde yılda bir kez düşme olayı meydana gelmektedir. Yaşla birlikte duyu organlarının işlevlerinde azalmanın meydana gelmesi, kronik rahatsızlıkların artması yaşlı bireylerin yaşamını zor-

lu bir sürece sokmaktadır. Fiziksel çevrenin yaşlı bireye göre oluşturulmamış olması, kaygı düzeylerinin artmasına da yol açmaktadır (Kalınkara, 2010, s. 55). Yaşlanma ile birlikte bireylerde yavaş yavaş fizyolojik değişimler meydana gelmektedir. İşitme ve görme bozukluğu, kronik bazı rahatsızlıkların baş göstermesi özellikle 60'lı yaşlardan itibaren artmaktadır. Bazı hastalıklar birtakım araçlarla görünür olmaktan çıkmaktadır. Mesela gözlük takarak bir yaşlı hayatını sürdürmektedir belki fakat olmadığı durumlarda yemek yeme, kitap, gazete okuma gibi faaliyetleri gerçekleştirememektedir. Yine işitmede zorluk çeken yaşlı işitme cihazı olmadan duymakta zorlanmaktadır. Bu gibi hayati unsurlar yaşlının yaşamında önemli bir yere sahiptir (Şentürk, 2018, s. 218). Yeti yitimi ve mobilite yetersizliği sebebi ile 75 yaş ve üzeri yaşlıların %8'i, 85 yaş üzeri yaşlıların %2,5'i ev dışına çıkamamaktadır. Dünya genelinde 70 yaş ve üstü yaşlıların %20'si ile 85 yaş ve üzeri yaşlıların ise %50'si banyo yapma, tuvalete gidebilme, elbise giyebilme, beslenme ve yatağa yatma gibi gündelik temel aktivitelerini yeti yitimi nedeniyle yapamamaktadır (Doğanyigit-Öney, 2018, s. 138). Türkiye Sağlık Araştırması (2012) günlük yaşam aktivitesi ve araçsal günlük yaşam aktivitelerini ölçmüştür. Bu şekilde yetişkinlerin engellilik düzeylerini analiz etmiştir. Bu verilere göre Türkiye'de yetişkinlerin günlük yaşam aktiviteleri için duydukları destek farklılaşmaktadır. Yaşın ilerlemesi ile birlikte yatağa girme ya da yataktan kalkma, sandalyeye oturma, giyinme, tuvalet ve banyo kullanımı gibi konularda her 5 yaşlıdan (75 yaş ve üzeri) birisi desteğe ihtiyaç duyduğunu belirtmiştir. Araçsal günlük yaşam aktivitelerine baktığımızda bu tablonun farklılaştığı görülmektedir. Bu araştırmanın verilerine göre özellikle 45 yaşından sonra araçsal günlük yaşam aktivitelerinin arttığı görülmüştür. Özellikle 75 yaş ve üzerindeki katılımcıların yarısından fazlası (%56,8) ağır ev işleri konusunda desteğe ihtiyaç duyduğunu belirtmiştir. Ağır ev işlerinde yardıma

ihtiyaç duyma tüm yaş gruplarında görülmüştür. Cinsiyet açısından incelendiğinde ise yaşlı kadınların günlük yaşam aktivitesini yerine getirmede daha çok desteğe ihtiyaç duyduğu görülmüştür. Yaşlı erkeklerin (75 yaş ve üzeri) %13'ü tuvalet kullanımında desteğe ihtiyaç duyduğunu ifade ederken aynı yaş grubundaki kadınların %25'i tuvalet kullanımı konusunda desteğe ihtiyaç duyduğunu belirtmiştir (Arun, 2015, s. 131-133).

Yaşlılık döneminde fiziksel değişimlerin yanı sıra aynı zamanda yaşlının çevre ile uyumu, iletişimi farklı olabilmektedir. Bu farklılıkta çeşitli faktörler etkili olmaktadır. Mesela eğitim düzeyi düşük olan yaşlının çevresi ile olan iletişimi de düşmektedir. Yaşla birlikte sosyal izolasyon da artış göstermektedir. Elbette bu durum yaşlı bireyin bulunduğu bölgeye, kültüre göre de değişiklik göstermektedir (Üçok, 2018, s. 23). Yaşlılıkta baş gösteren birçok problem vardır. Gerek fiziksel olarak gerek psikolojik olarak çıkan sorunlar yaşlılığın başladığının işaretidir. Fakat bunların dışında gözle görülmeyen sorunlar yaşlı olarak adlandırdığımız bireyleri daha çok rencide etmekte ve belki de daha hızlı yaşlanmalarına sebebiyet vermektedir. Özellikle ihmal ve istismar yaşlıları derinden yaralayan sorunların başında gelir. Yaşlılık dönemine hızlı bir şekilde girmede toplumun her yaşlıyı yaşlı kategorisine koyması, çocukların ya da eşlerin rahatsızlıklar karşısında yaşı sebep gösterip tedavi ettirmemesi etkilidir. Yine insanların akıl ve zekâ gibi konularda yaştan dolayı alaycı olmaları da etkilidir.

Yaşlanmanın Boyutları

Yaşlanma ile birlikte belli değişimler meydana gelmektedir. Her ne kadar zihinsel ve fiziksel kapasitede azalmalar oluşsa da kişi kendini yaşlı hissetmeyebilir. Yaşlılık dediğimiz dönem durağan ve değişmez değildir. Tam tersine

yaşlılık belli güçlerin etkileşimi ile oluşur. Son zamanlarda yaşlılığın sadece biyolojik bir süreç olmadığı gerçeğini gözler önüne seren çalışmalar bulunmaktadır. Yaşlılık ve ihtiyarlık dediğimiz olgu toplumsal bir çerçevede sosyal ilişkilerle yoğrularak oluşur. Yaşlılık günlük yaşam aktivitelerinin azalması gibi yorumlansa da biyolojik faktörler de bu durumdan etkilenir (Beğer ve Yavuzer, 2012, s. 1-2). Yaş, cinsiyet, fiziksel sağlık gibi faktörler biyolojik olarak yaşlanma faktörlerine işaret ederken, mutluluk, refah, iyi olma psikolojik faktörleri oluşturmaktadır. Sosyal ilişkiler, gelir, medeni durum gibi değişkenler ise sosyolojik faktörlere işaret etmektedir (Arun, 2008, s. 326). Yaşlılığın boyutları yaşlanmayı, yaşlıyı, yaşlılığı anlamak için önemlidir. Bu boyutları anlamadan yaşlılığın toplumdaki yerini, aşamalarını nasıl ilerlediğini nasıl gözlemlenebileceğini anlamak mümkün olmayabilir. Bu boyutlar yaşlılığın genel görünümü hakkında bilgi sahibi olmamızı sağlar.

Yaşlanmanın Kronolojik Boyutu

Kronoloji doğumdan bulunulan zamana kadar geçen süreye karşılık gelir. Bu sürede birey “kronolojik olarak” yaşlanmaktadır. Kronolojik yaşlanma tüm canlıların doğal olarak geçirdiği bir süreçtir. Süreç içinde canlılarda bir yıpranma söz konusu olur ve kayıplar yaşanır. Bu da takvimsel olarak yaşlanıldığını göstermektedir (Şentürk, 2018, s. 25). Kronolojik yaş dünya üzerinde geçirdiğimiz süredir. Kimlik yaşı olarak 65 yaş ve üzerindeki kişiler yaşlı olarak kabul edilmektedir (Kalınkara, 2016, s. 8). Kronolojik yaşlanma doğumla başlayan bir süreçtir. Kaç yaşında olduğumuzun cevabını bize kronolojik yaş verir. Bu durumda beş yıl önce doğan üç yıl önce doğana göre daha yaşlıdır. Kronolojik yaşlanma bireyin dışında gerçekleşir. Kronolojik yaşlanmaya göre cildi daha kırışık olan değil rakamsal olarak yaşça büyük olan daha yaşlıdır (Canatan, 2008, s. 14-15).

Kronolojik yaş, kişinin dünya üzerinde geçirmiş olduğu zamanı ifade eder. Yani kişi gün, ay, yıl sayısı olarak kaç yaşında olduğunu anlamak için kullanılan bir tanımlamadır. Bu zaman dilimi ne yavaşlatılır ne durdurulur ne de hızlandırılır. Kronolojik yaş bireylerin arasında gözlenen farklı hızda yaşlanma durumunu göz ardı eder (Başbüyük-Özgün ve Başbüyük, 2019: 160) Bireyi yaşlı olarak kategorize etmek aynı zamanda bireyin de kendisini yaşlı olarak görmesi hem psikolojik durumunu hem de toplum içindeki statüsünün belirlenmesi noktasında önemli role sahiptir. Yaşı ilerlemiş bireylere yönelik kalıplaşmış fikirler vardır. Genellikle yaşlı bireyler muhtaç, bağımlı, ya da iyi ihtimalle saygı ve hürmet duyulması gereken kişiler olarak görülürler. Kişinin kendini yaşlı olarak algılaması ya da algılamaması yaşamdan memnuniyetini ve beklentisini etkilemektedir (Wright-Con, 2020, s. 125-126).

Yaşlanmanın Biyolojik\ Fizyolojik Boyutu

Biyolojik olarak yaşlanmayla belin bükülmesi, saçların ağarması, gözün görme yetisinin azalması, iştite yetisinde meydana gelen kayıplarla birlikte kişisel özelliklerde de birtakım kayıplar yaşanmaktadır. Kavgacı olma eğilimi, unutkanlık yaşlılıktaki tipik kişilik değişimidir. Kronik rahatsızlıkların artışı birden fazla rahatsızlığın görülmesi yaşlılık döneminin biyolojik özelliklerindendir. Yaşlanma yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Biyolojik yaşlanmada doku ve hücrelerde değişiklikler ve organlarda fonksiyon azalması söz konusudur. Biyolojik yaşlanmanın vücutta oluşturduğu tahribatlar kişinin sosyal ve toplumsal katılımını da olumsuz etkilemektedir (Kalınkara, 2016, s. 103). Göz merceklelerinin esnekliğini yitirmesi ve görmekte güçlük, duyma kaybı, derinin altındaki kırılgan yapıdan dolayı kırışıklıklarda artış, kas kütesinin azalması ile birlikte yağ birikimi oluşumu, nefes

alımının azalması ve kalp-damar etkinliğinde düşüş yaşlılıkla beraber görülen bazı hastalıklardandır. (Giddens, 2012, s. 222). Biyolojik dediğimiz yaşlanma aynı zamanda yumurtanın döllemesiyle başlar ve tüm hayat boyunca devam eder. Kişinin kültürel ve sosyal özelliğine göre yaşlanmasına ise sosyal yaşlanma denmektedir. Kronolojik olarak yaşlanıyor olmak takvim yaşına işaret etmektedir (Güler, 1998: 105). Bu yaşlanma türü hem gözle görülen hem de görülemeyen bir yaşlanmadır. Kişinin saçlarının ağarması, deri buruşumu biyolojik yaşlanmanın gözle görülen tarafıdır. Gözle görülmeyen kısmı ise organlarda yaşanan yıpranma ve değişimdir. Hücre sayısındaki azalma organlardaki değişimin de temel sebebidir. Eklem romatizması, kireçlenme yine biyolojik olarak yaşlanıyor olmanın belirtisidir (Kalınkara, 2016, s. 8).

Bir kişinin yaşına karar verirken genellikle onun fiziksel görünümüne bakarak bir karar veririz. Örneğin, saçları beyazlaşmış birine kronolojik yaşı bilinmeden yaşlı yakıştırması yapılmaktadır kimi insanlar da kronolojik yaşı ileri olmasına rağmen genç görünebilmektedir (Wright-Con, 2020, s. 124). Fizyolojik yaş olarak da bilinen biyolojik yaş, yaşam boyunca deneyim sahibi olunan birçok faktörün etkilerini biyolojik ya da fizyolojik belirteçler yoluyla ölçmeye çalışan boyuttur (Başbüyük-Özgün ve Başbüyük, 2019, s. 160). Yaşlanma gelişimsel bir süreci de işaret etmektedir ki bu başlık altında bizi ilgilendiren kısım da budur. İnsan yaşlandıkça hücresel doku yapısı ve organlar olarak yaşlanmaya başlar ve bu da yaşlanmanın fizyolojik boyutunu oluşturur.

Modern toplumla birlikte yaşlılığa yüklenen anlam da değişmiştir. Günümüzde reklamlarda “yaşlanma karşıtı” birçok mesajla karşılaşmaktayız. Yaşlılığın arzu edilmeyen bir durum olduğu sürekli karşımıza çıkmaktadır. İnsanlar sürekli genç kalmaya teşvik edilmektedir. Bu şekilde yaşlanma geriye çevrilmeye ya da geciktirilmeye çalışılmaktadır (Çataloğlu, 2018, s. 28). Gün geçtikçe ideal beden genç kalma-

yı başarabilen beden olarak düşünülmektedir. Bu da toplumların yaşlılara bakışını değiştirmiştir. Yaşlılar saygı duyulan, hürmet gösterilen, sözüne güvenilen ve tecrübe sahibi olan bireyler olarak görülürken zamanla aciz, çocuklaşan ve tüketen bireyler olarak görülmeye başlanmıştır. Gençlik söylemleri artarken yaşlılık da istenilmeyen ve görmezden gelinen bir durum olmuştur (Aktaran: Can, 2019, s. 193).

Yaşlanmanın Psikolojik\ Ruhsal Boyutu

Psikolojik yaşlılık, algılama, öğrenme, problem çözme gibi bellek gerektiren ve yaşın ilerlemesi ile ortaya çıkan bir durumdur. Psikolojik yaş bazen “kişinin kendi kapasitesinin farkındalığına dayalı olarak hissettiği yaş” biçiminde de tanımlanmaktadır. Kişi yaş aldıkça belli yaşlılık belirtileri gösterdikçe statü ve rol kaybı da oluşur ve bireyin bu şekilde sosyal yaşlanması gerçekleşir. (Görgün-Baran vd., 2005, s. 27-28). Psikolojik boyut ilerleyen yaşla beraber öğrenme, algılama, problem çözme gibi bellek gücünü etkileyen kapasitenin azalması durumudur. Bununla birlikte yaratıcı yeteneklerde azalma, dikkatsizlik, düşünme hızında yavaşlama da görülebilir. Psikolojik olarak yaşlanma bireyin yaşlanma sürecine hazır olmamasından doğar. Kişi işinden memnun değilse emekli olunca çökme hızı artar, o yüzden bireyin günlük yaşamında genel memnuniyeti kişinin psikolojik yaşlanmasında etkilidir. Kişinin psikolojik olarak ne durumda olduğunu anlamak için mental durumu, yaşlanma ile ilgili görüşleri, savunma mekanizmaları, ilgi alanları, sorun olarak gördüğü durumlar, geleceğe yönelik plan ve beklentilerinin olup olmadığı noktasında veriler elde ederek anlamak mümkündür (Kalıncara, 2016, s. 104- 106). Yaşla birlikte belli değişimler görülmektedir. Algılama, öğrenme, problem çözme gibi belleği ilgilendiren yetiler bunlardan bazılarıdır. (Eyüboğlu vd., 2012, s. 20). Bu değişimler yaşanırken yaşlı uyum sağlama süreci yaşar. Eski gücünü yitirmesi, öğrenmede yavaşlama,

karşılaştığı problemleri çözmekte zorlanma gibi durumlara alışması ve uyum sağlaması gerekmektedir. Sadece bu değişimlere uyum sağlamamaktadır. Bunların yanı sıra çocukların evden ayrılması, eşin kaybı, emeklilik gibi insanı ruhsal olarak etkileyen durumlara da uyum sağlamak zorundadır. Özellikle yas durumlarında insanlar zamanla kayıplarına alışabilmektedir. Fakat yaşlı bireyler için bu süreç kolay olmayabilir ve psiko-sosyal uyumda ciddi sorunlar yaşayabilirler (Yıldız, 20212, s. 13).

Psikolojik olarak yaşlanmada iki durumdan söz edilebilir. Bir yandan algılama, kavrama gibi durumlarda zorluk çekerken diğer yanda da “kişi hissettiği yaştadır” durumu vardır. Kişinin fizyolojik ve biyolojik herhangi bir rahatsızlık durumu yoksa kendini zinde sağlıklı hissediyorsa kendisini çevresindeki akranlarından daha genç görebilir (Şentürk, 2018, s. 105). Yaşanmışlıkların, deneyimlerin artıyor olması hem dünya üzerinde geçirilen zamanı arttırmakta hem de yaşla birlikte davranış değişikliğine sebep olmaktadır. Bu dönemde geçmişe özlem, gerçekleştirilememiş ideallere üzülmeye söz konusudur. Aynı zamanda zeka, hafıza ve duygularda değişim de meydana gelmektedir (Kalınkara, 2016, s. 9). Yaşla birlikte artan kısıtlamalar da söz konusu: hızın azalması, dikkat toplama zorluğu, problem çözme yetisinin zayıflaması vb. Fakat zihin sağlıklıyken akıl yürütme, muhakeme, karar verme gibi yetiler sağlam kalabilmektedir (Aki-Erden, 2019, s. 28). Cicero yaşlılıkta hafıza konusunu örneklerle açıklamaktadır. Ona göre yaşlı birisi hazineye sahipse bunu gömdüğü yeri unutmaz. Yaşlılar bir iş edindilerse, önemli bir tarih varsa, birilerinden alacakları varsa ya da birilerine verecekleri varsa bu kişilerin kim olduğunu unutmaz, akıllarında tutarlar. Ona göre yaşlıların aklına bir şey olmaz, yeter ki yaptıkları eylemlere devam etsinler (Cicero, 2021, s. 17). Yine Cicero’ya göre yaşlılarda gençlere ait özelliklerin bulunması iyi bir şeydir. Bu şekilde düşünen yaşlı, beden olarak yaşlansa da ruh açısından yaşlanmaz (Cicero, 2021, s. 24).

Yaşlanmanın Toplumsal Boyutu

Toplumsal yaşlanma, kronolojik yaşla birlikte kültürel olarak eşleşen norm, değer ve rollerden oluşur. Toplumsal yaşla ilgili düşünceler toplumdan topluma da değişiklik göstermektedir. Çin gibi ülkeler yaşlıları bilgelik kaynağı olarak görürken, ABD gibi ülkeler ise yaşlıları teknolojiden uzak, üretken olmayan bağımlı insanlar olarak görmektedir (Giddens, 2012, s. 223-224). Yaşlılığın toplumsal boyutu değişen dünya düzenine göre şekil almaktadır. Sanayileşme ve kırdan kente olan göçler toplumsal düzende birçok değişimler meydana getirmiştir. Bu değişim herkesi derinden etkilediği gibi yaşlı bireyleri de etkilemiştir. Modern araçların ortaya çıkışı, eski mesleklerin yok olması, ailelerin geniş aileden çekirdek aileye dönüşmesi, eğitim düzeyinin artması, kente gelen yaşlıların sosyal statülerinde ciddi değişimlere sebep olmuştur. Yaşlılar bu süreçte karşılarına çıkan zorluklarla yüzleşmek ve mücadele etmenin yollarını aramak zorunda kalmışlardır. Bu süreçte sosyal destek sistemlerinin devreye girmesi oldukça önemlidir (Altındağ, 2020, s. 71-72). Toplumsal Yaşlanma: Toplumu inşa eden insanın kendisidir ve birey toplum sayesinde insan olur ve toplumla, toplum içinde varlığını sürdürür. İnsan kendi normunu üreten, kurallar koyan, ölçütler oluşturan tek canlıdır. Adet, gelenek, töre, ahlak, din hukuk gibi kurumları kuşaktan kuşağa aktarır. Yaşlı birey aynı zamanda dünyanın gencidir ve bu yüzden yaşlılığı benimsemesi daha zordur. Her toplumun her geleceğin yaşlıya, yaşlılığa bakış açısı farklıdır. Bu yüzden yaşlanma toplum aracılığıyla toplumsal bir süreç olarak bilinir (Kalınkara, 2016, s. 108-109).

Cicero bazı yaşlıların halsiz ve hiçbir işle uğraşmadığını söyleyenlerin olduğunu belirtir. Ancak, bunun yaşlılığın özelliği değil de sağlıkla ilgili bir durum olduğunu ifade eder. Yaşlıyı kötü gösteren hastalığın ya da halsizliğin herkeste görülebilir bir durum olduğunu anlatmaktadır (Cicero, 2021,

s. 23). Yaşlılar insanların gözünde somurtkan, tasalı çabuk kızan, huysuz insanlardır. Bunların da yaşlılığa ait bir özellikten ziyade insanların huyu olduğuna vurgu yapmaktadır (Cicero, 2021, s. 37). Cicero toplumda var olan olumsuz yaşlı algısının dışında bir resmi bize sunmaktadır.

Her toplumun yaşlılara bakışı farklılık göstermektedir. Her ne kadar modern toplumla beraber yaşlının aile içerisindeki statüsünün azaldığından söz edilse de eski değerini korumaktadır. Özellikle bizim toplumumuzun muhafazakâr bir toplum olması da bunda etkilidir. Yaşlı bizim toplumumuzda hürmet gösterilen, saygı duyulan, sözüne önem verilendir. Genellikle herkes yaşlının bulunduğu bir ortamda yaşlının sözünü kesmemeye, hizmette öncelik vermeye, evin en kıymetli yerini paylaşmaya önem göstermektedir. Yaşlı bizim toplumumuzda önemli bir konumda olsa da bu durum toplumlara göre farklılık gösterebilmektedir. Bu farklılık da toplumların kültür, gelenek ve görenek gibi unsurlarından kaynaklanmaktadır.

Yaşlanmanın Kültürel Boyutu

Yaşlılık kültürel değerlere göre tanımlanmıştır. İnsanlar içinde bulundukları toplumun belirlemiş olduğu yaş ölçütlerine göre kendilerini yaşlı görerek ya da görmeyerek mevcut yaşlarının gerekliliklerini yerine getirmişlerdir. Yaş; insanların sosyal olarak farklılaşmasında ve sınıflandırmaya gitmelerinde evrensel bir ilke olup bununla beraber yaşlanma da kaçınılmaz ve geri döndürülemez bir süreçtir. Toplumsal cinsiyet gibi yaş gruplandırılması da kimin yaşlı olduğu ya da hangi yaşam evresinde olduğu kültürel değerler tarafından inşa edilir. Birçok toplumda insanların toplumsal statüsü, cinsiyetine bakılmaksızın yaşlandıkça yükselir (Bulut ve Tunçay, s. 29). Her kültür de bireyler yaşlandıkça kültürel olarak o topluma uygun olmayı öğrenir (Fung, 2013, s. 374).

İnsanların bulunduğu her yaşın sınırları yaşın getirmiş olduğu sorumlulukların bulunduğu toplumun değerleri tarafından belirlenmektedir. Dolayısıyla hem orta yaşa erişen yetişkinlerin davranış sınırları hem de ileri yaştaki bireylerin davranış sınırları kültürel değerler tarafından inşa edilir. İnsanlar da bulundukları kültürel değerlerin yaşlarına yüklemiş olduğu rol ve sorumluluklar aynı zamanda sınırlılıklar neyse ona göre davranırlar. (Bulut ve Tunçay, s. 30).

Yaşlının değeri kültürlere göre farklılık göstermektedir. Eskimolarda ulaşım için köpeklerin çektiği kızak kullanılmaktaydı. Grubun hareketine engel olan yaşlı kadınlar yanlarına biraz yiyecek bırakılarak yolda ölüme terk ediliyorlardı. Bolivya'da yaşayan Sirianoralar sürekli açlıkla yüzleşmekteydi. Bu yüzden yiyecek dağıtım sırasında çocuklar, yaşlı anne babalarını ihmal ediyorlardı. Asya'da Moğol kökenli Aleutlar Aleut Adasında yaşamlarını sürdürürlerdi. Balık tüketerek beslenen Aleutlar zaman zaman yiyecek bulamayıp aç kalırlardı. Yiyecek bulamama ve ekonomik güçlük yaşamlarına rağmen yaşlılarını ölüme terk etmezlerdi. Yaşlılarına yardım etmek ve gerektiğinde yaşlıları için kendilerini feda etme düşüncesi vardı. (Arslan, 2015, s. 18-21). Japonya ve Çin gibi toplumlar yaşlıyı bilge insan olarak görmektedir. Birleşik Krallık ve ABD gibi toplumların ise yaşlıları üretken olmayan ve bağımlı insanlar olarak görmesi daha olası olan bir durumdur (Giddens, 2012, s. 224). İnsanlar nasıl bir toplum ve ailenin içine doğuyorlarsa aynı zamanda kültürün içine de doğarlar. İçinde bulundukları kültürden dolayı kimi yaşlılar ailede, kabilede, toplumda fazlalık ve tüketim kaybı olarak görülürken kimi toplumlarda da bilgili, bilge, saygı duyulan, hürmet edilen kişi olarak görülmüştür. Kültürün vermiş olduğu kodlarla beraber yaşlı birey toplumda ya iyi bir yer ya da hak etmemesi gereken bir yer işgal etmiştir. Yaşlının gelecek yaşantının toplum içinde nasıl geçeceğini belirlemede kültür önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır.

Yaşlanmanın Kuramsal İzahı

Aktivite (Etkinlik) Kuramı

Aktivite kuramı makro bir kuramdır. Bu kuram yaşlılık döneminde ortaya çıkan bazı kayıplarla kazançların birbirini tamamladığını söyler. Emeklilikle birlikte yaşanan kayıplar gönüllülük faaliyetleri ile ya da herhangi bir etkinlik ile bu kayıp giderilmektedir. Bu kuramda etkinliklerin ve meşguliyetlerin başarılı yaşlanmaya giden yolu gösterdiğini iddia eden bir bakış açısı vardır (Şentürk, 2018, s. 124). Aktivite kuramına göre, yaşlının etkinlik durumunu, eskiden yaşadığı yaşam şekli, sosyoekonomik durumu ve sağlık düzeyi belirlemektedir. Yaşlı bireyin yaşam içindeki etkinliğinin azalması ile birlikte yaşlının toplumdan elini çekmesi toplumsal etkileşimini azaltmaktadır. Aktivite kuramı ilk olarak Burgess, Cavan, Havighurts ve Goldhammer'in 1949'da yaptıkları "yaşlılığa kişisel uyum" çalışması ile başlamıştır. Yaşlının etkinlik ve tutumunu kapsayan bu çalışma yaşlının erken dönemlerindeki faaliyetleri ile aktüel etkinlikleri arasındaki fark ve değişikliklerin öğrenilmesi amaçlanmaktaydı. Bu kuram aktif olan yaşlıların, aktif olmayanlara göre daha iyi uyum sağladıkları ve daha çok tatmin oldukları görüşünü savunur. Biyolojik ve sağlıkla ilgili değişimleri bunların dışında tutarsak yaşlı bireylerin psikolojik ve sosyal ihtiyaçları orta yaşlılarla aynıdır. Aktivite kuramı insanların aktif oldukları ölçüde yaşamdan haz duyacağı görüşüne dayanır (Kalınkara, 2016, s. 27-29).

Aktivite teorisi insanların iyi ve sağlıklı şekilde yaşlanması için aktif yaşamını ömür boyu koruması gerektiğini söylemektedir. Bu teori yaşlı bireylerin daha mutlu ve huzurlu yaşam için aktifliğini koruması gerektiğini savunmaktadır. Eğer birey mutsuz bir yaşlılık sürüyorsa bunun sorumlusunun kendisi olduğunu vurgulamaktadır. Aksine aktif olmayı isteyip fakat koşulların yetersizliği sebebiyle aktif olamayan bireylerin nasıl aktif olacağının cevabını teorinin veremediği

düşünülmektedir. Aynı zamanda pasiflik yararlı olmayan ve istenilmeyen bir durum olarak görülmektedir. Çünkü bireyi mutsuz bırakacağı düşünülmektedir. Bir diğer iddiası ise, yaşlının emeklilik döneminde aktifliğini koruması gerektiği fikridir. Eğer gençlik dönemindeki sosyal ilişkiler devam ederse, kendisine de ihtiyaç duyulduğunu fark edecektir ve bu şekilde eski rollerinin yerine yenisini inşa edecektir (Tufan, 2001, s. 40-41; Tufan, 2002, s. 140; Canatan, 2008, s. 51). Aktivite kuramı, sembolik etkileşim varsayımlarına dayanmaktadır. Aynı zamanda bu kuram yaşlılığa olumlu yönde uyum sağlamayı, insanların kaybettikleri rollerinin yerine yenilerini üstlenme ve toplumdaki katılımlarını sürdürme ihtiyacına sahip olduklarını ileri sürer. Aktiviteye yönelik tutumlarımız ve beklentilerimiz formal katılım örüntülerimizden çok daha önemli olabilir. Emeklilikle ve artan yaşla birlikte bazı katılımları olanaksız hale gelse de aktivite kuramı insanların vazgeçmek zorunda kaldıkları eski rollerin yerine yeni rollerin, faaliyetlerin bulunabileceğini savunur (Kalıncara, 2016, s. 29-30).

Daha çok mikro ölçekte olup bireyi ve bireylerarası ilişkisini merkeze alan Aktivite kuramı, yaşlının pozitif olarak görülen yönlerine vurgu yapar ve bu yönlerinin daha da çok geliştirilmesi gerektiğini söyler. Bunu sağlayabilmek için yaşlı bireyin toplumdan kendini soyutlamaması gerekmektedir. Toplumdan kendini soyutlamayan birey emeklilikle birlikte kendine yeni roller edinir ve farklı aktivitelere katılım sağlar. Aktivite teorisyenleri ilişki kesme teorisyenleri gibi yaşlılıkta yani 60-65 yaşlarına gelindiğinde aktivite ve mutluluk düzeyinde ve yaşam doyumunda azalma meydana geldiğini kabul ederler. Karşı çıkılan ise işlevlerde meydana gelen azalmanın istenen bir durum olduğu fikridir (Üçok, 2018, s. 16-19). Bu kurama göre yaşlı bireyler biyolojik, fizyolojik ve sağlık dışında temelde orta yaşlı kişilerle aynılardır. Yaşlılıkta etkileşim azlığı toplumun yaşlı kişiden elini çekmesi ile meydana gelir.

Yaşlı birey orta yaş etkinliklerini olabildiğince uzun süre korumak ister ve korumaya çalışır yapamadığı noktada kendine yeni etkinlikler ayarlar. Sağlıklı olan yaşlıların çoğu etkinlik düzeyini oldukça basit tutar. Yaşlıların mutluluğu elde etme ve bulma durumları da fark göstermektedir. Kimileri mutluluğu yalnızlıkta ararken kimileri de kalabalıkta aramaktadır (Onur, 2006, s. 348-349).

Aktivite kuramı sürekli aktif bir yaşlıyı yansıtmaya çalıştığı fakat her yaşlının sürekli bir biçimde aktif olma durumu pek mümkün olmadığı için çokça eleştirilen bir yaklaşımdır. Bu teori yaşlılara aktifliği empoze etmeye çalışırken aynı zamanda gençlerin de sürekli olarak aktif olduğu yanılgısına düşmektedir (Tufan, 2001, s. 41; Tufan, 2002, s. 139). Moody'e göre aktif katılım daha yaşlı bireylerden ziyade daha genç yaşlı bireyler için uygun olabilir. Aktif yaşlanma ideali yaşamın son aşamasında olan yaşlıdan ziyade orta yaşlı olan yaşlılar için uygun görünmektedir. Son yıllarda ilerleme kaydedilse de toplum yaşlılar için sosyal katılımın önüne hala engeller koymaktadır. İşgücündeki yaş ayrımcılığı, orta yaş ve yaşlıların ikinci bir kariyer elde etmelerinin önünde engel teşkil etmektedir. Bu da Moody'e göre aktivite kuramının sınırlılıklarını oluşturmaktadır (Moody, 2010, s. 11). Hooyman ve arkadaşları, aktivite teorisini eleştirerek sosyal sınıf, cinsiyet, ırk ve yaşam tarzı, sağlık ve ekonomik durumun yaştan daha belirgin bir sınırlama olduğunu belirtmektedir. Hooyman bu bağlamda ortaya çıkan engellerin hesaba katılmadığından söz etmektedir (Hooyman vd., 2015, s. 144) Kalinkara, (yaşlı bireyler aktif ve katılımcı ise iyidir) düşüncesinin yaşlılardan çok gençlere daha uygun olduğunu belirtir. Buna Alzheimer hastalığından örnek verir. Bazı hastalıklar ne kadar uğraşılsa da ortadan kalkmaz. Gönüllü çabalar olsa da biyolojik kısıtlamalar aktifliğin önüne geçebilmektedir (2016, s. 30).

Yaşamdan Geri Çekilme (İlişik Kesme) Kuramı

Bu kuramda, yaşlı bireyin birtakım sebeplerden dolayı yaşamdan geri çekilmesinden söz edilmektedir. Fiziksel, sosyal, psikolojik birçok sebepten dolayı kişi yaşamdan çekilmekte; bu sebepler de kişiyi pasif konuma düşürmektedir. Kuramın savunucularına göre bu iyi bir durumdur çünkü yaşlı mutlu, huzurlu ve sakin yaşamına adım atmıştır ve bu çekilmeyle birlikte toplumda bir kan tazelenme durumu söz konusu olmaktadır. Kuram aşamalı olarak bir geri çekilmekten söz etmektedir. Yaşlıların hem ekonomik ilişkilerinde hem toplumsal etkileşimden geri çekilmesi söz konusudur. Bu durum yaşlı bireyler için fayda sağlayan bir durumdur çünkü bir evreden diğer evreye yumuşak bir geçiş sağlamaktır (Şentürk, 2018, s. 119-120).

Bu kurama göre yaşlılık, emeklilikte olduğu gibi, bireyin ve toplumun karşılıklı ayrılma yaşadığı bir döneme karşılık gelmektedir. Kuramın geliştiricilerinden olan Elaine Cumming ve William E. Henry yaşlı bireylerin biyolojik, psikolojik ve sosyal açılardan toplumdaki aşamalı olarak çekildiğini ileri sürmektedir. Azalan roller ve kayıplarla birlikte hem yaşlı birey hem toplum birbirlerinden elini çekerler. Kuşaklararası ilişki kesmenin yaygın olduğu toplumlarda özellikle gence, başarıya daha çok önem veren bir anlayış hakimdir. Yaşamdan geri çekilme yaşlıyı sosyal bağlarının zayıflamasıyla gerçeği zihinsel olarak çabuk kabullenen, değişimlere tepki göstermeden kabullenen birey olarak görür. Bu kurama göre emeklilik, iş organizasyonlarının iş güçlerinde toplumsal yapı ve kurumların her birinin statükoyu sürdürmesinde gerekli işlevleri yerine getirmektedir. Bu görüşüyle yaşamdan geri çekilme kuramı yapısal işlevselci bir bakış açısına sahiptir. Aynı zamanda bu kuram yaşlanan bireylerin eylemlerini ve toplumun yaşlanan insanlara karşılık vermedeki aksiyonunu ele alan bu kuram makro ve mikro konuları da birleştiren bir kuramdır (Kalıncara, 2016, s. 31-33; Onur, 2006, s. 348; Canatan, 2008, s. 49).

Yaşlılığa ilişkin en eski kuramlar 1950 ve 1960'larda sosyolojide ön planda olan işlevselci yaklaşımı yansıtmaktadırlar. Bu kuramlar insanların yaşlandıkça değişen toplumsal rollere nasıl uyum sağladıklarına bakmaktadır. 1950'lerin en etkili işlevselci kuramcılarından biri olan Talcott Parsons toplumun yaşlıların yaşlarına uygun roller bulması gerektiğini ifade eder. Parsons yaşlıların sağlıklı bir şekilde hayatlarına devam etmeleri için değişen yaşam koşullarına uyum sağlamaları gerektiğini savunur. Aynı zamanda toplumunun yaşlıya sahip olduğu toplumsal rolleri yeniden vermesi gerektiğini düşünür (Giddens, 2012, s. 224-225). Sadece geri çekilme değil, "aktivite", "süreklilik", "toplumsal rol/yaş" ve "modernleşme" kuramlarının hepsi yapısal fonksiyonel kuramın bakış açısından ve terminolojisinden etkilenmiştir. Yapısal fonksiyonel kuram gerontoloji üzerinde önemli bir etki oluşturmuştur. Makro düzeyde olan bu kuram toplumun nasıl devam ettiği ve geliştiği üzerinde durur. Kuram toplumu insan vücuduna benzetmektedir. Vücudun ne şekilde çalıştığını anlamak için organların nasıl işlediğini bilmek gerekmektedir. İşlevselciler, bu yaklaşıma göre toplumu biyolojik bir sisteme benzetilir. Bireysel parçaların her biri sistemdeki diğer değişimlere cevap verir. İşlevselcilik, toplum düzenini oluşturma ve devamlılığı üzerinde duran doğal ya da biyolojik bilimlere benzetilir (Şentürk, 2018, s. 116-117). Yaşlı bireyler için ilişki kesme, oynanan rollerin, var olan ilişkilerin azaltılması sürecini işaret eder. Bu şekilde yaşlılar ölümle rahatça karşı karşıya gelebilirler. Toplum da ilişkiyi kesmeyi destekler ve bu şekilde yaşlıların yapmış olduğu bazı işlevler gençlere aktarılabilir (Onur, 2006, s. 348-349).

Pek çok eleştirmen, bu teorinin toplumsal ve sağlık politikalarından dolayı yaşlılar üzerinde olumsuz etkisi olduğunu savunmaktadır. Yaşlıları toplumdan tecrit etme ve diğer olanaklardan uzak tutmanın temelinde geri çekilme teorisi vardır. Huzurevlerinin şehrin uzak yerlerine inşa edilmesi

bir tecrit örneği olarak verilmektedir (Görgün-Baran, 2012, s.145). Kuramın doğru işaret ettiği yerlerinin yanı sıra yanlış örnekleri de vardır. Emeklilik dönemi, eşin ölümü ya da evdeki çocukların evden ayrılması ile yaşlı bireyler bazı sosyal rollerini kaybetmektedirler. Ancak bazı yaşlılar bu kayıpların yerine yeni roller edinerek doldurabilmektedir. Emeklilikle birlikte insanların alışmış oldukları düzen değişmektedir. Yaşlılar için hem gençlerin yerlerine tercih edilme durumu hemde iş kaybı, mesai saatlerinde artık boş kalmaları yaşamdan geri çekilmelerine sebep olabilmektedir. Ancak kazanılan yeni rollerle yaşamlarına devam edebilmektedirler. Torunla zaman geçirme, yeni bir hobi edinme, tekrardan işe girme durumu yeniden rol kazanmalarına yardımcı olmaktadır. Bu durumda yaşamdan geri çekilmelerinin önüne geçmektedir. Bu kurama getirilen diğer bir eleştiri de sadece erkekler üzerinden yorumda bulunmaları olmuştur. Cinsiyet değişkenini göz ardı ettiği için eleştirilmektedir (Kurtkapan, 2018, s. 257). Ayrıca bu teori bireysel tercihleri, kültürü, kişiliği hesaba katmadığı için de eleştirilmiştir. Diğer bir eleştiri de bazı yaşlıların aktif iş yaşamına devam edebilmesidir. Bu da geri çekilme teorisinin zayıf yönünü oluşturmaktadır (Hooyman vd., 2015, 145)

Süreklilik Kuramı

R.C. Atchley tarafından geliştirilen bu kuram, yaşlılıkta bazı rollerle ilişkinin kesilmesine ve aynı zamanda bazı rollerde başarının sürdürülmesine dayanmaktadır. Yaşlı birey kaybettiği rollerinin yerine yenisini koymaya çalışarak çevreye, topluma uyum sağlamaya çalışmaktadır. Bu teoriye göre, yaşam doyumu başarılı yaşlanma ile paraleldir. Kişi yaşamı boyunca çekingen, içine kapanık biriyse yaşlandığında da durum aynı şekilde devam etmektedir. Yine yaşamı boyunca aktif olan kişilerde yaşlandıklarında sessizce evde oturmazlar (Kalınkara, 2016, s. 37). Süreklilik kuramına göre

yaşlı birey yaşam boyu geliştirdiklerini koruma altına almak ister. Kişinin yaşlılıkla mücadele edebilmesi için daha aktif olması gerekmektedir. Kişinin çocukluk ve yetişkinlik döneminde yaşamış olduğu hayat önemlidir. Sağlığı, evlilik durumu, yaşam olanakları, hayatında var olan olumlu gelişmeler uzun ve kaliteli bir yaşlılık süreci sürdürmesi için önemlidir (Şentürk, 2018, s. 129-130).

Süreklilik teorisine göre, yaşlanma değişim açısından kaçınılmaz ve aynı zamanda evrimci dinamik bir süreci de işaret eder. Yaşam deneyimlerini destekleyecek sosyal ilişkiler ve sosyal çevre gerektirir. Yaşlıların yaşam aktivitelerini sürdürmesi iyi bir çözüm olarak düşünülürken, sosyal, psikolojik ya da fiziksel faktörler bunları sürdürmeye engel olabilir (Canatan, 2008, s. 53). Süreklilik kuramı, yaşlılığın karmaşık süreçlerini daha geniş açıdan bakmayı gerektirmiştir. Kuram yaşlılıkta bazı rollerle ilgili ilişkinin kesilmesi, yine bazı rollerdeki başarının sürdürülmesi bileşimine dayanmaktadır. Bireyler yetişkinen bazı alışkanlıklar, tercihler geliştirirler ve bunlar gün geçtikçe kişiliklerinin bir parçası haline gelir. Birey yaşlandıkça da bu özelliklerin sürekliliğini korumaya yönelir. Süreklilik kuramı yaşlılığın karmaşık olduğunu ya da karmaşıklığını vurgulayan bir kuramdır (Onur, 2006, s. 350-351). Süreklilik teorisi geri çekilme ve aktivite teorilerinin sonucunda sosyal psikoloji kökenli olarak üçüncü bir yaşlılığa uyum teorisi olarak karşımıza çıkar. Bu teoriye göre yaşlının sahip olduğu eski ve yeni roller yer değiştirir. Yaşlı bireyler başarılı yaşlanmaya çalışırken kendi normlarını kendileri oluşturmalarıdır (Canatan, 2008, s. 53-54).

Süreklilik kuramına getirilen eleştiri yaşlılarla ilgili psikolojik ve biyolojik olarak bireylerin gerçekleştirdiği eylemleri ölçmenin zorluğudur. Bu eylemlerin ampirik olarak ölçülmediğinden bahsedilmektedir. Aynı zamanda süreklilik teorisi bireye odaklanarak sosyal, ekonomik, tarihsel ve politik durumları gözden kaçırdığı için de eleştirilir. Diğer bir

eleştirir ise bu kuramın normal yaşlanmayı ele alıyor olmasıdır. Kronik rahatsızlığı olan yaşlıları göz ardı ettiği için eleştirilmektedir (Hooyman vd., 2015, s. 146).

Etiketleme Kuramı

Kişinin çevresinde ve içinde yaşadığı toplumla etkileşimi ile birlikte zengini, yoksulu, genci, yaşlısı, başarılısı gibi toplum tarafından atfedilen etiketler yaşanan yere göre yeniden üretilmektedir. Bu etiketlere bağlı olarak kişinin yaşamı belirlenmektedir. Kişi ona verilen etiketle yaşamını sürdürmektedir. “Yaşlı” ve “yaşlılık” da toplumsal bir etiket biçimidir. Emekli olana, aktif yaşamdan çekilene toplum bu kavramları kullanmıştır. Bu etiketlenmeyle birlikte yaşlı etiketin ona sunmuş olduğu kurallar çerçevesinde bir yaşam sürmeye başlar. Daha genç ve sağlıklı toplumlarda yaşlılık bir sapma ya da damgalama durumu olarak görülebilir. Yaşlı insanlarla çalışan kişilerde damgalı gruba dahil oldukları için sorunlu kişiler olarak görülmektedirler. Kurama göre kişi kendi ile ilgili bilgileri çevresinden elde eder. Yani yaşlı insanların nasıl bir durumda olacağı diğerlerinin tavrına bağlıdır (Şentürk, 2018, s. 151-154). Etiketleme teorisi sembolik etkileşimcilik etrafında gelişen Durkheim ve Simmel’den itibaren sosyal bilimlerin önemli sorunlarından biri olan “sosyal normlardan sapma” konusundaki önemli yaklaşımlardan biridir. Etiketleme teorisinin öne sürmüş olduğu görüşler, sosyal psikolojide benlik kavramının şekillenmesinde diğerlerinin rolünü vurgulayan görüşlerle benzerlik göstermektedir (Göksu ve Karakaya, 2009, s. 28).

Bu kuramın en çok eleştirilen tarafı sapkın eylemlerin kaynağının ihmal edilmesidir. Ayrıca bu kuram alkol bağımlılığı, uyuşturucu bağımlılığı, sokak çetesi üyeliği gibi sınırlı düzeydeki davranışları ele aldığı için de eleştirilmiştir (Kızmaz, 2005, s. 168). Ayrıca etiketleme kuramı suç olgu-

sunu, bireyin etiketlenmesi ve hukuki olaylar üzerinden ele aldığı için eleştirilir. Diğer yandan bu kuram hangi şartlara göre damgalamanın suç olduğunu açıklamadığı için de eleştirilmektedir (Kızmaz, 2005, s. 170).

Modernleşme Kuramı

Modernleşme kuramı, modernleşen dünyada daha çok yaşlıların yapabildiklerine odaklanmaktadır. Bu kuram değişen teknoloji ve dünya ile yaşlıların yapabildiklerinin aynı olmadığını savunmaktadır. Var olan değişime ayak uyduramayan yaşlılar modası geçmiş bireyler olarak görülmekte, bu da yaşlının saygı, sevgi, ait olma ve tanınma gibi gereksinimlerini tehdit etmektedir. Oysaki yaşlılara geleneksel toplumlarda yaşam birikimleri ve bilgilerinden dolayı daha çok saygı duyulmaktadır. Toplumda önemli konumda yer almaktadırlar. Modernleşme kuramı makro bir kuramdır. Bu kuramda toplum modernleştikçe yaşlının konumunda bir gerileme olduğu düşünülür. Geleneksel toplumlarda yaşlıya değer verilir. Yerleşik yaşama geçişle birlikte yaşlının önemi artmıştır. Özellikle tarımsal konular hakkında yol göstermesi ve bilgileri değerliydi. Toprak gücünü ve otoritesini elinde tutuyor olmak yaşlı bireye bir güç sağlamıştır. Sanayileşme ile birlikte yaşamda meydana gelen değişimler, ailelerin küçülmesi, teknolojinin artması her şeyi daha ulaşılır hale getirmiş ve bilgelige, tecrübeye daha az değer verilir duruma gelmiştir. Bundan dolayı yaşlılarda statü ve güç kaybı gerçekleşmiştir (Kalınkara, 2016, s. 34-35). Yaşlı bireylerin zaman içindeki değişimleri farklı toplumlarla mukayese edilerek anlaşılmaya çalışılır. Endüstrileşme toplumsal açıdan bakıldığında olumlu bir değişimken yaşlı bireyler için aynı olumlulukta değildi. Sanayileşmenin artışı ile birlikte yaşlıların statülerinde gerileme meydana geldi. Yaşlılar modernleşme ile birlikte anlam

kaybına uğramaya başladılar. Yani modernleşme ile yaşlı statüsü arasında ters orantı kurulmaya başladı (Tufan, 2002, s. 146-147).

Geleneksel toplumlarda yaşlılar söz hakkına sahip, sözüne güvenilen kişilerdi. Aile içerisinde yaşlılara saygı yaş ilerledikçe artardı. Sanayileşmiş toplumlarda bu durumun tersine hem aile içerisinde hem de toplumun gözünde yetkiden yoksun olmaya başlamışlardır (Giddens, 2012, s. 218). Değişen teknoloji ile birlikte yaşlıların rollerinde de değişiklikler yaşanmıştır. Geleneksel toplumlarda yaşlılar bilge, saygı duyulan kişi olarak görülürken modern toplumla beraber statüleri sarsılmaya başlamıştır. Teknolojinin hayatımıza girmesi ve sanayileşme ile beraber yaşlılar “modası geçmiş” bireyler olarak görülmeye başlamıştır. Saygı duyulan bir konumdan elinden iş gelmeyen bir konuma doğru değişim yaşamıştır (Çataloğlu, 2018, s. 27-28). Modernleşme kuramına getirilen ilk eleştiri emekliliğin modern öncesi toplumlarda da var olduğuna değinmesidir. İkinci eleştiri ise yaşlıların modern dönemde statülerinin kültürlere göre değişmesidir. Üçüncü eleştiri ise sosyo-ekonomik duruma ve cinsiyet değişkenlerine fazla önem vermemesiyle ilgilidir (Aktaran: Kurtkapan, 2018, s. 254-255).

Rol Kuramı

Rol bırakma kuramı sosyolog Z.S. Blau tarafından önerilmiştir. Blau emeklilikle ve dullukla beraber yaşının toplumun temel kurumsal yapılarına katılımının sona erdiğinden söz eder. Buna bağlı olarak da yaşlıları toplumsal bakımdan yararlı kılan olanaklarda azalma görülmektedir. Sosyolog Irving Rosow, benzer bir şekilde birleşik devletlerde insanların yaşlılığı etkili bir biçimde toplumsallaştırmadıklarını savunur. Yaşlılıkta var olan toplumsal normlar zayıf, belirsiz ve sınırlıdır (Onur, 2006, s. 349). Kuram Cooley ve Mead ta-

rafından geliştirilmiştir. Parsons ve Linton da sosyal davranışın fonksiyonu ve yapısı arasındaki ilişkiyi eklemiştir. Bu kurama göre bireyin içinde bulunduğu tutum, değer ve inanç o bireyin sosyal çevrede oynadığı rol ile ilintilidir. Sosyal roller, sosyal çevre ile psikolojik süreçler arasında köprü görevi görmektedir. Yaşlıların karşılaşmış olduğu güçlüklerin hiçbirisi onların kişisel yetersizliklerinden değil rol normlarındaki yetersizliklerin sonucu olarak ortaya çıkmaktadır (Kalınkara, 2016, s. 38-39). Yaşam doyumuyla ilgili toplumsal araştırmalar yaşlıların çoğunun çok az toplumsal eğitim hissettiklerini ya da hiç hissedemediklerini göstermektedir. Yaşlıların çoğu da işlerini ve ana babalık rollerini yitirmelerine karşılık, özgürlüğün ve eskiden beri istedikleri şeyleri yapma olanağının artması olduğunu belirtmiştir (Onur, 2006, s. 349). Rol kaybetme kuramı temelde kişinin tutum, değer ve inançlarının doğrudan o bireyin sosyal çevre ile psikolojik süreçleri arasında köprü görevi üstlendiğini belirtmektedir. (Demirel, 2017, s. 12).

Yaş normları kuşaktan kuşağa aktarılmaktadır. Bu şekilde insanlar o yaşın getirmiş olduğu beklentiyi karşılamakta ve gereken rolü üstlenmektedir. Yaşlılıkla beraber bireyler anneanne, babaanne ve dede gibi roller kazanırlar. Diğer taraftan da eşin kaybı ile beraber eş rolünü kaybedebilmekte; bu şekilde dul ya da boşanmış şeklinde yeni roller kazanırlar. Yaşlıların bu yeni rollere uyum sağlaması önemlidir. Rollerden vazgeçmek zor olabilir. Mesela erkekler için sürücü rolünden vazgeçmek zor olabilir. Araba kullanmak erkekleri hem başarı hem de ailenin koruyucusu olarak gösterebilir. Sürücü rolünün kaybı ile beraber bu roller de kaybolmaktadır. Yaşlandıkça ortaya çıkan bazı rol kayıpları, kişinin kimlik duygusunu ve benlik saygısını aşındırır. Ancak bazı yaşlılar rol değişikliği ve ilişki kayıpları ile ilgili durumu yönetmenin yollarını bulurlar. Yaşla birlikte meydana gelen rol değişikliği mutlaka kayıp olarak görülmez. Mesela çalışan rolünden

çıkma bireye özgürlük ve rahatlama hissi verebilir ve emeklilik onun için bir kayıp olmaz. Son yıllarda çok sayıda başka teori geliştirilmiş olsa da, rol teorisi hala yaşlılıktaki kayıpları ve geçişleri anlamak için yararlı bir bakış açıdır ve günümüzde hala geçerliliğini korumaktadır. (Hooyman vd., 2015, s. 142-143).

Yaşam Seyri Kuramı

1990'lı yıllardan itibaren yaygınlaşan yaşam seyri yaklaşımına göre yaşlılık deneyimlerini belirleyen, insanın yaşam boyunca deneyimlediği avantaj ve dezavantajların bütünüdür. Olumsuz yaşam olaylarını görüp geçiren kişilerin yaşlılığı da bu durumdan etkilenmektedir. Kişilerin içine doğduğu aile, çevresi, eğitimi, yaşamları boyunca yapıp ettikleri şeyler de yaşlılık dönemini belirleyen unsurlardır. Bu yaklaşım yaşlıları homojen bir grup olarak tarif eden ve yaşlılığa ilişkin evrensel bilgiler üretme iddiasında olan gerontoloji bilimine karşı çıkar (Koçabaş- Yanardağ, 2019, s. 92). Yaşam seyri teorisi, insanların hayatlarını doğumdan ölüme kadar şekillendiren çoklu faktörleri anlamaya çalışan, disiplinlerarası bir teoridir. Teori kronolojik yaş, ilişkiler, ortak yaşam geçişleri, yaşam olayları, sosyal değişim ve insan gücü gibi insanların hayatlarını şekillendiren doğumdan ölüme kadar olan tüm olay ve olguları içine alır (Hutchison, 2011, s. 1586).

Yaşam seyri teorisi organik büyümeye benzetilmesinden yararlanılarak gerek insanların gerekse doğanın yapısında var olan değişmeyi başlangıçtan bitişe kadar olan süreyi açıklamaya çalışmaktadır (Uçan, 2003, s. 42). Yaşam seyri teorisi kişilerin toplum içinde yaşamlarını nasıl devam ettireceklerini düşünme şekline ve bireylerin gelişimleri ile ilgili karar vermeye yardımcı olacak bir teori olarak dikkate alınmaktadır (Kaya, 2020, s. 38). Bir kişinin yaşam boyunca karşılaştığı, birbiriyle ilişkili olayların seyri olarak tanımlanabilecek

davranış ve deneyimlerin, kavramsal açıdan durumların bir-biriyle bağlantısının dizisi olan yaşam seyri üzerine yapılan araştırmalar, yaşam döngüsünde tüm etkileri ve deneyimleri görmek ve etkilerini incelemek amacıyla sıklıkla kullanılmıştır (Osunluk, 2004).

Yaşam seyri teorisi son dönemlerde ortaya çıkmıştır. Antropoloji, psikoloji, sosyoloji, tarih gibi birçok farklı disiplinler teori ile ilgilenmiştir. Sosyolog Glen Elder Jr. yaşam seyri teorisinin ilk yazarlarından biriydi ve devam eden gelişiminde merkezi bir rol oynamaya devam ediyor (Hutchison, 2011, s. 1586). Yaşam seyri perspektifiyle yapılacak olan çalışmalar, yaşlanmayı sanki bir tehdit, olumsuz bir yaşam evresi gibi algılamaktan çıkaracaktır (Arun, 2019, s. 86). Bugün yaşam seyri perspektifi bazı çalışmalardaki önde gelen teorik yönelimlerden biridir. Bireylerin ve grupların yaşam öyküleri ve gelecekteki yörüngeleri erken zaman sosyolojik araştırmaları tarafından ihmal edilmisti sonraları çalışmalar sosyologlar tarafından (Florian Znaniecki ve W.I. Thomas) şiddetle savunuldu (Elder, Jhonson ve Crosnoe, 2003, s. 3).

Yaşlılıkla birlikte yaşam seyri perspektifi de sosyolojinin alt alanını oluşturmaya başladı. Bu kavram insan yaşamındaki gelişmeler ve etkileşimlerle ilgilenir. Yaşam süresi boyunca işte çalışmak, evlenmek, boşanmak ve emekli olmak gibi olayların, geçişlerin ve rollerin varlığına işaret eden bir bakıştır (Duane, 2013, s. 53-54). Yaşlanma dediğimiz olgu yaşam boyu süren pratiklerden ve deneyimlerden bağımsız olan bir süreç değildir. Yaşlılık algılandığı gibi kayıpların bütünü değildir. Yaşlılık toplum içerisinde cinsiyet, etnisite, eğitim, politika gibi birçok alanda farklılıklar gösteren bir bütünü oluşturur (Arun, 2019, s. 82).

Yaşam seyri perspektifi, yaşlanmayı bir yaşam boyu fenomeni olarak görür ve yaşlanmaya bağlı gelişimsel etkileri tanır. Yaşam seyri perspektifi, sürekliliği tanıyarak daha den-

geli bir yaşlanma görüşü sunar (Stowe ve Cooney, 2015, s. 45). Yaşam seyri yaklaşımının amacı;

- (a) İnsanlar arasındaki karşılıklı bağımlılığı, sosyo-çevresel faktörleri incelemek.
- (b) Genellikle sosyal olarak yaşam döngüsü aşamalarına göre katmanlandırılan toplumları, inşa edilmiş rolleri ve grupları incelemek.
- (c) Ard arda doğum ile insani gelişmelerle birlikte yaş durumlarını birbirine bağlayan grupları incelemektir (Duane, 2013, s. 54).

Yaşam seyri perspektifinin literatüre sağlamış olduğu en önemli katkı bireyin toplum içinde yaşam boyunca nasıl yaşlandığını ortaya koymuş olmasıdır (Arun, 2019, s. 83). Yaşam boyu perspektifinin önemli çıkarımları vardır gerontolojik çalışmalar için. Yaşlanma sürecini anlamamızı sağlayan zamanı ele almaktadır. Teorik olarak baktığımızda ise birçok disiplinde geniş bir fikir birliği bulunmaktadır. Sosyal ve tıbbi bilimlerde (biyoloji, genetik, tıp, halk sağlığı ve epidemiyoloji) yaşlılık fenomenlerini ve yaşlanma süreçlerini anlamak için yaşam boyu perspektifini anlamak da önemlidir (Iglesias vd., 2010: 3). Yaşam seyri yaklaşımıyla meseleye yaklaşmaya çalışmayanlar yaşlanma olgusunu ve yaşlılığı belli kronolojik çerçeve ile sınırlandırarak incelemişlerdir. Örneğin okuryazar olmayan yaşlı bir kadınla karşılaşıldığında onun yaşından dolayı okuryazar olmadığı zannedilmektedir. Okuma yazma bilmeyen yaşlı kadın 65 yaşını doldurduğunda yitirmiş olduğu bir durum değildir. Halihazırda zaten ömrü boyunca okuma yazma bilmemektedir (Arun, 2019, s.83). Boylamsal ve kesitsel araştırmaların bulgularına baktığımızda, kesitsel araştırmaların yaşam seyri ile ilgili yanılgılara düşebileceğini anlayabiliyoruz. Kesitsel araştırmalarda belirlenmiş olan yaş grubu eğitim düzeyleri açısından kıyas yapıp yaşlılar ile gençler arasında fark olduğunu bildirmek, buna bağlı olarak

da yaşlıların gençlere nazaran eğitim seviyelerinin düşük olması yaşam seyri yanılığısıdır. Buradaki yanlış yapılan şey ise gençlerin eğitsel şartları ve yaşlı bireylerin eğitsel dönem ve şartlarının bir tutuyor olmasıdır (Arun, 2019, s. 84-85).

Yaşam seyri teorisinin tanımlanmış 5 prensibi vardır. Bu prensipler:

1. Gelişim ve yaşlanma: Erken dönemlerde yaşanmış olan olaylar ve süreçler ilerleyen yaşamdaki tüm süreçleri ve bu süreçlerin ortaya çıkardığı sonuçları etkiler. Özellikle erken çocukluk döneminde sosyal, psikolojik ve çevresel tüm faktörler hem kısa hem de uzun vadede kişinin sağlık durumunu etkiler.
2. Yaşamlar birbiriyle bağımlıdır: Yaşam seyri kişinin içinde bulunduğu ailenin, toplumun ekonomik aynı zamanda sosyal koşullarının etkisi ile şekillenir. Bu süreç içerisinde ailenin oluşumu ve ebeveynlerin kendi aileleri içinde yaşadığı deneyimlerin etkisi ile şekil alır ve sonraki kuşaklara aktarılır.
3. Eylemlilik: Bu kavram kişilerin bulunmuş olduğu sosyal yapı ile tarihsel durumların etkisi ile birlikte kendi yaşamında sorumluluk alarak, kişiyi yönlendirecek kararlar ve bu konuda kendine güveni ile hayat seyrini yönlendirme konusunda aktiftir.
4. Tarih ve yer: Yaşam seyrini etkileyen tarihsel koşullar, hem sosyal hem ekonomik hem de kültürel olayları tanımlar. Yaşanılan coğrafya ve içinde bulundurduğu koşullar, toplumun sosyal normları ve demografik durumu yaşam seyrini etkiler.
5. Zamanlama: Yaşam seyrini, bireysel zamanlama, nesil zamanlaması, kohort zamanlaması, tarihsel zamanlamanın etkilediği görülmüştür (Sucaklı-Ayrancı, 2020, s. 3).

Bu kurama eleştiri olarak feminist gerontologlar yaşlılıkta yalnızca yaşam boyu edinilen avantaj ve dezavantajların

insan hayatını sürekli olarak etkilediği fikrine karşı çıkmışlardır. Gençliğinde avantajlı ve iyi bir hayat süren yaşlının neden statü ve güç kaybına uğradığını açıklamadığını sorgulamışlardır (Koçabaş- Yanardağ, 2019: 93).

Bu çalışmada yaşam seyri perspektifi temel alınmıştır. Yaşlıların yaşam seyri içerisinde çevre, aile, eğitim gibi faktörler yaşlıların yaşam seyrini etkilemektedir. Bu bağlamda farklı ekonomik düzeyde, farklı eğitim seviyesinde ve farklı çevrede yaşayan yaşlı bireyler çalışmaya dahil edilmiştir. Yaşlıların heterojen bir yapıya sahip olmaları çalışmanın bu şekilde tasarlanmasını gerekli kılmıştır. Yaşlanma yaşam boyu süren bir olgudur. Yaşlılık dönemi yalnızca kayıplardan ibaret bir dönem değildir. Bu dönem birtakım avantaj ve dezavantajların görüldüğü ve çeşitli kazanç ve kayıpların yaşandığı bir dönemdir.

Diğer Kuramlar

Bu bahsettiğimiz kuramların dışında kuram ve kavramlarda vardır. Bunlardan bazıları yaş ilişkileri kavramı, feminist gerontoloji kuramı ve sosyal yapılandırmacılık kuramıdır. Yaş ilişkileri kavramı üç boyuttan oluşmaktadır. İlk sosyal örgütlenme ilkesi, ikincisi farklı yaş gruplarının birbirine göre kimlik ve güç kazanması, üçüncüsü ise yaş ilişkilerinin diğer iktidar ilişkileriyle kesişmektedir. Yaş ilişkilerine odaklanmak, tüm konularımızın ve deneyimlerimizin yaşa dayalı güç ilişkilerine nasıl dayandığı hakkında daha fazla bilgi edinmemizi sağlar. Toplumların yaşa göre örgütlendiğine dair ilk iddia, bilim adamları tarafından geniş çapta belgelenmiştir. Yaş, grupları olduğu kadar bireyleri de tanımlayan ana statü özelliğidir. Toplumlar yaşa göre uygun davranış ve yükümlülükleri belirler. Yaş ilişkilerinin ikinci ve üçüncü boyutu, iktidar meseleleriyle daha yakından ilgilidir. Yaşlılık yalnızca diğer eşitsizlikleri alevlendirmekle kalmaz, aynı za-

manda diğer hiyerarşilerdeki avantajlarından bağımsız olarak 'yaşlı' olarak adlandırılan herkese bir güç kaybı bahşeden sosyal konumdur. Feministler, kadın ve erkek arasındaki sistematik farklılıklara işaret eder. Yaş ilişkilerini kuramsallaştırırken yaşlı bir kadın ile genç bir kadın olmak arasında sistematik bir fark olduğunu varsayar. Bu durum, yaşam seyrinin ve yaşlanma süreçlerinin önemini inkâr etmez, bunun yerine ırk, etnik köken, cinsellik, sınıf veya cinsiyet gibi eşitsizliklerin ötesinde yaşa dayalı ayrımcılık ve dışlamayı varsayar. Birinin 'yaşlandığı' nokta bu eşitsizliklere göre değişir. Yaşlılık otorite ve statü kayıplarını beraberinde getirir (Calasanti ve Slevin, 2006: 5-6).

Yaşlanma ile ilgili bir diğer kuramda Feminist gerontoloji kuramıdır. Feminist gerontoloji kuramına göre yaşam seyrini şekillendiren kadının ve erkeğin yaşlanma deneyimidir. Bu sebeple feminist kuramcılara göre yaşlanma süreçlerini anlamaya ve açıklamaya çalışan çalışmalar toplumsal cinsiyet üzerinden ele alınır. Bunu ele alırken özellikle yaşlı kadın nüfusun büyük bir kısmını oluşturan kadınlar önemli bir yer alır (Artan ve Irmak, 2018: 237). Feminist gerontologlar yaşlı kadınların sesinin duyulur olmasını hedeflemişlerdir. Bu sebeple çalışmalarında daha çok nitel yönetimi tercih etmişlerdir. Bu şekilde deneyim kavramını öne çıkarmayı amaçlamışlardır. Yaşlı kadınların deneyimlerini belgelemişlerdir. Bu belgelenen durumları feminist bir bakış açısı ile nasıl yorumlanması gerektiğini tartışmışlardır. Feminist gerontologların amacı yaşlılığı ele alarak bir farkındalık oluşturmaktır. Bu sayede yaşlı kadınların hayatlarını belirleyen eşitsiz sosyal ilişkileri ortaya çıkartarak yaşlıları güçlendirmeyi hedeflediler (Yanardağ-Kocabaş, 2019: 92).

Feminist teorisyenler, mekanizmaların kurumsallaştırılmasının, işgücü piyasası fırsatlarını sınırlayarak yaşamları boyunca kadınları nasıl dezavantajlı hale getirdiğine ilişkin

politik ekonomiye ve yaşam seyri perspektiflerine bir toplumsal cinsiyet boyutu eklediler. Feminist perspektifte göre, toplumsal cinsiyete dayalı eşitsizlikler ve yaşam boyunca kadınların ezilmesi, erkeklerin ve kadınların yaşlanma deneyimlerini farklı şekilde yapılandırdılar. Feminist gerontolojik teorilerin savunucuları, mevcut yaşlanma teorilerinin yetersiz olduğunu, çünkü yaşlanma deneyiminin merkezinde cinsiyet ilişkilerini içermediklerini iddia etmektedirler. Araştırma örneklerine, modellere ve erkeklerin deneyimlerinden elde edilen teorilere kadınları eklemek yetersizdir. Bunun nedeni, bu tür yaklaşımların hala cinsiyeti bireysel bir nitelik olarak görmesi ve erkeklerin, kadınların hayatlarını değerlendirmek için örtülü standart olarak görülmesidir. Bunun yerine feminist teorisyenler, özellikle yaşlı nüfusun çoğunluğunu kadınlar oluşturduğundan, yaşlanmayı anlama girişimlerinde cinsiyetin birincil düşünce olması gerektiğini ileri sürmüşlerdir. (Hooyman vd, 2015: 155).

Yaşlanmayla ilgili diğer bir kuram ise Sosyal yapılandırmacılık kuramıdır. Sosyal yapılandırmacılık kuramı, yaşlanmanın problem olarak tanımlanmasında kültüre ve topluma dikkat çekmektedir (Şentürk ve Altan, 2015: 26). Sosyal yapılandırmacı teori yaşın ve yaşlılığın toplumsal anlamının ve algılanışının toplumsal söylem üzerinden şekillendiğini ve bu durumun bireylerin yaşlanma deneyimlerini etkilediğini belirtir (Sever, 2020: 8). Sosyal yapılandırmacı kuram yaşama ilişkin olguların verili bir özü olmadığını ve toplum tarafından kurgulandığını belirtir. İnsanın deneyimleri yaşamış olduğu sosyo-kültürel yapı içerisinde anlam bulur (Aközer, Nuhrat ve Say, 2011: 105).

İKİNCİ BÖLÜM

YAŞLILARA YÖNELİK SOSYAL DESTEK MEKÂNİZMALARI

Bu bölümde yaşlılara yönelik sosyal destek mekanizmaları ele alınmıştır. İlk olarak konuyla bağlantılı olan problem çözme kavramının ne anlama geldiğine değinilmiştir. Devamında ise problem çözme becerisi, yaşlılarda problem çözmeyi etkileyen faktörler ve gündelik yaşamımızı etkisi altına almış olan Covid-19 bağlamında ortaya çıkan problemlere değinilmiştir. Problemi takip eden diğer önemli bir konu ise sosyal destektir. Yaşlılara kimlerin destek verdiği önemli bir konudur. Bu yüzden ilk olarak sosyal destek kavramının ne olduğundan bahsedilmiştir. Devamında ise sosyal destek türleri, yaşlılıkta sosyal desteğin önemi, yaşlılıkta sosyal destek mekanizması ve sosyal sermaye konularına değinilmiştir.

Problem Çözme Kavramı

Problem dediğimiz kavram kapsamı geniş bir kavramdır. Problem dediğimizde aklımıza günlük yaşamın her anında karşımıza çıkan olumsuzlukların tamamı gelmektedir. Kimi insan için açlık, barınma bir problemken kimi insan için de giyeceği kıyafette kararsız kalma bir problem olarak görülmektedir. Bu yüzden birçok yazar problemi farklı açılardan değerlendirmiş olup farklı tanımlamalarda bulunmuştur.

Problem çözme ise problemi çözüme kavuşturmada izlenecek yola hâkim olmak şeklinde tanımlanır. Nasıl bir yol izleneceğini bilerek sorunu ortadan kaldırma becerisine sahip olmak şeklinde de tanımlanabilir.

Problem çözme, mevcut durum ile arzu edilen hedef arasındaki boşluğu algıladığımız ve çözdüğümüz bir süreçtir (Huit, 1992, s. 34). Problem çözme aynı zamanda bir sorunu çözüme ulaştırmak için önceki bilgilerden ve yaşantılardan yola çıkarak var olan kuralların ötesine giderek ve basit olanı geliştirerek çözüm yolları bulabilme olarak da tanımlanabilir (Çetinkaya, 2013, s. 16). Güner'e göre, problem çözme, aşamaları olan teknik bir süreçtir ve nasıl problem çözüleceği öğretilbilir bir durumdur. Fakat bazı kişiler bir problem ile karşılaştığında problemi çözmek yerine görmezden gelme, başkasının müdahalesine izin verme, saldırgan davranışlar sergileme gibi yöntemleri izlemektedirler (2007, s. 22). Birey yaşam boyunca karşılaştığı problemleri çözmek istiyorsa hem problemi çözme aşamasını hem de problem çözme noktasındaki becerilerini kazanması gerekmektedir (Ekici ve Balı, 2013, s. 69). Bir probleme çözüm bulmak için önce bireyi rahatsız eden durumun ne olduğunu anlamak gerekir. Nasıl bir problemle karşı karşıya kalındığını bilmek çözüm yolu bulmada kolaylık sağlar. Çözüme uygun olan seçenek ne ise o yoldan başlayarak çözüm yolu bulunmalıdır. Tercih edilen yol çözüm getirmişse yeni bir seçeneğe ihtiyaç duyulmadan devam edilmeli, eğer çözüm getirmemişse yeni çözüm yolları ve aşamalarına bakılması gerekmektedir (Sezen, 2015, s. 20). İnsan yaşamının her anında birçok sorun ve problemle karşılaşmaktadır. Bu nedenle, günümüz toplumunda bireyin karşılaştığı sorunlara karşı etkili çözüm üretmesi yaşanan dönem ve çağ gereği şarttır diyebiliriz (Kelleci ve Gölbaşı, 2004, s. 1). Toplumsal veya kişilerarası problemler aynı zamanda açık uçlu problemler olarak adlandırılmaktadır ve bu tür problemlerin birden fazla çözümü vardır. Kişilerarası

problemler, farklı bireylerin arasında oluşan fark yüzünden gerginliğin hissedildiği, bu gerginliği ortadan kaldırmak için girişimde bulunduğu fakat girişimlerinin engellendiği bir durumu ifade etmektedir (Nazlı, 2013, s. 31).

Problem çözme başarısı sadece bilişsel yeteneklerden değil, aynı zamanda diğer bir dizi kişisel faktörden de kaynaklanmaktadır. Bunlar arasında problem çözmede aktif katılım, kontrol algısı ve verilen bir soruna aşinalık yer almaktadır (Collins vd. ,1997, s. 294). Aslında problem çözme dediğimiz kavram herhangi bir engel karşısında bu engeli ortadan kaldırmak, çıkış yolu ve alternatif yollar aramaktır. Yani ulaşılmak istenen hedefe giden yoldaki olumsuzlukları ortadan kaldırmak olarak tanımlanabilir (Yerli, 2009, s. 37). Problem çözme faaliyeti, bir bireyin gündelik sorunlarını çözme fırsatı bulma şansından etkilenir (Collins vd., 1997, s. 294). Sorun çözme, ortada bulunan mevcut durumla, erişilmek istenen amaç arasındaki boşluğun algılandığı ve bunun yol açtığı gerginliği ortadan kaldırmaya yönelik çabaları içeren bilişsel ve davranışsal bir süreçtir. Ortaya çıkan bu süreç sorunun fark edilmesiyle başlar ve sorunun çözümüne kadar devam eder (Öğülmüş, 2006, s. 10)

Problem çözme noktasında önemli olan bazı özellikler vardır. Kişinin yeteneği, sağlığı, tutumu, çözümün kişiye getireceği yararı, kişisel özellikleri gibi faktörler problem çözmede etkili olabilir. Problem çözme noktasında kişinin kendine güveni ve iletişim becerileri de önemlidir (Yerli, 2009, s. 37). Bunların yanı sıra problem çözmede aile kurumunun da katkısı büyüktür. Sağlıklı bir aile ortamının olması problem çözme becerisine olumlu katkı sağlayabilir. Bir aile sağlıklı bir aile olarak toplumda varlığını sürdürmek istiyorsa aile fonksiyonlarının yerinde olması önemlidir. Yani hem ailenin hem aile üyelerinin rol ve sorumluluklarını uyumlu olarak yerine getirmesi gerekmektedir. (Aksoy, 2003, s. 83-84).

Problem Çözme Becerisi

Bireyin problem çözme sürecinde düşünme eylemlerinde yeterli duruma gelmesi, düşünmeyi sağlayacak ortamın oluşturulması için, ortamı meydana getiren uzmanların, bireylerin ve toplumun düşünme eyleminin önemine inanması gerekmektedir. (Kalaycı, 2001, s. 8). Problem çözme ile ilgili tanımlar genellikle bireysel olarak yapılmaktadır. Problem çözme becerisinin toplumsal boyutu zaman zaman ihmal edilmektedir. Geçmiş zamanlarda problem çözme fen bilimleri alanında kullanılırken 60'lı ve 70'li yıllara gelindiğinde ise sosyal bilimlerde kullanılmaya başlanmıştır (Güngör, 2012, s. 44).

Yaşamış olduğumuz dünya ve toplum karmaşıklığının olduğu bir toplumdur. Karmaşık olan bir toplumda, toplumun yaşantısında problemin ya da problemlerin meydana gelmesi, insanların kendilerini problemin içinde bulması normalleşen bir durumdur. Problem olarak adlandırdığımız durum bazen çok basit, bazen de eşle ve arkadaşla çatışma gibi karmaşık bir durum haline gelmektedir. Problem ne olursa olsun günlük yaşantımızda basit ya da karmaşık çözülme-yi bekleyen problemler mutlaka vardır. Problemlere çözüm yolları arama yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Problem dediğimiz bu kavram çok geniş kapsamlı bir kavramdır. Basit bir matematik konusu öğrenci için problem teşkil ederken, bir bilim adamı için araştırılacak konular buluşlar birer problem olarak ortaya çıkmakta ve çözüm gerektirmektedir (Taylan, 1990, s.1).

Problemler dediğimiz kavram kişisel, örgütsel, toplumsal, kültürel, ekonomik ve teknolojiye kaynaklı olabilmektedir. Problem çözme ve bu beceriye sahip olma hayata ve topluma uyum süreci olarak düşünülebilir. Bazı araştırmacılar problemi olumsuz bakış açısı yerine olumlu bir bakış açısı ile değerlendirmeyi önerir. Yani güçlük olarak görmekten ziya-

de fırsat olarak görülmesi önerilir. Problem dediğimiz olgu iki ana ögeden oluşmaktadır. Birincisi, problem çözmeye ihtiyaç duyulmasıdır. İkincisi, çözüm seçeneklerinden birine karar verilmesidir (Şahin, 2004, s.162).

İnsan doğası gereği günlük yaşamda farklı türde zorluklarla karşı karşıya gelmektedir. Karşılaşılan bu zorluklar kişinin yaşamı anlaması hayatın içinde zorluklarla nasıl mücadele edebileceği ile ilgili insanı güçlendiren faktörlerdir. Önemli olan bireylerin karşılarına çıkan zorluklarla nasıl ve ne şekilde mücadele edebileceğidir. Zorluklar, yaşanan problemler kimi zaman kişiyi zorlayıp ümitlerinin kaybolmasına sebep olurken, kimi zaman da kişiyi motive ederken hayatta kalmasına, hayata tutunmasına yardım edebilir (Keskin, 2014, s. 13). Kişi içinde bulunduğu sorunu çözebilmesi için düşünmeli, nasıl çözüme ulaşacağı ile ilgili bir yol bulması gerekmektedir. Problem ya da sorun olarak adlandırdığımız durumlar birey için henüz halledilmemiş hedef ve amaçlar doğrultusunda çözüme kavuşturulması gereken bir durumdur (Keskin, 2014, s. 5). Problem çözebilme kişiyi kimi zaman hayata bağlayan bir durumdur. Kişi problem çözebildiğini görüyorsa psikolojik ve kişisel olarak olumlu etkilenir. Gündelik yaşamda karşılaşılan problemleri çözebilme hem kişinin normal uyumunu hem de psikolojik uyum düzeylerini olumlu yönde etkilemektedir (Yiğit, 2019, s. 23; Keskin, 2014, s. 13).

İnsanlar gündelik hayatta birtakım sorunlarla karşılaşmaktadır. Bu sorunlar dört gruba ayrılmıştır:

Kişisel Sorunlar: Sağlığı, davranışı, duyguyu ilgilendiren tüm sorular kişisel sorunlar olarak görülmektedir. Hayatı boyunca hem fiziksel sağlık hem de ruhsal sağlık açısından problem yaşamamış insan yoktur. Hayatın merkezinde bulunan bu kişisel problemler belki de insanın karşılaştığı en yaygın sorunlardan bir tanesidir. Bu tür sorunları çözüme

ulaştırmak ya da aşmak, bireyin çabası sonucunda ortaya çıkacak bir durumdur.

İnsanlar Arası Sorunlar: Kişisel sorunlardan sonra en çok sorunun yaşandığı durum insanlar arası kişisel ilişkilerden kaynaklı olan sorunlardır. İnsan ilişkilerinin olumlu ve olumsuz yanları vardır. Yani insan dediğimiz varlık sorunun kendisini oluşturan aynı zamanda çözümü konumundadır. İnsan yaşamın her alanında yer aldığı için, toplumda karşılaşılan en yaygın sorunlar insanlar arası sorunlardır diyebiliriz. Uyum problemi, diğer insanlarla anlaşamama, komşuluk ilişkileri geliştirememeye insanlar arası sorunlara örnek olabilir.

Kişisel Olmayan Sorunlar: Kişisel olmayan sorunlar kişisel ve insanlar arası sorunlara göre çözülmesi daha kolay sorunlardır. Kişisel olmayan sorunlardan kastedilen günlük hayatı ciddi derecede sekteye uğratmayan çözümü kimi zaman basit kimi zaman zor olan sorunlara işaret etmektedir. Bu sorunlar arabanın bozulması, evde yağın bitmesi, hava kirliliği, yoğun trafik gibi sorunlara işaret etmektedir.

Toplumsal Sorunlar: Toplumsal sorunlar olarak adlandırdığımız sorunlar daha makro boyutta insanı ve toplumu kapsamaktadır. Toplumda meydana gelen sorunlar, diğer sorunlara kıyasla çözümü daha zor ve uzun süren sorunların içine girmektedir. Özellikle bu sorunların çözümü kişisel olmadığı için çözümü zora sokmaktadır. Toplumsal sorunlara, yaşlanma, yaşlılık, yoksulluk, ayrımcılık, şiddet gibi örnekler verebiliriz. (Keskin, 2014, s. 5-7).

Günlük hayatta insanlar birbirleri ile iletişim kurarlar ve sorun sözcüğünü sıkça kullanırlar. Kişisel sorunlardan, gençlerin sorunlarından, toplumsal sorunlardan, ekonomik sorunlardan, sağlık sorunlarından, eğitim sorunlarından, sorunlu kişilerden ya da gençlerden söz edilir. Burada bahsi geçen sorun sözcüğü anlaşılması zor bir kavramdır. Çünkü “sorun” kavramı herkes tarafından aynı şekilde anlaşılma-

maktadır. Sorun sözcüğü ile anlatılmak istenen kimi zaman açıkça belli değildir (Öğülmüş, 2006, s. 2). Sorunlarında kendi içinde belli başlı bir sınıflandırılması vardır. Konu alanlarına göre (sağlık, eğitim, hukuk, ekonomi v.b. problemleri gibi), düzeylerine göre (kişisel, toplumsal, kişilerarası, toplumlara-rası), ait oldukları psikolojik boyuta göre (duygusal bilişsel, davranışsal gibi) farklı şekillerde sınıflandırılabilir (Öğülmüş, 2006, s. 8). Her yazar sorun çözme ile ilgili farklı bakış açıları ortaya koymuştur. Birçok yazara göre ise sorun çözme amaca ulaşmak için bir durumun başka bir duruma dönüşmesi olarak nitelendirilmektedir. Bir durumu diğer duruma değiştirmekten kasıt kişinin değişmesini istediği dilek, istek ve arzularını içine almaktadır. Değişmesi arzu edilen bu problemler, kişinin problemlerle karşılaşmasından onu çözüme kavuşturmasına kadar giden bir süreci ifade eder (Keskin, 2014, s. 25-26).

Yaşlılarda Problem Çözmeyi Etkileyen Faktörler

Yaşlılarda problem çözmeyi etkileyen birçok faktör vardır. Yaşlının bilişsel düzeyi ve psikolojik durumu problem çözmeyi etkileyen önemli etkenlerdendir. Bunların yanı sıra yaşlıların problem çözmesini etkileyen sosyal problemler de vardır. Yaşlının çevresi, yaşadığı yer (kır-kent), cinsiyet, ileri yaş, yoksulluk, teknoloji yaşlılarda problem çözmeyi etkileyen faktörlerdir. Yaşlılık döneminde en çok karşılaşılan problemler sağlığın bozulması, yoksulluk ve yaşıtlı (Görgün-Baran vd., 2020, s. 73). Yaş, cinsiyet, eğitim durumu yaşlılıkta problem çözmeyi etkileyen faktörlerdir (Soylu ve Pala, 2018, s. 295). Yaşlılar açlık, yetersiz beslenme, sokakta yaşama gibi problemlere sahiptir. Özellikle 75 yaş üstü ve yalnız yaşayan yaşlılarda yoksulluk bir problemdir (Buz, 2015, s. 3-4). Yaşlılıkta ortaya çıkan bu faktörler, yaşlıların karşılaştıkları problemleri çözmelerinde engel teşkil etmektedir.

Bilişsel yeteneklerin sonraki yaşamda korunuyor olması ya da korunamaması bireyin yaşadığı ortam ile ilgilidir. Etkili bilişsel işlevler artan çevresel karmaşıklık ile alakalıdır. Bakımhaneler, bakım evlerinden daha fiziksel ve zihinsel olarak yetkin yaşlı insanlara hitap etse de ABD'deki bakım evlerine benzemektedir. Bakımevleri topluluk içinde yaşamaya bağlı olarak yaşlılara kısıtlamalar getirmekte ve bağımlılığı teşvik etmektedir. Toplumda bağımsız yaşayanlara oranla, bakımevindeki bireylerin, özerkliği azaldığı için problem çözme becerileri aşınabilir (Collins vd., 1997, s. 293). Gündelik problem çözme alanında çalışmalar yapan araştırmacılar, problem çözmenin bireysel bir süreç olduğunu düşünmüşlerdir. Fakat yaşlı yetişkinlerin problemlerini çözerken sıklıkla başkalarından yardım aldığı görülmüştür. Günlük yaşamda ortaya çıkan problemler yaşlılar açısından nadiren yalnız çözülebilir niteliktedir. Yaşlılar sıklıkla günlük ortaya çıkan problemlerini çözmede başkalarından destek görürler. Araştırmacılar genellikle problem çözme durumu ile karşılaştıklarında kişinin bireysel yönlerine odaklanmakla kalıyorlar. Bu şekilde de sosyal bağlamın önemi günlük problem çözmede çoğu zaman ihmal edilmiş olmakta (Cheng, 2010, s. 6-7).

Özekes'in (2006) yapmış olduğu araştırma bulgularına göre yaşlı bireyler hangi ortamlarda olurlarsa olsunlar aktif olan yaşlıların bellek performansının yüksek olduğu görülmüştür. Diğer taraftan huzurevinde yaşayan yaşlılar aktivite durumlarının evlerinde yaşayanlara göre daha düşük olması onların bu tür sorunlarla daha az karşılaşılıyor olmalarından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Aktif şekilde yaşlanan yaşlıların herhangi bir görevi çözmede daha başarılı olmaları onların üst düzey kategori kullanımını pasif olan yaşlılara göre daha fazla kullandıklarını göstermektedir (s:36). Aynı zamanda yapılan bazı araştırmalar, ileri yaşlıların zeka testi veya belleği içeren görevler gibi laboratuvarında problem çözme görevlerinde genç ve orta yaşlı yetişkinler kadar iyi perfor-

mans gösteremediğini ortaya koymaktadır (Cheng, 2010:4). Yaşlı yetişkinler arasında, öğrenme ve hafıza işleyişinde daha iyi bir performans, güçlü bir inanç ve kişisel kontrolle ilişkilidir (Collins vd., 1997, s. 295). Yapılmış olan çalışmalar da genellikle daha yaşlı yetişkinlerin gençlere kıyasla daha zayıf problem çözücüler olduğunu göstermiştir çünkü daha yaşlı yetişkinler daha az etkili olarak tanımlanan problem çözme stratejilerini kullanmaktadırlar (Cheng, 2010, s. 18). Ancak günlük problem çözme noktasında Blanchard- Fields ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmada gençlerden daha etkili şekilde problem çözen yaşlı yetişkinlerin var olduğu sonucuna ulaşmışlardır (2007, s. 63). Cheng (2010) un yapmış olduğu çalışmada yaştan performansı etkileyen önemli bir değişken olduğu görülmüştür. Genç olan görüşmeciler yaşlı olanlara göre yedi performans ölçüsünden üçünde yaşlıları geride bırakmışlardır. Aynı zamanda yaşa bağlı performansa dayalı değerlendirmeye bakıldığında yaşlı yetişkinlerin görev tamamlama süresi gençlere göre daha uzun sürmüştür (2010, s. 48-50).

Yaşlı bireylerdeki problem çözme yetenekleri daha çok bulundukları ortam ve bilişsel durumları ile ilgilidir. Cheng, yaşlı yetişkinlerin günlük yaşamdaki yeterlilikleri ve günlük problem çözme becerileri ile ilgili tutarsız bulgularla alakalı iki potansiyel açıklamanın mevcut olduğunu söylemiştir. Birincisi, problem çözmenin yalnız bir faaliyet olduğu varsayımıyla yürütülen sorun çözme araştırmalarının yapıldığıdır. Yaşlı yetişkinler günlük problem çözme görevlerinde genç yaş gruplarına göre daha kötü performans sergilediği, yani problem çözme noktasında gençlerden daha zayıf kaldıkları ile ilgili farklı ve tutarsız bilgilerin yer aldığından söz etmiştir. Fakat burada değinilmesi gereken nokta günlük problem çözmenin yalnız yapılan bir faaliyet değil de kişilerarası bir faaliyet olduğundan söz edilebilir. Yaşlı yetişkinlerin günlük yeterliliği kişilerarası etkileşimlerinin günlük bağlamda kul-

lanılabilirliği ile ilgilidir. Tutarsızlık için ikinci bir açıklama, günlük problem çözmeyi ölçmek için araştırmacıların ortaya çıkardıkları sorun türleri olabilir (2010, s. 2-3).

Yaşlılara yönelik yapılmış olan çalışmada günlük problem çözmede altı orijinal problem belirlenmiştir. Bunlar; Ev yönetimi, bilgi kullanımı, tüketici sorunları, arkadaşlarla çatışmalar, işle ilgili konular ve aile anlaşmazlıklarıdır. Aynı zamanda yaşlı bireylere; araçsal, karışık ve kişilerarası problemlerle ilgili sorular yöneltilmiştir. Örneğin;

Araçsal Problemlerle İlgili; marketteki ürünlerin yaşlılara göre hazırlanıp hazırlanmadığı, herhangi bir hırsızlık durumu olduğunda bu sorunu nasıl çözecekleri, herhangi bir form doldurma durumunda talimatları anlayıp anlamadıkları, yemek tariflerinin genellikle dört kişi üzerinden veriliyor olmasından dolayı iki kişiye ya da tek kişiye göre nasıl ayarladıklarıyla ilgili sorular yöneltilmiştir.

Karışık Problemlerle İlgili: birinden ödünç alınan eşyanın kaybolması ya da kırılması durumunda bu durumu nasıl çözdükleri, evle ilgili tadilat ya da tamir gereken durumlarda nasıl çözüm buldukları vb. sorular yöneltilmiştir.

Kişilerarası Problemlerle İlgili: herhangi birini üzecek davranışta bulunduklarında ne yaptıkları, sevdiği birinin arkasından konuştuğunu duyduğunda ne yaptığı, herhangi birinden eleştiri aldıklarında verilen tepki, çocuklarından birinin kendileri ile zaman geçirmek istemediklerini anladıklarında ne yaptıkları, sevdikleri birine çok kızgın ya da kavgalı olma halinde sorunu nasıl çözdükleri ile ilgili sorular yöneltilmiştir (Blanchard- Fields vd., 2007, s. 63)

Günlük problem çözmeyi sosyal açıdan inceleyen araştırmacılar ise üç konuya odaklanmışlardır:

- 1) Problemin türlerini bireylerin gündelik yaşamda göze çarpan özellikler olarak tanımlanmak,

- 2) Bireylerin günlük problemleri çözmeleri için hedefler belirlemek,
- 3) Bireylerin diğer insanların problem çözme sürecine dahil eden stratejilerini kullanmak (Cheng, 2010, s. 7-8).

Kurum bakımında kalan yaşlılar problem çözme noktasında birbirlerini olumsuz etkileyebilir ve sorunları çözme için motivasyonları düşebilir. Collins ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmaya göre, topluluktaki insanlar problem çözme becerilerinin kullanılmasını gerektiren durumlarda kurum sakinlerine göre daha fazla yer alıp çözüm bulabildikleri sonucu ortaya çıkmıştır. Bu çalışma ile birlikte artan yaşın birçok konuda olumsuz durumlara yol açtığı gösteriliyor olsa da problem çözme yeteneği ile ilişkili olarak, bu değişkenler arasındaki ilişki bulunamamıştır (Collins vd., 1997, s. 299-300). Kişisel iletişim ağını inşa etmede önemli olan nokta bireylerin problem çözmedeki kapasitesi veya problemle başa çıkma yeteneği önemlidir. Birey karşılaştığı problemler karşısında bütün stratejileri kullanabilir. Günlük yaşamda karşılaştığı stresli durumlar karşısında başa çıkma fırsatı bulur. Başa çıkmada en önemli yol problem çözme davranışının geliştirilmesi veya sosyal desteğin harekete geçirilmesidir (Kalınkara, 2016, s. 177).

Araştırmacılar günlük problem çözmeyi değerlendirmek için kullanılan görev türlerine ilişkin geleneksel problem çözme paradigmasından varsayımları da ödünç almışlardır. Günlük problem çözme görevleri daha gerçekçi uyaranlar kullanılması dışında genellikle geleneksel problem çözme görevlerine benzer. İşbirliğinin problem çözmedeki rolü önemlidir ve bu noktada potansiyel faydaları ihmal edilememelidir (Cheng, 2010, s. 13-14).

Gündelik Yaşamın Güncel Problemi: Salgın Döneminde Yaşlılık

Türkiye’de ilk Covid-19 vakası 11 Mart 2020’de görülmüştür. Virüsün yayılımını azaltmak ve vakaları minimum seviyede tutmak için ülke genelinde çok ciddi önlemler alınmaya başlanmıştır. Yurtdışı seyahat kısıtlamaları, ilk ve orta öğretimle beraber lise ve üniversite eğitimlerine ara verilmesi, insan yoğunluğunu azaltmak için eğlence aktivitelerine ve eğlence mekânları dahil kalabalığın olduğu birçok mekâna kapatılma kuralının getirilmesi, seyahat kısıtlamaları ve sokağa çıkma yasaklarının belli zamanlarda uygulanması gibi birçok önlem alınmıştır. Bununla birlikte temas durumu en aza indirilmeye çalışılmış ve mecbur kalmadıkça sokağa çıkılmaması vatandaşlara farklı kampanyalar aracılığıyla dile getirilmiştir (Türk, 2020, s. 35). İlk salgın çıktığında her ülke farklı politika izlemiştir. Çin çok ciddi önlemler alırken İngiltere sürü bağışıklığını tercih etmiş, Türkiye ise dünyadaki gelişmeleri takip ederek kademeli önlemler almıştır. Yeni önlemler ve uygulamalar günlük rutin hayatı önemli ölçüde etkileyen uygulamalar olmuştur (Gencer, 2020, s. 37).

Koronavirüs salgını çıkana kadar yaşlılar aktif şekilde hayata katılıma çağrılıyor, aynı zamanda tüketmeye ve hayata dahil olmaya teşvik ediliyorlardı. Hal böyle iken koronavirüsle beraber bakım evlerinde ölüme terk edilen, tıbbi yardımdan mahrum edilen yaşlıların Birleşik Krallıkta günlük ölüm istatistikleri bile kaydedilmezken kimin daha gözden çıkarılabilir olduğu görülmüştür. (Segal, 2020, s. 12-14; Wright-Con, 2020, s. 126). Yaşlılara karşı bir ayrımcılık olarak nitelendirilen “yaşçılık” kavramının tezahürleri yeni değildir, fakat özellikle koronavirüsün ortaya çıkması ile beraber gündem olmuş ve daha görünür hale gelmiştir. İlk tedbirlerle birlikte amaç yaşlı bireyi bu tehlikeli hastalıktan korumakken, durum farklı bir boyuta taşınarak sanki virüsün yayılımına sebebiyet veren yaşlı bireylerin kendisiymiş gibi algılanmıştır. Yaşlıları taciz boyutuna ulaşan hoş olmayan görüntüler

sosyal medyada gündem olmuş ve bu görüntülerin arkası kesilmeden bir süre devam etmiştir. Zaten evlerine kapanan yaşlılar, bu olumsuz ve haksız davranışlarla rencide edilmiştir. (Türk, 2020, s. 42). Yaşlılara karşı algılar, fikirler gün geçtikçe farklılaşmaktadır. Nasıl ki ırk, etnisite, din gibi kavramlar ayrımcılığa sebebiyet veren kavramlar olarak biliniyorsa “yaşçılık” (ageism) da öyledir. Kişilerin damgalanmasına yol açmaktadır. Yaşçılık diğer bir anlamı ile kişinin yaşından dolayı ve bulunduğu kuşağından dolayı dışlayıcı davranışlara maruz kalmasıdır (Kaya, 2020, s. 1-2, Tunçer; 2020, s. 148).

Salgının ilerleyen olumsuz seyri ile birlikte “eve kapanmaya” yüklenen anlam yaşlılığa yapılan negatif ayrımcılığın yanı sıra “şiddet” olarak da değerlendirilmektedir. Gündelik yaşam ihtiyaçlarından mahrum bırakılarak görünmeyen bir şiddet unsuru taşıyan bu davranış aynı zamanda yaşlı bireyleri temiz havadan, insan yüzünden, doğanın insana sunduğu eşsiz güzelliklerden, fiziksel hareketlerden mahrum bırakarak bir yaşam içine sürüklemiştir (Günaysu ve Keskin, 2020, s. 86). Ülkemizde ve dünyada ortaya çıkan Covid-19 virüsünün hızlı bir şekilde yayılmasıyla beraber yaşlı bireyler birtakım önlemlerden dolayı ayrımcılığa maruz kalmışlardır. Özellikle koronavirüs pandemisinin baş göstermesiyle birlikte, her ne kadar genellenebilir veriler olmasa da yaşlıların özellikle de kronik rahatsızlığı olan yaşlı bireylerin bu durumdan etkilendiği ve yaşamlarını yitirdiği bilinmektedir. Türkiye’de özellikle hafta sonları dışarı çıkma yasağı uygulanırken özellikle yaşlı bireylere özgü daha sıkı tedbirler ve yasaklar uygulanmaya başlanmıştır. Bu yasaklar ilk uygulamaya konulduğu zaman özellikle sosyal medya araçları olan Facebook, Instagram, TikTok gibi uygulamalarla “komik olmak” maksadı ile çekilen videolar gün geçtikçe yerini zorbalığa bırakmıştır. Bu üslup zamanla nefret diline dönüşmüş ve dezavantajlı grup olan yaşlı bireyleri etkilemiştir (Kaya, 2020, s. 1-2; Arun, 2020, s. 96). Gençlerin pandemi döneminde yaşlı-

lara bakış açısı, bilinci de farklılık göstermekteydi. Bir yanda parti yapan gençleri görürken diğer yanda yardımcı olmak amacıyla apartman girişlerine numarasını yazan gençleri görmekteydik. Küresel anlamda baktığımızda ciddi bir enfeksiyon hastalığı ile karşı karşıya bulunmaktayız. Her ne kadar bu virüs din, dil, ırk ayrımı yapmasa da yaş ayrımcılığı yapmakta ve yaşlı bireyleri daha çok etkilemektedir. Vakalar gözden geçirildiğinde 70 yaş erkeklerin daha fazla vefat ettiği görülmüştür (Çobanoğlu, 2020, s. 37).

Sağlık Bakanlığının 13 Temmuz 2020 tarihli verisinde, toplam 5.491 kişinin Covid-19 sebebiyle öldüğü bildirilmiştir. Onaylanmış vakaların içindeki ölüm hızı %2,49'dur. En düşük ölüm hızı %0,03 ile 2-4 ve 15-24 yaş grubunda gerçekleşirken en yüksek ölüm hızı %26,54 ile 80 yaş ve üzeri gruba aittir (Covid-19 Haftalık Durum Raporu-20\07\2020). Türkiye'de 1-17 Ağustos 2020 genel nüfus verilerine baktığımızda en çok ölümün 70 yaş ve üzerinde olduğu görülmüştür. 70 yaş altında beklenen ölüm sayısı 775'i geçmezken, 70 yaş üstü ölümlerin 2000'li rakamlara ulaştığı görülmüştür. Özellikle 80 yaş üstü bireylerde bu rakamın 4000'e ulaştığı görülmüştür (Eser, 2020, s. 549). 2019'da İtalyan nüfusunun yaklaşık %23'ü 65 yaşındaydı. Bu yüzden İtalya'da Covid-19'dan ölenlerin oranı (%7,2) Çin'deki ölüm oranına (%2,3) göre daha yüksekti. Her iki ülkedeki veriler yaş gruplarına göre sınıflandırıldığında İtalya'da ve Çin'de yaş gruplarının benzer olduğu görülmüştür. Her iki ülkede de en çok ölüm 65 yaş ve üzeri kişilerde görülmüştür. Ancak İtalya'da Çin'e göre 70 yaş ve üzeri ölümlerin daha çok olduğu tespit edilmiştir (Onder vd, 2020, s. 1). Dünya Sağlık Örgütü'nün raporuna göre, Avrupa Bölgesinde 30 Ağustos tarihi itibarıyla, toplam ölümlerin %88'i 65 yaş ve üzerinde olan kişilerdir (Pala, 2020, s. 109). Dünya çapında da Covid-19'dan ölenlerin birçoğunun 65 yaş ve üzeri olan kişiler olduğu görülmüştür.

Pandemi sırasında yaşlı yetişkinler, evde kalmaya zorlanan ilk gruplardan biri oldukları için sosyal mesafe konusunda daha katı direktifler almışlardır. Uzun bir tecrit süresi yaşayan yaşlılar, karantinada geçirdikleri süreden daha uzun süren sağlık etkileriyle karşılaşmışlardır. Bu tecrit döneminin yaşlı yetişkinlerin gelecekteki fiziksel ve duygusal iyiliği üzerindeki etkisi henüz belirlenmemiştir (Howell-Morrow vd., 2020, s. 529). Salgında, bilgiyi paylaşma ve yeni bilgiyi çok hızlı bir şekilde yayma ihtiyacı vardır, ancak yaşlılar, temelde “dijital bölünme” nedeniyle yeni medyayla bilgiye erişimde büyük engellerle karşılaşmaktalar. Bu nedenle, pandemi sırasında bilgiyi yaymak (sadece “yeni medya” değil, aynı zamanda TV, “halka açık çağrı” veya “belediye habercisi” gibi “eski medya”) ve engelleri kaldırmak için farklı türden araçlar düşünülmelidir (Donatella ve Roberto, 2020, s. 2).

İtalya’daki Covid-19 salgını sırasında, medyanın odak noktası iki ana sebepten dolayı yaşlı insanlardı. Birincisi, pek çok yaşlı insan yurttaşlık duygusu gösterdi ve toplumda salgına karşı savaşmada yardımcı oldu ve bu amaçla “emekli doktorlar ve hemşireler” işe geri döndüler. Aynı zamanda “emekli bilim adamları ve araştırmacılar” da işe geri dönüş sağladılar. Acil durumda, yaşlı İtalyan yetişkinler, kendileri ve aileleri için enfeksiyon riski altında olsa bile, topluluklara yardım etme ve onlara yardım etme konusunda büyük bir çaba gösterdiler. İkincisi, Çin’de olduğu gibi İtalya’da da yaşlı yetişkinler Covid-19 ile enfekte olma konusunda daha yüksek risk altındaydılar ve hastalanma durumunda ölüm riskleri daha yüksekti. İtalya’da 60 yaş ve üstü insanlar toplam ölüm sayısının yaklaşık %96,5’ini oluştururken, Çin’de bu ölümelerin yaklaşık %80,8’ini oluşturmaktadır. (Donatella ve Roberto, 2020, s. 1-2). Bunun aksine İspanya’da koronavirus vakalarından dolayı birçok huzurevinde yaşlılar ölüme terk edildiler. Dezenfekte işlemi için görevlendirilen kişiler bazı huzurevlerinde yaşlıları yataklarında ölü halde bul-

muşlardır (İnce, 2020: 188). Covid-19 salgını ve pandeminin gelecekteki tüm aşamalarında yaşlı yetişkinleri desteklemenin uzun vadeli bir perspektifin önemi de vurgulanmalıdır. Ayrıca geleceğe de bakmalı ve kısıtlamaların ve kapanmanın aşamalı olarak azaltılmasını planlanmalıdır. Ek olarak, acil durumdan sonra daha ileriye ve “yeniden yapılanmaya” da bakılması gerekir. Her aşamada kişi merkezli ve yaş dostu bir yaklaşıma ihtiyaç vardır. Son olarak, devam eden deneyimlerden ve acil durumla yüzleşmede ‘emekli’ olarak adlandırılan kişilerin oynadığı önemli rolden ders almak ve yaşa yeni bir yaklaşım gerekiyor. Asıl soru şudur: Yaşlı yetişkinlerin şu anda acil durumda oynadıkları önemli rol göz önüne alındığında, yakın gelecekte “yeni rolleri” ne olabilir? “Yeniden yapılanmanın” bir sonraki aşamasında, her bireyin çabalarına büyük ihtiyaç duyulacak bir zamanda, yaşlanan insanların rolü nedir? Bu bakış açısından, salgın sırasında “aktif yaşlı”nın büyük sivil çabalarından yararlanmak ve zorluklardan ders çıkarmak için büyük bir fırsatımız vardır (Donatella ve Roberto, 2020, s. 3).

Yaşlılık denildiğinde genellikle olumsuz algılarla karşılaşmakta ve bu yüzden yaşlılar toplumsal anlamda ekonomik boyutuyla bir sorun olarak görülmektedirler. Bu şekilde yaşa dayalı bir ayrımcılık söz konusu olmakla birlikte elbette ki bu ayrımcılık sadece yaşlılara özgü değil aynı zamanda gençlere yönelikte olabilmektedir. Gençlere yönelik ayrımcılık genellikle deneyimsizlikleri üzerinden yapılırken yaşlılara yönelik ayrımcılık ise ekonomik yük, bakım sorunu gibi konular üzerinden yapılmaktadır (Buz, 2015, s. 269). Tecrit ve ev hapsi de yaşlılarda bazı ruhsal sorunları artırabilir ve psikolojik durumları üzerinde çok olumsuz etkilere sahip olabilir. Yeni durumla başa çıkmalarına yardımcı olmak için salgında psikolojik destek gereklidir. Bir kez daha, “dijital bölünme” nedeniyle, sosyal iletişim için yeni teknolojik cihazların yaygın kullanımı onlar için çok zor olabilir ve kapanma döne-

minde diğer sosyal temas biçimlerinin onlar için incelenmesi gerekir. Dahası, karantina sırasında, yalnız yaşayan ya da zor durumda yaşayan yaşlılar yiyecek, ilaç ve diğer malzemeleri elde etmekte zorluk çekebilirler. Hem küçük şehirlerde hem büyük şehirlerde yaşlı yetişkinlere yardım etmek için karantina sırasında resmi ve gayri resmi bir sosyal ağ gereklidir. Bu alanda, belediyelerin ve sosyal hizmet uzmanlarının rolü merkezidir (Donatella ve Roberto, 2020, s. 3).

Yaşlılarla ilgili sürekli bakıma muhtaç oldukları algısı vardır. 60 yaş üstü bireylerin devletin maddi ve manevi bakımına muhtaç olma durumu söz konusu olduğun için bu fikri destekler niteliktedir. Farklı bir ayrımcı yaklaşım ise yaşlı bireyi muhatap almamadır. İnsanlar daha genç yaşlarda kendi fikirlerinin doğru olduğuna inanarak yaşlıların düşüncelerine önem vermeyebilirler, halbuki yaşlıların fikir ve düşünceleri geçmişten gelen bir tecrübe olarak daha kıymetlidir. Özellikle yaşlılarla ilgili politikalar planlanırken yaşlıların fikirleri alınmamakta ve bazı durumlarda uygulanmak istenen politikalar bu nedenle karşılık bulamamaktadır. Diğer bir yaşlılıkla ilgili yanlış algı ise yaşlıların asosyal olduğu fikridir. Bu fikirden dolayı kimi zaman yaşlı bireylerin sosyal ortamı huzurevi gibi görülmekte ve onlar için doğru mekânın burası olduğu düşüncesi oluşabilmektedir (Buz, 2015, s. 270-271).

Huzurevlerinde ve benzeri tesislerde yaşayan yaşlılar için enfeksiyon riski daha yüksektir. Ne yazık ki, bu kurumlar bir enfeksiyon kuluçka merkezi görevi görebilir. Yaş ne kadar büyükse, risk o kadar yüksek ve birden fazla hastalığın varlığı, onları dışarıdan ve profesyonellerden tam bir bağımlılık durumuna yol açabilir. Bu nedenle kurumda yaşayan yaşlı yetişkinlerin korunması, hekim ve hemşirelerle desteklenmeleri gerekiyor. Salgının kritik aşamasında, kurumlardaki kişiler dışarıdan izole olma riski daha yüksek olabilir ve yiyecek ve ilaç alamama riski de meydana gelebilir (Donatella ve Roberto, 2020, s. 2).

Yine karantina sırasında engelli yaşlı yetişkinlere özel dikkat gösterilmesi önemlidir. Onlar için sosyal mesafe, koruyucu maske ve eldiven kullanımı çok engelleyici olabilir, çünkü iletişim güçlerini azaltabilir (çoğunlukla duyuşal kısıtlamaları olan insanlar için). Koruyucu eldiven kullanımı, çevreyi okumak, iletişim kurmak ve çevreyi tanımak için dokunşal becerilerin gerekli olduğu görme engelli insanlar için çok engelleyici olabilir. Kapanma aynı zamanda aile, arkadaşlar, sosyal hizmet uzmanları ve diğler profesyoneller tarafından günlük yaşamda insanlara destek olabilecek karmaşık ev ziyaretleri de yapabilir. Bu nedenle, bilgi ve iletişim erişilebilirliğine odaklanarak, engeli olan kişilerin salgının tüm aşamalarında dikkate alınması gerekir (Donatella ve Roberto, 2020, s. 3).

Tüm bunlardan yola çıkarak baktığımızda Covid-19'la birlikte “yaşlı” bireylerin varlığı yeniden hatırlanmış ve gündemde bahsi geçen en önemli konuların başında gelmiştir (Wright-Con, 2020, s. 120, 140). Salgının patlak vermesi ve bu salgından en çok etkilenen grubun yaşlılar olduğunun ifade edilmesi ile birlikte yaşlılarla ilgili hem politika hem de özel alan bazında eksikliklerimizin var olduğunu görmemize imkân sağlamış oldu. Koruma maksadıyla alınan önlemler tam tersine yaşlı nüfusa zarar veren bir uygulamaya dönüştü (Tunçer, 2020, s. 144).

Sosyal Destek Kavramı

Sosyal destek aile ve arkadaşların sağlamış olduğu hem maddi hem manevi desteğı içermektedir (Altıparmak, 2009, s. 163). Sosyal destek dediğimiz kavram bireyin çevresinde özellikle de yakın çevresinden yardım isteme ve diğlerlerinin vereceğı desteğın hem fiziksel hem ruhsal sağlık üzerinde olumlu etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Doğın, 2008, s. 31; Cohen ve Wills, 1985, s. 311; Özbesler, 2001, s. 10). Sosyal destek, konuyu önemseddiğine, sevildiğıne ve karşılık-

lı yükümlülük ağının saygın bir üyesi olduğuna inanmaya yönlendiren herhangi bir bilgi olarak tanımlanır (Patil vd., 2014). Ardahan ise sosyal desteği kişinin etrafında ona destek sağlayanların sayısı olarak tanımlamaktadır (2006, s. 69). Her birey için sosyal destek ve etkileşim alabilmek, alabileceğini bilmek ruh sağlığı ve sebep olacağı hastalıkları önleme açısından önemlidir. Özellikle bazı yoksunluklar yaşayan bireylerin sosyal destekten de mahrum kalması birey üzerinde daha olumsuz durumlara sebebiyet vermektedir (Toptaş, 2019, s. 26). Sosyal destek arttıkça depresyon, stres ve psikolojik belirtilerde azalma olurken, benlik saygısı, uyum, sağlık ve toplum yanlısı davranışlarda artma olduğu görülmektedir (Doğan, 2008, s. 31). Sosyal destek, bireyin problem çözme becerilerini geliştirmesinde yardımcı olmaktadır (Özgüven-Devrimci vd., 2003, s. 2-3). Sosyal desteğin genelleştirilmiş faydalı bir etkisi olabilir çünkü büyük sosyal ağlar kişilere düzenli olumlu deneyimler ve bir dizi istikrarlı, sosyal olarak ödüllendirilen rol sunar (Cohen ve Wills, 1985, s. 311).

Sosyal destek çok boyutlu bir yapıya sahiptir ve aile için gerekli olan destek kaynaklarının sayısını da ifade etmektedir (Kaner, 2003, s. 58). Birey bir problemle karşılaştığı zaman çevresinde bulunan yakınlarının ona yardım edeceği güvencesini içinde taşıması, kişinin iyilik haline yansımaktadır. Birey bir gün zor durumda kaldığı vakit çevresinden destek görebileceği güvencesi, bireyi güçlendirmektedir. İnsanın sosyal ağları vasıtasıyla elde ettiği yardımlar ve sosyal destekler güçlü bir ruhsal bağışıklık sistemi sunmaktadır (Alyüz-Abay, 2018, s. 45). Bireyin yakın çevresi olarak adlandırılan sosyal ağlarından aldığı, olumlu sonuç doğuran, duygusal, bilgisel ve araçsal yardımlar sosyal destek olarak tanımlanır (Yuvakgil, 2017, s. 13).

Sosyal destekle ilgili yapılan çalışmaların ortak vurgusu bu desteğin yaşam boyu devam ettiği yönünde olmuştur. Kişinin sevgi, şefkat, bir gruba ait olma, benlik saygısı,

sosyal hayata katılma gibi ihtiyaçlarını karşılayarak fiziksel ve ruhsal sağlığı koruyup devam ettirmek olumlu bir etkiye sahiptir. Bireyler ihtiyaç duydukları sosyal desteği genellikle yakın çevrelerinden almaktadır (Özkan, 2018, s. 49). Sosyal destek gerekli durumlarda bireylere hem maddi hem de manevi katkısı olan bir yardım sistemidir. Aile, akraba, arkadaş, komşu ya da kurum aracılığıyla sunulan sosyal destek kişilerin sağlıklı bir yaşam sürmelerine yardım eder. Desteğin sağlanması için aynı zamanda uygun bir ortama da ihtiyaç vardır (Kanber, 2018, s. 48). Kavramı genel haliyle tanımlayacak olursak ilişkilerden sağlanan doyum şeklinde ifade edilebilir. Sağlanan sosyal destek belli bir zaman sürecinde destek kaynakları aracılığıyla elde edilir (Arıcıoğlu, 2008, s. 7-8). Aynı zamanda sosyal desteğin refah üzerinde olumlu etkisi olduğu gözlenmiştir. Çok sayıda çalışma destek ve refah arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir (Cohen ve Wills, 1985, s. 311; Patil vd., 2014).

Sosyal destek hem iyi olma duygusunu hem de sağlığa olan direnci artırır. Aynı zamanda pozitif adapte edici davranışı motive eder (Polat ve Bayrak- Kahraman, 2013, s. 217). Bireylerarası ilişkilerin önemi yakın çağımızın mevzusu değildir. Kişilerarası sosyal ilişkiler ve bağlar bunun önemine dair vurgu bir asır öncesine dayanmaktadır. Durkheim'ın 1897'de yaptığı 'intihar' isimli çalışması yaşadığı dönemde sosyal bilimcilerin de kişilerarası yakın sosyal bağların önemi ile ilgili bazı düşünceler ortaya koyduklarını göstermektedir. Bireylerarası ilişkilerde destekleyici yönler 1950lerin sosyoloji literatüründe çok sık bir şekilde tanımlanmıştır. John Cassel 1974'te insanların sağlığının düzenli şekilde devam edebilmesi için bireyler arası ilişkilerin önemli olduğunu ve hastalığın etiolojisinde psiko-sosyal süreçlerin önemli bir rol oynadığını belirtmiş, zor çevre koşullarında bireyin yaşamında ortaya çıkabilecek sosyal ilişkilerin ve bağların kopması ya da zayıflaması gibi durumlarda hastalanma riskinin artış

göstereceği hipotezini ortaya atmıştır (Özbesler, 2001, s. 7-8). Alan kuramına dayanan sosyal destek kavramının tam olarak tanımlanması ve üzerinde çalışmalar yapılmaya başlanması 1970'li yıllardan sonraya dayanmaktadır (Özkan, 2018, s. 46). 1983 yılına kadar olan literatüre baktığımızda belli sosyal destek ölçümleri ile bir sınıflandırma yapılmıştır. Bu sınıflandırma aile, arkadaşlar veya iş arkadaşları gibi gayri resmi destek sistemleriyle sınırlı kalmaktadır ve profesyonel yardımcı çalışmalarını içermediği gözlemlenmiştir (Cohen ve Wills, 1985, s. 311).

Sosyal Destek Türleri

Sosyal destek hakkında söz söylemiş olan birçok yazar sosyal destek türlerini farklı şekilde sınıflandırmıştır. Özdemir, sosyal desteği algılanan ve uygulanan sosyal destek olarak ikiye ayırmıştır:

Algılanan Sosyal Destek: Bireylerin sosyal çevreleri ile güvenli bir şekilde bağ kurmalarının kavramsal olarak karşılığı şeklinde nitelendirilebilir. Algılanan sosyal destekteki en önemli faktör çevreden gelen sosyal destek miktarının bağları veya ölçüsü değil, gerektiği durumda bireyin yeterli düzeyde destek olabileceği yönündeki güvene sahip olma durumudur. (2019, s. 46).

Uygulanan Sosyal Destek: Bireyin algısı dışında oluşan destektir. Bu kavrama göre, desteğin algılanmaması, desteğin yokluğu anlamına gelmemektedir. Uygulanan sosyal desteği ölçmek için bireylerin destek sunarken yaptıkları dikkate alınmaktadır (2019, s. 46).

Neuling ve Winefield de iki tür sosyal destekten söz etmiştir:

Elle tutulur (tangible) sosyal destek; sadece aile üyeleri ve arkadaşlar için geçerlidir. Ev işlerine yardım etme, çocukların bakımını üstlenme onun için gereken her şeyi yapmadır (Neuling ve Winefield, 1988, s. 386).

Güvence veren (reassurance) sosyal destek; hasta ya da sakat bireye ve ailelerine üzülmemesini ve her şeyin yolunda gittiğini söyleme, onunla şakalaşarak komik şeyler anlatma, hastalığından uzaklaşmasına yardımcı olmadır (Neuling ve Winefield 1988, s. 386).

Sosyal destek iki şekilde olabilir; *Pratik Destek* ve *Duygusal Destek*. Pratik anlamdaki destek, bireyin sorunlarını çözebilmesi açısından para, gıda, giyecek, iş gücü, bilgi desteği verilmesi ile alakalıdır. Duygusal destek ise, birine bakmakla yükümlü olan kişiye sorunlarını çözmek adına yapılır. Her iki destek türü de yaşlı bireylerin sosyal aktivitelere katılımlarını sağlama, sosyal arkadaşlık kurma sosyal desteği güçlendirme açısından önemlidir. Bu noktada yapılan desteğin kişisel ihtiyaçların karşılanması ve sağlık alanında yarar sağlayacağı düşünülmektedir (Kanber, 2018, s. 47; Kalınkara, 2016, s. 172).

Destek türleri daha çok bilgi, materyal, maddi, duygusal, sosyal birliktelik, ait olma, günlük bakım gibi kategorilere ayrılmaktadır. Bu destek türleri genellikle iki başlık altında toplanmaktadır. Bunlar duygusal destek ve araçsal destektir. Bunlara kısaca değinecek olursak:

Duygusal Destek: Bireyin özel konularını paylaşabileceği, sırdaşlık ilişkileri kurabilecekleri destektir. Bu şekilde bireyin sağlığına da olumlu katkıda bulunulmuş olur. Duygusal destek sayesinde kişi başkaları ile paylaşımda bulunduğu için stres durumlarında da azalma olur. Bu destek türü kişinin sağlığının iyi olmasına, stressiz bir yaşam sürmesine yardımcı olur.

Araçsal Destek: Bu destek türü bilgisel ya da maddi destek olarak da geçmektedir. Bu destek bilgi vermeyi, parasal ve materyal yardımı, bakım ve eğitim yardımını içerir (Kaner, 2003, s. 58).

Cohen ve Wills sosyal destek türlerini beşe ayırmıştır:

1. *Duygusal destek*, sevgi, güven gibi duyguların iletilmesini,

2. *Takdir desteği*, kişinin olduğu gibi kabul edilmesi gerektiğini,

3. *Maddi Destek*, kişinin ekonomik olarak desteklenmesini,

4. *Bilgisel Destek*, bireylerin problemlerini çözebilmesi için bilgilerin verilmesini ya da becerilerin öğretilmesini,

5. *Berberlik Desteği*, boş zamanların birlikte geçirilmesini ifade eder (1985, s. 340).

Yaşlılıkta Sosyal Desteğin Önemi

Bireyin sosyal çevresi ve bu çevresinin sağlamış olduğu sosyal destek birçok disiplin tarafından ele alınmıştır. İnsan davranışının ve gelişimini ele alan psikolojik danışmanın, psikoterapistlerin yanı sıra sosyologlar, sosyobiologlar, aile terapistleri bireyin sosyal ilişkileri ve çevresinin önemine vurgu yapmaktadırlar. Bireyin etkili bir şekilde uyum sağlaması, ailesi, arkadaşları yeni sosyal destek sistemi içinde var olan faktörler üzerinde yoğunlaşma sağlamaktadır. Bireyin sosyal destek kaynakları çok yönlü faktörler aracılığıyla oluşturulmaktadır. Kişinin arkadaşları, akrabaları, komşuları, okulda öğretmeni veya iş yerinde çalışma arkadaşları, ideolojik, dinsel veya etnik gruplar yani bireyin içinde yaşamakta olduğu topluluk gibi faktörler bireyin sosyal destek kaynaklarını oluşturmaktadır. İnsan, yaşamının her döneminde farklı değişimlerle karşı karşıya kalmaktadır. Gerek fiziksel gerekse psikolojik değişimler insanın sosyal çevresini de etkilemektedir. Genç ve sağlıklı bir yaşam sürerken sahip olunan sosyal destek kaynakları ile yaşlılıkta sahip olunan kaynaklar bir olmamaktadır. Yine hayatın içinde yaşanan olumsuzluklar da bireyin sosyal destek düzeyini düşürmektedir. Örneğin, aile bireyleri veya eşler arasındaki çatışmalar, baba veya annenin işini kaybetmesi, eşlerden birinin ölümü, formal ve informal kaynakların varlığı noktasında bilgisizliği, göçler, hastalıklar

bireylerin sosyal destek düzeyini düşürebilir (Yıldırım, 1997, s. 81-82). Bireyin nasıl bir ortamda kimlerle yaşadığı sosyal destek ve ilişkiler açısından önemlidir. Toplum içinde, kurumda, aile ile veya yalnız yaşamak sosyal ağ oluşumu noktasında bireylere farklı imkânlar sunmaktadır. Yaşlılar açısından en büyük sosyal destek kaynağı çocukları ve yakın çevresi olarak bilinmektedir. Aydınır Boylu ve Günay'ın, yapmış oldukları çalışmada yaşlıların çocuklarını görme sıklığı ve akrabalarını görme sıklığı ile sosyal destek arasında olumlu bir ilişkinin olduğu tespit edilmiş olması da bunu destekler niteliktedir (2018, s. 1361).

Yaşlılıkta meydana gelen yeti yitimi ortaya çıkan ekonomik ve sosyal kayıplar, bedensel ve ruhsal hastalıklar yaşlılığı ele alırken çok boyutlu incelemenin, değerlendirmenin yapılması gerekmektedir. Yaşlılıkta en önemli sosyal destek aile gibi görünmektedir ancak yakınlarının kaybı ile yalnız yaşayan, huzurevi gibi bir ortamda kalmayı tercih eden yaşlılarda çok yönlü yaklaşım önemlidir (Gülseren vd., 2000, s. 134). Yaşlılık döneminde sosyal desteğin sağlanmasında sosyal ağların büyüklüğü ve sosyal desteğin niteliği yaşlılık uyum sürecinde önemlidir (Çetin ve Uysal, 2013, s. 193). Ülkemizde hızlı nüfus artışının ortaya çıkardığı kentleşme, endüstrileşme nedeniyle çekirdek aile artmıştır. Kentleşmeyle birlikte kadınlar çalışma hayatına girmiştir. Küçülen ve çekirdekleşen yaşam yaşlıları etkilemiştir. Bu durum kuşaklararası iletişim bozukluklarına sebep olmuştur. İletişimin yanı sıra yaşlıların bu yeni aile düzeninde yer bulamaması yaşının sosyal destek ağlarının zayıflamasına ve yaşlıların kendilerini yalnız hissetmelerine sebep olmuştur (Altay ve Avcı, 2009, s. 140).

Yaşlanma, yaşlı yetişkinlerin, insanların desteğiyle başarılı bir şekilde başa çıkmak için zor bulabilecekleri bir dizi fiziksel, psikolojik ve sosyal düzenlemeleri içeren karmaşık bir süreçtir (Karim vd., 2012). Yaşlı nüfus ülkemizde ve dünyada hızlı bir artış göstermektedir. Toplam nüfusta yaşlıların

payı artarken aile destek sistemleri yavaş yavaş azalmaktadır. Bu yüzden yaşlılarda sosyal destek konusu giderek daha önemli bir duruma dönüşmektedir (Yurcu vd., 2017, s. 30). Yaşlı bireylerin etraflarında var olan sosyal destek sistemini oluşturan aile, akraba, komşu ve arkadaşların varlığı, bireylerin problemlerinin çözümünde destek görmesi ile yaşlının toplumsal hayatta ortaya çıkan güç ve zor durumlarla daha fazla mücadele edebilmesini sağlayarak hayatını kolaylaştırmaktadır. Sorunlar ya da problemler tamamen çözüme ulaşmasa da yaşlının daha mutlu ve güçlü olmasına ve kaliteli bir yaşlılık dönemi geçirmesine katkıda bulunmaktadır. Aydınır Boylu ve Günay'ın yapmış oldukları çalışmada yaşlıların sosyal destek ilişkilerinin artmasının yaşam doyumu üzerinde olumlu katkısı olduğu ortaya koyulmuştur (2018, s. 1361).

Sosyal destek medeni durum, cinsiyet ve yaşa göre daha farklı bir anlam kazanmaktadır. Yaşlılıkta bekâr ya da evli olma durumu önemlidir. Yaşlılıkta bekâr olanların evli olanlara göre ilişki ağı, sosyal çevresi daha dardır. Yapılan bir çalışmada medeni durumla sosyal destek sistemleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (Kaçan-Softa vd., 2016, s. 7). Başka bir çalışmada da medeni durumla sosyal destek arasında ilişki olduğu görülmüştür. Evlilerin dul ve bekârlara göre sosyal destek puanı daha yüksek çıkmıştır (Altıparmak, 2009, s. 161). Yaşlılıkta sosyal destekle cinsiyet arasında ilişkinin olup olmadığını inceleyen çalışmalar da vardır. Yapılan çalışmada sosyal destek ile cinsiyet arasında ilişki olmadığı bulunmuştur (Kaçan-Softa vd., 2016: 7). Aksine başka bir çalışmada ise kadınların erkeklere göre sosyal destek puanlarının daha iyi olduğu sonucu çıkmıştır (Altıparmak, 2009, s. 161). Kadınların yalnız yaşam sürmeleri erkeklere göre daha kolaydır. Fakat erkekler kendi ihtiyacını görmekte zorlanmakta, psiko-sosyal anlamda daha olumsuz etkilenmektedir (Şentürk, 2018, s. 42).

Ekonomik durum her birey için yaşamını devam ettirmesi açısından önem arz etmektedir. Ekonomik durum özellikle

zor durumda olan yaşlı, engelli gibi dezavantajlı gruplar açısından daha önemli hale gelmektedir. Yaşlılar açısından değerlendirildiğinde ekonomik durum algılanan sosyal destek ve sağlıklı yaşlanma durumlarında önemlidir (Kaçan-Softa vd., 2016, s. 10). Eğitim birçok alanda önemli olduğu gibi yaşlılıkta da önemli etkilere sahiptir. Yaşlıların eğitim düzeyleri arttıkça sosyal destek puanlarının da arttığı görülmüştür. Sosyal destek yaşlıların psiko-sosyal ve fiziksel iyiliğini olumlu yönde etkileyerek, saygınlık, memnuniyet, stresle baş etme gibi olumlu duyguların gelişmesinde önemli bir yere sahiptir (Özvurmaz, 2018, s. 123-124). Altıparmağın yapmış olduğu çalışmaya göre yaşlılarda sosyal güvencesi olan yaşlıların olmayanlara göre sosyal desteklerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda çocuğu olanların çocuğu olmayanlara göre de sosyal destek algılarının yüksek olduğu tespit edilmiştir (2009, s. 161).

Sosyal destekle sağlık arasında ilişkinin varlığı noktasında 1970'li yıllardan günümüze kadar pek çok araştırma yapılmıştır. Sosyal destek kavramı temel olarak güvenilme, sevilme, saygı duyulma gibi gereksinimlerin bulunduğu bir temele dayanmaktadır (Başer, 2006, s. 8). Özellikle son yirmi beş yıldır hem hastalıklarla baş etme aracı hem de korumacı bir özelliğe sahip olması açısından sosyal desteğe ilgi uyanmıştır (Eker ve Arkar, 2001, s. 18). Sosyal destek alan kişinin, iyilik durumunun artmasındaki sebepler; kişinin güçlendirilmesi, kendine güveninin artırılması, kimlik ve bağlılık durumlarının korunması sosyal destek için önemlidir. Sosyal destek özellikle fiziksel sağlığın bozulduğu noktada önem kazanmaktadır (Taşkiran, 2010, s. 22). Sosyal destek aslında zor durumda olan insanları içine alan bir durumdur. Sosyal desteği genellikle aile, arkadaş gibi yakın çevreden bekleme durumu söz konusudur. Yakın çevre tarafından gönüllü olarak yapılan bu yardım, yaşlı bireyin mutlu olmasını, eğlenmesini, yaşamdan zevk alacak hale gelmesini sağlayıp onun

daha kaliteli yaşlanmasına destek sağlayacaktır. Yaşlılar bu destek sistemi ile farklı evlerde yaşayan akrabaları ile iletişim halinde olabilmektedir. Yaşamdaki problemleri yönleri birlikte kucaklamak bağları daha da güçlendirerek mutlu olmayı beraberinde getirir. Bu şekilde yaşlı bireyin sosyal destek algısı da gelişecektir (Kanber, 2018, s. 52). Yaşlıların psikolojik sağlığını ve moralini etkileyen bir bileşen olarak sosyal destek, yaşlıların yaşam kalitesi ve moralinin dinamikleri ve iyileştirilmesi açısından bir kaynak ve sosyal bir sermaye olarak düşünülebilir (Emaminaeni vd., 2017, s. 194).

Aile, akraba ve komşuluk ilişkileri yaşlılıkta sosyal desteğin sağlanmasında önemli bir role sahiptir. Yaşlının sosyal ağ büyüklüğü ve algıladıkları sosyal destekte akrabaları ile görüşüyor olmaları önemli bir etkiye sahiptir. Çetin ve Uysal'ın yapmış oldukları çalışmada aile desteğine bakılmıştır. Akrabası ile görüşen yaşlıların görüşmeyenlere göre sosyal desteğinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu araştırma sonucunda yaşlıların günümüz toplum yapısında sorunlara ve gereksinimlere en iyi şekilde cevap verebilmek, rahat ve mutlu şekilde yaşlanmalarını sağlamak amacıyla yeni hizmet modelleri geliştirilebilir (2013, s. 200-201). Aile kişinin kendini en rahat hissettiği, en güvendiği, tüm derdini sıkıntısını paylaştığı en yakın ağ yapılarından biridir. Bireylerin bilişsel açıdan aileden sağladığı sosyal desteğe bakıldığında, ailenin sosyo- kültürel konumuna göre, ailenin sahip olduğu zayıf ağların büyüklüğüne göre değişebilmektedir (Alyüz-Abay, 2018, s. 47). Emami-Naeini ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmanın bulgularına göre yaşlılar arasında aile desteğinin önemli olduğu tespit edilmiştir (2017, s. 193-194). Erkekler kadınlara nazaran komşuluk, arkadaşlık ilişkilerinde özellikle yaşlılıkta ve eşin ölümü ile birlikte daha zayıf duruma düşmektedir ve bu yüzden onların sosyal destek kaynakları kadınlara göre daha azdır. Bu sebeple erkekler eşin kaybindan sonra evlenmeye daha çok gereksinim duymakta-

dırlar (Şentürk, 2018, s. 256). Yapılan çalışmalarda gösteriyor ki yakın çevre yaşlıların daha sağlıklı bir yaşam sürmeleri, kaliteli yaşlanmaları ve yaşamın son evresini mutlu bir şekilde geçirmeleri açısından önemli bir etkiye sahiptir.

Yaşlılıkta Sosyal Destek Mekanizmaları

Yaşlılıkla birlikte fiziksel ve psikolojik olarak birtakım zayıflıklar meydana gelmektedir. Bu zayıflıklarla birlikte diğerine duyulan ihtiyaç da artış gösterir. Yaşın artışı aynı zamanda birtakım ayrılıkların da habercisi konumundadır. Yaşın artışı ile birlikte evde bulunan çocuklar kendi yuvalarını kurarlar ve evden ayrılırlar. Bu dönemde eşin ölümü, arkadaşların, akranların ölümüyle bireyi yalnızlık duygusu kaplar. Aynı zamanda yaşlının emekli olmuş olmasının insanda uyandırdığı işe yaramazlık duygusu da bireyi etkilemektedir. Zamanında çevresinde olan kişilerin birer birer yaşlıyı terk ediyor olması sosyal destek kaynaklarının da yok olması anlamına gelmektedir (Yaşar, 2007, s. 245). Yaşlıların sosyal destek mekanizmaları eksiliyor olsa da sosyal desteğe en ihtiyaç duyulan dönem yaşlılık dönemidir. Zamanla artan sağlık sorunları, yalnızlık ve sosyal hayattan kopma yaşlıların sosyal destek mekanizmalarına ihtiyaç duyduklarını gösteren belirtilerden bazılarıdır.

Sosyal desteği oluşturan kaynaklar genel olarak ikiye ayrılmıştır. Bunlardan birincisi olan formal destek kaynakları; resmi kurum ve kuruluşlar aracılığıyla yasal çerçevede hizmet sunan sivil toplum kuruluşları, gönüllü kuruluşlardan oluşmaktadır. İnfomal bakım olarak adlandırılan ikinci destek kaynağını ise, aile, komşu, akraba, arkadaş gibi çevremizde bulunan aynı zamanda yakın ilişki kurduğumuz kişiler tarafından oluşmaktadır (Özbesler, 2001, s. 11). Bu başlık altında da yaşlılara sosyal destek sağlayan formal ve informal destek kaynaklarına yer verilmiştir.

Aile

Sosyalleşme, sosyal bir yaşama dahil olma yaşlılık döneminde önemli konuların içinde yer almaktadır. Yaşlı bireyin sosyal ilişki ağı ne kadar genişse hayatı da o kadar anlamlı hale gelmektedir. İlişki ağının içinde aile, arkadaş, akraba ve komşularla olan ilişkiler bulunmaktadır (Demirbaş, 2018). Aile yaşlı bireyler için en büyük destek kaynağıdır (Öz, 2002, s. 20). Yaşlılar birçok faktörden dolayı aile içinde kendilerini daha güvenli bulmaktadır. Aile kurumu yaşlılara göre; koruyucu, eğitici, sosyal güvenlik temin edici, psikolojik ve sosyal açılardan güvenlik sağlayıcı bir kurumdur (Özer ve Fadıloğlu, 2006, s. 159). Sosyal ilişkiler bağlamında en uzun süreli ve dayanıklı olan ilişkiler aile ilişkileridir (Canatan, 2008, s. 69).

Yaşlılık döneminde yaşlı bireyin psiko-sosyal açıdan desteklenmesi önemlidir. Bu destekle birlikte yaşlının içinde bulunduğu sosyal ağın büyüklüğü ve sosyal desteğin niteliği bu döneme uyum sağlaması açısından önemlidir. Bizim geleneklerimize göre sosyal destek, aile tarafından sağlanan maddi, duygusal ve bilişsel yaklaşımları içermektedir. Yaşlının kapasitesini arttırmada etkili unsurlar vardır. Ailenin varlığı, ekonomik durum, çevresinde insanların var oluşu bu unsurlardan bazılarıdır. Yaşlılıkla birlikte ilişkilerdeki kalite de değişiklik göstermektedir. Sağlık durumunun kötüye gitmesi, yakınlarının kaybı kaliteyi düşürmektedir (Kalıncara, 2016, s. 160-162). Yaşlılık döneminde yaşlı bireyin ailesi, eşi, arkadaşlarından oluşan sosyal ağı yaşlı bireye etkili bir şekilde sosyal destek vermektedir. Sosyal destekle beraber yaşlı yaşamdan zevk almaya başlar ve bu durum moral artışına da yardımcı olur. Aynı zamanda aile bireylerinin sağlamış olduğu sosyal destek yaşlı bireyin sağlıklı şekilde yaşam sürmesini de sağlar ve kronik rahatsızlıklarla baş etmelerini de kolaylaştırır (Kalıncara, 2016, s. 165).

Yapılan bazı çalışmaların verileri de ailenin ve yakın çevrenin yaşlılıkta sosyal destek sağlama açısından ne kadar önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Özer ve Fadiloğlu'nun yapmış olduğu çalışmaya göre yaşlıların %90,7'si aile üyelerinden biri kriz yaşadığında ona destek olduğunu söylerken, %54,7'si aile içi ilişkilerinin iyi olduğunu ve %88'i sürdürdüğü yaşamdan memnun olduğunu belirtmiştir. Aynı zamanda bu yaşlıların günlük yaşam aktivitelerini gerçekleştirme düzeylerinin de yüksek olduğu görülmektedir. (2006, s. 160-162).

Li ve Tracy'nin yapmış olduğu çalışmada katılımcılardan evli olanlardan %83 üne bir eş, %75'ine çocukları, %20'sine akrabaları yardım etmektedir (1999, s. 364).

Türkiye Aile Yapısı Araştırmasının 2016 verilerine baktığımızda yaşlılara birincil bakım sağlayanların büyük kısmını %27,8 ile gelinlerin oluşturduğu görülmektedir. İkinci sırada kız evlat (%23,1) yer alırken üçüncü sırada eşler (%17,9) yer almaktadır. Erkek evlat ise %13,7 ile dördüncü sıradadır. Bakım verenler ise anne (%5,7), diğer akrabalar (%3,3), torunlar (%2,7), komşular (%2,1), baba (%2,0) ve formel bakım görevlileri (%1,7) şeklindedir (Arun ve Holdsworth, 2018, s. 346). Hanehalkı tipine göre yaşlılara kimlerin bakım sağladığı da ele alınmıştır. Çekirdek ailelerde yaşlıların bakımını en çok üstlenen kişilerin eşler (%73,0) olduğu görülmüştür. Geniş ailede ise yaşlıların bakımını büyük oranda gelinler (%44,2) üstlenmektedir. Dağılmış ailelerde ise yaşlının bakımını daha çok üstlenen kişinin kız çocukları (%41,3) olduğu görülmüştür (TAYA, 2016, s. 196).

Yaşlılıkta sosyal destek noktasında geniş ailede yaşıyor olma, çekirdek ailede yaşıyor olma ya da dağılmış ailede yaşıyor olma durumu verilerden de anlaşıldığı üzere etkilidir. Türkiye Aile Yapısı Araştırmaları verilerinin analizinde ataerkil geniş ailede yaşayan yaşlıların sağlık durumlarının

ortalama olduğu görülürken sosyoekonomik düzeylerinin ise alt-orta düzeye yakın olduğu görülmüştür. Çekirdek aile, dağılmış aile ve özellikle tek kişilik aile tipi olma yönündeki bu eğilim daha kötü sağlık durumuna ve daha düşük sosyoekonomik statü düzeyine yol açabileceğini göstermektedir. Ataerkil geniş aileden çekirdek aileye doğru meydana gelen değişim bakım veren ana aktörlerin kaybına ve diğer taraftan sosyal destek ağ üyelerinin çeşitliliğini getirecektir. Hem sağlık hem günlük yaşam aktiviteleri hem de sosyoekonomik statü açısından geniş aileler nispeten daha avantajlıdır. Türkiye'deki bütün çekirdek ailelerin yaklaşık olarak %75'inin çocuksuz ve yaşlı çekirdek ailelerden oluştuğuna ilişkindir (Arun ve Holdsworth, 2018, s. 352).

Ailenin yakınlığı ve sosyal desteğin kaygı ile ilişkisini inceleyen araştırmanın sonucunda, sosyal desteğin kaygının önemli bir yordayıcısı olduğunu, daha yüksek kaygı düzeylerini bildiren yetersiz sosyal destek algılayan yaşlı yetişkinler olduğunu göstermiştir (McCulloch, 1995, s. 75). Ailenin, çocukların ve yakın çevrenin varlığı yaşlı bireyi hem sağlık açısından hem psikolojik açıdan etkilemekle birlikte aynı zamanda yaşama daha aktif katılım sağlamalarına yardımcı olmaktadır (Onur, 2006, s. 346).

Komşuluk

Komşuluk ilişkileri farklı kültüre, topluma ve coğrafyaya göre farklılık gösterse de sosyal hayat içinde birçok veriyi içinde barındırır. Modernite ve küreselleşme etkisini gösterse bile komşuluk hala aileden sonra gelen en güçlü sosyal bağıdır. Komşu gündelik hayatta vazgeçilmez bir unsurdur (Koyuncu, 2014, s. 12). Yaş ilerledikçe özellikle komşularla görüşme tek ve en önemli ilişki biçimi olabilmektedir. Yaşlılara en yakın olan komşularıdır. Önemli bir durumda çocukları yaşlılara ulaşana kadar komşuları ulaşır. Bu yüzden yaşlılıkta komşu desteği önemlidir.

Yapılan bir çalışmada 65 yaş ve üzeri bireylerin komşularıyla sık sık (%95,9) görüştükleri görülmüştür (Özbay, 2014, s. 37-38). Yaşlıların komşuluk ilişkileri ve aile yaşamından tatmin düzeyinde azalma 75-89 yaş arasındaki bireylerde daha genç olanlara göre daha belirgin şekilde azalmaktadır. Bu azalmada özellikle fiziksel aktivite sınırlaması, eşin kaybı, yalnız yaşama durumları etkili olmaktadır. Cinsiyet açısından değerlendirildiğinde ise yaşlıların yaşam tatmininde komşuluk açısından anlamlı bir fark görülmemiştir (Görgün-Baran vd., 2007, s. 14-17). Komşuluk ilişkileri yaşlı kadınlar için önemli bir sosyal destek ağıdır. Komşularla belirli aralıklarla yapılan mevlit, gün gezmeleri kadınların faydasına olan en önemli sosyal faaliyetlerdendir (Şentürk, 2019, s. 516).

Türkiye Aile Yapısı Araştırması 2016 verilerine göre yaşlıları aileleri dışında en çok kimlerin ziyaret ettiğine bakıldığında ilk sırada olanların komşular (%30,4) olduğu görülmüştür (TAYA, 2016). Komşuluk ilişkileri cinsiyete göre farklılık gösteren bir durumdur. Yaşlı erkekler için komşular aileden sonra gelen önemli destek kaynağı olarak görülmemeyebilir. Bunun muhtemel sebebi erkeklerin çalışıyor olmalarıdır. Diğer bir sebebi de erkeklerin kadınlar kadar komşuları rahatça ziyaret edememeleridir. Bu yüzden erkeklerle kadınların komşuya yükledikleri anlam farklı olabilir. Günümüzde yaşlı kadınların çoğu zamanında ev hanımı olduğu için komşuluk ilişkilerini daha sıkı yürütebilmektedir. Komşularıyla sürekli iletişim içinde olabilmektedir. Bu yüzden yaşlı kadınlar için komşu önemli bir destek kaynağıdır.

Arkadaşlık

Arkadaşlık ilişkileri yaşlılarda sosyal destek sağlama ve yaşlıların yalnızlık duygusuyla mücadele etmeleri açısından önemlidir. Yaşlılar geliştirdikleri arkadaşlık ilişkileri sayesinde sevgi şevkat, güven, bağlılık ve anlayış gibi olumlu so-

nuçlar tecrübe ederler. Yaşlılara destek sağlama konusunda arkadaşlık ilişkileri bazı durumlarda aile desteğinden önemli olabilmektedir. Aile desteği zorunluluk sonucu oluşan bir destekken arkadaş desteği gönüllülüğe dayanmaktadır. Yaşlıların özellikle çocuklarının ve eşlerinin bulunmayışı durumunda arkadaşlık ilişkileri önem kazanmaktadır. Özellikle sevilen birinin kaybı noktasında arkadaşlar benzer kayıpları yaşadığı için aile üyelerine göre daha çok destek sağlayabilirler (Kılavuz, 2005, s. 32-34). Aile ilişkilerinin yanı sıra yaşlının yaşamında önemli olan konulardan biri de arkadaşlık ilişkileridir. Yapılan araştırmalar kadınların erkeklere göre daha derin arkadaşlıklar kurabildiğini göstermiştir. Yaşlılıkta bunalımdan kurtulma ya da bunalıma girmemek için arkadaşlık ilişkilerinin önemli olduğu vurgulanmaktadır (Onur, 2006, s. 346). Özellikle yaşlılıkta arkadaş ile kurulan ilişkinin yaşam tatminini de olumlu etkilediği görülmüştür (Görgün-Baran vd., 2007, s.13-14).

İçli'nin yaptığı çalışmaya göre yaşlı bireylerin moral ve duygusal aktarımları ile karşılıklı ilişkilerini sürdürmesi, dayanışma ve komşuluk ilişkileri gibi destek mekanizmalarının birbiri ile ilişkili olduğu görülmüştür (2010, s. 9). Yaşlılıkta aile ilişkilerinden ziyade arkadaş grupları önem kazanmaktadır. Yaş ilerledikçe aile üyeleri her zaman için bir arada olmayabilir. Bu noktada daha çok arkadaşlık ve komşuluk ilişkileri önemli olabilir (Görgün- Baran, s: 3). Özkul ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmaya göre yaşlı bireyler arkadaş ve komşularıyla olan ilişkilerini ne iyi ne kötü (%58) olarak tanımlarken, haftada 1-2 kez (%46) görüştiklerini ve onlarla çok sık sosyal etkinliklerde (arkadaş ziyaretleri yapmak, hama, camiye, kıraathaneye gitmek vb.) bulunduklarını ifade etmişlerdir (%84,2). Aynı zamanda yaşlılar yakınlarıyla sohbet ettiklerini (%33,3), komşu akraba ziyaretleri yaptıklarını (%29,7) dile getirmişlerdir. Yaşlıların yaklaşık yarısı toplumsal ilişki kurabilmek için çaba gösterdiklerini ifade ederken

çevresindeki kişilerle sohbet ederek, komşu-akraba ziyareti yaparak, alışverişe giderek ve dini toplantılara katılarak hem toplumsal ilişki kurmaya çalışmakta hem de boş zamanlarını değerlendirebilmektedir. Araştırmaya göre evli yaşlıların büyük çoğunluğunun eşleri ile birlikte alışveriş yapmak, komşu-akraba ziyaretinde bulunmak gibi çeşitli sosyal etkinlikler yaptıkları tespit edilmiştir (2019). Yaşlılar arkadaşları ile günlük olaylar hakkında konuşarak ve farklı etkinlikler yaparak birbirlerine destek olurlar. Özellikle aile üyelerinin olmayışı durumunda arkadaşlar yaşlılar için güvenilir bir sırdaş olarak yaşlılara destek sağlarlar (Kılavuz, 2005, s. 38).

Yerel Yönetimler ve Kamu Kuruluşları

Yerel yönetimlerden olan belediyeler insanlara erişilebilirliği sağlama, bakım, sağlık, barınma ve gelir desteği gibi hizmetler sunmaktadır. Yaşlılar özelinde belediyeler, 65 yaş ve üstü maddi durumu iyi olmayan bireylere indirimli ya da ücretsiz ulaşım kartı hizmeti vermekte ve muhtaç durumda olan yaşlılara ayni ve nakdi yardım da yapmaktadır. Ayrıca bazı belediyeler bakıma muhtaç yaşlılara evde bakım hizmeti de sunmaktadır. Bu kapsamda hemşirelik, bakım, doktor muayenesi, fizik tedavi gibi sağlık hizmetlerinin yanı sıra kişisel bakım, temizlik, ev içi tamir ve tadilat gibi sosyal bakım hizmeti de verilmektedir (Akarsu, 2014, s. 57-58). Yerel yönetimler çocuk evinden huzur evi işletmeye kadar tüm yaş guruplarına hizmet sunmaktadır. Yerel yönetimler hem yaşlılara hem de yaşlılarla beraber tüm yaş guruplarına hizmet vermektedir. Örneğin yoksul yaşlılara huzurevi, bakım evi, yemek ve gıda yardımı hizmeti verilmektedir. Sağlık durumu kötü olan yaşlılara sağlık, bakım, ulaşım gibi hizmetler verilmektedir. Bunların yanı sıra kültür, sanat, eğitim ve gezi gibi hizmetler de sunulmaktadır (Kurtkapan, 2017, s. 94-95). Yerel yönetimler yaşlıları düşünerek kamusal alanda düzenlemeler

yapmaktadır. Bu şekilde yaşlıların hem açık alana çıkmaları sağlanmakta hem de sosyal ve kültürel faaliyetlere katılımı desteklenmektedir (Kurtkapan, 2018, s. 40). Kısacası yerel yönetimler yaşlılara sosyal ve kültürel faaliyetler, sağlık ve bakım hizmetleri gibi birçok hizmet sunmaktadır.

Yaşlılara hizmet veren belediyelerin sayısı gün geçtikçe artmaktadır. Türkiye’de hem büyükşehir hem de ilçe belediyeleri özelinde yaşlılara sunulan hizmetlerin birçoğunu Konya’daki belediyeler sunmaktadır. Ücretsiz toplu ulaşım, ücretsiz ve hijyenik tuvalet hizmeti, park alanları, dinlenme bankları, kamelyalar, yürüyüş ve bisiklet yolu gibi hizmetlerden bazıları Türkiye ortalamasının üstündedir. Yaş grubu ayırmadan il ve ilçe belediyeleri tarafından hizmetler sunulmaktadır. Yaşlılar özelinde ise üç önemli hizmet türü vardır. Bu hizmetler; emekli lokalleri, Alzheimer gündüz yaşam merkezi ve evde bakım hizmetleridir (Açıkgöz, 2021: 77).

Yaşlılara yerel yönetimlerin dışında kamu kurum ve kuruluşları da hizmet vermektedir. Bu hizmetlerden bazıları; sosyal güvenlik, sosyal yardımlar, sosyal hizmetler ve sağlık hizmetleri şeklindedir. Sosyal güvenlik kapsamında yaşlılara sunulan sosyal güvenlik hizmetleri Emekli Sandığı Kanunu (5434 ve 2022 sayılı Kanunlar), Sosyal Sigortalar Kurumu Kanunu (506 sayılı Kanun ve bu Kanun’un 20. maddesi ile 2925 sayılı Kanun), Esnaf ve Sanatkârlar ve Diğer Bağımsız Çalışanlar Kanunu (1479 ve 2926 sayılı Kanunlar) aracılığıyla gerçekleştirilir. Bunların dışında herhangi bir sosyal güvenlik kuruluşuna tabi olmayan ve ihtiyaç durumunda olan yaşlılara 3294 sayılı Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışmayı Teşvik Kanunu gereği yardım yapılmaktadır. Sosyal yardımlar kapsamında, Başbakanlık Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışmayı Teşvik Genel Müdürlüğü ile 1986’da yürürlüğe giren 3294 sayılı Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışmayı Teşvik Kanunu kapsamında; fakr-ü zaruret içinde ve muhtaç durumda olan, sosyal güvenlik kuruluşlarına tabi olmayan ve aynı zamanda

bu kuruluşlardan aylık ve gelir almayan (2022 sayılı Kanun'a göre aylık alan kişiler dâhil) yaşlılar vakfından yararlanmaktadır. Yine Ülkemizde "65 Yaşını Doldurmuş Muhtaç, Gücsüz, Kimsesiz Türk Vatandaşına Aylık Bağlanması Hakkındaki Kanun"un uygulamaları 1977 yılından beri devam etmektedir. Sosyal hizmetler kapsamında ise Özel Huzurevleri ve Yaşlı Bakımevleri Yönetmeliği hükümleri gereği 55 ve daha büyük yaşta olan sosyal ve ekonomik yönden yoksunluk içinde bulunan ve kuruluş bakımına ihtiyaç duyan yaşlı bireylerin özel huzurevlerinde, özel bakım gerektiren yaşlıların ise bakımevlerinde bakım ve korumaları sağlanmaktadır. Sağlık hizmetleri kapsamında ise Sağlık bakanlığı Tedavi Hizmetleri Genel Müdürlüğü, "21.yüzyılda herkes için sağlık" politika-sının beşinci hedefi olarak "sağlıklı yaşlanma ve yaşlıların sağlığı" ile ilgili çalışmalar başlatmıştır ve bu çalışmalar kapsamında hizmetler devam etmektedir (Millî Eğitim Bakanlığı, 2011, s. 15-24).

Sivil Toplum ve Özel Sektör

Ülkemizde yaşlılara birçok kurum ve kuruluşlar aracılığıyla hizmetler sunulmaktadır. Bunlar yerel yönetimler, kamu kurum ve kuruluşları, sivil toplum örgütleri ve özel sektördür. Sivil toplum örgütleri yaşlanma, sağlıklı yaşlanma vb. konularda çalışmalar yapmaktadır. Sempozyum, kongre ve toplantılar düzenlemektedir. Bu sivil toplum örgütlerinden bazıları; Geriatri Vakfı, Geriatri ve Gerontoloji Derneği, Hacettepe Üniversitesi Geriatrik Bilimler Araştırma Merkezi (GEBAM), Geriatri Fizyoterapistleri Derneği, Milli Eğitim Sağlık Eğitimi Vakfı (MESEV), Türkiye Gücsüzler ve Kimsesizlere Yardım Vakfı, Türkiye Yaşlılık Konseyi Derneği (TURYAK) ve Türkiye Aile Planlaması Derneğidir (Millî Eğitim Bakanlığı, 2011, s. 25-26).

Sivil toplum kuruluşları yaşlılara yönelik sunulan hizmetlerin yürütülmesinde aktif rol almaktadır. Talepleri dik-

kate alarak ilerleyen sivil toplum örgütleri insanların refah düzeylerini geliştirecek hizmetleri sunabilmektedir. Sivil toplum kuruluşlarının; koruyucu-önleyici, danışmanlık, savunuculuk ve kaynak yöneticiliği rollerini tam anlamıyla kullanabilmeleri, toplumların sosyal adalet ve insan haklarını içselleştirebilmesine olanak sağlayacaktır (Artan, t.y., s. 133-134).

Özel kuruluşlarca yaşlılara özel huzurevleri ve özel bakım evleri hizmet vermektedir. Bunların dışında gerçek kişiler ile ticaret şirketi şeklinde yapılanmış tüzel kişilere ait polikliniklerde evde bakım hizmeti verilmesi yönünde çalışmalar yapılmaktadır. “Özel Huzurevleri ve Yaşlı Bakım evleri Yönetmeliği (3 Eylül 1997)” kapsamında 55 yaş ve üstü olan sosyal ve ekonomik olarak yoksunluk içinde olan ve kuruluş bakımına ihtiyacı olan yaşlı bireyler özel huzur evlerinde; özel bakıma ihtiyaç duyan yaşlıların ise özel bakım evinde bakım ve korunmaları sağlanmaktadır. Yine özel huzurevlerinde ve yaşlı bakım merkezlerinde; 55 yaşını bitirmiş yaşlılığa bağlı demans-Alzheimer hastası, ağır felçli, yatağa bağımlı veya özel bakım gerektiren diğer durumlarda başkasının desteğine ihtiyaç duyan yaşlılara 24 saat yatılı hizmet verilebilme olanağı sağlanmıştır (Milli Eğitim Bakanlığı, 2011: 26-28).

Yaşlılıkta Formal ve İnfomal Bakım Arasındaki Farklılıklar

Günümüzde geleneksel yapının hala devam ediyor olmasından dolayı yaşlı bireylere çoğunlukla aile fertleri bakım vermektedir. Bu yüzden bakımı veren aile bireylerini hem ekonomik hem de psikolojik olarak desteklemenin yollarının aranması gerekmektedir. Bunun yanı sıra ülkemizde kurum bakımı hizmetlerinin de geliştirilmesi artan yaşlı nüfusun ihtiyaçlarını karşılamada önemlidir. Ailelerin yatılı kurum bakımı son tercihi olsa da kurum hizmetlerinin artan yaşlı nüfus göz önünde bulundurularak geliştirilmesi gerekmektedir (Kurt vd., 2010, s. 38). İnsanlar genç ve sağlıklıyken kimseye muhtaç olmadan yaşamaya alışmışlardır. Bireyler, yaşlılıkla

birlikte gerek ekonomik sebepler gerekse sağlık şartlarından dolayı aileleriyle birlikte yaşama durumunda kalabilirler. Bu durum yaşlıları psikolojik yönden etkileyen bir durumdur. Şartlar ne olursa olsun yaşlıların ilk tercihi her zaman için kendi evlerinde yaşamak olmaktadır. Her ebeveynin aile içinde belli başlı sorumlulukları vardır. Evin bakımı, çocukların ihtiyacı, eşlerin ihtiyacı ailenin karşılaması gereken ihtiyaçlardır. Buna bir de yaşlılıkla birlikte ana-baba ile ilgilenme de eklenmiştir. Geleneksel aile yapılarında anne baba bakımı ailenin sorumluluğu olarak görülmektedir. Bu şekilde yaşlı bireyin çocuklarının kendisine bakıyor olması en büyük destek ve sosyal ağ kaynağı olur (Kalınkara, 2016, s. 162-165).

Kuruma getirilmiş yaşlılarla evde yaşayan yaşlılar arasında fark vardır. Özellikle kuruma gelmiş yaşlılar kendilerine saygı duymamakla birlikte yine kendilerini ailelerine yük olarak görmektedir. Kurumda kalan yaşlılar evde kalan yaşlılara göre psiko-sosyal açıdan da farklılık göstermektedir. Kurumda yaşayan yaşlı bireyler çevrelerinden izole olmaya ve iç dünyalarına çekilmeye meyillilerdir. Bu kişilerde sosyal destek algısı oldukça düşüktür. O yüzden kurumda kalan yaşlılar için kurum içi etkinlikler düzenleyerek sosyal ilişkiler kurmalarını, aynı zamanda paylaşımda bulunmalarını sağlamak gerekmektedir. Bunun yanı sıra bulundukları kurumlara karşı aidiyet duygularını geliştirmeye çalışmak da bu noktada önemlidir. Özellikle ailesi ya da akrabaları tarafından ziyaret edilmeyen yaşlılar için kurumda yapılan gezilere katılım sağlamaları, varsa el işi atölyelerine katılım sağlamalarına yardımcı olunmalıdır (Kanber, 2018, s. 52).

Yaşlılar genellikle informal bakım yoluyla desteklenmektedir. İnfomal bakım hem geleneklere bağlı olmakla ilişkilidir hem de henüz formal bakımın yaygın olmaması ile ilgilidir. Fakat çocuklardan gelen destek ekonominin yükselişi ile birlikte azalma göstermektedir. Bilim adamları bu azalmaları çeşitli faktörlere bağlamıştır;

Geniş ailenin yerini çekirdek (nükleer) ailenin alması,

- Çocukların yetişmesi ve gücü ellerine almaları nedeniyle yaşlı bireylerin ekonomik kaynaklarının ve statülerini azalması,
- Aile değerlerinin azalması ve bireyselliğin yükselmesi,
- Ekonomik zorluklar nedeniyle kaynakların ebeveynlerden çok çocuklara yönlendirilmesi,
- Finansal bağımsızlığa ulaşan kadının özgürleşmesi, dolayısıyla bakım vermede daha az zamana sahip olması ve bakım verme rollerini düzenlemede güçlüklerle karşılaşması,
- Gençlerin kırsal kesimden göç etmeleri (Kalınkara, 2016, s. 166-167).

Yapılan bazı çalışmalar yaşlıların formal ve informal bakımla ilgili memnuniyet düzeylerini ölçmüştür. Aynı zamanda yaşlıların kurum bakımına, evde bakıma, evde kendi başlarına ya da aileleri ile yaşıyor olmaları arasında memnuniyetlerini, sosyal destek algılarını ölçen bazı araştırmalar yapılmıştır. Onlardan bazılarının sonuçları şöyledir;

Örsal ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmaya göre evinde yaşayan yaşlıların huzur evinde yaşayan yaşlılara göre aile ve sosyal desteğinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (2012, s. 335).

Aksüllü ve Doğan'ın yapmış olduğu çalışmada huzurevinde kalan ve evlerinde bulunan yaşlıların sosyal destek ortalama algı puanları karşılaştırılmıştır. Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal destek puanı 26.28, evlerinde yaşayanların sosyal destek puanı ise 74.29 olarak bulunmuştur. Aileden alınan sosyal destek karşılaştırıldığında ise huzurevinde (7.35) yaşayanların evinde (25.68) yaşayanlara göre sosyal destek ortalama puanı düşük çıkmıştır. Aynı zamanda huzurevinde (11.02) kalan yaşlıların arkadaş desteği puanı evde kalan (24.66) yaşlılara göre daha düşük bulunmuştur (2004, s. 79-80).

Korbin ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmaya göre ücretli bakım kaynağı kullanımının artmasına rağmen, informal bakıcıların rolünün aynı kaldığı yani azalmadığı gözlenmiştir. Diğer bazı çalışmalar, informal bakımın, program hizmetleri almaya uygun kişiler için bile önemli bir bakım kaynağı olmaya devam ettiğini göstermiştir (2000, s. 252).

Formal ve informal bakım durumunun yanı sıra yapılan araştırmalarda yaşlılıkta ekonomik durum, evli ya da dul olma gibi faktörlerin sosyal destek durumlarını etkilediği görülmektedir.

Altıparmak'ın huzurevinde yapmış olduğu çalışma, gelir düzeyine göre sosyal desteğin değiştiğini göstermektedir. Araştırma bulgularına göre huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin algıladıkları sosyal desteğin, geliri iyi olanların daha yüksek olduğu görülürken, geliri düşük olanların daha az olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda huzurevinde yaşayan yaşlılarda kadınların erkeklere göre sosyal desteklerinin ve yaşam doyumlarının daha iyi olduğu, aynı zamanda evli/dul olanların hiç evlenmemişlere göre aynı şekilde daha iyi olduğu tespit edilmiştir (2009, s. 163).

Hem ücretli hem de informal yardımcı kullananların oranı günlük yaşam aktivite bağımlılığı ile artmıştır. Bir kişi ne kadar bakıma muhtaç olursa informal veya ücretli bakımın tek başına o kişinin ihtiyaçlarını karşılama olasılığı o kadar düşüktür. Veriler uzun süre ev bakımı alan yaşlılar için 1982 ile 1994 yılları arasında ücretli bakımın arttığını açıkça göstermektedir. Bu artışın sebebi daha yüksek gelir, sağlığın kötüleşmesi ve informal bakım verenlerin daha az kullanılabilişliği gibi birçok faktörden kaynaklanmaktadır (Korbin vd., 2000, s. 247).

Li ve Tracy'nin 59 yaş ve üstü olan yaşlılarla yapmış olduğu çalışmada günlük yaşam aktivitelerini (yeme, giyinme, tuvalet vs.) ve günlük yaşam araçsal faaliyetlerini yerine

getirme (yemek hazırlamak, alışveriş yapmak vs.) oranının %35'inin yani üçte birinden fazlasının sorunsuz bir şekilde gerçekleştirdiği saptanmıştır. Bununla birlikte, bazı katılımcıların alışveriş gibi güç gerektiren faaliyetlerde daha fazla yardıma ihtiyaçları olduğu sonucu ortaya çıkmıştır (% 34) (Li ve Tracy, 1999, s. 363).

Yaşlılık Döneminde Sosyal Sermaye: Yaşlılıkta İlişki Ağları ve Aktif Yaşlanma Araçları

Sosyal sermaye kavramının sosyal bilimler literatüründe tartışılmaya başlanması 20. yüzyılın ortalarına dayanmaktadır. Yoğun bir şekilde tartışılması ise 1960'lı yıllardan sonrayı bulmuştur (Yarıcı, 2011, s. 126). Sosyal sermayenin tartışılmaya başlanmasıyla beraber farklı tanımlar da ortaya çıkmaya başlamıştır. Özellikle Pierre Bourdieu, James Coleman ve Robert Putnam'ın çalışmalarıyla birlikte ilgi ve merak daha da artmıştır.

Sosyal sermayenin temelinde sosyal ilişki ve iletişim ağlarının çok değerli olduğu fikri yatmaktadır. Sosyal sermaye kişinin grupla olan bağını ifade eder. Bireysel olanla kolektif olan arasında köprü görevi görür (Görgün- Baran vd, 2020: 74). Sosyal sermaye bireylerin resmi ve sivil kurumlara olan üyelikleri, sosyal ilişkiler ve bağlantılar yoluyla gerçekleştirdiği faaliyetler ve bunların sonucunda fayda sağlama kapasitesi olarak tanımlanabilmektedir. Sosyal sermayenin kaynakları ise aile, arkadaş, komşu ve bağlı olunan kurumlardaki araçlardır. Sosyal sermaye komşular, aileler ve bireyler arasında olan bağa işaret ederken diğer yandan toplumdaki gruplar arasındaki bağlara da işaret etmektedir (Tatlı, 2013, s. 91).

Pahl ve Spencer yakın bağların zayıf yaşlılık döneminde fiziksel ve zihinsel destek sağlamak açısından önemli olduğunu ifade etmişlerdir (Kitapçı, 2015, s. 25). Yaşlılar yaşamın

içinde geçirdikleri sürede edindikleri sosyal ilişki ve sosyal çevre ile bir sosyal sermaye oluştururlar (Görgün- Baran ve Kurnaz, 2019, s. 43). Yaşlıların yaşamış oldukları sağlık sorunları, ekonomik sıkıntıları sosyal sermayelerini sınırlamıştır. Bu sıkıntılar sebebiyle yaşlıların sosyal sermayesi ailesi, yakınları ile sınırlı kalmıştır. Yaşlıların topluma dahil olma, yabancı kültürleri tanıma, eğlence amaçlı kültürel faaliyetlerden uzak kaldıkları görülmektedir (Görgün- Baran vd., 2020, s. 73).

Sosyal Sermaye

Sosyal sermayenin tek bir tanımını yapmak zordur. Sosyal sermaye kavramı ekonomi, iktisat, sosyoloji, psikoloji gibi birçok sosyal bilime ve disipline konu olmuştur (Tüzünoğlu, 2020, s. 18). Sosyal sermaye ile ilgili alanyazına bakıldığında ilişkiler, ağlar, sosyal bağlantılar, güven, normlar ve değerler gibi kavramlar sosyal sermayeyi tanımlarken sıkça kullanılmaktadır. Bireyin toplumsallaşması ve yeni ağlara sahip olmasıyla genişlemiş yeni normlar ve değerler oluşmaya başlamıştır (Direk, 2019, s. 58). Toplumda her insan aslında bir sosyal sermayeye sahiptir. Burada sahip olundandan kastedilen aile, grup, parti ve benzeridir. Bu durum bireyin aileye, gruba partiye aidiyetini ifade etmektedir. Bireyler bu aidiyet aracılığıyla ait olduğu grubun ağlarını ve kaynaklarını kullanabilir (Yarıcı, 2011, s. 131).

Sosyal sermaye belirli bir nüfusa göre tanımlanır. Bu nüfus, köy, etnik grup vb. olarak düşünülebilir. Sosyal sermaye bu gruplardaki işbirliği ve ağlarla ilgilenmektedir (Paldam, 2000, s. 631). Sosyal sermaye ile insanlar arası değerler paylaşarak güvenli bir kaynak oluşturulur (Kaya, 2020, s. 35). Sosyal sermaye ile ilgili farklı tanımlamalar yapılmıştır. Özellikle Pierre Bourdieu, James Coleman ve Robert Putnam'ın çalışmalarıyla birlikte sosyal sermayenin popülerliği artmıştır.

Lin sermayeyi tanımlarken iki farklı sınıfta değerlendirmiştir. Bunlardan ilki Klasik Sermaye Teorisidir. Bu teori Marks'a ait bir teoridir. İkincisi ise Yeni Sermaye Teorisidir. Lin bu teoriyi dörde ayırmıştır. Bunlardan ilki Beşerî Sermayedir ve kuramcıları olarak Schultz ve Becker'den bahsetmektedir. İkinci olarak Kültürel Sermayedir. Kültürel Sermayenin kuramcısı olarak Pierre Bourdieu'dan söz eder. Üçüncü olarak Sosyal Sermayeyi ele alır. Kuramcıları olarak Bourdieu, Coleman, Putnam, Lin, Burt, Marsden ve Flap'ı ele alır. Son olarak Entellektüel Sermayeden bahseder ve kuramcıları olarak Edvinson, Stewart ve Sceiby söz eder (Direk, 2019, s. 47). Sermaye ele alınırken genel olarak beşerî, kültürel, sosyal ve entellektüel sermaye olarak ele alınmıştır. Sosyal Sermayeyi daha ayrıntılı ele almadan önce bu sermaye türlerine kısaca değinmek sermaye türlerini anlamak açısından faydalı olacaktır.

Beşerî sermaye ebeveynlerin eğitimi ile ölçülür. Çocuk için öğrenmeye yardımcı olacak bilişsel bir ortam potansiyelidir (Coleman, 1988, s. 109). Beşerî sermaye, sahip olunan bilgi, beceri ve niteliklerin hem bireysel hem sosyal hem de ekonomik açıdan değer yaratması gereken bir forma ulaşması ile mümkündür (Direk, 2019, s. 49-50). Kültürel sermaye Bourdieu'nun da sözünü ettiği gibi toplumdaki sınıfsal farklılığı göstermektedir. Kültürel sermayeye sahip olan bireylerin eğitim başarıları da birbirinden farklıdır (Tüzünoğlu, 2020, s. 16). Entellektüel sermaye kurumun sahip olduğu bilgi, norm ve değerlere işaret eder. Entellektüel sermaye bir örgütün diğer örgüte kıyasla sahip olduğu bilgi, kültür, değerleri ve normları içine alan soyut varlıklardır (Direk, 2019, s. 56). Diğer bir ifade ile bir organizasyonda yer alan maddi olmayan varlıkların tamamıdır (Kaya, 2020, s. 34). Sosyal sermaye, sosyal ilişkilerin ekonomiyi ne şekilde etkilediğini ele alan kavramdır. "Sosyal" kavramı, tek başına bireyde olamayacağı ifade eder. "Sermaye" kavramı ise sosyal sermayenin,

ekonomik sermaye, beşerî sermaye gibi diğer sermaye türleri ile bir ilişkisi olduğunu göstermektedir (Özdemir, 2008, s. 82).

İnsanların temel ihtiyaçlarının haricinde de birtakım başka ihtiyaçları vardır. İletişim de bu ihtiyaçlardan biridir. İletişim, günlük hayattaki telaşın yükünü kimi zamanda yalnızlığı azaltır ve bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını gidermesine yardımcı olur. Her dönemde olduğu gibi yaşlılıkta da karşılıklı iletişim önemlidir hatta, iletişimin en önemli olduğu dönemdir. İletişim artık bir nevi dört duvar arasında kalmış olarak görülen kişilerin en önemli motive aracıdır. Yaşlılıkla birlikte iletişimde, aktivitelerde de birtakım kayıplar yaşanmaya başlanır. Örneğin emekli olmuş yaşlı bir birey, sosyal ağlarını, çevresini kaybetmeye başlar, evden çıkmakta zorlanan başka bir yaşlı komşuluk ilişkilerini kaybetme eğiliminde olabilir. Bu noktada yaşlıların etkinliklerini, ilişkilerini kaybetmemek için gösterdikleri çaba önemlidir. Yani sosyal sermaye oluşumlarını geri kazanma ya da yenisi inşa etme noktasında birtakım imkânlar dahilinde çaba sarf etmeleri onlar için önemlidir. Çünkü sosyal sermayede ilişkiler önemlidir. İnsan ne kadar fazla kişiyi tanıyorsa, ortak görüş paylaştığı insanlar ne denli çok ise sosyal sermaye açısından o kadar zengindir. İnsanlar çoğunlukla bir şeyin olmasını istediklerinde resmi sistemden kaçınır, tanıdıkları insanlarla konuşmayı tercih ederler. Güvenilir arkadaş, aile veya tanıdık birileri, bürokrasiden daha stressizdir. Yani aslında ne bildiğin değil kimi tanıdığın önemlidir. Bu noktada iletişim ağlarına üyelik ve ortak değerler etkili hale gelmektedir (Field, 2008, s. 1-3). Sivil katılım çeşitli ve karmaşıktır. Sivil katılım sosyal bağlar, daha iyi okullar, daha hızlı ekonomik kalkınma, daha az suç ve daha etkili bir yönetim gibi çeşitli unsurları içinde barındırmaktadır. Aktarılan bu sonuçlar daha ileri bir doğrulama ya da ayrıntılandırmayı gerektirse de farklı disiplinlerde yapılan farklı çalışmalar arasındaki paralellik dikkat çekicidir. Bu farklı fenomenleri anlaşılır kılmak adına “sosyal sermaye”

kavramını kullanmışlardır. Sosyal sermaye toplumsal olarak etkili bir etkileşim aracıdır. Sosyal sermaye stoğunun kayda değer olduğu toplumlarda hayat daha kolaydır. Sivil katılım ağlarının güçlü normlarını besler ve sosyal güvenin ortaya çıkmasını sağlar. Bu tip bağlantılar işbirliğini ve iletişimi kolaylaştırır, itibarı arttırır böylece kolektif eylemin ikilemlerinin çözülmesini sağlar (Putnam, 1995, s. 124-125). Sosyal destek kişinin sosyal destek ağından oluşmaktadır. Kişinin sosyal destek ağını oluşturan ise sosyal sermayesidir. Kişinin gerektiği zaman yardım alabilmesi, stresinin azalması, içinde bulunduğu problemlerini çözebilmesi için kimleri tanıdığı önemlidir. Kimlerden destek aldığı, destek verenlerin sayısı, yakınlığı bireyin sosyal destek ağının niceliksel ve niteliksel yapısını oluşturur. İnsanın hayattaki en büyük sosyal destek kaynağı şüphesiz ki ailesidir. Sosyal desteğin boyutu ne şekilde olursa olsun insan sağlığına fiziksel ve ruhsal olarak sağladığı fayda çok boyutludur (Dağ, 2016, s. 82-83).

Sosyal sermaye alanında bazı önemli isimler vardır. Bunlardan biri de Bourdieu dur. Bourdieu sosyal sermayeyi sadece elitlere özgü olan, onların üstün niteliklerini tanımlayan bir araç ya da bu konumlarını korumak için tasarlanmış bir nitelik olarak görmüştür. Bourdieu sosyal sermayenin karanlık tarafı ile çok az ilgilenir. Bazı gruplar kendi çıkarı için bağlantıları kullanmaktadır. O sosyal sermayeden söz ederken bu sosyal bağlantıların bir yatırım stratejisi işlevi gördüğüne dikkat çekerek, sosyal bağlantıların insancıl tarafını anlaşılır hale getirmiştir (Field, 2008, s. 24-26). Sosyal sermaye kolektif eylemin bir girdisi ve sonucu olarak işlev görmektedir. Belirli bir toplumsallığa işaret etmektedir. Kişiler arası etkileşimin hem girdisi hem sonucu konumundadır. İnsani ilişkilere bağlı olarak sosyal sermayenin anlaşılması gerekmektedir (Aydemir, 2011, s. 25)

Colemana'a göre sosyal sermaye kavramı, insanların nasıl bir arada çalışmayı başarabildiğini açıklayan bir araç ola-

rak görülmektedir. Sosyal düzenin ilkelerini açıklamak için sistem düzeyindeki davranışları, bireylerin tercihlerini ve davranışlarının bir arada ele almamak gerektiğini belirtmiştir. Coleman insani sermayenin sosyal sermayeye katkıları üzerine eğilmiştir ve o sosyal sermayeyi bir aktörün kendi sosyal bağlantılarıyla ulaşabileceği yararlı bir kaynak olarak tanımlamıştır (Field, 2008, s. 29-32). Ayrıca Coleman akrabalık ilişkilerinin önemine vurgu yapar ve onu toplumun ve ailenin kilit taşı olarak görür. Bourdieu sosyal sermayeyi ele alırken bireylerin diğer ayrıcalıklı bireylerle olan bağlantılarını kullanarak kendi durumlarını sürdürmekte olduğu tezini belirtmektedir. Coleman'ın görüşü bundan hayli farklıdır. O farklı bir şekilde ayırmıştır. Aynı zaman da ayrıcalıklı veya mahrum bütün aktörler için ele almıştır. Coleman Bourdieu'ya göre daha iyimserdir. Ona göre sosyal sermaye, bireylere karşılıklı avantajları için işbirliğine izin veren, "karanlık tarafı" çok az olan ya da hiç olmayan birtakım normlar ve yaptırımlar sağlar. İşlevleri de hemen hemen tamamıyla tehlikesizdir (Field, 2008, s. 37-39). Putnam da sosyal sermaye meselesi ile ilgili bir çerçeve çizmiştir. Özellikle sosyal sermayeye değinmeye başlarken siyasal katılımdan bahseder. Son 30 yılda ulusal seçimlere katılım oranındaki düşüşten söz etmektedir. Sıradan bir edim bir vatandaşlık görevi olarak görülen seçimlerde oy verme işlemini birçok Amerikalı yerine getirmemektedir. Yine aynı şekilde sendikalara üye olan Amerikalı sayısında düşüş yaşanmaktadır. Yıllardan beri sendikalar Amerikalı işçiler arasında en yaygın örgütsel bağlardan birini sağlamıştır. Ancak artık yaşlı insanların zihninde soluk bir hatıra niteliğindedir. Yine dine bağlılık açısından Amerikalılar arasında açık ara en yaygın olan grup üyeliği idi. Kısaca birçok Amerikalı için önemli olan bu edimler üzerinden Putnam sosyal sermaye açıklaması yapmakla beraber Amerika'nın azalan sosyal sermayesi üzerinden de sosyal sermaye hakkında önemli bilgiler edinmemizi sağla-

mıştır. Bourdieu nasıl sosyal alanı kumarhaneler üzerinden birtakım örnekler aktararak açıklamışsa Putnam da sosyal sermaye ve sermayenin azalma sebeplerini Bowling üzerinden birtakım çıkarımlarda bulunarak aktarmıştır (Putnam, 1995). Sosyal sermayenin birçok tanımı yapılmıştır ve farklı şekillerde, farklı zeminlerde tartışılrsa da toplum içindeki ilişki bütünlüğü üzerinde daha çok durulmuştur. Kısaca sosyal sermaye insanın geçmişinden beri kazanmış olduğu sosyal ilişkilere ve ağlara işaret eder.

Yaşlılıkta Sosyal Sermaye

Her yaşta sosyal sermaye kazanımları farklıdır. Yaşlılıkta da sosyal sermaye kazanımları değişebilmektedir. Aile, arkadaş, komşu gibi yakın çevreden oluşan sermaye türlerinin yanı sıra huzurevi, yaşlı bakım merkezleri gibi farklı kurumlar aracılığıyla sermaye elde edebilirler. Yaşlıların sosyal ağ oluşumları için birtakım öneriler sunulmaktadır. Bu ağ oluşumu için hayata geçirilen faaliyetler, somut örnekler vardır. Bu örnekler zamanla değişmekte ve yenilenmektedir. Yaşlılara sunulan hizmetler sürekli güncellenmektedir. Sosyal sermaye araçları ülkelere ve kültürlere göre farklılık gösterebilmektedir.

Yalnızlık aynı zamanda sağlıkla da ilişki içerisindedir. Gray'in yaptığı çalışmaya göre 65 yaş ve üstü bireylerin genellikle %10'u kendilerini yalnız hissettiklerini belirtmiştir. Bu oran yaştan ilerlemesi ile birlikte artış göstermektedir. Yaşlılıkta sosyal sermayenin azalması dışlanmayı da beraberinde getirmiştir. Yaşlılıkta dışlanma genellikle görülen ve yaşla birlikte artış gösteren bir durum olarak görülmektedir. "Dışlanma" burada kaynakların yokluğu ile ilgili bir durumdur. Kaynak ise "sosyal destek" olarak algılanır. 50 yaşından büyük olanlar arasında sosyal dışlanma %12 iken 80 yaş ve üzerine gelindiğinde ise bu oran %25'e çıkmakta-

dır. Yalnızlık, sosyal destek eksiklik hissi, arkadaşlar ve akrabalarla olan iletişim eksikliği birbiri ile yakından ilişkilidir. Kişisel sosyal sermaye ve yalnızlığın sıklığı arasındaki ilişki, yaşam kalitesinin de en önemli belirleyicilerindendir. 75 yaş ve üstü yaşlarda en keskin şekilde görülen izolasyon ya da sosyal ilişkilerde kopukluğun en önemli bileşenlerinden biri de kötü yaşam kalitesi olduğu görülmüştür (Gray, 2009, s. 10).

Chicago Üniversitesinde yapılan bir araştırma yaşlı sağlığı ile sosyal sermayenin ilişkisi olduğunu tespit etmiştir. Chicago’da 1995 yılında özellikle yaşlıları, yoksulları ve yalnız yaşayanları derinden etkileyen yüksek hava sıcaklığı yaşanmıştır. Yüksek hava sıcaklığından dolayı 700’den fazla insan hayatını kaybetmiştir. Çalışmanın bulgularına göre ölüm riski sosyal olarak yalıtılmış insanlarda daha çoktur (Cannuscio vd., 2003, s. 395). Semenza ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmaya göre yüksek hava sıcaklığı sebebi ile ortaya çıkan ölümler yalnız yaşayanlar arasında ölüm oranı %95 iken, bir topluluğa katılan gruplar arasında ölüm oranı %30’dur. Chicago’da görülen aşırı sıcaklardan dolayı ölme riski sadece kişisel olarak izole edilen yaşlılar arasında artmadı, aynı zamanda düşük sosyal imkânlarla sahip olan, suç oranlarının yüksek olduğu gruplar arasında da arttı. Aktif bir toplum yaşamının yokluğu, suç korkusu ile birlikte çok sayıda yaşlıyı kendi içinde kilitli tuttu ve bu yüzden onların topluma ulaşması daha da güçleşti. Aktif topluluklara yani herhangi bir kulübe üye ya da etkinliğe katılan ve günlük yaşantıda komşularıyla etkileşimde bulunanların “ölüm riskine” karşı korunmada daha başarılı oldukları görülmüştür (1996, s. 86-90). Kulüp üyeliği ile ilgili olarak Putnam kulüp üyeliklerine ve kiliselere katılımın sosyal ağları inşa etmede önemli bir unsur olduğunu söylemiştir. Son yapılan çalışmalara göre İngiltere’de erkekler arasında, özellikle de 65 yaş ve üstü guruplarda örgüt üyeliğinin azaldığı görülmüştür. Bu azalma daha çok işçiler arasında yaşanmıştır (Gray, 2009, s.

12). Buradan da anlaşıldığı kadarıyla yaşlılıkta yalnızlık ve birtakım imkânların yokluğu yaşlı bireyin hem sosyal ağlarına hem de sağlığına zarar vermektedir. Yaşlılıkta sosyal sermaye ile sağlık (ölüm oranları vb.) arasında ilişki olduğu görülmektedir.

Sosyal sermayenin hem olumlu hem olumsuz yönleri vardır. Yaşlı konutları bu tartışmanın son trendlerindendir. *Senior Housing* olarak adlandırılan bu konutlar yaşlı evleridir. Bu yerler huzurevi ve yaşlı bakım merkezlerinden farklıdır. Buralar daha canlı ve geniş kapsamı olan, yaşlılara ait bir güvenli site konumundadır. Burada sunulan hizmetler hastalık durumu, yaş ve fiziki şartlara göre farklılık göstermektedir. Amerika’da güvenli konutlar artış göstermekte ve bu artışla beraber 55 yaşından büyüklerin %42’sinin güvenli konutları seçtiği görülmektedir. “Kapılı topluluklar” olarak adlandırılan bu yapılar (yukarıda da sözünü ettiğimiz *Senior Housingler* gibi) güvenlik, komşuluk, sosyal akranlar, yaş benzerliği, arkadaşlık bağlantıları, sosyal ağ, ortak değerler, grup katılımı ve aidiyet duygusu olarak pazarlanmıştır. Burada amaç sosyal bütünlüğü yeniden sağlamaktır. Bu mekânlar da sağlıkla ilgili ve diğer aktiviteler mevcuttur. Bu da sosyal etkileşim ve sosyal uyumu kolaylaştırmaktadır. Fakat bu durum duvarların içindedir. Duvarların dışında kalan sivil hayat için “kapılı toplulukların” etkileri nelerdir? Bu tarz kapılı toplumlar devam ettikçe daha genç ve zengin emekliler metropol merkezlerine çekilmekte ve yaşlı yoksul sakinler ise geride kalmaktadır. Bu göç durumu yaşlı insanların sivil katılımını ve şehir içi kaynakların kullanımını azaltmış, kentsel parkların ve kültürel kurumların kullanılmasını azaltmıştır. Bakım evleri ya da huzurevleri birçok yönden yaşlılar için izolasyon anlamına gelir. Bakım evleri ve huzurevlerinin aksine bu ve benzeri yerler güvenliği ve verimliliği arttırmak, sakinlerine huzurlu bir yaşam sunmak için harcama yapmış ve en üst düzeyde tasarlanmış yerlerdir. Ancak burada kalan-

lar birçok kişinin gözünde gözlerden uzak yaşam sürdükleri için “hasta” insanlar olarak nitelendirilmektedir. Bu yüzden de orada kalan yaşlılar için sosyalleşme alanları ve imkânları daha kısıtlı hale gelmektedir. Bu şekilde kurumsallaşmış modeller, yaşlıları hem ailelerinden hem de sosyal çevre ve yerleşim alanlarından ayırmakta, izole olmalarına sebebiyet vermektedir. Bu şekilde yeni bir izolasyon türü oluşmaktadır (Cannuscio vd., 2003, s. 397). Türkiye’de Huzurevleri ve Yaşlı Bakım Merkezleri dışında bu şekilde yaşlılar için oluşturulmuş birtakım imkânları sunan güvenli siteler yoktur. Türk toplumu, daha gelenekselci bir yapıya sahip olduğu için yaşlıları bulundukları mekândan ‘dışlayan’ bu tarz yapıları son çare olarak görmektedir. Bu yerler toplumun gözünde pek kabul görmemektedir.

Var olan bu algı sebebi ile huzurevleri için gösterilen bu tutum güvenli siteler için de aynı karşılığı bulacaktır çünkü huzurevleri gibi kurumlar insanların değersiz olarak görüldüğü kurumlardır. Muhafazakâr bir geleneğe sahip olan toplumsal yapımız bu kurumlara aile büyüklerini bırakmaya olumlu bir gözle bakmamaktadır.

Daha geleneksel mahallelerde yaşayan yaşlıların sosyal ağlarının daha geniş olduğu görülmektedir. Mahallelerde kurulan ilişkilerle huzurevi gibi mekânlarda kurulan ilişkiler birbirinden farklıdır. Mahallelerde komşuluk ilişkileri yaygındır. Komşuluk ilişkilerinde mahallede bulunan yaşlıya hürmet ve saygı gösterme, ihtiyaç halinde yardımına koşma söz konusudur. Saygı, hürmet, tanışıklık, aynı mekânı paylaşma durumları vardır. Bu durumda ilişkileri olumlu anlamda etkilemektedir. Diğer taraftan huzurevlerinde de aynı mekânı paylaşma durumu söz konusudur. Fakat burada mekânı paylaşma zorunluluk durumundandır. Kurumda kalanların hepsi yaşlı bireyler olduğu için onlara hürmet ve saygı gösterecek kişiler nispeten azdır. Mahallelerde ve kendi evlerinde yaşayan yaşlılarda yerinde yaşlanma söz konusudur. Yerinde

yaşlanma sayesinde yaşlı alışıktığı çevreden ve ilişkilerden kopmadan yaşamını sürdürür. Huzurevinde ise çevre değişmiştir ve ev ortamından uzak bir oluşum söz konusudur. Sosyal sermayenin temelini iletişim oluşturmaktadır. Tanıdık insanlarla kurulan iletişimle tanıdık olmayanlarla kurulan iletişimdeki samimiyet değişmektedir. Mahalleler tanıdık insanlardan oluşan mekânlardır. Huzurevleri ise tanıdık insanların mahallelere göre daha az olduğu yerlerdir. Yerinde yaşayan yaşlılarda komşuluk, arkadaşlık ve akrabalık gibi ilişkileri sürdürmek daha kolaydır. Bu ilişkiler sosyal sermaye açısından önemli ilişkilerdir. Huzurevi gibi mekânlarda bu ilişkilere sahip olmak ve sürdürmek zordur.

Günümüzde yaşlıları aileleri ile bir arada tutma ve kendi bulundukları topluluklarla temas içinde olması olumlu bir trend olarak görülmektedir. Bu durumda alternatif olarak huzur evlerinin yerine farklı modeller sunulmuştur. Sunulan bu topluluklar huzur evlerinin devamı gibi olsa da onlardan farklılık göstermektedir. Bu planlı yerler yaşlı bireylere sağlık ve diğer imkânların yanı sıra özerklik imkânı da sunmaktadır. Ülkemizde henüz geniş kapsamlı imkânlar bulunmakla birlikte bu tarz kurumlar farklı ülkelerde vardır. Buna örnek olarak göstereceğimiz yerlerden biri Pensilvanyadaki Lancaster köyüdür. Bu köy, yaşlıların yerli halk ile nesillerarası karşılıklı iletişimi teşvik etmek için tasarlanmıştır. Homestead köyü de bunlar düşünülmüş bir köydür. Kiliseye erişimin kolay olduğu bu köyde gönüllü organizasyonlar da bulunmaktadır. Bunların dışında kapalı yüzme havuzu, yürüyüş yolu, ahır, tıbbi bakım tesisleri ve arkadaşlarla zaman geçirilecek ortak alanlar vardır. Site imkânları da isteğe göre çeşitlilik göstermektedir. Tek aile evi, asansörlü daireler, hemşire imkânı sunan kısımlar mevcuttur. Bu tarz tesislerdeki amaç sosyal etkileşim ve sosyal bağları güçlü tutmaktır. Gerek huzur evleri olsun, gerekse bu şekilde doğal ortam sunan köyler olsun coğrafi izolasyona sebebiyet ver-

diği için eleştirilmiştir. Bu eleştirilerden yola çıkılarak şehir merkezine yakın olan yerler de vardır. Örneğin Finlandiya’da yaşlı evleri nüfusun yoğun olduğu yaya yolu üzerine inşa edilmiştir. Tasarlanan bu model yaşlı bireyin “sosyal katılımını” yapısal olarak kolaylaştırmak amacıyla yapılmıştır (Cannuscio vd., 2003, s. 398).

Yaşlı bireyin birincil sosyal destek ağlarını (aile, yakın çevre, akraba, komşu vb.) kaybettiği noktada biçimsel sosyal destek ağları (huzurevi, yaşlı bakım merkezi vb.) devreye girmiştir (Dağ, 2016, s. 56). Sosyal ağın sosyal destek üzerindeki etkisi sınıfa, cinsiyete, yaşanılan yere göre farklılık göstermektedir. Örneğin yapılan bir araştırmada işçi sınıfından ziyade orta sınıf yaşlı erkeklerde gönüllülük ve kulüplere katılma oranının daha yüksek olduğu görülmüştür, çünkü işçi sınıfı arasında kötü sağlık koşulları kulüp üyeliğini olumsuz etkilemektedir. İşçi sınıfına yakın arkadaşları sorulduğunda, akrabalarını ya da eşlerini söylemişlerdir. İşçi sınıfı arasında akrabalık ve komşuluk daha yaygınken orta sınıfta o kadar yaygın olmadığı görülmüştür. Görüldüğü üzere sınıfsal farklılıklar akrabalık, arkadaşlık ve komşuluk ilişkisi üzerinde farklı etkilere sahiptir. Bunların haricinde medeni durum da sosyal sermaye üzerinde etkili olan faktörlerden biridir. Çocuğu olmayan kişiler sosyal sermaye açısından dezavantajlı bir konumdadır. Yine yapılan bir araştırmaya göre hiç evlenmemiş erkeklerin evli olan erkeklere göre herhangi bir organizasyona ait olma, katılma ihtimalinin daha düşük olduğu görülmüştür (Gray, 2009, s. 12-13). Türkiye’de de sosyal sınıf ve hastalıkların yaygınlığı arasında güçlü bir ilişki var olduğu söylenebilir (Arun, 2018b, s. 43). Yukarıda verdiğimiz örneklerden de anlaşılacağı üzere işçi sınıfı ve orta sınıf arasında önemli farklılıklar mevcuttur. Yani sosyal ağları ve sosyal desteği etkileyen faktörler çeşitlidir. Öncelikle akrabalık, arkadaşlık ve komşuluk ilişkilerinden söz edecek olursak, bu konuda özellikle akraba olanlar ve olmayanlarla ilgili ay-

rimlar yapılmıştır. Yani kişi yaşlandığı zaman akrabasına mı yoksa arkadaşına mı ya da komşusuna mı daha fazla ihtiyaç duymaktadır, bu nokta önem arz etmektedir.

Eşlerin yaşlılıklarında birbirlerine bakma durumu hala devam eden bir durumdur. Yardımda kuşaklar arası bir gerilemenin oluşması ile birlikte özellikle de kadınların iş hayatına atılması evde bakım ihtiyacını arttırmıştır. Britanya’da akrabalık azalırken arkadaşlık artış göstermektedir (Gray, 2009, s. 9). Fakat yapılan bir araştırmaya göre 55 yaşını geçen bireylerin en iyi arkadaşlarının akrabaları olduğunu ifade etmişlerdir (Pahl ve Pevalin, 2005). Galler’de yaşlı insanlar üzerinde yapılan başka bir araştırmaya göre yaşlılar için hem akrabalarının hem de arkadaşlarının önemli olduğu görülmüştür (Wenger ve Burtholt, 2004). Yaşlılar genel olarak kişisel sorunlar için aile üyelerine danışırken arkadaşlarına ve komşularına ise kendilerini depresif hissettikleri zaman başvurdukları görülmüştür.

Cinsiyet açısından baktığımızda kadınlarda komşuluk ilişkilerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yaşlılıkta komşuluk ilişkileri yüksektir. Erkeklerde genel olarak yüksek olan katılım sendika ve spor kulüpleri olarak tespit edilmiştir. Burada özel olarak değinmemiz gereken asıl konu her iki cinsiyet için de önemini koruyan ve düşüşün neredeyse hiç yaşanmadığı katılım türü ise “dini organizasyonlar” dır. Putnam Amerika’nın hala kiliseli bir toplum olduğunu söylemiştir. Yapılmış olan çalışmalar da bu durumu yaşlılar için doğrular niteliktedir. Sendikalara ve siyasi partilere katılım düşüken dini organizasyonlara katılım %90’ın üzerindedir. Yaşlılıkta birçok örgütsel faaliyete, organizasyonlara katılım azalmakta iken dini faaliyetlere katılımında herhangi bir azalma olmamıştır. 60’lı yaşlarda en yaygın olanı dini organizasyonlardır ve diğer topluluk gruplarının arasında dini kuruluşlarda aktif olmak 70’li yaşlarda zirveye çıkmıştır (Gray, 2009, s. 19-20). Buradan anlaşılabacağı üzere yaş arttıkça dinsel

faaliyetlere katılım artmaktadır. Yaşlılık ve sosyal sermaye üzerine yapılmış olan birçok araştırmada dine özellikle vurgunun bulunması dikkat çekici bir unsurdur. Türkiye’de de dinin etkisi büyüktür, yaşlandıkça özellikle daha kırsal ve geleneksel aile bağına sahip bölgelerde erkekler için en büyük etkinlik ‘camii’ye gitmek olmuştur. Kadınlar ise dini faaliyet olarak dini sohbetlere katılım göstermektedir.

Yaşlılıkta sosyal sermaye göstergeleri olarak ele alacaklarımızdan biri “yalnızlıktır”. Yalnızlıkla birlikte gelen dışlanma yani sosyal desteğin azalması yaşlı bireylerin sosyal ağlarının da azalması anlamına gelmektedir. Yalnız olmanın birçok sebebi vardır. Eşin vefat etmesi, hiç evlenmemiş olma, boşanma gibi bir takım neden sıralayabiliriz. Yaşlılıkla birlikte yalnızlık ve sosyal sermaye birbiri ile bağlantılı olmaktadır. “Sağlık” özellikle sosyal sermayeyi olumsuz etkileyen bir durumdur. Kötü sağlık koşulları çoğu zaman yalnızlığı, yalnızlık dışlanmayı, dışlanma da sosyal desteğin azalmasına sebep olmaktadır. Aynı zamanda düşük sosyal imkânlar da sağlığı kötü yönde etkilemektedir. Bunların yanı sıra “Senior Housing” olarak inşa edilmiş yapıdan söz edecek olursak, bu yapılar huzur evinden daha geniş, daha kapsamlı, daha maliyetli ve daha güvenli olanı olarak algılamak yanlış olmayacaktır. Aslında bu yapılar sosyal etkileşimi sağlamak adına yapılmıştır. Fakat bu etkileşim belli bir çerçeve çizilerek, insanları belli “kapıların” arkasında bırakarak yapılmaya çalışılmıştır. Bu kapıların arkasında ne tür bir etkileşim var? Bu yapılarda kalan insanlarla diğer insanlar arasında etkileşim nasıl? Bunlar bu yapı için detaylandırılması gereken konulardan biridir. Her ne kadar imkânları geniş olsa bile bu mekânlar insanları, daha önce yaşamış oldukları mekânlarından koparmaktadır. Türkiye’de bu yapının ilk örneği¹ İstanbul’un Silivri ilçesinde inşa edilmiştir. Bu yapıların nasıl karşılıklı bulacağı ve sermaye alanlarına nasıl katkı sağlayacağı ileride görülecektir.

¹ <https://www.gercekgundem.com/yasam/3716/yasli-lar-icin-saglikli-yasam-koyu>

Yaşlılıkta özellikle de aktif olan yaşlılarda komşuluk ve akrabalık ilişkisi hemen hemen aynı düzeyde etkilidir çünkü her ikisinin de sağlamış olduğu fayda ayrı ayrıdır. Yukarıda belirttiğimiz üzere komşuları ve yakın çevresi ile ilişki içinde olan kişilerin ölüm riskinin daha az olduğu görülmüştür. Esasında önemli olan nokta “iletişim”dir. Yaşlılar için en büyük destek, en büyük yardım onlarla iletişime geçmek yani onlara “yalnız” olmadıklarını hissettirmektir. Komşuluk ilişkisi toplumdan topluma farklılık göstermektedir. Bu yüzden özellikle bizim toplumumuzda yaşlılara ve onların yakın çevre ile olan ilişkilerini detaylı bir şekilde ele alarak bu ilişkilerin yaşlı bireyi nasıl etkilediğini, faydalarını, katkılarını ya da tam tersi olumsuz taraflarını daha detaylı bir biçimde ele almakta fayda vardır.

Türkiye için yerinde yaşlanma komşuluk ve aile ilişkileri için olumlu bir sosyal sermaye olarak görülebilir. Yerinde yaşlanan yaşlıların iletişim kuracakları komşu ve arkadaşları bulunmaktadır. Özellikle komşularıyla iletişim halinde kalarak yalnızlık duygusunu daha az hissetmektedirler. Bu noktada yaşlı bireylerin yerinde yaşlanması konusunda aktif bir hayat sürmeleri de önemlidir. Sağlık durumu elverişli ve sosyal hayata aktif katılımı olan yaşlılar çevresiyle de iyi ilişkiler kurar. Sağlıklı olma, yerinde yaşlanma ve iletişim gibi faktörler sosyal sermaye açısından önemli unsurlardır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN METODOLOJİSİ

Araştırma Modeli

Bu çalışmada yaşlıların gündelik yaşam problemlerinin çözümünde sosyal destek mekanizmalarının rolünü derinlemesine anlamak amaçlandığından, nitel araştırma deseni tercih edilmiştir. Yaşlıların gündelik yaşamda yemek yapma, temizlik, kişisel bakım, alışveriş gibi birincil ihtiyaçlarının yanı sıra sevdikleri ile vakit geçirme, sosyal faaliyetlerde bulunma gibi ikincil ihtiyaçları da bulunmaktadır. Bundan dolayı bu çalışmada yaşlıların sosyal destek aldığı aile, akraba, arkadaş, komşu, sivil toplum ve devlet gibi kurumların sundukları destek mekanizmalarına odaklanılmıştır. Yaşlıların gündelik yaşamda karşılaştıkları problemleri ve bu problemlerin çözümünde yaşlılara yardımcı olan kişilerin ya da kaynakların kimler olduğu ve sorunlarını nasıl çözdüklerini anlamak, derinlemesine yorumlayabilmek adına nitel araştırma deseni kullanılmıştır. Nitel araştırmada az sayıdaki insanlardan elde edilen verileri genellemeye çalışmaktan ziyade bu az sayıda insanların kim oldukları ve ne tür ilgilere sahip oldukları ele alınır (Creswell, 2017:7). Nitel araştırmada, araştırmacılar ne, nerede, kim, nasıl ve niçin gibi sorulara cevap ararlar (Kümbetoğlu, 2019: 34). Önemli olan ‘açıklamaktan’ ziyade ‘anlamak’tır. “Yaşlanma, yaşlılık ve yaşlıların nasıl değerlendirildiği konusu, sistematik ve mekânîk bir anlayış yerine;

çok farklı toplumsal olguların ve bu olguların karmaşıklığının derinlemesine anlaşılmasını sağlayacak bir anlayışla çözümlenmeye ihtiyaç duymaktadır “(Taşkesen- Gönüllü, 2017: 106). Bu yüzden bu çalışmada sosyal destek mekanizmalarını anlamak için nitel araştırma tercih edilip yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama tekniği olarak “yarı yapılandırılmış görüşme” tekniği kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği nitel çalışmalarda en sık kullanılan görüşme tekniğidir. Yarı yapılandırılmış görüşmenin popüler bir veri toplama yöntemi olmasının nedeni hem çok yönlü hem de esnek olduğunu kanıtlamış olmasıdır (Kallio vd., 2016, s. 2954). Yüzeysel bilgidен daha ziyade derinlemesine bilgiye ihtiyaç duyulması ve sosyal gerçekliğin anlaşılması ve yorumlanması önemli olduğu için bu çalışmada derinlemesine görüşme tekniği seçilmiştir. Derinlemesine görüşme konuşmanın akışına göre ve ana temadan uzaklaşmadan yeni sorular yöneltebilmekte, ayrıntılı sorularla konu derinlemesine işlenebilmektedir. Derinlemesine görüşme zengin veriler elde edilmesi açısından tercih edilmektedir.

Yapılan görüşmelerde kullanılmak üzere yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmıştır. Görüşmeler analiz edilirken yaşlıların jest, mimik gibi kayda alınamayan bedensel ifadelerinden de yararlanılmıştır. Bunun yanı sıra her görüşme sonrasında gözlem notu tutulmuştur. Evde yapılan görüşmeler de evin genel yapısı ile ilgili gözlem notları da alınmıştır. Çözümleme yapılırken bu notlar da göz önünde bulundurulmuştur. Bazı yaşlıların konuşurken duraksaması, düşünerek cevap vermesi, susarak cevap vermeyi tercih etmesi, çekinerek cevap vermesi, bazı sorulara karşı hoşnutsuz tavır sergilemeleri de araştırmanın önemli verilerini oluştur-

maktadır. En kısa süren görüşme 30 dakika olmakla birlikte en uzun görüşme ise 1 saat 17 dakika olmuştur. Ortalama bir görüşme 50 dakika sürmüştür. Yapılan görüşmeler katılımcıların izniyle ses kaydına alınmıştır. Çözümleme sırasında ses kayıtları yazıya aktarılarak çözümleme yapılmıştır. Ham görüşme formları 149 sayfadan oluşmuştur. Görüşmecilerle önceden iletişime geçilip oturdukları ilçe ve mahalle bilgisi elde edilmiştir. Aynı zamanda görüşmelerin ses kaydına alınacağı izinleri olursa o şekilde görüşüleceği bilgisi verilmiştir. Katılımcılardan birisi imza alınıp alınmayacağını eğer imza istenen bir görüşme ise katılmak istemediğini dile getirmiştir. Bir kişi ses kaydını kabul etmemiş, üç kişi de Covid-19 sebebi ile görüşmeyi kabul etmemiş ve bir görüşmeci de psikolojik sıkıntıları sebebi ile önce görüşmeyi kabul edip sonrasında reddetmiştir. Bu çalışma Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Bilimsel Etik Kurulu'nun 15\04\2021 tarihli 2021\24 karar sayılı etik kurul izni ile yapılmıştır.

Çalışma Grubu

Yaşlıların gündelik yaşam problemlerinin çözümünde sosyal destek mekanizmalarının rolünü inceleyen bu çalışma Konya ilinin merkez ilçeleri olan Meram, Karatay ve Selçuklu 'da gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler Meram ilçesinin Karahüyük, Aymanas, Melikşah, Alavardı, Ekmekkoçu, Pirebi mahallelerinde, Karatay ilçesinin Orhangazi, Saraçoğlu, Alakova, Hacı Hasan, Şemsi Tebrizi mahallelerinde ve Selçuklu ilçesinin Cumhuriyet, Sancak, Akşemsettin, Malazgirt, Bosna Hersek, Beyhekim mahallelerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma Eylül 2020- Kasım 2020 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Derinlemesine görüşmeye başlamadan önce 5 kişi ile pilot görüşme gerçekleştirilmiştir. Bu görüşmeler soruların gözden geçirilmesi gereken yerleri görme, revize etme noktasında yardımcı olmuştur. Araştırma

sahasının belirlenmesinde çalışma grubu çeşitliği açısından üç merkez ilçe seçilmiştir. Bunun yanı sıra çalışmanın amacı kapsamında yaşlılar, konut şekilleri (apartman, müstakil ev-tek katlı, güvenli site-güvenlik görevlisi olan büyük siteler, asansörlü apartman), yaş aralıkları, gelir durumları, aile biçimi (çekirdek aile, geniş aile, dağılmış aile) dikkate alınarak seçilmiştir. Mahalle tercihi yapılırken yaşlıların ekonomik durumu ve konut şekli hakkında bize bilgi verecek yerlerin seçimine özen gösterilmiştir. Konut türüne göre katılımcıların sayısına baktığımızda; asansörlü apartmanda yaşayanların sayısı 13, asansörsüz apartmanda yaşayan yaşlıların sayısı 7, güvenli sitede yaşayan yaşlıların sayısı 10 ve müstakil evde yaşayan yaşlıların sayısı ise 15'tir. Ekonomik gelir olarak düşük, orta ve yüksek şeklinde değerlendirme yapacak olursak; katılımcıların 6'sının ekonomik durumunun düşük, 19'unun orta ve 20'sinin yüksek olduğu görülmüştür.

Çalışmada 12 yaşlının yalnız yaşadığı görülmüştür. Bu katılımcılardan 2'si erkek, 10'u ise kadındır. Yalnız yaşayan erkek katılımcıların sayısı çalışmanın genel katılımcı sayısına bakıldığında azdır. Çalışmanın görüşme sürecinde katılımcıların genelinde erkek görüşmeciler kadınlara göre daha gönülsüz katılımcılar olarak göze çarpmıştır. Bilgi alma, daha rahat iletişim kurabilme noktasında kadın katılımcılara kıyasla zorluk çekilmiştir. Daha çekingen olan erkek katılımcılara ulaşılmakta zorluk çekilmiştir. Özellikle çalışmanın örneklemine uygun yalnız yaşayan erkek bulmakta zorlanılmıştır. Aynı zamanda başta görüşmeyi kabul eden yalnız yaşayan 2 erkek katılımcı görüşmeyi reddetmiştir. Bunun sebebi olarak Covid-19 salgınının yanı sıra erkeklerin kadınlara göre sosyal ilişkilerinde daha içe dönük olmaları gösterilebilir. Yalnız yaşayan yaşlıların haricinde eşi ile birlikte yaşayanların sayısı 27 ve geniş ailede yaşayan yaşlıların sayısı ise 6'dır. Çalışmaya katılım sağlayan 2 erkek ve 1 kadının engel durumu vardır. Erkeklerin ikisi de bedensel engellidir. Engelli olan kadının

ise engeli kalp rahatsızlığından kaynaklanmaktaydı. Engelli erkeklerden biri eşi ile diğeri geniş ailede yaşarken kadın görüşmeci ise yalnız yaşamaktaydı.

Bu çalışmada amaçlı örnekleme yönteminden olan maksimum çeşitlilik örnekleme kullanılmıştır. Burada amaç küçük bir örneklem oluşturmak ve örnekleme çalışılacak problem taraf olabilecek bireylerin çeşitliliğini maksimum derecede yansıtmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2018: 119). Katılımcılar farklı ekonomik gelir, farklı konut biçimi ve farklı aile türleri dikkate alınarak seçilmiştir. Katılımcılar 21 erkek ve 24 kadından oluşmaktadır. Nitel araştırmadaki amaç bir örnekleme bir evrene genellemek değildir. Az insandan bilgi edinerek görüşmecilerin kendi ortamlarında daha yakından çalışmak amaçlanır (Creswell, 2017, s. 33). Bu sebeple 45 görüşmeden elde edilen verilerin analizi için yeterli sonuç vereceği düşünüerek ve derinlemesine görüşmeyle ayrıntılı sonuçlar hedeflendiğinden veriler doygunluğa ulaşıncaya görüşme sonlandırılmıştır. Görüşmeciler genç-yaşlı, orta-yaşlı ve ileri- yaşlı olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Bu şekilde üç yaşlı grubu ile de görüşme sağlanmıştır.

Araştırma Soruları

“Yaşlıların Gündelik Yaşam Problemlerinin Çözümünde Sosyal Destek Mekanizmalarının Rolü” başlıklı bu çalışma nitel araştırma yöntemi ile gerçekleştirilen bir çalışmadır. Bu çerçevede konunun kapsamından ve sorunsalından hareketle genelden özele doğru aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

Yaşlılarda gündelik yaşam problemlerinin çözümünde sosyal destek mekanizmalarının rolü nedir?

- Yaşlılarda gündelik yaşam problemlerinin çözümünde sosyal destek mekanizmalarından biri olan aile, komşuluk ve arkadaşlığın rolü nedir?

- Yaşlılarda gündelik yaşam problemlerinin çözümünde sosyal destek mekanizmalarından biri olarak görülen yerel yönetimlerin ve kamu kuruluşlarının rolü nedir?
- Yaşlılarda gündelik yaşam problemlerinin çözümünde sosyal destek mekanizmalarından biri olarak görülen sivil toplum örgütlerinin ve özel sektörün rolü nedir?
- Yaşlılarda sosyal destek almada geniş ailede yaşıyor olmanın önemi nedir?
- Yaşlılarda sosyal destek almada eşi ile birlikte yaşıyor olmanın önemi nedir?
- Yaşlılarda sosyal destek almada yalnız yaşıyor olmanın önemi nedir?
- Yaşlılarda sosyal destek almada engelli olmanın önemi nedir?
- Yaşlıların konut tipine göre (müstakil, apartman-asansörsüz, apartman-asansörlü, güvenli site) gündelik yaşam problemleri değişmekte midir?
- Yaşa, sınıfa ve cinsiyete göre sosyal destek mekanizmalarının rolü değişmekte midir?

Verilerin Analizi

Nitel verilerin analizinde önerilen iki veri analizi vardır. Bunlardan birincisi betimsel analizken ikincisi ise içerik analizidir. Betimsel analize göre veriler önceden belirlenen temalara göre özetlenir ve yorumlanır. Veriler araştırma sorularından yola çıkarak oluşturulan temalara göre oluşturulacağı gibi görüşme ve gözlem esnasında sorular ya da boyutlar dikkate alınarak da yapılabilir. (Yıldırım ve Şimşek, 2018: 239). Bu çalışmada verilerin analizinde betimsel analiz kullanılmıştır.

Yapılan görüşmeler Word dosyasına aktarıldıktan sonra çözümlenip kategorilere ve temalara ayrılmıştır. Kodlama ya-

pılırken görüşmelerin hepsi 5'er kez okunmuştur. Kodlama işlemi tamamlanınca benzer kodlardan yola çıkarak temalar oluşturulmuştur. Araştırma problemi ile oluşturulan temalar arasındaki ilişkiler literatür ve bulgular dikkate alınarak yorumlanmıştır. Çalışmada elde edilen bulgular yaşlılık sosyolojisi kavramları ve kuramları ile yorumlanmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları ve Araştırmada Karşılaşılan Güçlükler

Yaşlıların sosyal destek mekanizmalarını inceleyen bu çalışmada görüşmeler Konya ilinin üç merkez ilçesi ile (Meram, Karatay, Selçuklu) sınırlı tutulmuştur. Verilen cevaplar görüşmecilerin, mülakat yapılan tarihteki görüş ve düşüncelerini yansıtmaktadır. Konya nüfusu 2020 yılı Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemine göre 2.250.020'dir. Yaşlı nüfus oranı ise %9,8'dir. Bu kadar sayıda yaşlı ile derinlemesine görüşme yapmak mümkün değildir. Bu sebeple Konya'nın üç merkez ilçesi olan Meram, Karatay ve Selçuklu ilçeleri seçilmiştir. Diğer ilçeler zaman ve ekonomik durum gibi sebeplerle çalışma kapsamı dışında tutulmuştur. Üç merkez ilçe seçilmesindeki diğer bir sebep veri çeşitliliğini arttırmaktır. Tüm bu sebeplerle merkez ilçeleri temsilen çalışma, 45 kişiyle sınırlı tutulmuştur.

Nitel araştırma incelenmesi nispeten zor ve hassas olan konuları çalışmayı gerektirir. Nitel çalışmada doğrudan insanların ortamlarında bulunma söz konusudur. Nitel araştırmalarda katılımcılar gün yüzüne çıkmayacak olan zorlu konular hakkında konuşturabiliriz. Nitel araştırmayı diğer araştırmalardan ayıran özellikle hassas, çalışılması zor, birçok sorunla başa çıkmaya çalışan bireylerin sorunlarını ele almasıdır (Creswell, 2017, s. 8). Göç, savaş, şiddet, çocukluk, yaşlılık gibi anlatıların derinlemesine uygulandığı görüşmelerde araştırmacı görüşülen kişinin yanı sıra onun için-

de bulunduğu ailesi ve çevresinin de zarar görmemesi için uğraşmalıdır (Kümbetoğlu, 2019, s. 186). Yaşlılar da hassas ve kırılgan gruplardan biridir. Bu yüzden bu alanda çalışma yapmak oldukça zordur. Bu çalışmada da birtakım zorluklar yaşanmıştır.

Yaşlılarla yapılan çalışmalar dezavantajlı grup olmalarından dolayı birtakım zorlukları da beraberinde getirmektedir. Görüşmecilerle iletişim sağlanırken tanıdıkları bir kişi aracılığı ile iletişim kurulup bilgiler alındıktan sonra gün ve zaman belirlenip görüşme gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların tanıdığı kişiler aracılığı ile görüşme sağlanmasına rağmen bazı görüşmecilerde güven problemi ortaya çıkmıştır. Çalışmanın içinde görüşmecilerin isimleri değiştirilerek kullanılmıştır. Bazı katılımcılar ses kaydından rahatsızlık duymuş, konuşurken bazı cümlelerinin çalışmada kullanıp kullanılmayacağını sormuştur.

Yaşlı katılımcılarla çalışmanın yukarıda bahsedilen zorluklarının yanı sıra tüm dünyayı etkisi altına alan Covid-19 salgını çalışmanın yürütülmesinde zorluk olarak karşımıza çıkmıştır. Covid-19 ilk çıktığı andan itibaren gözler özellikle yaşlı bireylere çevrilmiştir. Uzmanlar hastalığın seyrinden ve olası etkilerinden yaşlıların daha çok etkilendiği söylemişlerdir. Bu ve benzeri sebepten dolayı yaşlılara yönelik tam kapanma uygulamaları getirilmiştir. Covid-19 virüsünün ülkemizde görülmesinin üzerinden geçen altı ayın sonunda çalışmanın saha kısmına geçilebilmiştir. Katılımcılarla iletişim kurulurken özellikle görüşmenin açık alanda yapılması talep edilmiştir. Katılımcıların 22'si ile dışarıda görüşülmüş olup 23'ü ile evlerinde görüşme yapılmıştır. Hem açık alanda hem evde yapılan görüşmelerde maske ve mesafe kurallarına uygun hareket edilmiştir. Dışarıda görüşülmesi noktasında ısrarcı bir tavır gösterilse de bazı katılımcılar evlerinde görüşmeyi tercih etmişlerdir.

Saha çalışmasının yapıldığı tarihlerde salgın her ne kadar eskiye nazaran kontrol altına alınmış olsa da şüphesiz olumsuz etkileri devam etmekteydi. Özellikle katılımcıların yaşlı gruptan oluşması araştırmacıyı salgın sebebi ile de zorlamıştır. Covid- 19 virüsünün kimden ve nasıl bulaştığının şüphe uyandırması olası bir durumda araştırmacıyı zor durumda bırakacak diğer bir unsurdur. Öyle ki görüşme yapılan gün Covid-19 şüphesi ile hastaneye kaldırılan ve test sonucu pozitif çıkan, görüşmeden iki gün sonra hastaneye kaldırılan ve test sonucu pozitif çıkan katılımcılar da olmuştur. Bu nokta hem araştırmacı hem de katılımcılar için güçlük oluşturan bir durum olmuştur. Aynı zamanda görüşme için irtibat kurulan beş kişiden dördü Covid-19 salgını sebebi ile görüşmeyi geri çevirmiştir. Bunun yanı sıra bizi evlerine davet eden ve bu dönemde bile misafirperverliğini koruyan, korumak isteyen katılımcılar da olmuştur. Bu katılımcılardan bazıları “sen iyisin iyiden zarar gelmez” diyerek evde görüşmeyi kabul etmiştir. Evdeki görüşmelerde de katılımcılar tarafından Covid-19 tedbirlerine riayet edilmiştir. Buna rağmen evde yapılan görüşmelerde maske takmayan katılımcılar da olmuştur. Fakat tüm olası ihtimallere karşı araştırmacı maske ve mesafe kurallarına riayet etmiş özellikle görüşmelerin dışarıda açık bir alanda yapılması için ısrarcı olmuştur. Sonuç olarak görüşmeler olumsuz bir etkiye mahal vermeden sonlanmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARININ ANALİZİ

Gündelik Yaşamda Yaşlıların Mevcut Sorunları

Yaşlıların En Büyük Sorunu: Yalnızlık

Gündelik yaşamda yaşlı bireylerin sıkıntı yaşadıkları birçok konu vardır. Sağlık sorunu, sosyal ilişkiler de yetersizlik, fiziksel rahatsızlıklar bu konulardan birkaçıdır. Diğer önemli bir konu da yaşlılıkta yalnızlıktır. Yaşın ilerlemesi ile birlikte yaşlıların yalnız yaşam sürmeleri çok sık rastlanan bir durum olmaktadır. Yapılan görüşmeler de katılımcılardan biri “Yaz günü heryerde geçiyor da kış günü geçmüyor”(G7, kadın, 80 yaşında) ifadeleri ile yalnızlığın zorluğunu vurgulamıştır. Yalnızlığın kışın ve yazın farklı görünüşleri vardır. Yazın dışarıda, kamelyada camide ve çay ocağında zaman geçirilmektedir. Kış geldi mi yalnızlık çökmektedir.

Yapılan çalışmada sağlıklı yerinde olan yaşlıların insanlarla ilişki kurma durumlarının daha iyi olduğu ve yalnızlık çekmediği görülmüştür. Sağlığı yerinde olan yaşlıların yakın çevresi ile de (komşu, çocuklar, akraba) iletişiminin iyi olduğu gözlemlenmiştir. Özellikle komşuları ile ilişkisi iyi olanların gün içerisinde sürekli görüştükleri ve yalnızlığın bir sorun olmadığı da gözlemlenmiştir. Bazı görüşmeciler “Üç dört gibi de burada kamelyada oturan arkadaşlar var geliller çağırırlar otururum” (G43, kadın, 74 yaş), “Namazımı kılarım komşular çıkarırsa kapının önüne çıkarım” (G1, kadın, 71 yaş) ifadeleri ile gün

içerisinde komşularla vakit geçirerek zamanın geçtiğini dile getirmişlerdir. Bazı yaşlılar ise torunları ile ilgilenmektedir. Yalnızlık durumu kadın ve erkek katılımcılar için farklı seyretmektedir. Yalnızlıktan farklı düzeyde etkilenmektedirler.

Erkek yaşlılarda yalnızlığı gidermek kadınlara göre daha zor olmaktadır. Erkeğin çalışma yaşamından sonra emekli olması, eşin kaybı, çocukların evden ayrılışı gibi değişiklikler yalnızlık durumlarını arttırmaktadır. Özellikle emeklilik durumu erkeklerde yalnızlığın ortaya çıkmasında önemli bir faktördür. Kadınlar ise genellikle çalışma yaşamında daha az bulunmaktadır. Emeklilik gibi bir durum söz konusu olmadığında yaşlandıklarında da hayatlarına aynı şekilde devam etmektedirler. Etiketleme kuramı bağlamında baktığımızda yaşlılık toplumsal bir etiket biçimidir. Emeklilik durumu söz konusuysa ya da birey aktif yaşamdan çekildiyse toplum bu kavramları kullanır. Yaşlı birey ise ona sunulan bu etiket etrafında yaşamını sürdürmeye başlar. Kişi kendi ile ilgili bilgileri çevresinden elde etmiş olur (Şentürk, 2018, s.151-154). Özellikle erkek yaşlıların etiketlenme durumunun daha çok olduğunu söyleyebiliriz. Erkekler emekliliğin verdiği etiketle ve toplumun ona sunmuş olduğu yaşam etrafında hayatına devam etmektedir.

Erkekler ve kadınlar yalnızlıklarını farklı yollarla gidermeye çalışmaktadır. Erkeklerin yalnızlıklarını giderdikleri mekânlar vardır. Bu mekânlar camiler, kahvehaneler, emekli lokalleri vb. yerlerdir. Erkekler camide arkadaşlık edinmekte, sohbet ederek günlük konuşma ihtiyaçlarını karşılamakta, aynı zamanda kendi yaşlıları ile iletişim kurarak birbirlerinden haberdar olmaktadır. Bu çalışmada katılımcılarda görülen günlük aktivitelerin içinde namaz kılmak, camiye gitmek, kuran okumak sıkça verilen cevaplardan olmuştur. Kadınların ise yalnızlıklarını giderme şekilleri farklıdır. Erkeklerin gittikleri bu mekânlara kadınlar gitmemektedir. Kadınlar daha çok komşularıyla ilişki kurarak yalnızlıklarını

gidermektedir. Gün, dini toplantılar, komşu oturmaları, akrabalar oturmaları yapmaktadırlar. Hem erkeklerde hem kadınlarda çocuklarıyla ve torunlarıyla zaman geçirme yalnızlığı önemli ölçüde gideren bir durumdur.

Yapılan çalışmalar üzerinden yaşlıların yalnızlık düzeylerine baktığımızda; Kaçan-Softa ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmada yaşlıların “yalnızlık düzeyi” ortalaması 46,95 çıkmıştır (2015, s. 92-93). Çevik-Akyıl ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmada evinde yaşayan yaşlıların yalnızlık puan ortalamalarının 44,82 olduğu görülmüştür (2018, s. 36). Başka bir çalışmada yaşlıların yalnızlık puan ortalamaları yalnız yaşayanların 50, huzurevinde yaşayanların 44, ailesiyle yaşayanların 42 olarak saptanmıştır (Ağırman, 2017, s. 237). Erbatu’nun yapmış olduğu çalışmada ise yaşlılardan kendini yalnız hissetmeyenlerin oranı %56,1, bazen yalnız hissedenlerin oranı %36,3 ve her zaman yalnız hissedenlerin oranının ise %7,6 olduğu görülmüştür (2017, s. 58). Yapılan çalışmaların sonuçlarına baktığımızda yaşlıların yalnızlık düzeylerinin benzer olduğu görülmektedir. Günümüz toplumunda yaşlılar çekirdekleşen aile yapısı ve bireyselleşme ile birlikte daha çok yalnız kalmaktadır. Ancak bu verilerin benzer olması yaşlıların düşünüldüğü kadar yalnız olmadıklarına da işaret etmektedir. Yine de şunu belirtmek gerekir ki sınırlı sayıda çalışma verilerinden yola çıkmak yanıltıcı olabilir. Bu konuyla ilgili detaylı bir çalışma ve detaylı bir analiz daha doğru sonuca ulaştıracaktır.

Yaşlılıkta yalnızlığın şüphesiz birçok nedeni vardır. Bunlardan bazıları, dulluk, çocuk sahibi olma durumu, gelir düzeyi, eğitim durumu, yaşam koşulları, arkadaş veya komşu eksikliği ve sağlık durumudur. Yaşlılar bunlardan birkaçına sahipse kendini yalnız hissedebilirler. Yalnız hissetmeleri ile beraber sosyal, psikolojik ve fizyolojik açıdan sorun yaşayabilirler. Yalnızlığın etkilerine ve sonuçlarına farklı değişkenler

göz önüne alınarak bazı çalışmalar üzerinden teorik kısımda değinildi. Bu çalışma bağlamında yalnızlık konusuna detaylı olarak çalışmanın ilerleyen bölümlerinde değinilecektir.

Mekânsal Zorluklar: Konut Tipine Göre Zorlaşan Yaşamlar

Hayatın içinde farklı zorluklar, farklı yaşamlar bulunmaktadır. İnsanoğlu yaşamın her döneminde farklı zorluklara göğüs gererek üstesinden gelmektedir. Yaş ilerledikçe karşılaşılan problemlerin üstesinden gelmek ya da bunlara çözüm üretmek daha zor görünmektedir. Bununla birlikte bu sorunları çözecek pratikler bulunmaktadır. Bazen bireylerin içinde bulundukları bu durum sorunların çözümünü zorlaştırmaktadır. Bu durumlardan biri de mekândır. Yaşanılan mekân yaşlıların yaşamını önemli ölçüde etkilemektedir. Yapılan çalışmada özellikle apartman (asansörsüz) ve müstakil evde yaşayanların çeşitli zorluklar çektiği görülmüştür.

Özellikle asansörü olmayan apartman dairelerinde yaşayan bazı yaşlıların ihtiyaçlarını karşılarken zorlandıkları durumlar olduğu görülmüştür. Asansörsüz apartmanda oturan bir görüşmeci market alışverişi sonrası apartmandan eve poşetleri çıkarırken nasıl taşıdığından söz etmiştir. Genellikle ilk akla gelen ve herkesin bulduğu çözüm eşyaları parça parça taşımaktır. Fakat burada asıl sorun merdivenleri çıkmaktadır. Merdivenleri bir iki kere çıkmak yaşlıları zorlamaktadır. Fakat vücudun yavaşlıyor olması, hareketlerin kısıtlanması merdiven çıkmada normalde de zorlanma görüşmecinin aklına daha farklı fikirleri de getirmiştir. Bazen herkes gibi parça parça çıkardığından söz ederken bazen de “...burdan torba alıp götürürüm merdiven çıkması zor diye onlara bölerim. Osman amcan sapından tutar bende altından tutarım baze öyle çıkarırız nası denk gelirse” “pazara fazladan poşet götürüp apartmanda malzemeleri poşetlere azar azar bölüştürdüğünü” ifade etmiş bazen de “eşinin poşetlerin üst kısmından tutup kendinin de altından destek-

lediğini” (G3, kadın, 76 yaş) ifade etmiştir. Pratik çözümler her zaman için insanın hayatını kolaylaştıran yollardır. Yapılan görüşmede diğer bir katılımcı “cami arkadaşlarının” yaşadıklarını şu şekilde anlatmıştır: “İki tane cami cemaati arkadaşımız var, dördüncü kattalar, adamlar ikindin namazından sonra orda oyalanıyorlar yatsıya kadar çıkamıyorlar. Adamlar yetmiş iki yetmiş beş yaşındalar. Asansör de yok adamlar oyalanıyo” (G15, erkek, 80 yaş). Öyle anlaşılıyor ki camiye iki üç kere gitmekten sonra namaz aralarında vakit geçirmek daha pratik bir çözüm olarak bulunmuştur.

Her ne kadar asansörü olmayan apartman binaları ileri yaştaki bireyler için sorun teşkil etse de müstakil binalarda yaşayan kişilerde “soba kovaşından” mustariptir. Soba kovaşını kaldırmak, düzenli olarak kova doldurmak sağlıklı yerinde olan insanlar için kolay bir eylem gibi görünse de yaş ilerledikçe kış aylarının en zor olayı olarak yaşlıların karşısına çıkmaktadır. Bu konuda zorlandığını ifade eden bazı görüşmeciler olmuştur. Görüşme yapılan katılımcılardan biri, sadece “sobasını yakmak için birini tuttuğunu” belirtirken, engelli olan bir başka görüşmeci ise bakıcısının sadece kendisine bakması için geldiğini, rutin ev işleri ve yemek dışında işlerle ilgilenmediğini belirtmiştir. Soba kovaşını doldurup yakmanın bu işlere dahil olmadığını belirtmiş olan bakıcının bu konuda yardımcı olmadığını ifade etmiştir. Kendisinin de “Aşağıda kiracı var parasını viriyorum o doldurup getirip yakıyo sobamı. Ben hiç ellemem yapamam da ağır kaldıramam.” (G6, kadın, 77 yaş) diyerek bu konuda farklı bir çözüm yolu bulunduğunu dile getirmiştir. Bunun yanı sıra müstakil evde yaşayan bazı görüşmeciler “kovayı yarı beline kadar doldurup” yüklerini hafifletmeyi denediklerini ifade etmişlerdir.

Yaşlılar için yaşanılan konut tipi yaşamlarının kolaylaşması için önemlidir. Müstakil evin ve apartman dairelerinin kendine göre olumlu ve olumsuz tarafları olabilmektedir. Yaşlılar mevcut imkânlarına uygun olan konutlarda yaşa-

maktadır. İmkanlarının yanı sıra mekânsal tercih yaşam alışkanlığıdır. Özmete ve Dinç'in yapmış olduğu çalışma da bu yaşam alışkanlığını göstermektedir. Çalışma sobalı müstakil evde (2 kişi), doğalgazlı müstakil evde (23 kişi), doğalgazlı apartman dairesinde (5 kişi) yaşayan yaşlılarla yapılmıştır. Çalışmada müstakil evde yaşayan yaşlı bireyler, bahçesi olan bir evde yaşamayı özellikle istediklerini, bahçe işleriyle uğraşmaktan hoşlandıklarını ve apartman dairesinde yaşamak istemediklerini belirtmişlerdir (Özmete ve Dinç, 2020, s. 220). Özmete ve Dinç'in çalışmasında yaşlıların büyük çoğunluğunun doğalgazlı müstakil evde yaşadıkları görülmekte. Ancak bu çalışmada müstakil evden şikayetçi olan katılımcılar sobalı evde oturmaktadır. Bu durum iki çalışmayı birbirinden ayıran önemli bir husustur. Sobalı evde oturan yaşlılar sobadan dolayı müstakil evde yaşamaktan zorlanmaktadır. Bu durumda hem konut tipi hem de o konutun yaşlıya sunduğu imkânlar yaşam kolaylığı için önemlidir.

“Ses” Kavramının Çağrışımları: “Gürültü” ile “Canlılık” Arasındaki Yaşamlar

Kentler, şehirler günden güne yoğunlaşıp nüfusu artan yerler haline gelmiştir. Yoğunlaşan insan nüfusu ile birlikte yeni mekânlar, yeni yaşam alanları, yeni binalar da artmaktadır. İlerleyen yaşlarda insanlar kentlerden kırsal alanlara, sakin mekânlara göç etmekte, yani “kafa dinlemeyi” istemektedirler. Yılların koşuşturmalı hayatının yerine daha sakin hayat arzusu ve “sessizlik” isteği de artmaktadır. Yaşlı bireyler gürültü gibi çevresel etkilere karşı daha hassastırlar (Ayaz, s. 242). Yaşlılıkta ses ve gürültü istenmemektedir. Daha çok sakin, dingin bir yaşam arzu edilmektedir. Öyle ki bazı insanlar bu istekten ve hassaslıktan dolayı evlerini hatta şehrini bile değiştirmektedir;

“Bizim İzmir’deki evimizin etrafında düğün salonları oluşmaya başladı. İzmir’in en iyi yeriymi ormanlık alan havası temiz jeotermalle ısımıyordu. Termal otele giderdik, yürürdük. Gürültü çoktu ve her şeye sahip mutsuz insanlar çoktu. O yüzden ayrılmayı istedik. Ankara’ya gidelim dedik tanıdıklar var diye. Evi de bulduk. İzmirdeki evde komşu vardı daha önde otururdu sestən dolayı belediyeye telefon açtı ee insanların eğlenme özgürlükleri var, bütün dünyada insanların eğlenme özgürlükleri yok İzmir’de var. Birde hastane var uzun süre tedavi gören kanser hastaları da ordan ev tutuyorlardı o insanlara saygı yok. İnsanlara bakış bu İzmir’de (G16, erkek, 68 yaş) ”

Bunun yanı sıra bir görüşmecide *“Bazen bu sestən dolayı taşınmak istiyorum becerebilsem” (G29, erkek, 69 yaş)* diyerek işlek caddeye karşı olan evinden gürültü ve sestən dolayı ayrılmayı düşündüğünü hatta müstakil evin kendisi için daha uygun olacağını dile getirmiştir. Sadece yolun gürültüsünden değil çocuk sesinden rahatsız olan görüşmeciler de vardır.

Bu görüşlerin aksine sesi, gürültüyü, çocuk sesini özleyen görüşmeci de olmuştur. Uzun yıllar Almanya’da kalan bir görüşmeci *“Ben sokakta çöpü özledim, çocuk sesini özledim Almanya’da. O yüzden çocuk sesi, sesler canlılık, hayat işaretidir. O yüzden rahatsız olmam seslerden” (G25, kadın, 65 yaş)* diyerek insanların rahatsız olduğu ve kendi içlerinde çözüm üretmeye çalıştıkları bu duruma farklı bir bakış açısı ile yaklaşmıştır. Ses kimi için ‘gürültü’ iken kimi içinde ‘hayat’ anlamına gelmektedir. Bu görüşmeci Almanya’da hem insanların hem de çocukların belli bir saatten sonra fazla dışarı çıkmadığını belirtmiştir. Yıllarca yaşamış olduğu mahallenin erken saatlerde sessizliğe büründüğünü dile getirmiştir. Yaşlıların ses kavramını gürültü ya da canlılık olarak değerlendirmesi noktasında kültürel farklılıkların ve çevrenin etkili olduğu söylenebilir. Farklı bir kültürel çevrede yıllarca yaşama kendi kültürüne ait olan durumları özlemesine neden olmuştur. Bu yüzden kültürel bağlamda yaşlıların rahatsızlık duyduğu durumların değişebileceğini söylemek mümkündür.

Temel İhtiyaçlarda Yaşanan Zorluklar: Engellerin Olduğu Yaşamlar

Yürümek, oturmak, kalkmak gibi eylemler tüm insanların gündelik hayat içerisinde yaptığı yaşam pratikleridir. Yaşın ilerlemesi ile birlikte bireylerin ev içinde dahi belli hareketlerini gerçekleştirilmeleri zorlaşmaktadır. Bazen bireysel ihtiyaçlarını gidermek daha eziyetli duruma dönüşmektedir. Bunun yanı sıra banyo yapmak, tuvalete gitmek hatta, kıyafet değiştirmek bile yaşlı bireyleri zorlamaktadır. Kıyafet değiştirmek banyoya tuvalete gitmeye nazaran daha kolay bir aktivitedir. Arpacının yapmış olduğu çalışmada yaşlı bireyler giyinme ve soyunmada %49,5'i hiç güçlük çekmemekte, %27,9'u giyinme ve soyunmada çok az güçlük çekmekte, %15'i bazen güçlük çekmekte, %5,3'ü çok güçlük çekmekte olduğunu ifade etmiştir (2015, s. 45). Bu çalışmada da nispeten çoğu görüşmeci kıyafet giyip çıkarırken zorlanmadığını ifade ederken 45 görüşmeciden sadece 5 görüşmeci biraz zorlandığını dile getirmiştir. Bu zorluklar karşısında görüşmeciler kendilerine göre “kolay yöntemler” geliştirmiştir:

“Bi eteği giyerken zorlanırım onu da şura oturur çekerim kakarım (G43, kadın, 74 yaş)”

“Pantolonumu giyerim giyerken ayağa kalkar çekerim. Dizimi kaldıramıyorum ama belimden bir şeyim yok. Elimi sokar giyerim ayaklarıma kaldırıyorum sonra” (G24, kadın, 70 yaş)”

‘Engelli’ olmak daha çok çözülmesi gereken sorunlara da işaret etmektedir. Engelli bir görüşmeci ev içinde birçok bireyin hatta, yaşlının rahatlıkla yaptığı oturma, tuvalete gitme, banyo yapma gibi işlerini nasıl yaptığını şu cümlelerle ifade etmiştir:

“Dizimin üstünde gelirim, altta minder var. Somyaya çıkacaksam ellerimi şöyle dayandımın dizimin üstüne gelir hoplar çıkarım. Abdesti lavaboda alamam, afedersin hem klozete girerim hem orda alırım alçak çeşme orası. Yirlerimiz fayans ayakta durmam zaten ayakda sakat koyun keçi gibi yerde giderim. Şunu çıkartıyom dizimin üstünde yürüyom. Acımadı müddetçe giderim” (G32, erkek, 71 yaş)”

Banyo yapmak, tuvalete gitmek gibi eylemlerin yanı sıra abdest almak da belli yaşlarda ya da belli yaştan sonra daha da zorlaşmaktadır. Fakat bu noktada görüşmecilerin kolay bir çözüm yolu buldukları görülmüştür;

“Ben banyoda alırım, kovaya su doldurum azcık ayağımı öyle batırıyorum. Diğer yerlerimi çeşmede alırım yukar lavobada elimi kolumu yüzümü yıkarım, ayağımı sadece aşağıdan kovada yıkarım. Ona da az su doldururum taşmasını diye, yerler fayans çünkü. İçine batırırım ayağımı. Zaten maksat ıslanması değil mi an necim ayağın. Banyo yaparken dikkat ederim (G3, kadın, 76 yaş)”

“Ben sadece abdest almada zorlanırım ama oda şöyle ayaklarım kalkmıyor hasta olduğumdan değil ama kilodan daha çok, bi otur rak var banyoda ona oturur ayaklarımı öyle yıkarım (G31, erkek 68 yaş)”

Bunun yanı sıra bazı görüşmeciler banyo yaparken “duş kabinin” kendilerini güvende hissettirdiğinden söz etmiştir. Duş kabinin etrafının kapalı olması düşme ihtimaline karşı yaslanacakları kapaklarının olması yaşlıya güven vermektedir. Bu yüzden duş kabinini güvenli bulan yaşlılar olmuştur. Tabi farklı sorunları olanlar için bu faydasız bir duruma dönüşmektedir. Bir görüşmeci dizlerinden ameliyat olduktan sonra yürüteçsiz zor yürüdüğünü, banyo yaparken klozetin üzerine oturarak ve yürütecinden tutunarak destek aldığını ifade etmiştir. Yaşlılar için tasarlanması gereken “ergonomik evlerin” yaşlı bireylerin rahatsızlığına göre şekillenmesi önemlidir. Ergonomik evler yaşlıların gündelik aktivitelerini kolaylıkla gerçekleştirmelerini sağlayan evlerdir. Bu evlerde öncelikli amaç yaşlı bireyin aktivitelerini oturma pozisyonunda yerine getirebilmesini sağlamaktır. Çünkü yaşlı bireyler uzun süre ayakta durmakta zorlanırlar. Evi yaşlının vücudunun hareketlerine, boyutlarına ve konutta yer alan eşyaların boyutuna göre tasarlamak önemlidir. Yaşlının ihtiyacına göre ev içi tasarımını düzenlemek ergonomik ev imkânı sunmak yaşlının yaşamsal aktivitelerini kolaylaştırır (Kalınkara, 2004,

s. 66). Şüphesiz insanın ilk aklına gelen yaşlı bireyin küçük bir kabinde kendini daha rahat ve güvende hissederek banyo yapabileceği fikridir fakat, bu durum yürüteç ve tekerlekli sandalye kullanan bireyler için işlevsiz bir hal almaktadır. Öyle ki bir görüşmeci herhangi bir araç (baston, yürüteç) kullanmadığı halde sırf kilosundan dolayı zorluk çektiğini şu cümlelerle dile getirmiştir:

“Tek işte banyo yaparken zor. Banyoya giderken tepem atıyor. Tekmeliyorum kabini benim sinirim çoktir. Ama banyo ufak yav vallahi şu kadar ben otirmiyorum banyo yaparken otursan dizlerim çarpıyor. Rezillik ha. Oturuyorum olmiyor he rezillik ha”
(G37, erkek, 66 yaş).

Yaşlıların bir kısmının kıyafetlerini değiştirirken bir kısmının tuvalet ve banyo kullanımında bir kısmının ise abdest alırken zorlandığı görülmüştür. Bu yüzden her insanın bir gün yaşlanacağı düşünülerek ergonomik evlerin tasarlanması gerekmektedir. Bunun yanı sıra giyim endüstrisinin yine hareketleri daha kısıtlı olan yaşlılar için giyimi rahat kıyafetler üretmesi gerekmektedir. Sadece bunları üretmek yeterli değildir. Hem giyim hem ergonomik ev tasarımı konusunda kitle iletişim araçları vasıtası ile tanıtımlarının en iyi şekilde yapılması önemlidir.

Yaşlılık Döneminde Sağlık Sorunları

Hastalık her yaşta görülmesine rağmen yaştan ilerlemeyle bazı rahatsızlıklar daha belirgin olarak ortaya çıkmaktadır. Yapılan görüşmelerde görüşmecilere “sağlığınızdan memnun musunuz” şeklinde sorulduğunda genellikle ‘iyiyim’ cevabı alınmıştır. Yine de birtakım rahatsızlıklarından söz etmişlerdir. Gerçekten sağlıkla ilgili hiçbir sorunu ve şikâyeti olmayan görüşmeciler de vardır. Burada “hiçbir sorundan” kasıt kronik şeker, tansiyon, kolesterol gibi hastalıklara sahip olmamalarıdır. Bu rahatsızlıkların olmayışında düzenli beslenme ya da daha aktif bir yaşam tarzı dikkat çekmekte-

dir. Genellikle düzenli yaşam süren, düzenli beslenen aynı zamanda spor yapan görüşmecilerde sağlıkla ilgili büyük sıkıntılara rastlanılmamıştır.

Bazen yaş bazen engel durumu insanların sağlığı yerinde olsa dahi gündelik yaşam içerisinde basit aktiviteleri problem haline dönüştürmektedir. Aktivite teorisi bireyin aktif olduğu sürece sağlıklı ve mutlu bir yaşam süreceğini savunur ancak yaşlı ne kadar çabalasa da bazı hastalıkları ortadan kaldıramaz. Yaşlı aktif bir yaşam sürmek için çabalasa da biyolojik kısıtlamalar aktifliğinin önüne geçebilmektedir (Kalınkara, 2016, s. 30). Çok yaşlı ve görülen yürüme problemi olan birinin yürüteçten yardım alarak hastaneye gitme dışında evden aşağı inmediğini ifade etmiştir. Engel durumu birçok sağlık faktörünü birbirine bağlamaktadır. Yapılan çalışmada engelli olan bir görüşmeci engelinden dolayı yediklerine dikkat ettiğini dile getirmiştir:

“Bir günden bir güne kösüle kösüle yatmadım ben. Çok üzülüyorum ben koronovirüs mü ne hastalıksa beni içeri kapattı üç ay kapalı kaldım ayaklarım kireçleme yaptı o yüzden dayakların üzerinde uzun süre duramıyorum. Hafif yemekler yerim ben akşam çorba salata engelliyim kızım vücutta kalıyor sonra gitmiyor” (G44, erkek, 67 yaş)

Aslında birçok problemin çözümü kolaylıkla bulunabilir. Kalıcı olmasa da çare bulmak kolay olabilmektedir. Birtakım hastalıkların tedavisi olsa da kronik hastalıkların çoğunun çözümü bulunmamaktadır. Ya azaltılabilir ya durdurulmaya çalışır. Tamamen kökten bir çözüm bulmak belki de çoğu kronik rahatsızlık (şeker, tansiyon, astım, koah, guatr, kolesterol) için zordur. Görüşmecilerin birçoğu her ne kadar ‘iyiyim’ deseler de farklı kronik hastalıklara sahiplerdir. Özellikle görüşmecilerin 45’inden 14’ü şeker hastasıyken 13’ü de tansiyon hastası olduğunu dile getirmiştir. Bu rahatsızlıklar çözümü olmayan ilaçlarla dengede tutulan rahatsızlıklardır. Görüşmecilerden bazısı spor yaparak hastalıklarını

dengede tutmakta ya da “yediklerine içtiklerine” dikkat ederek çözümden ziyade önlem almaya çalışmaktadır. Benzer şekilde Çivi ve Tanrıkulu’nun (2000) yapmış olduğu çalışmada yaşlılarda en sık rastlanılan ikinci rahatsızlığın tansiyon olduğu görülmüştür. Bunlar bütün yaş kategorisinde görülebilen hastalıklardır fakat ileri yaşlarda daha sık görülmektedir.

İlginç olan ya da dikkat çeken bir hastalık türü de vertigodur. Vertigo görüşmecilerin 8’inde vardır ve yaşamlarını gün içinde ciddi anlamda etkilemektedir. İlgi çekiyor olmasındaki sebep sahaya çıkılmadan önce şeker, tansiyon, kalp, astım, guatr gibi hastalıklara daha çok rastlanacağı tahmin edilmesidir. Ancak vertigo hastalığı tahmin edilen rahatsızlar içinde yer almamıştır. Bu şekilde vertigo beklenmeyen bir veri olarak araştırmacının karşısına çıkmıştır. İlerleyen yıllarda kişi kendi kendinin doktoru olmakta birtakım sıkıntılarına çareyi yine kendinde aramaktadır. Yaşlanma ile ortaya çıkan yalnızlık hissi, başkalarına karşı olan bağımlılık vertigo oluşumunu etkilemektedir. Yaşamın ikinci evresinde var olan emeklilik, eşin kaybı gibi değişimler vertigo görülmesinde önemli etkenlerdir. Özellikle gözlük kullanmaya başlama ya da gözlük değişimi gibi yaşlının hayatındaki ufak değişiklikler, kullanılan ilaçların değişmesi vertigonun ortaya çıkmasında etkili olmaktadır (Karan, 2018, s. 156). Yaşlı hastalarda çok sık görülen vertigoyla ilgili İsveç’te yapılan bir çalışmada 80 yaş altında ki yaralanmaların %17,8’i ve 80 yaş üstündekilerin %31’inin nedeni vertigo olarak bulunmuştur (Koçer vd, 2017, s. 66). Tedavi edilebilir fakat insanın yaşamını olumsuz etkileyen bu hastalığa sahip olan herkes gibi yaşlı bireylerin de bu hastalıktan olumsuz etkilendiği açıktır. Yaşadıkları sorunlardan dolayı acı çeken ve acıdan kurtulmak isteyen yaşlılar, hastanede aradıklarını bulamayınca kendi kendilerine çözüm bulmaktalar. Özellikle ani hareketlerde kendini daha net gösteren bu rahatsızlığa görüşmeciler kendilerince “koltuğun kenarlarından güç alarak”, “yastığı baş dönmelerine göre ayarlayarak” geçici çözüm yolları bulmaktadırlar.

Tüm bu hastalıkların yanı sıra görme ve işitme duyuları insan yaşamını büyük ölçüde etkilemektedir. Bazı görüşmecilerin genellikle duyu ile ilgili sorunları vardır. İşitme kaybının çözümü ya vardır ya da döndürülmez derecede yoktur. Bazı görüşmeciler duyabilmek adına ‘kulakçık’ kullanmakta bazıları kulakçığı tercih etmeyip kapı zilini duymanın yeterli olduğunu düşünüp “kapı zilini odaya çekirtmeyi” planlamakta, bazı görüşmeciler herhangi bir çözüm yolu üretmemekte, bazı görüşmeciler de “her şeyi duymamanın” belki de en iyi yol olduğunu düşünmektedir.

Sağlık ve sağlıklı olma gençlikte, orta yaşta aslında yaşamın tüm evrelerinde nasıl önemliyse elbette yaşlılıkta da önemlidir. Kaliteli ve sağlıklı yaşlanma bireyin gün içinde yaşamsal sıkıntılarını en aza indirmekte, huzurlu bir yaşlılık dönemi sunmaktadır. Elbette sağlıklı olma ya da sağlıklı bir şekilde yaş almayı etkileyen sebepler bireyin yaşam içerisinde karşılaştığı zorluk ve güçlüklerle de ilişkilidir. Burada önemli olan bireyin hayatı boyunca belki de ne kadar yıprandığıdır. Yapılan görüşmede görüşmecilerin 6’sı sağlık durumları iyi olduğu için neredeyse hiç hastaneye gitmediğini belirtmiştir.

Yapılan gözlem ve görüşmeler de genelleme yapmak mümkün değildir, fakat özel durumlarla ilgili belli kriterler göze çarpmaktadır. Yaşlılık herkesi bir gün yakalayacak bir yaşam evresi olduğundan yaşlanmanın çözümü yoktur fakat sağlıklı yaşlanmanın belli yolları bulunmaktadır. Görüşmecilerden ikisinin gelir durumu oldukça yüksektir. Bu ekonomik refahtan dolayı yaşam içerisinde kendilerini ‘yoracak’ tüm faaliyetlerden uzak durmaktadırlar. Ev içerisinde zorlayan işleri yapmamanın yanı sıra birlikte beslenmelerine de dikkat etmektedirler. Düzenli ve sağlıklı beslenme, refah düzeylerinin yüksek olması, yaşam kalitesini ve yaşlılık dönemini olumlu etkilemektedir. Diğer bir görüşmeci ise evde engelli oğluna ve kanser hastası eşine bakmaktadır. Kadının görevi olarak nitelendirilen tüm işleri (ev temizliği, yemek

yapma vb.) kendisi yapmaktadır. Aynı zamanda iş buldukları çalışmaya da gitmekte, buna rağmen evdeki işleri yürütmektedir. Gün içerisinde sürekli aktif olması görüşmecinin sağlıklı bir yaşlanma süreci yaşamasında etkili olmaktadır. 2 görüşmecinin müstakil eve sahip olması yaşlılık döneminde etkilidir. Farklı bir görüşmeci ise günde ortalama 7 kilometre yürüyebildiğini hatta şeker, kolesterol gibi hastalıklarının dahi olmadığını dile getirmiştir. Gün içerisinde yapılan yürüyüşler hayatın sağlıklı bir şekilde sürdürülmesinde ve birtakım hastalıklara yakalanmamada etkili olmaktadır.

Aile Türleri ve Destek Mekanizmaları

Yalnız Yaşayan Yaşlıların Durumu

Şehirleşmenin ve teknolojik gelişmelerin artışıyla beraber, kişilerarası iletişim de azalmaktadır. Hem iletişimin hem de paylaşımların azalmasıyla bireylerde yalnızlık duygusu artmaktadır. Artan yaş faktörü de düşünüldüğünde bireylerde ruhsal sıkıntılar baş göstermektedir. Ülkemizde geleneksel olarak baktığımızda yaşlılar eşleri ya da çocukları ile birlikte yaşamaktadır. Fakat çekirdek ailenin giderek yaygınlaşması yalnız yaşayan yaşlı sayısını arttırmıştır (Ağırman vd., 2017, s. 235). İnsan sosyal bir varlıktır. İlişkiler kurduğu sürece mutlu ve sağlıklı yaşam sürer. Yaşlılıkla beraber sosyallik azalmaktadır. Yaşlıların sağlık problemleri, hareketlerinde meydana gelen yavaşlamalar eski sosyal yaşantılarını kaybetmeye sebep olmaktadır.

Hem Covid- 19 salgını sebebi ile hem de çalışmanın sınırları kapsamında yeterince yalnız yaşayan erkek yaşlılara ulaşılamadığından söz edildi. Tüm bunlara rağmen 2 katılımcı ile uzun süreli ve derinlemesine görüşme gerçekleştirildi. Yapılan bu görüşmeler yalnız yaşayan erkek katılımcıların sosyal destek sağlayıcıları hakkında bize önemli bilgiler vermiştir. Genel bir resim sunmak adına her iki katılımcıda zor

zamanında, acil bir durumda, pandemi sürecinde genellikle çocuklarından destek almıştır. Her iki görüşmecinin de aynı şehirde yaşayan çocukları bulunmaktadır. Destek olmaları noktasında bu durum mutlaka önemlidir. Önemli olan yakın çevre olarak adlandırdığımız kişilerin yakınlarında olmaması durumunda nasıl destek aldıklarıdır. Yanlarında bir yakınları olmadan sorunlar karşısında ne yapıyorlar, herhangi bir durumun üstesinden nasıl geliyorlar? Bu sorular önemlidir. Yalnız yaşayanlarda yabancı olanı da yakını gibi görebilme söz konusudur. Yaşlılar yabancılardan bir yakını gibi yardım isteyebilmektedirler. Bir katılımcının diğer insanları çocukları gibi görerek yardım istediği görülmüştür. Bu bağlamda yalnız yaşayan 87 yaşındaki bir katılımcının ifadeleri dikkat çekicidir:

“Fransa’ya giderken hava alanına vardım. Ordaki memura bileti gösterdim. Bana dedi ki görevli, dede dedi ben gidemem disen seni tekerlekli sandalyaya bindiriler nere istersen götürüler. İstanbul’a havaalanına vardım sordum içişleri ile dış işleri ne kadar, gidebilin mi didiler dedim gidemem bi rehber olsa iyi olur didim. Öğrettiler ya bana. Bi rehber virdiler didim ben yoruldum gidemicem oturttular sonra tekerlekli sandalya getirdi sandalyaya oturttu valizimi kucağıma verdi aldı getti. Oturdum bekliyorum. Biri geldi hani basallarda para atıp meşrubat alıllar ya öyle bi yerden bişey aldı içiyor. Hay dedem bide bana al didim aldı geldi parasını da almadı. Sormayı öğrendim ya aldı hemen. (G27, erkek, 87 yaş)”.

Bu çalışma da genel olarak baktığımızda yaşlıların yabancı birinden yardım istediklerine rastlanılmamıştır. Sadece evdeki ihtiyaçlar değil dışarıdaki yaşam içerisinde yardım talep etme durumları olmamıştır. Çünkü katılımcıların büyük çoğunluğu yabancından ziyade yakın çevrelerinden destek almaktadır. Yaşlıların gündelik yaşamı hakkında bilgi almak, kaçırılan noktalar ya da direk sorulduğunda her zaman alınamayan cevaplar “Bir gününüz nasıl geçer?” sorusu ile cevaplandırılmıştır. Bunun yanı sıra görüşmenin gözlem kısmını

oluşturan başlangıçta iletişim kurmak için yapılan genel sohbetler yaşlılar hakkında bu bilgilerin edinilmesinde yardımcı olmuştur. Yapılan çalışma ve gözlem sonucunda yalnız yaşayan yaşlıların ‘yabancı’ birinden daha kolay yardım istedikleri görülmüştür. Bunun da yalnız yaşamanın vermiş olduğu bir durum olduğu söylenebilir. Benzer şekilde diğer katılımcı olan Süleyman Bey de her ne kadar zaman zaman çocuklarından destek (özellikle ev temizliği konusunda) olsa da birçok işi kendisi yapmaktadır. Pandemi döneminde bile market pazar gibi ihtiyaçlarını kendisinin karşıladığını ifade etmiştir. Uzun süredir yalnız olduğu için tüm yemekleri yapabildiğini de belirtmiştir. Ortada çözülmesi gereken bir problem varsa onu kendi başına çözdüğü görülmüştür:

“Geçen başımdan bir iş geçti Bimde. Tavuk lazım oldu aldık, tarihi bitmiş. Geri götürdüm gittim, almadılar. Alın dedim baktım kız çocuğu idarecisi şimdi ben ona ne laf söyleyeyim oda haklı. Görevi neyse onu yapıyor. Telefonu aldım eve gelince onların buradaki müdürünü aradım. Televizyonda reklam çıkar ya bilinmeyen numaralar için 118 80 i arayın diye bende onu not ettim deftere. Müdürlerin telefonu da 118 80 den aldım. Beni dedim bu şubelerin başına bağlar mısınız dedim bağladı. Dedim yav başımda böyle böyle bi iş var. Şikayetçi değilim ama alavere yaptım götürdüm almadılar dedim. Bende oraya koydum dedim. Amca ben seni beş on dakika sonra arayayım dedi. Sonra aradı git didi markete yerine ne alacaksan al didi (G28, erkek, 78 yaş).

Burada değinilmesi gereken önemli bir hususta erkeklerin kadınlara göre yabancı olana güvenmesinin ve yardım isteme durumunun değiştiğidir. Toplumsal cinsiyet bağlamında düşündüğümüzde kamusal alanda bir yabancından yardım isteme durumu kadın ve erkeğe göre değişebilir. Kadınlar küçüklükten daha çok eve dönük pasif bir şekilde yetiştirilmektedir. Bundan dolayı erkeklere göre sosyal, kültürel ve ekonomik hayatın gerisinde kalmaktadırlar (Vatandaş, 2007, s. 48-49). Bu sebeple kadınların ‘yabancı’ olan birinden yardım talep etmesi yetiştirilme şeklinden dolayı daha zor ola-

bilmektedir. Yaşlılar ileri yaşlarda özellikle de yaşlı kadınlar sosyal, ekonomik, kültürel yönden bir kişiye ya da kuruma bağımlı hale gelmektedir. Yaşlı kadınlar yaşlı erkeklerle mukayese edildiğinde daha yüksek oranda eşlerini kaybederek dul kalmaktadır. Yaşamlarının geri kalan kısmını da genellikle dul olarak geçirmektedir. Dullukla beraber sosyal hayatta sorunlu bir dönem başlamaktadır. Yaşlılık zaten dezavantajlı bir dönem olarak anılmaktadır. Yaşlı kadınların dul kalması dezavantajlı grubun en kırılgan parçasını oluşturmaktadır. Yaşlı kadınlar dullukla beraber gündelik yaşamda sosyal, ekonomik, kültürel açıdan dezavantajlı duruma düşmektedir (Arun ve Karademir-Arun, 2011, s. 1519-1522). Dulluğun dezavantaj oluşturmaması, kadının yabancıya güvenmesinin önünde engel oluşturabilmektedir. Bu sebeplerle yalnız yaşayan kadın ve erkeklerin yabancıya güvenme durumu veya yabancından yardım isteme durumu değişebilmektedir. Erkekler toplumsal cinsiyet bağlamında daha dışa dönük yetiştirilmektedir. Yine 'dulluk' kavramı daha çok kadınlar için kullanılan bir kavramdır. Tüm bunlar düşünüldüğünde erkeklerin kadınlara göre 'yabancıya' güvenebilmesi daha muhtemel durmaktadır.

Çalışmada genel olarak baktığımızda yalnız yaşayan yaşlıların var olan sorunlara karşı daha çok çözüm odaklı oldukları görülmüştür. Şikayetçi olmaktan daha ziyade yapıcı çözümler buldukları görülmüştür. Yalnız yaşayan erkekler katılımcıların kadın işi olarak görülen yemek, çamaşır, temizlik gibi işleri büyük çoğunlukla kendilerinin yaptığı gözlemlenmiştir. Evli olan katılımcılardan ya da geniş ailede yaşayanlara kıyasla çevresinde bulunan destek mekanizmalarından (aile, arkadaş, çocuk, eş, komşu) en azami düzeyde yardım aldıkları görülmüştür. Yalnız yaşayan erkek görüşmecilerin ikisi de eşlerini ortalama 25 yıl önce kaybetmiş olan görüşmecilerdir. Yaşam seyri kuramında da değinildiği gibi yaşam içinde edindikleri, tecrübeler, deneyimler, olumlu ve olum-

suz koşullar yaşamlarını etkilemiştir. Bu koşulların yansımaları yaşlılıklarında görülmektedir (Hutchison, 2011, s. 1586). Kadın işi olarak görülen tüm işleri uzun süre yalnız kalmayla beraber öğrenmişlerdir. Edindikleri bu tecrübeyi yaşlılık döneminde kullandıkları görülmüştür. Aynı durum uzun süre yalnız yaşayan kadın görüşmeciler için de geçerlidir. Eşin erken vefatıyla tamirat işlerini öğrenmek zorunda kalan görüşmeciler buna örnek gösterilebilir.

Çalışmaya katılan 10 kadın yalnız yaşamaktadır. Kadınların erkeklere göre yalnız yaşamaya daha alışık oldukları görülmektedir. Normalde de evde yapılması gereken birçok işleri üstlendikleri için yaşamları aynı şekilde devam etmektedir. Elbette sağlık sorunu olanlar, engelli olanlar için durum daha farklı seyretmektedir. Yalnız yaşayan 12 katılımcıdan 8'i çocukları ile aynı şehirde yaşamaktadır. Bundan dolayı tıpkı erkek katılımcılarda olduğu gibi kadınların da destekçilerinin çocukları olduğu görülmüştür. Yalnızca 1 kişinin çocuklarının hepsi yurt dışında yaşamaktadır ve aynı zaman da kalp rahatsızlığından dolayı engeli bulunmaktadır. Yakının da bulunan akrabası evinin tüm ihtiyaçlarını karşılamaktadır.

Kadınlar sosyalleşme noktasında erkeklere göre daha başarılıdır. Bu sebeple evli olan kadın katılımcılarla yalnız yaşayan kadın katılımcılar arasında büyük bir fark gözlemlenmemiştir. Daha spesifik olarak yalnız yaşayan yaşlılara değinecek olursak kendi içinde farklı durumlar görülmüştür. Çocuklarının desteklerine rağmen bazı beceriler geliştirdikleri görülmüştür:

“Kendimde belledim gayrı sökerim, takarım conteyi, baktım uy-muyor olmuyor yinisini takarım. Yukarda çeşmeciler var, orlara gittiğimde çokcana alırım, çeşme başını da alırım ondan sonra kendim hindi onları yapar oldum (G1, kadın, 71 yaş)”

“Ütünün fişi değişecek değiştiririm, ampul takılacak takarım elimden gelir beceririm. Çeşme değişecek oldu mu filan baka baka değiştiririm (42, kadın, 66 yaş)”

Çocuklarına yeterince yük olduklarını ifade eden katılımcılar erkek işi olarak görülen tamirat gibi işleri öğrenmek durumunda kalmışlardır. 71 yaşındaki görüşmeci erkeğin yapabileceği birçok işi kendi kendinin yaptığını her şeyi çocuklardan bekleyemeyeceğini ifade etmiştir. Ayrıca hayatın birçok alanında bilgi sahibi olmuştur. Elektronik eşya alımında, banka işlemlerinde ve hastane ile ilgili işlemlerde beceri sahibidir ve buna benzer birçok işi kendisi yapmaktadır. Yalnız yaşayan kadınlar komşularıyla sıkı ilişkiler kurmakta ve gerektiği zaman komşulardan yardım isteyebilmektedir. Yalnız yaşayan kadınların destek aldıkları kişiler çocukları ve komşularıyken yalnız yaşayan erkekler sadece çocuklarından destek almaktadır.

Hem yalnız yaşayan erkekler hem de yalnız yaşayan kadınların durumunun eşi ile birlikte yaşayan ve geniş ailede yaşayan yaşlılara göre farklı olduğu görülmüştür. Erkek katılımcıların yabancılardan yardım alma durumu söz konusudur. Evli erkeklerde ise böyle bir yardıma rastlanılmamıştır. Eşin kaybı yalnız yaşayan erkeklerin destek durumunu değiştirmiştir. Ayrıca gündelik yaşamın içinde karşılaştıkları problemleri daha kolay çözüme ulaştırdıkları görülmüştür. Aynı durum yalnız yaşayan sağlıklı yerinde olan kadınlar için de geçerlidir. Erkeklerden farklı olarak sosyalleşme imkânları daha yüksektir. Yalnız yaşayan kadınlarda ise farklı el becerilerinin geliştiği görülmüştür. Kadın katılımcıların erkek katılımcılarda olduğu gibi yabancından destek alma durumları söz konusu değildir. Kadınlarda yalnız yaşama durumu aksine yakınından olmayan kişilere güvenmemeyi de beraberinde getirdiği gözlemlenmiştir.

Eşi ile Birlikte Yaşayan Yaşlıların Durumu

Aile, eş, arkadaş ve akraba sosyal destek unsurlarının şüphesiz en önemli faktörlerini oluşturmaktadır. Yalnız yaşayan insanlara kıyasla eşle birlikte yaşayan bireylerin destek durumu daha farklıdır. Eş önemli bir destektir. Bu du-

rum yaşlılıkta daha çok kendini belli etmektedir. Özellikle evde geçirilen zamanın arttığı yaşlılık döneminde insanlar eşlerinin varlığının kıymetini daha çok anlamaktadır. Evlilik birlikteliği yalnızca bireyin yanında tanıdık birinin olması anlamına gelmemektedir. Aynı zamanda gündelik yaşamda karşılaştıkları sorunlara karşı birlikte göğüs germe anlamına da gelir. Yaşlandıkça duygusallık da artmaktadır. Özellikle ilerleyen yaşlarda evli olmanın duygusal yönleri çok fazladır (Arun ve Karademir-Arun, 2011, s. 1517-1518).

Eş hem duygusal anlamda hem de yapılacak işlerde yardım konusunda en büyük destekçidir. Yalnız kalınan yaşlılık döneminde sohbet etme, iletişim kurma en önemli ihtiyaçtır. Yalnız yaşayan bir görüşmeci eşin en büyük destek olduğunu şöyle ifade etmiştir:

“Hanım ölünce biz öldük kızım yıprandık yani. Ben ölseydim keşke o ölmeseydi. Hanım yaşarken ona çok yardım iderdim mut-fakta onun için öğrendim ben baya. Oda rahmetli koydu gitti şimdi diyom ki kıksa gelse de sevinsem bi... (G28, erkek, 78 yaş)”

Bu katılımcı görüşme boyunca zaman zaman eşine duyduğu özlemi dile getirmiştir. Yaşlılıkta zaman geçirme ve sıkıntıları paylaşma açısından eş önemli bir destekçidir. Bu çalışmada da eş desteğinin önemli olduğu görülmüştür. Eş desteği her ne kadar önemli olsa da eşine destek olmayan katılımcılar da vardır. Bir grup eşlerine destek olurken bir grup destek olmamaktadır. Destek olmayan grupta farklı nedenlerin ortaya çıktığı görülmüştür. Bazı ailelerde destek görülürken bazı ailelerde görülmemiştir. Bu noktada eşi ile birlikte yaşayanlar iki gruba ayrılmıştır. İlk grup destek verenlerden oluşurken ikinci grup destek vermeyenlerden oluşmaktadır.

İlk grupta yer alanlar yani eşine destek olan erkek katılımcılar genellikle temizlik, market, pazar, yemek hazırlama gibi konularda yardımcı olmaktadır. Burada yardımcı olanlarla ilgili daha ayrıntılı bilgi verilmesi gerekmektedir. Toplumsal olarak baktığımızda destek olunan bu işler kadın-

ların yapması gereken işler olarak görülmektedir. Bu noktada daha çok erkek katılımcılar eşlerine destek oluyorlar mı? sorusu üzerinde durmak gerekir. Aynı zamanda kadın katılımcıların bu desteği nasıl gördüğü üzerinde de durulmuştur. Yapılan çalışmada bazı erkek katılımcıların gündelik işler konusunda yardımcı oldukları görülmüştür. Aynı zamanda kadın katılımcılardan da eşlerinin kendilerine destek verdiği ifadelerinden anlaşılmıştır:

“Ev işlerini yaparken yardımlaşırız. O süpürürse ben silerim ben silersem o süpürür. Bu yaştan sonra böyle hanıma yapmam dedimmiydi olmuyor hep ben mi yapacam diyor. Emekli oldum olalı evde yardımcıyım. Çalışırken yapmadım. Yeri geldi cam da sildim. Yengen olmasa ben tüm evin işinin görürüm. Yemekte yaparım, börekte yaparım. Ben emekliyken yengen bir ara çalışıyordu. Yatsıda geliyo du bazen bende mecbur yapıyodum. Şimdide beraber yaparız mesela derim bu akşam ne yapalım çi-börek yapalım o açar ben pişiririm ocakta (G29, erkek, 69 yaş).”

“Hanım olmadığı zamanlar çamaşırları da atıyorum, seriyorum da. Ben ona destek vermesem, o sevgiyi vermesem bizim sevgimiz yapmacık olur. İnsan sevdimi her iki tarafta seyirci olmamak lazım, ben erkeğim yapamam denmez (G34, erkek, 65 yaş)”

“Dolapların içini de amcan merdivana çıkar ben çıkamam guzum ben bezi aşşada sabunlar veririm ikimiz temizleriz. Makine çamaşırı bitiri adam çıkarır telin başına götürü bende sererim (G40, kadın, 65 yaş)”

Yardım eden eşlere baktığımızda çalışmada dikkat çeken unsur yaşlarının 65-70 (genç-yaşlı) arasında olmasıdır. Eşlerin birbirine ev işlerinde yardımcı olma durumlarında yaştan, yaşla birlikte sağlıklı olmanın da etkili olduğu görülmektedir. İki görüşmeci yaşlarını fiziksel olarak gösteremekteydiler. Aynı zamanda gündelik hayatlarını aksatacak herhangi bir rahatsızlıkları da bulunmamaktaydı. Bu sebeple sağlıklı olma durumunun eşe destek olma için önemli bir faktör olduğunu söyleyebiliriz. Görüşmeci 40 ise midesi ile ilgili bir sıkıntı olduğunu görüşme boyunca dile getirdi. Bu ciddi

rahatsızlığı ve şeker hastalığı sebebi ile de eşinden temizlik konusunda yardım aldığını ifade etti. Bu noktada hastalık ve yaş eşlerin destek olmaları açısından önemli bir faktörü oluşturmaktadır diyebiliriz. Toplumsal cinsiyet rolleri açısından baktığımızda erkek yaşlıların kadınlara ev işlerinde yardımcı olduğu görülmüştür. Bu nokta da erkeğin emekli olması ve eşlerinin yaşlanmış olması destek olmalarında etkili olduğu düşünülebilir. Yaşın vermiş olduğu sağlık problemleri eşlerin birbirine destek olmasına neden olmuştur. Bu şekilde yaşlılık toplumsal cinsiyet rolleri yönünden bir değişime uğramıştır. Gençken yapılmayan ev işleri ve gerekli yardımların yaşlılık döneminde yapıldığını söyleyebiliriz.

Müstakil evlerde yapılan görüşmelerde eşi ile birlikte yaşayan katılımcılarda desteğin daha fazla olduğu görülmüştür. Özellikle bahçe bakımı, bahçeyi ekip dikme gibi konularda iş bölümü yapıldığı görülmüştür. Burada iş bölümünden kastedilen bahçede yapılacak olan işlerdir. Özellikle müstakil evde oturan erkek katılımcıların eşlerine ev işlerinde yardım etmediği fakat, bahçe işlerinde yardımcı oldukları görülmüştür.

Tüm bunların dışında bir katılımcının durumunun diğerlerinden farklı olduğu görülmüştür. Evde engelli oğlu ve kanser hastası eşi olan görüşmeci evde tüm işlerle kendisinin ilgilendiğini ifade etmiştir. Kolon kanseri olan eşinin tedavisinin zor olduğunu bu yüzden çoğu zaman yemeği dahi kendisinin yaptığını ifade etmiştir. Gün içinde kahvaltı hazırlama, ev temizliği, alışveriş gibi tüm işlerle ilgilendiğini beyan etmiştir. Bu şekilde eşinin üzerinden tüm bu yükleri alarak ona en büyük desteği sağlamaktadır. 70 yaşında olan görüşmenin genel sağlığında bir problem bulunmamaktadır. Aynı zamanda görüşme esnasında vermiş olduğu bilgilerden yola çıkarak gün içinde çok aktif olduğu da görülmüştür.

İkinci gruba baktığımızda erkek katılımcıların eşlerine destek olmadığı görülmüştür. Birçok konuda yardımcı olma-

malarının sebebi olarak yardım etmeleri gereken konularda el becerilerinin gelişmemiş olduğunu gerekçe göstermeleridir. Ayrıca eşlerinin çalışabiliyor olmaları durumu da diğer sebeptir. Bu yüzden eşlerine yardım etmemektedirler. Bazı katılımcılar çöp dökme, ekmek alma, su doldurma gibi ufak işleri yaptığını ifade etmişlerdir.

Verilen cevaplar erkek katılımcılar üzerinden değerlendirilmiştir. Bunun sebebi ise yöneltilen soruların ev işleri ile ilgili olmasıdır. Halihazırda ev işlerini kadın katılımcılar yapmaktadır. Bu sebeple erkeklerin yardım durumuna bakılmıştır. Katılımcılardan bazıları ev işleri konusunda eşlerine yardımcı olmadığını ifade etmiştir. Bunun sebebi olarak katılımcılar yukarıda da bahsedildiği gibi, “ellerinin uygun olmaması” ya da “becerilerinin olmaması” şeklinde dile getirmişlerdir:

“Hiç beceremem aslında hanıma yardım etmek isterim. Ben hep çalıştım hanım memurluğu kazandı göndermedim. Çünkü maaşım çok iyiydi göndermedim. Eve geldim yemeğim vardı, çocuklarımıza bakıyordu. Bu yüzden ben hiç iş yapmasın bilmiyorum. Yemek temizlik elimden gelmez, ancak yemek yerim. Kıyafetlerimi dürmem, kaldırırım atarım. Kadın erkek aslında birbirine yardımcı olması lazım. Eşlerin birbirine karşılık beklemeden yardımcı olması gerek. Maalesef hanım bana çok şey veriyor. Çok şey yapıyor, ben yapamadım (G13, erkek, 70 yaş).

“Çöp dök der dökerim. Hani öyle işler yaparım. Ev süpürme falan yok. Elim uygun değil becerim yok (G19, erkek, 66 yaş)”

Erkek katılımcılar eşlerine hiç destek olmuyor değildirler. Erkeklerle özgü olan işleri yaptıkları görülmüştür. Özellikle alışveriş işlerinde yardımcı olmaktadırlar. Bunun haricinde fatura ödemeleri, maaş çekme gibi işlerle de ilgilenen vardır. Sağlığı elveren dışarı çıkabilen yaşlıların bu işlerle ilgilendiği görülmüştür. Burada değinilmek istenen eşlerin diğer konularda birbirine destek olup olmadığıdır. Kadın katılımcılara fazla değinilmemesindeki sebep ise yalnız yaşayan katılım-

cılardan da gördüğümüz üzere kadınlar birçok işi kendi başlarına yapabilmeleridir. Yapamadıkları bir iş olduğunda ise bunu kolaylıkla çözüme kavuşturdukları görülmüştür. Bu sebeple erkek katılımcıların desteklerine daha çok değinilmiştir. Erkek katılımcıların birçoğu farklı sebepler sunarak yardımcı olmadıklarını ifade etmişlerdir. Özellikle bu işleri kadınların yapması gerektiğini düşünmeleri belki de yardım etmelerine engel olmaktadır. Bir katılımcı görüşme esnasında yıkamış olduğu çamaşırları akşamdan serdiğini ve kimsenin görmediğini ifade etmiştir. Belki de farkında olmadan kurmuş olduğu bu cümle erkek katılımcıların neden eşlerine yardımcı olmadıkları hakkında bilgi vermektedir:

“Ben makine nasıl çalışır, nasıl olur bilmem. Hanımı bi gün Siirte gönderdim oğlanın yanına. Baktım çamaşır dolmuş ee nasıl olcak, komşuya sordum gelin vardı kızım bu nasıl çalışacak diye ben sizin makinadan anlamam dedi bende kızım Avrupa dan gelmedi ya didim. Siirt’e telefon açtım hanım tarif etti. Akşamdan serdim kimse görmedi. Her şeyi artık makine yapar (G10, erkek, 73 yaş).”

Bu şekilde düşünen kadın katılımcılar da vardır. Toplumsal olarak baktığımızda yapılan işler özellikle de evde yapılan işlerin cinsiyetlere göre değiştiği görülmüştür. Yemek, çamaşır temizlik gibi işler kadının işiyken, tamirat tadilat gibi işler de erkek işi olarak görülmektedir. Bu görüşü destekleyen bir kadın katılımcı yemek yaparken yardımcı olmak isteyen eşine “senin işin değil” diyerek yardımını reddettiğini ifade etmiştir. “Erkek işini erkek yapar, kadın işini kadın” diyerek de ekleme yapmıştır. Erkek katılımcıların eşlerine yardım konusunda “elim uygun değil” ya da “el becerim yok” gibi sebepler sunmaları toplumsal cinsiyet rolleri ile ilgilidir. Erkeklerin yapmamak için bahane ürettiği işler gündelik yaşamda kadınların yapmış oldukları işlerdir. Bu yüzden erkek görüşmeci çamaşırları akşam sermeyi tercih etmiştir. Kadınlar ve erkekler toplumun kendilerine sunmuş

oldukları rolleri üstlenirler. Bu yüzden erkek katılımcıların beceri olarak nitelendirdikleri durum beceri değil toplumsal cinsiyetin bir sonucudur.

Gündelik hayatta eşlerin zorlandıkları konularla ilgili genel bir bakışı sunacak olursak eş yardımının önemli düzeyde olduğu gözlemlenmiştir. Sağlık durumları elverişli olan eşler birbirine birçok konuda yardımcı olmaktadır. Dışarıda yapılması gereken bir iş varsa beraber halledebilmektedirler. Burada asıl değinilmesi gereken husus duygusal anlamda birbirlerine destek olmalarıdır. Yaşlılar için en zor durum hayat arkadaşlarını yitirmeleridir. Çünkü aynı zamanda eşleri gün içinde sohbet edecekleri, duygularını paylaşacakları, sıkıntılarını anlatacakları en yakın arkadaşlarıdır. Bu yüzden eşi ile birlikte yaşayan yaşlıların özellikle birbirlerine duygusal anlamda en büyük desteği verdikleri görülmüştür. Bir görüşmecisi “şu insan da yanımda olsun dediğim yok yeter ki karım yanımda olsun” diyerek eş desteğinin önemini vurgulamıştır. Yapılan birçok çalışmada da eş desteğinin ne kadar önemli olduğunu vurgulamış, eşi ile yaşayan yaşlıların sosyal destek puanının daha yüksek olduğu da görülmüştür. (Akyıl- Çevik vd., 2018; Polat ve Bayrak-Kahraman, 2018; Altıparmak, 2009; Aksüllü ve Doğan, 2004).

Geniş Ailede Yaşayan Yaşlıların Durumu

Yaşlılık aile biçimlerine göre heterojen olabilir. Çünkü kendi içinde heterojen deneyimleri vardır. Ailesi ile beraber, tek başına yaşayan ya da kırdaki kentte yaşayan yaşlılar kendi içinde homojen değildir. Farklı sorunları, farklı çözüm yöntemleri ve farklı destek mekanizmaları bulunmaktadır (Sever, 2020, s. 1).

Yaşlılıkla beraber geniş ailede yaşama durumu yaşlı bireyler için büyük avantaj taşımaktadır. Yaşlı bizim toplumumuzda hürmet gösterilen, saygı duyulan, fikirlerine önem ve-

rilen bir konumdadır. Yaşlı bu sebeple aile içinde en değerli olan, en saygı duyulandır. Geniş ailede yaşama durumunda kendisine duyulan saygıdan dolayı yaşlı birçok konuda karar mekanizması konumundadır.

Bu çalışmada geniş aile şeklinde yaşayan yaşlıların sayısı 7'dir. Bunlardan 4'ü kadın, 3'ü erkektir. Kadın katılımcıların geniş ailede yaşadığı için ihtiyaç duydukları her şeyin çocukları tarafından karşılandığı görülmüştür. Ev içinde ve ev dışında yapılan işlerin büyük çoğunluğu çocukları tarafından yerine getirilmektedir. Bazı katılımcılar market pazar gibi birtakım ihtiyaçları kendilerinin karşıladığını dile getirmişlerdir. Ancak bu durum süreklilik göstermemektedir. Geniş ailede yaşayan kadınların genellikle gün boyunca meşgul oldukları işler; ibadet etme, televizyon izleme, spor yapma, kitap okuma, komşuları ile zaman geçirme şeklindedir. Fakat bu etkinlikler tüm katılımcılarda yaygın olarak görülmemektedir. Katılımcıların büyük çoğunluğu yemek, temizlik gibi işleri gelinlerin yaptığını, diğer işlerle ise erkek çocuklarının ilgilendiğini ifade etmişlerdir. Dolayısıyla dışarıdan destek alacakları bir konumda değildirler. Zaten desteğin var olduğu bir ailenin içinde yaşamaktadırlar. Burada ilerleyen süreçte yalnız kalma durumları ortaya çıkarsa yaşamlarına nasıl devam edecekleri önemli bir soru olarak karşımızda durmaktadır. Çünkü gündelik sorun çözme becerileri gelişmemiş olan geniş ailede yaşayan yaşlıların çocukları ile olası ayrılık durumunda sahip oldukları destek mekanizmaları da ortadan kalkacaktır.

Yalnız yaşayan kadınlarda birçok becerinin geliştiğinden söz etmiştik. Tam aksine geniş ailede yaşayan kadınlarda birçok becerinin gelişmediği katılımcıların ifadelerinden anlaşılmaktadır. Fatura yatıramayan, markete gitmeyen, maaş çekemeyen, hastane işlerini kendisi yapamayan görüşmeciler vardır. Sadece bir kadın katılımcı engelli olan gelinine baktığını ifade etmiş ve evdeki tüm işleri kendisinin yaptığını söy-

lemiştir. Diğerlerinin aksine kendisi gelininin destekçisi konumundadır. Geniş ailede yaşayan yaşlı kadınların herhangi bir ciddi sağlık sorunu ya da engeli bulunmamaktadır. Fakat hasta ya da bakıma muhtaç oldukları için değil, gelin vb. destekçileri olduğu için herhangi bir işe yardımcı olmamaktadırlar. Özellikle geniş ailede yaşayan kadınlarla yapılan görüşmede birebir benzer cevaplara rastlanmıştır. Bu sebeple değişken cevaplardan ziyade benzer cevaplar ortaya çıkmıştır.

Geniş ailede yaşayan yaşlılardan 3'ü erkektir. Çalışmanın geneline baktığımızda bazı katılımcıların eşlerine yardımcı olduğu görülmüştür. Ancak geniş ailede yaşayan erkekler için bu durum söz konusu değildir. Tüm işler gelin ve eşten beklenmektedir. Geniş ailede yaşayan bir katılımcı "benim gelinime yapacağım en büyük yardım bardağı ağzıma götürmektir" diyerek yardımının olmadığını ifade etmiştir. Erkekler de tıpkı kadınlar gibi sürekli destek alacakları bir aile ile yaşamaktadır. Geniş ailede yaşayan yaşlıların çocukları ya da gelinleri birçok konuda kendilerine yardımcı olduğu için komşu ya da arkadaş desteğine nispeten daha az ihtiyaç duydukları görülmüştür. Hastaneye ve bankaya gitme gibi konularda yine çocuklarının yardımcı olduğu görülmüştür. Modernleşme kuramına göre toplum modernleştikçe yaşlının konumunda gerileme olacağı düşüncesi hakimdir. Kuram, geleneksel toplumda yaşlıya verilen değer modern toplumda azalacağını ve yaşlının statü ve güç kaybedeceğinden bahseder (Kalınkara, 2016, s.34-35). Fakat bu kuramın aksine yaşlıların statü ve güç kaybetmediğini belirtebiliriz. Özellikle geniş aile içinde yaşayan yaşlılarda geleneksel anlayış devam etmektedir. Gösterilen saygı ve söze değer vermenin ön planda olduğu görülmüştür.

Duygusal destek yönünden baktığımızda ise yalnız yaşayan erkeklerle kadınların durumu farklılık göstermektedir. Kadınlar bu ihtiyacı özellikle komşuları ya da evdeki kızla-

rı, gelinleri ile giderirken erkeklerde durum daha farklıdır. Erkekler hem evde zaman geçirememekte hem de komşuluk ilişkileri kurmakta zorlanmaktadır. Bir katılımcı gün içerisinde evde zaman geçiremediğini, bu yüzden dışarıda vakit geçirdiğini ifade etmiştir:

“Ben hiç eve gelmem. Virüste gelin dedi volla seni şikayet edecem. Bakıyorum gelin görmedimi çıkıyorum. Duramıyorum çok şükür ki hayatta da doktor yüzü görmemişim. Ben önce Mevlanaya giderim. Sonra kadınlar pazarından doğru zafere gidiyorum. Orda yaşlıların yeri var. Hani eski belediye varya banklar var oraya oturuyoruz. Şakalaşyoruz. Ben gezmeden dūramam (G37, erkek, 66 yaş).”

Yapılan çalışmada geniş ailede yaşayan erkek ve kadın katılımcılardan elde ettiğimiz veriler birbirine benzerdir. Hem kadınlar hem de erkekler sosyal destek mekanizması olan çocukları ile birlikte yaşamaktadır. Kurumların yaşlılara vermiş oldukları destekten nispeten haberdardırlar, fakat bu durum ilgilerini çekmemektedir. Geniş ailede yaşayan katılımcıların hiçbirisi devletten destek almayı düşünmemiş ayrıca devletin yaşlılara daha farklı hizmetler sunması gerektiği önerisinde de bulunmamışlardır. Çalışmanın ilerleyen bölümlerinde değinilecek olan bu konu ile ilgili geniş aile dışında yaşayan katılımcıların farklı görüşleri bulunmaktadır. Geniş aile içinde yaşayan erkek ve kadın katılımcıların verdiği cevaplar birbirinden farksız değildir. Sadece kurulan arkadaşlık ve komşuluk ilişkileri farklılık göstermektedir. Geniş ailede yaşayan katılımcılar birbirini yineleyen cevaplar vermiştir. Geniş aile ile görüşme belli bir doyuma ulaştığı için geniş ailede yaşayan başka yaşlılarla görüşmeye gerek duyulmamıştır. Bu sebeple 7 katılımcıdan sonra geniş ailede bulunan yaşlılarla görüşme tamamlanmıştır.

Günlük Pratiklerde Desteğin Önemi: Eş, Çocuk ve Torun Desteği

Günlük pratiklerde destek yaşlılar için önemlidir. Yaşlılık döneminde ev içi ve dışı aktiviteleri gerçekleştirme zor olabilmektedir. Temizlik yapma, alışverişe gitme, sağlık ocağına gitme, bankaya gitme, kişisel bakımı yapma gibi günlük pratiklerde yaşlılar zorlanabilmektedir. Yaşlılara çalışma kapsamında bu gündelik pratikleri ne kadar yapabildikleriyle ilgili sorular yöneltilmiştir. Burada önemli olan ise bu pratikleri gerçekleştiremedikleri noktada kimlerin destek olduğu konusudur. Bu başlık altında bu konularda destek olan kişilerin kimler olduğu ele alınmıştır.

Dayanışma: “Temizlik olacağında burası ananın babanın bir günü olur.”

Gündelik yaşam içerisinde yaptığımız birçok iş “hayat meşgalesi” olarak görülmektedir. Yaş ilerledikçe meşguliyetler sorun haline dönüşebilmektedir. Temizlik yemek gibi gündelik işler yaşı çok ileri olmayan, sağlıklı elverişli olan kişilerce üstesinden gelinebilir bir durumdur. Gündelik işler yaş ilerledikçe çözülemeyecek bir probleme dönüşebilmektedir. Yapılan bu çalışmada temizlik ve yemek gibi işlerde yaşlıların en yakınlarından, çocuklarından ve gelinlerinden destek aldığı görülmüştür. “Temizlik olacağında burası ananın babanın bir günü olur.” (G2, kadın, 82 yaş) diyen görüşmeci de çocuklarından, gelinlerinden destek aldığını vurgulamıştır.

Arpacı’nın yapmış olduğu çalışmaya göre yaşlı bireylerden ev işlerini yapmada hiç güçlük çekmeyenlerin oranı %40 olup, çok az güçlük çekenler %25,8, bazen güçlük çekenler %11,1 oranındadır (2015, s. 50). Bu oranlardan da anlaşıldığı üzere çoğu işin üstesinden yaşlı bireylerin kendilerinin geldiği görülmektedir. Bu çalışmada ise 8 görüşmeci genellikle kendisi dışındaki kişilerin ev işlerini yaptığını dile getirirken

geriye kalan 37 görüşmecinin çoğu ev işini kendilerinin yaptığını ifade etmiştir. Evli olan erkek katılımcıların ise ev işlerini eşlerinin yaptığı görülmüştür. Her görüşmeci aynı şansa sahip değildir. Her ne kadar yaşları ilerlemiş olsa da yaşlılar kendine özgü birtakım yöntemler geliştirerek işlerin üstesinden geldiklerini belirtmiştir: *“Ceyran süpürgeyi filan oturduğum yerden şöyle yaparım”* (G1, Kadın, 71 yaş), *“Ben elektrik süpürgesini yerde yapmam senelerdir belim ağrır. Sapını çıkarırım oturduğum yerden gırgır yapar gibi yaparım öyle daha güzel oluyor”* (G3, Kadın, 76 yaş). Bazı yaşlılar da güçlerinin yettiği kadar “parça parça” işlerini yaptığını ifade etmişlerdir.

Hayat dediğimiz gerçeklik insanların yakınlarına yardım etme, sevgi ve çalışma ile ilgili düşüncelerini diğer insanlarla paylaşmaktan oluşmaktadır. Günümüzde hayat daha çok stres ve rekabetlerle doludur. Bu stresli yaşam içerisinde kişilerin birbirine desteği önemlidir (Çufta, 2016, s. 108). Özellikle yaşlılıkla birlikte bu desteğin cinsiyet ayrımı yapılmaksızın yerine getirilmesi daha da önemlidir. *“Ben erkeğim yapamam denmez”* (24, Kadın, 70 yaş) diyen görüşmeci aslında bir noktada hayatın müşterekliğine dikkat çekmektedir. Evlilik birliği dediğimiz yol tek başına yürünen bir yol değildir. Eşlerin her daim birbirlerine destek olacağı bir birlikteliktir. Özellikle yaş ilerlediklerinde evin diğer üyeleri kendi yuvalarını kurduğunda eşler arası dayanışmanın ve yardımlaşmanın bazı görüşmelerde arttığı gözlemlenmiştir. İş bölümü ile özellikle kadına yük ve külfet olan günlük işlere yardımcı oldukları da ifadeleri içinde yer almaktadır. Bazı görüşmeci erkekler “perde takarak” eşlerine destek olmakta, bazıları “cam silerek”, bazıları “duvarları silerek” bazıları da “bulaşık yıkayarak” yardımcı olmaktadır. Bunun yanı sıra bazı erkek yaşlıların “elimden gelmez”, “elim uygun değil” diyerek geçmişten gelen alışkanlıklarını sürdürmekte olduğu görülmüştür.

İlerleyen yaşlarda herkes sağlıklı ve refah içinde bir yaşam sürmek ister. Özellikle ekonomik durum kişinin ya-

şam standardı ve kaliteli yaşam sürmesi üzerinde etkilidir. Yaşlılar eskiye göre daha sağlıklı kalarak aynı zamanda daha eğitilmiş, sosyal güvenceye sahip olmaktadır. Daha eğitilmiş ve sosyal güvencenin var olması ile birlikte ekonomik iyilik çocuklarına daha az muhtaç olmaları anlamına da gelmektedir (Dülger, 2012, s. 34). Yaş sağlıklı olmak için engelmış gibi algılanmaktadır fakat yaş sağlıklı yaşlanmak için engel değildir (Kalınkara, 2016, s. 25-26). Burada her ne kadar yaşın sağlık için engel olmadığı dile getirilmiş olsa da elbette bunun etkenleri de bulunmaktadır. Tam aksine bazı görüşmeciler sağlık problemlerinden dolayı ev işleri ile ilgilenemediklerini belirtmiştir. Bu araştırmaya göre sağlığı yerinde olmayan, özellikle erkek görüşmeciler tarafından “yaşlı ihtiyaç” olarak tanımlanan eşe sahip olanlar, maddi durumu yerinde olduğu için temizliğe yardımcı birini bulmaktadır. Özellikle bu konuda destek olan görüşmecilerin büyük çoğunluğu sağlığı oldukça elverişsiz olduğu için kendilerini “ihtiyaç” olarak tanımlamakta, bu sebeple başkalarından yardım almayı tercih etmektedir. Gündelik temizliği dahi yapamadıkları ve ayrıca çocuklarından sürekli yardım istemeyi uygun görmediklerinden dolayı, aileden olmayan birinden yardım almayı tercih etmekte oldukları görülmüştür. Bunların yanı sıra istisnai durumlar da söz konusu olmuştur. Çocuk sahibi olmayan bir görüşmeci, evleri temizlemesi için elektronik robot aldığını ifade etmiştir.

Engelli olan üç görüşmeciden biri geniş ailede yaşadığı için işlerle ilgilenmemektedir. Evdeki gelin ve eş işlerle ilgilenmektedir. Yapılan görüşme sırasında katılımcılardan biri eşinin kanser hastası olduğunu ve aynı zamanda otuzlu yaşlarda zihinsel engelli bir oğlu olduğundan söz etmiştir. Bu sebeple neredeyse çoğu işi kendisinin yaptığını şu cümleleriyle dile getirmiştir:

“Temizliği yapmaya alıştım, yaklaşık altı senedir yaparız. Biz dokuzuncu katta oturuyoruz camları falan ben silerim, Dağlılar korkmaz işten. Süpürgemiz de İhlasın çok iyi bir buçuk milyara

aldık iyi süpürüyor baya. Haftada on beş de yaparım temizliği. Hanım kendini anca gezdiriyor. Evdeki oğlan da özürülü otuz altı yaşında psikolojik hastalığı var “(G45, Erkek, 70 yaş).

Temizlik ve yemek gibi işleri yapamayacak durumda olan yaşlılara her ne kadar kızları ve gelinleri destek veriyor olsa da erkek katılımcıların da eşlerine yardımcı oldukları görülmüştür. Erkek katılımcıların yanı sıra kadın katılımcılardan da eşlerinin kendilerine yardımcı olduğunu ifade edenler olmuştur. Evlatların desteğinin yanı sıra eşlerin desteğinin de önemli oranda olduğu görülmüştür.

Yardıma Koşma: “Alo dedik mi damrlarlar”

Yaşlıların ihtiyaç duydukları temel gereksinimler farklılık gösterse de genellikle benzerdir. Yaşlılar ev içinde yapılan gündelik işlerin çoğunda (temizlik, yemek, tuvalete gitme, banyo yapma) zorlansalar bile bir kısmını kendileri yapabilmektedir. Fakat dış mekânda yapılması gereken işlerde daha çok destek aldıkları görülmüştür. Yaşlıların sahip olduğu biyolojik ve fizyolojik yoksunluklar onların ulaşım hizmetlerine ulaşmasını kısıtlamakta veya engellemektedir. Postane, banka, hastane gibi yerlere gidemeyen yaşlı bireyler, kendilerini başkalarına karşı bağımlı görebilmektedirler (Çunkuş vd, 2019, s. 64). Bu yüzden yaşlılar desteğe ihtiyaç duymaktadır. “Alo dedik mi damrlarlar” (G1, kadın, 71 yaş) diyen bir görüşmeci ihtiyaç halinde yakın çevresinin destek sağladığından söz etmiştir. Yaşlılara ihtiyaç duydukları durumlarda yardıma koşma gündelik işlerini kolay halletmelerine yardımcı olmaktadır.

Yapılan görüşmelerde hem yaşlıların ifadelerinden hem de gözlemlerden yola çıkarak neden daha çok desteğe ihtiyaç duydukları ile ilgili belli sebepler göstermek mümkündür. Vasıta kullanarak bir yerden bir yere gitmek yaşlıları zorlamaktadır. Özellikle dolmuş ve otobüs gibi araçlarda

boş yer bulmakta ya da ayakta durmakta zorlandıklarını dile getirmişlerdir.

Görüşmeye katılan yaşlıların büyük çoğunluğunun etrafında birçok imkân (market, pazar, sağlık ocağı vb.) bulunmasına rağmen her imkâna ulaşma durumları yoktur. Özellikle banka ile ilgili işlem yapmak için şubelere gitmeleri gerektiğini dile getirmişlerdir. Şubelere gitmelerindeki sebep ise bankamatiklerden para çekmeyi bilmiyor olmalarından kaynaklanmaktadır. Aynı zamanda olası hırsızlık ihtimallerinden korktuklarını dile getiren görüşmeciler de olmuştur. Banka şubelerinin uzak olması yaşlıların hem para çekmesini hem de fatura ödemelerini zorlaştırmaktadır. Banka şubelerine ulaşımında güçlük çeken, sağlığı elverişsiz olan yaşlıların yakın çevrelerinden destek aldığı görülmüştür:

“Maaşımı büyük damat çeker. Her işimi görür. Elektriğim, suyum, doğal gazım bankada guzum. Maaşımı alılar oraya yatırırlar kalanını getiriler. Damadım Allah razı olsun hepsini halleder” (G43, kadın, 74 yaş).

“Amcanın maaşı var burdan ptt den alırdım. Hinci yöreyemem gitmem diyince oğlan alıyor. Elektriği suyu da oğlan ödüyor zaten. Kalanını alır gelir avucuma teslim ider. Bende accığını kendime ayırırım” (G9, kadın, 79 yaş).

“Ben banka munka bilmem. Alım getirir, Sefam getirir. Tüm faturalarımı da oğlanlarım öder. Ben aldığım parayı ameleme anca yetiştiririm. Kim öderse ödesin, isterse ödenmesin. Bu karı bil-diğin karılardan değil guzum, ödemesinler sıkıysa” (G2, kadın, 82 yaş).

Yaşlı bireylerin bankamatik, telefon gibi teknolojik ve karmaşık aletleri kullanmamalarındaki en önemli etken okuma- yazma oranlarının düşük olmasından kaynaklıdır. Okuma yazma bilmeme ilerleyen yaşlarda fatura ödeme, toplu taşımayı kullanma gibi günlük aktivitelere uyum sağlama-da zorluk çıkarmaktadır. Bu durumda olan yaşlıların büyük çoğunluğu alışveriş, fatura ve banka işlemlerini yakınlarına

ya da çocuklarına havale etmektedir. Aynı zamanda yaşlılar kandırılacakları düşüncesi ile banka işlemlerini yalnız yapmaktan kaçınmaktadırlar (Kalaycıoğlu vd, 2004, s. 99). Ayrıca hızlı gelişen teknolojinin yaşlılar tarafından takip edilmesi zor bir durumdur. Birtakım fiziksel sıkıntılardan dolayı yaşlı bireyler teknoloji kullanımında zorluk yaşayabilmektedir. Bazen de hiç kullanamamaktadırlar. Bilişsel yeteneklerde meydana gelen zayıflamalar da teknolojik ürünleri kullanmayı zorlaştırmaktadır. Kısmen radyo, televizyon ve telefon kullanımı biraz daha kolay olmaktadır. Fakat ATM'ler, bilet makinaları yaşlıların kullanmakta zorlandıkları teknolojilerdendir (Ekici ve Gümüş, 2016, s. 27).

Görüldüğü üzere banka ile ilgili işlemler yaşlı bireylerin çekindikleri noktalardan biridir. Teknolojiden anlamamaları daha kolay kandırılmalarına sebebiyet verebilmektedir. Bu yüzden yaşlı katılımcıların büyük çoğunluğu banka ile ilgili işlemlerini birinci derece yakınlarına (çocuk, torun, damat, gelin) yaptırdıkları görülmüştür. Bir yaşlının faturaları için komşusundan yardım istediği de görülmüştür. Başka bir yaşlının ise camiden arkadaşından faturaları ödemesi için yardım istediği görülmüştür. Bazı görüşmeciler ise bu tarz işleri kendilerinin yaptığını belirtmişlerdir.

Yaşla birlikte ev içinde yapılan işler artmakla beraber dışarıda yapılan işler azalmaktadır (YADA vakfı, 2019, s. 54). Yazıcı- Özbek ve Kalaycı'nın yapmış oldukları çalışmaya göre 65 yaş üstü bireylerin mali işlerde tamamen bağımlı olma durumları %37,3, yarı bağımlı olma durumları %16,7 ve bağımsız olma durumları %46,1'dir (2015, s. 387). Başka bir çalışmada ise derinlemesine görüşme yapılan 30 yaşlıdan 19'unun "maaş çekme" işlemini kendisinin yaptığı 11 kişinin ise yardım aldığı sonucu çıkmıştır (Ergun- Dericogulları ve Akyıldız, 2017, s. 507). Genel olarak baktığımızda bizim çalışmamızla bu çalışmalar arasında benzer sonuçların çıktığı görülmektedir.

Yakın çevrenin yaşlılara yardımcı olduğu diğer bir konu ise sağlık kuruluşlarına ulaşmalarına destek olmaktır. Yapılan görüşmelerde dışarı çıkma imkânı olan yaşlıların hepsi (45 kişiden 42 si) genellikle mahallelerindeki sağlık ocağına ulaştıklarını dile getirmişlerdir. Bunun dışında hastanelere ulaşmada bazı yaşlıların yakın çevrelerinden yardım aldıkları görülmüştür:

“Oğlum götürü guzum oğlan yaptırır çaptırır, inneyse inne hapa hap alır gelir. Arabayla gider geliriz. Sağlık ocağına da pek gitmem genelde oğlan gider alır gelir” (G9, kadın, 79 yaş).

“Hastaneye gitcek oldummu kızım götürür. Arabayla götürür. Sağlık ocağı yakınıdı ilaç lazım oldu mu gider yazdırırdım. Şimdi uzaklaştı gitmeyom” (G7, kadın, 80 yaş)

“Şimdiye kadar kendim giderdim şimdide torunum var torunum beni her yere götürüyor” (G14, erkek, 79 yaş)

Yaşla birlikte birtakım rahatsızlıklar meydana gelebilmektedir. Bu sebeple sağlık ocağından ziyade hastaneye gitme ihtiyacı da artmaktadır. Hastaneye ulaşım için vasıtaya binmek zorlu bir iş olarak görülmektedir. Bu sebeple çalışmaya katılan görüşmecilerden 6’sı aktif şekilde araç kullanmakta ve hastane dahil birçok dışarıda yapılacak birçok işi kendileri yerine getirebilmektedir. Bunun dışında kalan 35 yaşlıdan (4 kişi dışarı çıkamıyor) 16’sı sağlık kuruluşlarına kendinin gidemediğini, bu yüzden oğlundan, kızından ve torunundan yardım aldığını dile getirmiştir. Arpacı’nın yapmış olduğu çalışmada yaşlı bireylere “doktora gitme, ilaç alma” durumları sorulduğunda “çok güçlük çekerim” diyenlerin oranı %10 ve “hiç yapamam” diyenlerin oranı ise %21,3 olarak belirlenmiştir (2015, s. 50). Yazıcı- Özbek ve Kalaycı’nın yapmış oldukları çalışmaya göre ise yaşlılara ilaçları alabilme durumları sorulduğunda ise %27,5’inin tamamen bağımlı ve %30,4’ünün ise yarı bağımlı olduğu görülmüştür (2015, s. 387). Yapılan bu çalışmada da katılımcıların 16’sının destek alarak sağlık kuruluşlarına ulaştığı görülmüştür. Bu rakam yapılan diğer iki çalışma ile büyük oranda benzerlik göstermektedir.

Gönüllü Destek: “Benim her şeyim ayağıma geliyor yardıma ne gerek var”

Yaşlılıkta her bireyin sağlık durumu değişmektedir. Yaşam şartları, ekonomik durum, yaşanan çevre gibi birçok etken bireylerin yaşlılıkta nasıl bir hayat süreceğinin de habercisidir. Yaşam Seyri Kuramı da bu duruma vurgu yapar. Bireyin yaşam içindeki avantaj ve dezavantajlı durumu, doğduğu andan yaşlılık dönemine kadar geçirdiği süre yaşlılık dönemi için önemli bilgiler vermektedir. Yaşam seyri içinde yaşlı nasıl bir yaşam sürdürüyse yaşlılığında da geçmiş yaşamının yansımalarını görür. Çalışmaya katılan yaşlıların hepsinde yaşantılarının onlarda bırakmış olduğu izler gözlemlenmiştir. Görüşmecilere doğrudan ekonomik gelirleri ile ilgili sorular sorulmamıştır. Ancak oturulan mahalle, yaşanan ev, giyim-kuşam faktörleri birleştirildiğinde gelir seviyeleri hakkında tahminde bulunmak zor olmamıştır. Tüm bu etkenler bireylerin yaşlılıktaki hayatını etkilemektedir. Özellikle olumsuz yaşam koşullarından gelmiş olan yaşlı bireylerde başkasından destek alma durumunun daha fazla olduğu gözlemlenmiştir. Çocuklar bu noktada yaşlılara gönüllü destek sağlayan en yakın kişilerdir. “Benim her şeyim ayağıma geliyor yardıma ne gerek var” (G2, kadın, 82 yaş) diyen bir görüşmeci çocuklarının ihtiyacı olan her şeyi karşıladığını ifade etmiştir.

Genellikle dışarıdan temin edilmesi gereken ihtiyaçlar noktasında yukarıda sözü edilen durumların önemli olduğu gözlemlenmiştir. Yaşam koşulları ve sağlık durumu yaşlılıkta destek alımını etkileyen faktörlerdir. Yaşlılar özellikle dışarıdan temin edilecek ihtiyaçlarda başkasının yardımına daha çok ihtiyaç duymaktadır:

“Eksişimiz varsa oğlan alır gelir. Herif bi pazara gider bide marketten alınacak varsa alır gelir. Ben pazar kuruldu kurulalı iki kere oğlan götürdü ben fazla yürüyemem.” (G40, kadın, 65 yaş)

“Market işimi, pazar işimi yeğenim alır gelir. Hastaneye gidecek oldum mu yeğenin çocukları var o götürür. Bakıcı vardı hasta

*olmuş oda kaldı öyle. Önceden bakıcı gelirdi günlük yatılı değil de her gün gelirdi. Yazın baya iyi oldum kendimi iyi hissedince idince iyiyim seni hasta olursam alırım yine didim. Benim kavatlımı yapardı, yimeğimi yapardı ev batarsa evi ceyranlardı. Marketime, pazarıma giderdi. Ben bakkala zor gider gelirim ço-
mağıla.” (G6, kadın, 77 yaş)*

“Her şey benden sorulur ama alışverişe gitmem gelinim var hanımda ayağından rahatsız hafif kalça çıkıklığı var yürürken aksar” (G44, erkek, 67 yaş).

Alışverişe gitmenin günlük ihtiyaçları karşılamının en zor tarafı alınan malzemelerin taşınmasıdır. Markete ya da pazara gitmekten daha ziyade taşıma işleminin zorluğu en etkili faktörlerdendir. Bu yüzden dışarıda yapılması gereken bazı işleri (banka, hastane, KOMEK kursları, gezme) yaşlılar kendileri gerçekleştirebiliyor olsa da alışverişi genellikle yardım alarak tamamladıkları görülmüştür. Bu noktada iki yaşlıdan bu konuyu aydınlatan ayrıntılı bilgiler alınmıştır. 76 yaşındaki kadın katılımcı pazara ve markete eşi ile birlikte gittiğini ifade etmiştir. Pazara giderken evden yanına fazladan boş poşet aldığını pazarda malzemeleri azar azar bölüştürdüğünü, bu şekilde eşine de kendisine de taşıyabilecekleri kadar ağırlık düşüğünü ifade etmiştir. Yine 70 yaşındaki bir görüşmeci ise markete gittiği dönemlerde (artık oğlu ile gidiyor) ağırlık yapan un, yağ gibi ürünleri bir gün, diğer ürünleri başka bir gün aldığını ifade etmiştir.

Bazı ailelerde bağlar çok kuvvetli olduğu için aile ziyaretleri ve karşılıklı destek mekanizmaları da devam etmektedir. Bu şekilde yaşamakta olan yaşlı bireylerin alışveriş, fatura, resmi işler vb. ihtiyaçları yakınlarında oturan çocukları ya da yakınları tarafından karşılanmaktadır (Kalaycıoğlu vd, 2004, s. 76). Bazı katılımcılar kendilerine göre bir çözüm bulsa da alışveriş yapma konusunda çocuklarının ve eşlerinin yardımlarının çok fazla olduğu görülmüştür. Özellikle alışveriş konusunda eşlerin birbirine olan desteklerinin oldukça fazla

olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca sağlık koşulları yerinde olmasına rağmen ihtiyaçlarını kendisi karşılayamayan yaşlılar da vardır. Bunun sebebi ise Covid-19 pandemisinden kaynaklanmaktadır. Çoğu görüşmeci alışveriş ihtiyacını normalde kendisinin karşıladığını ifade ederken salgın sebebi ile yardım aldığını dile getirmiştir. Bu desteğin bitip bitmeyeceği salgının seyrine göre belli olacaktır.

Yaşlıların yeme içme gibi ihtiyaçlarının karşılanması için en çok erkek çocuklarından destek aldıkları görülmüştür. Bunun dışında çocukları yakınında olmayan görüşmecilerin çevresinde bulunan akraba, torun gibi yakınlarının desteği olduğu da gözlemlenmiştir. Özellikle evli olan yaşlıların alışveriş konusunda en büyük destekçilerinin şüphesiz eşleri olduğunu söylemekte yanlış olmayacaktır.

Yaşlı nüfus gün geçtikçe artmaktadır. Yaşlı nüfusun artışıyla beraber, yaşlıların bakım ihtiyacı da artacak gibi görünmektedir. Türkiye’de 2023 yılında uzun süreli bakım alacak olanların yaklaşık 2.1 milyon, 2050 yılında 4.8 milyon ve 2075 yılında 6.1 milyon kişi olacağı tahmin edilmektedir. 65 ve daha büyük yaş grubunda ortalama olarak her dört kişiden biri uzun vadeli bakıma ihtiyaç duyacaktır. Bunun dışında kalan 65 yaş üstü bireyler yemek yapma, ev temizliği alışveriş gibi günlük işleri gerçekleştirmek için evde destek hizmetine ihtiyaç duyacağı tahmin edilmektedir (Özmete ve Hussein, 2017, s. 105). Artan yaşlı nüfusla beraber yaşlı bireylere, hem yakınları hem de devlet tarafından sunulacak desteğe de ihtiyaç artacaktır.

Yapılan bir çalışmada 65 ve 85 yaş üstü bireylerin alışveriş yapabilme durumu sorulduğunda bu çalışmadan farklı sonuçların ortaya çıktığı gözlemlenmiştir. Araştırmaya katılan yaşlılardan %82,8’inin alışverişini yardımsız yaptığı, %4,5’inin ise biraz yardımla yaptığı sonucu ortaya çıkmıştır. Özellikle 65-74 yaş aralığında olan yaşlıların günlük yaşam

aktivitelerinde daha yeterli (%88,3) olduğu görülürken 75 yaş ve üzeri olan yaşlıların yeterlilik oranının (%51,8) azaldığı görülmüştür (Üçku ve Ergin, 1993, s. 93). Yaş arttıkça artan rahatsızlıklar, fiziksel kısıtlamalar günlük yaşamda yaşlıları etkilemektedir. Yaşlılar yaşları arttıkça günlük yaşam içerisinde yapmaları gereken faaliyetleri gerçekleştirememektedir. Başka bir çalışmada ise 102 yaşlıdan %39,2'si alışveriş konusunda tamamen bağımlıyken %34,3'ünün ise yarı bağımlı olduğu sonucu çıkmıştır (Yazıcı- Özbek ve Kalaycı, 2015, s. 387). Arpacının yapmış olduğu çalışmada ise alışveriş yapabilmeye yaşlı bireylerin %21,8'i çok az güçlük çekmekte, %15,5'i bazen güçlük çekmekte, %7,6'sı çok güçlük çekmekte iken, %27,1'inin alışveriş yapamadığı belirlenmiştir. Yaşlı bireylerin %27,9'u alışveriş yapabilmeye hiç güçlük çekmemektedir (Arpacı, 2015, s. 50). Bu çalışmada ise 17 kişinin alışverişle ilgili yardım alarak alışveriş yaptığı ve 7 kişinin ise yardımsız alışveriş yaptığı görülmüştür. Geri kalan 21 kişi ise kısmen yardım almıştır.

Konuşul (a)mayan Mevzular: Kişisel Bakımda Destek

Yaşlıların konuşmaktan çekindiği birtakım konular vardır. Bu konular kişisel temizliği içine almaktadır. Yaşın ilerlemesi ile birlikte kişisel bakım ve temizlik konusu daha zor bir hal almaktadır. Tuvalete gitme alafranga tuvalet kullanımının yaygınlaşması ile birlikte daha kolaydır fakat banyo yapmak, kaygan zeminde durmak, vb. durumlar yaşlı bireyleri daha çok zorlamaktadır.

Ev kazalarının en sık rastlandığı yer banyolardır. Banyolarda görülen en yaygın problem kayıp düşmedir. Bunun sonucunda yaralanmalar meydana gelmektedir. Bu risk yaşlılar için daha da yüksektir. Bundan dolayı mekân-sal tasarımda emniyet faktörü ilk sıralarda yer almaktadır. Banyoda yer alan lavabo, klozet ve duşu kullanırken yaşana-

bilecek sıkıntıları engellemek ve bu ekipmanların rahat kullanımını sağlamak amacıyla uygun noktalara tutunma barları monte edilmesi gerekir (Zorlu, 2017, s. 49). Aslolan insanların sağlıklı iken yani sağlıkları ellerinden gitmeden ileriye düşünerek çözümler bulabilmesi, bu önlemleri alabilmesidir. Yaşlı bireylerin banyoda yardıma ve yardımcı araçlara daha çok ihtiyacı bulunabilmektedir. Bazı yaşlılar banyo esnasında oluşabilecek kazaları düşünerek kendini güvenceye almak maksadı ile birinin yardımına ihtiyaç duymakta ya da yetersiz durumda görünmemek için sessiz kalmaktadırlar (Turhan vd, 2020, s. 81). Bu yüzden tuvalet ve banyo tasarımları yaşlı bireylerin oturma, kalkma, yürüme ve uzanma gibi eylemlerini gerçekleştirirken kaza riskini azaltacak şekilde tasarlanması uygun olabilir. Tasarım planlanırken tuvalet ve banyoyu kullanan yaşlı bireylere tutunma barları ve diğer araçlar antropometrik (insan vücut ölçüleri) ölçülere göre yapılmalıdır (Başbüyük- Özgün vd., 2018, s. 255). Yapılan çalışmada 68 yaşındaki katılımcı daha ileri yaşlarını düşünerek banyoda yaptığı değişikliklerden söz etmiştir:

“Geçen gün ben yaptırıka düşünememişim tutacak yaptırdım banyoya bide klozete, rahat kakabilmek için. Bazen benim kulak şeyim ırganırmış neyse düşecek olursam onlara yapışırım diye yaptırdım. İlerim için yaptırdım. Şuan yapışmıyom ama ilerde ne olur Allah bilir. Hatta adam dedi bunlar çok pahalıymış bende banane ya ilerde lazım dedim. Bazen kendimden şüphelendim mi tutunuyorum” (G41, kadın, 68 yaş)

Yaşlılar için mahrem ve konuşulmaması gereken kişisel bakım durumu hakkında görüşmecilere sorular yöneltildiğinde genellikle kendi bakımlarını kendilerinin yaptıklarını ifade etmişlerdir. Ev içinde temizlik konusunda çocuklarından destek alan yaşlıların varlığından yukarıdaki bölümlerde söz etmiştik. Aynı şekilde bazı yaşlılar dışarıda yapmaları gereken işler konusunda da yakın çevrelerinden destek aldıklarını ifade etmişlerdir. Konu kişisel bakıma geldiğinde

iki yaşlı dışında tüm katılımcılar kendi başlarına kişisel bakımlarının üstesinden gelebildiklerini ifade etmişlerdir. İki görüşmeciden biri gelininden yardım isterken diğeri ise torunundan yardım istediğini dile getirmiştir. Banyo konusunda yardım istediklerini söyleyen iki yaşlıda kadındır. Erkek katılımcılara soru yöneltildiğinde net bir şekilde kimseden yardım almadıklarını söylemişlerdir. Yapılan bir çalışmaya göre yaşlı bireyler kişisel bakım, temizlik, ev işleri gibi konularda uzun süreli yardıma ihtiyaç duymaları halinde bu tür yardımları ailelerinden almayı tercih (%84) ettikleri görülmüştür (Aközer vd., 2011, s. 114). İhtiyaç halinde yaşlılar önce yakın çevrelerinden yardım istemektedirler.

Çalışmaya katılan 45 katılımcıdan 2'si fiziksel 1'si ise ileri kalp hastalığından kaynaklı engelli olduğunu ifade etmiştir. Özellikle bir görüşmecinin hem fiziksel hem görme engeli bulunmaktadır. Bu yaşlıya kişisel bakımı içeren soru yöneltildiğinde kendi başına banyoya ve tuvalete gidebildiğinden söz etmiştir. Görüşmenin ilerleyen dakikalarında tekrardan daha ayrıntılı şekilde soru yöneltildiğinde kimseden hatta eşinden dahi yardım almadan banyo yaptığını anlatmıştır. Aynı şekilde bedensel engelli olan görüşmeci kendi başına kişisel temizliğini yapabildiğini ifade etmiştir. Kalp rahatsızlığı olan yaşlının fiziksel aktivite durumu oldukça kısıtlıdır. Görüşme esnasında konuşmakta zorlandığı uzun süre oturmadağı gözlemlenmiştir. Aynı zamanda kendisi de önceden bakıcısının olduğunu, tekrar bakıcı aradığını dile getirmiştir. Evden dışarı çıkamadığı ve evdeki işleri de yapamadığını ifade etmiştir. Fakat diğer katılımcılar gibi tuvalet- banyo gibi kişisel bakım gerektiren durumları kendisinin yapabildiğini söylemiştir.

Tüm bu ifadelere bakıldığında yaşlıların çoğunun kişisel bakımlarını kendilerinin yaptığı görülmüştür. Verilen cevapların net ve kesinliği bu konu hakkında konuşmak istemiyorlar mı? sorusunu akıllara getirmektedir. Özellikle engeli

bulunan bireylerin bu konuda eşinden, çocuklarından destek almadıklarını söylemeleri ilginç görünmektedir. Bu konuda erkek ve kadın katılımcılarda da farklılık gözlemlenmiştir. Erkek katılımcıların bu konuları konuşmaktan rahatsız oldukları görülmüştür. Kadınların ise çekinmeden cevap verdikleri görülmüştür. Erkeklerin konuşmak istememesinin sebebi soruları yöneltenin kadın olmasından kaynaklı olduğu düşünülebilir. Yine kadınların daha rahat cevap verebilmesinin sebebinin ise soruları yönelten kişinin kadın olmasından dolayı olduğu söylenebilir. Kadın katılımcılardan sorun yaşamadığını ifade edenlerin kendini zayıf ve güçsüz göstermemek için bu şekilde cevaplar verdiği söylenebilir. Mahrem bir konu olan kişisel bakım, özellikle erkek katılımcılarda konuşul (a)mayan konu olarak kendilerinde gizli kalmıştır. Bu konu ile ilgili yaşlılardan tatmin edici cevaplar alınamamıştır.

Duyulmayan Destek: Sivil Toplumun Varlığı\Yokluğu

Sivil toplum devletle aile arasında gönüllü ve kendi ayakları üzerinde duran, hukuksal düzen veya ortak bir değerler kümesiyle varlığını sürdüren, devletten özerk örgütlü toplumsal yaşam alanı olarak tanımlanmaktadır (Aslan, 2010, s. 261). Türkiye’de yaşlılara sunulan sağlık ve bakım gibi hizmetler kamu kurumları, sivil toplum örgütleri ve özel kurumlar aracılığıyla verilmektedir (Kandemir, 2021, s. 25). Yaşlılara sivil toplumlar tarafından verilen hizmetlerden çalışmanın başlarında söz etmiştik.

Saha kısmında yaşlılara sivil toplumların (Ribat, Türk Anadolu Vakfı, Hayra Hizmet Vakfı, KİMSEV vs) hizmetleri sorulduğunda beklenildiği gibi cevaplar alınmamıştır. Yaşlılar genel olarak aileleri dışında kimseden yardım almamaktadır. Dolayısıyla sivil toplumların sunmuş olduğu hizmetlerden habersizdirler. Yaşlılar sivil toplum kuruluşlarının hizmetlerinden haberdar olmadıkları için yardım da

almamaktadır. Bunun sebebi olarak yakın çevrelerinin yardımlarının yeterli olması düşünülebilir. Yine yaşlıların bu kurumlardan haberdar olma ve yardım alma ihtimali de söz konusu olabilir. Ancak bu durum yaşlıyı rencide eden bir konu olduğu için paylaşmak istemediği düşünülebilir. Yine bu konu bağlamında önemli olan bir husus da yaşlıların soruyu anlamamış olmasıdır. Burada anlatılmak istenen yardımlar ve hizmetler örnekler üzerinden anlatılmaya çalışılmıştır. Çalışmanın Covid-19 döneminde yapılması yaşlıların konuyu anlaması için bu bağlamda örnekler üzerinden anlatılmasına ve cevapların bu yönde olmasına sebep olmuştur.

Çalışmanın saha kısmının yapılması planlanan dönemde, tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de Covid-19 virüsü etkisini göstermekteydi. Virüsün özellikle yaşlı bireyler açısından ölümcül sonuçlara sebep olması yaşlıların eve kapanmasına yol açtı. Yaşlılara uygulanan yasaklarla birlikte dışarı çıkamamaları, ihtiyaçlarını kimin\ kimlerin gidereceği sorusunu akıllara getirdi. Yalnız yaşayan yaşlılar ya da kimsesi olmayan yaşlıların ihtiyaçlarının giderilmesi sorunu ortaya çıktı. Buna çözüm bulabilmek için devlet “Vefa Sosyal Destek” hattını kurdu. Polis, jandarma, bekçi, AFAD çalışanları ile oluşturulan grup gün geçtikçe büyüyerek yaşlıların yardımına koştu. Televizyon haberlerinde sıkça adından söz edildi ve bu grubun yaptıkları yardımlar konuşuldu.

Vefa Sosyal Destek güncel bir yardımdır ve medyada sürekli haber konusu olmuştur. Televizyon izleyen yaşlıların bu gruptan haberdar olup olmadıkları ve bu bağlamda başka ne gibi yardımlardan haberdar oldukları sorulmuştur. Yaşlılara “kurumların yaşlılara vermiş olduğu hizmetlerden ve yardımlardan haberiniz var mı?” şeklinde sorulduğunda kurumun ne olduğunu bazı yaşlılara açıklamak gerekmiştir. Açıklama yaparken örneklendirme maksadı ile çalışmanın yapıldığı dönemde en yaygın destek mekanizması Vefa Sosyal Destek grubu sorularak açıklama yapılmıştır. Sonrasında di-

ğer yardımlar ve sivil toplum kuruluşları hakkında konuşma gerçekleştirilmiştir.

Katılımcılardan 8 kişi sosyal vefa destek hattını ve yaptığı çalışmaları duyduğunu ifade etmiştir. Duyulmuş olma ihtimali ile sorulan soruya beklenen şekilde cevap alınamamıştır. Diğerleri ise hiç duymadıklarını ifade etmişlerdir. Aşağıda ifadeleri geçen görüşmeciler de bunlardan birkaçıdır:

“Ben yardıma hiç ihtiyaç görmedim bu yüzden duymadım da. Muhtaç sahipleri var onların önüne geçmeyi sevmem (G19, erkek, 66 yaş)”.

“Vefa destek grubu falan yoo duymadım, fazla ihtiyaç olmadığı için gerekte duymadım. Çocuklar milli eğitimde çalıştığı için en ufak ihtiyaç oldu mu onlar hallediyolar (G34, erkek, 65 yaş)”.

“Vefa destek hattını duymadım. Yani duydum da bu adının olduğunu bilmezdim. Mesela ben yaşlıyım yalnızım çıkamam bana gelip hizmet verirler onu duydum. Beni belediyeden aradılar ihtiyaç var mı diye yok dedim. Bide cami hocamız aradı ihtiyaç var mı diye (G14, erkek, 79 yaş)”.

Yaşlıların Vefa Sosyal Destek grubunu duymamış olmalarının sebebi muhtemelen ihtiyaç halinde yakın çevrelerinden yardım istemeleridir. Yaşlıların özellikle dışarıdaki işleri de yakın çevresinden yardım aldığından söz etmiştik. Dışarı çıkamayacak durumda olan ya da pandemi sebebi ile dışarı çıkamayan yaşlıların alışveriş, fatura, maaş gibi işleriyle çocuklarının ilgilendiklerinden söz ettik. Çocuklarının olmaması durumunda komşularından yardım aldıklarını ifade ettik. Kısacası yardıma ihtiyaç duymadıkları için Vefa Sosyal Destek grubunu duymamış olabilirler.

Sosyal ilişkiler açısından en uzun süreli olan ve sağlam temeller üzerine kurulan ilişkiler aile ilişkileridir. Ardından ise akrabalık ilişkileri gelmektedir (Canatan, 2008, s. 69). Yaşlılık döneminde yaşlı bireyin ailesi, eşi, arkadaşlarından oluşan sosyal ağı yaşlı bireye etkili bir şekilde sosyal destek vermektedir. Sosyal destekle beraber yaşlı yaşamın güzel yanlarını

görerek zevk almaya başlar. (Kalınkara, 2016, s. 165). İhtiyaç halinde eş, çocuklar, akraba, komşular önemlidir ve yaşlılar için en büyük destek mekanizmalarıdır. Görüşme yapılan birçok yaşlının destek aldığı en azından bir yakınının bulunduğu gözlemlenmiştir. Yakın çevrenin yardımı ve desteği ile yapmakta zorlandıkları işleri (yemek, temizlik, alışveriş) kolaylıkla çözüme ulaştırmışlardır. Ancak görüşmeye katılan iki yaşlının çocuğu yoktur. Bu sebeple Vefa Sosyal Destek hattını aramak zorunda kaldıklarını dile getirmişlerdir. Zor zamanlarda ve ihtiyaç halinde yakın çevrenin, özellikle çocukların desteğinin önemi anlaşılmaktadır.

Vefa Sosyal Destek Grupları hem yeni olması hem de henüz literatürde bu grupla ilgili çalışmanın olmaması bize grubun artıları noktasında bilgi verememektedir. İlerleyen zamanlarda yapılacak olan çalışmalarla birlikte Vefa Sosyal Destek Grubunun sonuçlarını daha net görebileceğiz (Bilge, 2020, s. 112). Vefa Sosyal Destek Grubunun kurulmuş olması ve içinde özellikle ‘vefa’ sözcüğünün geçmesi yaşlılara verilen değerin bir göstergesi olduğu da aşıkardır (Gencer, 2020, s. 39).

Duyulan Destek: Kurum Desteği

Ülkemizde yaşlı bireylere birçok hizmet sunulmaktadır. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığına bağlı İl Müdürlükleri, belediyeler, dernekler, vakıflar, kaymakamlıklar ve valilikler kısaca devletin tün kurumları yaşlılara hizmet sunmaktadır. Sunulan hizmet sadece maddi hizmetler değildir. Yaşlıların zamanlarını geçirebilmeleri adına da birçok hizmet sunulmaktadır. Bu başlık altında kurum desteği olan kamu kurumları desteği ve yerel yönetim desteğinden söz edilecektir.

Resmi Destek: Kamu Kurumları

Yaşlılara kamu kurumlarının sunmuş olduğu birçok hizmet vardır. Sosyal güvenlik, sosyal yardımlar, sosyal hizmetler ve sağlık hizmetleri bu hizmetlerden bazılarıdır. Yaşlıların devletin vermiş olduğu hizmetlere yönelik bilgileri yeterli değildir. Yaşlı katılımcıların birçoğu kamu kurumlarının yaşlılara sunmuş olduğu hizmeti ve yardımı gıda yardımı ya da yakacak yardımı olarak görmekte ve akıllara ilk olarak temel yardımların geldiği görülmüştür:

“Kaymakamlık, belediye, vali bunların hepsi yardım ederler. Ben muhtarken buradan gelen yardımları dağıtırdık. Daha çok gıda verirlerdi (G44, erkek, 67 yaşında).”

“Karşımda komşu vardı. Çocukları pek gelip gitmezdi. Belediyeden gelillerdi. Dalını yıkalardı, evini silelerdi, yiyeceğini pişirilerdi. Her hafta gelillerdi. Bunu ben taa on sene evvel gördüm (G40, kadın, 65 yaşında).”

“Mesela ihtiyacı olanlara poşetlerle yardım veriyolar. Allah razı olsun devletten (G37, erkek, 66 yaşında).”

Yaşlıların devletin sunmuş olduğu yardımlarla ilgili bilgilerinin çok kısıtlı olduğu görülmüştür. Yaşlılara göre devlet yalnızca maddi yardım ve temel ihtiyaç yardımı verebilmektedir. Kamu kurumu olarak haberdar oldukları tek yardım muhtarlıktır. Bu yardımdan asıl haberdar olan görüşmeci ise eski muhtardır. Bunun dışında kalan görüşmeciler kamu kurumu ve yerel yönetim ayrımı yapamamakla beraber genel olarak yaşlılara sunulan hizmetlerden habersizdir. Yaşlıların kurum desteklerinden haberdar olmayışı, kamu kurumu dışındaki diğer sosyal destek mekanizmalarının daha aktif olmasıyla açıklanabilir. Yaşlılar birincil destek mekanizması olan ailelerinden her konuda destek görmektedir. Özellikle ev dışında hastane, banka, alışveriş, fatura gibi işlemlerde çocuklarından destek almaktadırlar. Yine ev içinde ihtiyaç duydukları konularda çocuklarından ve komşularından destek aldıklarını gördük. Bu yüzden yaşlıların yakın çevrelerin-

deki sosyal destek mekanizmalarının iyi işlediğinden dolayı kurum desteğine ihtiyaç duymadıkları söylenebilir. İhtiyaç duymadıkları için de kurumların sunmuş olduğu desteklerden haberdar olmadıkları düşünülebilir.

Yerel Yönetimler: Belediyeler

Yaşlılara indirimli ya da ücretsiz seyahat desteği, gündüzlü ve yatılı kurum desteği bilinen yardımlar arasındadır. Yıllardır verilen bu hizmetler yaşlılar tarafından duyulan bilinen hizmetlerdir. Bunların yanı sıra duyulmamış ya da az duyulmuş yerel yönetim hizmetleri de bulunmaktadır. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Belediyelerle beraber yaşlılar için yeni bir proje gerçekleştirip Yaşlı Destek Programını 2016 yılında uygulamaya koymuştur. Birçok ilde belediyeler aracılığı ile yürütülen bu proje henüz tamamen hayata geçirilmiş değildir. Özellikle Sakarya² ve Şanlıurfa³ illerinde aktif faaliyet gösteren bu çalışma yaygınlaşarak devam etmektedir. Şu an bu proje 13 ilde faaliyet göstermektedir.⁴ Yaşlı destek programı kapsamında yaşlılara daha çok sosyal anlamda destek verilmektedir. Geziler, hobi kursları bunlardan bazılarıdır. Bu projeden söz etmedeki amaç benzer şekilde Konya Büyükşehir Belediyesinin de hizmet veriyor olmasıdır. Konya’da Yaşlı Destek Programı henüz hayata geçmemiş olsa da belediyenin yaşlılara sunduğu sosyal imkânlar vardır.

İnsanların yaşamlarını sürdürmeleri için temel ihtiyaçlar önemlidir. Fakat insanların temel ihtiyaçları dışında sosyalleşmeye, sohbet etmeye, akrabaları ile ya da sevdikleri ile zaman geçirmeye de ihtiyaçları vardır. Temel ihtiyaç haricinde sunulan hizmetlerin dışında tüm katılımcıların ücretsiz şehir

² Ayrıntılı bilgi için: <https://sgm.sakarya.bel.tr/Sayfalar/SayfaDetay/44/4>

³ Ayrıntılı bilgi için: <https://www.sanlıurfa.bel.tr/kategori/248/0/yades-yeseren-cinarlar>

⁴ Ayrıntılı bilgi için: <https://www.hurriyet.com.tr/ekonomi/bakan-selcuk-yadesin-hayata-gecirildigi-il-sayisi-13e-cikti-41459062>

içi ulaşımdan haberleri vardır. Fakat bunun dışında yaşlılara sunulan sosyal imkânlardan haberdar değillerdir. Sadece 3 katılımcı belediyenin sunduğu ve genellikle yaşlıların zaman geçirdiği emekliler lokalinden haberdar olduğunu ifade etmiştir:

“Burda emekliler konağı var, altmış yetmiş metrekaşe bir yer fakat şimdi kapattılar tabi. Herkes kendine göre arkadaş edinmiş oturur konuşur sohbet eder. Belediyenin verdiği iyi bir hizmet yirmi beş kuruşa çay veriyolar elli kuruş soda veriyolar. Hatta ben bunun içinde Selçuklu Belediye başkanına teşekkür yazısı yazdım. Çok iyi bir şey çünkü emekli maaşları malum. İşyerim olmasa mesela evim kira olsa yetmez. Tabi böyle yerler insanlara katkı sağlıyor (G38, Erkek, 65 yaşında)”.

“Namaz vaktine kadar, arkadaşla, sohbet muhabbet otururuz. Hastalıktan önce emekliler lokali vardı mesela oraya giderdik iyiydi. Hep emekliler oraya gelir, günlük gasteler gelir, televizyon var. Çay kave içecek meşrubat hepsi var hesaplı da (G29, Erkek, 69 yaşında)”

Genellikle belediyenin yaşlılara vermiş olduğu sosyal faaliyet hizmetlerinden erkek yaşlıların daha çok bilgisi olduğu görülmüştür. Yaşlı kadınların rutini çalışma hayatından gelmedilerse genellikle aynıdır. Yaşlılıkla birlikte yaşamlarından fazla bir değişiklik olmamıştır. Ancak erkekler emeklilikle beraber eski sosyal çevresinden çıkıp yeni bir sosyal çevre inşa etmek durumundadırlar. Bu da erkekleri zora sokan bir durumdur (Şentürk, 2018, s. 39). Erkeklerin kadınlara göre sosyalleşme imkânı daha zordur. Erkekler yaşlılıkta ve eşin ölümü ile birlikte komşuluk, arkadaşlık ilişkilerinde daha zayıftır ve sosyal destek kaynakları kadınlara nazaran azdır (Şentürk, 2018, s. 256). Bundan dolayı erkekler sosyalliği farklı çevrelerde aramaktadır. Bu sebeple belediyelerin yaşlılara vermiş olduğu sosyal faaliyetlerden haberdar oldukları düşünülebilir. Emekliler konağı dışında iki erkek görüşmeci belediyenin sunduğu gezi hizmetlerinden söz etmiştir:

“Mesela belediye yaşlıları alıyor gezdiriyor. Telefona geldi gel diye. Karadeniz, Ege gezdirirmiş. Benim telefonu da benim arkadaşlar yazdırmış oradan haberim oluyor (G14, erkek, 79 yaşında).”

“Şerafettin camisinin orada emekliler lokali varıdı oraya toplandırdık. Belediye eskiden oraya otopüslerle götürürdü. Mesela Bursa, Afyon oralara götürülürdü. Şimdi götürmüyor fakirleştimdi naptı bilmiyom. Kayıt alıllardı giderdik. Ondan sonra belediye gittiğimiz yirlerin yemeğini verir. Ondan sonra otelde yatırır bedava. Ama şimdi yok. Orada arkadaşım çoğudu. Şimdi herkes ekmek davasına düştü evinden çıkamıyor (G11, erkek, 70 yaşında).”

Çalışmaya katılan 45 yaşlıdan 12’si kurumların yaşlılara vermiş olduğu hizmetlerin bazılarından haberdar olduklarını ifade etmiştir. Bu katılımcılardan 9’u erkek, 3’ü kadındır. Erkek katılımcıların sunulan hizmetlerden haberdar olma durumlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Yaşlıların ihtiyaç duymaları halinde yakın çevrelerinin destek verdiğinden önceki başlıklarda söz etmiştik. Bu sebeplerden dolayı kurum desteğine ihtiyaç duymadıkları düşünülebilir. İhtiyaç duymadıkları bir konu hakkında bilgi sahibi olmamaları, kurumların yardımlarından habersiz olmaları normal karşılanabilir.

Yakın Destek: “Komşu kardeşten yakındır”

Türkiye gibi birincil sosyal ilişkilere önem veren toplumlar komşuluk ilişkilerine de oldukça önem vermektedirler. Komşular dayanışmayı temsil etmektedir (Görgün- Baran vd, 2020, s. 81). Komşuluk ilişkilerinin iyi olması yaşlıların moral düzeyleri ve duygusal aktarımları için önemlidir. Aynı zamanda yaşlılıkta komşuluk karşılıklı ilişkilerin sürdürülmesinde ve dayanışmanın sağlanmasında önemlidir. Komşuluk ilişkilerinin iyi şekilde devam etmesi aynı zamanda yaşlıların yaşamını anlamlı kılmaktadır (İçli, 2010, s. 9-12).

Komşuluğun, insanın toplumsal yaşamında olduğu kadar yaşlılık döneminde de önemli yeri vardır. Komşuluğun,

yaşlılar için önemi daha büyüktür. Yapılan bu çalışmada birçok sorunun cevabında yaşlıların destek aldığı kişiler olarak eş, çocuklar, akrabalar ve komşuları sıklıkla duyulmuştur. Yapılan görüşmeler neticesinde yaşlıların gündelik ihtiyaçları ile birebir ilgilenen yaşlı bireylere yardımcı olan kişilerin genellikle eşleri ve çocukları olduğu sonucuna varılmıştır. Önceki başlıklarda bu durumdan söz edilmiştir.

Yaşlılara acil durumda (ani düşme, yaralanma vs.) kimden ya da kimlerden yardım istedikleri \ isteyecekleri sorulmuştur. 45 katılımcıdan 12'si ilk olarak 'komşu' yanıtını vermiştir. Geriye kalan 33 katılımcının büyük çoğunluğu başta çocuklarından yardım isteyeceklerini ifade etseler de "çocuklar gelene kadar komşu daha yakın" cevabını vermişlerdir. Sadece geniş ailede yaşayanlar, çocukları ya da akrabaları ile komşu olanlar farklı yanıtlar vermişlerdir. Çoğu kez eş ve çocuklardan beklenen destek acil bir durumda komşudan beklenmektedir:

"İlk gelen komşu olur guzum. Mesela oğlunu çağırım, kızını çağırım ama biri taa realin orda, oğlan da uzak ama en yakın komşu. Acil durum olsa komşuyu çağırırım onlar da hemen çocukları çağırır galiba" (G17, kadın, 65 yaş)

"Sana en yakın, en çabuk kim gelirse o. Komşu olur başta, sonra öbürlerini ararsın. Sana en yakın zamanda kim yardım eder onu bulacan sonra aranacak aranır" (G29, erkek, 69 yaş)

"Diyelim ki benim evde başıma bi iş geldi acil hastalandım ya Cafer beyi (komşusu) ya oğlumu çağırcam en yakınım bunlar. Derim ben hastayım rahatsızım beni hastaneye götürün götürürler. Birbirimize çağırcaz, en yakınımız bina da oturanlar olur. Benim akrabalarım kalfalar da onlar gelene kadar bunları çağırcam. En yakın komşu" (G14, erkek, 79 yaş)

"O an için bilemem. Kardeşlerin hangi biri ne zaman, nasıl gelecek. Komşu kardeşten yakındır her zaman. İşin gerçekçi yanına bakmak lazım" (G25, kadın, 65 yaş)

Aile, akraba, arkadaş, komşu veya kurumlar vasıtası ile sunulan sosyal destek bireylerin sağlıklı bir yaşam süre-

ci geçirmeleri için önemlidir (Kanber, 2018, s. 48). Gündelik yaşamda genellikle birinci derece yakınların destek olduğu görülürken acil durum söz konusu olunca yaşlıların ilk aklına gelen yakınlardan ziyade komşular olmuştur. Önemli konularda özellikle aciliyet gerektiren bir durum söz konusu ise “komşu kardeşten daha yakın” hale gelmektedir. Bulunduğumuz kültürde, coğrafyada komşuluğun öneminin vurgulayan atasözleri, deyimler vardır. “Komşu komşunun külüne muhtaçtır”, “Ev alma komşu al”, “Komşu hakkı, Allah hakkıdır” gibi atasözleri ve deyimler komşuluğun önemini vurgulamaktadır. Bu şekilde oluşan bir toplumsal mirasta, komşunun önemi yadsınamaz. Yaşlılar, geçmişten bugüne hem atasözleri ve deyimlerle hem de İslam dininin komşuluğun önemini vurgulamasıyla büyüyen bir nesildir. Bu yüzden yapılan görüşmelerde de bu durum gözlemlenmiştir. Çalışmada aileden sonra en çok destek verenin komşular olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.

Yaşlılar komşuluk ilişkileri bağlamında ‘yük’ olarak görülmekten daha ziyade yaşam tecrübeleri ve deneyimleri ile ‘istenen’ konumda olmaktadır. Yaşlıların nasihatleri, yaşanmışlıkları bireyler için önemlidir (Yıldız ve Gündüz, 2011, s. 172). Ev hanımları için komşuluk daha çok anlam ifade etmektedir. Kadınlar erkeklere göre komşuluk ihtiyacını daha çok hissetmektedir. Tıpkı kadınlar gibi emekli olan yaşlılar için de samimi ve duygusal bir komşuluk, aileden sonra gelmektedir (Koyuncu, 2009, s. 32). Genç ve sağlıklıyken, evden henüz çocuklar ayrılmamışken insanların telaşı daha farklı yönde oluyor. Çocuk büyütme, okula götürme, yemek yapma gibi günlük rutin telaşlar insanın gününün tamamını alabiliyor. Çocuklar evden ayrılmadan önce olan bu rutin telaşlar, insanların nispeten komşuya daha az ihtiyaç duymasına da sebep olabiliyor. Yaş ilerledikçe azalan günlük telaş, çocukların evden ayrılması ve eşin ölümü özellikle kadınlarda komşuya duyulan ihtiyacı arttırabiliyor. Bu durumda kom-

şuluğun yaşatılmasında yaşlılığın pozitif etkisinin olduğu söylenebilir.

Yaşlılar üzerine yapılan nitel bir çalışmada yaşlı bireylere komşuluk denildiği zaman akıllarına ne geldiği sorulduğunda üç farklı kategorinin ortaya çıktığı görülmüştür. Yaşlılara göre komşuluk ‘kardeşlik’, ‘yardımlaşma’ ve “birlik ve beraberlik” anlamlarına gelmektedir (Çiçek vd., 2021, s. 378). Kalıncara ve Sarı’nın 205 yaşlı ile yapmış olduğu çalışmaya göre yaşlıların büyük çoğunluğu (%95,6) komşularla iletişim içindedir, %27,3’ü her gün, %34,6’sı haftada birkaç kez komşuları ile görüşmektedir (2019, s. 11). Yapılan çalışmalara bakıldığında yaşlıların komşuluğa yükledikleri anlam önemlidir. Yaşlıların büyük bir çoğunluğu da komşuları ile iletişim içindedir. Yapılan çalışmaların sonuçları bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Duygusal Desteğin Farklı Görünümleri

Yaşlılıkta şüphesiz her destek türü önemlidir. Maddi desteği yakın çevre olarak adlandırdığımız aile, komşu, akrabalar ve kurum desteği olarak adlandırdığımız kamu kurumları, yerel yönetimler vermektedir. Ancak yaşlılar daha çok yakın çevresini tercih etmektedir. Diğer kurumlardan fazla haberdar değildirler. Aynı şekilde duygusal desteği de daha çok yakın çevrelerinden almaktadırlar. Bu başlık altında duygusal desteği kamu kurumlarının, devletin, yerel yönetimlerin verip veremeyeceği sorulmuştur. Bu soruya iki farklı cevabın verildiği görülmüştür. Devletin işi olmadığını ya da verse iyi olacağını düşünenler varken diğer tarafta “eşin, dostun” yeterli olduğunu düşünenler olmuştur.

İki Farklı Bakış: “Devletin işi değil” ya da “Verse iyi olur”

Yaşlılıkta sosyal destek alımı önemli bir faktördür. Yaşlıların da tüm insanlar gibi temel ihtiyaçlarının dışında ikincil ihtiyaçları da bulunmaktadır. Yaşlılıkla beraber insanların çevresindeki kişi sayısı azalmaktadır. Çalışan birey emeklilikle beraber eski çevresini yitirmekte ve yeni çevresine uyum sağlamaya çalışmaktadır. Yaşlılar yaştan daha çok ilerlemesi ile birlikte akranlarını kaybetmeye başlamaktadır. İster kadın ister erkek olsun yaşlanma ile beraber büyük sosyal kayıplar yaşanmaya başlanmaktadır. Kadınlar eskisi kadar komşularla vakit geçirememekte, erkekler de emeklilik sonrası sosyal çevrede büyük kayıp yaşamaktadır. Özellikle çocukları ile aynı şehirde yaşamayanlar ya da sık görüşemeyenler büyük bir sosyal ağ kaybı da yaşamaktadır. Bu yaşanan kayıplar yaşlıların duygusal destek alımını da etkileyebilmektedir. Burada yaşlılıkta duygusal destekten kastedilen hâl hatır sorma, sıkıntısını paylaşma, dinleyecek birinin olmasıdır. Yaşlılıkta duygusal destek diğer destek türleri kadar önemlidir.

Yaşlılar özellikle sosyal ilişkilere ihtiyaç duymaktadır ve ihtiyaç duyulan bu destek genellikle yakın çevre ile karşılanmaktadır. Yaşlılık döneminde moral düzeyleri yüksek olan yaşlı bireyler yaşlanmanın olumsuzluklarından daha az etkilenmektedirler. Yapılan birçok çalışmada aile ve akraba gibi destek mekanizmalarının yanı sıra komşuların ve arkadaşlarının yaşlı bireyleri duygusal yönden desteklediği görülmektedir (Karakaş-Asi ve Durmaz, 2017, s. 32). Yakın çevrenin yaşlılar için ne kadar önemli bir destek mekanizması olduğuna önceki başlıklarda değinilmişti.

Yakınında kimsesi olmayan kendi ihtiyaçlarını giderebilen fakat duygusal destek sunacak kimsesi olmayan yaşlılara devletin destek sunup sunamayacağı sorusu katılımcılara yöneltilmiştir. Birçok katılımcı soruyu anlayamamıştır. Bu yüz-

den soru örneklendirme yapılarak daha ayrıntılı ve detaylı şekilde sorulmuştur. Ayrıntılı sorulmasına rağmen anlayamayan yaşlılar olmuştur. Sadece bir görüşmeci soruyu sorulduğu şekliyle örneklendirmeye gerek kalmadan anlamıştır. Katılımcıların cevaplarından yola çıkarak sorunun anlaşılmasındaki sebep, yaşlılara göre devletin sadece maddi yardım yapmasıdır. Yaşlılara göre sadece maddi yardım yapan devletin işi, duygusal destek vermek değildir:

“Zor ya zor veremez. Devlet hangi birine ulaşsın zor. Maddi hizmeti yapabilir ama maneviye zor biraz. Kendi çocuklarından, akrabadan, komşundan hariç zor biraz” (G42, kadın, 66 yaş)

“Türkiye’de herkes ana babasından ne bekliyorsa, aynısını devletten de bekliyor. Bu bence doğru değil insanlar kendi ayaklarının üzerinde durmalı. Ben böyle bir şeyi devletten beklemem beklemem de saçmalık olur....Ben devletin insanların her istediğinin yerine getirilmesi mecburiyetinde olmasını doğru karşılamıyorum çünkü hiçbir gelişmiş ülke de bu yok. Zaten bunun sürdürülebilirliği de yok. Devletin görevi belirli organizasyonları sağlamaktır. Konya da bu çok güzel sürdürülüyor. Hanımlar lokali, emekliler lokali ama daha fazlası devletin görevi değil” (G25, kadın, 65 yaş)

Devletin yaşlılara zaten yeterli hizmeti verdiği düşünülmektedir. Katılımcıların zihninde olan destek, bu soru özelinde maddi yardımla eşdeğerdir. Yukarıda ki görüşmeci devletin zaten yeteri kadar yaşlılara imkân sunduğunu, fazlasının devletin görevi olmadığını dile getirmiştir. Bazı katılımcılar da bu fikri destekler nitelikte cevaplar vermiştir. “Odun, kömür, gıda yardımı yapılıyor ondan mı bahsediyorsun” şeklinde cevap veren katılımcılar da olmuştur. Katılımcıların birçoğuna göre destek algısı sadece maddidir. Bunun yanı sıra aslında böyle bir hizmeti olsa iyi olacağını söyleyen yaşlılar da olmuştur:

“Devlet böyle hizmet keşke verse, gittiğim arkadaşın kafasını şişirene dek konuşurum. Yalnızlık Allaha mahsus bi adamın yanın da ne kadar insan olursa o kadar iyi olur. Yalnız onun huzurunu

bozmucak. Zaten adamın son seneleri ne zaman öleceğimizi bil-meyiz de Allah biliyor yani yaşlı insanlar daha ölebilir gibi gö-rülüyor. Ona moral verecek, güldürecek hoşuna gidecek şeyleri söyleyecek öyle bir kişiler iyi olur” (G13, erkek, 70 yaş)

“Onu devlet yapabilir, bizler de yapabilirsek keşke. Mesela anamla dertleşmek isterim ama kulaklar duymayınca olmuyor. Kırarım diye korkuyorum. Lokman (kardeşi) diyor mesela yaşlıları sabah götürecekler mesela iki yaşlı konuşacak. Bi kurum da mesela orda anlatacaklar bir iki saat durup geri gelecek. Bunu çok istiyorum diyor. Çok iyi olur” (G41, kadın, 68 yaş)

Katılımcıların da dile getirdiği gibi devletin duygusal desteğinin iyi olacağından söz etmişlerdir. Özellikle ilk görüş-mecinin ifadesinde bir nokta dikkat çekmektedir. Katılımcı “yalnızlık Allah’a mahsustur” diyerek aslında yaşlının yalnız yaşaması durumunda, devletin vereceği duygusal desteğin iyi olabileceği vurgusunu yapmıştır. İkinci görüşmeci ise an-nesi için böyle bir hizmetin iyi olacağı düşüncesindedir. Bu katılımcı annesinin yıllardır yalnız yaşadığını dile getirmiş-tir. Yine burada birinci görüşmecinin ‘moral’den bahsetmesi ikinci görüşmecinin ise ‘dertleşmekten’ bahsetmesi önemli-dir. Duygusal desteği yakın çevreden alamayan yaşlılar ku-rumlar aracılığıyla ya da onların sunacağı hizmetlerle moral verecek şeyleri istemektedir. İkinci görüşmeci annesinin işit-me sorunu olduğu için aslında sağlıklı olsa dertleşme ihtiya-cını gidermek istediğinden bahsetmektedir. Yaşlılıkta, iletişim, sohbet, dertleşme, moral, yaşlıyı dinleme önemli duygusal desteklerdendir. Yapılan bir çalışmada yaşlılara dönüşmekte olan bir şehirde ne istedikleri sorulduğunda 82 yaşındaki bir görüşmeci “bizim morale ihtiyacımız var” diyerek duygusal desteğin önemini vurgulamıştır (Açıkgöz, 2021, s. 81).

Yukarıdaki iki görüşmecinin de vurgusu özellikle yalnız yaşama durumunda bu hizmetin önemli olabileceğidir. Bu fikirlerin yanı sıra huzurevlerinin bu amaç için var olduğu düşüncesinde olan katılımcılar da vardır:

“Bence huzurevleri bunun için yapılmış sohbet için yani başka devletten ne beklenebilir. Ne olabilir. İlk akla huzurevi gelir, yalnız insanların yeri” (G19, erkek, 66 yaş)

“Huzurevlerine önem vermemiz lazım. Huzurevinde kalan bazı insanlar gerçekten memnunar yani. Aslında huzurevleri biraz daha geliştirilse doktoru var, hemşiresi var. Yiyecekleri, temizlikleri her şeyleri yapıyor. Sohbetini yapar, canı sıkılmaz. Her şeyi ayağında. O zaman hiç bir şey yapmaz. Sohbetini yapar, dertleşir, eğlencesini de yapar. Evde tek başına zor. Tek kaldın mı insan aile olmuyor. Geniş olacak huzurevleri, çalışabilecek kişilere iş imkânı sunacak. Mesela mutfakta bişey yapabilirler, temizlik yapabilirler. Bahçede çapa yapsın, hobi bahçesi gibi bişey yapsınlar. Hem oyalanırlar, hem üretim olur. Oyalansa insan kafayla da konuşmaz” (G29, erkek, 69 yaş)

Bazı görüşmeciler duygusal desteğe en uygun yerlerin huzurevleri olduğu görüşündedir. Burada önemli olan bir husus da yaşlandıkça insanların kendi akranlarıyla iletişimlerinin zayıflama durumudur. Yaşlılıkla birlikte tahammül etmede yaşanan değişimler akran ilişkilerini etkileyebilmektedir. Bazen yaşlının yaşlıya tahammülü olmamaktadır. Yaşlının yaşlıyla sohbet etmeye değil diğer insanlara ihtiyacı vardır. Bu yüzden duygusal destek konusunda huzurevi gibi tamamen yaşlılardan oluşan mekânlar çok işlevsel olmayabilir.

Yaşlıların duygusal destekle ilgili fikirleri farklı farklıdır. Herkes gibi yaşlıların da konuşmaya, sohbet etmeye, dertlerini paylaşmaya ihtiyaçları vardır. Bu ihtiyaçlarının giderilmesinde evli olanlar ya da çocukları yanında \yakınında olanlar daha avantajlı konumdadır. Özellikle kadınlar komşuları ile iletişim kurabilmektedir fakat erkekler aynı durumda değildir. Yalnız yaşayan erkek yaşlıların iletişim kuracağı kimse yoksa devlet böyle bir hizmet verebilir. Devletin yaşlılara yönelik hizmet çeşitleri artmaktadır. Bazı illerde hizmete giren “Manevi Evlat Butonu”⁵ ile yaşlılara eskiye göre daha hızlı

⁵ <https://kahramanmaras.bel.tr/akilli-yasli-bakim-ve-koordinasyon-merkezi-manevi-evlat-buton>

hizmet verilmektedir. Sadece yatılı kurumlar da değil evlerinde sunulan hizmetlerin sayısı da artmaktadır. İlerleyen süreçlerde duygusal destek gibi bir hizmetin de verilmesi söz konusu olabilir. Maddi desteğe ihtiyacı olmayan yaşlılar için duygusal desteğin daha önemli olduğu anlaşılmaktadır. Maddi desteğe ihtiyacı olan yaşlının da duygusal desteğe ihtiyacı vardır. İhtiyaç halinde manevi ve duygusal destek yaşlılar için daha anlamlı ve işlevseldir.

“Devlete gerek yok eş dost var”: Arkadaş, Akraba, Çocuklar

Yaşlıların çevresindeki aile, arkadaşlar, komşular, akrabalar sosyal destek sistemini oluşturmaktadır. Bireyin maddi, manevi sorunlarının çözümünde bu destek sistemlerinden destek görmesi kişilerin hayata karşı zorluklarla baş etmesini kolaylaştırmaktadır (Kaçan-Softa vd., 2016, s. 9). Yaşlıların birçok açıdan yakın çevrelerinden destek aldığını önceki başlıklarda bahsedildi. Ev içinde yapmakta zorlandıkları işlerde yaşlıların en yakınlarından olan çocuklarının, torunlarının yardımcı olduğundan söz edildi. Aynı şekilde banka, postane, alışveriş gibi dışarıda yapılması gereken birçok konuda da yakın çevrelerinin destek verdiği görüldü. Yaşlılar görüşme esnasında gündelik yaşamlarından söz ederken duygusal anlamda kimlerden destek aldıkları ile ilgili ipuçları da vermiştir. “Akşam üzeri komşularla kamelyada otururuz”, “camiinden önce biraz banklarda arkadaşlarla otururuz”, “torunlara bakıyorum zaman hızlı geçiyor”, “kız geliyor, gelin geliyor” gibi cevaplarla gün içinde iletişim kurdukları kişilerden de söz etmişlerdir. Yakın çevre yaşlılara birçok konuda destek verdiği gibi duygusal anlamda da destek vermektedir.

Yukarıdaki başlıkta da bahsettiğimiz gibi sorulan soru anlaşılmamış olsa da yaşlılara yöneltilen “Bir gününüz nasıl geçer?” sorusu duygusal destek sorusunun cevabını almamıza yardımcı olmuştur. Yapılan görüşmelerde bazı yaşlılar

devletin böyle bir hizmet ve destek vermesine gerek olmadığı, eşin dostun yeterli olduğunu ifade etmiştir. Bir görüşmeci telefonla ararlarsa hoşuna gitmeyeceğini, başka bir görüşmeci de zaten oğlunun ona destek olacağını söylemiştir:

“Dışarıya çıkamıyacak bi pozisyonu varsa. Açar telefonu zabıta-ya, ben falan adreste oturuyorum, dışarı çıkamıyorum, hanımım öldü kimsem yok. Ne istiyon yiyecek maddeleri, not alılar getiriller. Sohbet etmek icap ederse ya dünürüne ya kızına gider. Hiç yoksa dışarı çıkar bi kaveye oturur, parka oturu.” (G10, erkek, 73 yaş)

“Benim oğlan gelin olunca ihtiyaç olmuyor. Yalnız olsam belki ihtiyaç olurdu ama oğlanlar beni koymazlar zaten. Birinden biri bakacaktır hazar” (G9, kadın, 79 yaş)

“Hiç bilemem onu guzum, hiç görmedim duymadım. Devlet bana böyle bi hizmet versin istemem, sevmem ben. Öyle şeyi sevmem elin geldiğini. Telefonla arasın da istemem. Öyle telefon açanı sevmem” (G40, kadın, 65 yaş)

Yaşlıların her konuda olduğu gibi duygusal anlamda da destekçileri yakın çevresinde olan kişilerdir. Öyle ki bir görüşmeci sorunun defalarca tekrarlanmasına rağmen çocuklarının destek olacağını ifade etmiştir. Yaşlılar bir kişinin yalnız yaşama ve sevdikleri tarafından terk edilme ya da bakılmama ihtimalini düşünmemektedir. O yüzden devlete gerek duyma ihtimali akıllara gelmemektedir. Bu sebeple çalışmada en çok zorlanan ve açıklama gerektiren konu bu olmuştur.

Rahatlatan Destek: Arkadaş Desteği

İnsanlarda geçmişe duyulan özlem hep vardır. Her yaşta insan geçmişte yaşadığı anılara özlem duyar. Özellikle yaş ilerledikçe eskiyi, geçmişte kalan yaşamı, yaşanmışlıkları özleme daha çok görülmektedir. Bu bölüme kadar olan kısımlarda yaşlılara çocuklarının, komşularının, eşlerinin sürekli destek olduğundan söz ettik. Arkadaşlık ise biraz daha dışarıda kalan ilişki biçimi oldu. Yaşlılara “kiminle zaman ge-

çirmek sizi rahatlatır?” sorusu sorulduğunda çocuklarından, torunlarından bahsedenler oldu. Fakat görüşme sürecinde yaşlılar arkadaşlık ilişkilerine, rahatlatan destek dışında fazla değinmemiştir. Bu soru kapsamında yaşlıların geçmişe özlem duydukları anlaşılmıştır:

“Kendi yaşımdaki köylülerimle oldu mu çok rahat şeyderim, huzur bulurum. Askere birlikte gittiğim arkadaşlarım var, onlarla oturduk mu her şeyi unutupuz. Geçmişten konuşuyuz rahat ediyom, huzur buluyom. Bide sanayiye gittimmiydi benim ayarımdaki esnaflar varsa oturduğumuz zamanlar alışverişten bahsediyoz huzur bulurum” (G14, erkek, 79 yaş)

“İyi arkadaşlarla, iyi dostlarla, ruhumun sevdiği onun beni sevdiği, onlarla oturursam daha memnun olurum. Camide öyle ruhumun sevdiği arkadaşlar var, mesela dedikodu itmeyen insanlar. Ama köyündeki yaşadığım arkadaşların olsa daha iyi ama burdaki şöyle bişiy söyleyim, Bozkırlı arkadaş köyünü anlatsa ben ne anlarım, ama Cihanbeylili bir arkadaş olsa farklı olur ama sağ olsun arkadaşlarım iyi” (G15, erkek, 80 yaş)

“Tabi ki akrabadan, samimi bi arkadaşından, asker arkadaşından, çocukluk arkadaşı mesela geçmişten şöyle oldu böyle oldu diyosun bi bakmışsın zaman geçmiş sohbetten ”(G34, erkek, 65 yaş)

Yaşlıların ifadelerinden de anlaşılabacağı üzere geçmişteki arkadaşlarına, arkadaşlıklarına duyulan özlem söz konusu. Her ne kadar her durumda yaşlıların yardımına koşan onlara destek sağlayan çocukları, eşleri, komşuları olsa da bu sorunun cevabında özellikle arkadaşlarla geçmişte yaşananların ve paylaşılanların ağır bastığı görülmüştür. Geçmişe özlemde toplumsal hafıza etkilidir. Toplumsal hafıza da ‘hatırlama’ nın önemli bir yeri vardır (Bozan, 2018, s.1231). “Geçmişle hesaplama, geçmişle yüzleşme” olarak da ele alınan toplumsal hafıza gündelik hayatı etkileyen ve geçmişi algılama biçimimizi değiştiren bir kavramdır (Başaran- İnce, 2010, s.10). Özlenen arkadaşlık, acı tatlı anılar geçmişte kalmış, hafızayı canlı tutan hatıralardır.

Bu düşüncelerin yanı sıra farklı fikirde olan katılımcılar da olmuştur. Bazı katılımcılar çocuklarının ve torunlarının onları rahatlattığını ve onlarla zaman geçirmenin huzur verdiğini ifade etmişlerdir. Yukarıda yer alan cevaplardan yola çıkarak değinilmesi gereken bir nokta da eski arkadaşlıklarına ve muhabbetlerine özlem duyanların erkek katılımcılar olduğudur. Kadın katılımcılardan bu şekilde cevap verenler olmamıştır.

Kadın katılımcılardan kendilerini rahatlatan kişiler olarak daha çok çocuklar, torunlar ve komşular cevabı gelmiştir. Çalışmaya katılan iki katılımcı herkesten farklı cevap vermiştir. Bir katılımcı televizyonda bilen insanları dinlerken rahatladığını ifade etmiştir. Başka bir katılımcı ise alimlerle sohbet etmenin onu rahatlattığını belirtmiştir:

“Hani sosyallik deriz ya ben o işleri çok severim. Tek başıma niye böyle duruyum ki diyorum. Televizyonda profesörleri dinlemeyi çok severim bi tane laf bellesem onu herkese anlatırım. Kitap okuyark, elişi yaparak günler geçiyor bi senedir çıkılmıyor (G41, kadın, 68 yaşında)”

“Alimlerle, denk gelirse tabi. Benim babamın amcasının oğlu alimdi amma öldü. Hocalarla, alimlerle oturmak daha iyi olur. Onlar daha iyi bilgi verir. Kimseye zarar vermez. Beş vakit namaz kılar ama beynamazdan olmaz. He he dicen küsmeycen ama fazla sıkı da olmayacan. Çünkü onlar şeytan elinde, gözleri görür ama kör (G4, erkek, 71 yaşında)”

Bu cevapların yanı sıra farklı cevap veren katılımcılar da olmuştur. Bir görüşmeci Kuran okumanın kendisini rahatlattığını ifade ederken başka bir görüşmeci ise kitap okumanın rahatlattığını ifade etmiştir. Yine farklı olarak bir başka görüşmeci paranın rahatlattığını ifade ederken bir diğer görüşmeci ise “rahatsız değilim ki rahatlayayım” cevabını vermiştir. Bu konu ile ilgili yaşlılardan farklı cevaplar farklı bakış açıları ve farklı yorumlar gelmiştir. Her ne kadar farklı cevaplar gelmiş

olsa da yaşlıları rahatlatan kişilerin arkadaşlık ilişkisi olduğu görülmüştür. Arkadaşlıkların yaşlıları rahatlatan en önemli unsur olduğu en çok gelen cevaplar arasındadır.

İletişime Destek: Çocuklar ve Torunlar

İletişim teknolojisi günümüz dünyasının kaçınılmaz bir gerçekliğidir. Yeni dünya düzeninde eski olana yer yoktur. Teknoloji çok hızlı gelişmekte ve insanlar da hızla gelişen teknolojiye ayak uydurmaya çalışmaktadır. Yeni sosyal mecralar, iletişim kanalları, son teknolojik telefonların, laptopların içinde geniş bir bilgi ağı oluşturmakta ve zaman zaman bireyler bu teknolojinin gerisinde kalabilmektedir. Özellikle 65 yaş üstü bireyler teknolojik gelişmelerin çok daha fazla gerisinde kalmaktadır. Elbette teknoloji ihtiyaç temelli bir durumdur. Bir üniversite öğrencisinin, bir devlet çalışanının bilgisayar kullanımını bilmesi nasıl gerekli bir durumsa yaşlı bireylerin bilmesi de normal bir durumdur. Yaşlı nüfusun artışı ile beraber konu giderek devlet, bilim ve iş çevrelerine olan ilgiyi arttırmaktadır. Yaşlılar için temel hizmetlerden olan sağlık, kişisel bakım, evle ilgili ihtiyaçlar ve sosyalleşme ön plana çıkmaktadır. Gelişen teknoloji yaşlılara daha fazla hareketli olma, bağımsız bir yaşam ve sosyal hayata katılım konularında önemli katkılar sağlamaktadır (Ekici ve Gümüş, 2016, s. 26).

Yapılan saha çalışmasında 45 görüşmeciden 6'sı bilgisayar kullanmayı bilmekte ve bunlardan 4'ü bilgisayar kullanmayı mesleği gereği öğrenmiştir. Bu yüzden teknolojik zorunluluk ya da gereklilik kişilerin hem mesleklerine hem de yaşamış oldukları zaman ve yaş aralıklarına göre değişmektedir. 65 yaş ve 85 yaş arasında olan yaşlılarla yapılan bir çalışmada bilgisayar ve internet kullananların oranı %8,1 ve e-posta kullananların oranının %7 olduğu görülmüştür (Kalınkara vd., 2016, s. 11). Kalınkara ve arkadaşlarının yap-

miş oldukları çalışmanın verileri ile bu çalışmanın verilerinin benzerlik gösterdiği görülmektedir

Zaman geçtikçe akıllı telefon yaşlı genç ayrımı yapmak-sızın lüks ihtiyaçtan ziyade zorunlu ihtiyaç haline gelmiştir. Elbette bunun en önemli sebebi ‘tuşlu’ telefon olarak adlandırılan cihazların eskisi kadar piyasada bulunmaması, bunların tamirinin daha zor olması ve eskiye göre daha az tercih ediliyor olmasıdır. Eski usulden (tuşlu telefon) yeni usule (akıllı telefon) geçmek özellikle yaşlı bireyler için zannedildiği kadar kolay değildir:

“Kullanıyorum bak bu. Beş senedir kullanırım öncesinde ev telefonu vardı şimdi hepimizde var. Oğlan gösterdi şöyle böyle diye, bende öğrendim zaten. Karşıdan biri açarsa alo dirim ya da ben ararım. Bide resim koydular oradan basar ararım” (G9, kadın, 79 yaş)

“Akıllı telefon kullanırım üç sene oldu. Buda yini. Yeğen, onun çocukları öğretti. İnce bilemiyorum . Okuryazarlığım da yok. Ondan fotoğraf koydurdum, hepsinin foturağı var, ona basıyorum açıyorum. Foturağa bakıp arayom” (G6, kadın, 77 yaş)

“Telefonum akılsızdı akıllıya döndü. Tuşlu kullanıyordum. Kızım dedi alalım anne diye, ben dedim belleylemem bunu. Öğrenirsin dedi kullanıyorum. Belledim kullanıyorum. Herkesi rahatça arıyorum. Halil (damat) öğretti, sıralayıverdi. Herkesin numaralarının karşısına, çekti çekti resimlerini koydu” (G36, kadın, 67 yaş)

Bu çalışmada bazı görüşmeciler okuryazar değildir ve bazıları ise katılımcıların tabiri ile “yazıları seçememektedir”. Bu duruma çözüm olarak görüşmecilerin bir kısmının yakın çevresi (oğlu, yeğeni, damadı), aramaları gereken kişilerin numaralarının karşısına fotoğraflarını koyarak telefon kullanımını kolaylaştırmışlardır. Telefonu öğrenme konusunda yaşlılara yakın çevrelerinin destek verdiği görülmektedir. Her yaşlının akıllı telefonu yoktur. Görüşme yapılan birçok yaşlı tuşlu telefon kullanmaktadır. Aynı şekilde telefonu öğrenme konusunda yakın çevresi yardımcı olmuştur:

“Bak bu telefon sende yoktur. Torunim öğretti bunu bana. Geçen yalınış yere girmişim, sordim bilene dedim bu nedir. Dedi internete girmişin, dedim rica ederin buni silin. Ben herşeyi bilirim, tek mesaj atmayı bilmem” (G37, erkek, 66 yaş)

“Şimdi şöyle yazısını görürsem tekrar basarım, o adamı ararım. Dün beni Mustafa aramış, şu kapıya geldim çalar ben gelesiye kesildi tekrar aradım, görüp. Başı ne harfi ise arayacağım, onu arar bulurum. Sağolsun bunu damat öğretti, ondan keyri bilirim” (G1, kadın, 71 yaş)

“Tuşlu telefon var. Baya beceririm kullanmayı. Numara kaydetmeyi bilmem çocuklara yaptırım (G4, erkek, 71 yaş)”

Akıllı telefonu öğrenmek yaşlı bireyler için zor ve zahmetli bir iştir. Elbette bu durum zorluğun yanı sıra istek ve merakla ilgili bir durumdur. Yapılan görüşmelerde akıllı telefon kullanan yaşlı bireylerin çoğunda (21 kişi) gerektiği kadar telefon kullanmayı bildiği görülmüştür. Burada gerektiği kadardan kastedilen “mesaj çekmek” ve “internet erişimi” çok elzem bir gereksinim olarak görülmemektedir. Aynı zamanda “yeni numara eklemek”, “çalan telefonlara geri dönmek” de üzerinde durulmayan, ihtiyaç olarak görülmeyen ufak pratik bilgilerdir. Fakat görüşmecilerin çoğu bu pratik bilgilere gereksinim duymamaktadır. Aslında tuşlu telefon kullanımında var olan çoğu kullanım şekli akıllı telefonda da devam etmektedir. Birçok katılımcı ister akıllı ister tuşlu telefon kullanıyor olsun ihtiyaç duydukları ya da merak ettikleri kadar öğrenmekte ve kullanmaktadır. Birçok bilgi bireyler tarafından sonradan öğrenilir. Özellikle konu teknoloji ise her birey teknolojiyi zaman zaman takip etme konusunda zorlanabilmektedir. Yapılan bu çalışmada da görüldüğü üzere yaşlıların kullanmış olduğu telefon ister tuşlu ister akıllı olsun yardımsız bazı işlevlerini yerine getirememektedir. Yakın çevrenin her konuda olduğu gibi bu konuda da desteği büyüktür. 65 yaş ve 85 yaş arasında olan yaşlılarla yapılan bir çalışmada iletişim teknolojisi araçlarından mobil telefon / cep telefonu kullananların oranının %71,1 olduğu görülmüştür

(Kalıncara vd., 2016, s. 10). Bu çalışma ile kıyasladığımızda 21 görüşmecinin akıllı telefon kullandığını belirttik. Kalıncara ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışma ile kıyasladığımızda benzer sonuçların çıktığını ifade edebiliriz. Yaşlılar teknoloji kullanımına genel olarak uzak görünse de cep telefonu kullanım oranları yüksektir.

Engelli olma ya da engel durumunun türü hayatın bazı noktalarında kişilerin önüne zorluk olarak çıkmaktadır. Görme engelli bir görüşmeci telefon kullanımı noktasında zorlandığını ifade etmiştir. Yalnızca biri ararsa o şekilde iletişim kurabildiğini, sadece gelen telefonları cevaplayabildiğini arama yapamadığını ve açma tuşunun ise ‘delik’ olduğunu ve o şekilde ancak açabildiğini ifade etmiştir.

Teknolojinin hem olumlanan hem de olumlanmayan tarafları bulunmaktadır. Elbette teknolojinin hayatımıza giriş yapmasıyla birlikte birçok alanda bizlere kolaylıklar sunmuş ve sunmaya da devam etmektedir. Doğru kullanılmadığı takdirde zararları faydalarını aşmakta ve insanların sosyal, ailesel, çevresel tüm ilişkilerini olumsuz etkilemektedir. Teknolojinin bize sunmuş olduğu telefonlar haberleşmemizi hızlandırmıştır. Hızlı haberleşme noktasında özellikle aciliyet gerektiren durumlarda telefonlar hayat kurtarıcı niteliktedir. Daha önce denildiği gibi yaşlı bireylerin çoğu akıllı ya da tuşlu telefonlar kullanmaktadır. Aynı zamanda birçok kişinin haberleşme dışında (internet, sosyal medya erişimi gibi) kullandığı cep telefonlarını yaşlı bireyler haberleşme ve iletişim amacıyla kullanmaktadır. Sevdiklerinin sesini duymak, hâl hatır sormak kısacası, haberleşmek için sıklıkla kullanmaktadırlar.

Sürekli olarak aileden destek alma ya da muhtaç görünme yaşlılar için hoş gitmeyen bir durumdur. Aile olmak, aile üyelerinin birbirlerine iyi ya da kötü zamanda destek olmalarını gerektirir. Yaşlılar bu destekleri sürekli görseler de yük olmayı istememekte, bazı konularda yardımsız hareket etmeyi arzulamaktadırlar. Yaşlı bireyler teknolojik gelişmele-

rin farkındadır. Özellikle de günümüzde bu gelişimin doğal bir süreç olduğunu ve kabullenmek durumunda olduklarını bilmektedirler (Özkan ve Puruçuoğlu, 2010, s. 41). Yaşlılar teknolojiyi kabul etmiş durumdadırlar. Şalvarına telefonu için cep diken ve yine telefonuna kendi ördüğü kılıfı kullanan yaşlılar bizim yaşlılarımızdır. Bu, teknolojiyi kabul ettiklerini gösteren bir örnektir (Çataloğlu, 2018, s. 31). Çalışmaya katılan bir görüşmeci telefonla ilgili bilmediklerini sürekli torunlarına sormak yerine telefonu kullanmayı öğrenebileceği bir kursa gitmeyi istemektedir:

“Akıllı telefon kullanıyorum. Watsapa bakarım, durumlara bakarım. Geçen hopörlösünü açmışım, iyi bak bunu da öğrendim, bugün dedim ama unuttum nasıldı. Ben sadece kayıtlı olanları armayı bilirim. Hatta Didara (torun) dedim herkeş gösteriyor saolsun da bunun bi kursu yok mu varsa yazdır dedim. Olursa bakayım didi. Ben her zaman her zaman mı sorayım dedim, öğreneyim bunun her şeyini” (G41, kadın, 68 yaş)

Bu şekilde öğrenmeye istekli, bilişsel olarak öğrenmeye açık yaşlılara yeni dünya düzenine ayak uydurabilmeleri için öğretici kursların verilmesi önemli görülmektedir. Yapılan çalışmada genellikle çocukların, torunların teknoloji öğrenimi konusunda yardımcı olduklarını gördük. Fakat her yaşlı birey aynı şansa sahip değildir. Çocukları yanında olmayan ya da hiç çocuğu olmayan yaşlılar vardır. Yalnız yaşayan ve kimsesi olmayan yaşlılar da bulunmaktadır. Bu yüzden teknoloji öğretimi konusu önemlidir. Sadece iletişim amacıyla kullanmak değil sağlık hizmetlerinde, bankacılık hizmetlerinde, yaşlı bakımında kullanmakta önemlidir. Bazı yerel yönetimler yaşlılara teknoloji öğrenimi için kurs hizmetleri vermektedir⁶. Bu ve benzer hizmetlerin sayısının arttırılması yaşlıların yeni düzene uyum sağlamaları açısından önemlidir.

⁶ <https://www.cnnturk.com/video/yasam/yasli-lara-akilli-telefon-kullanma-egitimi>
<https://www.sakaryayenigun.com.tr/40690-yasli-lara-akilli-telefon-nasil-kullanilir-kursu-haberi.html>
<http://www.ertv.com.tr/guncel/yasli-lara-akilli-telefon-kullanilabilirlik-egitimi-veriliyor-h3967.html>

Pandemi de Artan Destek: Komşular, Çocuklar ve Din Görevlileri

Komşu Desteği: *“Kimseye gerek duymadık komşular yetti zaten”*

Yaşlılıkta en büyük destek unsurlarından biri şüphesiz komşulardır. Sadece yaşlılıkta değil her yaşta iyi kurulan komşuluk ilişkisi bireylere önemli katkılar sunmaktadır. Komşu zor durumda ilk yardıma koşan, sıkıntıların dertlerinin paylaşıldığı kişidir. Yaşlılık döneminde özellikle yaşlı bireylerin komşuya daha çok ihtiyacı olmaktadır. Yakınları (çocuklar, akraba) yanında olmayan yaşlılar için en büyük destek komşudur. Komşular arasında yardım alışverişi, bireylerin günlük yaşamda başa çıkmaları gereken problemler karşısında onlara yardımcı olan kişisel destek ağını etkiler.

Covid-19 pandemisi tüm dünyayı etkilediği gibi ülkemizi de büyük oranda etkilemiştir. Çalışmanın başlarında da belirttiğimiz gibi bu önemli olaydan yaşlılar en çok etkilenen grup olmuştur. Yaşlılara getirilen kısıtlamalar dış çevre ile olan ilişkilerini kesmiş ve ihtiyaçlarının kimin karşılayacağı sorunu akıllara getirmiştir. Devlet kurumlarının desteğinden yukarıdaki başlıklarda söz ettik. Özellikle çalışmanın pandemi dönemine denk gelmesi pandemi döneminden ayrıca bahsedilmesi ihtiyacını ortaya çıkarmıştır. Çalışmanın konusu yaşlılara yönelik destek mekanizmaları olduğu için pandemi döneminde destek unsurlarına değinilmesinin önemli olacağı düşünülmüştür. Yapılan çalışma neticesinde genel olarak üç farklı cevap ortaya çıktığı görülmüştür. Şüphesiz her konuda olduğu gibi pandemi döneminde de yaşlılara en çok destek verenlerin çocukları olduğu görülmüştür. Çocukların yanı sıra komşuların ve din görevlilerinin de desteği olmuştur. Bu şekilde üç destek grubu ortaya çıkmıştır.

Gündelik yaşamda birçok bireyin kolaylıkla yapmakta olduğu aktiviteler yaşlı bireyler için zorlayıcı olabilmektedir. Özellikle Covid- 19 ile beraber alışveriş, fatura ödeme,

maaş çekme gibi işlerini kendisi yapabilen yaşlılar getirilen yasaklarla bunları yapamaz hale gelmişlerdir. Bu sebeple başkalarından yardım talep etme durumunda kalmışlardır. Yapılan çalışmada yaşlılara komşularının da destek sağladığı görülmüştür:

“Kışın pazarı yasakladılar ya bize gidemedik. Şurda komşu var ona aldırırım. Bazen başkası alıverdi, bazen de diğer komşu alıverdi. Yani mecbur kaldık aldırmaya. Virüs çıktığında nereler yardım ediyor duymadık ama gerek de duymadık komşular yardım etti zaten” (G3, kadın, 76 yaş)

“Şurda Suriyeliler var virüste kaç kere gelip sordular. Topçunun Musa kaç kere geldi sordu sağolsun emmi ihtiyacın var mı diye sordu. Ekmek aldı, paramı da almadılar” (G27, erkek, 87)

“Şurda komşu var. Bi kiprit dahi lazım olsa alır gelirdi. Hergün geldi ekmek mi lazım, sepze mi lazım aldı. Yasak varken hiç çıkmadık” (G32, erkek, 71 yaş)

Komşuluk ilişkileri yaşlılıkta her ne kadar azalsa da en önemli destek mekanizmalarından biridir. Her birey davranışlarındaki ve çevrelerindeki değişikliklerle yaşlanma sürecine uyum sağlayabilir. Yaşlı yetişkinler, aileleri küçüldüğünde, fiziksel olarak yakın olan arkadaşları ve komşularıyla daha fazla etkileşime girerek sosyal etkileşim kaybını telafi edebilirler. Bu telafinin, iletişim etkilerini özellikle pandemi sürecinde yaşlılar daha iyi tecrübe etmiş oldular. Yapılan görüşmeler neticesinde komşuluk ilişkilerinin pandemide daha güçlü şekilde kendini gösterdiğini yaşlıların ifadeleri aracılığıyla gözlemlenmiştir.

Çocuk Desteği: “Her gün çocuklar tembihledi aman dışarı çıkmayın diye”

Çalışma boyunca yaşlılara en büyük destekçilerin çocukları olduğu sürekli vurgulandı. Yapılan birçok çalışmada yaşlılara özellikle çocuklarının destek verdiği, çocuk sahibi olan yaşlıların daha kaliteli bir yaşam sürdüğü sonucu çıkmıştır

(Boylu- Aydıner ve Günay, 2018; Manav- İnel vd, 2018; Örsal vd, 2012). Her daim yaşlıların en büyük destekçisi çocukları olduğu gibi zorlu pandemi döneminde de onları yalnız bırakan çocukları olmuştur:

“Yasaklar ilk çıktığında seksen gün kapı dışarı çıkmadım. O zamanlar dışarı çıkmazdım, oğlan alır gelirdi hep. Seksen günden sonra devlette yavaş yavaş serbest bırakınca özellikle iş yeri sahibiyse izin verdiler, o ara bi dükkâna gittim geldim. Ama çoğalmaya başlayınca üç haftadır gitmiyorum. Hatta çocuk artınca dedi ki sakın gelme baba, geleyim dedim ama sanayiye iyice sarmaya başlamış” (G38, erkek, 65 yaş)

“Çocuklar üzerimize çok düştüler. Biz çarşıya gitmedik, çocuklar ne ihtiyaç lazımsa aldılar geldiler. Onlar getirdiler” (G33, erkek, 74 yaş)

“Her gün çocuklar tembihledi aman dışarı çıkma diye, yiyeceklerimizi filan kız kargoyla yolladı” (G8, kadın, 68 yaş)

“Market alışverişi için de sıkıyken hiç çıkmadık. İhtiyaç olduğunda oğlanlar geldi” (G34, erkek, 65 yaş)

Yaşlılar normal zamanda da birçok ihtiyaçları için çocuklarından yardım istemektedir. Yapılan bir çalışmada yaşlı bireylerin %69,9'u gereksinimlerini karşılamak için yardım almazken, %30,1'i yardım almaktadır. Gereksinimlerini karşılamak için yardım alan yaşlı bireylerin %63,3'ü çocuklarından, %17,4'ü ise belediyeden yardım almaktadır. Sağlıkla ilgili problemleri olmayan yaşlı bireyler kendi ihtiyaçlarını karşılayabilmektedir. Yardıma ihtiyacı olan yaşlılarda çocuklarından yardım istemektedir. Karadakovan ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmanın verileri de bu görüşü destekler niteliktedir (2017). Bu sebeple çocuk sahibi olanlarla olmayanların destek durumu birbirinden farklıdır (Altıparmak, 2009). Bu durum pandemi döneminde de gözlemlenmiştir⁷.

⁷ Görüşmeye katılan iki katılımcı çocuk sahibi değildir. Bu sebeple pandemi döneminde Sosyal Vefa Destek grubundan destek istediğini dile getirmiştir. Ayrıntılı bilgi “Duyulmayan Destek: Sivil Toplumun Varlığı\ Yokluğu” başlığı altında verilmiştir.

Yapılan görüşmeler neticesinde, her daim olduğu gibi pandemi döneminde yaşlıların en büyük destekçisinin yaşlıların çocukları olduğu görülmüştür.

Din Görevlileri: “Virüs çıktığında herkesten önce imamımız geldi”

Yaşlı bireyler için cemaatle özellikle cami cemaati ile kurulan ilişkiler en büyük sosyal destek kaynağıdır. Özellikle camiye gitme erkek yaşlılarda görülen en sık sosyal etkinlik türlerindendir (Esendemir ve Sağman, 2019, s. 28). Erkeklerde emeklilikle beraber boş zaman artmaktadır. Hem boş zamanı değerlendirmek hem de ibadetleri yerine getirmek için yaşlılar camiye gitmektedir. Bunun yanı sıra camiye girmeden ya da cami çıkışında yapılan sohbetler yaşlılar için önemli faaliyetlerdendir. Özellikle camiye giden yaşlılar Covid-19 çıktığında cami imamlarının kendilerine destek verdiğini ifade etmişlerdir:

“Virüs çıktığında sanırım beni muhtarlıktan aradılar dediler ihtiyacınız var mı bir şey lazım mı diye. Bide yine cami hocamız aradı, bir ihtiyacın var mı diye bende yok teşekkür ederim, benim yardım edeceğim varsa ben yardım edeyim dedim” (G13, erkek, 70 yaş)

“Beni belediyeden aradılar ihtiyaç var mı diye yok dedim. Bide cami hocamız aradı ihtiyaç var mı diye” (G14, erkek, 79 yaş)

“Virüs çıktığında önce imamımız geldi, ihtiyacınız olursa telefon edin. Bir imam bir müezzin var, kapımızı çaldılar, ne zaman olursa olsun ara dediler Allah razı olsun. Bikere pazara yolladım sağolsunlar. İmam diyor ki, abi her an için her an için hazırım diyor. Çok iyiler camimizin hocaları, kıymeti biçilmez” (G15, erkek, 80 yaş)

Yaşlılar açısından camiye gitmek, ibadet yapmak, camide arkadaşlık ilişkileri kurmak sosyal destek açısından önemlidir (Arslan, 2009, s. 113-114). Cami cemaati ile kurulan ilişkiler şüphesiz yaşlılar için önemlidir. Bu konuda yapılan çalışmalar ve araştırmalar da bunu destekler niteliktedir. Yaşlıların

normal zamanda cami cemaati ile kurduğu ilişkilerin yanı sıra Covid-19 pandemi sürecinde cami hocasıyla da kurulan ilişkilerin güçlendiği tahmin edilebilmektedir. Düzenli olarak camiye giden katılımcıları cami hocalarının desteklediği görülmüştür. Görüşme esnasında yaşlıların bu memnuniyetleri hem ifadelerinden hem de yüzlerinden görülmüştür. Salgın sürecinde bazı yaşlılara çocuklarının, komşularının yanı sıra cami hocalarının da destek verdiği görülmüştür.

SONUÇ ve DEĞERLENDİRME

Yaşlılıkta destek mekanizmaları önemlidir. Özellikle yaşlanan nüfus göz önünde bulundurulduğunda bu önem daha da artmaktadır. Çekirdekleşen aile yapıları yaşlıların daha çok yalnız kalmalarına sebep olmaktadır. Gündelik yaşam içerisinde yaptığımız ev içi ve ev dışı faaliyetler insanların rutin faaliyetleri olarak düşünülmektedir. Ancak yaşlı ve sağlıklı yerinde olmayan insanlar için bu rutin işler probleme dönüşebilmektedir. Yerine getirilemeyen ev içi ya da ev dışı faaliyetler de sosyal destek mekanizmaları devreye girmektedir.

Bu çalışmada yaşlıların gündelik problemlerinin çözümünde sosyal destek mekanizmalarının rolü üzerinde durulmuştur. Sosyal destek mekanizmaları olarak resmi destek mekanizmalarına ve resmi olmayan destek mekanizmalarına yer verilmiştir. Çalışma kapsamında literatür taramasından elde edilen yaşlıların problemleri çerçevesinde destek aldıkları kişi ve kişilerle ilgili veriler sunulmuştur. Gerçekleştirilen yüz yüze görüşmeler sonucunda elde edilen bulgular söz konusu başlıklar çerçevesinde değerlendirilmiştir. Elde edilen sonuçlar yaşlıların gündelik yaşam içerisinde bir problemle karşılaştıklarında kimlerden destek aldığıyla ilgili önemli veriler sunmuştur. Öncelikle yaşlıların geleneksel destek mekanizmalarından (aile, komşuluk vb.) yararlandıkları görülmüştür. Çünkü yaşlıların yakın çevresinin birçok konuda yaşlıyı desteklediği gözlemlenmiştir.

Yaşlıların gündelik yaşamda bir problemle karşılaştıkları zaman önce yakın çevresinden yardım aldıkları görülmüştür.

İhtiyaç duyulan desteğe göre aile, komşu, arkadaş ve akrabaların yaşlılara yardımcı olan destek mekanizmalarının başında geldiği görülmüştür. Özellikle aile (eş, çocuk, torun) bu destek mekanizmalarının içinde birinci sırada yer almaktadır. Diğer bir destek mekanizması olan kamu kurumları, özel sektör, yerel yönetimler ve sivil toplum örgütlerinin tercih edilmeyen ya da duyulmayan destek mekanizmaları olduğunu söylemek mümkündür. Yaşlıların büyük çoğunluğunun resmi destekten ziyade resmi olmayan yakın çevre desteğini tercih ettikleri görülmüştür. Bu noktada yaşlılara geleneksel bakım ve destek şeklinin devam ettiğini söyleyebiliriz. Artan yaşlı nüfusla birlikte resmî kurumların daha çok destek vereceği ya da yaşlıların bu kurumlardan daha çok destek talep edeceği düşüncesi bu çalışmada karşılık bulmamıştır. Yaşlıların yabancından ziyade tanıdık kişilerden destek almayı tercih ettikleri görülmüştür. Burada önemli olan nokta ise yaşlıların yakın yardım taleplerinin yakın çevreleri tarafından kabul görmesidir. Modernleşen yaşamla birlikte yaşlılara çocukları, torunları tarafından verilecek desteğin azalacağı düşünülse de bu çalışma kapsamında bu desteklerin azalmadığı görülmüştür.

Çalışmada ailenin yaşlıların karşılaştıkları bir problem karşısında en önemli destek mekanizması olduğu görülmüştür. Geçmiş dönemlerde olduğu gibi günümüzde de yaşlıların ilk aklına gelen, ilk destekçileri aileleridir. Aile üyelerini oluşturan eş, çocuk, gelin ve torun çalışmada birçok sorunun cevabı olarak karşımıza çıkmıştır. Modernleşmeyle birlikte yaşlılıkta ailenin desteğinin azalacağı görüşü ya da yaşlıların bakım noktasında yalnızlaşacağı görüşüne bu çalışmada rastlanılmadığını söyleyebiliriz. Aile olmanın vermiş olduğu ilişkiler aile desteğinin ne kadar önemli olduğunu göstermiştir. Aileden sonra gelen en önemli destek türünün komşu desteği olduğu görülmüştür. Yaşlıların özellikle acil durumda akıllarına getirdikleri ilk kişinin komşuları olması komşu

desteğinin ne kadar önemli olduğunu göstermektedir. Aile desteği bazı durumlarda zorunlu bir desteğe dönüşebilir ancak komşu desteği zorunlu bir destek değildir. Kan bağıyla kurulmayan bir destek türüdür. Çalışmanın özellikle pandemi dönemine denk gelmesi komşuların yaşlılara vermiş olduğu desteği daha görünür hale getirmiştir. Ailenin olmadığı durumda komşu birinci destek mekanizması olarak ortaya çıkmıştır. “Komşu kardeşten yakındır” diyen görüşmecinin sözü de bunu destekler niteliktedir. Elbette komşunun önemli bir destekçi olmasında içinde yaşadığımız kültür ve dinin de etkisi bulunmaktadır.

Arkadaşlık ilişkilerinin ya da arkadaşlık bağlamında sorulan soruların her yaşlıda aynı karşılığı bulmadığı görülmüştür. Özellikle kadınların arkadaşlık ilişkisini komşuluk ilişkisi bağlamında değerlendirdiği görülmüştür. Daha çok erkek katılımcılar arkadaşlıkla komşuluğu ayıran cevaplar vermiştir. Kadın katılımcılardan çalışma hayatında olup emekli olanın az oluşu da komşularını arkadaş gibi değerlendirmesinde etkili olduğu düşünülebilir. Erkek katılımcıların emeklilik öncesi bir işte çalışmaları yine askerlik yapmış olmaları arkadaşlık ilişkilerini değerlendirmelerinde yardımcı olduğu söylenebilir. Diğer bir faktörün de erkeklerin kadınlara göre eğitim hayatlarının daha uzun sürmesi burada kurulan arkadaşlıkların devam ettirilmesinde etkili olduğu düşünülebilir. Bu yüzden erkek ve kadın katılımcılarda arkadaşlık algısının farklı olduğu görülmüştür. Aynı zamanda birçok arkadaşlık ilişkilerinin geçmişte kaldığı, özlem duyulduğu fakat destek konusuna değinilmediği de görülmüştür. Diğer bir destek unsuru olabileceği düşünülen akrabalık ilişkilerine ve akrabalarla ilgili bulgulara az rastlanılmıştır. Akrabadan ve arkadaşlıktan ziyade komşuluk ve aile desteğinin ön planda olduğu görülmüştür. Akraba desteğinin az görülmesinde dolaylı destek mekanizması olması etkili olabilir. Genellikle akrabalar birebir destek olmaktan ziyade yaşlıya destek ve-

renler aracılığıyla destek sağlamaktadır. Yaşlıların destek almaya alıştığı kişilerden destek alma durumu varken akrabayı ya da bir başkasını tercih etmemektedir. Bu durumda akraba desteğinin de dolaylı bir destek mekanizması olacağı düşünülebilir.

Çalışmaya başlarken resmî kurumların sunmuş olduğu destekten faydalanan yaşlıların olacağı düşünülse de yaşlıların resmi destekten uzak oldukları görülmüştür. Yaşlılar daha çok devletin gıda ve yakacak gibi yardım hizmetleri olduğunu ve bu hizmetlerden de yoksulların yararlandığını düşünmektedir. Diğer verilen hizmetlerden söz edilse de destek alınmadığı görülmüştür. Destek alınmasından ziyade birçok yaşlının kamu kurumlarının yerel yönetimlerin, özel sektörün ve sivil toplum kuruluşlarının yaşlılara sunduğu hizmetlerden haberi yoktur. Konya özelinde büyükşehir ve ilçe belediyelerin yaşlılara sunduğu hizmetler geniştir. Ancak birçok yaşlı ücretsiz ulaşım hizmeti dışında çoğu hizmeti bilmemektedir. Bilmemelerinin sebebi olarak aile desteği başta olmak üzere komşu desteğinin etkili olduğu söylenebilir. Yaşlıların verdiği cevaplardan yola çıkarak birçok konuda ailenin sunduğu destek yaşlıların resmî kurumlara başvuramalarında etkilidir. Yaşlılar kurumların desteğine ihtiyaç duymadıkları için bilgi sahibi değillerdir.

Sosyal destek mekanizmalarının cinsiyete, aile türüne göre farklılık gösterdiği görülmüştür. Yalnız yaşayan yaşlılarda sosyal destek mekanizmaları daha işlevseldir. Yalnız yaşamayanın ev içinde yaşlıya destekçinin olmayışı yaşlıların yakın çevresinden destek almasında etkili olmuştur. Özellikle çocuklar ve torunlar başta olmak üzere komşuların desteği de büyüktür. Yalnız yaşayanların içinde cinsiyet açısından da farklılıklar görülmüştür. Yalnız yaşayan kadınlar ihtiyaç halinde öncelikle çocuklarından destek istemektedir. Çocuklarının yardım edemeyecekleri durumda ise komşuları akıllarına gelmektedir. Erkeklerde bu durumun farklı oldu-

ğu görülmüştür. Erkekler ihtiyaç halinde önce çocuklarından destek beklerken ikinci olarak ise yabancılardan destek almaktadır. Komşuluk ilişkilerinin yalnız yaşıyor olmalarından dolayı gelişmemiş olması bu durumda etkilidir. Erkekler kadınlar gibi 'dul' olarak nitelendirilmemektedirler. Bu yüzden yabancı birinden yardım istemeleri daha kolay olmaktadır. Bu nokta toplumun kadına ve erkeğe yüklediği bu algı yalnız yaşayan erkek ve kadınların destek mekanizmalarını değiştirdiği söylenebilir. Yalnız yaşayan erkek ve kadınlarda uzun süredir yalnız yaşayanlarla eşini yakın zamanda kaybetmiş yaşlılar arasında da farklılık görülmüştür. Eşini uzun zaman önce kaybetmiş kadın ve erkekler çözmeleri gereken bir problemle karşılaştıkları zaman önce kendileri bir yol bulmaya çalışmakta, çözemedikleri durumda yakın çevrelerinden destek almaktadır.

Eşi ile birlikte yaşayan yaşlılarda cinsiyete göre bir değişiklik görülmediği söylenebilir. Eşin en önemli destek mekanizması olduğu bu çalışmada da görülmüştür. Özellikle erkeklerin gündelik ev içi becerileri kadınlara göre daha zayıf olduğu için erkekler için eş önemli bir destektir. Eşi ile birlikte yaşayan kadınlarda ise ev dışı faaliyetleri gerçekleştirme durumları erkelere göre az olduğundan dolayı bu noktada eş desteğinin önemli olduğu görülmüştür. Bu nokta da eşi ile birlikte yaşayan yaşlılar birbirlerinin ihtiyaç duydukları desteği de karşılamaktadır. Kadınlar eşlerine yemek, temizlik, çamaşır gibi ihtiyaçların giderilmesinde destek verirken erkekler de eşlerine banka, fatura, alışveriş gibi konularda destek vermektedir. Aynı zamanda eşi ile birlikte yaşayan yaşlıların da ihtiyaç halinde çocuklarından destek aldıkları görülmüştür.

Geniş ailede yaşayan yaşlılarda verilen cevapların benzer olduğu görülmüştür. Bu yüzden eşi ile birlikte yaşayan ve yalnız yaşayan yaşlılara göre daha az görüşme yapılmıştır. Geniş ailede yaşayan yaşlıların cinsiyet bağlamında değer-

lendirildiğinde destek mekanizmalarında bir farklılık görülmemiştir. Evin içinde kendileriyle birlikte yaşayan çocukları ve torunları en büyük destekçileridir. Geniş ailede yaşayan yaşlılar gündelik yaşam içerisinde ev içi ve ev dışı faaliyetlerle, yalnız yaşayan ve eşi ile birlikte yaşayan yaşlılarla kıyaslandığında, fazla ilgilenmemekte oldukları görülmüştür. Bu durum da gündelik yaşam içerisinde fazla desteğe ihtiyaç duymadıklarını göstermektedir.

Çalışmanın diğer önemli bir ayağını oluşturan kısım da yaşanan konut tipiydi. Çalışmada yaşlıların sosyal destek mekanizmaları cinsiyet ve yaş dışında konut türüne göre de incelendi. Konut türüne göre yaşlıların destek ihtiyacına bakıldığında özellikle müstakil ev ve asansörsüz apartman dairelerinde farklılıklar olduğu görüldü. Güvenlikli site ve asansörlü apartmanlarda fark gözlemlenmedi. Ekonomik gelir düzeyindeki farklılıklara da değinilmek amaçlandığından çalışmaya dahil edilen güvenlikli sitelerin önemli bir fark ortaya koymadığı görülmüştür. Güvenlikli sitelerde yaşayanlarla apartmanlı asansörlü sitelerde yaşayan yaşlıların benzer ekonomik şartlarda olduğu görülmüştür. Bu sebeple de konut türü olarak ayrı bir değerlendirme yapılmamıştır. Burada farklılık oluşturan özellikle müstakil evlerde oturan yaşlılardır. Oturulan muhit ve ev bağlamında değerlendirildiğinde bir görüşmeci hariç diğerlerinin düşük gelirli mahallelerde oturdukları görülmüştür. Yeterli ekonomik imkânları olmadığı için soba kullanan yaşlıların zorlandıkları görülmüştür. Bu bağlamda müstakil evde yaşayan hem yalnız hem de eşi ile birlikte yaşayan yaşlıların zorlandıkları görülmüştür. Bu konuda yakın çevre ve eşin destek olduğu görülmüştür. Apartmanda fakat asansörsüz apartmanda yaşayan yaşlıların merdiven çıkma sorunu olduğu görülmüştür. Bu durum aile ve yakın çevre tarafından destek verilecek bir durum değildir. Konut tipine göre bir değerlendirilme yapıldığında sosyal destek mekanizmalarının konut özelinde değişmediği görülmüştür.

Yaşlıların yalnızca gündelik yaşamda temel ihtiyaçları noktasında desteğe ihtiyaçları yoktur. Yaşlılarda duygusal ve manevi destek de önemlidir. Bu konuda yaşlılara destek sunanların diğer desteklerde olduğu gibi aileleri olduğu görülmüştür. Özellikle çocukların ve torunların yaşlıların keyfini yerine getiren, moral veren destek mekanizmaları olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Fakat yaşlıların duygusal destek konusunda kurumlardan gelen desteği kabul etmedikleri görülmüştür. Maddi destek konusunda kurumlara karşı daha ılımlı olan görüşmecilerin duygusal destek konusunda daha çekimser oldukları görülmüştür. Duygusal destek maddi desteğe göre daha özel ve daha mahrem olan bir destek olduğu için yaşlılar tarafından kabul edilmediği söylenebilir. Derdini, sıkıntısını, sevincini yabancından ziyade tanıdık birine anlatmak daha kolay görülmüş olabilir. Manevi ve duygusal destek konusunda yaşlıların düşüncesinin cinsiyet, aile türü, oturulan konut gibi değişkenlere göre değişmediği görülmüştür.

Yaşlılardaki engellilik durumu çalışmaya veri çeşitliliği katmıştır. Bu noktada engelli olan yaşlılar ve engelli olmayan yaşlılar arasında bir farkın olduğu ortaya çıkmıştır. Engelli olan yaşlıların destek almadan gündelik yaşam becerilerini yerine getiremedikleri görülmüştür. Engelli yaşlıların özellikle kişisel bakım konusunda zorlandıkları görülmüştür. Bedensel engelin vermiş olduğu erişilmezlik durumu yaşlıların gündelik yaşamını olumsuz etkilemektedir. Bu engelli yaşlıların diğer yaşlılara göre bazı ev içi ve dışı faaliyetleri gerçekleştirmedikleri görülmüştür. Bu yaşlılar karşılaştıkları güçlükleri aile üyeleri, eş ya da bakıcı gibi desteklerle aşmaya çalışmışlardır. Kısacası aileden ve eşten alınan desteğin yaşlı engellilerin yaşamlarını kolaylaştırmakta olduğu görülmüştür.

Gelecekte yaşlıların destek mekanizması ihtiyacının artacağı düşünülmektedir. Modern yaşam, kadının çalışması ve çocukların evden ayrılması ailenin destek konusunda fonk-

siyonunu azaltacak gibi görünmektedir. Bulgulara göre yaşlıların en büyük destek mekanizmaları aileleridir. İlerleyen dönemlerde ailenin destek konusunda fonksiyonunun azalma ihtimaline karşı aile dışında destek mekanizmaları önemli hale gelecektir. Ailesi yanında olmayan yaşlılar için desteğe ihtiyaç duydukları noktada yeni destek mekanizmaları geliştirilmelidir. Bu noktada kurum desteğinin artması, yerel yönetim ve sivil toplum örgütlerinin yaşlılara maddi destekten ziyade manevi, duygusal ve günlük yaşam beceri desteği sunması önemlidir.

Bulgulardan hareketle yaşlıların birçok destekten habersiz oldukları görülmüştür. Yaşlılara sunulan hizmetlerden emekli lokalleri, hanımlar lokali ve gezi imkânları yaşlıların duygusal ve manevi destek ihtiyaçlarını karşılayabilir. Yerel yönetimlerin ya da diğer kurumların yaşlılara sunduğu bu hizmetlerin yaşlılara, internet aracılığıyla veya aile ziyaretleri aracılığıyla duyurulması önemlidir. Sunulan bu hizmetler ailenin destek olamadığı noktada önemli bir hizmet olabilir. Bu şekilde de yaşlıların yerinde yaşlanmaları da kolaylaşabilecektir.

Yalnızlık ve yaşlılık bağlamında baktığımızda kadınlarla ilgili veriler daha fazla iken erkeklerle ilgili verilerin az olduğu görülmüştür. Bu durumda yalnız yaşayan erkek katılımcı sayısının az olması etkilidir. Erkek katılımcıların sayıları az olsa da önemli veriler sunmuştur ancak elde edilen veriler yalnız yaşayan erkeklerin durumunu açıklamada yeterli olmayabilir. Bu yüzden yalnız yaşayan erkeklerde sosyal destek mekanizmasını derinlemesine araştırmak sosyal destek mekanizmalarının nasıl geliştirileceği konusunda faydalı veriler sunabilir.

Geniş aile yaşlılara avantaj sağlamasına rağmen ailenin dağılması durumunda bunun dezavantaja dönüşeceği varsayılabilir. Geniş ailede yaşayan yaşlıların gündelik yaşam be-

cerilerinin diğer yaşlılara göre daha az geliştiği görülmüştür. Aynı zamanda bu yaşlıların problem çözecek beceriler geliştirmede de görülmüştür. Karşılaştıkları problemler karşısında aileleri destek olmaktadır. Ani durumda yalnız kalmaları destek ihtiyacını ortaya çıkaracaktır. Yalnızlık durumunda yaşlılara destek verecek bir mekanizmanın devreye girmesi gerekmektedir. Bu şekilde geniş ailede yaşayan yaşlılar yalnızlaşmadan gündelik bazı beceriler konusunda hem aileler hem de kurumlar tarafından desteklenmelidir.

Engellilik ve yaşlılık bir araya geldiğinde çifte dezavantajlı bir durum oluşturmaktadır. Engelli olan yaşlılar için hayat daha zordur. Bu yüzden en çok destek mekanizmasına ihtiyaç duyan grup yaşlı engellilerdir. Engelli olan yaşlıların yalnız kaldıkları zaman aile desteğinin olmadığı durumlarda nasıl bir destek mekanizması devreye girmelidir sorusu önemlidir. Özellikle yalnız yaşayan engelli yaşlıların gündelik yaşam problemlerini nasıl çözdüklerini ve kimlerden destek aldıklarını araştırmak önemlidir. Engelli yaşlıların sosyal destek mekanizmalarını derinlemesine ve daha detaylı araştırmak engelli yaşlılara sunulacak imkânlar ve hizmetler açısından katkı sunacaktır. Şüphesiz sunulacak imkânlar yaşlı engellilerin destek mekanizmalarının artmasına ve gelişmesine yardımcı olacaktır.

Araştırmanın sonucuna göre yaşlılar tarafından en çok ihtiyaç duyulan sosyal destek mekanizmasının aile ve komşu olduğu görülmektedir. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı ya da farklı kurumlar aracılığıyla aile desteğini ve komşu desteğini arttıracak politikalar üretilmesi yaşlılara destek konusunda şüphesiz önemli bir imkân sunacaktır. Bu şekilde yaşlıların destek ihtiyacını karşılayanların yakın çevresinden olması yaşlı için de bir avantaj sağlayacaktır.

Yaşlıların kurum desteğini daha az tercih etmeleri kurumlarla ilgili çekimser yaklaşımlarla ilgili olabilir. Bu du-

rum yaşlıların yerinde yaşlanmayı daha önemli görmeleriyle ilişkilendirilebilir. Yaşlılar kurumdan ziyade evde yaşamayı daha çok tercih etmektedir. En çok aldıkları destek de kurum desteğinden ziyade yakın çevre desteğidir. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı “Manevi Evlat Butonu” gibi projelerle yerinde yaşlanmayı teşvik edici uygulamalar başlatmıştır. Bu gibi uygulamaların hem Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı hem de yerel yönetimler aracılığıyla artması yerinde yaşlanmayı tercih eden yaşlılar için faydalı olacaktır.

Ailesi olan yaşlılar için aile önemli bir sosyal destek mekanizmasıdır fakat ailesi olmayan yaşlılar için kurum desteği de önemli bir imkândır. Çocukları uzakta olan ve çocuk sahibi olmayan yaşlılar için kurum destekleri kültürel unsurlar göz önünde bulundurularak arttırılmalıdır. Türkiye’de genel olarak muhafazakâr aile yapısı hâkimdir. Bu yapıya uygun ve yaşlıyı, huzurevi ve bakım evi gibi kurumlardan farklı olarak toplumdan soyutlamayan yapıların oluşturulması önemlidir. Bu şekilde yaşlının diğer insanlarla iletişimde olduğu mekânları oluşturmak oldukça önemli görülmektedir. Konya’da bulunan ve adı ‘hurdalık’⁸ olarak bilinen mekân yaşlıların diğer insanlarla iletişimde olduğu ve yaşamın doğal süreçte aktığı bir mekândır. Hurdalık kendiliğinden oluşmuş merkezi bir konumda olan ve yaşlıların tüm imkânlara erişebileceği bir mekândır. Sağlıklı olan yaşlıların kurumlardan destek almasından ziyade bu şekilde doğal ortamda farklı akran gruplarıyla iletişimde olmalarını sağlamak önemlidir.

⁸ Alver, K. (2012). Bir Kenti Keşfetmek. Köksal Alver (Edited by.). İçinde, *Kent Sosyolojisi*, (475-496), Ankara: Hece Yayınları.

KAYNAKÇA

- Açıkgöz, R. (2021). Şehirde Yaşlanmak: Konya’da Yaşlanma Pratikleri. Mehmet Birekul ve Fatih Kaleci (Edited by.), İçinde, *Geleniğin Yenilikle Sentezi Konya Şehir Modeli: Huzur* (3. Cilt) (ss. 70-83), Konya: Konya Büyükşehir Belediyesi Kültür Yayınları.
- Adak, F. (2020). *Göç ve Gündelik Yaşam: Suriyelilerin Gündelik Hayat Pratikleri Üzerine Bir Analiz*, Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Ağırman, E., Gençer, Z., M., Arıca, S., Kaya, E., & Eğici, T., M. (2017). Huzurevinde, evde ailesiyle ve yalnız yaşayan yaşlı bireylerde depresyon, yalnızlık hissi düzeylerinin karşılaştırılması. *J Contemp Med*, 7(3), 234-240.
- Ak, M. & Közleme, O. (2017). Yaşlı yoksulluğu. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 197-208.
- Akarsu, S. (2014) “Sosyal Belediyecilik Zeytinburnu Belediyesi Örneği”, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Akbaş, E., Yiğitoğlu-Taşdemir, G. & Çunkuş, N. (2020). Yaşlılıkta sosyal izolasyon ve yalnızlık. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(26), 4540- 4562.
- Akça, F. & Şahin, G. (2008), Huzurevinde yaşayan yaşlılar ile aile ortamında yaşayan yaşlıların psikolojik belirtilerinin yaşam kalitesi üzerine etkisinin incelenmesi. *Turkish Journal of Geriatrics*, 11(4), 190-199.
- Akdemir, N., Çınar, İ. F., & Görgülü, Ü. (2007). Yaşlılığın algılanması ve yaşlı ayrımcılığı. *Turkish Journal of Geriatrics*, 10(4), 215-222.
- Aki-Erden, Ö. (2019). Yaşlılık psikiyatrisi - yaşlılarla nefes almak: Yaşlandıkça çeşitlenmek. *Birikim Dergisi*, 362-363, 24-30.
- Aközer, M., Nuhurat, C., & Say, Ş. (2011). Türkiye’de yaşlılık dönemi-ne ilişkin beklentiler araştırması. *Aile ve Toplum*, 7(27), 103-128.
- Aksoy, B. (2003). Problem çözme yönteminin çevre eğitiminde uygulanması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (14), 83-98.
- Aksüllü, N. & Doğan, S. (2004). Huzurevinde ve evde yaşayan yaşlılarda algılanan sosyal destek etkenleri ile depresyon arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 5, 76-84.

- Alaydın, N.N. (2019). Türkiye’de lisansüstü tezlerde yaşlılık çalışmaları: Bir içerik analizi çalışması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 12(1), 60-72.
- Alpman, P. (2018). Sosyal teorinin konusu olarak kimlik: Sosyal insacı yaklaşım. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 21(2), 1-28.
- Altay, B. & Avcı, İ. (2009). Samsun alanlı köyünde yaşayan yaşlılarda aileden algılanan sosyal destek ile depresif belirti yaşama sıklığı arasındaki ilişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(2), 139-146.
- Altay, B., Aydın, T., & Kefeli, B. (2011). Samsun huzurevinde yaşayan yaşlıların sağlık durumları ve günlük yaşam aktivitelerinin değerlendirilmesi, *Ankara Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 10 (2).
- Altındağ, Ö. (2020). *Yaşlılığa Güneydoğu Penceresinden Bakmak*. Konya: Çizgi Kitabevi.
- Altıparmak, S. (2009). Huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin yaşam doyumu, sosyal destek düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 23(3), 159-164.
- Alyüz-Abay, S. B. (2018). *Sosyal Sermaye, Sosyal Ağlar ve Sosyal Destek İlişkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yalova.
- Alver, K. (2012). Bir Kenti Keşfetmek. Köksal Alver (Edited by.). İçinde, *Kent Sosyolojisi*, (475-496), Ankara: Hece Yayınları.
- Alwin, D. (2013). Aging and the Life Course, Sociology of. Anne L.C. Runehov and Lluís Oviedo (Edited by.), İçinde, *Encyclopedia of Sciences and Religions*, Dordrecht: Springer.
- Anlıak, Ş. & Dinçer, Ç. (2005). Farklı eğitim yaklaşımları uygulayan okul öncesi kurumlarına devam eden çocukların kişiler arası problem çözme becerilerinin değerlendirilmesi. *Journal Of Faculty Of Educational Sciences*, 38(1), 149-166.
- Ardahan, M. (2006). Sosyal destek ve hemşirelik. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 9(2), 68-75.
- Arıcan, E. (2019). *Gündelik Hayat Bağlamında Suriyeli Sığınmacıları Şeytanlaştırma Pratikleri: Önder Mahallesi Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Arıcıoğlu, A. (2008). *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Arpacı, F. (2009). Yaşlıya bakan kadınların bakım yüklerinin incelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1, 61-72.
- Arpacı, F. (2015). Yaşlı bireylerin yaşam kalitesi açısından günlük yaşam aktivitelerini yapabilme durumunun incelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1, 46-53.
- Arpacı, F. (2016). Geçmişten günümüze yaşlılık. Harun Ceylan (Edited by.), *İçinde, Yaşlılık Sosyolojisi* (ss. 1-18) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Arslan, N. (2015). *Derin Yaşamak* (4.baskı). İstanbul: Sokak Kitapları Yayıncılık.
- Arslan, M. (2009). Geleneksellik ve yaşlı dindarlığı: Taşrada sosyal hizmet alamayan yaşlıların dindarlık durumları üzerine uygulamalı bir inceleme. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 2, 112-125.
- Artan, T. (Tarih yok). Yaşlılık ve Sosyal Hizmet, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi.
- Artan, T. (2013). Huzurevinde kalmakta olan yaşlılarda aile içi istismar. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 24(2), 109-122.
- Artan, T. (2016). Huzurevinde kalmakta olan yaşlılarda yaşlı istismarının bir türü olarak ekonomik istismar. *Journal of Health Science and Profession*, 3(1), 48-56.
- Artan, T., & Irmak, S., H. (2018). Feminist gerontoloji bağlamında yaşlılığın kadınsallaşması. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 5(2), 236-243.
- Arun, Ö. (2008). Yaşlı bireyin Türkiye serüveni: Kaliteli yaşlanma imkânı üzerine senaryolar. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 313-330.
- Arun, Ö. & Karademir- Arun, B. (2011). Türkiye’de yaşlı kadının en büyük sorunu: Dulluk. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10 (4), 1515 -1527.
- Arun, Ö. (2015). Eşitsizliklerin Kavşağında: “Çağdaş Türkiye’de Yaşlılık ve Sağlık”. Duygu Alptekin (Edited by.), *İçinde, Hasta Toplum* (ss. 125-145), Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

- Arun, Ö. (2018a). Arayışlar: Türkiye'nin Yaşlanma Serüveni. Özgür Arun (Edited by.), İçinde, *Yaşlanmayı Aşmak* (ss. 7-23), Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Arun, Ö. (2018b). Türkiye'de Yaşlanmak Bir Armağan Yada Lanet?. Özgür Arun (Edited by.), İçinde, *Yaşlanmayı Aşmak* (ss. 23-55), Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Arun, Ö. & Holdsworth, Jason, K. (2018). Türkiye'de Kuşaklararası Bakım ve Destek Mekanizmaları: Risk Altındaki Nüfusun Tanımlanması. *Türkiye Aile Yapısı İleri İstatistik Analizi*, Ankara: TDV Yayın ve Matbaacılık, 336-355.
- Arun, Ö. (2019). Büroyla saha arasında: Yaşlanma çalışmalarında ilişkisellik. *Strata İlişkisel Sosyal Bilimler Dergisi*, 0, 75-86.
- Arun, Ö. & Özkurt, V. (2019). Bakım sürecinde ihmalin yeni bir türü: Geronteknolojik yoksunluk. *Mediterranean Journal of Humanities*, IX (2) , 107-123.
- Arun, Ö. (2020). Eşitsiz yaşlanmak Türkiye'nin serüveni, alanın niteliği ve yaşlanma gündemi. *Cogito*, 98, 89-107.
- Aslan, S. (2010). Türkiye'de sivil toplum. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(31), 260-283.
- Atasü-Topçuoğlu, R. (2019). Günümüz kapitalizmi ve ataerkil ilişkileri içinde bakım emeği ve sosyal haklar. *Birikim Dergisi*, 362-363, 96-103.
- Ayan, F. S. (2021). Kırsalda Yaşlanma ve Yoksulluk: Germencik Örneği, Cem Ergun (Edited by.), İçinde, *Yaşlılık ve Yoksulluk* (ss. 153-175). Ankara: Nobel Yayın.
- Aydemir, M. A. (2011). *Sosyal Sermaye / Topluluk Duygusu ve Sosyal Sermaye Araştırması*. Konya: Çizgi Kitabevi.
- Aydemir, D. (2019). Yaşlı Yalnızlığının Gündelik Yaşam İçindeki Görünümlerinin Sosyolojik Analizi: Muğla Milas Örneği. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Başaran-İnce (2010). Medya ve Toplumsal Hafıza, *Kültür ve İletişim*, 13(1), 9-29.
- Başer, Z. (2006). *Aileden Algılanan Sosyal Destek ile Kendini Kabul Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Erzurum.

- Başıbüyük- Özgün, G., & Başbüyük, H., H. (2019). Yaş, Yaşlanma ve Antropoloji. Velittin Kalıncara (Edited by.), *İçinde, Yaşlılık: Yeni Yüzyılın Gerçeği* (ss.157-187). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Başıbüyük-Özgün, G., Çınar, Z., Ay, F., & Bekdaş, O. (2018). Yaşlı bireylerin tuvalet-banyo tasarımına yönelik antropometrik ölçüleri ve pazardaki ürünlerin yaşlıya uygunluğunun değerlendirilmesi. *Mühendislik Bilimleri ve Tasarım Dergisi*, 6, 248-256.
- Baybora, D. (2007). *Çalışma Yaşamında Yaş Ayrımcılığı*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Bayram, A. (Tarih yok). Yaşlılarda davranış sorunları, İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi.
- Beğer, T., ve Yavuzer, H. (2012). Yaşlılık ve yaşlılık epidemiyolojisi, *Klinik Gelişim*, 25,1-3
- Bektaş, O. E. (2017). Postmodern dünyada yaşlı olmak. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 10 (2), 9-18.
- Bıyıklı, G. (2020). *Yaşlılıkta İçselleştirilmiş Damgalanma ve Sosyal Desteğin İyilik Durumu ve Depresyon İle İlişkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.
- Biölge, M. (2020). Türkiye’de covid-19 pandemi sürecinde dezavantajlı bireylere yönelik uygulamaların incelenmesi: “Vefa Sosyal Destek Grubu” örneği. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*, 16, 101-114.
- Bilgili, N., Kitiş, Y., & Ayaz, S. (2012). Yaşlılarda yalnızlık, uyku kalitesi ve etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Geriatrics*, 15 (1), 81-88.
- Bilir, N. (2018). Yaşlılık tanımı, yaşlılık kavramı, epidemiyolojik özellikler, Arzu Ertürk, Ayşe Bahadır ve Filiz Koşar (Edited by.), *İçinde, Yaşlılık ve Solunum Hastalıkları* (ss.13-31). TÜSAD.
- Bilişli, Y. (2019). İnternet sağlık haberlerinde tıbbileştirmenin inşası: sağlık haber söylemine eleştirel bir bakış. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8 (4), 3608-3629.
- Bozan, Metin (2018). Kutsal mekanların tahribinin toplumsal hafıza üzerine etkisi, *E-Şarkiyat İlmi Araştırmalar Dergisi*, 10(4), 1228-1237.

- Bulun-Ataseven, M., ve Ünal, E. (2018). Sağlıklı yaşlanmadan yaşlanma karışıklığına: yaşlanmanın tıbbileştirilmesi üzerine nitel bir araştırma. 2. Uluslararası 12. Ulusal Sağlık ve Hastane İdaresi Kongresi. 11-13 Ekim. Muğla.
- Bulut, M., ve Tunçay, Y. (Tarih yok). Yaşlanmanın tarihsel ve kültürel boyutu. Rukiye Bölüktaş (Edited by.), İçinde, *Temel Gerontoloji* (ss. 21-41).
- Burç, E., P. (2018). Evlilik ve aile olguları üzerinden gündelik hayata sosyo-kültürel bir bakış. *Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5 (13), 135-141.
- Buz, S. (2015). Yaşlı bireylere yönelik yaş ayrımcılığı. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(53), 268-278.
- Buz, S. (2015). Toplumsal cinsiyet ve yoksulluk odağında yaşlılık olgusu. *Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-Dergisi*, 1304, 1-10.
- Blanchard-Fields, F., Mienaltowski, A., & Seay Baldi, R. (2007). Age differences in everyday problem-solving effectiveness: older adults select more effective strategies for interpersonal problems. *Journals Of Gerontology*, 62B (1), 61-64.
- Calasanti, T., & Slevin, K. (2006). *Age Matters: Re- Aligning Feminist Thing*. New York: Taylor& Francis Group.
- Can, İ. (2019). *Sağlık Olsun: Sağlıkın Toplumsal Görünümleri*. Konya: Çizgi Kitabevi.
- Canatan, A. (2007). Yaşlılık ve emeklilik üzerine. *Din ve Toplum*, (1), 70-76.
- Canatan, A. (2008). *Sosyal Yönleriyle Yaşlılık*. Ankara: Palme Yayıncılık.
- Canatan, A. (2008). Toplumsal değerler ve yaşlılar. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1, 62-71.
- Canatan, K. (2011). Çağdaş toplumlarda ve kültürde “yaşlılık” algıları. Kadir Canatan (Edited by.), İçinde, *Beden Sosyolojisi* (325-340). İstanbul: Açılımkitap.
- Cangöz, B. (2009). Yaşlılıkta Bilişsel ve Psikolojik Değişim. *Geriatric: Multidisipliner Yaklaşım*. Türk Eczacılar Birliği Yayını, No:4.

- Cannuscio, C., Block, J., & Kawachi, I. (2003). Social capital and successful aging: The role of senior housing. *Annals of Internal Medicine*, 139 (5), 395-400.
- Cicero, T. M. (2021). *Yaşlılık*. Ayşe Sarıgöllü (Çev.), İstanbul: İkaros Yayınları.
- Cirhinlioğlu, Z., & Cirhinlioğlu, F. G. (2011). Postmodern Sağlıkın Yükselişi ve Düşüşü. Kadir Canatan (Edited by.), *İçinde, Beden Sosyolojisi* (ss. 395-411), İstanbul: Açılımkitap.
- Cohen, S., & Wills, T. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98 (2), 310-357.
- Collins, K., Luszcz, M., Lawson, M., & Keeves, J. (1997). Everyday problem solving in elderly women: contribution of residence, perceived control and age. *The Gerontologist*, 37 (3), 293-302.
- Covey, H. C. (1992). The definitions of the beginning of old age in history. *The International Journal of Aging and Human Development*, 34(4), 325-337.
- Cheng, S. (2010). *A Comprasion Of Collaborative and İndividualistic Problem Solving in Younger and Older Adults on an Everyday Task*, Doctoral Thesis, West Virginia University, Morgantown.
- Creswell, J. (2017). *Nitel Araştırmacılar İçin 30 Temel Beceri*. Hasan Özcan (Çev.), Ankara: Anı Yayıncılık.
- Çufta, M. (2016). Yaşlılık döneminde hayatın anlam arayışı. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3(6), 106-116.
- Çam, C., Atay, E., & Işıklı B. (2018). Yaşlılarda yalnızlık ve yaşam kalitesi. *Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Halk Sağlığı Dergisi*, 3(2), 50-67.
- Çamur- Duyan, G. (2008). Yaşlı İstismarı. Kurtman Ersanlı ve Melek Kalkan (Edited by.), *İçinde, Psikolojik, Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık* (ss. 155-170), Ankara: Pegem Akademi.
- Çataloğlu, S. (2018). Yaşlılık, değer ve teknoloji. *Uluslararası İnsan Çalışmaları Dergisi*, 1(1), 25-33.
- Çetin, H., & Uysal, A. (2013). Bulgaristan göçmeni yaşlılarda sosyal ağ ve sosyal destek. *Turkish Journal Of Geriatrics*, 16(2), 192-201.
- Çetinkaya, Ş. (2013). *Lise Öğrencisi Erkek Ergenlerde Problem Çözme Eğitiminin Problem Çözme Becerisi Kişilerarası İlişki Tarzı ve Öfke*

- Kontrolü Üzerine Etkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Çevik-Akyıl, R., Adıbelli, D., Erdem, N., Kırağ, N., Aktaş, B., & Karadokavon, A. (2018). Huzurevinde ve evde kalan yaşlılarda yalnızlık ve algılanan sosyal destek ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 21(1), 33-41.
- Çiçek, B., Şahin, H., & Erkal, S. (2021). Yaşlıların aktif yaşlanma tecrübeleri: Nitel bir çalışma. *OPUS- Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(33), 369-397.
- Çivi, S. & Tanrıku, Z. (2000). Yaşlılarda bağımlılık ve fiziksel yetersizlik düzeyleri ile kronik hastalıkların prevalansını saptamaya yönelik epidemiyolojik çalışma. *Geriatry*, 3, 85-90.
- Çobanoğlu, N. (2020). Bireysel, profesyonel, toplumsal, bilimsel ve siyasal etiği yeniden sorgulatan covid-19 pandemisi. *Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi*, 25(1), 36-42.
- Çunkuş, N., Yiğitoğlu-Taşdemir, G., & Akbaş, E. (2019). Yaşlılık ve toplumsal dışlanma. *Geriatry Bilimler Dergisi*, 2(2), 58-67.
- Dağ, Adem (2016). *Huzurevlerinde ve Aileleri Yanında Kalan Yaşlıların Sosyal Destek Ağları: Konya Örneği*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Danış, M. Z. (2009). Türkiye’de yaşlı nüfusun yalnızlık ve yoksulluk durumları ve sosyal hizmet uygulamaları açısından bazı çıkarımlar. *Toplumla Sosyal Hizmet*, 20(1), 67-83.
- Davran, M., Sevinç, M., R. & Cançelik, M. (2020). Şanlıurfa ili köylerinde yaşlıların demografik ve sosyo-ekonomik durumları ile yoksulluk ve yaşlılık algıları, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(73), 1-17.
- Demirbaş, H. (2018). Yaşlılıkta Görülen Sorunlar ve Sosyal Destek. Ayşe Canatan (Edited by.), İçinde, *Temel Gerontoloji*. Ankara: Hedef CS Yayınları.
- Demirel, M. N. (2017). *Yaşlılarda Psiko-Sosyal Güçlükler ve Sosyal Hizmet İhtiyacı*, Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Demirtaş, H., & Dönmez, B. (2008). Ortaöğretimde görev yapan öğretmenlerin problem çözme becerilerine ilişkin algıları, *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(16), 177-198.
- Demirtaş-Madran, H. A. (2021). Ayrımcılığa Covid-19 sürecinden bir bakış: Temel kuramlar, yaşlılık tartışmaları ve öneriler, *Journal of Communication Science*, 60, 63-90.
- Direk, A. (2019). *Eğitim Örgütlerinde Sosyal Sermaye ve Şiddet Eğilimi Düzeyi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Doğan, T. (2008). Psikolojik belirtilerin yordayıcısı olarak sosyal destek ve iyilik hali. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 30-44.
- Doğan, S. & Başer, M. (2019). Yaşlılarda yalnızlık: Bir saha araştırması. *Journal of Health Sciences and Management*, 1,1-10.
- Doğanyigit-Öney, S. (2018). Yaşlı sağlığında geronteknolojik ürünlerin kullanımı. Alan Duben (Der.), İçinde, *Yaşlanma ve Yaşlılık: Disiplinlerarası Bakış Açıları* (ss.135-153). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Dülger, İ. (2012). Dünyada ve Türkiye’de yaşlılığın değişen görünümü, değişen politikaları ve gelişen aktif yaşlanma kavramı. *Kuşaklar Arası Dayanışma ve Aktif Yaşlanma Sempozyumu* içinde (s.31-50). Ankara
- Elder, H.G., Jhonson,K.M. and Crosnoe,R.(2003). The Emergence and Development of Life Course Theory . Jelyan Mortimer ve Michael Shanahan (Edited by.), İçinde, *Handbook Of The Lifecourse* (ss. 3-23). Springer.
- Eker, D., Arkar, H., & Yaldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatr Dergisi* 12(1), 17-25.
- Ekici, D. & Balı, A. G. (2013). Ortaokul öğrencileri için problem çözme becerilerine yönelik algı ölçeği: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması, *Eğitim Fakültesi Dergisi (YYU Journal Of Education Faculty)*, x(1), 67-86.
- Ekici, K. S. & Gümüş, Ö. (2016). Yaşlılıkta teknolojinin kullanımı. *Ege Tıp Dergisi*, 55, 26-36.

- Emaminaeini, M., Bakhtiyari, M., Hatami, H., Khodakarim, S., & Sahaf, R. (2017). Depression and perceived social support in the elderly. *Ranian Journal of Aging*, 12(2).
- Erbatu, B. (2017). Huzurevi ve evde yaşayan yaşlıların yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Erdem, M. (2005). Yaşlıya bakım verme. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(3), 101-106.
- Ergun-Dericioğulları, A. & Akyıldız, D. (2017). Yaşlıların gündelik yaşam pratikleri ve sosyal algılar: Menemen örneği, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(22), 500-509.
- Erol, S., Sezer, A., Şişman, N. F. & Öztürk, S. (2016). Yaşlılarda yalnızlık algısı ve yaşam doyumu. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3): 60-69.
- Ersözölü, M. (2021). *Kalıcı, Sürekli ve İlgili: Yaşsız Yaşlılar*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Esendemir, Ş. & Sağman, M. M. (2019), Yaşlanma ve mekân ilişkisi üzerine: Türkiye’de yaşlı erkek bireylerin camii ve kahvehane kullanımlarının analizi, *ARHUSS*, 2(1), 19-36.
- Eser, E. (2020). *Ülkemizde Covid-19’a Bağlı Ölüm ve Başarı Değerlendirmesi*. Türk Tabipler Birliği Covid-19 Pandemisi Altıncı Ay Değerlendirme Raporu.
- Eyüboğlu, C., Şişli, Z. & Kartal, M. (2012). Yaşam döngüsünde yaşlılığın psikolojik boyutu, *Turkish Family Physicians*, 3(1), 18-22.
- Field, J. (2008), *Sosyal Sermaye* (2.baskı), Bahar Bilgen ve Bayram Şen (Çev.), İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Fields, L. N., Adorno, G., Felderhoff, B., Parekh, R., Miller, V., Magruder, K., & Roggers, K. (2018). The social construction of “Emerging Elders”: Implications for age-friendly community assessments. *Gerontology & Geriatric Medicine*, 4, 1-7.
- Fuller-Iglesias, H., Smith, J. ve Antonucci, T. (2010). Theories of aging from a lifecourse and lifespan perspective: An overview. *Annual review of gerontology and geriatrics*, 2(9) 3–25.

- Fung, H. (2013). Aging in culture. *The Gerontologist*, 53(3), 369–377.
- Frantz, G. (2007). Being ageless: the very soul of beauty, *Psychological Perspectives*, 50 (1), 31–51.
- Gelbal, S. (1991). Problem çözme, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6, 167-173.
- Gencer, N. (2020). Kovid-19 sürecinde yaşlı olmak: 65 yaş ve üstü vatandaşlar için uygulanan sokağa çıkma yasağı üzerine değerlendirmeler ve manevi sosyal hizmet, *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 35-42.
- Genç, Y., & Çöpoğlu, M. (2020). Yoksullar. Meryem Serdar (Edited by.), İçinde, *Dezavantajlı Gruplar ve Sosyal Hizmet* (ss.41-69). Ankara: Grafiker Yayınları.
- Giddens, A. (2012). *Sosyoloji*. İstanbul: Kırmızı Yayınları.
- Giray, H., Meseri, R., Saathı, G., Yüceci, N., Aydın, P., & Uçku, R. (2008). Türkiye'ye ilişkin yaşlı sağlığı örgütlenmesi model önerisi, *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 7(1), 81-86.
- Göksu, T., & Karakaya, M. (2009). Polisin sapma davranışlarının etiketleme kuramı açısından değerlendirilmesi, *Polis Bilimleri Dergisi*, 11(4), 27-43.
- Göregenli, M. (2012). Temel Kavramlar: Önyargı, Kalıpyargı ve Ayrımcılık. Kenan Çayır ve Müge Çayır (Der.), İçinde, *Ayrımcılık: Çok Boyutlu Yaklaşımlar* (ss.134-165). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Görgün- Baran, A. Yaşlılığın Sosyal Boyutu. GEBAM.
- Görgün-Baran, A., Kalınkara, V., Aral, N., Akın, G., Baran, G., & Özkan, Y. (2005). *Yaşlı ve Aile İlişkileri: Ankara Örneği*. Ankara: Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü Yayınları.
- Görgün-Baran, A., Kalınkara, V., Aral, N., Akın, G., Baran, G., & Özkan, Y. (2007). Farklı Sosyo-ekonomik düzeydeki yaşlıların gündelik yaşamdan tatmin düzeyleri: Ankara Kentsel Kesit Örneği, *Turkish Journal of Geriatrics*, 10(1), 10-18.
- Görgün-Baran, A. (2012). Aile ve Yaşlanma. Aytül Kasapoğlu ve Nadide Karkıner (Edited by.), İçinde, *Aile Sosyolojisi* (ss.134-165). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.

- Görgün- Baran, A., & Kurnaz, Z. (2019). Yaşlıların sosyoekonomik düzeylerine göre sosyal ilişkilerinin aktif yaşlanma açısından analizi. Nuran Akdemir (Edited by.), *İçinde, Geriatri ve Gerontolojiye Disiplinlerarası Yaklaşım*. Ankara: Türkiye Klinikleri.
- Görgün-Baran, A., Günay, B., Bereketli, B., & Işık, I. (2020). Sosyal sermaye, güven ve yalnızlık açısından yaşlıların yaşam deneyimleri üzerine nitel bir araştırma, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 13(2), 72-89.
- Güler, Ç. (1998). Yaşlılıkta tanımlar ve yaşlılık üstüne söylenenler, *Turkish Journal of Geriatrics*, 1(105).
- Gültekin, T. (2020). Gerontolojinin Doğuşu. Deniz Say Şahin (Edited by.), *İçinde, Yaşlılık Sosyolojisi*, Ankara: Sonçağ Yayıncılık.
- Gülseren, Ş., Koçyiğit, H., Erol, A., Bay, H., Kültür, S., Memiş, A. & Vural, N. (2000). Huzurevinde yaşamakta olan bir grup yaşlıda bilişsel işlevler, ruhsal bozukluklar, depresif belirti düzeyi ve yaşam kalitesi. *Turkish Journal Of Geriatrics*, 3(4), 133-140.
- Günay, G., & Aydınır-Boylu, A. (2018). Yaşlı bireylerde algılanan sosyal desteğin yaşam doyumu üzerine etkisi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 1351-1363.
- Günaysu, A., & Keskin, E. (2020). İnsan hakları kimin hakları? Covid-19 salgını ve hak ihlalleri, *Cogito*, 98, 81-89.
- Güner, P. (2000). Sorunlarla etkili baş etme yolu: Problem çözme, *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 3(1), 62-67.
- Güner, İ. (2007). *Çatışma Çözme Becerilerini Geliştirmeye Yönelik Grup Rehberliğinin Lise Öğrencilerinin Saldırganlık ve Problem Çözme Becerileri Üzerine Etkisi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Gündoğan, S. (2020). *Yaşlılarda Ölüm Kaygısının Yalnızlık ve Sosyal Destekle İlişkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Güngör, M. (2012). Üniversite öğrencilerinin problem çözme becerilerinin aile tipleri ve aile tutumları açısından incelenmesi, *E-Journal Of New Worl Sciences Academy*, 7(4), 40-51.

- Gürer, A., Küdür- Çırpan, F., & Atalan- Özlen, N. (2019). Yaşlı bakım hizmetleri, *Journal of Health Services and Education*; 3(1), 1-6.
- Gürleyük, G., C. (2008). *Sınıf Öğretmeni Adaylarının Çeşitli Değişkeler Açısından Eleştirel Düşünme Eğilimleri, Problem Çözme Becerileri ve Akademik Başarı Düzeylerinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.
- Gleason, S. (2017). The social construction of old age in the modern west: A literature review, *Undergraduate Journal of Humanistic Studies*, 4, 1-8.
- Gray, A. (2009). The social capital of older people, *Cambridge University Press Printed in the United Kingdom*, 5-31,
- Haley, W.,E. & Zelinski, E. (2007). Progress and challenges in graduate education in gerontology: The U.S. experience, *Gerontology & Geriatric Education*, 27 (3), 11-26.
- Hofman, P. (2012). *Yeni Bir Başlangıç: Emeklilik* (1. Baskı). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Hooyman, N., Kawamoto, K., & Kiyak, A. (2015). Aging matters an introduction to social gerontology. New Jersey, NJ: Pearson.
- Howell- Morrow, N., Galucia, N. & Swinford, E. (2020). Recovering from the Covid-19 pandemic: A focus on older adult, *Journal of Aging & Social Policy*, 32(4-5), 526-535.
- Huitt, W., G. (1992). Problem solving and decision making: consideration of individual differences using the myers- briggs type indicator, *Journal Of Psychological Type*, 24, 33-44.
- Hutchison E., D. (2011) Life Course Theory. Roger Levesque (Edited by.), İçinde, *Encyclopedia of Adolescence*. New York: Springer.
- İçli, G. (2008). Yaşlılar ve yetişkin çocuklar, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1, 29-38.
- İçli, G. (2010). Yaşlılar ve yaşlılığın değerlendirilmesi: Denizli ili üzerine niteliksel bir araştırma, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1, 1-13.
- İlgar, L. (2008). Yaşlılık Dönemi Sosyal Özellikleri ve Serbest Zaman Etkinlikleri. Kurtman Ersanlı ve Melek Kalkan (Edited by.), İçinde, *Psikolojik, Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık* (ss.63-96). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

- İnce, A. (2017). “Değer” İle “Sorun” arasında Türkiye’de yaşlılarla ilgili toplumsal değer yargıları (Din bilimleri perspektifinden bir inceleme). *Journal of Sakarya University Faculty of Theology*, XIX (36), s:83-112.
- İnce, C. (2020). Afetlerde sosyal savunmasız bir grup olarak yaşlılar: Covid-19 örneği, *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(9), 184-198.
- İpek, M. (2019). Hayatın yok yerinde yaşlılık: neoliberalizmin yaşlıları, *Birikim Dergisi*, 362-363, 55-61.
- Kaçan-Softa, H., Öztürk, A., Dindaş, İ. & Göçmen, M. (2015). Kastamonu 1no’lu aile sağlığı merkezine başvuran yaşlıların yalnızlık düzeyini etkileyen bazı faktörlerin incelenmesi, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 2, 88-97.
- Kaçan-Softa, H., Bayraktar, T., & Uğuz, C. (2016). Yaşlı bireylerin algılanan sosyal destek sistemleri ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını etkileyen faktörler. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9, 1-12.
- Kalaycı, N. (2001). *Sosyal Bilgilerde Problem Çözme ve Uygulamalar*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Kalaycıoğlu, S., Tol, U., Küçükural, Ö., & Cengiz, K. (2004). Yaşlılar ve yaşlı yakınları açısından yaşam biçimi tercihleri, Ankara: TÜBA.
- Kalınkara, V. (2003). Yaşlı Konutlarında İç Mekân Tasarımının Ergonomik Boyutu. Velittin Kalınkara (Edited by.), *İçinde, Yaşlılık: Disiplinler Arası Yaklaşım, Sorunlar, Çözümler* (ss. 59-79). Ankara: Odak Yayınevi.
- Kalınkara, V. (2016). *Temel Gerontoloji: Yaşlılık Bilimi* (3. Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kalınkara, V., Başbüyük, Ö., G., & Ay, F. (2016). Yaşlıların geronte-knolojik ürünleri kabule yönelik tutumları, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9(2):1-19
- Kalınkara, V., & Kalaycı, I. (2017). Yaşlıya evde bakım hizmeti veren bireylerde yaşam doyumu, bakım yükü ve tükenmişlik. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 10(2), 19-39.

- Kalınkara, V., & Sarı, İ. (2019). Yaşlılarda sosyal ağ kullanımı ve yalnızlık ilişkisinin belirlenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 12(1), 8-19.
- Kallio, H., Pietila, A., M., Johnson, M., & Kangasniemi, M. (2016). Systematic methodological review: developing a framework for aqualitative semi-structured interview guide, *Journal Advenced Nursing*, 72(12):2954-2965.
- Kaner, S. (2003). Aile destek ölçeği: faktör yapısı, güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 4(1), 57-72.
- Kanber, N. (2018). *Yaşlıların Sosyal Destek Algısının Depresyon Düzeyine Etkisinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kandemir, N. (2021). *Huzurevlerinin ve Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezlerinin Finansal Sürdürülebilirliğine Yönelik Görüşlerin Değerlendirilmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Karim M., Fernandez-Mayoralas, G., Rojo-Pérez, F., Martinez-Martin, P. & João Forjaz, M. (2012). Perceived social support of older adults in Spain. *Applied Research In Quality Of Life The Official Journal Of The International Society For Quality-of-Life Studies*.
- Karan, A. (2018). Düşme sebebi olarak vertigo ve tedavisi, *Aegean J Med Sci*, 4,156-160.
- Karakaş, S. (2012). Yaşlanmanın anatomisi. *Turkhis Family Physician*, 3(1), 23-29.
- Karadeniz, O., & Durusoy- Öztepe, N. (2013). Türkiye’de yaşlı yoksulluğu. *Çalışma ve Toplum*, 77-102.
- Karakaş- Asi, S., & Durmaz, H. (2017). Yaşlılık dönemi psikolojik özellikleri ve moral. *Kocatepe Tıp Dergisi*, 18, 32-36.
- Karadakovan, A., Sert- Emlek, Z., Gündüzoğlu- Çıray, N., Topçu, S., Sağkal, T., & Bozkurt, S. (2017). Yaşlıların sosyal destek gereksinimlerinin belirlenmesi, *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi* 33 (1), 64-75.

- Kaya, M. (2020). Koronavirüs salgınında yaşlılar nasıl hedef haline geldi?, *SETA*, 271, 1-4.
- Kaya- Tekin, N., & Örsal, Ö. (2018). Sosyal bir sorun: yaş ayrımcılığı, *Social Sciences Studies Journal*, 4(16), 1350-1355.
- Kaya, K. (2020). Dijital nesil: K kuşağı, *Econharran Harran Üniversitesi İİBF Dergisi*, 4(6), 34-54.
- Kaya, O. (2020). *Okul Yöneticilerinin Etik Liderlik Davranışları ile Öğretmenlerin Sosyal Sermaye Düzeyleri Arasındaki ilişkinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kayacan, G. (2017). Modern toplumlarda yaşlılık, ölüm algısı ve yaşçılık, *MSGSÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(15), 15-29.
- Kaygusuz, C. (2008). Yaşlılık Kuramları. Kurtman Ersanlı ve Melek Kalkan (Edited by.), *İçinde, Psikolojik, Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık* (ss. 215-250), Ankara: Pegem Akademi.
- Kelleci, M. & Gölbaşı, Z. (2004). Bir üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerin problem çözme becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi, *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 8(2), 1-2.
- Keskin, M. (2014). *Sorun Çözme Terapisi* (3. Baskı). Ankara: HYB Yayınları.
- Kılavuz, M. A. (2005). Batı kültüründe yaşlanma dönemi yalnızlık duygusunu azaltma ve arkadaş ilişkilerini geliştirme açısından dinî etkinliklerin önemi, *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 14(2), 25-39
- Kılıç, P. N. (2017). Sağlık hizmetlerinde bireysel yaş ayrımcılığı, *Online Journal of the Faculty of Communication Sciences*, 25(3), 55-77.
- Kılıç, P. N. (2018). Kuşaklararası iletişim: Üniversite öğrencilerinin yaşlılarla iletişim biçimleri, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(55), 849-860.
- Kılıç, Ü. & Şelimen, D. (2017). Yaşlıları huzurevi yaşamını seçmeye zorlayan nedenlerin belirlenmesi, *Journal of Academic Research in Nursing*, 3(2), 73-82.

- Kıssal, A. & Beşer, A. (2009). Yaşlı istismar ve ihmalinin değerlendirilmesi, *TAF Prev Med Bull*, 8(4), 357-364.
- Kızmaz, Z. (2005). Sosyolojik suç kuramlarının suç olgusunu açıklama potansiyelleri üzerine bir değerlendirme, *C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi*, 29(2), 149-174.
- Kitapçı, İ. (2015). Motivasyonel bir güç olarak sosyal sermaye kavramı ve rasyonalitesi, *Hukuk ve İktisat Araştırmaları Dergisi*, 7(1-2), 11-36.
- Kocabaş- Yanardağ, P. (2019). Feminist yaşlılık çalışmalarına bir bakış: Kocakarılığı kucaklamak, *Birikim Dergisi*, 362-363, 84-96.
- Kocabaş, D. (2021). Yaşlılık ve Yoksulluk Kapsamında Sağlık Hizmetleri ve Sosyal Hizmetler. Cem Ergun (Edited by.), İçinde, *Yaşlılık ve Yoksulluk* (ss.77-85). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Koç, M. (2002). Yaşlılık döneminde ölüm olgusuna geliştirilen tutum ve davranışlar, *Ekev Akademi Dergisi*, 6(11), 93-106.
- Koçer, M., Avcı, A., Karakısa, H., Gülen, M. & Çelikdemir, A. (2017). Acil serviste vertigoya yaklaşım, *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 26(1), 63-104.
- Korbin, L., Manton, K., G & Aragon, C. (2000). Changes in home care use by disabled elderly persons: 1982–1994, *Journal of Gerontology*, 55B (4), 245–253.
- Koyuncu, A. (2009). Küresel kentte komşuluk, *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 22, 23-42.
- Koyuncu, A. (2014). Gündelik hayatta komşuluk, Ahmet Koyuncu (Edited by.), İçinde, *Komşuluk Kültürü* (ss.11-26). Ankara: Hece Yayınları.
- Şentürk, M. & Altan, R., B. (2015). İstanbul’da yaşlıların mevcut durumu araştırması, Murat Şentürk ve Harun Ceylan (Edited by.), İçinde, *İstanbul’da Yaşlanmak* (ss. 13-35). İstanbul: Açılımkitap.
- Köroğlu, C., Z. & Köroğlu, M., A. (2015). Mekânın dönüşümü ve yaşlılık üzerine: Kentleşme ve yaşlılık olgusu, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(41), 812-821.
- Köstek, G. (2015). *Huzur ve Bakımevinde Yaşayan Yaşlıların Ölüm Kaygısı ve Benlik Saygısının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Kurt, G., Beyaztaş, F., Y & Erkol, Z. (2010). Yaşlıların sorunları ve yaşam memnuniyeti. *Adli Tıp Dergisi*, 24(2), 32-39.
- Kurt- Magrebi, T. & Akçay, S. (2020). Huzurevinde kalan yaşlıların ölüm kaygısı ve ölüme ilişkin depresyon düzeylerinin incelenmesi, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(76), 2101-2118.
- Kurtkapan, H. (2017). *Kentleşme Sürecinde Yaşlılık ve Yerel Yönetim Uygulamaları: İstanbul Örneği*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kurtkapan, H. (2018). Yaşlılık Sosyolojisi Kuramları İçin Bir Çerçeve Denemesi. Faruk Yamaner ve Ender Eyuboğlu (Edited by.), İçinde, *İnsan, Toplum ve Spor Bilimleri Araştırma Örnekleri* (ss. 249-271). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kurtkapan, H. (2018). Aktif yaşlılık ve yerel yönetim uygulamaları: İstanbul Örneği. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 2, 38- 52
- Kurtkapan, H. (2020). Y kuşağı gençliğinin yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları: Nevşehir örneği. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 13(1), 48-55
- Kutsal-Gökçe, Y. (2003). Yaşlanan toplum, yaşlanan dünya, yaşlanan insan. *Hacettepe Üniversitesi Toplum Hekimliği Bülteni*, 22(3-4), 1-6.
- Küçükşen, K., Kilci, R., Orhan, E.F., ve Maral, A. B. (2018). Türk toplumunda yaşlıların sosyal destek mekanizmaları ve sosyal dışlanma algısı. I. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Kongresi*, 23-25 Kasım.
- Kümbetoğlu, B. (2019). *Sosyolojide ve Antropolojide Niteliksel Yöntem ve Araştırma* (6. Baskı). İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Li, H. & Tracy, M. (1999). Family support, financial needs, and health care needs of rural elderly in China: A field study. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 14, 357-371.
- Manav- İnel, A., Yeşilot- Bozdoğan, S., Demirci- Yeşil, P., & Öztunç, G. (2018). Huzurevinde yaşayan yaşlıların bilişsel işlev düzeyi, depresyon ve yaşam kalitelerinin değerlendirilmesi, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 9(3):153-160.
- Melchiorre, M., G, Chiatti, C., Lamura, G., Torres-Gonzales, F., Stankunas, M., Lindert, J., Loannidi-Kapolou, E., Barros, H.,

- Macassa, G., & Soares, J. (2013). Social support, socio-economic status, health and abuse among older people in seven european countries. *Plos One*, 8(1), 1-10.
- Millî Eğitim Bakanlığı, (2011). Yaşlı bireylere sosyal destek hizmet veren kurum ve kuruluşlar, Ankara.
- Moody, H., R. (2010). Aging concepts and controversies. California, CA: Pine Forge Press
- Morgan, L. A., & Kunkel, S. (2007). Aging: Society and the Life Course, 3rd ed. New York, Springer.
- McCulloch, J., B. (1995). The relationship of family proximity and social support to the mental health of older rural adults: The appalachian context, *Journal Of Aging Studies*, 9(1), 65-81.
- McMullin, J., & Marshall, W., V. (2001). Ageism, Age Relations, and Garment Industry Work in Montreal, *The Gerontologist*, 4(1), 111-122.
- Nazlı, A. (2016). Yaşlanma, birey ve toplum: Yaşlanmaya sosyolojik bakış, *Ege Tıp Dergisi*, 55, 1-5.
- Nazlier-Keser, E.N. (2019). Türkiye’de yaşlı yoksulluğu sorununa yönelik bir değerlendirme, *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 30(2), 739-764.
- Neuling, S. ve Winefield, H. (1988). Social support and recovery after surgery for breast cancer: Frequency and correlates of supportive behaviours by family friends and Surgeon, *Social Science& Medicine*, 27(4), 385-392.
- Oğlak, S. (2017). Yaşlı bakımında görünmeyen işgücü: Aile bakımı ve ekonomik değeri, *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(2), 73-87.
- Okumuş, E. (2011). Bedene Müdahalenin Sosyolojisi. Kadir Canatan (Edited by.), İçinde, *Beden Sosyolojisi* (ss.45-63). İstanbul: Açılımkitap.
- Onur, B. (2006). *Gelişim Psikolojisi (Yetişkinlik- Yaşlılık- Ölüm)* (7.Baskı). Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Onder, G., Rezza, G., & Brusaferro, S. (2020). Case-Fatality rate and characteristics of patients dying in relation to COVID-19 in Italy. *American Medical Association*.

- Osunluk, H. (2004). Yaşam seyri teorisi ve özürlüler, *Özveri Dergisi*, 1(1), 1-10.
- Öğülmüş, S. (2006). *Kişilerarası Sorun Çözme Becerileri ve Eğitimi* (3. Baskı). Ankara: Nobel Basımevi.
- Örsal, Ö., Yenilmez, Ç., Çelik, N., & Işıklı, B. (2012). Huzurevinde ve evinde yaşayan yaşlılarda ölüm anksiyetesi ve sosyal destek arasındaki ilişki. *Turkish Journal of Geriatrics*, 15(3), 332-338.
- Öz, F. (2002). Yaşamın son evresi: Yaşlılık psikososyal açıdan gözden geçirme. *Kriz Dergisi*, 10(2):17-28
- Özbay, F. (2014). Akrabalık ve Komşuluk İlişkileri, Türkiye Aile Yapısı Araştırması İleri Analiz Raporu, Ankara: TC Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı ve İPSOS
- Özbek-Yazıcı, S., & Kalaycı, I. (2015). Yaşlı hastaların günlük yaşam aktivitelerinin değerlendirilmesi, *Süleyman Demirel Üniversitesi Mühendislik Bilimleri ve Tasarım Dergisi*, 3(3), 385-390.
- Özbesler, C. (2001). *Çocukluğu Çağı Lösemileri ve Sosyal Destek Sistemlerinin Aile İşlevlerine Etkisi*, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özbolat, A. (2011). Postmodern dönemde bedenin tüketim temelinde yeniden inşası, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(38), 317-334.
- Özçelik, N. (2017). *Evde Bakım Hizmeti Alan Yaşlılar ile Huzurevinde Kalan Yaşlıların Sosyal Destek ve Yalnızlık Durumlarının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Özdemir, A., A. (2008). Çalışanların iş tatminlerinin artırılmasında örgütsel sosyal sermaye yeni bir belirleyici olabilir mi?, *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 77-89.
- Özdemir, A. (2019). *Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Annelerin Sosyal Destek Algısı: Ankara Sincan Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Özdemir, Ö., & Bilgili, N. (2014). Sağlık Hizmetlerinde Yaşlı Ayrımcılığı. *Gülhane Tıp Dergisi*, (56), 128-131.
- Özekes, M. (2006). Yaşlıların günlük yaşam aktivite düzeylerinin bellek performansları üzerindeki etkisi, *Ege Eğitim Dergisi*, 7(2), 27-41.

- Özer, N. (2013). Yaşlı bireylerde depresyon, istismar ve ihmalin belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Özer, S., & Fadiloğlu, Ç. (2006), 65 yaş üzeri bir grup yaşlının aile sağlıklarının, sosyal ağlarının ve algıladıkları aile destek sistemlerinin değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Geriatrics*, 9 (3),158-164.
- Özgüven- Devrimci, H., Soykan. Ç., Haran, S. & Gencoz, T. (2003). İntihar girişiminde depresyon ve kaygı belirtileri ile problem çözme becerileri ve algılanan sosyal desteğin önemi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(52), 1-11.
- Özkan, E. (2018). *Tıbbi Sosyal Hizmet Uzmanlarının İşyerinde Sosyal Destek Algısı, Mesleki Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.
- Özkan, Y., & Purutçuoğlu, E. (2010). Yaşlılıkta teknolojik yeniliklerin kabulünü etkileyen sosyalizasyon süreci, *Aile ve Toplum*, 6 (23), 37-46.
- Özkul, M., ve Kalaycı, I. (2015). Türkiye’de yaşlılık çalışmaları. *Sosyoloji Konferansları*, 52 (2), 259-290.
- Özkul, M., Kalaycı, I., & Atasoy, M. (2019). Yaşlıların toplumsal ilişki kurma biçimleri: Sorunlar ve imkânlar, *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(37). 77-97.
- Özmete, E. (2012). Yaşlanırken: Başarılı yaşlanma, *Biz Bir Aileyiz Dergisi, Aile ve Sosyal Politikalar Yayını*, 1(1), 1-5.
- Özmete, E., & Hussein, S. (2017). Türkiye’de Yaşlı Bakım Hizmetleri Raporu, T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, T.C. Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı.
- Özmete, E., & Dinç, B. (2020). Yaşlıların “göç ve yerinde yaşlanma” bağlamında kentsel dönüşüm ile ilgili değerlendirmeleri, *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(46), 197-234.
- Özurmaz, S. (2018). Yaşlı bireylerin yalnızlık düzeyleri ve sosyal destek algıları arasındaki ilişki. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(3), 118-125.

- Pahl, R., & Pevalin, D. J. (2005). Between family and friends : A longitudinal study of friendship choice. *British Journal of Sociology*, 56(3), 433–450
- Pala, K. (2020). Türkiye’de Covid-19 pandemisi. Türk Tabipler Birliği Covid-19 Pandemisi Altıncı Ay Değerlendirme Raporu.
- Paldam, M. (2000). Social capital: One or many? Definition and measurement, *Journal of Economic Surveys*, 14(5).
- Patil, B., Shetty, N., Subramanyam, A., Shah, H., Kamath, R., & Pinto C. (2014). Study of Perceived and received social support in elderly depressed patients. *Journal Of Geriatric Mental Health*, 1(1).
- Petretto, D., R. & Pili, R. (2020). Ageing and COVID-19: What is the role for elderly people ?, *Geriatrics*, 5(25), 1-4.
- Polat, Ü., & Bayrak-Kahraman, B. (2013). Yaşlı bireylerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişki. *Fırat Tıp Dergisi*, 18(4), 213-218.
- Putnam, R. (1995), “Bowling alone: America’s declining social capital”. *Journal of Democracy*, 6(1), 65-78.
- Rocha, L., & Terra, N. (2013). Body image in older adults: A review, *Scientia Medica* ,23(4), 255-261.
- Sağlık Bakanlığı Covid-19 Haftalık Durum Raporu. Erişim: https://covid19.saglik.gov.tr/Eklenti/38020/0/covid-19-haftalik-durum-raporu---29-haftapdf.pdf?_tag1=E21584E626A96E22B-2BAA81BA90E195CBC9CBD0B
- Salur, G. (2018). Yaşlılık ve bilişsel süreçler, (Derleyen: Alan Duben). İçinde, *Yaşlanma ve Yaşlılık Disiplinlerarası Bakış Açıları* (ss.9-29). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Segal, L. (2020). “Temel koşullar”- Birleşik Krallık’ın Covid-19 karşısındaki tutumunda yaşlanma veya yaş ayrımcılığı?, *Cogito*, 98, 12-14
- Semenza, J., R. Carol, F., Kenneth, S., Joel, F., Dana, H., Holly & Wilhelm, J. (1996). Heat-Related deaths during the July 1995 heat wave In Chicago. *The New England Journal of Medicine*, 335 (2).
- Sever, H. (2020). Yaşlı bireylerin geniş aileden kopuş nedenleri ve alternatif yaşam aranjmanlarına dair algıları: Gaziantep örneği, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 13(1), 1-9.

- Sezen, B. (2015). *Müzakere (Problem Çözme) ve Arabuluculuk Eğitiminin Ergenlerin Kişiler Arası Problem Çözme ve Öfke Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Mevlâna Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Sezer, S. & Aydemir, D. (2019). Fotoğraflarla Desteklenmiş Yaşlılık ve Gündelik Yaşam: Muğla (Menteşe ve Milas) Örneği, 10. *Ulusal Yaşlılık Kongresi*, 25-27 Nisan, Denizli.
- Sezgin, D. (2011). *Tıbbileştiren Yaşam Bireyselleştiren Sağlık*, İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Sezgin, D. (2015). Toplumsal cinsiyet perspektifinde sağlık ve tıbbileştirme, *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 18(1), 153-186.
- Sıgın, A. (2016). Çalışma hayatı ve emeklilik bağlamında Türkiye’de yaşlılık, *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(1), 87-101.
- Soylu, C., & Pala, C. (2018). Problem çözme performansında yaşa bağlı farklılıklar, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10(3):290-30.
- Soysal, H., T. (2015). *Yaşlılık Olgusu Bağlamında Yaşlılık Memnuniyetine Sosyolojik Bir Bakış: Karabük Yücel Huzurevi Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karabük.
- Soyuer, F., & Soyuer, A. (2008). Yaşlılık ve fiziksel aktivite. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 15(3), 219-224.
- Söylemez, F. (2020). Bitlis İl Merkezinde Yaşayan 65 Yaş ve Üstü Bireylerde Yaşam Kalitesi, Depresyon Sıklığı, Günlük Yaşam Aktivitelerinde Bağımsızlık ve İlişkili Faktörler, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Sucaklı- Ayrancı, İ. (2020). Life Course Theory (Yaşam Seyri Teorisi) ve Serebral Palsi. 2. *Ulusal Riskli Bebek Kongresi*, 21-23 Şubat, Bolu.
- Schmidt, W., C.(2011). "Medicalization of aging: The upside and the downside *Marquette Elder's Advisor*, 13(1), 55-88.
- Stambler, I. (2015). Elie Metchnikoff—The founder of longevity science and a founder of modern medicine: In honor of the 170th anniversary, *Russian in Uspekhi Gerontologii*, 28(2), 207–217.

- Stowe, J., & Cooney, T. (2015). Examining Rowe and Kahn's concept of successful aging: Importance of taking a life course perspective, *The Gerontologist*, (55)1, 43–50.
- Şahin, Ç. (2004). Problem çözme becerisinin temel felsefesi, *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10, 160-171.
- Şahin, Ö. (2021). *Yaşlıların Gerontolojik Sosyal Hizmet İhtiyaçlarının Ekolojik Bakış Açısı ile Değerlendirilmesi*, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şentürk, M. & Altan, R., B. (2015). İstanbul'da yaşlıların mevcut durumu araştırması, Murat Şentürk ve Harun Ceylan (Edited by.), İçinde, *İstanbul'da Yaşlanmak* (ss. 13-35). İstanbul: Açılımkitap.
- Şentürk, Ü. (2018). *Yaşlılık Sosyolojisi: Yaşlılığın Toplumsal Yörüngeleri*. Bursa: Dora Yayıncılık.
- Şentürk, Ü. (2019). Yaşlı yalnızlığının kültürel arka planı (Malatya uygulaması), *İnönü Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2), 505-517.
- Şimşek, N., Küçük- Öztürk, G., & Yüceler- Kaçmaz, H. (2018). Yaşlılık ve yalnızlık, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(58), 496- 499.
- Taşkesen- Gönüllü, C. (2017). *Kırsal ve Kentsel Alanlarda Yaşlanma, Yaşlılık ve Yaşlılar: Denizli İli Örneği*, Doktora Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Tatlı, H. (2013). Sosyal sermayenin bireylerin istihdamı üzerindeki etkisi hanehalkı reisleri üzerine bir araştırma, *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi* 15(3), 87-114
- Taylan, S. (1990). *Heppner'in Problem Çözme Envanterinin Uyarlama, Güvenlik ve Geçerlik Çalışmaları*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tekin-Önür, H. (2017). Toplumsal cinsiyet ekseninde yaşlı bakımı, *The Journal of Academic Social Science Studies*, 37, 185- 202.
- Tel, H., Koç, M., & Tel- Aydın, H. (2020). Evde yaşayan yaşlılarda yalnızlık, yaşam doyumu ve ölüm kaygısının belirlenmesi, *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, Özel Sayı, 1-10.
- Terekya, G., & Güner, P. (1997). Kriz potansiyeli taşıyan bir dönem: Yaşlılık, *Kriz Dergisi*, 5(2).

- Toper, F. (2017). *Huzurevinde Kalan Yaşlıların Algılanan Duygusal İstismar ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi: Çankırı Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Toptaş, T. (2019). *Sosyal Yardım Başvurusunda Bulunan Bireylerin Psikolojik Belirti Düzeyleri ve Sosyal Destek Algısı*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Tufan, İ. (2001). Yaşlanan dünyada bir delikanlı: Türkiye, *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 12(3), 27-49.
- Tufan, İ. (2002). *Antik Çağdan Günümüze Yaşlılık*. İstanbul: Aykırı Yayıncılık.
- Tufan, İ., Kılavuz, A., Özgür, Ö., Ayan, S., Yaşar- Gürdal, F., & Engin, B. (2019). Türkiye’de gerontoloji atlası: Yaşlı yoksulluğu ve yalnızlık üzerine bulgular, *Geriatrik Bilimler Dergisi*, 2(1), 1-7
- Tunçer, M. (2020). Kriz döneminde yaşçılık: Yeni mücadele alanları, *Cogito*, 98, 144-153.
- Tunçay, Y., G. (2020). Toplumda Yaşa Bağlı Ayrımcılık, *Eurasian Journal of Health Sciences*, 3(1): 1-5.
- Turhan, S., Aydın-Oğur, D., Doğan, Ç., & Kulaksız, M. (2020). Yaşlı bireylerin banyo deneyimleri, ihtiyaçları ve tercihlerinin anlaşılmasına yönelik yenilikçi ve katılımcı tasarım araştırması yöntemleri, *Tasarım Kuram*, 16 (31), 80-96.
- Turhan, S., Güncan, F., Ercan, M., & Erkoyunca, G. (2019). Yaşlıların değerlendirmesi ile yaşlı ihmali ve istismarı, *Sosyal Araştırmalar ve Yönetim Dergisi*, 1, 28-43.
- TÜİK, (2020). İstatistiklerle Yaşlılar.
- Türk, A. (2020). Koronavirüs (Covid-19) Pandemisi sürecinde yaşlılara yönelik uygulamalar ve yaşlıların psiko-sosyal durumu üzerine bir değerlendirme, *Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği Yayını*, 2, 35-46.
- Türkan, M. (2017). *Yaşlı Yoksulluğunun Yarattığı Sosyal ve Psikolojik Sorunlar: Muğla Örneği*, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Muğla.
- Türkiye Aile Yapısı Araştırması, Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, 2016.

- Türkiye Aile Yapısı İleri İstatistik Analizi, Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, 2018.
- Türkiye’de Yaşlılık Tahayyülleri ve Pratikleri Araştırması, 2019, İstanbul, YADA Vakfı.
- Tüzünoğlu, M. (2020). *Eğitim Sürecinden Duyulan Memnuniyette ve Geleceğe Bakışta Sosyal Sermayenin Rolü (AYBÜ Örneği)*, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Uçan, M., Y. (2003). *Değişim Yönetimi ve Bir Kamusal Model Denemesi*, Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Ulus, T. (2020). Kuşaklararası çatışma bağlamında gençlerin yaşlılara eleştirel bakışı: Bir örneklem, sorunlar ve çözüm önerileri. *OPUS– Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16(28), 1154-1182.
- Uysal, A. (2002). Dünyada yaygın bir sorun: Yaşlı istismarı ve ihmal, *Aile ve Toplum*, (5)2.
- Üçku, R., & Ergin, S., (1993). Yaşlılarda günlük yaşam aktiviteleri, *Aile ve Toplum*, 3(1), 90-96
- Üçok, A. (2018). *Yaşlılık Olgusuna Yaşlıların Bakış Açısı ile Sosyolojik Bir Yaklaşım -Gaziantep’te Kamu ve Özel Huzurevleri Örnekleri ile-*, Doktora Tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırıkkale.
- Üstüner- Top, F., Saraç, A., & Yaşar, G. (2010). Huzurevinde yaşayan bireylerde depresyon düzeyi, ölüm kaygısı ve günlük yaşam işlevlerinin belirlenmesi, *Klinik Psikiyatri*, 13, 14-22.
- Vatandaş, C. (2007). Toplumsal cinsiyet ve cinsiyet rollerinin algılanışı, *Sosyoloji Konferansları*, 0(35), 29-59.
- Yalçın, B., & Özdemir- Ocaklı, B. (2021). Gelir, satın alma ve ödeme gücü ekseninde Türkiye’de yaşlı yoksulluğu, Cem Ergun (Edited by.), *İçinde, Yaşlılık ve Yoksulluk* (ss.153-175). Ankara: Nobel Yayın.
- Yarıcı, S. (2011). Pierre Bourdieu’da Sosyal Sermaye Kavramı, *Akademik İncelemeler Dergisi*, 6(1), 125-135.
- Yaşar, R. (2007). Yalnızlık. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (17)1, 237-260

- Yaşlanma Özel İhtisas Komisyonu Raporu, 2018, On Birinci Kalkınma Planı (2019-2023), Kalkınma Bakanlığı.
- Yavuzer, H. (2020). *Mutlu Yaşlanmak- Yetişkinlikten Yaşlılığa Gelişimsel Bir Yolculuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazıcı- Özbek, S., & Kalaycı, I. (2015). Yaşlı hastaların günlük yaşam aktivitelerinin değerlendirilmesi, *Mühendislik Bilimleri ve Tasarım Dergisi*, 3(3), 385-390.
- Yerli, S. (2009). *İlk ve Ortaöğretim Okullarındaki Yöneticilerin Duygusal Zekâ ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki: "İstanbul Anadolu Yakası Örneği"*, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yertutan, C. (1991). Yaşlılıkta ortaya çıkan fiziksel değişiklikler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 1(2), 1-4.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi, güvenilirliği ve geçerliliği. *HÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 81-87.
- Yıldız, C., & Gündüz, M. (2011). Sosyo-Kültürel Değişim Sürecinde Komşuluk, Proje No: 109K075, Elâzığ.
- Yıldız, M. (2012). Bağlanma kuramı açısından yaşlılık dönemine genel bir bakış. *Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 36(1), 1-30.
- Yiğen, H. (2015). *Yalnız Yaşayan ve Ailesi ile Birlikte Yaşayan Yaşlılarda Günlük Yaşam Aktiviteleri, Depresyon ve Yaşam Kalitesi Düzeyleri*, Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Yiğit, T. (2019). *Bireyin Aile Değerlendirme Düzeyi ile Problem Çözme Becerisi Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yuvakgil, Z. (2017). *Yaşlılarda Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri, Sosyal Ağ Büyüklükleri ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişki ve Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Yumurtacı, A. (2013). Demografik değişim: Psiko-sosyal ve sosyo-ekonomik boyutları ile yaşlılık. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi* 6(1), 9-31.

- Yurcu, G., Kasalak, M., A. & Akıncı, Z. (2017). The effect of perceived social support on life satisfaction among older who participate in recreational activities, *Int Journal Of Health Manag. And Tourism*, 2(1), 28-48.
- Yüksel- Yukay, M., Dinçer, F., Büyükköse- Tezcan, H., & Lale, Z. (2014). Yaşlıların boş zaman değerlendirmesi üzerine bir inceleme, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 107-114.
- Zorlu, T. (2017). Yaşlılar için konutta iç mekân tasarımı ve ergonomi, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 10(2), 40-53.
- Wenger, G. C. and Burholt, V. (2004). Changes in levels of social isolation and loneliness among older people in rural Wales: a 20-year longitudinal study. *Canadian Journal on Ageing*, 23(2).
- Wright- Con G. (2020). Yaşlanma, yaşlılık ve yaşlılar: Kavramsal tartışmalar, toplumsal algılar ve yaşlının sosyal statüsü, *Cogito*, 98, 120-144.

EKLER

EK-1: KATILIMCI BİLGİLERİ

CİNSİYET	YAŞ	EĞİTİM DURUMU\ MESLEK	İKAMET EDİLEN İLÇE	YAŞANILAN MEKÂN TÜRÜ	DURUM
Kadın	76	İlkokul- Ev hanımı	Selçuklu\ Cumhuriyet Mahallesi	Apartman (Asansörsüz)	Karı- Koca yaşıyor.
Erkek	80	İlkokul- Çiftçi Emeklisi	Selçuklu\ Cumhuriyet Mahallesi	Apartman (Asansörsüz)	Karı- Koca yaşıyor.
Kadın	69	Okuryazar değil- Ev hanımı	Selçuklu\ Sancak Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Geniş Ailede yaşıyor.
Erkek	71	Okuryazar- Eski Büfeci emekli (engelli)	Selçuklu\ Sancak Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Karı- Koca yaşıyor.
Kadın	82	İlkokul- Ev hanımı	Meram\ Karahüyük Mahallesi	Müstakil	Yalnız yaşıyor.
Erkek	68	Ortaokul- Öğretmen emeklisi	Selçuklu\ Sancak Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Geniş Ailede yaşıyor
Erkek	78	İlkokul-Tigem'den emekli	Selçuklu \ Sancak Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Yalnız yaşıyor.
Erkek	65	İlkokul-Büfe sahibi halen çalışıyor.	Selçuklu\ Akşemsettin	Apartman (Asansörsüz)	Karı- Koca yaşıyor.
Kadın	76	Okuryazar değil-Ev hanımı	Selçuklu\ Malazgirt Mahallesi	Apartman (Asansörsüz)	Yalnız yaşıyor.
Kadın	71	İlkokul mezunu- Ev hanımı	Meram\ Aymanas Mahallesi	Müstakil	Yalnız yaşıyor.
Erkek	70	İlkokul- İşçi Emeksi (Kepçe Operatörü)	Selçuklu\ Sancak Mahallesi	<u>Güvenlikli Site</u>	Karı- Koca Engelli çocuk yaşıyor.
Kadın	65	Ortaokul mezunu- Mefruşat Öğretmeni emeklisi	Meram\ Melikşah Mahallesi	<u>Güvenlikli Site</u>	Karı- Koca yaşıyor.
Kadın	67	Okuryazar değil- Ev hanımı	Meram\ Melikşah Mahallesi	<u>Güvenlikli Site</u>	Karı- Koca yaşıyor.
Erkek	67	Ortaokul Mezunu- Kunduracı (Halen çalışıyor) (engelli)	Meram\ Aymanas Mahallesi	Müstakil	Karı- Koca yaşıyor.

Kadın	70	Okuryazar- Ev Hanımı	Meram\ Melikşah Mahallesi	<u>Güvenlikli Site</u>	Karı- Koca yaşıyor.
Erkek	65	Öğretmen Lisesi Mezunu -Sınıf öğretmeni	Selçuklu\Malazgirt Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Karı- Koca yaşıyor.
Erkek	65	Okuryazar- Yurt dışından emekli (Fabrika işçisi) (engelli)	Karatay \ Orhangazi Mahallesi	Müstakil	Karı- Koca yaşıyor.
Kadın	74	İlkokul mezunu- Ev Hanımı	Karatay\Saraçoğlu Mahallesi	Müstakil	Karı-Koca yaşıyor.
Erkek	87	İlkokul mezunu- İşçi emeklisi	Karatay\Saraçoğlu Mahallesi	Müstakil	Yalnız yaşıyor.
Kadın	79	Okuryazar-Ev Hanımı	Selçuklu\ Bosna Hersek Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Geniş Ailede yaşıyor.
Kadın	68	İlkokul mezunu- Ev Hanımı	Selçuklu\ Bosna Hersek Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Karı-Koca yaşıyor.
Erkek	74	İlkokul mezunu-Emekli Laborant	Karatay\Alakova Mahallesi	Müstakil	Karı-koca yaşıyor.
Erkek	67	Okuryazar- Emekliliği Yok (Çiftçilik yapmış)	Karatay\Hacı Hasan Mahallesi	<u>Güvenlikli Site</u>	Geniş Ailede yaşıyor
Erkek	70	İlkokul mezunu- Fabrikadan Emekli	Karatay\ Hacı Hasan Mahallesi	<u>Güvenlikli Site</u>	Karı-koca yaşıyor.
Kadın	74	Okuryazar- Ev Hanımı.	Karatay\ Hacı Hasan Mahallesi	<u>Güvenlikli Site</u>	Yalnız yaşıyor.
Kadın	65	Yüksek Lisans Mezunu- Emekli Öğretim Üyesi	Selçuklu\ Beyhekim Mahallesi	<u>Güvenlikli Site</u>	Karı-koca yaşıyor.
Erkek	68	Ön Lisans Mezunu- Esnaf Emeklisi (Farklı işlerle ilgilenmiş)	Selçuklu\ Beyhekim Mahallesi	<u>Güvenlikli Site</u>	Karı-koca yaşıyor.
Erkek	66	Ortaokul mezunu- Emekli Kaportacı	Karatay\Alakova Mahallesi	Müstakil	Karı-koca yaşıyor.
Kadın	65	İlkokul mezunu- Almanya'dan emekli	Meram\Alavardı Mahallesi	<u>Güvenlikli Site</u>	Geniş Ailede yaşıyor.
Kadın	74	Okuryazar değil. Ev Hanımı	Meram\ Ekmekkoçu Mahallesi	Müstakil	Yalnız yaşıyor.
Kadın	80	Okuryazar. Ev Hanımı	Meram\ Ekmekkoçu Mahallesi	Müstakil	Yalnız yaşıyor.

Kadın	72	Okuryazar. Ev Hanımı	Meram\ Ekmekkoçu Mahallesi	Müstakil	Karı-koca yaşıyor.
Erkek	70	Okuryazar. Emekli Kapıcı.	Meram\ Ekmekkoçu Mahallesi	Müstakil	Karı-koca yaşıyor.
Kadın	65	İlkokul mezunu. Ev Hanımı	Meram\ Ekmekkoçu Mahallesi	Müstakil	Geniş ailede yaşıyor.
Kadın	71	Okuryazar. Ev Hanımı	Meram\ Ekmekkoçu Mahallesi	Müstakil	Karı-koca yaşıyor.
Erkek	72	İlkokul mezunu- İşçi Emeklisi.	Meram\ Ekmekkoçu Mahallesi	Müstakil	Karı-koca yaşıyor.
Erkek	70	Lise mezunu- Tekstil fabrikasından emekli	Karatay\ Şemsi Tebrizi Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Karı-koca yaşıyor.
Erkek	79	İlkokul mezunu- Emekli keresteci	Karatay\ Şemsi Tebrizi Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Karı-koca ve torun yaşıyor.
Kadın	74	İlkokul mezunu- Ev Hanımı	Selçuklu\ Sancak Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Yalnız yaşıyor.
Erkek	73	İlkokul Mezunu-Emekli Otobüs Şoförü	Selçuklu\ Sancak Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Karı-koca yaşıyor.
Kadın	66	Okuryazar. Ev Hanımı	Selçuklu\ Sancak Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Yalnız yaşıyor.
Kadın	70	Ortaokul Mezunu- Ev Hanımı	Karatay\ Orhangazi Mahallesi	Apartman (Asansörsüz)	Yalnız yaşıyor.
Erkek	69	Ortaokul Mezunu- Etibank Emeklisi	Karatay\ Orhangazi Mahallesi	Apartman (Asansörlü)	Karı-koca yaşıyor.
Kadın	68	Okuryazar- Ev Hanımı	Meram\ Pirebi Mahallesi	Apartman (Asansörsüz)	Karı-koca yaşıyor.
Kadın	87	Okuryazar değil-Ev hanımı	Selçuklu\ Cumhuriyet mahallesi	Apartman (Asansörsüz)	Yalnız yaşıyor.

CİNSİYET		İLÇE			EV TİPİ				KİMLE YAŞIYOR			
Kadın	Erkek	S	K	M	Apartman (Asansörlü)	Apartman (Asansörsüz)	Güvenlikli	Müstakil	Yalnız	Karı Koca	Geniş Aile	
24	21	18	12	15	13	7	10	15	12	27	6	

EK-2: GÖRÜŞME SORULARI

1.KİŞİSEL BAKIM VE EV DURUMU

- Bir gününüz nasıl geçiyor? Neler yapıyorsunuz?
- Ev işlerini yapabilme durumunuz nedir? Nasıl hallediyorsunuz? (Ev temizliği, toplama vs.)
- Evin genel yapısı sizin yaşamınıza uygun mu? (Fiziksel yapı hariç gürültü, ses gibi sorunları var mı?)
- Yemekleri kim yapıyor? (düdüklü gibi kullanımı tehlikeli eşyaları kullanım durumu nasıl)
- Kıyafetlerinizi değiştirirken zorlanıyor musunuz? Nasıl ürünleri tercih ediyorsunuz? (Düğmeli, bol, boğazsız vs)
- Sandalye, koltuk, yatak gibi yerlere oturup kalkarken zorlanıyor musunuz? Zorlandığınız anlarda ne yaparsınız?
- Tuvalete ve banyoya gelip gitmede zorlanıyor musunuz? Lavabonuz el, ayak yıkamaya abdest almaya uygun mu?
- Evde tamirat (telefon, beyaz eşya, araç vb.) gerektiren bir iş olduğunda kendiniz yapabiliyor musunuz? Yardım talebiniz oluyor mu?
- Genel olarak evde neler\ neleri yapmakta zorlanıyorsunuz?

2.SAĞLIK

Sağlığınızdan memnun musunuz? Sağlığınızla ilgili sorun yaşadığınızda kimden yardım istersiniz?

- Ne tür hastalığınız var ? (Diyaliz, kemoterapi bel, mide, diz ağrısı vs) Sürekli kullandığınız ilaç var mı?
- Sağlık kuruluşuna (hastane, sağlık ocağı) gitmeniz gerektiğinde gidebiliyor musunuz? Sağlıkla ilgili yardım aldığınız herhangi bir kurum var mı?
- Duyu ile ilgili probleminiz var mı? (işitme cihazı, görmede güçlük vs.) Varsa problemleri aşmak için hangi yollara başvurdunuz?

3.İLETİŞİM \ TEKNOLOJİ

- Telefon kullanıyor musunuz? (akıllı, tuşlu) Gelen aramalara cevap verip, dilediğinizde birini arayabiliyor musunuz?
- Çalan telefonu duymadığınızda sizi kimin aradığını kontrol edebiliyor musunuz?
- Acil durumlarda nerelerin aranması gerektiğini biliyor musunuz? Kimden yardım istiyorsunuz?
- Sosyal medya kullanıyor musunuz? (Facebook, whatsapp, twitter)
- Bankada işiniz olduğunda nasıl halledersiniz? (maaş çekme, fatura ödeme vs.)

4.DIŞ ÇEVRE

- Günlük hayatınızı sürdürebilmeniz için ihtiyaçlarınızı nasıl karşılıyorsunuz? (Gıda, yiyecek, içecek,)
- Yaşadığınız bu yerde (mahalle \ köy vs.) tüm imkânlarınız mevcut mu?
- Alışverişinizi yapabiliyor musunuz? Ne tür yerlere gidebiliyorsunuz? (market, pazar)
- Kıyafet alışverişi yapabiliyor musunuz?
- Ulaşım ile ilgili herhangi bir problem yaşıyor musunuz? Şehir içi ulaşımına nasıl erişiyorsunuz?
- Kendi şahsi aracınız var mı? Varsa kullanabiliyor musunuz?
- Ev dışında herhangi bir uğraşınız var mı? (gönüllülük faaliyeti, kurs, toplantılar, gezme, spor vb.)
- Kurumların yaşlılara vermiş olduğu öncelikli haklardan haberinizi var mı? (Vefa destek grubu)

5.DUYGUSALVE MADDİ DESTEK

- Zamanınızın çoğunu nelerle geçirirsiniz? Çocuklarınızla \ torunlarınızla \ komşularınızla \ arkadaşlarınızla hangi sıklıkta görüşüyorsunuz?
- Kiminle zaman geçirmek sizi rahatlatır?
- Acil bir durumda aklınıza ilk kim gelir?
- Önemli bir konuda fikir danışmanız gerektiğinde danışacağınız kişi kim olur?
- Sevdiğiniz biriyle (çocuklarınız \ akraba \ komşu \ arkadaş) bir tartışma \ sorun yaşadığınızda nasıl bir çözüm üretirsiniz?
- Maddi destek aldığınız kişi \ kurum var mı? Varsa kimden ne tür destek alıyorsunuz?
- Zamanla duygusal uzaklaşma yaşadığınız kişiler oldu mu? (Devlet verebilir mi).

6.YAŞ AYRIMCILIĞI

- Kendinizi “yaşlı” olarak tanımlıyor musunuz?
- Sizce insanların yaşlılara karşı tutumları, davranışları nasıl? Özellikle “pandemi \ salgın” sürecinde nasıl davranışlarla karşı karşıya kaldınız? Bu dönemde destek mekanizması arttı mı?
- Yaşınızın ilerliyor olması sizin aktif ve sağlıklı hayat sürmenize engel oluyor mu?
- Sizce insanlar hangi yaşa geldiklerinde önemli kararlar alamaz duruma gelirler?
- İnsanların “sen yaşlısın” tavrı (bakış açısı), sorunlarınızı çözme noktasındaki çabalarınızı etkiliyor mu?
- Sevdikleriniz tarafından “ihmal” (yaşlısın elbet ağrır, görmemen normal gibi) edildiğiniz oluyor mu? (ihmali açıkla)