

**T.C.**  
**GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**SOSYOLOJİ ANA BİLİM DALI**

**HUZUREVİNDE YENİDEN TOPLUMSALLAŞMA**

**YÜKSEK LİSANS**

**Asiye Tuğçem ÇUBUKCU**

**OCAK-2025**  
**GÜMÜŞHANE**



**T.C.  
GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**SOSYOLOJİ ANA BİLİM DALI**

**HUZUREVİNDE YENİDEN TOPLUMSALLAŞMA**

**RE-SOCIALIZATION IN A NURSING HOME**

**YÜKSEK LİSANS**

**Asiye Tuğçem ÇUBUKCU**

**OCAK-2025  
GÜMÜŞHANE**



**T.C.  
GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**SOSYOLOJİ ANA BİLİM DALI**

**HUZUREVİNDE YENİDEN TOPLUMSALLAŞMA**

**RE-SOCIALIZATION IN A NURSING HOME**

**YÜKSEK LİSANS**

**Asiye Tuğçem ÇUBUKCU**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Arif ÇİÇEK**

**OCAK-2025  
GÜMÜŞHANE**



## **BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI**

**Yüksek Lisans Tezi** olarak hazırlamış olduğum “**Huzurevinde Yeniden Toplumsallaşma**” isimli bu tezimin, tamamen kendi çalışmam olduğunu, her alıntıya kaynak gösterdiğimi, alıntı yaptığım tüm çalışmaları kaynakçada belirttiğimi ve Gümüşhane Üniversitesi’nin lisanslı kullanıcısı olduğu intihal yazılım programı ile Lisansüstü Eğitim Enstitüsü’nün belirlediği kıstaslara uygun olarak raporladığımı taahhüt ederim. Tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Gümüşhane Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü arşivinde saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği’nin ilgili maddeleri uyarınca gereğinin yapılmasını arz ederim.

**17/01/2025**

**Asiye Tuğçem ÇUBUKCU**

## TEŞEKKÜR

Tez çalışmam boyunca bana eşlik eden, emeklerini hiçbir şekilde esirgemeyen, lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca bana katkı sunan, bizlere zamanını ayıran, bizlere bilgisini sunan, çok değerli danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Arif ÇİÇEK'e,

Tez çalışmama gönülden yardım edip katkıda bulunan, hayatıma girdiğinden beri güler yüzünü hiç esirgemeyen, yeri geldiğinde hayatım konusunda bana yol gösteren, manevi ablam Dr. Öğr. Üyesi Cansu TOSUN'a,

Her anlamda yardımlaştığım, süreci beraber yürüttüğüm, süreç boyunca beni motive eden, desteklerini esirgemeyen, yüksek lisans sayesinde tanıdığım dostlarım Sibel GÜRBÜZ ve Enes Mustafa GÖRMÜŞ'e,

Her anlamda güvenini ve desteğini hissettiğim, beni tez çalışmam boyunca motive eden, beni her anlamda anlayışla karşılayan, hayatıma girdiğinden beri bana anlam ve sevgi katan, yoluma yoldaş olan canım eşim Adem KOLAYLI'ya,

Gönülden sevgimi, saygımı ve sonsuz teşekkürlerimi sunarım...

Beni dünyaya getiren, şu an olsaydı benimle gurur duyacağını bildiğim başarılı kadın, canım annem Ayten ÇUBUKCU'ya tezimi armağan ediyorum.

**Asiye Tuğçem ÇUBUKCU**  
**GÜMÜŞHANE – 2025**

## ÖZET

Bu çalışmanın konusu; huzurevine yerleşen yaşlı bireylerin yeni yaşantıları ve bu yeni yaşantılarına bağlı olarak kurmuş oldukları yeni düzenleri, huzurevi içerisinde kurdukları yeni arkadaşlık ilişkileri ve bu arkadaşlık ilişkilerinin sosyalleşme süreçlerine katkı sağlayıp sağlamadığı, huzurevi tarafından düzenlenen aktiviteler ve bu aktiviteler aracılığıyla hissettikleri duygular ve bu aktivitelerin, onların sosyalleşme sürecine katkı sağlayıp sağlamadığıdır. Bu konuya uygun sorular oluşturup yaşlı bireylere yöneltilmiştir. Verilen cevaplar doğrultusunda, bilimsel bir çalışma ortaya koyulmuştur.

Huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin birbirleriyle kaynaşabilmeleri için ortak alanlar oluşturulmuştur. Aynı zamanda huzurevleri tarafından düzenlenen aktiviteler aracılığıyla yaşlı bireylerin güzel zaman geçirmeleri ve yeniden arkadaşlık ilişkileri kurmaları amaçlanmıştır. Bu aktiviteler yaşlı bireylerin kendilerini değerli ve mutlu hissetmelerine önayak olurken, aynı zamanda arkadaşlık ilişkilerinin güçlenmesine de katkı sağlamıştır. Huzurevinde bulunan yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu, huzurevi tarafından düzenlenen aktivitelere katılım göstermektedir. Katılım gösteren yaşlı bireyler, bu aktivitelerden memnun kalmaktadır. Katılım gösteremeyen yaşlı bireyler genelde fiziki engelleri olan, fizyolojik rahatsızlıkları bulunan ve arkadaşı olmayan yaşlı bireylerdir. Zorunluluk hallerinden dolayı katılamayan bazı yaşlı bireyler, katılım gösterebilecek durumları olsaydı kendilerinin de mutlu olacağını ifade etmişlerdir.

**Anahtar Kelimeler:** Aktivite, Huzurevi, Toplum, Yaşlı.

## SUMMARY

The subject of this study is; the new lives of the elderly individuals settled in the nursing home and the new order they have established depending on these new lives, the new friendship relationships they have established in the nursing home and whether these friendship relationships contribute to their socialisation process, the activities organised by the nursing home and the emotions they feel through these activities and whether these activities contribute to their socialisation process. Questions appropriate to this subject were created and directed to the elderly individuals. In line with the answers given, a scientific study has been put forward.

Common areas have been created for elderly people living in nursing homes to mingle with each other. At the same time, through the activities organised by the nursing homes, it was aimed for elderly individuals to have a good time and re-establish friendships. While these activities helped the elderly individuals to feel valuable and happy, they also contributed to the strengthening of friendship relations. The majority of the elderly individuals in the nursing home participate in the activities organised by the nursing home. Elderly individuals who participate are satisfied with these activities. Elderly individuals who cannot participate are generally elderly individuals with physical disabilities, physiological disorders and who have no friends. Some elderly individuals who could not participate due to necessity stated that they would also be happy if they had the opportunity to participate.

**Keywords:** Activity, Nursing home, Society, Elderly.

## İÇİNDEKİLER

|                                                    |      |
|----------------------------------------------------|------|
| KABUL VE ONAY.....                                 | III  |
| BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI.....                | IV   |
| TEŞEKKÜR.....                                      | V    |
| ÖZET.....                                          | VI   |
| SUMMARY .....                                      | VII  |
| İÇİNDEKİLER .....                                  | VIII |
| TABLolar DİZİNİ .....                              | XI   |
| EKLER DİZİNİ.....                                  | XII  |
| SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ.....                | XIII |
| 1.GİRİŞ .....                                      | 1    |
| 1.1.Araştırmanın Konusu .....                      | 2    |
| 1.2.Araştırmanın Sınırlılıkları .....              | 3    |
| 1.3.Araştırmanın Amacı ve Önemi .....              | 3    |
| 1.4.Araştırmanın Modeli .....                      | 3    |
| 1.5. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi .....        | 4    |
| 1.6.Araştırmanın Problemi.....                     | 4    |
| 1.7.Hipotezler.....                                | 4    |
| 2. YAŞLILIKIN KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVESİ..... | 6    |
| 2.1.Yaşlılık, Yaşlanma ve Yaşlı Kavramları .....   | 6    |
| 2.2.Yaşlılığın Sınıflandırılması .....             | 13   |
| 2.2.1.Biyolojik Yaşlanma .....                     | 14   |
| 2.2.2.Psikolojik Yaşlanma .....                    | 15   |
| 2.2.3.Kronolojik Yaşlanma.....                     | 17   |
| 2.2.4.Ekonomik Yaşlanma.....                       | 18   |
| 2.2.5.Sosyal-Sosyolojik Yaşlanma .....             | 19   |
| 2.3.Yaşlılık Döneminin Genel Özellikleri.....      | 20   |
| 2.3.1.Bilişsel Özellikler.....                     | 21   |
| 2.3.2.Fiziksel Özellikler .....                    | 22   |
| 2.3.3.Psikolojik Özellikler.....                   | 23   |

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.3.4.Sosyolojik Özellikler.....                                       | 26 |
| 2.4.Yaşlılık Olgusuna Yönelik Sosyolojik ve Psikolojik Kuramlar .....  | 27 |
| 2.4.1.Etkinlik (Aktivite) Kuramı .....                                 | 27 |
| 2.4.2.Süreklilik Kuramı.....                                           | 30 |
| 2.4.3.Yaşamdan Geri Çekilme Kuramı .....                               | 31 |
| 2.4.4.Rol Bırakma Kuramı .....                                         | 33 |
| 2.4.5.Toplumsal Değiş-Tokuş Kuramı .....                               | 33 |
| 2.4.6.Modernleşme Kuramı .....                                         | 34 |
| 2.4.7.Eksiklik Kuramı .....                                            | 36 |
| 2.4.8.Ericson'un Psikososyal Gelişim Kuramı .....                      | 36 |
| 2.4.9. Jung'un Analitik Kuramı.....                                    | 37 |
| 2.4.10.Subkültür (Alt Kültür) Kuramı .....                             | 38 |
| 2.4.11.Yaş Aşkınılığı Kuramı .....                                     | 39 |
| 2.4.12.Feminist Kuram.....                                             | 39 |
| 2.4.13.Yapısal Fonksiyonalist Kuram .....                              | 40 |
| 2.5.Yaşlılık Sorunları.....                                            | 41 |
| 2.5.1.Yaşlıların Toplumsal Sorunları.....                              | 41 |
| 2.5.2.Yaşlıların Ekonomik Sorunları.....                               | 46 |
| 2.5.3.Yaşlıların Sağlık Sorunları .....                                | 48 |
| 2.5.4.Yaşlıların Barınma Sorunları.....                                | 52 |
| 2.5.5.Yaşlıların Kuşak Çatışmasına Bağlı Olarak Yaşadığı Sorunlar..... | 55 |
| 2.5.6.Yaşlıların Beslenme Sorunu .....                                 | 57 |
| 2.5.7.Yaşlılık Dönemine Uyum Sorunları .....                           | 59 |
| 2.5.8.Yaşlıların Bakım Sorunları.....                                  | 60 |
| 2.5.9.Yaşlı İstismarı ve İhmal Sorunları.....                          | 62 |
| 2.5.9.1.Yaşlı İstismar ve İhlalinde Risk Grupları .....                | 63 |
| 2.5.9.2.İhmal Türleri .....                                            | 65 |
| 2.5.10.3.Yaşlı İstismarı Türleri.....                                  | 67 |
| 2.5.10.3.1.Fiziksel İstismar .....                                     | 67 |
| 2.5.10.3.2.Psikolojik İstismar.....                                    | 67 |
| 2.5.10.3.3.Cinsel İstismar.....                                        | 67 |
| 2.5.10.3.4.Ekonomik İstismar .....                                     | 68 |
| 2.5.10.4.Yaşlı İstismarı ile İlgili Kuramlar.....                      | 70 |
| 2.5.10.4.1.Sosyal Yatırım Kuramı .....                                 | 70 |

|                                                                        |     |
|------------------------------------------------------------------------|-----|
| 2.5.10.4.2.Bakım Verenin Stresi Kuramı .....                           | 71  |
| 2.5.10.4.3.Güçlendirme, Güç ve Kontrol Kuramı.....                     | 71  |
| 2.5.10.4.4.Sosyal Öğrenme Kuramı .....                                 | 72  |
| 2.5.10.4.5.Ekolojik Perspektif Kuramı .....                            | 72  |
| 2.5.10.4.6.Sistemler Kuramı .....                                      | 73  |
| 2.6.Toplumsallaşma/Sosyalleşme .....                                   | 73  |
| 2.6.1.Toplumsallaşma/Sosyalleşme Sürecinin Amaçları .....              | 75  |
| 2.6.2.Toplumsallaşma/Sosyalleşme Sürecinde Etkili Olan Faktörler ..... | 75  |
| 2.6.3.Yaşlılık ve Toplumsallaşma/Sosyalleşme .....                     | 76  |
| 2.6.4.Huzurevi Kavramı.....                                            | 78  |
| 2.6.6.Huzurevi ve Toplumsallaşma/Sosyalleşme.....                      | 79  |
| 3.YÖNTEM.....                                                          | 81  |
| 3.1. Araştırma Grubu.....                                              | 81  |
| 3.1.1.Nicel Verilere İlişkin Bulgular .....                            | 83  |
| KAYNAKÇA .....                                                         | 116 |
| EKLER.....                                                             | 121 |
| ETİK KURUL ONAYI .....                                                 | 128 |
| ÖZGEÇMİŞ .....                                                         | 129 |

## TABLÖLAR DİZİNİ

|                                                                                                 |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tablo 1. Araştırma grubunun demografik özellikleri .....                                        | 81 |
| Tablo 2. Araştırma grubunun sosyoekonomik bilgilerine ilişkin veriler.....                      | 82 |
| Tablo 3. Araştırma grubunun huzurevine ilişkin verileri .....                                   | 83 |
| Tablo 4. Araştırma grubunun aktivite yapma durumlarına ilişkin veriler .....                    | 87 |
| Tablo 5. Araştırma grubunun geçirdiği değişimler ve emeklilik durumlarına ilişkin veriler ..... | 89 |



## **EKLER DİZİNİ**

|                                                                |     |
|----------------------------------------------------------------|-----|
| Ek 1. Tezde Kullanılan Anket Formu .....                       | 123 |
| Ek 2. Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü İzin Belgesi ..... | 128 |



## SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

TÜİK : Türkiye İstatistik Kurumu  
vb. : Ve benzeri



## 1.GİRİŞ

Dünya her geçen gün gelişmekte ve değişmektedir. Bu gelişmeler toplumun her alanında sosyal refahın artmasını sağlamaktadır. Örneğin: Sağlık alanında ortaya çıkan gelişmeler, bireylerin ortalama yaşam süresini uzatmaktadır. Neredeyse tüm hastalıkların bir tedavisi ve bir ilacı bulunmaktadır. Aynı zamanda teknoloji ve sağlık alanında ortaya çıkan gelişmeler, bebek ölümlerinin azalmasını ve bakımlarının daha iyi yapılması konusunda katkı sağlamıştır. Bireylerin daha bilinçli ve sağlıklı bir hayat sürdürmelerinde de etkili olmuştur.

Gelişen ve değişen dünya ile beraber doğurganlık hızı düşmekte ve bunun sonucunda “yaşlı” nüfus sayısal olarak artmaktadır. Doğurganlık hızının düşmesinin nedeni, kadınların daha fazla iş hayatına başlamasından kaynaklanmaktadır. Ortalama yaşam süresinin uzaması da yaşlı nüfusun artmasını sağlamıştır. Önceki zamanlarda bu durum gelişmiş ülkelere özgü bir durum olarak değerlendirilirken, günümüzde gelişmekte olan ülkelerde de geçerli olmaya başlamıştır (Aysan, 2017:1).

“TÜİK verilerine göre 2021 yılında en fazla yaşlı nüfus oranına sahip olan ülke %28.7 ile Japonya’dır. Japonya’dan sonra %23.1 ile gelen ülke, Portekiz’dir. Yaşlı nüfus oranının en düşük olduğu ülke %1.4 ile Birleşik Arap ülkeleri olmuştur. Birleşik Arap Emirlikleri ise %1.9 ile Katar ve %2 ile Uganda izlemektedir. 2021 yılında yaşlı nüfus oranının dünya ortalaması %9.6 olmuştur. Türkiye’nin yaşlı nüfus oranı %9.7’dir. Yani Türkiye, dünya yaşlı nüfus ortalamasının üzerinde yer aldığı görülmektedir (URL-1, 2023).”

“2023 verileri incelendiğinde Türkiye’deki yaşlı nüfus oranı, 8 milyon 722 bin 806 olduğu görülmektedir (URL-2, 2025).” Buradan da anlaşılacağı üzere, Türkiye’deki sağlık koşullarının gelişmesi ve gelişmeye devam etmesi yaşlı nüfusun sayısal olarak artmasını sağlamaktadır.

Yaşlılık dönemine giren bireylerde psikolojik, fiziksel, bilişsel ve sosyolojik açılardan birtakım değişimler meydana gelmektedir. Bu değişimler şu şekilde sıralanabilmektedir:

-Fiziksel açıdan ortaya çıkan değişimler: deride kırışma, kamburlaşma, saç dökülmesi vb.

-Psikolojik açıdan ortaya çıkan değişimler: yalnız kalma korkusu, umutsuzluk, güvensizlik, rol ve statülerini kaybetme düşüncesi vb.

-Bilişsel açıdan ortaya çıkan değişimler: unutkanlık, bunama, konsantrasyon eksikliği vb.

-Sosyolojik açıdan ortaya çıkan değişimler: sosyalleşme konusunda zorluk çekme, statü kaybı, saygınlığını yitirme, toplum içerisinde dışlanma, iletişim sorunları vb.

Yaşlılık döneminde bireyler birtakım nedenlerden dolayı bakıma ihtiyaç duymaktadır. Örneğin: Çocukları tarafından yalnız başına bırakılan ya da bırakılmak zorunda kalan bazı yaşlı bireyler, kendi ihtiyaçlarını giderememektedir. Bu bireyler, Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlükleri gibi kurumlar tarafından tespit edilmektedirler. Yapılan tespitler sonucunda ise; bakımlarının yapılması, temel ihtiyaçlarının giderilmesi, güvenliklerinin sağlanması ve barınma ihtiyacının karşılanması için “huzurevine” alınmaktadırlar. Huzurevine gitmek istemeyip kendi evinde bakımının sürdürülmesini isteyen bazı yaşlı bireyler için ise evde sağlık hizmeti, temizlik hizmeti ve temel gıda ihtiyaçları karşılanmaktadır. Bazı yaşlı bireyler huzurevine yerleştikten sonra yeni ortamına uyum sağlamakta sıkıntı çekerken, bazı yaşlı bireyler yeni ortamına hızlıca uyum sağlayabilmektedirler. Hatta huzurevine yerleşen bazı yaşlı bireyler, yalnızlık durumundan kurtuldukları için ve güvenlikleri sağlandığı için kendilerini daha iyi hissetmektedirler.

“Türkiye’de devlet ve özel olmak üzere toplam 740 huzurevi bulunmaktadır (URL-3, 2025).” Türkiye’nin yarısından çoğunda huzurevi bulunmaktadır. Kaynaklar incelendiğinde bazı illerde birden fazla huzurevi bulunduğu görülmektedir. Gelişmemiş ya da gelişmekte olan bazı Doğu ve Güneydoğu bölgelerine ait illerde huzurevi olmadığı görülmektedir. Bu durumun nedenleri arasında, Doğu ve Güneydoğu bölgelerindeki bireylerin yaşlı bireylere karşı daha tutucu olması ve onları saygının simgesi olarak görmelerinden kaynaklanabilmektedir.

### **1.1.Araştırmanın Konusu**

Bir saha araştırması olan bu çalışmanın konusu, huzurevinde yaşayan kadın ve erkek bireylerin yeniden nasıl birbirleriyle toplumsallaşabildiklerinin tespiti oluşturmaktadır. Bu çalışmanın uygulama kısmında ise Trabzon ilinin Ortahisar ilçesine bağlı olan üç huzurevinde çalışma yapılmıştır. Gönüllü olan kadın ve erkek yaşlı bireylerle görüşülerek bilgi toplanmıştır. Bu bireylerin; huzurevine geldikten sonra arkadaş edinin edinemediği, arkadaş edinen bireylerin, huzurevindeki bireylerle nasıl sosyalleşebildikleri öğrenilerek sonuca varılmıştır. Arkadaş edinemeyen ya da arkadaşlık bağı kurmak istemeyen bireylerin ise hem ne durumda oldukları hem de neden arkadaşlık bağı kurmak istemedikleri sorulara verilen cevaplardan ulaşılmıştır. Ayrıca huzurevine geldikten sonra yalnızlık durumlarının azalıp azalmadığı, burada yapılan etkinliklere

katılıp katılmadıkları gibi sorular da yöneltilerek verilen cevaplardan bir sonuca ulaşılmıştır.

### **1.2.Araştırmanın Sınırlılıkları**

Yapılan bu saha araştırması toplam da 144 kadın ve erkek yaşlı bireylerle sınırlandırılmıştır. Gönüllü olan kadın ve erkek yaşlı bireylere uygulanmıştır. Hazırlanan soru formu hem Gümüşhane Üniversitesi Rektörlüğü Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından hem de Trabzon Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından onay alınarak çalışmada kullanılmıştır.

İzin alınma süreci teferruatlı ve zor geçmiştir. Bakanlık tarafından istenen belgeler (anket formu, etik onay formu, tez içeriği, bakanlık tarafından düzenlenen taahhütname, kaynakça) tamamlanıldığı halde izin alma süreci uzamış olup huzurevindeki çalışmalara başlanılacak olan tarih ileriye atılmıştır. Üç ayrı huzurevi olan Köşk Huzurevi, Çamlık Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon, Yıldızlı Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon merkezleri bakanlık tarafından hazırlanan taahhütnamenin tarafımda imzalanması koşuluyla çalışmaya başlanılmıştır. Taahhütname de belirtilen bazı maddelerden biri olan “ses kaydı alınmaması” maddesine birebir uyularak soruların karşılığında verilen cevaplar tarafımda doldurulmuştur.

### **1.3.Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Bu araştırmanın amacı; Trabzon ili Ortahisar ilçesine bağlı üç huzurevinde yaşayan kadın ve erkek yaşlı bireylerin nasıl toplumsallaştıkları, huzurevine yerleştikten sonra ne hissettikleri, arkadaşlık bağlarının olup olmadığı hakkında bilgi edinmek ve bu bilgileri bu konuya ilgisi olan bireylerin bilgi sahibi olabilmelerini sağlamaktır.

Bu çalışmanın önemi, özgün bir çalışma olmasından gelmektedir. Yapılan literatür çalışmaları incelendiğinde, yaşlı ve huzurevi kavramları birçok çalışmaya konu olmuştur. Fakat bu başlık altında bir çalışma yapılmamıştır. Özellikle Trabzon ili içerisinde böyle bir çalışmanın yapılmamış olması ve bu çalışmanın bir ilk olması özgünlüğünü ortaya koymaktadır.

### **1.4.Araştırmanın Modeli**

Karma yaklaşım temelli araştırmalarda, nicel ve nitel araştırma yöntemleri kullanılmaktadır. Çünkü karma yaklaşım, her iki yöntemi de içerisinde barındırarak çalışılan konuya uygun hedefler belirlemek adına kolaylık sağlamakta ve bu hedefler

doğrultusunda, doğru sonuçlara varmayı amaçlamaktadır. Bu nedenle araştırmanın modeli, karma yaklaşımdır.

### **1.5. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi**

Bu araştırmanın evrenini Trabzon Ortahisar ilçesinde bulunan Köşk Huzurevi, Çamlık Huzurevi ve Yıldızlı Huzurevi oluşturmaktadır. Bu huzurevlerinde toplam 396 kişiye ulaşılmıştır. Evrenin tamamına ulaşıldığı için ayrıca bir örneklem belirlenmemiştir. Ancak; konuşmakta zorluk çeken 25 katılımcı, Alzheimer hastası olan 11 katılımcı, yatalak olan 48 katılımcı, akli dengesi olmayan 47 katılımcı, işitme sorunu olan 8 katılımcı, hasta olan 2 katılımcı, hastanede olan 2 katılımcı, hidrosefali olan 1 katılımcı, ağır durumda olan 2 katılımcı, izinli olan 6 katılımcı ve katılmak istemeyen katılımcıların sayısı ise 100'dür. Bu kapsamda 144 katılımcıya ulaşılmıştır.

### **1.6. Araştırmanın Problemi**

Yaşlı bireyler, dezavantajlı grup içerisinde yer almaktadır. Toplumu oluşturan her parçanın önem arz ettiği gibi yaşlı bireyler de bu toplumu oluşturan önemli varlıklardan biridir. Yaşlı bireyler, bazı durumlardan dolayı huzurevine yerleşmek durumunda kalmaktadır. Eşinin vefat etmesi, eşinin olmaması, çocuklarının çalışma hayatında olması, çocuğunun olmaması, hayatını kendi başına idame ettirecek gücü kendinde bulamaması gibi durumlarda yaşlı bireyler genelde huzurevine yerleşmektedir. Huzurevine yerleşen çoğu yaşlı birey, yeniden kendisine arkadaş edinerek sosyal ilişkilerini geliştirmektedir. Bazı yaşlı bireyler ise, bu durumdan kaçınarak kendisini bulunduğu ortamdan soyutlamaya çalışmaktadır.

Bu bağlamda çalışmanın ana problemini; yaşlı bireylerin toplumsallaşmaları ile bazı sosyodemografik değişkenler, fiziksel ve zihinsel değişim değişkenleri arasında ilişki var mıdır, sorusu oluşturmaktadır.

### **1.7. Hipotezler**

Temel hipotez 1: Yaşlı bireylerin toplumsallaşma düzeyleri; bazı sosyo-demografik, fiziksel ve zihinsel değişim değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H<sub>1</sub> Yaşlı bireylerin ekonomik düzeylerinde meydana gelen azalmalar onların toplumsallaşmalarında etkilidir.

H<sub>2</sub> Yaşlı bireylerin aynı düşünce biçimlerine sahip olmaları onların toplumsallaşmalarında etkilidir.

H<sub>3</sub> Yaşlı bireylerin yaşadıkları fiziksel değişimler onların toplumsallaşmalarında etkilidir.



## 2. YAŞLILIĞIN KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVESİ

### 2.1. Yaşlılık, Yaşlanma ve Yaşlı Kavramları

Yaşlılık tanımları bireylerin bulundukları topluma, kültüre, zamana, deneyime, yasalara ve koşullara bağlı olarak farklı şekillerde tanımlanmaktadır. Bazı toplumlara göre bir bireyin yaşlı sayılabilmesi için, eskisi gibi hareket edememesi ve toplum içerisinde pasif bir rol oynamasıdır. Bazı toplumlara göre bir bireyin yaşlı sayılabilmesi için ise, yılların verdiği bilgi ve birikimler sonucunda hayatını yeniden şekillendirmesidir. Çünkü bu toplumlara göre yaşlı demek, yıllar boyunca edinmiş olduğu bilgileri ve deneyimleri ortaya koymak demektir. Yani bir bireyin yaşlı sayılabilmesinin temel koşulu, bilgi ve tecrübe açısından zirveye ulaşmaktır. Bu durumda özellikle kendinden önceki nesillere bu deneyimleri aktarmak ve onların daha tecrübeli olmalarını sağlamak yaşlılara verilen bir görev olarak görülebilmektedir.

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre bireylerin yaşlı olarak nitelendirilebilmesi için "65" yaşında olmaları gerekmektedir. Bazı ülkelerde ise bir bireyin yaşlı olarak kabul edilmesi için "50" yaşında olması gerekmektedir. Başka bir ülkede ise "40" yaşına gelmiş bireyler, yaşlı olarak kabul edilmektedir. (Arun, 2018:119-120). Buradan da anlaşılacağı üzere, bireylerin yaşlı olarak kabul edebileceği yaş oranı toplumdan topluma farklılık göstermektedir.

Birleşmiş Milletler'e göre bireylerin yaşlı sayılabilmesi için 60 yaş ve bu yaş sınırının üstüne çıkmaları gerekmektedir. Çoğu gelişmiş ülkede ise emeklilik yaşı olan 65 yaşına gelen bireylerin, yaşlı olarak görülmeye başladığını ifade etmektedir (Ak, 2017:199)

Bütün bireyler, doğduktan sonra bazı dönemlerden geçmeye başlamaktadır. Geçtikleri bu dönemler, her bireyin gelişimine katkıda bulunmaktadır. Hayatın son anı ise, yaşlılık döneminde gerçekleşmektedir. Bu dönem tüm bireyler için önemli görülmektedir. Çünkü bireylerin, ölüm kavramıyla yüzleştiği ve hayatın anlamını yeniden sorguladıkları bir dönemdir. Bazı yaşlı bireyler, daha önceki dönemlerde yaptıkları yanlışları bu dönemde telafi etmeye çalışmaktadır. Bu durum yaşlı bireyin, dini yaklaşımı ve pişmanlık durumuyla ilgili olabilmektedir. Çünkü bundan sonra kaybedeceği bir durum bulunmamaktadır. Dini açıdan ise, ölümle beraber gerçekleşecek olan hesaplaşma durumundan kaynaklanmaktadır.

Yaşlılık, bir bireyin kendisini gördüğü ve hissettiği yaşıdır. Önemli olan nüfus kâğıtlarında yazan doğum tarihi değildir. Örneğin: 1980 doğumlu bir bireyin bulunduğu

yaş, 44'tür. 44 yaşında olan bir birey yaşlı olarak nitelendirilmemektedir. Fakat yaşlılık tanımına göre bu birey kendisini yaşlı olarak görüp bu şekilde nitelendirirse yaşlıdır, denilmektedir. Bazı bireyler, yaşlansa da yaşlanmasa da oldukları yaşı kabul etmekten kaçmaktadırlar. Örneğin: Bazı bireyler 65 yaşında olmasına rağmen kendisini 35 yaşındaki bir birey gibi genç olarak görmekte ve genç olarak hissetmektedir. Hatta kendisini genç hissettiği için gençler gibi hareket etmeye çalışmaktadır. Bu hissiyat bazı yaşlı bireylerin yaşam tarzlarına da yansımaktadır. Toplum içerisinde şöyle bir algı bulunmaktadır: Yaşlanan bireyler, gençliğindeki gibi hareket edememekte ve yaşlandıkça yataklarına bağımlı hale gelmektedir. Fakat bu durum her yaşlı birey için geçerli olamamaktadır. Günümüz göz önüne alındığında bu durumun aksini ortaya koyan birçok örnek bulunmaktadır.

Yaşlılık, tüm toplumlarda farklı şekillerde yaşanmaktadır. Tüm toplumlarda farklı hayat tarzları öne çıkmaktadır. Örneğin: Modern toplumlarda yaşayan bireyler, ataerkil toplumlara göre oldukça özgür bireyler yetiştirmektedir. Bu bireyler, yaşlılık dönemine girdiklerinde de aynı özgürlüğü yaşamaktadırlar. Fakat ataerkil toplumlarda yaygın olan görüşe göre hareket eden yaşlı bireyler, özgürlüklerini "ev"lerinin içerisi ile sınırlandırmaktadır. Çünkü onlara göre doğru bu şekildedir. Modern toplumdaki doğru ise, bireyler her ne kadar yaşlanmış olsa da toplum içerisindeki etkinliklerini sürdürmeye devam etmelidir. Örneğin: Genç bir bireyken sporla uğraşırsa yaşlandığında da spor yapmaya devam etmelidir. Ancak bu şekilde sağlığını ve vücut yapısını koruyacağını da belirtmektedir.

Yaşlılık, bir ağaç dalındaki yetişen meyveye benzetilebilmektedir. Ağaç dalındaki yetişen meyve, vakti gelince ya toprağa ya da insan vücuduna karışmaktadır. Yani ağaçlarda, yerlerde yetişen ve büyüyen tüm meyveler göz önünde bulundurulduğunda şöyle bir resim canlanmaktadır: Ağaçlardaki ve yerlerde yetişen bütün meyveler büyür, olgunlaşır ve dalından koparılmadığı takdirde dal üzerinde çürümeye başlamaktadır. Çürüyen meyveler, toprağa düşmekte ve sonunda toprağın katmanlarına doğru karışmaya başlamaktadır. Bireylerin de bu şekilde doğup, büyüüp, sonunda yaşlandıklarını ve ömürleri bittikten sonra toprağa gömüldüklerini ifade etmektedir.

Yaşlılık; bireylerin zaman içerisinde öğrendikleri bilgilerin ve deneyimlerin doruğa ulaştığı bir dönemdir. Bir bireyin yaşlanması demek, onun dışlanacağı ya da bazı şeylerden mahrum bırakılacağı demek değildir. Yaşlı bireylerin davranışlarındaki kısıtlamalar genelde toplum tarafından kurulan baskılar sonucunda ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle, yaşlı bireylerin istedikleri şekilde hareket etmesinden yana olmaktadır. Yani

başka bireylerin, yaşlı bireylerin üstünde kurduğu baskıya karşı çıkararak yaşlı bireylerin hayatlarını kendi istedikleri gibi şekillendirmelerinden yana olmaktadır. Örneğin: Yaşlı bir kadın, gençliğindeki gibi saçını “kızıl” renge boyatmak istiyorsa bunu yapmalıdır. Geleneksel toplumlarda yaşlı bir kadının saçını kızıl renge boyaması olağan bir durum olarak görülmemektedir. Çünkü geleneksel toplumlarda bu durum genç bireylerde de yaşlı bireylerde de hoş karşılanan bir durum değildir. Onlara aykırı olan bir durumdur. Ancak modern toplumlarda bu durum, oldukça normal karşılanmaktadır. Çünkü her birey, özgürdür ve istediklerini yapabilme hakkına sahiptir.

Yaşlılık sürecinin özellikleri şu şekildedir:

-Dünya içerisinde var olan ve yaşlılık dönemine kadar varlıklarını sürdüren bireylerin yaşamak zorunda olduğu bir dönemdir.

-Kimi bireylere göre aktiflik, kimi bireylere göre ise pasiflik içeren bir dönemdir.

-Bazı bireyler, yaşlandıkça hayatlarını anlamlandırmak için harekete geçerken; bazı bireyler, hayatlarına katkıda bulunmadan hayatlarının sonlanmasını beklemektedirler.

Yaşlı terimi, genellikle bireylerin fiziksel görünümünü ifade etmek için kullanılmaktadır. Örneğin: “kocamış”, “ihtiyarlamış”, “eski toprak” ve “uzun yılları geride bırakmış” gibi ifadeler kullanılmaktadır. Aynı zamanda yaşlı bireyler; değişimlere kapalı olan, yalnız yaşayan, sosyal ilişkileri zayıf olan, bakıma ihtiyacı olan bireyler olarak görülmektedir. Bunun nedeni ise, genelde yaşlılık döneminde bireylerin eşlerini kaybetmeleri ve bunun sonucunda yalnızlığı tercih etmek zorunda kalmaları, günümüz koşullarına ayak uydurmak istememeleri ya da ayak uydurmakta zorlanmaları, yaşlıları haricindeki bireylerle iletişim kurmakta zorlanmaları ya da bu bireylere kendilerini doğru ifade edememeleri şeklinde sıralanabilmektedir.

Yaşlanmanın ne olduğu en çok tartışılan konulardan biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Yaşlanma kavramına biyolojik açıdan bakıldığında, doğumla başlayan ve ölümle biten bir süreç olduğu görülmektedir. Bu dönemde bireyler, fiziksel açıdan bazı değişimler geçirmektedir. Örneğin: saçların beyazlaması, saçların dökülmesi, diş çürümesi ve bunun sonucunda dişin çekilmesi, cildin kırıışması, zihinsel anlamda yaşanan bazı algı eksiklikleri, kamburlaşma vb. bazı değişimler geçirmektedirler. (Arun, 2018:119-120). Yaşanan bütün bu değişimler, kaçınılmaz olarak gerçekleşmektedir. Kimi bireylerde daha hızlı gerçekleşirken, kimi bireylerde daha yavaş gerçekleşmektedir. Bu durum bireylerin; beslenme şekline, yaşayış tarzına, çevresine ve fizyolojik durumuna göre değişmektedir.

Yaşlanma teriminin birçok alanda tanımları bulunmaktadır. Bu alanlar ve tanımları şu şekildedir:

**Biyolojik yaşlanma:** Vücuttaki hücrelerin ve genetik yapının değişmeye başlaması ve zaman içerisinde giderek yaşlanmasıdır. Örneğin: Şeker hastalığı olan bir yaşlı bireyin vücudunda ortaya çıkan morarmaların iyileşmesi oldukça uzun sürebilmektedir. Bunun nedeni, yaşın ilerlemesiyle birlikte vücuttaki hücrelerin işlevlerini eskisi gibi yerine getirememesi ve kendisini yenilerken zorlanmasından kaynaklanmaktadır.

**Fizyolojik yaşlanma:** Organlarda ve sistemlerdeki işlevselliğin zamanla azalması durumudur. Örneğin: Kas kütlelerinde meydana gelen azalmalar, gücün azalmasına ve hareket etmekte zorlanmalara yol açmaktadır. Ayrıca fizyolojik yaşlanmaya beraber; aerobik kapasitenin düşmesi, hafıza kaybının yaşanması, vücut durumunun değişmesi ve derinin esnekliğini kaybetmesi gibi durumlar da ortaya çıkmaktadır. Aerobik kapasite, bireylerin yaptıkları egzersizleri içermektedir. Örneğin: koşu, yürüyüş, yüzme ve bisiklet sürme gibi egzersizleri içermektedir. Yani aerobik kapasitenin düşmesi, yaşlı bireylerin bu aktiviteleri yapmalarını zorlaştırmaktadır. Hafıza kayıplarının yaşanması; yaşlı bireylerin önemli tarihleri, gün içerisinde yaptıkları işleri, yakınlarının isimlerini, arkadaşlarıyla yaptıkları sohbetleri vb. şeyleri unutmasına neden olmaktadır. Vücut durumunun değişmesi; yaşlı bireylerin kilosunun ve boyunun değişmesiyle ortaya çıkmaktadır. Örneğin: Bazı bireyler; yaşlandıkça daha çok yemek yerken, bazıları ise iştahsızlık hali yaşayıp daha az yemek yemektedir. Derinin esnekliğini kaybetmesi ise, bireylerin derilerinde ortaya çıkan kırışıklıklardır.

**Fonksiyonel yaşlanma:** Bireylerin, günlük yaşamdaki aktivitelerini gerçekleştirme yeteneklerinin azalması durumudur. Örneğin: Bağımsız olarak hareket etmekte zorlanmaya başlayan yaşlı bireyler, bir bastona ya da koltuk değneğine ihtiyaç duymaktadırlar. Çünkü onlar olmadan ayakta durmakta ve hareket etmekte zorlanmaktadırlar.

**Patolojik yaşlanma:** Yaşlanmayla beraber, hastalık risklerinin çoğalmaya başlaması durumudur. Bu yaşlanma türünü etkileyen bazı etkenler bulunmaktadır. Bu etkenler şu şekilde sıralanabilmektedir: uyku, egzersiz, güneş ışınları, yemek, çevre, kişisel bakım, sigara ya da alkol tüketimi vb. faktörler yaşlanma sürecini etkilemektedir. Bu etkenler şu şekilde açıklanabilmektedir: Uyku, tüm bireyler için oldukça önemlidir. Her bireyin, uyku düzenini oluşturması gerekmektedir. Çünkü belirli saatlerde uyuyup belirli saatlerde kalkan bireylerin daha yavaş yaşlandığı görülmektedir. Düzenli uyku tüm bireylerin; dikkat ve konsantrasyonunu toplamasını, stres ve yorgunluk hissiyatının azalmasını,

cildin kendini tazelemesini sağlamaktadır. Aynı zamanda iyi uyuyan tüm bireylerin bedenleri daha diri kalmakta ve bu dirilik, günlük olarak yapacağı işlerde de daha aktif rol oynamalarında fayda sağlamaktadır. Egzersiz, tüm bireylerin hayatlarında var olması gereken bir faktördür. Egzersiz yapan çoğu bireyin bedeninin daha sağlam olduğu görülmektedir. Çünkü egzersizle beraber bireylerin bedenlerini ayakta tutan kas yapıları güçlenmeye başlamaktadır. Yaşlılık sürecinde en çok karşılaşılan sorunlardan biri, kas erimesidir. Bu döneme gelmeden spor yapmaya başlamak, yaşlanan bireylerin bu dönemi daha rahat geçirmelerinde etkili olmaktadır. Günlük olarak güneş ışınlarından 10 ya da 15 dakika beslenmek, bireylerin D vitamini ihtiyacını karşılamaktadır. Güneş ışınlarına belirli dakikalar dışında maruz kalmak ise, bireylerin derilerinin kırışmasına, yanmasına ve ciltlerinde lekeler oluşmasına neden olabilmektedir. Bu hasarı engelleyebilmek için güneş koruyucu ürünlerden yararlanmaları gerekmektedir. Bu durum sadece yaşlı bireyler için değil, tüm bireyler için geçerlidir. Sağlıklı beslenmek, bireylerin sağlıklı bir yaşam sürdürmelerinde etkili olmaktadır. Gün içerisinde enerjik olmalarını sağlarken, kendilerini daha az yorgun hissetmelerine de katkı sağlamaktadır. Aynı zamanda bireylerin, bazı hastalıklara yakalanma riskini de düşürmektedir. Çünkü sağlıklı olarak nitelendirilen ürünler, vücutta farklı reaksiyonlarla ortaya çıkmaktadır. Bazı bireylerin vücutlarında yara, kaşıntı, kırmızı lekeler ve sivilce oluşumlarını tetikleyebilmektedir. Bireylerin bulundukları çevre, kaliteli bir yaşam sürdürmelerinde etkili olmaktadır. Temiz bir çevrede yaşayan bireyler, temiz havayı solurken; çevre kirliliğinin fazla olduğu yerlerde yaşayan bireyler, kirli bir havayı solumaktadır. Bu durum bazı hastalıklarla karşı karşıya kalmalarına neden olmaktadır. Örneğin: Çernobil faciasının yaşandığı Ukrayna'nın başkenti olan Kiev'de yaşandığı zaman, birçok birey kanser hastalığına yakalandı. Yeni doğan birçok bebek, engelli doğdu. Bu nedenle, yaşanan çevrenin temiz olması tüm bireylerin yaşamlarını birebir etkilemektedir. Kişisel bakım, tüm bireyler için hayatın her döneminde çok önemlidir. Temiz bir bedende hastalıklar barınmak istemezken, temizliğin aksatıldığı bir bedende hastalıklar rahatlıkla barınabilmektedir. Çünkü mikrop dediğimiz organizma, temiz olmayan yerlerde barınmayı tercih etmektedir. Sigara ya da alkol tüketimi, vücuttaki toksin miktarını arttırmaktadır. Bu toksinler, derinin yapısını bozmaya başlamaktadır. Bunun önüne geçilebilmesi için günlük olarak içilen ‘su’ miktarının artırılması gerekmektedir.

Psikolojik yaşlanma: bireylerin kişiliğinde, algısında, duygularında, düşüncelerinde, davranışlarında ve toplum içerisinde kurdukları ilişkilerin zaman içerisinde değişimini kapsamaktadır (Kalaycı, 2015:7). Örneğin: Bireylerin yaşlanma

durumlarıyla beraber düşünce yapıları ve davranışlarının değişime uğraması halinde, bazı bireyler daha sabırlı ve hoşgörülü bir hale gelebilmektedir. Bu durumun tam tersi de yaşanabilmektedir. Tam tersi yaşanması halinde ise, bazı konularda bireyler daha hassas ve çekingen bir hale bürünebilmektedirler.

Yaşlanma sosyolojik olarak bireylerin; biyolojik, ruhsal, ekonomik, bilişsel, psikolojik ve toplumsal açılardan gösterdikleri gelişimlerin duraklamaya başladığı bir dönemdir. Yaşlanma süreci boyunca bireylerin yaşam tarzları, ruhsal durumları ve toplumsal konumları önemli ölçüde değişebilmektedir. Örneğin: Bir birey bu dönemden önce hayata daha dar bir açıdan bakarken, bu dönemle beraber hayata daha geniş bir açıdan bakmaya başlamaktadır. Çünkü bu dönemde bireyler, tüm hayatlarını gözden geçirmeye başlamakta ve bazı bireyler, düzeltebilecekleri şeyleri hayatlarına veda etmeden düzeltmeye çalışmaktadır. Bazı bireyler ise, yaşlanmaya başladıkça sağlıklı beslenme alışkanlığı edinmeye başlamaktadır. Fiziksel aktivitelere daha çok yönelmeye çalışarak sağlıklı bir şekilde yaşlanmaya çalışmaktadır.

Bu döneme kadar eşi ve çocuklarıyla beraber bir yaşam süren bazı bireyler, çocuklarını evlendirmeleri ya da eşlerini kaybetmeleri sonucunda yalnız yaşamaya başlamaktadır. Bunun sonucunda ise, her gün yerine getirdikleri bazı görevler sona ermeye başlamaktadır. Her gün yemek yapması ya da her gün evini toplaması gibi görevleri bulunuyorken, eşini kaybetmesi ya da çocuklarını evlendirmesi sonucunda artık daha az yemek ve temizlik yapmaktadır. Çünkü artık tek başınadır ve tek başına yiyebileceği yemek miktarı bellidir. Aynı zamanda tek yaşadığı için evinin dağılma durumu da daha az gerçekleşmektedir.

Yaşlanma süreci, her bireyin farklı sürelerde yaşayacağı değişimler ve yıpranmalar sonucunda gerçekleşen bir olgudur. Bazı bireyler fiziksel açıdan daha fazla değişim geçirirken, bazı bireyler fiziksel açıdan daha az değişim geçirmektedir. Bazıları ise bu değişimleri daha hızlı yaşarken, bazılarında ise bu değişimler daha yavaş gerçekleşmektedir. Örneğin: Kamburlaşma, her yaşlı bireyin geçirdiği bir durum değildir. Çünkü her birey, kamburlaşmaya yol açabilecek bir şekilde hayatını sürdürmemektedir. Kamburluğun ortaya çıkmasının nedenleri: Bireylerin sürekli olarak sırtlarını öne doğru eğerek yürümesi, sırtında ağır çantalar taşıması, omurga kırıklarının ortaya çıkması sonucunda bireyler kamburlaşmaya başlamaktadır. Kambur olmayan yaşlı bireyler ise; yaşamlarının yarısından çoğunda dik yürüyen, kaslarının erimemesi için doğru ve düzenli beslenen, düzenli olarak egzersiz hareketleri yapan bireylerdir. Kamburlaşmanın önündeki en önemli nedenlerden biri, spordur. Spor yapan çoğu birey, yediklerine ve

içtiklerine dikkat ettikleri müddetçe kaslarını güçlendirmektedirler. Bu da bireylerin kas erimesi ve güç kaybı gibi durumlara yakalanmamasını sağlamaktadır.

Her geçen yaşla beraber vücuttaki organlar da değişime uğramaya ve dönemlere göre gelişim meydana gelmekte ya da yaşlılıkta olduğu gibi vücuttaki organlar gittikçe işlevlerini kaybederek yıpranmaya başlamaktadır. Örneğin: Sindirim sistemi, yenilen yiyecekleri parçalara ayırıp besinlerin emilimini kolaylaştırmaktadır. Fakat yaşlılık dönemiyle beraber sindirim sistemi daha yavaş çalışmaya başlamakta ve bu nedenle yenilen yiyeceklerin hazmedilmesi de uzun sürmektedir.

Bireylerin doğumuyla başlayan ve yaşamının sonlanmasıyla biten bir süreçtir. Tüm bireyler, bazı gelişim dönemlerinden geçmekte ve bu gelişim dönemlerini tamamladıktan sonra büyüme durmaktadır. Zaman içerisinde ise organlar da bir zayıflama meydana gelmektedir. Bu zayıflamalar yaşlı bireylerin, daha çok hasta olmalarına ve hareket kabiliyetlerinin kısıtlanmasına yol açmaktadır. Bunun nedeni, fizyolojik ve psikolojik yaşlanmadan kaynaklanmaktadır. Fiziksel aktivite durumunda azalma, sağlık sorunlarının artmaya başlaması ve hücresel yenilemelerin yavaşlaması bedensel canlılığı olumsuz anlamda etkilemektedir. Örneğin: Küçük yaşta çalışmaya başlayan bireyler, yaşlılık dönemine geldiklerinde artık çalışmak istemediklerini belirtebilmektedirler. Bunun nedeni ise hem çalışacak kadar güçlerinin kalmaması hem de uzun bir süre boyunca çalışmanın verdiği yorgunluktan kaynaklanmaktadır. Bu dönemde dinlenmenin doğru bir eylem olacağını düşünmektedirler. Ruhsal açıdan ise, bu dönemde yaşlı bireyler “umutsuz” olabilmekte ve bu umutsuzluk onların ruhsal açıdan canlılıklarını yitirmelerine neden olabilmektedir. Çünkü bu dönemde yaşlı bireyler, yaşamlarının son evrelerine girdiklerini daha iyi anlayabilmektedirler. Bu dönemde daha çok “ölüm” kavramıyla karşı karşıya kalmaktadırlar. Ölümün ne olduğunu ve artık ondan kaçışın olmadığını fark etmektedirler. Yani giden zamanın geri gelmeyeceğini ve bu dönemde artık bir şeyler yapmanın, bazı şeyleri değiştirmeyeceğini düşünmektedirler. Bir şeyler yapmak isteyen yaşlı bireyler ise, ölüm kavramıyla yüzleşeceklerini bildikleri için bu isteklerinden vazgeçmektedirler.

Yaşlanma süreci her bireyde farklı şekillerde gerçekleşmektedir. Bunun nedenleri: aile, sosyal çevre, ekonomik durum, genetik yapı, yaşam tarzı vb. durumlardır. Bireylerin aileleri, yaşadıkları çevreler ve yakın arkadaşları gibi faktörler bireylerin yaşlanma sürecini farklı şekillerde yaşamasını sağlamaktadır. Bu bireyler aracılığıyla sosyalleşen, aktif bir yaşam sürdüren çoğu yaşlı birey yaşlanma sürecinin gecikmesini sağlamaktadır. Aktif bir yaşam ile kastedilen, çeşitli faaliyetlere katılmak ve bu faaliyetler aracılığıyla

yaşamlarında ortaya çıkan stresi, huzursuzluğu vb. olumsuz duyguların geride bırakılmasını sağlamaktır. Örneğin: doğa yürüyüşleri, koşmak, yürümek, tırmanmak ve dağcılık vb. şekilde örneklendirilebilmektedir. Özellikle temiz havada yapılan yürüyüşler; sadece yaşlı bireylerin değil, tüm bireylerin zihinsel ve bedensel açılarından rahatlamasını ve stres durumundan kurtulmasını sağlamaktadır. Çünkü bu yürüyüşler, bireylerin kaslarının çalışmasını ve güçlenmesini sağlamaktadır. Bu da tüm bireylerin, rahat bir şekilde hareket edebilmesine olanak sağlamaktadır.

## 2.2.Yaşlılığın Sınıflandırılması

“Yaşlılık” ve “yaşlanma” kavramları, biyolojik, kronolojik, tarihsel, sosyal ve kültürel açılarından farklı sorunları içeren karmaşık bir kavramdır (Kalaycı, 2015:9). Örneğin: Biyolojik açıdan, kemik yoğunluğu kaybının ortaya çıkmaya başlaması. Kronolojik açıdan, kimi bireylerin genetik ve çevresel faktörlerden dolayı daha hızlı yaşlanmaya başlaması. Tarihsel açıdan, geçmiş zamanlarda bireylerin “50” yaşına gelmesiyle beraber “yaşlı” olarak sayılırken günümüzde “65” yaşına gelen bireylerin “yaşlı” olarak sayılması. Sosyal açıdan, emeklilikle beraber sosyal etkileşimlerin azalmaya başlaması. Kültürel açıdan, bazı yaşlı bireylerin bulundukları toplumlarda “bilge” olarak sayılması, bazı yaşlı bireylerin ise bulundukları toplumlarda “dışlanmayla” karşılaşması durumlarıdır.

Yaşlılık dönemi; bireylerin bulunduğu topluma, zamana, bireyin psikolojik ve sosyal durumuna göre değişiklik göstermektedir. Bu dönem bireylerin sadece bir şeyleri kaybettikleri ya da kaybetmeye başladıkları dönem değildir. Aynı zamanda bireylerin, bilgi ve deneyim açısından doyuma ulaştıkları bir dönemdir. Çünkü her yıl biraz daha yaşlanırken, aynı zamanda birden çok konu hakkında bilgi ve deneyim sahibi olmaktadır. Hatta yaşlı bireylerin bilgilerine ve deneyimlerine ihtiyaç duyulması buradan gelmektedir. Örneğin: Kültürel öğeler, efsaneler, atasözleri, Batıl inançlar, tarih gibi konular yaşlı bireylerin oldukça iyi bildikleri konular arasında yer almaktadır.

Çocukluk yıllarında ya da gençlik yıllarında kazandığı bilgi ve deneyimlerle, yaşlılık döneminde kazandığı bilgi ve deneyimler aynı olmamaktadır. Yaşlı bir birey, edindiği mesleki deneyimleri ve bilgi birikimi sayesinde, genç bireylere rehberlik etme konusunda faydalı olabilmektedir. Örneğin: Bir birey, bulunduğu okuldaki genç bireylere daha önceki deneyimlerini ve bilgilerini paylaşması durumunda karşısındaki bireye karşı oldukça faydalı olmaktadır.

### 2.2.1.Biyolojik Yaşlanma

Bu yaşlanma türü, yaşamın başlangıcından itibaren süregelen bir süreçtir (Kalaycı, 2015:10). Bu süreç, hücresel düzeyde başlayan ve organ sistemlerine kadar uzanan karmaşık bir süreçtir. Örneğin: Cilt, daha kırılgan bir hale gelmektedir. Aynı zamanda cildi oluşturan deri, incelmeye başlamaktadır. Tüm bunlar bireylerin, günlük hayatları önünde bir engel oluşturabilmektedir. Örneğin: Artan eklem ağrıları, bireylerin günlük yaşamındaki hareketliliği kısıtlamaktadır. Diğer yandan bireylerin, hafıza kaybı yaşamaları sonucunda yapacakları ya da söyleyecekleri sözleri unutmalarına neden olmaktadır. Bu değişimler yaşlı bireylerin önceden yapabildikleri işleri artık yapamamasına ya da bu işleri yaparken zorluk çekmesine neden olmaktadır. Örneğin: Kırsal kesimde yaşayan yaşlı bir birey; yaşlılık döneminden önce sahip olduğu tarlayı rahatça ekip biçebilirken, yaşlılık dönemiyle beraber bedeninde meydana gelen değişimler nedeniyle tarlasını ekip biçerken zorlanmaktadır. Özellikle bedeninde meydana gelebilecek olan “kamburlaşma” durumu yaşlı bir bireyin eğilip kalkmasını engelleyebilmektedir. Diğer yandan bireylerin ruhsal sağlıklarını bozarken, yalnızlık durumlarını arttırabilmekte ve bireylerin, toplum içerisinde uzaklaşmalarına neden olmaktadır. Örneğin: Yaşlanan bireylerin ciltlerinde meydana gelen kırışıklıklar daha önceki dönemlerde bu dönemde olduğu kadar belirgin olmadığı için bireyleri rahatsız etmezken, bu dönemde daha da belirgin bir hale gelmesi yaşlı bireyleri rahatsız etmeye başlamaktadır. Bu durum yaşlı bireylerin, kendilerini kötü hissetmesine ve kendilerini çirkin görmesine neden olabilmektedir. Bu nedenle, toplum içerisindeki varlıklarını sürdürmek istememektedirler. Hatta modern toplumlardaki bazı yaşlı bireyler, ciltlerinde meydana gelen bu kırışıklıklardan kurtulmak için “estetik” operasyonlara maruz kalmaktadır. Bu operasyon sonucunda ciltlerindeki kırışıklıkların giderilmesi, daha genç bir görünüme sahip olmaları onların eskisinden bile daha iyi hissetmelerini sağlamaktadır.

Yaşlanan bireylerin zihinlerinin aktif bir şekilde çalışabilmesi için birtakım pratik çalışmalar yapmaları gerekmektedir. Örneğin: Kitaplara karşı ilgisi olan bireylerin kitap okuması, onların hafızalarının güçlenmesine ve beyinlerinin bir makine gibi işlemesini sağlayacaktır. Çünkü okuma sırasında beyin, alıcılarını açmaktadır. Kitaptaki bilgileri algılayabilmek ve bu algıladıklarını anlamlandırabilmek için sürekli bir çaba halinde olmaktadır. Görme engeli olan yaşlı bireyler ise, elektronik kitaplardan yararlanarak bu aktiviteyi gerçekleştirebilmektedir. Elektronik kitapları sesli olarak dinleyerek duyduklarını anlamlandırmaya çalışmaktadırlar.

### 2.2.2.Psikolojik Yaşlanma

Yaşın ilerlemesiyle beraber bireylerin algılama, öğrenme, anlamlandırma ve problem çözme gibi yetenekleri ve kişilik kazanma alanlarına uyum sağlama yeteneklerini ifade etmektedir. Örneğin: Yaşlı bireyler, yeni bilgileri özümseme ve bazı konularda ortaya çıkan sorunları çözebilme konusunda farklı yetenekler geliştirebilmektedirler. Bu süreçte bireylerin zihinsel esneklikleri ve psikolojik uyum yetenekleri önemli bir rol oynamaktadır. Psikolojik yaşlılık, genellikle bireylerin yaşlılık dönemine hazırlıksız yakalanmalarıyla gerçekleşmektedir. Bireyler, hiç yaşlanmayacaklarını düşündükleri için kendilerini tamamen işlerine bağımlı kılmaya başlamaktadırlar. Bunun sonucunda ise, emeklilik dönemlerine geldiklerinde psikolojik bir çöküntü yaşayabilmektedirler. Bireylerin bu konu hakkında önceden bilgilendirilmesi, bu problemi ortadan kaldırmada etkili olmaktadır. Örneğin: Emekli olduktan sonra hayatlarında bazı değişimler yaşayacakları ve bu değişimlere uyum sağlayabilmeleri için yapmaları gereken şeylerin anlatılması onların rahatlamasını sağlamaktadır. Bu dönemde yaşlı bireylere karşı olumlu yaklaşımlar sergilemek, onların bu durumu daha çabuk kabullenmelerinde etkili olmaktadır. (Yeşiltepe, 2021:14).

Bu yaşlanmaya göre, yaşlanan bireylerin olayları anlama ve değerlendirme durumları farklılaşmaya başlamaktadır. Bu durum “dikkat” kavramı çerçevesinde değerlendirildiğinde, farklı dikkat çeşitleri ortaya çıkmaktadır. Bunlar: Seçici Dikkat, Bölünmüş Dikkat ve Sürekli Dikkattir. Seçici Dikkat: Bireylerin birden çok olayla karşılaşması durumunda, bu olaylardan sadece dikkatini çeken olaylara odaklanma durumudur. Örneğin: Sınıfta konuşulan konulardan sadece dikkatini çeken konulara odaklanmak ve diğer konuları dinlememektir. Bölünmüş Dikkat: Bireylerin birden çok olayla karşılaşması durumunda, bu olayların hepsine odaklanmaya çalışma durumudur. Örneğin: Sınıfta konuşulan tüm konulara dikkat kesilmeye çalışmaktır. Sürekli Dikkat: Bireylerin, bir olay karşısında dikkatini sürekli o olaya karşı canlı tutmaktır. Örneğin: Sınıfta yaşanan ya da konuşulan olay karşısında, dikkatini başka bir şeye karşı yöneltmemeye çalışmaktır. Sürekli yaşanan ya da konuşulan olay karşısında, düşünmeye ve anlamaya çalışmaktır. Fakat bireyler, yaşlanmaya başladıkça bu dikkat seviyeleri de azalmaya başlamaktadır. Bir olay ya da olaylar karşısında, çok fazla dikkatlerini toplayamamaktadırlar (Santrock, 2016:565-567).

Bu dönem doğru yönetilmezse yaşlanan bireylerin; karşısındaki bireylere karşı güvensiz olmalarına ve hayatlarını doğru yönetmek için bir çaba göstermemelerine neden

olmaktadır. Bu durum yaşı bireylerin, umutsuz olmasına da neden olmaktadır. Daha önce fiziksel durumlarının elverişli olmasından kaynaklı olarak istedikleri eylemleri gerçekleştirirken zorluk çekmeyen bireyler, yaşlandıktan sonra fiziksel durumları değiştiği için genelde zorluk çekmeye başlamaktadır. Bu değişimler, biyolojik yaşlanmayı göstermektedir. Örneğin: Yaşlılık döneminden önce rahatça yürüyebilen bazı bireyler, yaşlılığın verdiği değişimin sonucu olan yürümekte zorluk çekmesi “baston” a ihtiyaç duymasına neden olmaktadır. Ondan destek alıp yürümek yaşı bireylerin daha rahat bir şekilde hareket etmesini sağlayabilmektedir. Bu durumu yaşayan yaşı bireyler, hiçbir şeyin eskisi gibi olamayacağını farkına varmaktadır ve bu yeni durumlara uyum sağlamaya çalışmaktadırlar. Uyum sağlayamayan çoğu yaşı birey, kendini ruhsal açıdan huzursuz hissetmektedirler. Uyum sağlayan yaşı bireyler ise, her şeyin bir çözümü olabileceğini düşünüp umutlarını yeniden kazanmaktadırlar. Hatta bu durum, önceki dönemlerde yaptıkları birçok şeyi bu dönemde de yapabileceklerini düşündürmektedir. Kendilerini yaşlanmış olarak hissetmemeye başlamakta ve ölüm kavramından daha da uzak durmaya başlamaktadırlar.

Bireylerin, kimliklerinde yazan yaşı dikkate almayıp kendilerini hangi yaşta hissediyorlarsa o yaşa sahip olduklarını düşünmektedirler. 50 yaşında olan bir bireyin kendisini, 90 yaşında olan bir birey gibi hissetmesi ya da 90 yaşında olan bir bireyin kendisini 50 yaşında olan bir birey gibi hissetmesi bu duruma verilebilecek örneklerden biridir. Bireylerin yaşamış oldukları bazı durumlar, hissettikleri duygular ve düşündükleri düşünceler üzerinde etkili olmaktadır. Örneğin: 70 yaşında olup bisiklet süren çoğu yaşı birey, kendilerini genç ve dinamik görmektedir. Bisikletin pedallarını çevirecek gücü kaybetmediğini görmek ve göstermek, özgüvenlerinin yükselmesini sağlayabilmektedir. 40 yaşında olup kendisini yorgun hisseden, sosyal ilişkileri zayıflayan, spor (yürüyüş, koşma, yüzme, voleybol) gibi faaliyetlere katılmak istemeyen bir birey ise kendisini yaşı bir birey olarak hissedebilmektedir. Genelde bu bireyler, yaşamlarındaki amaçlarını kaybeden bireylerdir. Amaçsızca yaşamaya alışarak bir robot gibi hareket etmeye başlamaktadırlar. Yani bu iki birey arasındaki farkın nedeni; bir tarafın amacı varken, diğer tarafın yaşamındaki amacını kaybetmesinden kaynaklanmaktadır.

Yaşlılık döneminde evli bireylerin eşini kaybetmesi onu psikolojik açıdan olumsuz etkilemektedir. Örneğin: İçine kapanma, mutsuz olma, geçmiş yaşantısına özlem duyma ve kendisini çaresiz hissetmeye başlamaktadır. Yapılan araştırmalara göre yaşı bireyler yalnız kaldıklarında güvensizlik ve korku hissetmeye başlamaktadır (Altunay, 2020:14). Çünkü bu döneme kadar eşiyse ya da çocuklarıyla beraber kalmaya alışmaktadır.

Alıştıkları yaşam tarzının dışına çıkmak çoğu yaşlı birey için bir sorun haline gelmektedir. Aynı zamanda yaşlı bireyler bu dönemde kırılgan bir yapıya bürünmektedirler. Yani her açıdan daha hassas bir yapıya sahip olmaktadırlar. Örneğin: Önceki dönemlerde alınmadığı şeylere karşı alınganlık göstermeye başlamakta ve bu durum sonucunda kendisini üzgün hissetmektedir. Her yaşlı birey için yalnız başına yaşamakta kolay bir durum olamamaktadır. Eğer temel ihtiyaçlarını kendisi karşılayabiliyorsa ve yalnız başına yaşamaya uyum sağlayabilirse bu durum yaşlı bireyler için bir sorun olmaktan çıkmaktadır. Fakat kendi ihtiyaçlarını karşılayamayacak kadar “elden ayaktan düşerse” yalnız yaşamak onun için bir sorun olacaktır. Temel ihtiyaçlarını giderme konusunda zorluk çekecek ve belki de gidermek için uğraşırken başına daha farklı sorunlar açacaktır. Örneğin: Yemeğini ısıtabilmek için ocağı yakmak zorundadır. Fakat yemeğini ocaktan alıp ocağı kapatmayı unutması halinde evde yangın çıkmasına neden olabilmektedir. Özellikle yaşlılık döneminde ortaya çıkan sorunlardan biri “unutkanlık” durumudur.

### **2.2.3.Kronolojik Yaşlanma**

Kronolojik yaşlanma, bireylerin doğumlarından itibaren başlayan ve yaşamlarının son anına kadar geçen bir süreci ifade etmektedir. Bireylerin hayatları, “ölüm”le son bulmaktadır. Bu nedenle, bireylerin yaşamları boyunca geçen süre önemli görülmektedir (Yeşiltepe, 2021:12). Örneğin: Bir birey 90 yaşında olduğunda ya da 70 yaşında olduğunda bu yaş oranı onun kronolojik yaşını ifade etmektedir. Bu yaş, yaşlı bireyin doğumundan başlayıp o ana kadar geçen süreyi ifade etmektedir. Bu yaşlanma, bireylerin zaman içerisinde nasıl değişimler geçirdiğini gösterme konusunda önemli bir ölçüttür.

Kronolojik yaşlılık; genç, ileri ve çok ileri yaşlılık olarak üç grupta incelenebilmektedir:

- Genç yaşlılık grubuna girenler; 65-75 yaş aralığında bulunmaktadır.
- İleri yaşlılık grubuna girenler; 75-85 yaş aralığında bulunmaktadır.
- Çok ileri yaşlılık grubuna girenler; 85 yaş ve üzeridir.

Kronolojik yaşın yaşlılığın başlangıcı olarak ele alınması, fizyolojik yaşın belirlenmesinin güç ve psikolojik olarak tanımlanmasının da imkânsız olmasından kaynaklanmaktadır (Altunay, 2020:9-10). Örneğin: 65 yaşında olan bir birey, kronolojik yaşından dolayı yaşlı olarak kabul edilmektedir. Fakat bu yaşlı birey, spor yaparak sağlıklı bir vücuda sahip olabilmektedir. Dış görünüşü itibariyle dinç olarak görülmekte ve daha genç bir yaşa sahip olduğu düşünülmektedir. Özellikle yaşlı bireye karşı; sosyal çevresi tarafından dış görünüşü itibariyle yaşını hiç göstermediği, genç bir birey gibi

gösterdiğinin söylenmesi onun kendi fiziğine ve sağlığına daha çok önem vermesini de sağlayacaktır.

#### **2.2.4.Ekonomik Yaşlanma**

Bireylerin çalışma performanslarının azalmaya başladığı ve çalışma hayatına son vermeye başladıkları bir yaşlanma türüdür. Bireylerin emekli olduktan sonra gelirlerinin azalması, aldığı maaşla tüm ihtiyaçlarını karşılayamaması, yaşlılık dönemiyle beraber geçirilen değişimler sonucunda sağlık sorunlarının ortaya çıkması ve bunun sonucunda sağlık harcamalarının artması onların ekonomik anlamda zorlanmasına neden olmaktadır. Çünkü emeklilik dönemine giren tüm bireylerin maaşlarında bir azalma meydana gelmektedir ve bu azalma, artan ihtiyaçları karşılama noktasında zorluk çıkartmaktadır. Bu durum yaşlı bireylerin, huzursuz olmasına neden olmaktadır. Bazı yaşlı bireyler ise, emekli olduktan sonra kamu kurumlarında devam edemeyeceklerini bildikleri için özel kurumlara iş başvurusu yapmaktadırlar. Özel kurumlarda çalışan yaşlı bireyler, maddi anlamda bir yükselme meydana geldiğini gördüklerinde yaptıkları işe daha da sarılmaktadırlar. Aynı zamanda tekrar üretici konumuna gelmek onların özgüvenlerini yükseltirken, kendilerine duydukları saygı durumunu da arttırmaktadır.

Ekonomik olarak ortaya çıkan güç kaybının, yaşlı bireylerde yetersizlik hissi yaratabilmektedir. Bu hissiyat, yaşlı bireylerin sağlıklarını olumsuz anlamda etkileyebilmektedir (Göktaş, 2019: 48). Çünkü bazı yaşlı bireyler için “statü” oldukça önemli görülmektedir. Onlar için statü maddi kazancın yanı sıra; kendilerini iyi ve değerli hissettikleri, bedensel ve zihinsel olarak tatmin oldukları, üretken olabildiklerinin farkına vardıkları, çalıştıkları ortamlar aracılığıyla sosyalleşebildikleri bir kavram olarak görülmektedir. Özellikle çalıştıkları ortamlar aracılığıyla sosyal ilişkilerini koruyup sosyalleşmeye devam etmeleri konusu onlar için statü kavramını bir kez daha önemli kılmaktadır. Çünkü emeklilik dönemiyle beraber, sosyal ilişkileri zayıflamaya başlamaktadır. Sahip oldukları statüyü kaybetmeleri sonucunda, ruhsal olarak kendilerini kötü ve değersiz hissetmeleri normal görülmektedir. Hatta bazı yaşlı bireyler, statülerinin değişmesi sonucunda depresyona girebilmektedirler. Çünkü statüleriyle kendilerini özdeşleştirmiş ve saygınlıklarını sadece statüleriyle sağladıklarını düşünmektedirler. Emeklilik sonrasında ise, sosyal çevrelerindeki saygınlıklarının azalmaya başladığını düşünerek mutsuz olmaya başlamaktadırlar.

Ekonomik özgürlüğe sahip olan yaşlı bireyler göz önünde bulundurulduğunda, kendilerine daha çok güvendikleri görülmektedir (Miroğlu, 2009:57-58). Ekonomik

özgürlüğe sahip olamayan ya da emeklilik dönemiyle beraber maaşlarında azalma olan yaşlı bireyler göz önünde bulundurulduğunda özgüvenlerinin azalmaya başladığı görülmektedir. Bazı yaşlı bireyler, ekonomik özgürlüğünü yeniden ele alabilmek için “seyyar satıcılığı, ayakkabı boyacılığı, çay servisliği” gibi meslekleri yapmaktadırlar. Bu meslekler genelde “erkek” yaşlı bireyler tarafından tercih edilmektedir. Kadın yaşlı bireyler ise genelde; “örgü örme, ev yemekleri yapıp satma, çiçek yetiştirip satma” gibi meslekleri yapmaktadırlar. Ekonomik özgürlüklerini yeniden kazanırlarken, bir yandan da toplum içerisinde aktif olarak rol sürdürmeye devam etmektedirler. Çünkü yaptıkları bu işler, onların toplumla iç içe olmasını sağlamaktadır. Kendilerine maddi manevi destek sağlarken, karşılarındaki bireylerin de ihtiyaçlarının giderilmesine katkı sağlamaktadırlar.

Günümüzde maddi durumu iyi olmayan yaşlı bireyler, çeşitli kurumlar tarafından belirlenerek desteklenmektedir. Sosyal Güvenlik Kurumu aracılığıyla maddi durumu iyi olmayan yaşlılara, yiyecek ve içecek verilmektedir. Kış mevsiminde yaşlı bireylerin üşümemesi için “odun, kömür” gibi malzemeler getirilmektedir. Evlerini temizleyemeyen yaşlı bireylerin evlerine temizliklerini yapmaları için bu işi yapan bireyler gönderilmektedir. Belediyeler aracılığıyla 60 ve 65 yaş aralığındaki yaşlılar için indirimli, 65 yaş üstü yaşlı bireyler için ise ücretsiz olarak kullanılmaktadır.

#### **2.2.5.Sosyal-Sosyolojik Yaşlanma**

Yaşlı bireylerin sosyal hayat içerisindeki konumlarında ve iş hayatındaki güç ve yeteneklerinin yavaş yavaş kaybolmasıyla meydana gelmektedir. Bireylerin yaşlılık sürecine girmeleriyle birlikte, görevlerinde ve statülerinde değişimler yaşanmaktadır (Mancılık, 2015:6). Örneğin: Gençlik dönemindeyken kadınlar ve erkekler evlendikten sonra “eş”, “karı koca” statüsüne sahip olmaktadır. İlerleyen zamanla beraber “çocuk”ların meydana gelmesiyle ise “anne” ve “baba” rollerine sahip olmaktadır. Yaşlanma dönemine yakın ya da yaşlanma dönemine girmeleriyle beraber çocuklarını evlendirmesi ve onların da çocuklarının olması halinde “anneanne” ve “dede” rollerine sahip olmaktadır. Yaşlılık döneminin son evrelerine doğru ise, torunların evlenmesi ve onların da çocuk sahibi olmalarıyla beraber artık “büyükanne” ve “büyükbaba” statüsüne sahip olmaktadır. Yaşanan tüm rollerin sorumlulukları birbirinden farklıdır. Kadın; “eş” durumundayken kocasına yemek yapmak, evini temizlemek gibi sorumlulukları bulunmaktadır. Çocuk sahibi olduktan sonra ise; çocuğu bakmak, temel ihtiyaçlarını karşılamak, eğitim ve öğretim hayatıyla ilgilenip onu geleceğe hazırlamakla yükümlü olmaktadır.

Yaşlılık döneminde bireylerin karşılaştığı bir diğer durum, emeklilik dönemidir. Emeklilik dönemi genellikle bireylerin 65 yaş ve üzeri bir yaş grubuna girmeleriyle başlamaktadır. Bu dönemi iyi yöneten bireyler mutlu bir yaşam sürdürebilirken, bu dönemi iyi yönetemeyen bireyler mutsuz bir yaşam sürdürebilmektedirler. Çünkü maaşlarında yaşanan azalmalar doğrultusunda yaşamlarını tekrar şekillendirmek durumunda kalmaktadırlar.

Emeklilik dönemine giren bireylerin yeni yaşam tarzlarına uyum sağlayabilmesi için üç noktaya dikkat etmeleri gerekmektedir. Bu üç nokta: gerçekçilik, yüklenme ve özbenimseme durumudur. Gerçekçilik, içte ve dışta meydana gelen tüm değişimleri olduğu gibi kabul etmektir. Yüklenme, bireylerde meydana gelen değişimler sonucunda ortaya çıkan sorunlara yönelik çözüm üretmekte fayda sağlamaktadır. Özbenimseme, bireylerde ortaya çıkan tüm değişimlerin ve bu değişimler sonucunda ortaya çıkan sorunların içten bir şekilde kabullenilmesidir. Uyumun sağlanmasında önemli olan bu üç faktör birbirlerine bağlıdır. Gerçekçilik ve yüklenme faktörleri tek başına yeterli olamamaktadır. Bu iki faktörün tamamlanmasını sağlayan asıl faktör, özbenimsemedir. Özbenimseme, yaşlanan bireylerin yaşadıkları değişimlerin doğal bir durum olduğunu kabul etmelerini sağlayarak kendilerine duydukları özsaygıyı yükseltmektedir. Toplum içerisinde sosyalleşerek, üretilen ürünleri satın alıp üreticilere fayda sağlayarak, sosyal aktivitelere katılarak toplum içerisindeki varlıklarını sürdürmelerinin gerekli olduğunu onlara benimsetmeye çalışmaktadır. Özbenimseme durumuna uyum sağlayamayan yaşlı bireyler ise, toplum içerisindeki varlıklarından rahatsız olmaya başlamakta ve bu nedenle evlerine çekilip yaşamlarının sona ermesini beklemektedirler. Çünkü yaşadıkları değişimler sonucunda kendilerini kusurlu ve yetersiz görmeye başlamaktadırlar (Başaran, 2008:201-202).

### **2.3.Yaşlılık Döneminin Genel Özellikleri**

Yaşlılık dönemine giren bireylerin yaşadıkları değişimleri ve bu değişimlerin sonuçları bazı bilim dalları tarafından incelenmektedir. Örneğin: Yaşlı bireylerin zamanla beraber geçirdikleri fiziksel değişimler ve bu değişimlerle beraber ortaya çıkabilen sağlık sorunları “tıp” bilimi tarafından incelenmektedir. Yaşlılık dönemine giren bireylerin davranışlarında meydana gelen değişimleri ve ruhsal durumları, psikoloji bilimi incelemektedir. Sosyal hayatlarında yaşadıkları değişimleri, değişen rolleri ve bunun sonucunda değişen sorumlulukları ise sosyoloji ve sosyal hizmet bilimi incelemektedir.

### 2.3.1.Bilişsel Özellikler

Yaşları ilerleyen bireylerin zihinleri, esnekliğini kaybetmeye başlamakta ve bunun sonucunda birden fazla görevle karşılaşan bir yaşlı birey, bu görevleri yerine getirme konusunda zorlanmaya başlamaktadır (Mancılık, 2015:9-10). Örneğin: Yaşlı bir birey yemek yaparken aynı zaman da telefonla konuşma işini gerçekleştirme konusunda zorlanmaktadır. Hatta bu durumu yaşayan yaşlı birey, yemeği yakabilir ya da yemeğe koyması gereken bazı malzemeleri unutabilmektedir. Unutkanlık durumu, yaşlılık sürecinde karşılaşılan diğer sorunlardan biridir.

Bu dönemde yaşlı bireylerin, yeni bilgileri öğrenme ve yeni bilgileri zihinlerine işleme süreleri uzamaya başlamaktadır. Çünkü yaşlanmayla beraber yaşlı bireylerin zihinlerinde yavaşlamalar meydana gelmektedir. Bu durum çoğu yaşlı bireyin düşünmesine, konuşmasına ve düşündüklerini anlayıp anlamlı cümleler kurmasına engel değildir. Fakat bazı yaşlanan bireyler, yaşlılıktan ötürü ortaya çıkan değişimlerden dolayı düşündüklerini anlamakta ve anlamlandırıp cevaplamakta zorlanmaktadır. Bu durum tüm yaşlı bireylerde farklılık göstermektedir. Çünkü hiçbir birey, birbiriyle aynı değildir. Bu nedenle yaşlı bireylerle iletişim kurulurken; basit ve kısa cümleler kurma, yavaş konuşma, konuşulan şeyleri görsel kullanarak anlatma, bir anda çok fazla cümle kurmamak gerekmektedir. Bu durumlara dikkat edildiğinde, yaşlı bireylerin konuşulanları anlamakta zorlanmadıkları görülmektedir.

Yaşlanma süreciyle beraber ortaya çıkan bilişsel değişimlere dair araştırma sonuçları şu şekilde sıralanabilmektedir: (Mancılık, 2015: 9-10).

-Bilgi işlem hızındaki yavaşlama bu dönemde ortaya çıkmaktadır. Bu yavaşlama durumu, günlük hayatlarını etkileyebilmektedir. Örneğin: Yeni alınan bir telefonu kullanmak için kullanma kılavuzunu açan yaşlı bir birey, okudukları anlama konusunda zorluk çekebilmekte ve öğrendiklerini kısa süre içerisinde unutabilmektedir.

-Dikkatini bir konuya ya da işe verme konusunda konsantrasyonunu sağlamakta zorlanmaktadır.

-Bazı bellek işlevleri bozulurken, bazıları yaşa rağmen korunmaktadır. Örneğin: Episodik bellek, belirli gün ve saat gibi zaman dilimlerini hatırlama konusunda yardımcı olmaktadır. “Dün, gün içerisinde neler yaptım?” Flaş bellek, bir olaya ya da ana ilişkin hafızada resim canlandırma konusunda yardımcı olmaktadır. “Geçen yaz mahallede yaşanan kavgayı dün gibi hatırlıyorum.” Bu iki bellek türünde yaşlanmayla beraber gerilemeler yaşanmaktadır. Semantik bellek, geçmişe ait olan bilgileri saklamakta

yardımcı olmaktadır. “Kızımın ve oğlumun ilk sözcüklerini çok iyi hatırlıyorum.” İşlemsel bellek, yeteneklerin korunmasında yardımcı olmaktadır. “Yüzmek, bir müzik aleti çalmak (keman, gitar, piyano vb.), voleybol oynamak.” Semantik bellek ve işlemsel bellek, bireylerin yaşlanmasına rağmen korunmaktadır. Yani bu iki bellek türünde, gerileme gibi bir durum söz konusu değildir.

-Karşısındaki bireyi dinlerken onun söylediklerini anlamakta ve ona cevap vermekte hızlı hareket edememektedir. Bunun nedeni, zihinlerinin eskisi kadar hızlı düşünememesinden kaynaklanmaktadır.

### **2.3.2.Fiziksel Özellikler**

Yaşlı bireyler, zamanın ilerlemesiyle beraber fizyolojik olarak bazı değişimler geçirmektedir. Örneğin: bulanık görme, damar sertleşmesi, cilt esnekliğinin kaybedilmesi, derinin incilmesi ve kırışması, sinir hücrelerinde ve bağlantılarında azalma, kan basıncının artması gibi durumlardır.

Yaşlılık dönemi, kaçınılmaz değişimleri meydana getirmektedir. Ancak tüm yaşlı bireyler adına genelleme yapılması doğru değildir. Çünkü tüm bireyler, birbirlerinden farklıdır. Her yaşlı birey, aynı yaşam standartına sahip olmamakla beraber aynı şekilde beslenememektedir. Örneğin: Sağlıklı ve dengeli beslenen yaşlı bir bireyde meydana gelen “kasın güçlenmesi” durumu, sağlıksız ve dengesiz beslenen yaşlı bir bireyde “kasın güçsüzleşmesi” şeklinde meydana gelmektedir. Yaşlı bireylerin; sağlıklı bir şekilde beslenmesi ve kişisel bakımlarını düzenli bir şekilde yapabilmesi, onlarda meydana gelebilecek olan fiziksel yıpranmaları da geciktirmektedir. Tüm yaşamını sağlıklı bir şekilde geçiren yaşlı bireylerin, toplum içerisindeki varlıkları da önemli bir yer tutmaktadır (Yeşiltepe, 2021: 18). Çünkü sağlıklı olan yaşlı bireyler, toplum içerisindeki varlıklarını sürdürmek için çeşitli yolları deneyebilmektedirler. Sağlıklı olmayan yaşlı bireyler ise, mecburi bir şekilde genelde evlerinde dinlenip yatmayı tercih etmektedirler. Her ne kadar diğer yaşlı bireyler gibi toplum içerisinde aktif olarak rol sürdürmek isteseler de bu duruma gücü yetmeyen yaşlı bireyler, bu hayatlarını kabullenmek zorunda kalmaktadırlar.

Fiziksel açıdan meydana gelen değişimler, yaşlı bireylerin temel ihtiyaçlarını giderebilme konusunda onlar açısından bazı sorunları ortaya çıkarabilmektedir. Örneğin: Kıyafetlerini değiştirebilmek için bir başkasının yardımına ihtiyaç duyabilmekte, hastaneye gidebilmek için kendisine yardım edecek bir refakatçi arayabilmektedirler. Bu dönemde yaşanan güç kaybı; ellerini, kollarını ve bacaklarını hareket ettirme konusunda sorun

oluşturmaktadır. Eskisi gibi rahat bir şekilde yürümekte zorlanma, dengede durmakta zorlanma, ayakta durmakta zorlanma, merdiven çıkmakta zorlanma, çatal ve bıçak gibi ürünleri kullanma vb. konularda zorlanmaktadırlar.

Bu dönemde duyularda görülen zayıflama, yaşlı bireylerin yaşantısını önemli ölçüde etkilemektedir. Koku ve tat duyularında ortaya çıkan azalmalar, yaşlı bireylerin yedikleri besinlerin tadını ve kokusunu algılamada zorluk yaşatarak beslenme alışkanlıklarını olumsuz olarak etkilemektedir. Bazı yaşlı bireyler, yedikleri besinlerden koku ve tat alamadıkları için yemek istememekte ve böylece bazı besinlerden uzaklaşmaya başlamaktadır. Bu durum yaşlı bireylerin, fiziksel anlamda zayıflamasına yol açarak bazı hastalıkların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Çünkü vücut, kilo kaybı yaşadıkça gücü azalmaya başlamakta ve bu gücü yeniden kazanabilmesi için protein ve vitamin içeren besinlerin tüketilmesi gerekmektedir.

İşitme kaybı ise, yaşlı bireylerin çevresel uyarıcılardan gelen sesleri algılamasında ve bu çevresel uyarıcılara karşı tepki vermesine engel olmaktadır. Örneğin: Yolda yürüyen yaşlı bir bireyin, arabadan gelen korna seslerini duymaması oldukça riskli bir durumdur. Korna sesini duymaması sonucunda, kaza geçirebilmekte ve bu kazalar sonucunda, hayatlarını kaybetme olasılığıyla karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu durumda yapılması gereken çözüm, kulağa işitme cihazının takılması gereklidir. Bu cihazların kullanılması halinde, yaşlı bireylerin yaşadıkları iletişim sorunları ortadan kalkacaktır.

### **2.3.3.Psikolojik Özellikler**

Yaşlılık döneminin psikolojik özellikleri, bilişsel becerilerde ve duygusal davranışlarda görülen değişimlerle ilgilidir. Bilişsel becerilerdeki değişimler zekâ, dikkat, öğrenme, bellek, dil, akıl yürütme ve bilişsel esneklik gibi alanlarda farklılaşmayı; duygusal değişimleri ise duygu durumu, güdülenimler ve baş etme becerilerindeki farklılaşmayı içermektedir. Yaşlı bireylerde zihinsel ve kişilik yapılarında ortaya çıkan değişimler sonucunda eskiye özlemin artması, yaşama gücü ve isteğinin azalması, yeni durumları ve yeni düşüncelere uyum sağlamada güçlük, benlik saygısında azalma, gelecek endişesinden dolayı maddiyata önem verme gibi durumlar görülebilmektedir. Ayrıca yaşlı bireylerde sağlığına aşırı dikkat etme, huysuzluk, alınganlık, ara sıra kendi kendine konuşma, şimdiki nesli beğenmeme ve eleştirme, depresyon hali ve ilgiyi kendilerine yönlendirmek için hastalık şikâyetinin artması gibi durumlar da görülmektedir (Kalaycı, 2015:14-15). Hatta bazı yaşlı bireyler, hasta olmamasına rağmen ilgiyi kendisine yönlendirebilmek adına hasta numarası yapabilmektedir. Bu anlarda bir

“çocuk” kadar narin ve hassas olabilmektedirler. Çocuklar gibi istenmeyen durumlar karşısında şikâyetçi olabilmektedirler.

Yaşlılarda görülen ruhsal sorunlar, onların sosyal hayatında farklılıkları meydana getirmektedir. Aynı zamanda bu farklılıklar, yaşam doyumlarını ve yaşam kalitelerini etkileyebilmektedir. Değişen toplum düzenine uyum sağlamakta zorlanmakta ve bunun sonucunda bir endişe haline kapılmaktadır. Çünkü dünya sürekli bir değişim halindedir. Yaşlı bireyler ise, zihinsel ve bedensel olarak yaşlanma sürecine girdikleri için bu düzene uyum sağlayamaması normal karşılanmaktadır. Yaşlı bireyler, sosyal hayattan kopmaya başladıkça eski yaşamına özlem duymaya başlamaktadır. Bulunduğu toplumun bir parçası olmadığını kendine söylemeye başlamakta ve bu durum onun içine kapanmasına neden olmaktadır. Bu dönemde kendisini değersiz görmeye başlamaktadır. Bu durumdan kurtulabilmesinin yolu, ailesi ve yakın çevresi tarafından değerli görülmesi, sosyal ilişkilerinin eskiye oranla daha da güçlendirilmesi yoluyla gerçekleşebilmektedir. Örneğin: Yakın çevresiyle belirli günler belirleyip spor yapmaları, kadınların kendi aralarında “gün” yapmaları, aileleriyle beraber piknik yapmaları, ev ya da bahçe işlerinde yaşlı bireylerden yardım istemek, önemli konularda karar almadan önce yaşlı bireylere danışıp onlardan fikir almak ve onların fikirleri doğrultusunda hareket etmek gibi eylemler yaşlı bireylerin kendilerini değerli hissetmesini ve özgüven eksikliğinin ortadan kalkmasını sağlamaktadır.

Yaşlılık döneminde yaşlı bireyler, genellikle yalnız başına kalmaktadır. Yetmiş yaş ve bu yaştan üzerindeki yaşlı bireylerin çoğunun eşi vefat ettiği için yalnız kalmaktadır. Uzun yıllar boyunca evli kalmış bir yaşlı bireyin, eşinin ölmesiyle beraber yalnızlığının boyutu da artmaktadır (Apak, 2017:24) Modern toplumlar göz önünde bulundurulduğunda, çoğu kadın ve erkeğin çalışma hayatında olduğu görülmektedir. Çocuklarıyla beraber aynı evde yaşayan yaşlı bireyler ise yalnız başına kalabilmektedir. Çünkü çocuklarının gün boyu işte olması, torunlarının da gün boyu okulda olması yaşlı bireylerin evde yalnız kalmasına neden olmaktadır. Çocuklarıyla beraber aynı evde yaşayan yaşlı bireyler, çocukları bir karar alırken kendilerine de danışılmasından hoşnut olmaktadır. Fakat günümüz göz önünde bulundurulduğunda çoğu birey, anne ya da babasına danışmadan birtakım kararlar almaktadır. Bu durum ise yaşlı bireyin kendisini değersiz görmesine neden olabilmektedir. Onların düşünceleri kendileri açısından önemlidir ve başkaları tarafından da düşüncelerinin önemsenmesini istemektedirler. En azından “sözde” de olsa sadece kendilerinin fikirlerinin sorulması bile onları mutlu etmektedir.

Yaşlılığa uyum sağlama konusunda kadın ve erkekler arasında bazı farklılıklar görülmektedir. Örneğin: Modern öncesi toplumlarda kadınların çoğu eğitim konusunda ya engellenmekteydi ya da eğitim görmelerine rağmen çalışmalarına izin verilmemekteydi. Erkekler ise eğitim konusunda desteklenmekteydi ve çalışma hayatına katılmaları oldukça önemli görülmekteydi. Bu toplumlarda iş hayatına giremeyen kadınlar, yaşlılık döneminde ekonomik sıkıntılarla karşılaşmaktadır. Çünkü gelir getiren bir kaynakları ya da maaşlarının olmaması durumunda başkalarına bağlı olmak zorunda kalmaktadırlar. Modern toplumlarda ise kadınların iyi eğitimler alması ve çalışma hayatına katılmaları amaçlanmaktadır. Bu durumda çalışan bir kadın yaşlılık dönemine girip emekli olduğunda ekonomik anlamda sıkıntı çekmemektedir (Göktaş, 2019:58-59). Çünkü emekli maaşları tüm ihtiyaçlarını karşılayamasa da maddi anlamda bir özgürlük sağlamaktadır. Hatta modern toplumlarda bireyler çok fazla çocuk sahibi olmamaktadır. Bunun nedeni ise; kendi hayatına daha çok odaklanabilmek, yetiştirecek oldukları çocuk ya da çocukları daha iyi bakabilmek, onların daha iyi yerlere gelmesi için birikim yapabilmek, dinlenebilmek için kendilerine özel bir zaman ayırabilmek ve iş hayatında olan kadınların kariyer anlamında daha çok yükselmesini sağlayabilmektir.

Bu dönemde yaşlı bireylerin bedenlerinde meydana gelen değişimler, giydikleri kıyafetlerin önemini daha da arttırmaktadır. Giydikleri kıyafetlerin renkleri ve modelleri yaşlı bireyleri olumlu ya da olumsuz olarak etkileyebilmektedir. Bazı yaşlı bireyler renkli kıyafetleri tercih ederek psikolojik açıdan doyuma ulaşmaktadır. Bazı yaşlı bireyler ise siyah, beyaz gibi daha cansız renkleri tercih ederek psikolojik açıdan doyuma ulaşmaktadır. Hatta giydiği kıyafetlerin arkadaşları ya da aileleri tarafından beğenilmesi de onları mutlu etmektedir. Siyah, beyaz gibi renkler tercih eden bir yaşlı bireye, renkli bir kıyafet tercih etmesini söylemek ya da giymesi için onu zorlamak, onu mutsuz etmektedir. Renkli kıyafetler seçen yaşlı bireyler, dikkat çekmeyi de göze almaktadır. Daha sade renkler tercih edenler ise, dikkat çekmekten uzak durmaktadır. Fakat her iki tarafında asıl amacı, giydikleri kıyafetler içerisinde rahatça hareket edebilmek ve mutlu olmaktır. Bazı yaşlı bireyler ise, küçüklükten gelen baskılardan dolayı kıyafet tarzlarında değişiklik yapmak zorunda kalmaktadır. Bunun nedeni, küçük bir çocukken aileleri tarafından renkli kıyafetler giymesi engellenmektedir. Bunun nedeni ise, dikkat çekmesini engellemektir. Aslında bireyin tercihi renkli, pileli, kısa tarz da kıyafetler olurken baskıdan dolayı bu tercihlerinden uzak durmak zorunda kalmaktadırlar. Bu durum yaşlılık döneminde de devam edebilmektedir. Yani yaşlı bireyler daha sade, süssüz, renksiz kıyafetler tercih etmek zorunda hissedebilmektedirler (Kacar, 2019: 56-

57). Bazı yaşlı bireyler de dikkat çekmemek, üzerlerinde baskı kurulmasını engellemek adına uzun ve kapalı kıyafetler tercih edebilmektedirler. Çünkü yaygın bir gerçek olan görülen şey, bireyler kapalı kıyafetler giydiklerinde başkalarının odağı olmaktan çıkmaktadırlar.

#### **2.3.4.Sosyolojik Özellikler**

Tüm bireyler; bir toplum içerisinde var olmaya başladıkları için toplumsal bir varlık olarak görülmektedir. Fakat yaşlılık evresine gelen bireyler, fiziksel ve ruhsal açılardan kendilerine has değişimler geçirdikleri için bireysel bir varlık olarak görülmektedirler (Doğramacı, 2019:22) Örneğin: Emeklilik dönemiyle beraber toplumsal rollerinde azalmalar meydana gelmektedir. Daha çok kendi ihtiyaçlarını karşılayacak işler yapmaya ve kendilerini mutlu edecek etkinlikler üzerinde çalışmaya başlamaktadırlar. Aynı şekilde sağlık durumlarının değişmesi durumunda yaşlı bireyler, kendi sağlıklarını iyileştirici yollar aramaya başlamakta ve daha çok bireysel bir yaşam tarzını benimsemeye başlamaktadırlar.

Bu dönemde toplum, yaşlı bireylere karşı “yaşlandığı” konusunda bazı mesajlar vermeye başlamaktadır. Bunun nedeni eski statüsünü kaybetmeye başlaması ya da kaybetmesinden kaynaklanmaktadır (Ekinci, 2021:16). Yaşlı bireylerin emekli olmadan önce gerçekleştirmiş oldukları işler görmezden gelinmeye başlamaktadır. Fakat yaşlı bireylerin, emeklilik dönemine kadar doğru işler yaptığı ve başardığı konusunda desteklenmesi onların içsel olarak kendilerini gururlu hissedip mutlu olmalarını sağlayacaktır. Özellikle yanında biri varken, başka biriyle karşılaşması sırasında başardığı işlerin konuşulması ve bu işlerin övülmesi yaşlı bireyi oldukça mutlu etmektedir. Son döneme ulaşan tüm yaşlı bireylerin, yaptıkları işlerin gururlu bir şekilde konuşulması ve bu işlerin beğenilmesi onların tatmin olmasını sağlayacaktır. Böylece yaşlı bireyler, olumsuz düşüncelerinden sıyrılmaya başlayıp başkaları için hala değerli olduklarını hissetmeye başlayacaklardır.

Çalışma hayatlarının sona ermesiyle birlikte, yaşlı bireylerin sosyal ilişkilerinde belirgin bir azalma ya da tam anlamıyla sona erme durumu meydana gelmektedir. Bu değişim, yaşlı bireylerin sosyal hayatlarında önemli bir dönüşüm yaratmaktadır ve daha çok yakın çevreleriyle iletişim kurmaktadır (Göktaş, 2019:55-56). Fakat bazı yaşlı bireyler, bu döneme uyum sağlamakta güçlük çektikleri için yakın çevrelerinden de uzaklaşabilmektedirler. Bu durumdan kurtulabilmelerinin yollarından biri, spordur. Çünkü spor, tüm bireylerin sağlıklı bir bedene ve ruha sahip olmasını sağlarken; aynı

zamanda bireylerin sosyalleşebilmesinde de önemli bir rol oynamaktadır. Örneğin: Grupça yapılan sporlar, grup içerisindeki bireylerin birbirlerine ihtiyaç duymasını sağlamaktadır. Bu ihtiyaç, iletişim halinde olmak ve öğrenme ihtiyacıdır. Bireyler bulundukları alandaki sporun nasıl yapılacağını, faydalarını vb. bilgileri öğrenmek adına birbirleriyle bir iletişim haline girmektedirler. Aynı zamanda bulundukları ortam içerisinde sohbet etme ihtiyacı doğmaktadır. Bu bireylerin aralarındaki iletişim zamanla arkadaşlık ve dostluk ilişkisinin oluşmasına olanak sağlamaktadır. Hatta bireylerin, birbirlerinin düşüncesinden etkilenebilmesine de olanak sağlamaktadır. Böylece başkalarının düşüncelerine önem ve saygı göstermeyi, bazı kalıplaşmış yargılardan kurtulmayı sağlamaktadır. Çünkü tüm bireylerin kalıplaşmış yargılardan kurtulabilmesinin yolu, başka düşüncelere ve yeniliklere açık olmasıyla gerçekleşmektedir. Yaşlı bireylerin sosyal ilişkilerini yeniden kazanmak ya da korumaları için spor dışında yapabilecekleri diğer etkinlikler şu şekilde sıralanabilmektedir: kültürel ve sanatsal etkinlikler, kurslar, destek grupları, sosyal kulüpler şeklinde örneklendirilmektedir.

#### **2.4.Yaşlılık Olgusuna Yönelik Sosyolojik ve Psikolojik Kuramlar**

Toplum, dinamik bir yapıya sahip olduğu için her geçen gün birtakım değişiklikler meydana gelmektedir. Toplumu oluşturan en önemli parça “birey”ler olduğu için bu değişikliklerden en fazla etkilenen de bireylerdir. Bu kuramlar ise toplumda meydana gelen bu değişikliklerden etkilenen yaşlı bireyleri ele almakta ve bu değişimlerin onların hayatlarındaki olumlu ve olumsuz sonuçlarına odaklanmaktadır (Ekinci, 2021:28).

Yaşlılığı ele alan kuramlar; bireylerin sosyal hayatında, toplumsal statü ve rollerinde meydana gelen değişimlerden nasıl etkilendiklerini açıklamaktadır. Bu kuramlar genelde, 1950 ve 1960’lı yıllarda geliştirilmiştir. Ayrıca bu kuramların temelini psikoloji ve sosyoloji alanları oluşturmaktadır (Şirinbilek, 2020:10). Kuramlar ve kuramlara ait bilimsel açıklamalar ise şu şekildedir:

##### **2.4.1.Etkinlik (Aktivite) Kuramı**

Bu kuram, 1953 yılında; kimyager ve fizikçi olan Robert James Havighurst, yazar ve yapımcı olan Sheldon Sidney Tobin ve psikolog Bernice Neugarten tarafından geliştirilmiştir. Bu kurama göre yaşlı bireyler, ister istemez bir mutsuzluk hali yaşamaya başlamaktadırlar (Doğramacı, 2019:39). Bunun nedeni, önceki yaşamlarından daha farklı bir hayat yaşamak durumunda kalmalarından kaynaklanmaktadır. Dünya da var olan

hiçbir şey aynı kalmamaktadır. Bu nedenle yaşlanan bireylerin hayatlarının farklılaşması durumu da normal görülmektedir.

Sağlık durumu elvermeyen yaşlı bireylerin, bazı aktivitelere (koşmak, ip atlamak, zıplamak vb.) katılması beklenememektedir. Aynı şekilde ekonomik güce sahip olmayan yaşlı bireylerin, maddiyatın geçerli olduğu bir yerde var olması da beklenememektedir. Maddi anlamda zorluk çeken çoğu yaşlı birey, kültürel aktivitelere de daha az katılım sağlayabilmektedir. Örneğin: Konsere gitmek için yaşlı bir bireyin iyi bir maddi gücü olması gerekmektedir. Bazı sanatçıların konser biletleri pahalı olabilirken, bazı sanatçıların konser biletleri ucuz olabilmektedir. Pahalı olan konser biletleri çoğu birey tarafından tercih edilememektedir. Çünkü maddi gücü bu bileti almaya imkân vermemektedir.

Bu kurama göre önemli olan yaşlanan bireylerin sosyal ilişkilerinin değişmemesi ve gittikçe daha da güçlenmesi, farklı etkinliklerde yer almaları, çeşitli kurslara katılarak hem sosyalleşmeleri hem de kendilerine katkı da bulunmalarıdır. Örneğin: Bir kadının her gün “elişi” yapması göz önünde bulundurulduğunda, bu durum onun hala üretken bir birey olduğunu göstermektedir. Hatta bu yaptığı ya da yaptıkları elişini iş olarak görüp satan ve bu kazandığı parayla beraber hayatını sürdüren birçok yaşlı birey bulunmaktadır. Yine bir kadının devlet memurluğundan emekli olduktan sonra yaptığı birikimler doğrultusunda bir lokanta açması da üretken bir birey olduğunu göstermektedir. Hayatının akışına kaldığı yerden devam etmek çoğu yaşlı bireyin ev içinde sıkılmasını engellemektedir. Bu dönemde önemli olan, bireyler yaşlılık dönemine girseler dahi önceden yapabildikleri işleri tekrar yapabilmesi ya da hiç bırakmadan devam ettirebilmesidir. Örneğin: Bir kadının 60 yaşına gelse dahi tekrar sınava girip üniversite okuması demek, o rolü tekrar kazanabilmek demektir. Bugün birçok örneğine rastlanmaktadır. Hatta bazı kadınlar ya da erkekler, çocuklarıyla aynı okula gitmek için de sınava girmektedir. Onlarla beraber olmak hem kendilerine hem de çocuklarına birçok açıdan fayda sağlamaktadır. İletişimlerinin daha güçlü olması konusunda, yardımlaşma konusunda, arkadaşlık kurabilme konusunda fayda sağlamaktadır. Aralarında ortak bir payda oluşturmaktadırlar.

Yaşlı bireylerin yaptıkları rekreatif etkinlikler, onların özgüvenlerini kazanmalarında ve fiziksel anlamda kendilerini daha iyi hissetmeye başlamalarında etkili olmaktadır. Rekreatif etkinlikler, bireylerin ruhsal ve fiziksel açılarından iyileşmesini sağlamaktadır. Yapılan bir çalışmaya göre rekreatif etkinliklere katılan huzurevindeki yaşlı bireyler; arkadaşlık bağlarının daha da güçlendiğini, fiziksel açıdan daha rahat

edebildiklerini, kendilerini mutlu ve huzurlu hissettiklerini, birbirlerine olan saygının arttığını belirtmişlerdir. Yakınları tarafından desteklenen yaşlı bireyler ise, bu durumdan daha da olumlu etkilenmiştir. Özellikle katıldıkları etkinliklerin konuşulması, torunlarına ve yakın çevrelerine anlatılması onları daha mutlu bir birey haline getirmiştir. Aynı zamanda bazı yaşlı bireylerin, kötü alışkanlıklarından (sigara vb.) uzak durmaya başladıklarını belirtmiştir. Böylece sadece ruhsal ve fiziksel açılardan değil, sağlık açısından da olumlu etkiler ortaya çıkmıştır (Çokşen ve Güzel Gürbüz, 2023:33). Bu yapılan rekreatif çalışmalar, yaşlı bireylerin toplumun hala önemli bir parçası olduğunu da göstermiştir. Yaşlı bireyler, artık kendilerini daha değerli hissetmekte ve bu değerlerini bilerek hareket etmeye başlamıştır.

Bu kuramın eleştirilen tarafı; yaşlı bireylerin sürekli bir hareketlilik içinde sunulmasıdır. Fakat bu hareketlilik pekte rastlanılan bir durum değildir. Hatta günümüzdeki yaşlı bireyler, göz önünde bulundurulduğunda evinin bir köşesine çekilmiş oturan, evinden dışarı çıkmak istemeyen ya da bir huzurevinde, günlerini çocuklarının gelmesini bekleyerek geçiren bireyler bulunmaktadır. Bu kuramın tanımlamış olduğu yaşlı tiplerine daha çok Batı ülkelerinde rastlanılabilmektedir (Koçakgöl, 2017:17). Çünkü Batı ülkelerindeki çoğu yaşlı birey, kaç yaşına gelirse gelsinler kendilerini yaşlı olarak görmemektedirler. Kendilerini genç ve dinamik nüfustan biri olarak saymaktadırlar. Örneğin: Türkiye’de yaşlı bir bireyin bisiklet sürmesi ve bu şekilde dolaşması pek fazla rastlanılacak bir durum değildir. Fakat Batı ülkelerinde yaşlı bireyler, genelde araba yerine bisiklet tercih etmekte ve gidecekleri yerlere bisikletleriyle ulaşmaktadırlar. Hatta bisikletin pedallarını çevirmek belli bir güç istediği için bu gücü uygulayan bireylerin bacak kaslarını güçlendirmekte ve böylece bacaklarının güçsüzleşmesini engellemektedirler.

Toplum, bazı durumlarda yaşlı bireyler üzerinde baskı kurmaya çalışarak onlar üzerinde zorbalık yaratmaktadır. Çünkü bazı toplumlarda yaşlılar, önemsenmemekte ve varlıklarından rahatsızlık duyulmaktadır. Onların toplum içerisinde yapabileceği faaliyetleri sınırlandırmak, gençlerle olan iletişimlerinde aralarında oluşan mesafe, bazı hakaret edici sözler vb. durumlar yaşlı bireyleri toplum dışına itmektedir. Yaşlı bireyler de “yaşlandık”, “gücümüz yok” gibi ifadeler kullanarak pes ettiklerini ve artık uğraşacak güçlerinin olmadığını göstermeye çalışmaktadırlar. Eğer aileleri ya da arkadaşları tarafından bu ifadelerin onlar için geçerli olmadığı söylenirse ve ikna edilirse tekrar toplum içerisinde bir yer edinmeleri sağlanabilmektedir.

Önemli olan yaşlı bireylerin kendilerini mutlu ve değerli hissedecek etkinliklere yönltilmesidir. Bununla birlikte sohbet etmekten keyif aldığı dostları, (varsa) torunlarıyla bilgi ve deneyimlerini paylaşmak, onlarla vakit geçirmek, gönüllü kuruluşlarda yer almak ve var olan etkinliklere katılarak bu aktifliği tekrardan elde edebilmeleri sağlanmalıdır. Örneğin: Darülaceze Vakfına gönüllü olup yardıma ihtiyaç duyan bireyler için gönüllü çalışmalarına katılabilmektedirler.

#### **2.4.2.Süreklilik Kuramı**

Sosyolog ve gerontolog olan Robert C. Atchley tarafından ortaya koyulmuştur. Acthley süreklilik kuramını oluştururken kendisine Ericson'un psikososyal gelişim kuramını örnek almıştır (Oktik, 2004:32-33). Ericon'un kuramı, bireylerin geçtikleri dönemleri aşama aşama ele alarak bireylerin gelişimlerini nasıl tamamladıklarını ve gelişimlerini tamamlarken nasıl kimlik edindiklerini de ortaya koymaktadır.

Bu kurama göre önemli olan yaşlılık dönemine giren bireylerin, başarılı bir şekilde yaşlanmalarının sağlanmasıdır. Başarılı bir şekilde yaşlanmayı başaran yaşlı bireyler, yaşam doyumları konusunda da bir eksiklik yaşamayacaktır. Yaşam doyumunu ortaya çıkaran bazı bileşenler ise şu şekildedir: bireylerin bulundukları çevre, sahip oldukları statü, gelir düzeyleri, bulundukları coğrafi bölge, refah düzeyleri ve aile ilişkileridir (Appleton ve Song'dan aktaran Dağlı ve Baysal, 2016:1251). Yani yaşlı bireyler, başarılı bir şekilde yaşlanmayı başarsalar da her yaşlı bireyin yaşam doyumları farklı bir şekilde gerçekleşecektir. Yaşam doyumu; bireylerin yaşadıkları hayattan memnun olması, huzurlu ve iyi bir hayat yaşama, refah düzeyinin iyi bir seviye olması demektir.

Önemli olan nokta, bireylerin bu dönemden önceki yaşamlarında nasıl bir hayata sahip olduklarıdır. Yani sürdürdükleri hayatlarında ne kadar aktif ve ne kadar pasif oldukları, hayatlarını nasıl yönlendirdiklerini ve gün içerisinde gerçekleştirdikleri eylemleri önemli görülmektedir. Örneğin: Yaşlılık döneminden önce haftanın belirli günlerinde ve saatlerinde yürüyüş yapan bir birey, aktiftir. Yaşlılık dönemine geldiğinde de düzenli aralıklarla yürüyüşe devam edemezse bu aktifliğini korumak için başka alanlarda kendisini göstermeye çalışmaktadır. Arkadaşlarıyla gezmeye çıkabilmekte ya da tiyatro gibi etkinliklere katılıp toplum içerisindeki varlığını gösterebilmektedir. Yaşlılık döneminden önce pek fazla aktivite yapmayan, gününün çoğunu dinlenerek geçiren bireyler ise yaşlılık dönemine geldiğinde de aynı şekilde devam edecektir. Yani yaşlı bireylerde meydana gelen değişikliklere uygun bir şekilde roller edinmelerini sağlamak ve böylece yaşlılık dönemine uyum sağlamalarını amaçlamaktadır. Bu

rollerin belirlenmesinde ise yaşlı bireylerin sağlık durumları, sahip oldukları statü ya da emeklilik durumları ve gelir düzeyleri gibi faktörler etki etmektedir.

#### **2.4.3.Yaşamdan Geri Çekilme Kuramı**

Elaine Cumming ve William E. Henry tarafından 1961 yılında geliştirilerek ortaya koyulmuştur. Bu kuram; zamanla beraber yaşlanmaya başlayan bireylerin, sosyal ortamlarından nasıl uzaklaşmaya başladıklarını ve bu uzaklaşmayla beraber kendilerine daha çok zaman ayırmaya başladıklarını ifade etmektedir. Ayrıca bu dönemde yaşlı bireyler; fiziksel, psikolojik ve toplumsal açılardan geçirdikleri değişimler doğrultusunda toplumun içerisinde yavaş yavaş kendisini soyutlamaya başlamaktadırlar (Çevik Sökmen, 2008:14-15). Daha çok içsel olarak kendilerini sorgulamaya başlamakta ve hayatlarını gözden geçirmeye çalışmaktadırlar. Kendi içlerine çekilmeye başlamalarının bir nedeni de, hayatlarını artık nasıl yöneteceklerini düşünememelerinden kaynaklanabilmektedir. Örneğin: Kadın ya da erkek fark etmeksizin, çalışma hayatındayken belirli saatlerde kalkıp belirli saatler içerisinde çalıştıkları ofisler de ya da kurumlar da bulunmaktadırlar. Fakat emekli olduktan sonra, uyku düzenleri değişebilmekte ve belirli saatler içerisinde kalkmak artık zor gelmeye başlamaktadır. Bu durum tek kalan yaşlı bireyler için de geçerli olabilmektedir. Eşleriyle ya da çocuklarıyla beraber hayatlarını sürdüren yaşlı bireyler, eşlerinin vefatı ya da çocuklarından ayrılmalarıyla beraber bazı sorumluluklarını geri de bırakmak zorunda kalmaktadırlar. Örneğin: Düzenli olarak yemek yapmak ya da düzenli olarak market alışverişine çıkmak. Tek yaşayan bir yaşlı bireyin, bu sorumluluklarını düzenli olarak yerine getirme zorunluluğu kalmamaktadır. Alıştıkları düzenin dışına çıktıklarında yalpalayabilmektedirler.

Bu kurama göre yaşlı bireylerde, yaşa bağlı olarak meydana gelen zihinsel ve fiziksel değişiklikler, normal bir durumdur. Bazı fiziksel değişikliklerden dolayı sosyal hayatlarında pek fazla hareketli olamamaktadırlar. Örneğin: Kaslarının zayıflaması sonucunda hareketlerinde yavaşlamalar oluşan yaşlı bir birey, sosyal hayatta pek fazla yer almak istememesi durumu normal karşılanan bir durumdur. (Yeşiltepe, 2021:25). Aynı zamanda kendi istekleriyle toplumdan geri çekilmeye başlamaları da normal bir durum olarak görülmektedir. Örneğin: Yaşlılık döneminden önce bir restoran işleten bir birey, yaşlılık dönemine girdiğinde bu restoranı çocuklarına ya da başkalarına devretmek isteyebilmektedir. Çünkü bu döneme kadar iyi çalıştığını düşünmekte ve yaşamının son

döneminde olduğunu kabul edip kendisine özel bir dinlenme alanı yaratmak isteyebilmektedir.

Bireylerin fiziksel anlamda toplumdan uzaklaşmaya başlamaları, sosyal ortamlarındaki etkinliklerini azaltmaya başlayarak gerçekleşmektedir. Bunun sonucunda kendi bedenlerinde daha fazla enerji toplamaya başlamaktadır. Çünkü artık toplum içerisinde sosyalleşebilmek ve çeşitli etkinliklerle kendilerini ifade edebilmek için bir enerji harcamak durumunda kalmamışlardır. Bedenlerinde toplanan enerjiyi kendilerine harcamaya başlamakta ve bu durum onların daha huzurlu bir yaşam sürmelerinde etkili olmaktadır. Psikolojik anlamda toplumdan uzaklaşmaya başlamaları, dünya işlerine değil de kendilerini ilgilendiren konulara odaklanmaya başlamışlardır. Dünyaya olan ilgilerini azaltmakta ve kendi içlerine yönelmeye başlamaktadırlar. Böylece kendilerini daha değerli hissetmeye başlamaktadırlar. Çünkü artık öncelikleri “kendi”leridir. Bundan sonraki zamanlarda kendilerini ilgilendiren konulara odaklanacakları için daha düzenli bir hayat süreceklerini düşünmektedirler. Toplumsal anlamda uzaklaşmaya başlamaları ise, yaşlı bireylerin diğer bireylerle olan iletişiminin azalmasıdır. İlerleyen zamanlarda toplum ve birey, karşılıklı olarak birbirlerinden uzaklaşmaya başlamaktadır. Bu durumun sonucunda yaşlı bireyler, “ölüm” kavramının ne olduğunu daha iyi bir şekilde anlamaya başlamakta ve bu duruma karşı hazırlıklı hale gelmeye başlamaktadırlar (Çevik Sökmen, 2008:14-15).

Bu kurama göre yaşlı bireylerin, birçok alandan uzaklaşması beklenmektedir. Bunun nedeni ise; yaşlılık döneminde yaşlı bireylerin sağlık sorunlarının baş göstermesi veya artması, enerjilerinin azalması, emeklilik dönemine girmiş olmaları ve hayatlarının son dönemi olmasından kaynaklanmaktadır (Thompson ve Hickey’den aktaran Demirebilek, 2014:137). Yaşlı bireylerin yaşamaya başladıkları sağlık sorunları, onların toplum içerisinde aktif bir rol oynamalarını engelleyebilmektedir. Özellikle sürekli yatmak durumunda kalan yaşlı bireyler; toplum içerisindeki bazı rollerini ve statülerini kaybetmek zorunda kalmaktadırlar. Aynı şekilde statüyü kendisi için önemli gören ve emekli olduktan sonra bu statüyü kaybeden yaşlı bireyler, saygınlıklarını da kaybettiklerini düşünmektedirler. Bu nedenle toplum içerisinde pasif bir rol oynamaya başlamaktadırlar.

Bu kurama göre yaşlı bireylerin yaşamlarını kendi evleriyle sınırlandırmaları doğru bir eylemdir. Çünkü bu dönem yaşlı bireylerin kendilerine birebir daha çok zaman ayırmaları gereken bir dönem olarak görülmektedir. Bu şekilde yapmalarının sonucunda, kendi değerlerinin farkına varmaları sağlanacaktır.

#### **2.4.4.Rol Bırakma Kuramı**

Bu kuram Smit Blau tarafından geliştirilerek ortaya koyulmuştur. Yaşlı bireylerin rollerinden uzaklaşmasına neden olan iki faktör: emekli olmalarıyla işlerini kaybetmek zorunda kalmaları ve eşlerinin vefatıyla beraber yalnız kalmalarıdır (Göktaş, 2019:71). İş hayatlarının sona ermesi; boş zamanın ortaya çıkmasını sağlarken, yaşlı bireylerin bir boşluğa düşmesine de neden olmaktadır. Bazı yaşlı bireyler, hayatları boyunca sadece çalıştıkları için iş hayatlarının bitmesiyle birlikte kendilerini oyalayacak ya da gelişimlerine katkı sağlayacak alanlar bulmakta zorlanmaktadırlar.

Başka bir bilimsel çalışma sonuçlarına göre rollerini geri de bırakan yaşlı bireyler, daha da özgürleşmeye ve istedikleri gibi hareket ederken önlerinde bir engel olmadığı ifade edilmektedir (Doğramacı, 2019:47). Aslında bu durum yaşlı bireyin kendisiyle alakalı bir durumdur. Her birey aynı olmamakla birlikte, her bireyin rolleri ve özgürlük alanları da birbirinden farklı olmaktadır. Bazı yaşlı bireyler, rollerini geri de bırakmadan önce de istedikleri gibi hareket edebilirken; bazı yaşlı bireyler, rollerini geride bıraktıktan sonra bazı alanlardaki özgürlüklerine yeniden kavuşmaktadırlar.

#### **2.4.5.Toplumsal Değiş-Tokuş Kuramı**

Kuramın kurucularından biri, James J. Dowd'dur. 1975 yılında geliştirilip ortaya koyulmuştur. Kuramın temeli, karşılıklılık kavramına dayalıdır (Kalınkara'dan aktaran Kalaycı, 2015:29). Örneğin: Bireylerin maddi gücü elde edebilmesi için çalışması gereklidir. Maddi gücü elde edebilmek için çalışma hayatına zaman harcamaları ise ödedikleri bedel olmaktadır. Aynı şekilde bireylerin güvenliği olan bir konutta yaşamını sürdürmesi güvenliğini sağlarken, bu evi alabilmek için çalışma hayatında harcadığı zaman da ödedikleri bedel olmaktadır.

Bazı bireyler, yaşlı bireylerin yaşamdan geri çekilmesi doğru bulurken; bazı bireyler, bu durumun yanlış olduğunu ifade etmektedir. Bu durumu doğru bulan bireyler; yaşlı bireylerin bu döneme kadar ellerinden gelen her şeyi yaptıklarını, bu döneme kadar yaşamaları gereken her şeyi yaşadıklarını ileri sürmektedirler. Bu durumun yanlış olduğunu ifade eden bireyler ise, yaşlı bireylerin hala toplumun önemli bir parçasını oluşturduklarını ve bu nedenle toplum içerisinde aktif bir rol oynamaları gerektiğini ileri sürmektedirler. Bu aktiflik, yaşlı bireylerin sürdürdükleri yaşam standartlarına göre ve yaşama bakış açılarına göre değişebilmektedir. İyi bir maddi güce sahip olan yaşlı bireyler

ile orta seviyede maddi güce sahip olan yaşlı bireyler, aynı aktiflikte hayatlarını sürdürememektedirler.

Tüm bireylerin, aile ve toplum içerisinde edindikleri birtakım roller ve bu rollere bağlı görevleri bulunmaktadır. Bu roller zaman içerisinde değişmektedir. Yani bir bireyin, gençlik dönemindeyken sahip olduğu roller ile yaşlılık döneminde sahip olduğu roller aynı olamamaktadır. Örneğin: 15 yaşında olan bir bireyin rolü, liseye gitmek ve lisede kendisine verilen dersleri öğrenmeye çalışmaktır. 45 yaşında olan bir bireyin rolü, iş hayatında çalışmak ve bu gösterdiği emeğin karşılığında maddi bir güç kazanmaktır. 65 yaşında olan bir bireyin rolü ise, emekli olmayı kabullenmek ve kendisine yeni amaçlar edinerek bu amaçlar doğrultusunda hayatını sürdürmeye devam etmektir.

Bu kurama göre yaşlı bireyler, kendilerini kendi yaşlılarıyla karşılaştırmaktadır. Bu karşılaştırmadaki amaçları ise, karşılaştırma yaptıkları yaşlılarının kendilerinden daha iyi ya da daha kötü durumda olup olmadığını anlamaktır. Yani karşılaştırma yaptıkları yaşlı bireylerden daha iyi bir hayat standartına sahiplerse “doyumlu”, daha kötü bir hayat standartına sahiplerse “doyumsuz” oldukları ifade edilmektedir (Kaygusuz, 2008:235-237). Örneğin: Yakın çevresindeki arkadaşıyla kendisini karşılaştırdığında, arkadaşının kendisinden daha iyi bir hayat sürmesi ve ailesiyle olan ilişkisinin daha kuvvetli olması yaşlı bireyin doyumsuz olduğunu göstermektedir. Fakat tam tersi bir durum olsaydı, yaşlı birey doyumlu olarak nitelendirilecekti.

#### **2.4.6.Modernleşme Kuramı**

Bu kurama göre yaşlılık dönemine giren bireylerin, toplumsal saygınlıkları azalmaya başlamaktadır (Mütfüler, 2018:64). Bu durum modernleşme kuramı tarafından kabul edilememektedir. Modernleşme kuramı, bu duruma karşı çıkmakta ve yaşlanmanın geciktirilmesine dikkat çekmektedir. Çünkü toplumun en önemli parçası “birey”dir. Genç ya da yaşlı fark etmeksizin hepsinin toplum içerisinde var olması gerekmektedir. Her birinin topluma farklı yönlerden katkısı bulunmaktadır. Bu nedenle yaşlanan bireylerin; fiziksel ve biyolojik açılardan geçirdikleri yıpranmaların önüne engel koymaya çalışarak, yaşlı bireylerin genç bir görünüme sahip olmaları ve dinamik bir yapıda olmaları için çalışmalar gerçekleştirilmektedir.

Modernleşme kuramına göre, bireylerin yaşlanmasının geciktirilmesinde rol oynayacak en önemli faktör “tıp”tır. Öncelikle yaşlanmaya bağlı olarak ortaya çıkan sağlık sorunları, “geriatri” bilimi tarafından incelenmekte ve bu sağlık sorunlarına çözüm bulunmaktadır. Örneğin: Yaşlı bireylerde yaşlanmaya bağlı ortaya çıkan; unutkanlık,

tansiyon, şeker hastalığı, beslenme bozuklukları gibi sağlık sorunları geriatri bilimi tarafından bir çözüme kavuşturulmaktadır. Bu sağlık sorunları çözüldükten sonra, “tıp” ve “estetik” ilişkisi devreye girmektedir. Çünkü dış görünüşün düzeltilebilmesi için öncelikle iç kısımdaki sorunların çözülmesi gerekmektedir. Modern toplumlarda öne çıkan beden özellikleri: genç, taze, dinamik, güzel ve çekici bir bedendir. Yaşlanan bireylerin böyle bir bedene sahip olabilmeleri için bazı estetik operasyonlara maruz kalmaları gerekmektedir. Türkiye’de de bunun birçok örneklerine rastlayabilmekteyiz. Aslında modern toplum yaşlanan bireylerin sadece görüntü itibarıyla güzel ve çekici bir görüntüye sahip olmalarını istememektedir. Daha önceki zamanlarda edinmiş oldukları saygınlığın ve imajın kaybedilmesini engellemeye çalışmaktadır. Bu durum yaşlı bireylerin, içsel olarak mutlu ve huzurlu olmalarını sağlamaktadır. Aynı zamanda yeniden elde edeceği bu görüntü yaşlı bireylerin; iş hayatına, arkadaşlık ilişkilerine ve aileleriyle olan ilişkilerine de fayda sağlamaktadır. Örneğin: Görüntü itibarıyla yaşlı olan bireyler, önyargılardan dolayı işe alınmak istenmemektedir. Fakat güzel ve diri bir bedene sahip olan bireyler, işe alınma konusunda daha avantajlı bir durumdadır. Bu durum aile ilişkilerinde de geçerlidir. Bazı çocuklar, yaşlanan anne ya da babalarının görüntülerinden dolayı başkalarının yanında onlardan çekinip utanabilmektedirler. Fakat bakımlı bir görüntünün ortaya çıkmasıyla beraber, bu görüntüden hoşnut olmakta ve bazı ortamlara girmeleri konusunda ısrarcı olmaya başlamaktadırlar.

Modernleşmeyle beraber kırdan kente göçler hızlanmaktadır. Yine modernleşmeyle beraber geniş ailelerin yerini, çekirdek aileler almaya başlamaktadır. Çekirdek aileler de yaşlı bireylerin varlığı fazlalık olarak görülebilmektedir. Bu tür toplumlarda yaşlıların deneyimlerine ve bilgilerine pek fazla ihtiyaç duyulmamaktadır. Çünkü teknoloji, her geçen gün daha fazla gelişme göstermektedir. Tüm bireyler, başkalarının bilgilerine ihtiyaç duymadan ellerinde bulunan telefon, tablet ya da bilgisayarlardan istedikleri bilgiye istedikleri zaman kolayca ulaşabilmektedirler. Günümüz göz önünde bulundurulduğunda ortaya çıkan insansı robotlar da bireylerin hayatlarını kolaylaştırmaktadır ve bu durum, bireylerin artık birbirlerine pek fazla ihtiyaç duymamaya başlayacaklarını da gözler önüne sermektedir.

Modern toplumlardaki sağlık alanının gelişmiş olması, yaşlı bireylerin yaşadıkları herhangi bir sağlık probleminin kısa süre içerisinde tedavi edilebilmesinde oldukça kolaylık sağlamaktadır. Farklı tedavi yöntemleri ve gelişen tanı yöntemleri sayesinde hastalığa karşı müdahale etme durumu kolaylaşmıştır (Erdağ, 2022:34). Hatta sağlık alanının bu derece gelişmiş olması yaşlı bireylerin sayısal olarak artmasını sağlamaktadır.

Gelişmiş toplumlarda yaşayan yaşlı bireyler, sağlık alanının gelişmiş olmasının dışında yiyecek ve içeceklerle erişiminin daha kolay olması da yaşlı bireylerin sağlık yönünden iyileşmesine katkı sağlamaktadır.

#### **2.4.7.Eksiklik Kuramı**

Bu kuram yaşlı bireylerin yaşlarının vermiş olduğu bir durumdan dolayı zekâlarında bir gerileme olabileceğini öne sürmektedir. Fakat bu gerileme durumu, kalıcı bir durum değildir. Yaşlı bireyin bu durumdan kurtulmak için yapması gereken şey, önceki dönemlerde edindiği bilgi ve tecrübelerinden yararlanması gerekmektedir (Kalaycı, 2015:27) Edindiği bilgi ve tecrübelerin fazla oluşu, yaşlı bireylerin eksik yönlerini daha hızlı kapatmasında etkili olmaktadır.

Karşılaştıkları yeni durumlara karşı, daha hızlı uyum sağlayabilmelerinde ve karşılaştıkları problemler karşısında daha hızlı fikir üretebilme konusunda önceki dönemlerde edinilen bilgi ve tecrübeler fayda sağlamaktadır. Örneğin: Bir kriz anında, bu krizi nasıl sonlandırabileceğini daha önceki deneyimlerinden yararlanarak ortadan kaldırebilmektedirler.

#### **2.4.8.Ericson'un Psikososyal Gelişim Kuramı**

Bu kuram Sigmund Freud'un psikoanalitik kuramını yetersiz gören Erik Erikson tarafından geliştirilerek ortaya koyulmuştur. Erikson'un amacı, bu kuramdaki yetersiz gördüğü yerleri tamamlamak ve bu kuramın tüm insan hayatını kapsayacak şekilde geliştirmek olmuştur. Bu kuram, insanların belli ihtiyaçlarla dünyaya geldiklerini ve bu ihtiyaçların geçen zamanla beraber değişip çoğaldığını belirtmektedir. Bu ihtiyaçların sağlıklı bir şekilde giderilebilmesinin tek yolu, bireylerin önceki ihtiyaçlarının giderilip giderilmemesine bağlıdır. Yani bireylerin önceki ihtiyaçları giderilmemişse bireyler bu ihtiyaçlar için yeni bir özellik geliştirmektedir. Bu kurama göre bir bireyin sağlıklı bir şekilde gelişiminin sürdürülebilmesi için tüm ihtiyaçlarının düzenli bir şekilde ve hiyerarşiye uygun bir şekilde giderilmesine bağlıdır (Baybaş, 2017:58-59).

Kurama göre bir bireyin gelişimi, onun doğumuyla beraber başlayıp bu yılları izleyen tüm yıllara bağlı olmaktadır. Yani bireylerin gelişimleri yaşlılık dönemine kadar devam etmektedir. Bu dönemlerde bazı çatışma durumlarıyla karşı karşıya gelebilmektedirler. Önemli olan bu çatışma durumlarının üstesinden gelmektir (Gürses ve Kılavuz, 2011: 155) Bu çatışma durumlarının üstesinden gelen tüm bireyler, gelişimlerini doğru bir şekilde tamamlamakta ve sağlıklı bir kişilik elde etmektedir.

Ericson’a göre yaşlılık demek, pasif bir hale gelmek değildir. Aksine bireyin yaratıcılığının, devam edebileceği bir süreçtir. Bundan önceki dönemlerde bireyler nasıl hareketlilik içinde yaşadysalar bu dönemde de aynı hareketlilik içinde yaşayabileceklerini ifade etmektedir (Göktaş, 2019:73).

Bu kurama göre bu döneme gelen yaşlı bireyler, kendilerini olduğunu gibi kabul etmeye başlamaktadır. Bu dönemde yaptıkları her şeyin ‘‘en iyisi’’ olduğunu kabul etmeye ihtiyaçları vardır. Eğer yaptıkları her şeyin en iyisi olduğunu kabul ederlerse ‘‘ego bütünlüğü’’ gerçekleşmektedir. Ego bütünlüğünü kazanabilmeleri için yapmaları gereken şey, ‘‘umut’’un peşini bırakmamaktır. Yani ego bütünlüğünü, umutsuzluk durumuyla baş ederek kazanabilmektedirler. Eğer yaşlı bireyler, umutsuzluk durumuna karşı yenilirlerse ‘‘ölüm’’ kavramıyla karşı karşıya kalmakta ve bu durumdan korkmaya başlamaktadırlar. Bu durum onların yaşamlarını yeniden var etme, yeniden var olma isteklerini ortaya çıkarmaktadır (Çevik Sökmen, 2008:20).

#### **2.4.9. Jung’un Analitik Kuramı**

Yaşlılıkla ilgili ilk psikolojik bilgilerin Jung tarafından ortaya koyulduğu söylenebilmektedir. Jung, yaşlı bir bireyi incelerken onu geçmişiyse beraber ele almaktadır. Jung’a göre insan evresi iki döneme ayrılmaktadır. Birinci evreyi bireyin doğumundan itibaren 35-40 yaşlarına kadar devam eden ‘‘gençlik evresi’’ olarak adlandırmaktadır. Bu dönem bireylerin özgüven eksikliklerinin geride kaldığı, bireylerin düşüncelerinin zenginleştiği ve önem kazandığı, yaşama farklı açılardan bakmaya başladıkları bir dönemdir. Jung, birinci evrenin ikinci evrenin temelini oluşturduğundan bahsetmektedir.

Ona göre yaşlılık dönemi, bireylerin hayatın anlamını kendi iç dünyalarında aradığı bir dönemdir. Bireylerin bu hayattaki hedefinin ‘‘bütünleşme’’ olduğunu ileri sürmektedir. Eğer bir birey, bütün olmayı başarabilirse bir birey olmayı başarabilmiş demektir. Bu noktada Jung bireysel olmaktan bahsetmemektedir. Ona göre bireysel olmak, bireyin sadece kendini düşünerek hareket etmesidir. Jung böyle bir egoist davranıştan bahsetmemekle beraber insanların bir birey olmayı başararak üzerinde varlıklarını sürdürdüğü evrenle bir bütün halinde olması gerektiğinden bahsetmektedir (Baybaş, 2017:59-60).

Özetlemek gerekirse Jung; bireylerin yaşamları boyunca iki evreden geçtiklerini ve bu her iki evrede de farklı şekillerde geliştiklerini belirtmektedir. Bireyler ilk evrede, dış dünyaya açılmaya başlayıp toplumda bir yer edinmeye ve ödüller kazanmaya

çalışmaktadır. Bireyler ikinci evrede ise, belirlemiş oldukları hedeflerin azalmaya başladığını fark etmektedir. Bu evrede bireyler kendilerini aktif olarak değil, pasif olarak görmekte ve bu durum onlarda bazı eksikliklerin meydana geldiğini fark ettirmektedir. Bireyler bu sorunu çözebilmek için iç dünyalarına yönelmekte ve hayatın anlamını sorgulayıp bulmaya çalışmaktadır.

#### **2.4.10.Subkültür (Alt Kültür) Kuramı**

1965 yılında Rose tarafından geliştirilip ortaya koyulan bir kuramdır. Bu kuram, ‘‘sosyal gerontoloji’’nin gelişmesi açısından oldukça faydalı olmuştur. Sosyal gerontoloji; yaşlılıkla beraber bireylerin hayatlarında ortaya çıkan sosyal, psikolojik ve ekonomik sorunları bilimsel bir teknik ve yöntem kullanarak çözmektedir (Birinci, 2020:3737).

Bu kurama göre yaşlanan bireylerin iletişimini ve etkinliklerini daha çok kendi kuşağıyla gerçekleştirmektedir. Yani genç kuşaktaki bireylerle iletişimi gittikçe azalmaktadır. Bunun sonucunda yaşlanan bireyler, genç bireylere ait olan yeni değerlerden uzaklaşmaktadır. Bu değerlerden uzaklaşırken, kendi geleneksel değerlerine daha çok yaklaşmakta ve kendi değerlerini daha çok benimsemektedir. Kendi kuşağından olan kişilerle bir alt kültür oluşturmaktadır.

Günümüz göz önünde bulundurulduğunda teknoloji her geçen gün ilerlemekte ve toplum her geçen gün bir değişimle karşı karşıya kalmaktadır. Genç bireyler, değişen zamana karşı çabuk uyum sağlayabilmekte ve yeni değerleri daha çabuk benimseyebilmektedirler. Fakat aynı şey, yaşlı bireyler için geçerli olamamaktadır. Onlar yeni toplum düzenine ayak uydurmaktan ziyade geleneksel değerlerine sahip çıkmaktadır. Çünkü çoğu yaşlı birey, yeni şeyler karşısında direnmeye çalışmaktadır. Bu durum genç kuşak ve yaşlanan kuşak arasındaki farkı ortaya koymaktadır. Aynı evde yaşayan genç bireyler ve yaşlı bireyler arasında hem düşünce farklılıkları hem de hayat tarzları bakımından farklılık ortaya çıkmaktadır. Bu durum iki kuşağın birbirleriyle bir etkinlik gerçekleştirme fırsatını azaltmaktadır. Bunun sonucunda yaşlı bireyler; kendilerini anlayan, aynı dönemde yaşamış, aynı değerlere ve kültüre sahip olan bireylerle daha çok vakit geçirmek istemektedir.

Bu kuramın eleştirildiği nokta; yaşlı bireylerin hem sosyal hem de çevresel bakımdan kendi kuşağındaki kişiler arasında belli başlı farklılıklar olduğunu göz ardı etmesidir. Bu kurama göre aynı kuşakta bulunan tüm yaşlılar, aynı eğilimlere ve hedeflere sahiptir. Yani gerontolojinin mantığıyla ters düşmektedir. Çünkü gerontolojiye göre; aynı

kuşakta yaşayan bireyler arasında dahi sosyal ve çevresel farklılıklar olduğunu, yaşlılık dönemini birbirlerinden farklı şekillerde yaşadıklarını ve geçirdiklerini ifade etmektedir (Baybaş, 2017:60-61).

#### **2.4.11.Yaş Aşkınlığı Kuramı**

Bu kuram, sosyogerontolog olan Lars Tornstam tarafından 1989 yılında geliştirilmiştir. Tornstam'ın bu kuramı geliştirmesinin nedeni, yaşlanmanın olumlu yönlerini bulmak ve anlamaktır. Bunu yaparken yaşlılıkla alakalı diğer kuramları araştırmış ve onlarla ilişki kurarak daha geniş kapsamlı bir kuram olarak “Yaş Aşkınlığı Kuramı”nı (Gerotrancendence Theory) ortaya koymuştur.

Bu kuram, yaşlanmaya başlayan bireylerin yaşadığı zayıflık ve bağımlılık duygularını göz önüne alarak, yaşlı bireylerin bu endişe hallerinden sıyrılmasını sağlayıp önlerine bakmasını sağlamak ve böylece yaşam kalitelerinin, yaşam doyumlarının artırılması amaçlanmıştır.

Yaşlı aşkınlığına ulaşan tüm bireyler, önceki dönemlerde büründükleri rolleri geride bırakma konusunda daha yetenekli hale gelmektedirler. Böylece daha önceki dönemlerde kendilerini kısıtlayan düzen ve normlardan da sıyrılmış olmaktadır. Bunu başaran tüm yaşlı bireylerin, hayata bakış açıları değişmekte, birtakım olaylar karşısında daha az yargılayıcı tutum sergilemekte, yeni fikirlere ve yeniliklere daha açık bir birey haline gelmektedirler. Ayrıca bu bireyler, zamanını daha dolu geçirmek için kendilerini oyalayan boş etkinliklerden de sıyrılmaktadırlar. Arkadaş edinmek konusunda ve sosyal ilişkilerinde daha seçici bir duruma gelmektedirler. Bunun sonucunda daha kaliteli bir hayat sürdürmektedirler (Kıyak, 2018:7-8).

#### **2.4.12.Feminist Kuram**

Bu kuram cinsiyet kavramından yola çıkarak toplum içerisinde var olan, ilk zamanlardan günümüze kadar erkeklerden daha uzun yaşayan “kadın”ları incelemektedir. Toplum içerisindeki bireylerin bulunduğu konumları, kültürel değerlerini, inançlarını ve içselleştirmiş oldukları sosyokültürel değerleri ele almaktadır. Yorumlayıcı bir teknikten yararlanıp kadınla ilgili çalışmalar yapmaktadır. Ayrıca bu kuram, 1970’li yıllarda kendine popüler bir yer edinmiştir.

Günümüzü göz önünde bulundurduğumuzda kadın varlığının erkek varlığından daha fazla olduğu görülmektedir. Bu durum kadınların daha iyi bir yaşam kalitesine sahip olduğunu göstermektedir. Fakat bazı çalışmalarda yer alan bilgilere göre erkekler,

kadınlardan daha rahat bir yaşam sürdürmektedir. Bu bilgiyi göz önüne aldığımızda erkeklerin, kadınlardan daha uzun bir yaşam sürdürmesi gerekmektedir. Bu kuram, toplum yaşamındaki kadınların göz ardı edilmesine karşı çıkmaktadır. Yaşlanma ve yaşlılık kavramlarını anlamlandırmaya çalışırken toplum içerisindeki kadın varlığına dikkat çekerek kadının varlığının önemli bir yere sahip olduğunu göstermeye çalışmaktadır.

Yaşlılık sosyolojisi incelendiğinde, genelde erkeklerin sorunlarına ve yaşamlarına dikkat çekildiği görülmektedir. Feminist kuram ise bu eşitsizliği ortadan kaldırmanın yollarını aramıştır. Bu kurama göre kadınların ve erkeklerin yaşam kaliteleri arasındaki farklılığın temelinde sosyokültürel farklılıklar yatmaktadır. Yani bu kuram; ekonomik ve sosyal yaşamdaki eşitsizlikleri belirleyip bu durumlara dikkat çekmeye çalışmaktadır. Özellikle geleneksel toplum diye adlandırabileceğimiz Doğu toplumlarını düşündüğümüzde ‘‘erkek’’ler daha önemli görülürken, ‘‘kadın’’lar daha önemsiz görülmektedir. Bu toplumlarda erkeklerin her işin altından kalkabileceği düşünülürken, kadınların zayıf ve narin olmalarından dolayı hiçbir şeyi doğru dürüst yapamayacağı düşünülmektedir. Bu nedenle bu gibi geleneksel toplumlarda erkekler her şeyi yapabilirken, kadınlar her şeyi yapamaz. Daha doğrusu onlara bu fırsat verilmemektedir. Kadınlar daha geri plana itilmektedir ve erkekler ‘‘kudretli’’ bir varlık olarak görülmektedir. Bu toplumlarda, kadın ve erkek arasındaki eşitsizlik oldukça belirgindir. Fakat modern toplumları düşündüğümüzde bu eşitsizlik hemen hemen hiç yoktur. Batı toplumlarında kadın ve erkekler eşit bir varlık olarak görülmektedir. Erkeklerin yaptıkları tüm işleri, kadınlar da yapabilmektedir. Bu fırsat onlara rahatlıkla sunulmaktadır.

Feminist kuram, yaşlılık evresine gelen kadınların ihtiyaçlarının göz ardı edilmemesi ve daha iyi bir yaşam sürdürebilmeleri için onların ihtiyaçlarına dikkat çekmektedir. Kadınların önemli bir varlık olduklarını ve yaşlılık döneminde de onların gücüne ihtiyaç duyulduğunu belirtmeye çalışmaktadır. Bu noktada geleneksel toplumların görüşlerine karşı çıkmaktadır (Gök, 2019:66-68).

#### **2.4.13.Yapısal Fonksiyonalist Kuram**

Bu kuramın öncüsü, Talcott Parsons’tır. Parsons için ‘‘toplumsallaşma’’ kavramı oldukça önemlidir. Toplumsallaşma, tüm bireylerin var oldukları değerleri benimsemesi ve bu değerler etrafında bütünleşmesidir (Wallace ve Wolf’dan aktaran Tekin Önür, 2015:190).

Parsons’a göre toplumsallaşma kavramının öğrenilebilmesi için öncelikle yapılması gereken, toplumsal cinsiyet kavramının ne olduğunu öğrenmektir. Toplumsal cinsiyet; kadınlara ve erkeklere yüklenen rolleri öğrenmek ve bu rollere uygun şekilde sorumlulukları yerine getirmektir. Ona göre toplumun erkek çocuklara verdiği rol; çalışmayı öğrenmek, para kazanmak, evine bakmak, akılcı bir hayat sürmek, rekabetçi olmayı bilmektir. Kız çocuklarına verdiği rol ise; ev işlerini yapmak, evdeki çocuklara bakmaktır (Macionis’ten aktaran Tekin Önür, 2015:190). Buradan da anlaşılacağı üzere, erkekler bir yetişkin haline geldiklerinde de çalışmaya devam edip evlerinin ihtiyaçlarını karşılamakla sorumludur. Onların varsa çocuklarını, yaşlı annelerini ya da babalarını bakmak gibi bir sorumlulukları yoktur. Yaşlı annelerini ya da babalarını bakmakla sorumlu olan bireyler, kadınlardır. Onlara hizmet edecek olan, bakımlarını üstlenecek olan ve yemeklerini yedirecek olan kadınlardır.

## **2.5.Yaşlılık Sorunları**

### **2.5.1.Yaşlıların Toplumsal Sorunları**

Yaşlılık döneminde çoğu insan çocuklarını evlendirmiş olmakla beraber aynı zamanda çocuk sahibi de olmuşlardır. İlerleyen zamanla beraber çoğu yaşlı bireyin çocukları evlenmekte ve böylece çocuk sahibi olmaktadır. Bununla beraber yaşlı bireylerin rolleri de değişmiştir. Yani anne ve baba rolünü artık “büyükanne” ve “büyükbaba” rolleri almıştır. Bireylerin bu dönemde ilgileri ve alakaları daha çok torunlarına kaymıştır. Onlarla daha fazla vakit geçirmeye ve iletişim kurmaya başlamaktadırlar. Bu dönem bireylerin yalnız yaşamak yerine daha çok ilişki kurabilecekleri, yakınlarıyla bir arada olmak isteyecekleri bir dönemdir. Fakat bazı ailelerde yaşlı bireylerin varlıkları birtakım sorunlara yol açmaktadır. Örneğin: Gelin ya da damat, karşı tarafın anne ya da babasının varlığından rahatsız olmaktadır ve onunla beraber yaşamak istememektedir. Bu durum bazı sorunları ortaya çıkarabilmektedir. Örneğin: Aile içi tartışmalara yol açabilmekte ya da eşlerin boşanmalarına yol açabilmektedir. Fakat bu durum, tüm aileler için geçerli olmamaktadır. Bazı ailelerde kadın ve erkek arasında yaşanan karşılıklı anlayış bu sorunları ortadan kaldırmaktadır. Bir başka açıdan göz önünde bulundurulduğunda, yaşlı bir bireyin kızı ya da oğluyla beraber yaşaması onlar açısından bazı yararlar sağlamaktadır. Örneğin: ev temizlemek, yemek yapmak, torunlarını bakmak gibi konularda yardımcı olabilmektedirler.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, yaşlanan kadınlar daha çok kızlarıyla yakın bir iletişim halindeyken erkek çocuklarıyla bu kadar yakın bir iletişim halinde

olamamaktadır. Aynı şey yaşlanan erkek bireyler içinde geçerli olmaktadır. Onlar da daha çok erkek çocuklarıyla daha yakın bir iletişim halinde olmaktadır. Çünkü hemcinslerine kendilerini daha rahat ifade edebilmektedir. Örneğin: Anne, oğluna tuvalet ihtiyacının olduğunu rahat bir şekilde söyleyememektedir. Çünkü ondan utanabilmektedir. Fakat kızına bu durumu daha rahat bir şekilde söyleyebilmektedir. Aynı durum baba için de geçerli olmaktadır. Bir baba, tuvalet ihtiyacının olduğunu kızına değil de oğluna daha rahat bir şekilde söyleyebilmektedir. Bu durum aslında hemcinsine daha yakın olabilmesinden kaynaklanmaktadır.

Erkek çocukları, anne ve babalarına daha çok ekonomik anlamda yardımcı olabilmekteyken; kız çocukları ise, daha çok duygusal anlamda destek çıkmaktadır. Kız çocukları, anne ve babalarının bakım hizmetlerini yerine getirme konusunda daha duyarlı bir davranış sergilemektedir. Bunun nedeni ise, kadınların yaratılıştan itibaren bu tür işlere daha yatkın olmasından kaynaklanmaktadır. Erkekler daha çok iş hayatına atılıp anne ve babalarını, maddi anlamda desteklemekten yana olmaktadır.

Yaşlılık döneminde bireyler, yakınları tarafından daha iyi bir şekilde anlaşılma istemektedirler. Eğer ailesi ya da yakınları tarafından anlaşılamazlarsa bu durum onları huzursuz etmeye ve içlerine kapanmasına neden olabilmektedir. Böyle bir durumun yaşanması halinde yaşlı bireyler, bir sorunları olsa dahi bunu karşı tarafa söylediklerinde anlaşılamayacağını düşündüğü için konuşmamayı tercih etmektedir. Bunun sonucunda ise yaşlı bireyler, daha çok stres haliyle karşı karşıya kalmaktadır. Çünkü kendi kendilerine bu sorunu ya da sorunları çözmenin bir çaresini aramaya başlamakta ve eğer sorunu çözebilecek bir çare bulamazlarsa stres seviyeleri gittikçe artmaktadır. Bu durum onların uyuyamamasına, yemek yiyememesine, depresyon halinin baş göstermesine ve yakın çevreleriyle olan iletişimlerinin zayıflamasına da neden olmaktadır.

Toplum içerisinde yaşlı bireyler için söylenen bazı kalıplaşmış yargılar bulunmaktadır. Bu kalıplaşmış yargılar yaşlı bireylerin, toplum içerisindeki konumlarını ve çevreleriyle olan iletişimlerini olumsuz bir şekilde etkilemektedir. Örneğin: Yaşlı bireylerin, hoşgörülü bir kişilikten uzaklaşmaya başlaması ve zamanla esnekliğini yitirmesi. Hoşgörülü bir kişilikten uzaklaşmak, yaşlılık durumuyla alakalı değildir. Bireyler, yaşlanmaya başladıkça daha da hoşgörülü bir kişiliğe bürünebilmektedirler. Çünkü yaşlanmaya başlayan bireyler, yaşadıkları olaylara karşı daha farklı bir açıdan bakmaya başlamaktadırlar. Diğer bir kalıplaşmış yargı, bireylerin zaman içerisinde yaşlanmaya başlaması onların sağlıklı olmalarına engel bir durumdur. Bu durum bireylerin kendilerine bakmalarıyla alakalıdır. Örneğin: Spor yapan bir bireyin bedeni ile

spor yapmayan bir bireyin bedeni aynı derece sağlıklı olamamaktadır. Spor yapan bir birey, bedenindeki kasların zayıflamasını engellemekte ve kasların daha da güçlenmesini sağlamaktadır. Bu durum onun daha sağlıklı bir yaşam sürmesine olanak sağlamaktadır. Fakat spor yapmayan bir birey de sağlıklı bir yaşam sürdürebilmektedir. Bu birey, yeme içme gibi temel ihtiyaçlarını giderme konusunda dikkat ediyorsa sağlıklı bir yaşam sürdürebilmektedir. Diğer bir kalıplaşmış yargı, yaşlı bireylerin gençlerle anlaşamayacağı ve bu nedenle akran gruplarıyla iletişime girmek istemesidir. Aslında çoğu yaşlı birey, gençlerle sohbet etmek istemekte ve bu sohbet sırasında onlara deneyimlerini aktarmak istemektedir. Bu durum onları mutlu ederken aynı zamanda hala işe yarar bir birey olduklarını hissettirmektedir. Aynı zamanda konuşma ihtiyaçlarını da karşılamaktadır. Fakat bazı gençler, yaşlı bireylerin deneyimlerini dinlememekte ısrar etmektedir. Aslında bu durum genç bireylerin, yaşlı bireylere gösterdikleri saygı durumuyla alakalıdır. Bazı gençler, yaşlı bireylerin deneyimlerini dinleyip bu deneyimlere göre hareket etmektedir. Bu durum yaşlı bireylerin kendilerini, “işe yarar” bir birey olarak görmelerini sağlamaktadır. Bazı gençler ise, bu deneyimleri dinleseler de uygulamak istememektedir. Fakat sohbet sırasında karşısındaki büyüklere saygısızlık yapmamak adına onların deneyimlerini dinlemektedirler (Öz, 2002:20).

Kent hayatında yaşamını sürdüren yaşlı bireyler, bazı toplumsal sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır. Örneğin: Kalabalık, gürültü, trafik sorunları, kaza riskinin yüksek olması ve yalnızlık vb. şekilde sıralanabilmektedir (Kurtkapan, 2017:74). Genelde yaşlı bireyler, yorgunluğun da vermiş olduğu bir etkiyle “gürültü”den pek hoşlanmamaktadırlar. Hatta bu durumdan çok rahatsız olan bazı yaşlı bireyler, kentlerden uzaklaşmak için kırsal kesimlere göç etmektedirler. Bir kentin kalabalık olması, gürültü kirliliğinin baş nedenlerinden biridir. Diğer bir neden ise, trafik kirliliğinden kaynaklanmaktadır. Kentlerde yaşayan bireyler genelde araba kullanmaktadır. Arabalardan gelen “korna” ve “egzoz” sesleri, gürültüye yol açmaktadır. Bu sesler yaşlı bireylerde, baş ağrılarına yol açmaktadır. Aynı zamanda arabaların çok hızlı bir şekilde sürülmesi de çoğu zaman “kaza”ları ortaya çıkartmaktadır ve bu durumdan zararlı çıkanların başında yaşlı bireyler gelmektedir. Hızlı gelen bir arabanın kendisine çarpmasından kaçabilecek kadar hızlı koşamamaktadır ve arabanın çarpması sonucunda hayatını kaybedebilmektedir.

Yaşlı bireyler, medya aracılığıyla topluma karşı olumsuz bir profil oluşturularak gösterilmektedir. Yaşlı bir bireyi canlandıracak bireyler; beyaz ve gri tonlarında peruk, yüzüne soluk bir makyaj yapılarak yaşlanmış bir görüntü verilmekte ve yıpranmış

kıyafetler giydirilmektedir (Saka, 2022:98). Medya bunu yaparak tüm bireylerin yaşlılık dönemine girdiğinde bu görüntüye bürüneceğini, yaşlanmanın yıpranmaktan başka bir şey olmadığını göstermeye çalışarak yanlış yapmaktadır. Bu şekilde bir yol izlenmesi; genç bireylerin, yaşlı bireylere karşı olumsuz düşünceler beslemesine yol açabilmektedir.

Yaşlı bireyler, avcılık ve toplayıcılık toplumlarında pek fazla değerli bir varlık olarak görülmemiştir. Bunun nedeni ise, yaşlı bireylerin hızlı ve tempolu hayata ayak uyduramayacağını düşünmelerinden kaynaklanmaktadır. Çünkü o zamanlar da bireyler, karınlarını doyurabilmek için hayvanları avlıyorlardı. Hayvanları avlayabilmek için hızlı hareket etmek ve hızlı koşmak gerekiyordu. Fakat yaşlı bireyler göz önünde bulundurulduğunda, koşabilecek durumda olsalar da genç bireyler kadar hızlı koşamayacakları görülmektedir. Yerleşik hayata geçişle birlikte yaşlı bireyler, değerli bir varlık olarak görülmeye başlanmıştır. Bu dönemde yaşlı bireylerin bilgi ve deneyimlerine ihtiyaç duyulması onları daha değerli bir varlık haline getirmiştir (Biçer, 2002:42-43).

Yaşlanmaya başlayan bireylerin en büyük endişelerinden biri, başkalarına muhtaç olmaktır. Özellikle çocuklarına yük olmaktan çekinmektedirler. Her ne kadar onları; kendileri bakmış ve büyütmüş olsalar da onlara yük olmak demek, kendilerini içsel olarak huzursuz hissetmelerine neden olmaktadır. Bu nedenle kendi evlerinde kalıp, kendi ihtiyaçlarını giderebilecek bir durumda olmak ve bu şekilde bir hayat sürdürmek en büyük istekleri arasındadır. Fakat kendi ihtiyaçlarını karşılayamayan yaşlı bireyler de bulunmaktadır. Onlar ise ya çocukları ile yaşamak zorunda kalmakta ya da huzurevine yerleşmektedir.

Kültür, yaşlılık dönemiyle alakalı bazı önyargıların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Örneğin: Gelişmiş olan ülkelerdeki sağlık alanı oldukça gelişmiş olup bu durum her yaşlı bireyin daha uzun bir ömre sahip olmasını sağlamaktadır. Yani bu durum yaşlı nüfusun, sayısal olarak artmasını sağlamaktadır. Bazı gelişmiş ülkeler göz önünde bulundurulduğunda, yaşlı bireylerin yüzlerinde ortaya çıkan kırışıklıklar bilgeliğin simgesi olabilmektedir. Yani bu oluşan kırışıklıklar, yaşlı bireylerin hayatları boyunca verdikleri mücadelenin ve deneyimin sonucunda ortaya çıktığı düşünülebilmektedir. Fakat bazı ülkelerde kültür farklılığından dolayı yaşlanmaya başlayan bireylerin yüzlerinde ortaya çıkan kırışıklıklar, “ruhsal açıdan bir çöküşü” yansıtmaktadır. Bu durum özellikle “kadın”lar üzerinde etkili olmaktadır. Kadınların yüzlerinde ortaya çıkan bu kırışıklıklardan bir an önce kurtulması gerekmektedir. Çünkü toplum, kadın üzerinde böyle bir baskı kurabilmektedir. Özellikle modern toplumlarda “güzellik”, “dış görünüş”, “mükemmellik”, “canlılık” oldukça önemli görülmektedir. Hatta bazı kadınlar, yaşlılık

dönemine girmeden önce böyle bir durumun ortaya çıkmaması için çeşitli kremler kullanabilmektedir. Bazı kadınlar ise, aldığı önlemlerin işe yaramaması durumunda estetik operasyonlara başvurabilmektedirler. Örneğin: yüz gerdirme, botoks gibi estetik operasyonlardır. Günümüz göz önünde bulundurulduğunda genç ya da yaşlı fark etmeksizin çoğu kadının, kırışıklığı önleyici çeşitli kremler ve serumlar kullandığı görülmektedir. Aynı zamanda yaşlı bireyler, metabolizmalarının yavaşlamasından dolayı kilo vermekte sorun yaşadıkları için “mide ameliyatı” olabilmekte ve bu ameliyat sonucunda fit bir görünüme sahip olmaktadır. Çünkü modern toplumdaki algıya göre genç ya da yaşlı bir bireyin zevk sahibi olarak görülebilmesi için; bakımlı, zayıf, vücut hatlarının orantılı olması, giydiği kıyafetlerle özgün sahibi olduğunu göstermesi, yüz hatlarında çizgilerin olmaması önemlidir. Yaratılan bu algı, bir yandan estetik müdahalelere artışı ortaya koyarken bir yandan da bu alanların çeşitlenmesine neden olmaktadır.

Yaşlı bireylerin toplum dışına itilmesine sebep olan faktörlerden biri, “medya”dır. Çünkü medya genelde; gençleri, güzel bedenleri, popüler olanları ve işe yarar olan her şeyi öne çıkartmaktadır. Bu öne çıkartmış olduğu her şey bir süre sonra toplum tarafından kabul görür hale gelmektedir. Toplum tarafından istenmeyen bazı şeyler, önce istenilmese de medyanın baskıcı tavrıyla beraber toplumun zihni de değişmektedir (Gönüllü Taşkesen, 2017:73). Örneğin: Medya, yaşlı bireyleri pek fazla önemsememektedir. Çünkü yaşlı bedenler, onun güzellik algısı dışına çıkmaktadır. Ayrıca yaşlı bireylerin “işe yaramaz” bir hale geldiklerini duyurması, onların gittikçe daha fazla toplum dışına itilmesine sebep olmaktadır. Medyanın yapması gereken, toplum tarafından yaşlı bireylerin önemsenmesini ve saygı gösterilmesini sağlayacak faaliyetler gerçekleştirmektir. Örneğin: Yaşlı bireyler ve genç bireylerin aynı ortamda bulunmasını sağlayacak “söyleşi” programları düzenleyebilir ve bu programlar aracılığıyla bireylerin birbirleriyle fikir alışverişinde bulunmalarını sağlayabilir. Bu tür faaliyetlerin gerçekleştirilmesi, toplumun gözündeki yaşlı algısının değişmesini sağlayacaktır. Çünkü medya, toplumun büyük bir çoğunluğu tarafından takip edilmektedir. Onun yapacağı tüm faaliyetler ve programlar, kısa süre içerisinde toplum tarafından takip edilecektir.

Bazı toplumlarda yaşlılara gereken önem gösterilememektedir. Örneğin: Bazı şehirlerdeki cadde ve sokaklar, rahat hareket edebilme konusunda elverişli değildir (Atila, 2006:60). Yerlerin girintili çıkıntılı olması, kaldırımın olmaması, yolların dar olması, üst geçitlerin olmaması yaşlı bireyler için bir sorun haline gelebilmektedir. Çünkü yerlerin girintili çıkıntılı olması halinde, yaşlı bireyin bu yol üzerinde hareket ederken takılıp

düşme olasılığı yüksektir. Bunun sonucunda yüzüne ya da vücudunun herhangi bir yerine darbe alabilmektedir. Bu durumu yaşayan bir yaşlı bireyin, bir daha sokağa çıkmak istememesi de olağan görülmektedir.

Bazı toplumlarda gençler, yaşlı bireylere karşı oldukça saygılı davranabilirken; bazı toplumlardaki gençler, yaşlı bireyleri önemsememektedir. Örneğin: Bazı gençler, toplu taşıma araçlarını kullanırken ayakta kalan yaşlı bireylere oturmaları için kendi yerlerini verirken; bazı gençler, yaşlı bireyleri görmezden gelmeye çalışmaktadır (Yıldız, 2023:86). Kimi telefona bakarak kimi de dışarıya ya da sağa sola bakarak yaşlı bireyleri görmezden gelmeye çalışmaktadır. Bunu fark eden bazı yaşlı bireyler, gençleri anlayışla karşılamaya çalışarak kendisine yer vermeyen gencin yorgun olduğunu ve bu nedenle oturduğu yerden kalkamadığını düşünmektedir. Bazı yaşlı bireyler ise, saygının kalmadığını ve kendilerinin, onlar için önemsiz hale geldiğini düşünmektedir. Bir yaşlı bireye öncelik tanımak, ona tebessüm etmek, onun varlığını görmezden gelmemek ve ona selam vermek gibi saygılı davranışlarda bulunmak yaşlı bireyin kendisini iyi hissetmesini sağlayacaktır.

### **2.5.2.Yaşlıların Ekonomik Sorunları**

Yaşlılık döneminde karşılaşılan en önemli sorunlardan biri de yaşanan ekonomik sorunlardır. Çünkü yaşlılık döneminde bireyler, emekli olmak zorunda kalmakta ya da artık çalışacak gücü kendilerinde bulamadıkları için emeklilik yaşına gelmemiş olsalar da kendi istekleriyle emekli olmaktadır. Kendi istekleriyle emekli olan yaşlı bireyler genelde, emeklilik dönemiyle beraber yaşayacağı ekonomik sıkıntıları göz önünde bulundurup planlarını yaparak emekli olmaktadır. Bu şekilde emekli olan yaşlı bireyler, yeni hayatlarına uyum sağlama konusunda pek fazla zorlanmamaktadır. Fakat kendi istekleri dışında emekli olmak zorunda kalan yaşlı bireyler, temel ihtiyaçlarını karşılama noktasında bazı sıkıntılar çekmektedirler. Hatta bu durum, onların sadece ekonomik açıdan sıkıntı çekmelerine değil; ruhsal açıdan stres hali yaşamalarına ve bu stres halinin sağlık durumlarını olumsuz olarak etkilemesine neden olabilmektedir.

Emekli olan bireyler göz önünde bulundurulduğunda, çalışma hayatı içerisindeyken aldıkları maaştan daha düşük bir miktar almaktadır. Örneğin: Emekli olmadan önce yaşlı bir birey; her ay düzenli olarak market alışverişini yapmakta sıkıntı çekmezken, emekli olduktan sonra market alışverişine düzenli olarak gitmekte zorlanmaktadır. Hatta günümüz göz önünde bulundurulduğunda, her gün artan fiyatlar toplumdaki çoğu bireyi zorlamaktadır. Bazı bireyler, kendi istekleriyle emekli olmalarına rağmen başka bir işe

girmek zorunda kalmaktadır. Özellikle çalışma gücü azalmasına rağmen çalışmak zorunda kalan yaşlı bireyler göz önünde bulundurulduğunda, onların nasıl bir sıkıntı çektiği anlaşılabilmektedir. Örneğin: Yapılan bilimsel bir çalışma sonucunda, maaşı yetmeyen yaşlı birey kirasını ödeyebilmek için “simit, poğaça” sattığını ve bu şekilde para kazanmaya çalıştığını ifade etmektedir (Üresin, 2022:52). Yaşlı birey, bu işi yapmaktan memnun olsa da olmasa da bu durumun onun için bir zorunluluk hali olduğu görülmektedir. Belki de yaşlılığın vermiş olduğu durumdan dolayı hareket etmekte zorlanmakta ve olumsuz hava şartları esnasında dışarıda simit, poğaça satmak zorunda kaldığı anlarda havadan dolayı üşümektedir. Bu gibi durumlarda yaşlı birey sadece maddi anlamdaki sıkıntısını düşünmekle kalmaz, aynı zamanda hastalık haline yakalanacağını düşünerek stres yapabilmektedir.

Bu dönemde bazı yaşlı bireyler, ekonomik sıkıntı çekmenin yanı sıra “işe yaradığını görmek” adına emekli olduktan sonra da çalışmak istemektedirler. Eğer bir işe girmeyi başarabilirlerse ve bunun sonucunda verilen işi yapabildiklerini görürlerse kendilerinin hala “işe yarar” bir durumda olduğunu görmek onların içsel olarak rahatlamasını sağlamaktadır. Fakat her ülke de bir işe girebilmek mümkün olamamaktadır. Genelde gelişmiş ülkelerde işe girebilmek daha kolayken, gelişmemiş ya da gelişmekte olan ülkelerde bir işe girebilmek çok kolay değildir (Özütürker, 2021:68). Çünkü gelişmiş ülkelerde, iş olanakları fazladır. Fakat gelişmemiş ya da gelişmekte olan ülkelerde, iş olanakları daha az olmaktadır.

Emeklilik maaşının az olması nedeniyle bir işe girip çalışmak isteyen yaşlı bireyler, yapılan ayrımcılıklardan ötürü iş bulma konusunda zorlanmaktadır. Bu durumun temel nedeni, bireylerin “yaş”larıdır. Özellikle özel sektör göz önünde bulundurulduğunda, birçok bireyin belirli bir yaşa geldikten sonra işten çıkarıldığı görülmektedir. Çünkü ilerleyen yaşla beraber, çalışma gücünün azalması ve hareket kabiliyetlerinin kısıtlanmaya başlamasından kaynaklanmaktadır. Bu nedenle özel sektörde yaşlı bireylere pek fazla hak tanınmamaktadır. Genelde genç bireyler, tercih edilmektedir. Genç bireyler, dinamik ve değişime ayak uydurabilmektedir. Aynı zamanda genç bir bireyin yapacağı bir işten alınacak verim ile yaşlı bir bireyin yapacağı bir işten alınacak verim aynı görülmemektedir. Genç bir birey ile yaşlı bir bireyin, ellerindeki işi bitirme süreleri de birbirlerinden farklı olmaktadır. Genç bir birey, elindeki işi daha kısa sürede bitirebilirken; yaşlı bir birey, elindeki işi hemen bitirme konusunda zorluk yaşamaktadır. İş bulup çalışan yaşlı bireylere ise düşük bir maaş verilmektedir. İş bulamayan yaşlı bireyler ise, daha önceki zamanlarda bir işte çalışıp emekli olmuşlarsa emeklilik maaşı

alabilirken; daha önceki zamanlarda bir işte çalışmamış olan yaşlı bireyler, ‘‘yaşlı aylığı’’ olarak bilinen sosyal yardımlaşma ve dayanışma vakfına başvuru yapmak durumunda kalmaktadır (Aygüler, 2022:86).

Yaşlı bireylerin ekonomik anlamda sıkıntı çekmelerine neden olan faktörlerden biri de, sağlık sorunlarıdır. Sağlık sorunları yaşayan bazı yaşlı bireyler, her ne kadar bir işe girip çalışıp para kazanmak isteseler de bedenlerinde var olan hastalıklar tarafından engellenmektedir. Bu durum ‘‘yaşlı yoksulluğu’’nu ortaya çıkartmaktadır. Hatta bu yoksulluktan ötürü sağlık sorunu olan yaşlı bireyler, sağlık hizmetlerinden yararlanamamaktadır. Bu durum onların toplumsal hayata katılmalarını da engellemektedir (Ak, 2017:200-201).

Türk kültürü göz önünde bulundurulduğunda, özellikle erkeklerin daha fazla ekonomik sıkıntı çektiği görülmektedir. Hatta ekonomik sıkıntının dışında ruhsal açıdan da bir boşluğa düştükleri görülmektedir. Çünkü erkekler, yaşlansalar da çalışmaya alışkın oldukları için çalışmayı bıraktıktan sonra ne yapacaklarını şaşırabilmektedirler. Ancak kadınlar, için tam tersi bir durum söz konusudur. Kadınlar, genelde ev işlerinden sorumlu oldukları için emekli olduktan sonra ekonomik olarak sıkıntı çekse de ruhsal açıdan bir boşluğa düşmemektedirler. Kendilerini ev işleriyle, çocuklarıyla oyalamaktadırlar.

### **2.5.3.Yaşlıların Sağlık Sorunları**

Zaman içerisinde yaşlanmaya başlayan bireyler birtakım sağlık problemleriyle karşı karşıya kalmaktadır. Bu problemler yaşlı bireylerin hayatlarını etkileyen en önemli sorundur. Çünkü onların günlük yaşamlarını sürdürebilmelerinin önündeki en büyük engeldir. Yaşlılık döneminde yaşanan sağlık sorunları şu şekildedir: duyu ve görme organlarında meydana gelen hasarlar, kas iskelet sisteminin zayıflaması, bunama (demans) durumu, beklenmedik bir şekilde gerçekleşen kazalar, uyku bozuklukları, yeni bilgileri öğrenmede güçlük çekme ve hatırlama güçlüğü, bazı kayıpların ortaya çıkması halinde yaşanan depresyon durumları vb. şekilde sıralanabilmektedir.

Yaşın ilerlemesiyle beraber duyu ve görme organlarında meydana gelen duyma ve görme problemi, yaşlı bireylerin sağlıklı bir iletişim kurmasını engellemektedir (Özyer, 2016:31-32). ‘‘2023 verileri göz önüne alındığında görmekte zorluk çeken yaşlı bireylerin oranı, %10.1 ve duymakta zorluk çeken yaşlı bireylerin oranı ise, %10.6’dır (URL-4, 2025).’’ Bu oranlar, yaşlı bireylerin gittikçe görme ve duyu organlarında azalmaların meydana geldiğini göstermektedir.

Yaşlı bir bireyin, karşıdaki bireyin söylediklerini duyamaması ve bunun sonucunda anlayamaması iletişim kopukluğunu ortaya çıkarmaktadır. Böyle bir durumda sağlıklı bir iletişim kurulması beklenememektedir. Aynı zamanda görme duyularında meydana gelen azalmalar da karşı taraftaki bireyin, yüzündeki mimiklerini görmeyi engellemektedir. Karşıdaki birey kurduğu cümlelere göre yüzündeki mimikleri de değiştirebilmektedir. Bazen iletişim kopukluğunun ortaya çıktığı anlarda karşı tarafın söyledikleri anlaşılmasa da yüzündeki mimiklere bakarak iyi ya da kötü cümle kurduğu anlaşılabilir.

Yaşlılık döneminde bireylerde görülen kas iskelet sisteminin zayıflaması onların yakın çevresiyle olan iletişimini zayıflatabilmektedir. Örneğin: Bu dönemden önce merdivenleri rahatça inip çıkabilen bireyler, yaşlılık döneminde meydana gelen bazı fizyolojik değişimler sonucunda bu merdivenleri kullanma konusunda zorluk çekmektedirler. Bu durum bireylerin sosyal yaşamlarından uzaklaşmalarına neden olabilmektedir. Çünkü merdiven inip çıkma konusunda çektiği zorluk onun dışarıya çıkmasını engellemekte ve bu durum sonucunda dışarıdaki yakın çevresiyle arasındaki iletişimin zayıflamasına neden olabilmektedir. Ancak asansörlü bir binada oturan yaşlı bireyler için böyle bir durum söz konusu değildir.

Yaşlı bireylerin yakın ya da uzağı görmekte zorlanmaya başlaması onların dışarıya çıkmasını engelleyebilmektedir (Akdağ, 2021:32-33). Çünkü uzağı görmekte zorlanan yaşlı bireyler göz önünde bulundurulduğunda, karşıdan karşıya geçebilmek için trafik lambalarını kullanmak durumunda olduğu zamanlarda başka bir bireyin yardımına ihtiyaç duyacaktır. Bu sorunun çözülebilmesi için görme duyularında hasar meydana gelen yaşlı bireylerin, göz doktorları tarafından kontrol edilip gerekli müdahalelerin yapılması ya da görme probleminin ortadan kaldırılabilmesi için gözlük verilmesi gerekmektedir.

Yaşlı bireylerin sağlık açısından yaşadığı bir diğer sorun, bunama (demans) sorunudur. Bu hastalık yaşlı bireylerin beynini etkilediği için onların bir durumu hatırlama, karşı taraftaki bireyin dediklerini anlama, konuşma ve bazı konularda mantık yürütme konusunda sorun yaşamalarına neden olmaktadır. Yani bu hastalık onların, özgürce hareket etmesini ve yaşamlarını kaldıkları yerden devam ettirme konusunda engel yaratmaktadır. Bunama türlerinden biri de Alzheimer'dir. Alzheimer de yaşlı bireylerin, yeni öğrendiği bilgileri hatırlama konusunda zorluk yaşamalarına neden olmaktadır. Bu bireyler; geçmişte yaşadıkları olay ya da olayları hatırlayabilirken, şimdiki zamanda yaşadıkları olay ya da olayları hatırlama konusunda zorluk çekmektedirler. Fakat geçmiş zamandaki bu olay ya da olaylar da yaş daha da ilerledikçe yavaş yavaş hafızadan silinmeye başlayabilmektedir. Bu durumun önüne geçilebilmesinin yolu;

geçmişe ya da şimdiki zamana dair kısa kısa notlar almak, resim çekmek ve bu resimlerin yanına kısa kısa notlar almaktır. Ayrıca bu resimlerin yanına gün, ay ve yıl şeklinde tarihler yazmakta yaşlı bireylerin bu olay ya da olguları hatırlama konusunda yardımcı olmaktadır (Kapucu, 2019:40).

Bu dönemde yaşlı bireylerin yaşadığı bir diğer sorun, kazalardır. Kazalar, ani bir şekilde ortaya çıkabilmektedir. Bu dönemde en sık yaşanan kaza, ev içinde yaşanan kazalardır. Örneğin: Çaydanlığın devrilmesi sonucunda yaşlı bireyin elinin ya da ayaklarının yanması, yaşlanma ile beraber tat duyusunun azalmaya başlaması, kaybetmesi ve bunun sonucunda yediği yemeğin bozulduğunu anlamaması halinde gıda zehirlenmesi yaşaması vb. şekilde örneklendirilmektedir.

Bu dönemde en sık görülen sağlık sorunlarından biri de depresyondur (Uçku, 2018:12). Özellikle yaşlı bireylerin eşinin ölmesi durumunda yalnız yaşamaya başlaması, çocuklarının yanında olmayışı, huzurevine yerleştirilmesi, emeklilik dönemine girmesi ve bu durumun sonucunda statü kaybı yaşaması, sosyal hayatından uzak kalması gibi nedenlerden dolayı depresyon hali sık görülen bir sağlık sorunudur. Bazı çocuklar çalıştıkları için anne ya da babalarını bakma konusunda istekli olamamaktadır. Bu durumun sonucunda bazı çocuklar, anne ya da babalarını huzurevine getirmeyi tercih ederken; bazı çocuklar ise anne ya da babalarını bakacak bir “bakıcı” bulmaya çalışmaktadır. Fakat bu durum çocukların maddi gücüne göre değişmektedir. Anne ya da babalarını bakması için “bakıcı” tutan çocuklar, genelde maddi anlamda bir güce sahiptirler. Fakat bazı bireyler iyi bir maddi güce sahip olsa da anne ya da babalarını huzurevine yerleştirmek konusunda ısrarcı olmaktadır. Bunun nedeni ise, bakıcıların yaşlı bireyleri iyi bir şekilde bakmaması ve bazı durumlarda onları istismar etmesinden kaynaklanmaktadır. Bakıcı tutamayan çocuklar ise, maddi anlamda iyi bir güce sahip olmayan bireylerdir. Bu bireyler, anne ya da babalarını huzurevine yerleştirmek durumunda kalmaktadırlar. Bazıları ise; anne ya da babalarının maaşları olması durumunda onları kendi evlerinde, onların maaşlarından yararlanarak bakmaktadırlar.

Bu dönemde yaşlı bireyler, bazı uyku bozuklukları yaşayabilmektedirler. Bireyler, yaşlanmaya başladıkça uykuya duydukları ihtiyaç azalmaya başlamaktadır. Bu nedenle yaşlı bireyler göz önünde bulundurulduğunda, genç bireylere oranla daha az uyuyup daha erken uyanmaktadırlar. Bazı yaşlı bireyler, geçirdikleri birtakım ruhsal, fiziksel değişimler ve kullandıkları ilaçların yan etkileri sonucunda “gündüz” vakitlerinde uyumayı tercih edebilmektedirler. Bu durum yaşlı bireylerin, gün içerisinde hareket halinde olabilmelerini engelleyebilmektedir. Gün içerisinde uyuyup uyanan yaşlı

bireylerin, daha agresif bir yapıya büründüğü belirlenmiştir. Bu durumu yaşayan yaşlı bireylerin, yakın çevreleriyle bir araya gelmeleri zor görünmektedir.

Yaşlanan bireyler, eski bilgilerini hatırlama konusunda zorluk çekmezken; yeni bilgileri öğrenme ve hatırlama konusunda zorluk çekmektedirler (Atila, 2006:53). Bu durum bireylerin, yeni durumlara uyum sağlama konusunda sıkıntı çekmelerine neden olmaktadır. Bazı yaşlı bireyler ise, yeni bilgiler karşısında “inatçı” bir tavır sergileyerek eski bilgilerinin daha sağlam ve önemli olduğunu düşünüp yeni bilgiler öğrenmeyi reddetmektedir. Bunun nedeni bu yaşlı bireylerin, değişimlere kapalı olması ve yeni öğreneceği bilgilerin, eski bilgilerini unutturacağını düşünmesinden kaynaklanmaktadır.

Yaşadıkları sağlık sorunları nedeniyle zaman zaman hastaneye getirilmektedirler. Bu durum yaşlı bireyleri bakan bireylere, maddi ve manevi anlamda zarar verebilmektedir (Saka, 2022:77). Bazı durumlarda devlet hastanesine gitmek yeterli olamamaktadır. Bu nedenle özel hastaneye gitmek durumunda kalan bazı bireyler, maddi anlamda bir güçlük çekebilmektedir. Manevi anlamda ise, zaman zaman hastaneye getirilen yaşlı bireyler nedeniyle kendilerine ayıracak zamanları ortadan kalkabilmektedir. Bu durum bireylerin dinlenmesini ve kendilerine zaman ayırmalarını engellemekte ve bu bireylerin sabrının tükenmesine neden olabilmektedir. Hastane konusunda yaşanan sorun bir diğer sorun ise, yaşlı bireyler tarafından yaşanmaktadır. Bu konu “kamu” ve “özel” hastaneler olarak iki grupta incelenmektedir. Kamuya ait olan hastanelerde randevu almak zaman zaman zor olabilmektedir (Yıldız, 2023:94-95) Çünkü kamuya ait olan hastaneler, herkes tarafından kullanılabilir. Bir ücret ödenmemektedir. Bu nedenle, çoğu birey tarafından kamuya ait olan hastaneler tercih edilmektedir. Yaşlı bireyler açısından kamuya ait olan hastaneler göz önünde bulundurulduğunda, randevu almakta zorlanan ya da randevu alamayan yaşlı bireyler sağlık sorunlarıyla daha çok karşı karşıya gelebilmektedir. Bazı yaşlı bireyler, randevu almayı bilmediği için bazıları ise randevu almak istediği doktorun ya da doktorların randevuları dolu olmasından dolayı sorun yaşamaktadır. Bu durum yaşlı bireylerin, doktora görünmesini engellemekte ve bunun sonucunda yaşadığı sağlık sorununun giderilememesine yol açmaktadır. Randevu almayı bilmeyen bazı yaşlı bireyler, randevu almayı bilen yakınlarından yardım istemektedir. Bazıları ise, böyle bir yakın çevresi olmadığı için randevu alamamakta ve bu nedenle mağdur olmaktadır. Özel hastaneler ise, her birey tarafından tercih edilememektedir. Bunun nedeni, özel hastanelerin belirli bir ücret karşılığında hizmet vermesinden kaynaklanmaktadır. Her bireyin maddi durumu özel hastaneye gidecek kadar yeterli olamayabilmektedir. Bazı yaşlı bireyler tarafından özel hastaneler tercih edilebilirken, bazı yaşlı bireyler tarafından

tercih edilememektedir. Maddi durumu iyi olan çoğu yaşlı birey, özel hastaneleri tercih etmektedir. Bunun nedeni; randevu sisteminin kolay ve hızlı bir şekilde işlemesi, doktorların ve hemşirelerin hastayla daha yakından ilgilenmesinden kaynaklanmaktadır.

Ataerkil toplumlarda bilindiği üzere, “erkek” egemenliği baskın olmaktadır. Bu nedenle kadınlar, daha geri plana atılmakta ve ortaya toplumsal açıdan bir ayrımcılık çıkmaktadır. Bu toplumlarda yaşlanan kadınlar, sağlık sorunlarıyla karşı karşıya kaldıklarında hastaneye gidebilmek için yanına refakatçi almak zorundadır Çünkü erkek egemenliğinin baskın olduğu toplumlarda, kadın tek başına hastaneye gidememektedir. Bu toplumlardaki kadın algısı, “kadın, tek başına bir şey yapamaz!” şeklinde olmaktadır. Toplum, kadın üzerinde böyle bir baskı kurmaktadır. Erkek ise, istediği gibi hareket edebilmekte ve hastalandığı zaman yanına refakatçi bulmak zorunda değildir. Çünkü “erkek, her işin altından kendi kalkar” şeklinde bir algı bulunmaktadır. Erkek, bir konu hakkında birinden yardım isteyecekse bu kadın olamamaktadır. Kendi hemcinsinden yardım istemektedir. Kadından yardım istemesi, olağan bir durum olarak görülmemektedir.

#### **2.5.4.Yaşlıların Barınma Sorunları**

Yaşlılık döneminde bireylerin yaşadığı bir diğer sorun, barınma sorunudur. Özellikle bu dönemi, kendi evlerinde yaşayarak geçirmek istemektedirler. Kendi evinde dinlenmek, enerji toplamak, anılarını göz önüne getirmek, kendi hayat idamelerini kendileri yerine getirmek, varsa çocukları ve torunları tarafından ziyaret edilmek için yaşadıkları evler önemli bir yer tutmaktadır. Çünkü kendi evlerinde, daha rahat hareket etmekte ve kendilerini güvende hissetmektedirler. Aynı zamanda kendi evlerinde birçok anılar biriktirmişlerdir ve bu anılarını unutmamak, onlardan uzaklaşmamak adına kendi evinde yaşamak onu daha çok mutlu etmektedir. Örneğin: Yaşlı bireylerin çoğu, eşleriyle beraber evlenip geldikleri ve çocuklarını büyüttükleri evlerden ayrılmak istememektedirler. Çünkü bu evlerin her bir köşesinde, odasında ayrı anıları bulunmaktadır. Bu evlerden çıkmak demek, anılarını da geride bırakmak demektir. Bu nedenle, evlerinden çıkmak ve alıştıkları düzenin dışına çıkıp yeni bir düzene uyum sağlamak istememektedirler. Ayrıca oturdukları konumlarda arkadaşlık ve komşuluk ilişkileri kurmaktadır. Özellikle yaşlılık döneminde bu arkadaşlık ve komşuluk ilişkileri, önemli bir yer tutmaktadır. Çünkü bu dönemde evli olan çoğu yaşlı birey, eşini kaybedebilmekte ve bunun sonucunda yalnız yaşamak durumunda kalmaktadırlar. Fakat arkadaşları ve komşuları olan yaşlı bir birey için tamamen yalnız kaldığı

söylenememektedir. O, bu dönemdeki yalnızlığını arkadaşları ve komşularıyla iletişim halinde kalarak ortadan kaldırmaya çalışmaktadır. Sıkıldıkları zamanlarda ya da sohbet etme ihtiyacı duyduklarında, bir şeye ihtiyaç duyduklarında gidebilecekleri komşularının olması onlara güven vermektedir. Aynı zamanda yaşadıkları üzüntülerin az da olsa geride kalmasını sağlamaktadırlar.

Bu dönemde yaşlı bireylerin ilk tercihleri, eğer varsa kendi evlerinde yaşamlarını sürdürmektir. Eğer kendi evleri yoksa çocuklarıyla beraber yaşamak istemekte ya da bir huzurevine yerleşmek istemektedir. Kendine ait bir evi olan, ekonomik durumu iyi olan ve kendi ihtiyaçlarını kendi karşılayabilen yaşlı bireyler genelde kendi evlerinde yaşayıp hayatlarını sürdürmektedir. Fakat ekonomik durumu iyi olup, kendine ait bir evi olup temel ihtiyaçlarını karşılayamayan yaşlı bireyler de bulunmaktadır. Bu yaşlı bireyler genelde çocuklarına yük olmamak adına bir huzurevine yerleşmeyi tercih etmekte ya da bakımlarını yapabilmesi için bir bakıcı tutmaktadırlar. Ekonomik durumu iyi olmayan yaşlı bireyler ise eğer çocukları tarafından bakılmak istenmezse ya huzurevine yerleşmekte ya da kirası düşük olan evlerde kalmayı tercih etmektedir. Düşük bütçeli evler göz önünde bulundurulduğunda, bu evlerin genelde ‘sobalı’ olduğu görülmektedir. Sobayı yakabilmek için kömür, kâğıt ve odun gibi gereçler kullanılmaktadır. Yaşlı bireyler maddi durumlarına göre ya odun ya da kömür tercih etmektedirler. Odun, kömürden daha ucuz olduğu için maddi gücü iyi olmayan yaşlı bireyler tarafından tercih edilmektedir. Fakat bu noktadaki sorun, yaşlı bir bireyin ağaç kırıp odun yapabilecek kadar güce sahip olup olmadığıdır. Bazıları odunu satın alırken, bazıları ise (varsa) ormanlık arazilerinden faydalanarak odun yapmaktadırlar. Maddi gücü iyi olan yaşlı bireyler ise, daha çok kömürü tercih etmekte ya da ikisini bir satın almaktadırlar. Sobada yakılan kömür, bazı yaşlı bireyler için bir risk taşımaktadır. Çünkü bazı durumlarda sobadaki kömür bireyleri zehirleyebilmektedir.

Yapılan bilimsel bir çalışma da bazı yaşlı kadınlar, eşleri vefat ettikten sonra evlerinde tek başına hayatlarını sürdürürken uykuya dalmakta sorun yaşamaktadır. Çünkü eşlerinin vefatından sonra korku ve kaygı gibi duyguların baş göstermeye başladığını ifade etmektedir (Öner, 2023:201). Örneğin: Bazı yaşlı kadınlar, sabaha kadar uyuyamamakta ve sabah güneş doğduktan sonra uyumaya başlamaktadır. Bunun nedeni, gün ışıkları ağardığında evine hırsızın girmeyeceğini düşünmesinden kaynaklanmaktadır. Bazı yaşlı kadınlar, uyurken evde ses olsun diye televizyonu açarken; bazı yaşlı kadınlar, uyurken telefonlarından yüksek sesle müzik açıp evlerinde başkalarının da olduğunu hissettirmeye çalışmaktadır. Bazı yaşlı kadınlar, eşlerinin vefatından sonra akşam

vakitlerinde sokağa çıkmaya korkmakta ve bu nedenle işlerini sadece gündüz vakitlerinde halletmeye çalışmaktadır. Aslında bu durum yaşanan konumla alakalıdır. Büyükşehirler göz önünde bulundurulduğunda, bazı konumlar yalnız yaşayan ya da yaşamayan bütün bireyler için tehlikeli olmaktadır. Çünkü bu konumlarda oturan bireylerin kim olduğu ve ne yapıp ne yapmayacağı bilinmemektedir.

Bazı yaşlı bireyler; tek başına yaşamakta zorlandıkları için, çocukları tarafından istenmedikleri için ve ekonomik yetersizlik gibi durumlar yaşadıkları için huzurevlerine yerleşmektedir. Fakat her huzurevine yerleşen yaşlı birey, huzurevinden memnun olmamaktadır. Bazı yaşlı bireyler; personelin davranışlarından ötürü rahatsız olmakta, bazı yaşlı bireyler aynı ortamı paylaştığı yaşlı bireylerden rahatsız olmakta ya da yaşadığı yerde verilen hizmetlerin yetersiz olduğunu düşünüp kendisini mutsuz hissetmeye başlamaktadır. Yapılan bir bilimsel çalışmada, yaşlı bireylerin bu konulardaki sorununu ortadan kaldırabilmek için “gerontolojik ev” tasarımı ortaya koymaya çalışmıştır. Bu çalışmadaki amacı; yaşlı bireylerin kendilerini rahat ve özgür hissetmelerini sağlamaktır. Örneğin: Kendi evlerindeki gibi kendilerine ait olan bir banyo, aile ziyaretlerinin gerçekleştiği anlarda aileleriyle beraber yemek yiyebileceği rahat bir yemek alanı, bulundukları evin bir sertifikaya sahip olmasını sağlamak ve bununla beraber, verilen sözlerin yerine getirilmesi için bir temel oluşturmak, kendi evlerindeki gibi rahatça dolaşabilmek, günübirlik planlarını kendi tercihlerine göre düzenleyebilecekleri bir ev tasarımı ortaya koymaya çalışmıştır. Yapılan anket sonucunda verilen yüzdeler dikkate alındığında, ankete katılan yaşlı bireylerin yarısından çoğu gerontolojik ev tasarımı onayladığı görülmektedir (Tunçel, 2019: 91-93). Onlara göre gerontolojik ev tasarımı olan bu ev, daha farklıdır. Önceki hayatlarını yaşayabilecekleri ve sürdürebilecekleri bir ev olarak görüp kabul etmektedirler.

Günümüzdeki kent hayatını göz önünde bulundurulduğunda evlerin gittikçe küçülmesi de yaşlı bireylerin çocukları tarafından bakılmak istenmemesine yol açmaktadır. Çünkü küçük evlerdeki oda sayısı azdır. Özellikle kalabalık bir aile göz önünde bulundurulduğunda yaşlı bir anne ya da babanın varlığı evdeki tüm bireyler tarafından fazlalık olarak görülmektedir. Bu da aile içi tartışmalara yol açmakta ve bunun sonucunda evdeki bireyler arasında bir huzursuzluk hali ortaya çıkmaktadır. Bazı bireylerin çocukları ise aradaki kuşak farkından dolayı bir çatışma sorunun ortaya çıkacağını düşünüp anne ve babasını bakmak istememektedir. Evdeki çocuklarla, yaşlı bireylerin anlaşamayacağını düşünüp yaşlı bireylerin varlıklarından rahatsız olmaktadır. Yaşlı bireyler, özellikle torunlarıyla pek fazla anlaşamamaktadır. Bunun

nedeni, aradaki kuşak farkıdır. İki kuşağın yetiştiği dönemler ve geçirdiği değişimler, farklıdır. Bu nedenle, ortaya çıkan kuşak çatışması normaldir. Gençler için doğru olan bazı şeyler, yaşlı bireyler için doğru görülmemektedir. Bunun sonucunda ise yaşlı bireyler; torunları tarafından “geri kalmış”, “eski kafalı”, “bunamış” bireyler olarak görülmektedir.

Kırsal kesimde yaşayan yaşlı bireylerin barınma sorunu, kentsel kesime göre daha azdır (Biçer, 2002:54). Çünkü kırsal kesimde yapılmış olan evler maliyet açısından daha ucuz ve yüksek değildir. Ama kent hayatındaki evler maliyet açısından oldukça pahalı ve yüksek bir yapıdadır. Bu nedenle kentsel kesimde yaşayan yaşlı bireyler barınma sorunuyla daha fazla karşı karşıya kalmaktadır. Özellikle asansörü olmayan yüksek bir bina göz önünde bulundurulduğunda yaşlı bir birey tarafından tercih edilmesi pek ihtimal verilecek bir durum değildir. Çünkü çoğu birey, yaşlanmaya başladıkça kasları erimeye ve zayıflama başlamaktadır. Yürürken, merdiven çıkarken bacakları ağrımakta ve zorlanmaktadırlar. Bu nedenle merdiven çıkmak onlar için bir sorun haline gelmektedir.

Barınma sorunun temelinde yatan bir diğer sorun, “sağlık”tır. Sağlık sorunu olan bir yaşlı bireyin bakıma ihtiyaç duyması da bazı çocuklar tarafından güç bir durum olarak görülmekte ve bu nedenle anne ya da baba bakılmak istenmemektedir. Özellikle yaşlı bireyin çocuğu çalışan bir kişi ise bu durum onun hayatını oldukça zorlaştırmaktadır. Çünkü günlük yaşantısındaki zamanının büyük bir bölümü çalışma hayatı içerisinde geçmektedir. Bu nedenle anne ya da babasının bakımını yapabilecek bir zamanı kalmamaktadır. Eğer bu bireyin ekonomik durumu iyiye bir bakıcı tutabilmekte ve profesyonel bireyler tarafından tedavi görmesini sağlayabilmektedir. Fakat ekonomik durumu iyi değilse yapabileceği tek şeyin anne ya da babasını huzurevine ya da rehabilitasyon merkezine yerleştirmek olduğunu ifade etmektedirler.

#### **2.5.5.Yaşlıların Kuşak Çatışmasına Bağlı Olarak Yaşadığı Sorunlar**

Her geçen günle toplumda bazı değişimler geçirmektedir. Toplum içerisinde varlığını sürdüren tüm bireyler de zamanla bu değişimlere ayak uydurmaya çalışmaktadır. Fakat her ne kadar aynı dönemde yaşayan bireyler olsalar da bireylerin yaşlarına, birikimlerine ve alışkanlıklarına bağlı bir olarak ortaya birtakım farklılıklar çıkmaktadır. Örneğin: 2024 yılı içerisinde yaşayan tüm bireyler, aynı toplumu paylaşmaktadır. Bu toplum içerisinde yaşayan genç ve yaşlı bireyler bulunmaktadır. Her ne kadar aynı yıl içerisinde yaşasalar da yaşlıların bilgi ve birikimleri, genç bireylerden daha farklı ve daha fazladır. Genç bireyler için, dövme yaptırmak modern bir görünüme sahip olmak

demektir. Fakat yaşı bireyler için dövme yaptırmak “günah”tır. Yani genç ve yaşı bireylerin sahip olduğu dini bilgiler arasında bir farklılık bulunmaktadır. Bu durum da bireylerin arasındaki kuşak farkını ortaya çıkarmaktadır. Aralarındaki kuşak farkı ise kuşak çatışmasını doğurmaktadır.

Kuşak çatışması, yetişkinler ve gençler arasında yaşanmaktadır. Bu durumdan en çok şikâyet eden, yaşı bireylerdir. Onlara göre kendilerinin düşüncesi daha önemli ve doğrudur. Başka bir doğrunun olmadığına inanmaktadırlar. Yeni bilgiler karşısında, eski bilgilerini korumaya çalışmaktadırlar. Bu nedenle, genç bireyler tarafından eleştirilmektedirler. İki kuşak arasında yaşanan bu sorunun temelinde “zaman farkı” yatmaktadır. Yaşadıkları dönemler birbirinden farklıdır. İki farklı zaman içinde hiçbir düşünce ve düzen aynı haliyle kalmamıştır (Tagay, 2018:7-8). Çünkü toplum statik bir yapıya sahip değildir. Dinamik bir yapıya sahip olan toplum ve toplumun unsurları, zaman içerisinde bazı yönlerden değişime uğramıştır. Bu nedenle iki kuşak arasında çok fazla düşünce ayrılığı yaşanmaktadır. Örneğin: Gençler için, burna takılan “piercing” onların modern bir tarza sahip olduklarını düşündürmektedir. Fakat yaşı bireyler, bu durumun saygısızca bir davranış olduğunu ifade etmektedir. İki farklı anlayışa sahip bireylerin arasındaki sorunun çözülebilmesinin tek yolu, “anlayış”tır. İki tarafında birbirlerine anlayış ve saygı göstermesi sonucunda bu sorun ortadan kalkabilmektedir.

Yaşı bireyler ve genç bireyler göz önünde bulundurulduğunda hem hayata bakış açılarının hem de hayattaki beklentilerinin ve hedeflerinin birbirlerinden ne kadar farklı olduğu görülmektedir. Genç bireyler özellikle ergenlik dönemindeyken, yaşı bireylerle pek fazla anlaşamamaktadırlar. Çünkü bu dönemde gençler, daha çok keyfi bir şekilde hareket etmeye ve akran grubuyla bir yarış haline girmeye başlamaktadırlar. Bu nedenle büyüklerini pek fazla dikkate almamakta ve kendi bildiklerinin en doğrusu olduğunu düşünmektedirler. Bu durumdan en fazla şikâyet eden kesim, yaşı bireylerdir. Hatta genç bireyler tarafından anlaşılmadıklarını ve dikkate alınmadıklarını ifade etmektedirler (Güngör, 1993: 60). Fakat ergenlik dönemini bitiren genç bireyler, daha olgun bir kişiliğe bürünmeye başladıkları için büyüklerinin sözünü dinlemeye ve onlara daha fazla saygı duymaya başlamaktadırlar. Hatta bazı genç bireyler, yaşı bireylerin deneyimlerinden yararlanmakta ve bu deneyimler doğrultusunda hayatlarını sürdürmeye çalışmaktadır.

Genç bireylerin yaptığı bazı aktiviteler, bazı durumlar karşısında sergiledikleri davranışlar da yaşı bireyler tarafından yadırganabilmektedir. Özellikle günümüz göz önüne alındığında bireylerin daha fazla “tüketim”e daha çok katkı sağlayabilmesi için çeşitli aktiviteler ortaya çıkarılmaktadır. Örneğin: Geçmişte var olmayan ama günümüzde

var olan “hip hop” dans kursları, yaşlı bireyler tarafından eleştirilmektedir. Bu aktivite özellikle çocuklar ve gençler tarafından ilgi çekmektedir. Fakat yeni yeni ortaya çıkan bu aktivite, yaşlı bireylerin çocukluklarında ve gençliklerinde olmadığı için yaşlı bireyler tarafından yadırganmakta ve eleştirilmektedir. Bunun nedeni ise, aralarındaki kuşak farkıdır. Bu da aralarında bir çatışmaya neden olabilmektedir (Ekinci, 2021:21).

#### **2.5.6.Yaşlıların Beslenme Sorunu**

Beslenme konusunun sadece bebeklik, çocukluk ve gençlik döneminde önemli olduğu düşünülmektedir. Fakat beslenme konusu bireylerin yaşamları boyunca önemli bir yer tutmaktadır. Çünkü bireyler, her gelişim döneminde bir önceki dönemden farklı olarak gelişim ve değişim göstermektedir. Bu gelişim ve değişim döneminin sağlıklı bir şekilde gerçekleşebilmesi bireylerin beslenme konusuna ne kadar dikkat edip etmediğine bağlıdır. Eğer bireyler, bebeklik döneminden başlayıp yaşlılık dönemine kadar sağlıklı bir şekilde beslenirlerse yaşamları boyunca pek fazla sağlık problemleriyle karşı karşıya kalmamaktadır. Eğer beslenme konusunda yetersizlik ortaya çıkarsa ve yenilen yemeklerin kalitesi düşükse bireylerin birçok sağlık problemiyle karşı karşıya kalması normal karşılanmaktadır.

Yaşlı bireylerin kötü beslenmesine neden olan faktörler: sağlıklı ve yeterli beslenme konusundaki bilgi yetersizliği, market ve ev arasındaki uzaklık, ulaşım sorunları, dişlerinin olmaması ya da takma dişlerinin yemek yerken onları rahatsız etmesi, yemek yapacak gücü kendinde bulamaması gibi sebeplerden dolayı beslenme sorunları yaşamaktadırlar (Akdağ, 2021:35-36). Örneğin: Yaşlı bir bireyin takma dişinin olmaması durumunda, katı gıdaları yemesi pek mümkün görülememektedir. Genelde sulu ve yumuşak gıdaları tüketmek durumunda kalmaktadırlar. Fakat sürekli sulu gıdalarla beslenen yaşlı bir birey göz önünde bulundurulduğunda, onun bedeninde hem kilo olarak hem de güç olarak bir zayıflık meydana gelmektedir. Bu durumda ise kendi işlerini yapabilecek ya da dışarı çıkabilecek gücü kendinde bulamadığı için başkalarının yardımına ihtiyaç duymaktadır. Yaşlılık dönemiyle beraber bireylerin hareketlerinde yavaşlamalar meydana gelmektedir. Bazı yaşlı bireyler hareketlerindeki yavaşlamalar ve güçsüzlükler nedeniyle yerlerinden kalkıp yemek yapmakta zorlanmaktadırlar. Bu nedenle yaşlı bireyler, başkalarının yardımına ihtiyaç duymaktadırlar. Fakat her yaşlı bireyin, bir çocuğu ya da yardım edeni olmayabilir. Bu açıdan bakıldığında ise tek yaşayan yaşlı bir birey, yemek yeme ihtiyacını karşılayamadığı için gücü daha fazla azalmakta ve daha çok sağlık problemleriyle karşı karşıya kalmaktadır. Yaşlı bireylerin

sabah kahvaltısından akşam yemeğine kadar dengeli ve iyi bir şekilde beslenmeleri gerekmektedir. Dengeli ve iyi bir şekilde beslenemeyen yaşlı bireyler, bazı sağlık sorunlarıyla karşı karşıya kalması muhtemeldir (Üçok, 2018:30-32). Örneğin: sık sık hastalanma, kasların zayıflaması, hareket etmede zorlanma, ciltte pürüzler meydana gelmesi, sağlıksız bir bedene sahip olma, baş ağrıları, iştahsızlık halinin belirmesi, kendisini yorgun hissetmesi ve uyku bozuklukları gibi sorunlar yaşamasına neden olmaktadır. Dengeli beslenen yaşlı bireyler göz önünde bulundurulduğunda ise; hastalanma sıklıklarının azalması, ciltlerinin daha parlak bir görünüme sahip olması, kendilerini daha dinç hissetmeleri, zihinlerinin kuvvetli bir yapıya sahip olması, kaslarının güçlenmesi, sağlıklı bir bedene sahip olmasını sağlama gibi olumlu gelişmeler gözlemlenmektedir. Aynı zamanda daha sağlıklı ve dinç olacakları için başkalarının yardımına pek fazla ihtiyaç duymayacaklardır. Bu durum onların, daha rahat hareket edebilmesine de katkı sağlamaktadır. Çünkü bazı yaşlı bireyler, başkalarının yardımına ihtiyaçları olsa da yardım isteyecekleri bireylerden çekindikleri ya da utandıkları için bu ihtiyaçlarını ertelemektedir (Arslantaş, 2018:26). Örneğin: Çocuklarının yanında yaşayan bazı yaşlı bireyler, acıktıklarında bunu doğrudan çocuklarına söyleyememekte ve çocuklarının sofrayı kurmasını beklemektedirler. Bulundukları evdeki yiyecekleri tüketme konusunda da çekingenlik gösterebilmektedirler. Ancak çocukları tarafından verilen yiyecekleri yeme eğiliminde olmaktadır.

Bazı yaşlı bireylerin bakımını üstlenen bireyler, yaşlı bireylere zorla yemek yedirmeye çalışmaktadır. Bu davranışı sergileyen bazı bireyler, yaşlı bireylere sinirlendikleri için ya da onlara bilerek zarar vermek istedikleri için onları zorla yedirmeye çalışmaktadır. Bu sergilenen davranış biçimi, istismara girmektedir. Yaşlı bireylerin ağızlarına zorlayarak koyulan her lokma, bu yaşlı birey için ceza olmaktan başka bir şey değildir. Yaşlı birey, bu yediği lokmaları hazmetmekte zorlanabilmekte ve bunun sonucunda mide problemi yaşayabilmektedir. Önemli olan yaşlı bireylerin doğru ve dengeli bir şekilde beslenebilmesini sağlamaktır. Yaşlı bireyin karnı doysun diye yapılsa dahi, bu doğru bir davranış biçimi değildir. Akli başında olan bir yaşlı birey, acıktığı zaman bunu hissetmektedir. Ancak akli başında olmayan yaşlı bir birey, acıktığını hissetme konusunda sorun yaşayabilmektedir. Böyle bir yaşlı bireyin bakımı yapılırken, canını acıtarak değil de yemesi için doğru bir şekilde çaba göstermek gerekmektedir.

Bu dönemde yaşlı bireylerin yaşadıkları tat, koku ve göz duyularında meydana gelen azalmalar onların yeterli ve dengeli beslenmesini engelleyebilmektedir. Tat ve koku duyularında meydana gelen azalmalar yaşlı bireylerin, yedikleri yiyeceklerden aldıkları

hazların azalmasına neden olmaktadır. Bu durum yaşlı bireylerin “iştahsız” olmasına yol açabilmektedir. Çünkü yediği yemekten tat ve koku alamayan yaşlı birey, haz duygusunu kaybettiği için o yiyeceklerden vazgeçebilmektedir. Göz duyularında azalmalar meydana gelen yaşlı bireyler ise, yiyeceği yemeği göremediği için o yemeğin “küflü”, “bozuk” olduğunu görememekte ve yedikten sonra midesinde birtakım hazımsızlıklar meydana gelebilmektedir. Bu durum onun sağlık açısından sorun yaşamasına neden olabilmektedir. Örneğin: Gözleri iyi görmeyen yaşlı bir birey markette hazır olarak satılan bir yiyeceği almak istediğinde, bu yiyeceğin “tüketim tarihi”nin geçip geçmediğini görememesi durumunda sağlığını riske atmaktadır. Çünkü aldığı yiyeceğin tarihi geçmişse ve bu yiyeceği yerse zehirlenme riskiyle karşı karşıya kalmaktadır. Aynı zamanda şeffaf paketlemelerin içinde bulunan yiyeceklerin bozulmuş olduğunu göremeyen yaşlı birey de zehirlenme riskiyle karşı karşıya kalmaktadır.

#### **2.5.7.Yaşlılık Dönemine Uyum Sorunları**

Yaşlılık dönemine giren bireyler; toplumsal, psikolojik ve çevresel açılardan bazı değişimler geçirmektedir (Çevik Sökmen, 2008:39). Bu değişimler bazı yaşlı bireyleri olumlu anlamda etkileyebilirken, bazı yaşlı bireyleri olumsuz anlamda etkilemektedir. Çünkü bazı yaşlı bireyler, geçirdiği değişimlerle kendilerini daha dinamik hissetmekte ve yaşlılık dönemine daha kısa sürede uyum sağlayabilmektedir. Ama bazı yaşlı bireyler ise, geçirdiği değişimlerle beraber depresyon hali yaşamakta ve bu durum onun ruhsal açıdan sağlık problemi yaşamasına neden olabilmektedir. Bazı yaşlı bireyler, fiziksel açıdan geçirdiği değişimleri kabul etmekte zorlanmaktadır ve bu nedenle aynaya bakmaktan çekinmektedir (Ekinci, 2021:23). Aynaya baktıklarında gözle görülen değişimler karşısında stres hali oluşabilmektedir. Genç bedenlerini özlemekte ve değişen bedenlerinin kaçınılmaz olduğunu kabul etmek zorunda kalmaktadırlar. Bu değişimler kısa bir süre zarfında meydana geldiği için bazı yaşlı bireyler, bu değişimlere uyum sağlama konusunda zorlanmaktadırlar.

Yaşlı bireylerin geçirmiş oldukları değişimler; onların bulundukları kent ya da kır hayatına, emekli olup olmamasına, eğitim düzeyine, aile ve arkadaşlarıyla olan ilişkisine vb. faktörlere göre değişiklik göstermektedir (Kurt, 2008:28). Örneğin: Kent hayatında yaşayan yaşlı bireyler, hareketli bir yaşamın içerisinde yaşadıkları için kısa süre içerisinde yaşamış oldukları değişimler onları pek etkilememektedir. Fakat kırsal bir kesimde yaşayan yaşlı bireylerin bulundukları yer pek fazla hareketli değildir. Burada sanayileşme ve teknolojik yenilikler sonradan ortaya çıkmaktadır. Yani kır hayatı, kent hayatına göre

biraz daha durgundur. Bu nedenle burada yaşayan yaşlı bireyler, kısa süre zarfında yaşanan değişimlerden olumsuz anlamda etkilenebilmektedir. Bir diğer örnek ise: Eğitim düzeyi yüksek bir yaşlı bireyle, eğitim düzeyi daha düşük bir yaşlı bireyin yaşlılık dönemine uyum sağlaması aynı derecede gerçekleşmemektedir. Eğitim düzeyi yüksek olan yaşlı birey, bundan önceki dönemlerde sosyal hayatında nasıl aktif bir rol alıyorsa yaşlılık döneminde de aktif bir rol almaya devam etmektedir. Fakat eğitim düzeyi daha düşük olan yaşlı birey, bundan önceki hayatında da pek fazla aktif bir rol oynayamamıştır. Yaşlılık döneminde de pek fazla sosyal hayatı olamaz, şeklinde söylenebilmektedir. Bunun nedeni şu şekilde açıklanabilmektedir: Genel itibariyle göz önünde bulundurulduğunda, eğitim düzeyi yüksek bireyler bir işe girmekte ve bu iş sonucunda emeklerinin karşılığını maddi anlamda almaktadırlar. Aldıkları bu maddi destek onların sosyalleşmesine ve çeşitli faaliyetlere (spor, tiyatro, sinema, konser vb.) katılmasına katkı sağlamaktadır. Yaşlanıp emekli olduklarında ise emekli maaşı aldıkları için hayatlarına kaldıkları yerden devam edebilmektedirler. Fakat eğitim düzeyi düşük olan bir yaşlı birey, bir işe girmekte zorlanabilmektedir. İşe giren bireyler ise, özel kurumlarda çalıştıkları için çok fazla yıpranmakta ve tam anlamıyla emeklerinin karşılığını alamamaktadırlar. Emekli olduklarında ise, bir devlet kurumundan emekli olmadıkları için emekli maaşı alamamaktadırlar. Bu nedenle, maddiyatın geçerli olduğu faaliyetlere katılmakta zorlanmaya devam etmektedirler.

#### **2.5.8.Yaşlıların Bakım Sorunları**

Konusu ‘‘birey’’ olan tüm disiplinler, yaşlı bireylerin bakım sorunları konusunda çalışmalar yapmaktadır. Bu disiplinler: gerontoloji, sosyoloji, psikolojisi, tıp, antropoloji vb. şeklinde sıralanabilmektedir. Bu disiplinler tüm bireylerin daha iyi bir hayat sürdürebilmesi, bireyler arasındaki iletişim sorunlarının ortadan kaldırılabilmesi ve tüm bireylerin kendilerine bir amaç belirleyip bu amaç doğrultusunda yaşayabilmeleri için kendi sınırları çerçevesinde, diğer disiplinlerle ilişki kurarak çözümler sunmaktadır.

Ülkemiz göz önünde bulundurulduğunda bakıma muhtaç olan çoğu yaşlı birey, aileleri tarafından bakılmaktadır (Kurt, 2008:30). Fakat yaşlı bireylerin bakımları bazı noktalarda sorun yaratabilmektedir. Örneğin: Yaşlı bireyin bir hastalığı varsa ve gözetim altında tutulup tedavi edilmesi gerekiyorsa bir rehabilitasyon merkezine yatırılması onun için en doğrusu olacaktır. Çünkü böyle bir durumda yaşlı bireyler, çocukları tarafından ne kadar iyi bakılırsa bakılsın alanında profesyonel olan bir bireyin yaptığı müdahaleleri ve tedaviyi uygulayamayacaktır.

Modern toplumlar göz önünde bulundurulduğunda, geleneksel toplumlardaki düzenin bu toplumlarda olmadığı görülmektedir. Geleneksel toplumlarda, geniş aileler varlığını sürdürebilirken; modern toplumlarda, bu aile tipi yerini çekirdek aile tipi almaktadır (Kurt, 2008:31). Yani modern toplumlarda bireyler, anne ya da babalarıyla kalmak istememekte ve bakıma muhtaçlarsa onları huzurevlerine, rehabilitasyon merkezlerine yatırmaktadırlar. Bu toplumlarda yaşlı bireyler, bir “yük” olarak görülmektedir. Geleneksel toplumlarda ise, yaşlı bireylerin çocuklarıyla beraber yaşaması oldukça önemlidir. Onlar için evde bakımı yapılan yaşlı bireyler “yük” olarak görülmemektedir. Bu işin tamamen sorumlulukları olduğunu belirtmekte ve bu yaptıkları işin sonucunda, içsel olarak huzurlu olduklarını belirtmektedirler (Tekin Önür, 2015:191). Evde bakılan yaşlı bireyin, saygın bir yeri bulunmaktadır. Bir konu hakkında bilgi alışverişi yapılacağı zaman ilk öncelikle yaşlı bireye danışılmaktadır. Ondan fikir almak ve onun dediğini yapmak oldukça önemli görülmektedir. Ayrıca evdeki çocukların, yaşlı bireylerle beraber yaşaması ve onlar tarafından büyütülmesi de oldukça önemli görülmektedir. Çocukların, yaşlı bireylerden öğreneceği birçok şeyin olduğuna inanmaktadırlar.

Bireylerin çoğu, yaşlanma dönemine kadar özgür ve rahat bir şekilde yaşamaktadırlar. Bu döneme geldiklerinde ise “elden ayaktan düşmeleri” sonucunda çocuklarıyla yaşamak ya da bir huzurevine yerleştirilmek onlar için kolay olmamaktadır (Gönüllü Taşkesen, 2017:80). Bu döneme kadar istediklerini yapabilecekleri kadar özgür bir bireyken, bu dönemde başkalarına muhtaç hale gelmek çoğu yaşlı birey için bir sorun olmaktadır. Hem kendilerini bir yük olarak görmekte hem de kendilerini huzursuz hissetmeye başlamaktadırlar. Örneğin: Çocukları tarafından bakılan bazı yaşlı bireyler, ev içerisinde konuşulan bazı sözleri kendi üstlerine alınmaktadırlar. Bu dönemde daha kırılgan bir yapıya sahip oldukları için ister istemez bir “alınganlık” hali de ortaya çıkabilmektedir.

Modern toplumlarda, geleneksel toplumlara göre kadınların daha çok çalışma hayatında yer almaları anne ya da babalarını bakımını üstlenmeleri konusunda sorun yaratmaktadır. Çünkü çalışan bir kadın göz önünde bulundurulduğunda, gününün çoğu çalışma hayatı içerisinde geçtiği görülmektedir. Anne ya da babasını bakabilmesi için gününün çoğunu onlara ayırması gerekmektedir. Genellikle anne ya da babasından ayrılmak istemeyen, çocuklarının büyükanne ya da büyükbabalarıyla aynı ortam içerisinde büyümesini isteyen bireyler “bakıcı” tutabilmektedirler. Geleneksel toplumlarda ise, yaşlı bireylere gösterilen hizmetler eskiye oranla azalmış olsa da hala

önem taşımaktadır. Bu nedenle bu toplumlardaki çoğu bireyler, anne ya da babalarının bakımlarını kendileri üstlenmektedir. Bu toplumlarda kadınlar daha geri planda kaldığı için kadının iş hayatına atılması pek fazla istenen bir durum değildir. Kadınlar, evine ait olan görevlerden sorumlu tutulmaktadır.

### **2.5.9.Yaşlı İstismarı ve İhmal Sorunları**

Yaşlı bireylere uygulanan istismarlar: fiziksel, psikolojik ve ekonomik olarak üç gruba ayrılmaktadır. Yaşlı istismarı kavramı ilk kez 1975 yılında İngiltere’de yapılan bir çalışmada yer almaktadır. Bu çalışmalarda yer almasına neden olan olay, bakıma muhtaç olan yaşlı bir bireyin aile fertlerinden biri tarafından uğramış olduğu fiziksel istismarla gerçekleşmiştir. Bu olay üzerine yaşlı istismarı kavramı üzerine İngiltere’de birtakım çalışmalar yapılmıştır ve istismarın sadece fiziksel olarak değil, aynı zamanda ekonomik ve psikolojik şekillerde de ortaya çıkabileceğinden bahsedilmektedir (Arslan’dan aktaran Üçok, 2018:28).

Yaşlı istismarı: Bireylere karşı; bilerek ve isteyerek fiziksel açıdan zarar verme, canlarını acıtma, onları huzursuz etme, hayatlarını devam ettirme konusunda yararlandıkları zihinlerine ve uzuvlarına zarar verme şeklinde tanımlanmaktadır. Aynı zamanda onlar üzerinde hakimiyet kurmak ve onları duygusal açıdan bir yoksunluğa sürüklemektir. Yaşlı üzerinde uygulanan her türden istismar onların içlerine kapanmasına ve stres yaşamalarına neden olmaktadır. Bireyler kendi içlerine kapanırken özgüvenlerini yitirmekte ve kendilerini sosyal hayatlarından soyutlamaya başlamaktadır. Çünkü her ne yaparlarsa yapsınlar bir korku ve endişe halinden kurtulmaları çok zor olacaktır. Uğradıkları istismarı söyleme konusunda çekingen bir tavır sergilemektedirler. Bunun nedeni ise, genelde aileleri ya da yakın akrabaları tarafından istismara uğramaları için bu durumu ifade etmekten utanmaktadırlar. Günümüzde de bunun birçok örneğine rastlayabilmekteyiz. Örneğin: Bakımını yapmaktan yorulan aile fertleri, sinirlerine hâkim olamayıp fiziksel olarak yaşlı bireyi dövebilmekte ya da psikolojik açılardan sözlü hakaretlerde bulunarak yaşlı bireylere istismar uygulayabilmektedir. Yaşlı bireylerle görüşme yapıldığında ise, bu duruma yol açan bireyleri söyleme konusunda tereddüt etmektedirler. Bu nedenle yapılan istismarların sayısal olarak belirlenebilmesi zor olmaktadır. Yani var olan sayılar, tam olarak gerçeği yansıtamamaktadır.

Yaşlı bireyler sadece aile fertleri tarafından değil, sokaktaki gençler tarafından da rahatsız edilmekte ve istismar edilmektedir. Örneğin: Alkollü gençler tarafından durdurulan, sözlü istismara uğrayan yaşlı bireyler göz önünde bulundurulduğunda,

onlarla dalga geçildiğini ve gençler tarafından tehdit edilip ekonomik anlamda sömürüldükleri görülmektedir. Bu durum yaşlı bireylerin dışarıya çıkmasını engellemektedir. Çünkü bunu yaşayan çoğu yaşlı birey, sokağa her çıktığında aynı şeyi yaşayacağını düşünebilmektedir. Hatta bazı yaşlı bireyler, maaşlarını çekebilmek için “bankamatik” kullanmamaktadır. Doğrudan bankanın içine girip sıra almakta ve bu şekilde maaşına ulaşmaktadır. Bazı ailelerdeki büyük çocuklar ise, yaşlı bireylerin cüzdanını onlardan izinsiz karıştırıp paralarını almaktadırlar. Bu duruma şahit olan yaşlı bireyler, her ne kadar bu çocukları uyarılsalar da bazen uyarıları dikkate alınmamaktadır. Bazı uyarılar karşısında tehdit bile edilebilmektedirler.

Yaşlı ihmalini inceleyecek olursak; bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılama noktasında zorluk çekmesi durumudur. Yaşlandıkça bireylerin evini temizlemek, yemek yapmak, giyinmede zorlanmak, sağlığını koruyabilecek ilaçları temin etmek, güvenliğini sağlamak, ısınma ihtiyacını giderebilmek gibi temel ihtiyaçlarını karşılama noktasında zorluk yaşamasıdır. Bu dönemde bireyler, yeterli bir şekilde beslenememektedir. Yeterli bir şekilde beslenemeyen bireyler, kilo kaybıyla beraber güçsüzlük yaşamaktadır. Bu durum onların bünyelerinin zayıflamasına neden olmaktadır ve bunun sonucunda da daha çabuk hasta olmaktadır. Yine bu dönemde bedensel temizliklerini yapmakta zorlanmaktadır. Çünkü eğilip kalkmak gibi hareketleri yapmak onlara gittikçe zor gelmeye başlamaktadır. Bunun nedeni ise, kasların gittikçe zayıflamaya başlamasından kaynaklanmaktadır. Hatta bazı bireyler, ilaçlarını almak için eczaneye gidememekte ve bu durum onların sağlık açısından sorun yaşamasına neden olmaktadır. Özetleyecek olursak; bu dönemde gücünü kaybeden, hareket etmekte zorlanan yaşlı bireylerin ihtiyaçlarının karşılanabilmesi için kamu ve özel kurumlar tarafından belli aralıklarla kontrol edilmesi ve temel ihtiyaçlarının karşılanması gerekmektedir (Özokcu Gürel, 2021:12-13).

#### **2.5.9.1.Yaşlı İstismar ve İhlalinde Risk Grupları**

Yaşlı bireylerin, istismar ve ihlal durumlarında hem yaşlı bireyler hem de bakım hizmetleri veren bireyler açısından bazı risk faktörleri bulunmaktadır.

##### **Yaşlı bireylerden kaynaklanan risk faktörleri şu şekildedir:**

-Bireylerin 75 yaş ya da daha üstü bir yaşta olması (Bu yaşta olan çoğu yaşlı bireyin gücünün olmaması ve bu nedenle, yapılanlar karşısında kendisini savunamamasından kaynaklanmaktadır).

-Bireylerin kadın cinsiyetine sahip olması. Kadınlar, genelde savunmasız bir varlık olarak görülmektedir. Bu nedenle, yaşlı kadınlar daha çok istismar edilebilmektedir.

-Bireylerin eşinin vefat etmiş olması ve bunun sonucunda yalnız yaşamaya başlaması.

-Eğitim seviyesinin düşük olması ya da hiç eğitim görmemiş olması. Bu bireyler başlarına böyle bir hal geldiğinde nereye şikâyet etmesi gerektiğini ve bu durumu nasıl anlatması gerektiğini bilmekte zorluk çekebilmektedir.

-Bireylerin sosyal güvencelerinin olmaması (maaşın olmaması, sosyal yardım kuruluşlarından yardım görememesi).

-Bireylerin ekonomik bir özgürlüğünün olmaması ve bunun sonucunda çocuklarına vb. bireylere bağımlı olması.

-Bireylerin çocuklarının yanında ya da yakınlarının yanında kalıyor olması.

-Bireylerin fiziksel bir engelinin bulunması (felç geçirmiş olması, bacaklarının tutmaması, ellerinin olmaması).

-Bireylerin kalabalık bir aile ortamında yaşaması.

-Bireylerin aile bireyleriyle olan bağlarının zayıf ve iletişiminin kötü olması.

### **İstismar eden bireylerden kaynaklanan risk faktörleri şu şekildedir:**

-Bireylerin şiddet veya istismarı bir çözüm yolu olarak görmesi. Bu duruma neden olan faktörlerden biri, daha önce aile içerisinde şiddet veya istismarın yaşanmasından kaynaklanmaktadır. Özellikle çocukluk döneminde böyle bir durumun yaşanması, çocuk ya da çocuklar tarafından görülüp öğrenilmektedir. Bu durumun doğru ya da yanlışlığı sorgulanmadan istenmeyen durumlar ortaya çıkabilmektedir.

-Yaşlı bireylerin bakımını yapan çocukların ya da bakıcı olarak adlandırılan bireylerin, daha genç bir yaşta olması.

-İstismar eden bireylerin, başka bir birey ya da bireyler tarafından istismara uğramış olması.

-Bireylerin yaşadıkları evin dar/küçük olması. Bu durum bireylerin, yaşlı birey ya da bireylerle iç içe yaşamalarına neden olmaktadır. Bu durum bazı evli çiftler tarafından pek istenen bir durum değildir. Çünkü onlara göre bu iç içe olma durumu, özel hayatlarının kısıtlanmasına sebep olmaktadır.

-Bireylerin yaşadığı ekonomik sıkıntılar (Örneğin: Maaşının az olması ya da maddi bir desteğin olmaması).

-Bireylerin düşünce ve davranış bozuklukları. (Empati duygusunun eksik olması, ani sinirlenme halleri, her davranışı tehdit unsuru olarak algılama vb.)

-Bireylerin yaşlı bireyleri bakma konusunda zorunluluk hissetmesi. İsteksizlik hali içerisinde yaşlı bireyin bakımını yapan bireyler, kendilerini stres altına sokabilmektedirler.

-Bireylerin alkol ya da uyuşturucu gibi maddeler kullanması. Bu maddeler bireylerin dengelerini kaybetmelerine ve mantıklı düşünememelerine sebep olmaktadır.

-Bireylerin yaşadıkları kişilik bozuklukları. (Paranoid kişilik bozuklukları, karşılarındaki bireyin ya da bireylerin kendilerini kandırdığını düşünerek şüpheli tavır sergilemektir. Bir diğeri, antisosyal kişilik bozuklukları. Bu kişilik bozukluğuna sahip olan bireyler, saldırmaya meyilli eylemlerde bulunmaktadır).

-Bireylerin bakımını üstlendiği birey sayısının fazla olması. Birden fazla bireyi bakmakla sorumlu olması halinde, daha çabuk yorulmaya başlaması ve dinlenmeye çok fazla vakit bulamamasından kaynaklanmaktadır. Özel bir hayatı varsa bu alan kısıtlanmaya başlamakta ve kafasını dağıttığı ortamlar varsa bu ortamlardan da uzaklaşmaya başlamaktadır.

-Bireylerin sahip olduğu kişilik özellikleri (Örneğin: Sinirlilik, sabırsızlık, merhametsizlik, kötümserlik vb.) Yaşlı bir bireyin bakımını yapan bireylerin, sabırlı ve sakin bir yapıya sahip olmaları gerekmektedir. Çünkü bazı bireyler, yaşlandıkları zaman sakin yapılarından sıyrılıp sinirli bir yapıya bürünebilmektedirler. Bu durum yaşadıkları bazı şeylerden kaynaklanabilmektedir. Bazen de bu durum, yaşlılıkta yaşanan değişimlerden de kaynaklanabilmektedir. Örneğin: Yaşlılık dönemiyle beraber duyu organlarında hasar meydana gelen yaşlı bireyler, ağır işitmeye başlamaktadır. Bazen söylenenleri anlamakta zorluk çekmesinden dolayı karşı taraftaki bireye sinirlenip sesini yükseltebilmektedir. Karşı taraftaki bireyin bir suçu olmadığını bildiği halde ruhsal olarak yaşadığı sinirlilik halinden dolayı bu şekilde bir ses yükselmesi meydana gelebilmektedir.

### 2.5.9.2.İhmal Türleri

**Pasif İhmal:** Bilerek ve isteyerek yapılan bir şey değildir. Bilinçsiz bir şekilde yaşlı bireylerin bakımının aksatılmasıdır. Bu duruma neden olan faktörler: dalgınlık, kişisel sorunlar, unutkanlık vb. şekilde sıralanabilmektedir. Örneğin: Sabah kahvaltısının verileceği saati farkında olmadan kaçırmak, sabah kahvaltısında verilmesi gereken yiyeceklerde eksiklik, yaşlı bireyin alması gereken ilaçları temin edemediği için

verememek ya da verilecek olan ilaçları saatinde vermeyi unutmak vb. şekilde örneklendirilebilmektedir.

**Aktif İhmal:** Bilerek ve isteyerek yaşlı bireylerin bakımının ya da ihtiyaçlarının aksatılmasıdır. Burada yapılan her şey kasıtlı bir şekilde yapılmaktadır. Yani burada bireyler, yaşlı bireylere karşı zorbalık gösterebilmektedir. Örneğin: Yaşlı bireylerin, ailesiyle görüşmesini bilerek engellemek, sabah kahvaltısını bilerek hazırlamamak, giysilerini yıkamamak ve kirli giysilerini giymesi için onu zorlamak ya da kirli giysi giydirmek vb. şekilde örneklendirilebilmektedir (Akbaş Ataş, 2017:16). Bunun sonucunda yaşlı bireyin ya da bireylerin; kendilerini kötü hissetmesine, güvensiz bir ortamda bulunduklarını düşünmesine ve stres yaşamasına neden olabilmektedir. Aynı zamanda bu ihmal türüne giren bazı bireylerin ruh hallerinde değişiklikler meydana gelebilmektedir. Yani kendilerini iyi hissettiklerinde bilerek yaşlı bireylere iyi davranabilirken, kendilerini kötü hissettiklerinde yaşlı bireylere karşı kötü davranabilmektedirler.

**Duygusal ve Sosyal İhmal:** Yaşlı bireyleri, duygusal anlamda çöküntüye uğratabilmek için onun değersiz, saygı değer bir birey olmadığını söylemek ve böylece yaşlı bireylerde özgüven eksikliğinin oluşmasına neden olmaktır (Sayan ve Durat, 2004:99). Yaşlı bireylerin arkadaşlarıyla ve aileleriyle görüşmelerini engelleyerek onların yalnız kalmasına neden olmakta bireylerin duygusal anlamda huzursuz ve mutsuz olmasına neden olmaktır. Bu durumda yaşlı bireyler, yalnız kaldığını ve yalnız öleceğini düşünmektedirler. Kendilerini toplumdan soyutlamaya başlamakta ve hatta topluma yeniden dahil olmak isteseler de özgüven eksiklikleri oluşmaya başladığı için bunu yapacak gücü kendilerinde bulamamaktadırlar.

**Bireysel Haklarının İhmali:** Yaşlı bireylerin, toplumdaki tüm bireylere sağlanan bireysel haklardan mahrum bırakılmasıdır. (Sayan ve Durat, 2004:99). Yani tüm bireylerin sahip olduğu özgürlüğün ellerinden alınmasıdır. Örneğin: haberleşme özgürlüklerini engellemek (telefonla konuşmasını, mesaj atmasını ve dışarıya çıkıp yakınlarına ulaşmasını engelleme), yasal haklarını aramasını engellemek (avukata, notere başvurma vb.), dışarıya çıkmasına izin vermemek (eve kilitleme vb.), sağlık haklarını engellemek (randevu almak, hastaneye gitmek vb.), ifade ve düşünce özgürlüklerini engellemek (özgür bir şekilde konuşmalarını engellemek) şeklinde örneklendirilmektedir. Ergin olan ve akıl sağlığı olan tüm bireyler, özgürdür. Bir bireyin engellenebilmesi için ergin olmaması ve akıl sağlığının yerinde olmaması gerekmektedir. Çünkü bu bireylerin yapacağı ya da yaptıkları tüm işlemler geçersiz sayılmaktadır. Bu nedenle bu bireylerin,

bazı özgürlük haklarından mahrum bırakılmak zorunda kalınması normal karşılanmaktadır.

### **2.5.10.3.Yaşlı İstismarı Türleri**

#### **2.5.10.3.1.Fiziksel İstismar**

En fazla görülen istismar türüdür. Yaşlı bireylerin bedenleri üzerinde bilerek ve isteyerek uygulanan bir kuvvettir. Bu istismara, psikolojik olarak uygulanan istismar da yol açabilmektedir (Gökçe, 2017:102). Aile içerisinde istismarın ne olduğunu gören ve bunu öğrenen bireyler tarafından da uygulanabilmektedir. Önce sözlü olarak bağırarak, kötü sözler söyleyen bireyler sinirinin geçmemesi durumunda yaşlı bireylere karşı fiziksel istismar uygulayabilmektedir. Örneğin: onu zorla beslemek, tokatlamak, vurmak, sigara izmaritini yaşlı bireyin koluna ya da eline bastırmak, yataktan aşağı atmak, saçını çekmek, cımciklemek, ellerini bağlamak, bilerek yanlış ilaç vermek, yatakta tutmak vb. şekilde örneklendirilmektedir. Yaşlı bireylerin fiziksel istismara uğradığını gösteren bazı belirtiler şöyledir: boyun ve kolda morarmalar, nedensiz yere oluşan yaralar, kaçamak ifadeler, el ve ayak bileklerinde kamçı ya da halat izleri, saçlarında oluşan açılmalar, yüzündeki kızarıklıklar, ellerde ya da kollarda yanık izleri şeklinde sıralanabilmektedir.

#### **2.5.10.3.2.Psikolojik İstismar**

Yaşlı bireylere karşı söylenen ağır sözler ve hakaretler yoluyla gerçekleşen bir istismar türüdür. Bu sözler bireyi bunalıma sokan, ona acı veren, ruhsal açıdan çöküntüye uğratan, üzerinde korku ve stres duygularının oluşmasına yol açan sözlerdir (Madden'den aktaran Ünlü, 2019:26). Örneğin: Ortada hiçbir şey yokken yaşlı bireye hakaret etmek, ona bağırarak, onu küçümsemek, onu yalnız bırakmak ve onu suçlamak vb. şekilde örneklendirilebilmektedir. Bu durum yaşlı bireyin psikolojisinin bozulmasına yol açmaktadır. Hatta böyle durumlarda bazı bireyler, yaşlı bireyleri huzurevine göndermekle tehdit etmektedir. Bu durum bazı yaşlı bireylerde, tedirginlik hallerinin baş göstermesine neden olmaktadır. Bunun nedeni ise bazı yaşlı bireyler için huzurevlerinin “kapalı bir cezaevi” olarak görülmesi, bazı yaşlı bireylerin ise yaşadıkları ortamdan kopmak istememesinden kaynaklanmaktadır.

#### **2.5.10.3.3.Cinsel İstismar**

Bireylerin bedenleri üzerinde güç kullanılarak onların bedenlerine zorla sahip olmaktır. Örneğin: tecavüz, taciz, zorla dokunma vb. şekilde sıralanabilmektedir. Bu

durum yaşı bireylerin psikolojilerinin bozulmasına, kişilik bozukluklarına, korku ve endişe hallerinin oluşmasına, uyku ve yemek yeme bozukluklarının oluşmasına, saldırgan davranışların baş göstermesine neden olabilmektedir (Sert, 2022:10).

Bazı yaşı bireyler, cinsel istismara uğradıktan sonra bu durumdan utandıkları için ve yaşadıkları yerden başka bir yerde yaşayamayacaklarını düşündükleri için bu tür sorunları söyleme konusunda zorlanabilmektedirler. Bazı yaşı bireyler de gidecek başka yerleri olmadığını düşünerek susmaktadırlar. Ayrıca yaşadıkları olayın etkisiyle bazı geceler, uykularından korkarak uyanmaktadırlar. Bu durum bazı yaşı bireylerin, başkalarıyla aynı ortama girmesini engelleyebilmektedir. Çünkü bazı yaşı bireyler, diğer bireylere karşı güvenini kaybedebilmektedirler. Bu nedenle aynı ortamda bulunabileceği bireyler tarafından da istismara uğrayacağını düşünebilmektedirler.

#### **2.5.10.3.4.Ekonomik İstismar**

Yaşı bireyin ya da bireylerin, ekonomik açıdan sömürülmesidir. Örneğin: Aldığı maaşa yasa dışı el konulması, ondan izinsiz cebindeki ya da çantasındaki parasını almak vb. durumlardır. Ekonomik istismarın belirtileri şöyledir: maaşında nedensiz bir şekilde azalma, ihtiyaçlarını karşılayacak olan paranın ortadan kaybolması, kıymetli eşyalarının yok olması, yaşı bireyden izinsiz olarak hesabındaki paranın nedensiz olarak çekilmesi şeklinde sıralanmaktadır (Erden ve Boz, 2018:101).

Bazı yaşı bireylerin çocukları, anne ve babalarını baktıkları için onların maaşlarına el koymaktadır. Hatta bu yaptıklarının doğru olduğunu ve bu paranın onların hakkı olduğunu ifade etmektedirler (Gökçe, 2017:104). El koyduğu maaşı, bakımından sorumlu olduğu yaşı birey için harcıyorsa bu durum doğru kabul edilmektedir. Yaşı bireyi bakan bireyin, maddi durumu sadece kendi ihtiyaçlarını karşılayacak kadar yeterli olabilmektedir. Yaşı bireyi bakmaya başladıktan sonra bu maaş ona yetmeyebilmektedir. Çünkü yaşı bireylerin de birtakım ihtiyaçları bulunmaktadır. Bu ihtiyaçları karşılamak her zaman kolay olmayabilmektedir. Örneğin: Yatağa bağlı bir yaşı bireyin evde bakılması, maddi anlamda bazı fedakarlıkların ortaya çıkmasını sağlamaktadır. Yatağa bağlı olan yaşı bir birey için maddi anlamda yapılabilecek şeyler: bez, serum, yatak pedi, oksijen maskesi gibi ürünlerin temin edilmesi gerekmektedir.

Bu ihmallerin ve istismarın önlenmesi için yapılması gerekenler şu şekildedir:

-Sağlık çalışanları ve yaşı bireylerin aileleri; yaşlıların sorunları, hastalıkları, psikolojik durumları, yaşı istismarı vb. konular hakkında bilgilendirilmeli ve bu konularda eğitim verilmelidir.

-Bireylerin, yaşlı bireylere nasıl davranması gerektiği konusunda bilgi ve beceri kazandırılmalıdır. Örneğin: Yaşlı bireyin bakımından sorumlu olacak olan bireye; yaşlı bireyin bakımını yaparken karşısında bir bebek varmışçasına nazık davranması gerektiğini, onunla iletişim kurarken ses tonunun olabildiğinde alçak olması gerektiğini, sinirlendiği zaman derin bir nefes alıp kafasını dağıtmaya çalışması gerektiğini vb. durumlar öğretilmelidir.

-Özellikle Alzheimer hastası olan yaşlılarla nasıl iletişim kurulması gerektiği, hastalıklarının hangi sonuçlara yol açtığı ve bakımları hakkında aile fertleri bilgilendirilmelidir.

-Yaşlı bireylerin toplumdan soyutlanmaması için ve toplumun bir ferdi olduğu konusunda hatırlatma yapılmak amacıyla zaman zaman onlar için etkinlikler düzenlenmelidir. Örneğin: Eski zamanlarda olduğu gibi mahalle aralarında sinema perdeleri kurulabilir, yaşlı bireylerin ilgisini çekebilecek tiyatro oyunları düzenlenebilir, yediden yetmişe herkesin bir arada olabileceği yemek festivallerine dahil edilebilmelidirler.

-Yaşlı bireylerin bakımını üstlenen çocuklarına maddi yardım yapılmalıdır. Çünkü yaşlı bakımını üstlenen bireyler, kendi maaşlarını harcadıklarında bazı ihtiyaçlarını karşılama konusunda zorluk çekebilmektedirler. Bu durum onların stres altına girmelerine neden olabilmektedir. Ama kendi maaşlarının dışında, maddi bir yardım yapıldığında bu parayı rahat bir şekilde kullanabilmekte ve böylece stres durumundan kurtulmalarına olanak sağlamaktadır.

-Yaşlı bireylere, haklarını arama ve savunma konusunda eğitimler verilmelidir.

-Yaşlı bireylerin yalnız kalması önlenmelidir. Eğer yalnız kalmak kendi tercihiyse zaman zaman kendi evinde kontrol edilmelidir. Ayrıca kontrol sırasında gıda yardımı ve ilaç yardımı gibi hizmetler verilmelidir.

-Evlatları tarafından bakımı yapılan yaşlı bireyler, zaman zaman denetlenmeli ve aksi bir durumun saptanması durumunda bireylerin güvenlikleri sağlanmalıdır.

-Yaşlı bireylerin (varsa) banka hesapları kontrol edilmeli ve kendi istekleri dışında yapılan işlemler iptal edilmelidir.

-Yaşlı istismarının ortaya çıkması durumunda bir telefon hattı oluşturulmalı ve yaşlı bireylerin bu telefon hattına ulaşması sağlanmalıdır (Ataş, 2017:21-23).

-Yaşlı bireylerin, yalnız başına yasal işlem yapması önlenmelidir. Kendisine bir avukat atanmalı ve avukat aracılığıyla yasal işlem yapması sağlanmalıdır. Çünkü bazı yaşlı bireyler, yasal bir işlem yaparken önündeki kâğıtı okumadan imza atmaktadır. Bazı

durumlarda ise, her ne kadar önündeki kâğıtı okusa da okuduğu yazının kendisinin aleyhine olduğunu anlamadığı için de imza atabilmektedir. Neye, ne için imza attığını bilmeden yapılan tüm işlemler yaşlı bireyin aleyhine olmaktadır. Yaşlı bir bireyi kandırmak, kolay bir hamle olarak görülmekte ve bu nedenle, kandırmaca yapılarak doğrular çarpıtılabilmektedir.

-Yaşlı bireylerin, sağlıklı bir şekilde yaşlanabilmesi için onlar için eğitim düzenlenmelidir (Gökçe, 2017:109). Bu eğitim aracılığıyla nasıl beslenmeleri gerektiği, stresten uzak durmanın yolları, güvenliğini sağlayacak etkenlerin ne olduğu gibi konularda bilgiler aktarılmalıdır.

#### **2.5.10.4.Yaşlı İstismarı ile İlgili Kuramlar**

Literatür incelendiğinde yaşlıların uğramış oldukları istismar olgusunu açıklayan birçok kuram bulunmaktadır. Bu kuramlar şu şekildedir: Sosyal Yatırım Kuramı, Bakıcı Stresi Kuramı, Güçlendirme Güç ve Kontrol Kuramı, Sosyal Öğrenme Kuramı, Ekolojik Perspektif Kuramı, Sistemler Kuramı, Aile Sistemleri Kuramı, Sosyal Değişim Kuramı, Bağımlılık Kuramı.

##### **2.5.10.4.1.Sosyal Yatırım Kuramı**

Bu kurama göre bireylerin çocuklarına bakmasının, onlara sevgi göstermesinin sebebi bireylerin gelecek zamanda yaşayacak oldukları yaşlılık döneminde çocukları tarafından bakılmak istenmelerinden kaynaklanmaktadır (Jackson ve Hafemeister'den aktaran Lotfi, 2020:1413). Yani çoğu birey, yaşlılık dönemine girmeleriyle beraber çocuklarından ayrı bir yerde yaşamak istememektedir. Çünkü bu dönemde tek kalmak çoğu yaşlı bireyin isteyebileceği bir durum değildir. Özellikle çocuklarından ayrı kalmak yaşlı bireylerin duygusal anlamda bir çöküntü yaşamalarına neden olabilmektedir. Yaşlı bireyler, bu durumu yaşamamak için çocukları konusunda her türlü fedakarlıklara katlanmaya razı olabilmektedir. Örneğin: Varsa torunlarını bakma konusunda istekli olabilmektedirler. Eğer yaşlı bireyin ya da bireylerin, emekli maaşı varsa bazı çocuklar tarafından bu maaşa el konulmasına izin verilebilmektedir. Hatta bazı durumlarda çocuklarından ayrılmak istemeyen yaşlı bireyler, çocukları tarafından uğradıkları sözlü istismarlara da katlanabilmektedirler. Eşleri olan yaşlı bireylerin böyle bir duruma katlandığı pek görülen bir durum değildir. Yapılan araştırmalarda da böyle bir duruma rastlanılmamıştır. Çünkü eşi varken, tek başına yaşamamakta ve kendisine destek olacak hayat arkadaşı vardır.

#### **2.5.10.4.2.Bakım Veren Stresi Kuramı**

Yaşlı bireylerin, en fazla uğradığı istismar türüdür. Bu kuramın temeli; bakım veren bireylerin, zihinsel ya da fiziksel bir engeli olan yaşlı bireylere uzun süreli olarak bakmasıdır (Bergeron'dan aktaran Lotfi, 2020:1413). Bu yaşlı bireylerin bakımını yapmak, kolay bir iş değildir. Çünkü bazı durumlarda onlarla iletişim kurmak, zor olabilmektedir. Ne istediğini anlatmakta zorlanabilir ve bu nedenle bakımını yapan birey de onu anlamakta zorlanabilmektedir. Bakım veren bireyler, bakımını yaptıkları yaşlı bireylere karşı sabırlı değilse ve bu işi zorunlu bir şekilde yapıyorsa fiziksel bir istismar ortaya çıkabilmektedir. Streslerini bir şekilde yok edebilmek için bakımını yaptıkları bireyleri dövebilmekte ve onlara karşı hakaret edebilmektedirler. Yaptıkları istismarın ortaya çıkmaması için yaşlı bireyleri tehdit edebilmektedirler. Örneğin: Eğer kendilerini şikâyet ederlerse bir daha bakımını yapmayacaklarını ve bunun sonucunda kendi ihtiyaçlarını kendilerinin karşılamak zorunda olacaklarını söylemektedirler. Bu durumun ortaya çıkmasına sebep olan nedenler şöyledir: kişisel hayatlarından uzak kalmaları, kendilerine ayırabilecek birkaç saatlerinin olmaması, streslerini üzerlerinden atabilecek etkinliklere katılamamaları, aileleriyle görüşebilecekleri zamanı bulamamaları vb. şekilde sıralanmaktadır. Her birey dinlenebilmek için kendisine bir süre vakit ayırmak istemektedir. Bu ayırdığı vaktin ona iyi gelmesi sonucunda yaşadığı stres durumundan rahatça kurtulabilmektedir.

#### **2.5.10.4.3.Güçlendirme, Güç ve Kontrol Kuramı**

Bu kuramın temeli, bakım veren bireyler veya aile tarafından bakımı yapılan yaşlı bireyler üzerinde kullanılan fiziksel güç ve tehdittir (NCALL'den aktaran Lotfi, 2020:1414). Bu kurama göre yapılması gereken; bakımı yapılan yaşlı bireyleri bakımını yapan birey tarafından korumak yerine, "bakıcı" dediğimiz bireylerin stresini azaltmaya çalışmak gereklidir. Eğer bu bireylerin sorunları varsa bunları öğrenmek ve çözüme kavuşturmak önemlidir. Çünkü bu sorunları çözmek hem bakıcı dediğimiz bireylerin stresini azaltma konusunda yardımcı olacak hem de yaşlı bireyler üzerinde kurulan fiziksel güç azalacaktır. Örneğin: Bazı bireyler yaşlandıkları zaman daha sinirli bir yapıya bürünmektedir. Bu sinirli halleri ise bakan bireye karşı sorun yaratmaktadır. Çünkü sinirlilik haliyle beraber yaşlı bireyler, bakımını yapan bireylere karşı kötü sözler söyleyebilmekte ve onun onurunu kırabilmektedirler. Bu durumun ortadan kaldırılabilmesi için yaşlı bireylerin bakımını yapan bireylerin dinlenebilmesi için belirli

zaman aralıkları oluşturulmalıdır. Bu izin günlerinde bireyler, kafalarını toplayabilmek için kendilerine zaman ayırmaya başladıklarında yaşlı bireylerin bu sinirlilik hallerinin normal olduğunu düşünebilmektedirler. Ayrıca bireyler; aileleriyle ve arkadaşlarıyla vakit geçirebilmekte, ihtiyaçlarını karşılayabilmekte, kendisine özel olarak vakit ayırabilmektedirler.

#### **2.5.10.4.4.Sosyal Öğrenme Kuramı**

Bu kurama göre fiziksel şiddetin ortaya çıkmasına sebep olan etken, bireylerin geçmişte ailelerinden öğrendikleri ve gördükleri fiziksel şiddettir (Burnight ve Mosqueda'dan aktaran Lotfi, 2020:1414). Yani şiddet nesilden nesle aktarılabilir. Bir bireyin ailesinde ‘‘şiddet’’ görülüyorsa çocuk şiddetin ne olduğunu bilmeden görüp öğrenmektedir. Bu durum bakmakla sorumlu oldukları anne ya da babaya karşı sabırsız oldukları anlarda şiddetin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Bazen ruh hallerinin değişkenliğine göre de fiziksel şiddet uygulayabilmektedirler. Bu şiddet sadece fiziksel olarak değil, sözlü olarak çıkabilmektedir. Örneğin: kötü sözler (bunak, ihtiyar vb.), bağırarak, aşağılayıcı sözler vb. şekilde sıralanabilmektedir. Bu kötü, aşağılayıcı sözler de aile içerisinde ya da çevresinden görüp duyduklarından öğrenilmiştir. Hatta bu sözler, her ne kadar istenmeden ağızdan çıkan sözler olsa dahi bir çözüm yolu olarak görülebilmektedir. Eğer bir çocuk ailesinden şiddet görmediyse ya da aile içi eşler arasında yaşanan şiddete şahit olmadıysa gelecekte şiddet uygulama olasılığı çok düşüktür. Çünkü o, böyle bir ana şahit olmamıştır ve şiddetin ne olduğu konusunda bir bilgi sahibi değildir. Genelde böyle çocuklar büyüdüklerinde daha sabırlı, kendi halinde olup başkalarına karışmayan bireyler haline gelmektedirler. Bu nedenle böyle bireyler tarafından bakılan anne ya da babanın durumu da daha iyi olmaktadır. Eğer onun ailesinde ‘‘merhamet’’, ‘‘iyilik’’ gibi kavramların ne olduğu da öğretilmişse bakılan anne ya da babanın iyi olmaması için bir neden yoktur. Tersine bir durumla karşılaşılması oldukça az rastlanılacak bir durumdur.

#### **2.5.10.4.5.Ekolojik Perspektif Kuramı**

Bu kuram, yaşlı bireyleri yakın çevreleriyle beraber ele almaktadır. Ayrıca bu kuram, sosyal hizmet uzmanları tarafından önemli bir yer tutmaktadır. Çünkü bu kuram yaşlı bireylerin, yakın çevreleriyle olan ilişkilerini ve nasıl etkileşimde bulunduklarını açıklamaktadır (Kirst-Ashman ve Hull'dan aktaran Lotfi, 2020:1415).

Sosyal hizmet biliminin amacı; bireyler arasındaki sosyal refahı, sosyal adaleti sağlamak ve bireyler arasındaki sorunları çözüme kavuşturmaktır. Sosyal hizmet bilimi, bireylerin arasındaki eşitsizlik hallerini ortadan kaldırmaya çalışarak bireyler arasındaki sosyal adaleti korumaya çalışmaktadır. Bunu yapmak için; yoksulluk, işsizlik, özgürlük haklarının kısıtlanması, göç, ırkçılık gibi durumları ortadan kaldırmaya çalışmaktadır.

Bu kuram, yaşlı bireylerin yakın çevreleriyle olan ilişkilerini betimleyebilmek için birtakım sistemlerden yararlanmaktadır. Bu sistemler şu şekildedir: mikrosistem, mezosistem, ekzosistem ve makrosistemdir. Mikrosistem, istismara uğrayan yaşlı bireyler ve ona istismar uygulayan bireylerin arasındaki ilişkileri kapsamaktadır. Mezosistem, yaşlı bireyler ve toplumsal hizmetler arasındaki ilişkiyi kapsamaktadır. Bu hizmetler; eğitici, rehberlik, koruyucu, önleyici vb. hizmetlerdir. Ekzosistem, yaşlı bireyleri bakan bireylerin çalışma ortamlarının yaşlı bireyler üzerindeki etkilerini kapsamaktadır. Makrosistem ise, yaşlı bireylerin yararı için düzenlenen her türlü bakım hizmetlerini ve yasaları kapsamaktadır (Shields'den aktaran Daşbaşı, 2014:13-14).

#### **2.5.10.4.6.Sistemler Kuramı**

Bu kuram yaşlı bireylerin; aileleri, onların bakımını yapan bakıcıları, arkadaşları, akrabaları, komşuları, kamu ve özel kurumlardan oluşan sistemler ve toplumsal sistemlerle aralarındaki olan ilişkiyi kapsamaktadır. Bu ilişkide ortaya çıkan sorunların ne olduğu ve bu sorunların neden ortaya çıktığını araştırıp ortaya koyan bir kuramdır (Lotfi, 2020:1415). Örneğin: Çocukları tarafından bakılmak istenmeyen yaşlı bireylerin, çocuklarıyla aralarında bir sorun olup olmadığı araştırılarak bir çözüm yolu bulunmaya çalışılmaktadır. Bazı durumlarda çocukları tarafından bakılmak istenmeyen yaşlı bireyler, kendilerinin de rızası alınarak huzurevine yerleştirilmektedir. Hatta bu durum yaşlı bireyin daha çok hoşuna gitmektedir. Çünkü çocuğu ya da çocukları tarafından istenmediğini bilip onlarla yaşamaya devam etmesi, yaşlı bireyi ruhsal anlamda kötü etkilemeye başlayacaktır. Huzurevine, kendi rızasıyla geldiği için rahat etmeye başlayacaktır. Belirli saatler içerisinde dışarıya çıkıp kendi işini kendisi yapabilecek, isterse bu saatler içerisinde gezecek ve yemeği hazır bir şekilde önüne gelecektir.

#### **2.6.Toplumsallaşma/Sosyalleşme**

Sosyalleşme kavramının İngilizce karşılığı, “socialization”dur. Sosyalleşme, bireylerin belli bir kişilik kazanarak belli bir toplumsal çevreye hazırlanması ve bunun sonucunda toplumla bütünleşme sürecidir. Yani bireyler zaman içerisinde belli kişiliklere

bürünerek toplum içerisinde belli roller edinmekte ve bu roller çerçevesinde toplumla beraber bir bütün olmaya başlamaktadırlar.

Bireyler, biyolojik bir varlık olmanın ötesinde bir toplumun parçası olarak dünyaya gelmektedirler. Her birey, var olduğu toplumun bir parçası olabilmek için öncelikle bulunduğu toplumun kurallarını öğrenmekte ve bu kurallara uygun bir şekilde kendisine rol biçmektedir. Daha sonraki aşamada ise bireyler, var olduğu toplumun değerlerini ve inançlarını benimseye başlamaktadır. Toplum içinde var olan tüm bireyler, sosyal davranışlar sergileyebilmek için önce başka bireyleri gözlemlemekte ve onları taklit etmeye başlamaktadır. Bu şekilde sosyal davranışları öğrenmekte ve bu davranışların kalıcı bir hale gelmesini sağlamaktadır. Aynı zamanda bireyler, diğer bireylerin davranışlarını gözlemlerken bazı davranışların cezalandırıldığını ve bazı davranışların ödüllendirildiğini de görmektedir. Böylece tüm bireyler hem sosyal davranışları öğrenmekte hem de var olduğu toplumun değerlerini öğrenmektedir. Bu süreçte tüm bireyler, sosyalleşme sürecine katkı sağlamaktadır.

Toplumsallaşma süreci, belirli bir toplumda ve bireylerin var olduğu sürece devam eden bir süreçtir. Toplumun her alanında toplumsallaşma süreci gerçekleşebilmektedir. Bu süreç birdenbire gerçekleşmemektedir. Her birey için bu süreç, aşama aşama gerçekleşmektedir (Arslan, 2019:26). Bu kavram, bireylerin var oluşuyla beraber ortaya çıkmıştır. Çünkü bireyler; toplumsallaşma kavramıyla beraber var oldukları toplumlar hakkında bilgi edinmekte, kurallarını öğrenmekte, değer ve inançlarını benimsemekte ve bunlar sonucunda bir kimliğe sahip olmaktadır. Bu kavram her toplumda geçerliliğini korumakta ve sürdürmektedir. Toplumsallaşma kavramı, bütün bireyler arasındaki farklılıkları kabul etmektedir. Fakat tüm bu farklılıklara rağmen bireylerin bir arada yaşayabileceklerini ve bir bütün oluşturabileceklerini ifade etmektedir. Bireyler, içinde yaşadıkları toplumun kurallarını öğrenip ve kültürünü özümseyerek biyolojik bir varlık olmaktan çıkmakta ve böylece toplumla bütünleşmektedir. Var olan kültür, bireylerin seçimlerini etkilemekte ve yönlendirmektedir. Bireylerin seçimleri ne kadar bireysel bir seçimin sonucu gibi gözükse de aslında özümsemiş oldukları kültürün sonucudur.

Bütün sosyologlar, toplumun dinamik bir yapısının olduğunu ifade etmektedir. Yani değişen zamanla beraber toplumda da birtakım değişimler gerçekleşmektedir. Aynı zamanda değişen toplumla beraber toplumu oluşturan unsurlarda da değişimler meydana gelmektedir. Toplum içerisinde meydana gelen bu değişimler, bireylerin toplumla olan ilişkilerini de etkilemektedir. Bunun sonucunda bireyler ve toplum ilişkisinde yeni bir boyut ortaya çıkmaktadır. Toplum içerisinde meydana gelen sosyal ve kültürel değişimler,

toplumu oluşturan bütün unsurları etkilediği için bireylerin toplumsallaşma sürecini de etkilemektedir (Coştu, 2009:17-18). Yani bireylerin, topluma uyum sağlamasında rol oynayan tüm unsurları etkisi altına almaktadır.

Toplumsallaşma kavramı, sosyoloji biliminin önemli kavramlarından biridir. Toplumsallaşma kavramı; toplumların yapı ve işleyişi gibi konularda sosyoloji bilimine kaynaklık yapmaktadır. Yani toplumsallaşma kavramı, sosyalleşme kavramına karşılık gelmektedir (Metin, 2014:42).

### **2.6.1.Toplumsallaşma/Sosyalleşme Sürecinin Amaçları**

-Toplumsallaşma sürecinde bireyler, bulundukları topluma ait olan maddi ve manevi kültür unsurlarını öğrenmekte ve benimsemektedir. (Örneğin: Maddi unsurlar; kitaplar, giysiler, okullar, mimari yapılar, her türlü araç ve gereçler vb. Manevi unsurlar; normlar, gelenek ve görenekler, din, dil, düşünce vb.)

-Toplumsallaşmayla beraber bireyler, toplumun sürekliliğini kavramaktadırlar. (Dinamik bir yapıya sahip olan toplumun sürekli birtakım değişikliklerden etkilenip değişirken bireylerin bu dinamik yapıyı özümsemesi. Bu değişimlere uyum sağlaması.)

-Bireyler, kendilerinden beklenen tutum ve davranışların neler olduğunu öğrenip bunlara uygun tutum ve davranışlar sergilemektedirler.

-Bireyler, rollerinin neler olduğunu öğrenmektedirler. (Örneğin: anne, baba, öğrenci, öğretmen, mühendis vb.)

-Bireylerin toplum içerisinde sosyal bir kimlik edinmelerini ve bu sosyal kimliklerine uygun davranışlar sergilemelerini sağlamaktadır. Yani doğruyu ve yanlış öğrenmelerinde, belirli bir sosyal sınıfa dahil olmalarında, belli başlı rolleri ve sorumlulukları öğrenmelerinde etkili olmaktadır.

-Sadece bireylerin değil, aynı zamanda toplumun zaman içerisinde gelişmesine ve değişmesine temel oluşturmaktadır (Onar Çambay, 2015:239).

### **2.6.2.Toplumsallaşma/Sosyalleşme Sürecinde Etkili Olan Faktörler**

Toplumsallaşma sürecinde etkili olan kurumlar: aile, okul, çevre, medya, din, kültür gibi faktörlerdir. Bu faktörler, bireylerin toplum içerisindeki varlıklarını sürdürebilmelerinde etkili olmaktadır.

Toplumsallaşma sürecinin ilk başladığı kurum, ailedir. Bireyler; aile içerisinde temel bilgi ve becerileri, dini, kültürü, sorumlulukları, normları, dili, iyinin ve kötünün ne olduğunu öğrenmektedir. Aynı zamanda bireyler aile içerisinde; toplum içerisinde nasıl

davranışlar sergilemesi gerektiğini ve toplum içerisindeki bireylerle nasıl konuşması gerektiğini de öğrenmektedir (Bahar, 2005:85). Aile, kendisine bağlı olan üyelerini sorumluluğu altında tutarak onların kurallar dışına çıkmasını engellemeye çalışmaktadır. Üyelerden biri, kurallar dışına çıktığı zaman ailedeki denge bozulmaktadır (Atila, 2006:31). Bu dengeyi korumak adına üyelerini baskısı altına almakta ve doğru bir yol izlemesi için onu uyarmaktadır. Toplumsallaşma sürecinin ikinci aşaması okulda gerçekleşmektedir. Okul, bireylerin toplumsal çevreyle bir araya gelme konusunda katkı sağlamaktadır. Okullarda farklı sosyal ve ekonomik çevrelere ait olan ailelerin çocukları bir araya gelmektedir. Bireyler, okul aracılığıyla arkadaşlık kavramının ne olduğunu öğrenmektedir. Bir süre sonra ise, arkadaşlık bağları oluşmaya başlamaktadır. Bireyler, kurdukları arkadaşlık bağlarıyla beraber sosyalleşmeye devam etmektedirler. Bu arkadaşlıklar aracılığıyla da iyinin ve kötünün ne olduğunu öğrenmeye devam etmektedirler. Bu arkadaşlıklarla beraber bazı hatalar yapabilmekte ve bu hatalardan ders çıkarmaktadırlar. Bireylerin yaşı ilerlemeye başladıkça sosyal çevreleri de artmaya başlamaktadır. Özellikle aileler tarafından spor ve sanat gibi alanlara yönlendirilen bireyler, bulundukları ortamlarda bazı yeteneklerini keşfederken farklı bireylerle de yan yana gelip yeni ilişkiler kurmaya başlamaktadır. Bu ilişkiler, bireylerin sosyal çevresini oluşturmaktadır. Kitle iletişim araçları da bireylerin toplumsallaşmasında etkili olmaktadır. Örneğin: İnternet, iki farklı ülkedeki bireylerin birbirleriyle iletişim kurmasına aracılık etmektedir. Bu örnek göz önünde bulundurulduğunda; internetin sadece bireylerin iletişim kurmasına değil, aynı zamanda iki farklı topluma ait olan bireylerin farklı kültürleri öğrenmesine de aracılık ettiği görülmektedir.

### **2.6.3.Yaşlılık ve Toplumsallaşma/Sosyalleşme**

Her birey; bulunduğu toplum içerisinde zaman geçtikçe birtakım ilişkiler kurmaya başlamaktadır. Örneğin: arkadaşlık ilişkileri, komşuluk ilişkileri, iş ilişkileri ve benzeridir. Bireyler, kurmuş oldukları bu ilişkiler sayesinde sosyalleşmektedir. Yine kurdukları bu ilişkiler sayesinde, bazı etkinliklere katılım göstermekte ve bu katılım gösterdiği etkinlikler sayesinde ilişkilerini daha da genişletme imkânı bulmaktadır. Örneğin: İş hayatında bulunan bireyler, bazı toplantılara ve iş yemeklerine katılım gösterebilmektedir. Burada görmediği bireylerle ya da gördüğü bireylerle yan yana gelme imkânı bulmaktadır. Aynı zamanda onlarla sohbet etme fırsatını da yakalamaktadır. Bu sohbetler, bazı durumlarda samimi arkadaşlıkların kurulmasını sağlamaktadır. Bazı durumlarda ise, sadece o toplantılarda ya da yemeklerde sohbetin kalmasına neden

olmaktadır. Her iki durumda da bireyler, sosyalleşme sürecine katkıda bulunmaktadır. Yaşlılık dönemine kadar çalışan bireyler de emekli olmadan önce iş hayatlarında kurdukları bu ilişkiler sayesinde sosyalleşme sürecine katkı sağlamaktadır. Bazı bireyler iş arkadaşlarıyla, mesai dışında da görüşerek çeşitli etkinliklere katılım gösterebilmektedir. Örneğin: Bir akşam yemeğine ya da sabah kahvaltısına çıkmak, gezilere katılmak, beraber alışveriş yapmak, dışarı çıkıp yürüyüş yapmak gibi etkinlikler de bireylerin sosyalleşme sürecine katkı sağlamaktadır. Bireyler, emeklilik dönemiyle beraber iş hayatlarından uzaklaşmak zorunda kalmaktadır. Bu durum, yaşlanan bireylerin sosyalleşme sürecini olumsuz anlamda etkileyebilmektedir. Çünkü iş hayatında bulunurken, daha çok bireyle yan yana gelmek durumunda kalmaktadır. Buradaki tüm bireyler; onların arkadaşları olmasa da onlarla yan yana olmak, sadece “merhaba” demek bile sosyalleşme sürecine katkıda bulunmak demektir.

Yaşlılık döneminde bireylerin kurdukları komşuluk ilişkileri önemli bir yer tutmaktadır. Çünkü yaşlı bireyler, bir şeye ihtiyaç duyduklarında ailelerinden sonra onların yardımına ilk koşacak olan “komşular”dır. Hatta bazı durumlarda aileden daha önce yardıma gelmektedirler. Çünkü aileler ve yaşlı bireylerin evleri arasında mesafe bulunabilmektedir. Acil bir şey olduğunda en yakınında olan komşular yardıma koşmaktadır. Örneğin: Yaşlı bireyin tansiyonu düştüğünde komşularından yardım isteyerek onların yardımıyla hastaneye gitmektedir. Bazı komşular, samimi oldukları yaşlı bireylerin rahatsızlıkları varsa ara sıra onların evine kontrol amaçlı gidebilmektedirler. Özellikle tek yaşayan yaşlı bireylerin, komşuları tarafından bu şekilde kontrol edilmesi önemlidir. Bu durum onların başlarına bir şey gelmesini engellemektedir. Bu nedenle, yaşlı bireylerin komşularıyla kurdukları bu ilişkiler sosyalleşmelerinin yanı sıra yardımlaşmada da önemli bir yer tutmaktadır.

Emeklilik dönemiyle beraber yaşlanan bireyler, daha çok aileleriyle iç içe olmaya başlamaktadır. Onlarla dışarıya çıkmakta, onlarla alışveriş yapmakta, onlarla bazı etkinliklere katılım göstermeye başlamaktadır. Fakat bazı yaşlanan bireyler, aileleriyle değil de arkadaşlarıyla daha çok zaman geçirmeye başlamaktadır. Onlarla yan yana gelip sohbet etmeye çalışmakta ve toplum içerisindeki eski aktifliklerini onlarla sürdürmeye çalışmaktadır. Yaşlı bir birey için, arkadaşlarıyla dışarı çıkıp bir çay içmek bile onları ruhsal anlamda tatmin etmektedir. Aynı zamanda toplum içerisindeki varlıklarını sürdürmeye devam ettiklerini hissetmeleri, bu kısa zaman dilimlerini daha çok oluşturmaya sevk etmektedir. Günümüzde yaşlı bireyler göz önünde bulundurulduğunda hemen herkesin gözünün önüne gelen örnek, yaşlanan erkeklerin evde durmak istemeyip

dışarıda arkadaşlarıyla çay içmeyi tercih ettiği görülmektedir. Bu durum, yaşlanan bireylerin hem sosyalleşmesini sağlamakta hem de onları hayata yeniden bağlamaktadır. Evde durmanın onlara göre olmadığını ve evde durdukça canlarının sıkıldığını ifade etmektedirler. Çünkü çoğu erkek, yaşlılık dönemine kadar çalışmıştır ve emeklilik dönemiyle beraber durağanlaşan hayatlarına pek fazla uyum sağlayamamıştır. Yaşlanan kadınlar da daha çok ev toplanmaları gerçekleştirmekte ve bu ev toplanmalarından oldukça keyif almaktadırlar. Hatta bazı yaşlanan kadınlar, “altın günü” denilen günlere katılarak her ay bir arkadaşının evinde toplanıp sohbet edip yemek yemektedirler. Bazı yaşlanan kadınlar ise, arkadaşlarıyla beraber gününbirlik olan turlara katılmaktadır. Bu turlarla beraber hem yeni yerler keşfederken hem de vakitlerini kaliteli bir şekilde geçirmeye çalışmaktadırlar. Hatta bu turlar aracılığıyla bazı yaşlanan kadınlar, girişkenlikleri sayesinde yeni arkadaşlık ilişkileri kurmaktadırlar. Bazı yaşlanan kadınlar, “kermes” etkinliklerine katılarak üretkenliklerini sürdürmeye devam etmekte ve bu kermes etkinlikleriyle beraber bazı alanlara katkıda bulunmaya çalışmaktadır. Örneğin: Bazı hasta çocukların tedavisinde kullanılabilmesi için kurulan kermeslere katılan yaşlanan kadınlar, bir yandan hasta olan çocuğun tedavisine maddi anlamda katkıda bulunurken bir yandan da toplum içerisindeki varlığını ortaya koymaktadır. Bu kermesin sonunda hedefini tutturan yaşlı kadınlar, her anlamda tatmin olmaktadır. Toplum içerisindeki varlığını göstermek hem ruhsal anlamda tatmin olmasını sağlamakta hem de bir işi başardığını görmek onu hayata daha çok bağlamaktadır. Tüm bu durumlar, sosyalleşme sürecinin gerçekleşmesini sağlamaktadır.

#### **2.6.4.Huzurevi Kavramı**

Huzurevi; hayatlarının son dönemlerine gelen bireylerin bazı kabiliyetlerini, güçlerini kaybetmelerinin sonucunda bireylerin hayatlarına kaldıkları yerden devam edebilmeleri için yerleştikleri sosyal bir kurumdur. Bu kurum yaşlanan bireylerin, her açıdan bakımlarının yapıldığı ve barınma ihtiyacının karşılandığı bir kurumdur. Örneğin: Huzurevlerinin tümü, yaşlanan bireylerin yeme içme ihtiyacını karşılamak konusunda oldukça önemli bir yer tutmaktadır. Aynı zamanda sağlık durumları iyi olmayan yaşlanan bireyler, huzurevi içerisinde bulunan hemşireler tarafından ilaçları zamanında verilmekte ve bazı durumlar da ise hastaneye getirilmektedirler. Huzurevi içerisinde güvenlik tedbirlerinin alınmış olması ve güvenlik açısından tam teşekküllü olması, burada yaşayan yaşlı bireylerin kendilerini güvende hissetmelerini sağlamaktadır.

Bazı yaşlı bireyler eşlerinin vefat edişinden sonra yalnız kalmakta zorlanması, bazı yaşlı bireylerin çocuğunun olmaması ya da çocuğu olanların çocukları tarafından istenmemesi, bazı yaşlı bireylerin bulunduğu evlerde güvenliklerinden şüphe etmesi, bazı yaşlı bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanması, bazı yaşlı bireylerin hastalık durumları vb. nedenler yaşlanan bireylerin huzurevine yerleşmelerine neden olmaktadır. Özellikle yaşlılıktan ötürü ortaya çıkan hastalıklar nedeniyle bakıma ihtiyaç duyan yaşlı bireylerin huzurevlerine yerleşmeleri oldukça önemlidir. Bazı huzurevleri rehabilitasyon hizmetleri vermekte ve bakıma ihtiyacı olan yaşlı bireyler, rehabilitasyon hizmetleri veren huzurevlerine yerleştirilmektedir.

Bazı yaşlı bireyler; bulundukları huzurevinden memnun olabilirken, bazı yaşlı bireyler bulundukları huzurevinden memnun olamamaktadır. Bu durumun çeşitli nedenleri bulunmaktadır. Bu nedenler şu şekilde sıralanabilmektedir: çocuklarına duyulan özlem, evlerine duyulan özlem, eşlerinin yokluğunu dolduramamaları, personel davranışından rahatsız olma, yemekleri beğenmeme ya da arkadaşlık ilişkisi kurmakta zorlanmak gibi nedenler kaynaklanabilmektedir. Bu gibi durumlar, yaşlı bireyler açısından normal karşılanmaktadır. Çünkü alıştıkları düzenlerin dışına çıkıp yeni bir hayatın düzenine uyum sağlamaya çalışmaktadır. Bazı yaşlı bireyler; yeni hayatlarına daha çabuk uyum sağlayabilirken, bazı yaşlı bireyler, yeni hayatlarına uyum sağlama konusunda zorluk çekebilmektedirler. Bu durum yaşlı bireylerin kişiliğine, yenilikler karşısındaki düşünce ve tavrına ve önceki hayatlarına bağlıdır.

#### **2.6.6.Huzurevi ve Toplumsallaşma/Sosyalleşme**

Huzurevi; yaşlı bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılamasının yanı sıra, yaşlı bireylerin yeniden arkadaşlık ilişkisi kurmalarına ve bu kurdukları arkadaşlık ilişkileriyle beraber yeniden sosyalleşme sürecine katkı sağlamalarında etkili olmaktadır. Yaşlanan bireyler; huzurevlerine yerleşmeden önce belli başlı arkadaşlık ilişkilerine sahipken, huzurevlerine yerleştikten sonra daha fazla birey tanımaya başlamaktadır. Bununla beraber, yaşlı bireylerin sosyal çevreleri genişlemekte ve farklı kişiliklere sahip olan bireylerle sohbet etme imkânı bulmaktadırlar. Özellikle huzurevleri tarafından düzenlenen aktiviteler; yaşlı bireylerin yeni çevreler görmesine, yeni sosyal ilişkiler kurmasına, zamanlarını verimli geçirmelerine ve kafa dağıtmaları konusunda oldukça faydalı olmaktadır. Bazı yaşlı bireyler; önceki hayatlarında pek fazla gezme imkânı bulamazken, huzurevi sayesinde daha fazla gezme imkânı bulmaktadırlar. Bazı yaşlı bireyler ise, huzurevine yerleşmeden önce her ne kadar gezmiş olsa da gidemediği ya da

bilmediği yerlere düzenlenen geziler sayesinde bu yerleri de gezmekte ve görmektedirler. Özellikle tarihi yerlere düzenlenen geziler, yaşlı bireylerin hem gezip görmesini sağlarken hem de bu tarihi yapılar hakkında bilgi sahibi olma konusunda faydalı olmaktadır. Huzurevleri tarafından düzenlenen piknikler, dağ gezileri, müzik etkinlikleri, tiyatroya gitme, kurum içerisinde düzenlenen kurslar da yaşlı bireylerin kendilerini değerli hissetmelerini sağlamakta ve bu aktivitelere katılan yaşlı bireylerle daha da iç içe olma fırsatı bulmaktadır. Bu aktivitelerde genelde yaşlı bireyler, birbirleriyle sohbet etmeye çalışmakta ve görmediği yaşlı bireyleri görüp onlarla vakit geçirmeye çalışmaktadırlar. Her ne kadar aynı kurum içerisinde hayatlarını idame ettirseler de aynı anlarda toplu alanlara çıkmamaları durumunda karşılaşmaları ve sohbet etme durumları zor olmaktadır. Fakat aktivitelerin gerçekleştiği anlarda, aktivitelere katılan tüm yaşlı bireylerin aynı yerlerde bulunması onların daha çok sosyalleşmesini sağlamaktadır. Bazı yaşlı bireyler, bu aktiviteler aracılığıyla eşlerinin yokluğunu unuttukları için ve daha çok arkadaşlarıyla vakit geçirdikleri için ruhsal anlamda iyileşme yaşadıklarını ifade etmektedirler. Bazı yaşlı bireyler, huzurevine yerleşmeden önce pek fazla arkadaşlık ilişkisi kuramadığını ve huzurevi sayesinde birçok arkadaş edindiğini ifade etmektedir. Bazı yaşlı bireyler, fiziksel durumlarından ötürü pek fazla dışarı çıkamadıklarını ve bu nedenle başkalarıyla iletişim kuramadıklarını ifade etmekte ve huzurevine yerleştikten sonra her ne kadar yaşadıkları odalardan çıkmakta zorlansalar da kendilerini görmeye gelen arkadaşları sayesinde sohbet etme imkânı bulduklarını ifade etmektedirler. Personeller tarafından yapılan oda ziyaretleri ya da kuruma yapılan ziyaretler de yaşlı bireylerin kendilerini mutlu ve değerli hissetmesine katkı sağlamaktadır. Özellikle öğrenciler tarafından yapılan ziyaretler ve bu ziyaretler esnasında yapılan sohbetler onlara ayrı bir keyif vermektedir. Çünkü unutulmadıklarını görmek ve hala söz sahibi olduklarını görmek, hissetmek onlar için oldukça değerlidir. Bu ziyaretler de sosyalleşme sürecine katkı sağlamaktadır. Tüm bu durumlar yaşlı bireylerin önceki hayatlarını yeniden sürdürebilecekleri bir kuruma yerleştiklerini ve sosyalleşme sürecine yeniden katkı sağlayabilmelerini ortaya koymaktadır.

### 3.YÖNTEM

#### 3.1. Araştırma Grubu

Araştırma grubu, 144 bireyden (%36.8 kadın, %63.2 erkek ve yaş ortalaması=75.75, SS=8.84) oluşmaktadır. Katılımcılar, ağırlıklı olarak duldur (%52.8) ve çocuk sahibi olmayanlar azınlıktadır (%25). Araştırma grubuna ait demografik bilgiler, Tablo 1’de özetlenmiştir.

Tablo 1. Araştırma grubunun demografik özellikleri.

| Değişkenler    | Grup            | F  | %    |
|----------------|-----------------|----|------|
| Cinsiyet       | Kadın           | 53 | 36.8 |
|                | Erkek           | 91 | 63.2 |
| Doğum Yeri     | İl              | 60 | 41.7 |
|                | İlçe            | 69 | 47.9 |
|                | Köy             | 15 | 10.4 |
| İkametgâh Yeri | İl              | 89 | 61.8 |
|                | İlçe            | 36 | 25.0 |
|                | Köy             | 19 | 13.2 |
| Medeni Hal     | Evli            | 24 | 16.7 |
|                | Bekâr           | 44 | 30.6 |
|                | Dul             | 76 | 52.8 |
| Öğrenim Durumu | İlkokul         | 53 | 36.8 |
|                | Ortaokul        | 11 | 7.6  |
|                | Lise            | 18 | 12.5 |
|                | Üniversite      | 12 | 8.3  |
|                | Okuryazar       | 13 | 9.0  |
|                | Okuryazar değil | 37 | 25.7 |
| Çocuk Sayısı   | 0               | 36 | 25.0 |
|                | 1               | 17 | 11.8 |
|                | 2               | 26 | 18.1 |
|                | 3               | 18 | 12.5 |
|                | 4               | 24 | 16.7 |
|                | 5               | 7  | 4.9  |
|                | 6               | 9  | 6.3  |
|                | 7 ve üstü       | 7  | 4.9  |
| Torun Sayısı   | 0               | 52 | 36.1 |
|                | 1               | 11 | 7.6  |
|                | 2               | 10 | 6.9  |
|                | 3               | 9  | 6.3  |
|                | 4               | 11 | 7.6  |
|                | 5               | 7  | 4.9  |
|                | 6               | 7  | 4.9  |
|                | 7               | 7  | 4.9  |
|                | 8               | 6  | 4.2  |

Tablo 1.(Devamı)

|     |           |      |             |
|-----|-----------|------|-------------|
|     | 9 ve üstü | 24   | 16.8        |
| Yaş | Min.      | Mak. | Ort.(SS)    |
|     | 53        | 102  | 75.75(8.84) |

Katılımcıların yarısından çoğu (%62.5), aldıkları maaşların ihtiyaçlarını karşıladığını ifade etmektedir. 54 (%37.5) katılımcı ise, aldıkları maaşların ihtiyaçlarını karşılamada yeterli olmadığını ifade etmektedir. Aldıkları maaşla ihtiyaçlarını karşılamada zorlanan katılımcıların bazıları; yardım aldığını ifade ederken, bazıları yardım almadığını ifade etmektedir. Tablo 2’de gelir durumlarına ilişkin bilgiler ve diğer sosyoekonomik bilgiler özetlenmektedir.

Tablo 2. Araştırma grubunun sosyoekonomik bilgilerine ilişkin veriler.

| Değişkenler                                                   | Grup           | F   | %    |
|---------------------------------------------------------------|----------------|-----|------|
| Meslek                                                        | Yok            | 42  | 29.2 |
|                                                               | Kamu Çalışanı  | 22  | 15.3 |
|                                                               | Özel Sektör    | 41  | 28.5 |
|                                                               | Serbest Meslek | 10  | 6.9  |
|                                                               | İşçi           | 29  | 20.1 |
| Sosyal Güvence                                                | Yok            | 25  | 17.4 |
|                                                               | SSK            | 36  | 25.0 |
|                                                               | BAĞ-KUR        | 16  | 11.1 |
|                                                               | Yeşil Kart     | 7   | 4.9  |
|                                                               | Emekli Sandığı | 60  | 41.7 |
| Gelir Kaynakları                                              | Yok            | 12  | 8.3  |
|                                                               | Emekli Maaşı   | 108 | 75.0 |
|                                                               | Kira Geliri    | 1   | .7   |
|                                                               | Arsa Geliri    | 1   | .7   |
|                                                               | Yaşlılık Maaşı | 13  | 9.0  |
|                                                               | Devlet Desteği | 8   | 5.6  |
|                                                               | Diğer          | 1   | .7   |
| Aylık Gelir                                                   | Yok            | 12  | 8.3  |
|                                                               | 1000-4000      | 23  | 16.0 |
|                                                               | 4001-7000      | 5   | 3.5  |
|                                                               | 7001-10.000    | 103 | 71.5 |
|                                                               | 10.001 ve üstü | 1   | .7   |
| Kendi Gelir Durumunuz İhtiyaçlarınızı Karşılamada Yeterli Mi? | Evet           | 90  | 62.5 |
|                                                               | Hayır          | 54  | 37.5 |

Tablo 2.(Devamı)

|                                                                     |                           |     |      |
|---------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----|------|
| Geliriniz Yetmiyorsa Size Yardım Eden Birileri Var Mı?              | Gelirim Yetiyor           | 90  | 62.5 |
|                                                                     | Çocuklarım Yardım Ediyor  | 4   | 2.8  |
|                                                                     | Komşularım Yardım Ediyor  | 3   | 2.1  |
|                                                                     | Akrabalarım Yardım Ediyor | 1   | .7   |
|                                                                     | Yardım Eden Kimsem Yok    | 44  | 30.6 |
|                                                                     | Kardeşim Yardım Ediyor    | 2   | 1.4  |
| Gelir Düzeyinizdeki Azalmalar Sosyal İlişkilerinizi Nasıl Etkiledi? | Mesafeli İlişkiler        | 35  | 24.3 |
|                                                                     | Aynı İlişkiler            | 109 | 75.7 |

### 3.1.1.Nicel Verilere İlişkin Bulgular

Katılımcıların büyük çoğunluğunun (66, %45.8) huzurevini tercih etmesinin nedeni, tek başına yaşamakta zorlanmalarından kaynaklanmaktadır. Katılımcıların 48'i (%33.3) bakım ihtiyacı, 10'u (%6.9) aile içi sorunlar, 9'u (%6.3) çocuklar tarafından istenmemek, 7'si (%4.9) güvenlik ihtiyacı ve 4'ü (%2.8) ekonomik yetersizlikten dolayı huzurevini tercih etmek zorunda kalmışlardır. Katılımcıların huzurevinde yaşamaktan memnun musunuz sorusuna verdikleri cevapların oranları ise şu şekildedir: Katılımcıların 126'sı (%87.5) memnunuz, 18'i (%12.5) memnun değilim cevaplarını vermiştir. Katılımcılara huzurevi hakkında sorulan diğer sorular ve bu sorulara verilen cevaplar Tablo 3'te özetlenmektedir.

Tablo 3. Araştırma grubunun huzurevine ilişkin verileri.

| Değişkenler                                               | Grup                 | F  | %    |
|-----------------------------------------------------------|----------------------|----|------|
| Huzurevinde Kalmaya Başlamadan Önce Kiminle Yaşıyordunuz? | Eşim ve Çocuklarımla | 6  | 4.2  |
|                                                           | Eşimle               | 34 | 23.6 |
|                                                           | Çocuklarımla         | 19 | 13.2 |
|                                                           | Kardeşlerimle        | 5  | 3.5  |

Tablo 3. (Devamı)

|                                                                                     |                                          |    |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|----|------|
|                                                                                     | Akrabalarım                              | 1  | .7   |
|                                                                                     | Kendi Başına                             | 75 | 52.1 |
|                                                                                     | Ailemle (anne, baba)                     | 4  | 2.8  |
| Huzurevi Hakkındaki İlk Bilgiyi Kimden Aldınız?                                     | İl Sosyal Hizmetler Müdürlüğü            | 13 | 9.0  |
|                                                                                     | Belediye                                 | 2  | 1.4  |
|                                                                                     | Çocuk                                    | 13 | 9.0  |
|                                                                                     | Komşu                                    | 16 | 11.1 |
|                                                                                     | Akraba                                   | 16 | 11.1 |
|                                                                                     | Kendi                                    | 54 | 37.5 |
|                                                                                     | Yakın Çevre                              | 28 | 19.4 |
|                                                                                     | Sosyal Medya (gazete, radyo vb.)         | 2  | 1.4  |
| Huzurevini Tercih Etme Nedeniniz Nedir?                                             | Tek Başına Yaşamakta Zorlanmak           | 66 | 45.8 |
|                                                                                     | Çocuklar Tarafından İstenmemek           | 9  | 6.3  |
|                                                                                     | Aile İçi Sorunlar                        | 10 | 6.9  |
|                                                                                     | Güvenlik İhtiyacı                        | 7  | 4.9  |
|                                                                                     | Ekonomik Yetersizlik                     | 4  | 2.8  |
|                                                                                     | Bakım İhtiyacı                           | 48 | 33.3 |
| Huzurevine Gelmeden Önce İkamet Ettiğiniz Yerdeki Bireylerle İlişkileriniz Nasıldı? | Olması Gerektiği Kadar Saygılı İlişkiler | 78 | 54.2 |
|                                                                                     | Mesafeli İlişkiler                       | 9  | 6.3  |
|                                                                                     | Samimi İlişkiler                         | 46 | 31.9 |
|                                                                                     | Yardımlaşma Duygularının İyi Olması      | 10 | 6.9  |
| İlk Geldiğinizde Neler Hissettiniz?                                                 | Yabancılaşma                             | 37 | 25.7 |
|                                                                                     | Yalnızlık Hissetmek                      | 5  | 3.5  |
|                                                                                     | Özlem                                    | 7  | 4.9  |
|                                                                                     | Mutluluk                                 | 32 | 22.2 |
|                                                                                     | Zorunluluk                               | 8  | 5.6  |
|                                                                                     | Hiçbir Şey Hissetmemek                   | 23 | 16.0 |
|                                                                                     | Karamsarlık                              | 32 | 22.2 |

Tablo 3. (Devamı)

|                                                         |                                                         |     |      |
|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----|------|
| İlk Geldiğinizden<br>Bu Yana Neler<br>Değişti?          | Arkadaş Edinmek                                         | 11  | 7.6  |
|                                                         | Karamsarlık                                             | 9   | 6.3  |
|                                                         | Mecburen Uyum<br>Sağlamak                               | 26  | 18.1 |
|                                                         | Değişkenlik Az                                          | 17  | 11.8 |
|                                                         | Değişkenlik Yok                                         | 46  | 31.9 |
|                                                         | Rahatlık                                                | 30  | 20.8 |
|                                                         | Sağlık Yönünden<br>İyileşmek                            | 4   | 2.8  |
|                                                         | Sağlık Yönünden<br>Kötüleşmek                           | 1   | .7   |
| Burada Yaşamaktan<br>Memnun musunuz?                    | Memnunum                                                | 126 | 87.5 |
|                                                         | Memnun Değilim                                          | 18  | 12.5 |
| Memnun Değilseniz<br>Bunun Nedenini<br>Açıklar mısınız? | Memnunum                                                | 126 | 87.5 |
|                                                         | Anlaşamamak                                             | 3   | 2.1  |
|                                                         | Hizmet<br>Yetersizliği                                  | 5   | 3.5  |
|                                                         | Uyum Sorunu                                             | 5   | 3.5  |
|                                                         | Önceki Yaşamına<br>Özlem                                | 5   | 3.5  |
| Size Göre Huzurevi<br>Neyi İfade<br>Etmektedir?         | Kaliteli Bir Yaşam                                      | 56  | 38.9 |
|                                                         | Bakımın Yapıldığı<br>Yer                                | 27  | 18.8 |
|                                                         | Güvenlik<br>İhtiyacının<br>Sağlandığı Yer               | 7   | 4.9  |
|                                                         | Tek ya da İhtiyacı<br>Olan Bireylerin<br>Sığındığı Yer  | 31  | 21.5 |
|                                                         | Arkadaşlık<br>İlişkilerinin<br>Yeniden Başladığı<br>Yer | 4   | 2.8  |
|                                                         | Bir Anlam İfade<br>Etmemek                              | 19  | 13.2 |
| Huzurevinde Size<br>Sağlanan Hizmetler<br>Nelerdir?     | Temel İhtiyaçlar                                        | 133 | 92.4 |
|                                                         | Sosyal Aktiviteler                                      | 1   | .7   |
|                                                         | Hepsi                                                   | 10  | 6.9  |

Tablo 3. (Devamı)

|                                                                                                                    |                                            |                |                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------|----------------------------|
| Huzurevinin<br>Diğer Bireylerle<br>Yeniden İletişim<br>Kurmanıza<br>Olanak<br>Sağladığını<br>Düşünüyor<br>musunuz? | Evet                                       | 112            | 77.8                       |
|                                                                                                                    | Hayır                                      | 31             | 21.5                       |
|                                                                                                                    | Kararsızım                                 | 1              | .7                         |
| Düşünmüyorsanız<br>Nedeni Nedir?                                                                                   | Düşünüyorum                                | 112            | 77.8                       |
|                                                                                                                    | Arkadaşlık<br>İlişkisi Kurmak<br>İstememek | 3              | 2.1                        |
|                                                                                                                    | Aynı Kafa<br>Yapısına Sahip<br>Olamamak    | 29             | 20.1                       |
| Huzurevi<br>Sayesinde<br>Yalnızlaşma<br>Durumunuz<br>Azaldı mı?                                                    | Evet                                       | 97             | 67.4                       |
|                                                                                                                    | Hayır                                      | 35             | 24.3                       |
|                                                                                                                    | Kararsızım                                 | 12             | 8.3                        |
| Kendi<br>Yaştlarınızla Bir<br>Arada Olmak Size<br>Neler Sağlıyor?                                                  | Sohbet Etmek                               | 50             | 34.7                       |
|                                                                                                                    | Kafa Dağıtmak                              | 4              | 2.8                        |
|                                                                                                                    | Yalnızlıktan<br>Kurtulmak                  | 23             | 16.0                       |
|                                                                                                                    | Yardımlaşmak                               | 4              | 2.8                        |
|                                                                                                                    | Kader Ortaklığı                            | 10             | 6.9                        |
|                                                                                                                    | Mutluluk                                   | 5              | 3.5                        |
|                                                                                                                    | Bana Bir<br>Katkısı Yok                    | 36             | 25.0                       |
| Huzurevine<br>Gelmeden Önce<br>Ne Kadar Süre Bu<br>Şekilde<br>Yaşadınız?                                           | Min.<br>3.00                               | Mak.<br>900.00 | Ort.(SS)<br>314.06(229.19) |
| Huzurevinde Kaç<br>Yıldır<br>Kalıyorsunuz?                                                                         | 1.00                                       | 372.00         | 44.81(47.15)               |

Katılımcıların bazıları, kendi başına ya da arkadaşlarıyla aktivite yaparken; bazı katılımcılar, sadece huzurevindeki aktivitelere katılım göstermektedir. Bazı katılımcılar

ise, hem kendi başına aktivite yapmakta hem de huzurevi tarafından düzenlenen aktivitelere katılım göstermektedir. Aktivite yapan katılımcıların sayısı 89'ken (%61.8), aktivite yapmayan katılımcıların sayısı 55'tir (%38.2). Huzurevindeki aktivitelere katılım gösterip mutlu olan katılımcıların sayısı, 80'ken (%55.6); katılım gösterip mutlu olmayan katılımcıların sayısı, 4'tür (%2.8). Katılımcıların aktivite yapma durumları ve bu konuya dair diğer soruların cevapları Tablo 4'te özetlenmektedir.

Tablo 4. Araştırma grubunun aktivite yapma durumlarına ilişkin veriler.

| Değişkenler                                                       | Grup                                           | F  | %    |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----|------|
| Huzurevinde Yaptığınız Bir Aktivite Var mı?                       | Evet                                           | 89 | 61.8 |
|                                                                   | Hayır                                          | 55 | 38.2 |
| Cevabınız Hayır İse Bunun Nedeni Nedir?                           | Evet                                           | 89 | 61.8 |
|                                                                   | Fiziksel Durumum Aktivite Yapmama Engel Oluyor | 18 | 12.5 |
|                                                                   | Hastalığım Aktivite Yapmama Engel Oluyor       | 8  | 5.6  |
|                                                                   | İstememek                                      | 18 | 12.5 |
|                                                                   | Aktivite Yok                                   | 11 | 7.6  |
| Hangi Aktivitelere Katılıyorsunuz?                                | Katılmıyorum                                   | 54 | 37.5 |
|                                                                   | Gezmek                                         | 47 | 32.6 |
|                                                                   | Kitap Okumak                                   | 2  | 1.4  |
|                                                                   | Sohbet Etmek                                   | 6  | 4.2  |
|                                                                   | Spor Yapmak                                    | 18 | 12.5 |
|                                                                   | El Sanatları Kursuna Katılmak/Elişi Yapmak     | 13 | 9.0  |
|                                                                   | Televizyon İzlemek                             | 4  | 2.8  |
| Huzurevinde Yapılan Etkinliklere Katılmanız Sizi Mutlu Ediyor mu? | Evet                                           | 80 | 55.6 |
|                                                                   | Hayır                                          | 4  | 2.8  |
|                                                                   | Katılmadığım İçin Hayır                        | 60 | 41.7 |
| Cevabınız Evet İse Bunun Nedeni Nedir?                            | Hayır                                          | 3  | 2.1  |

Tablo 4. (Devamı)

|                                                                      |                                        |    |      |
|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----|------|
|                                                                      | Katılmadığım İçin Hayır                | 61 | 42.4 |
|                                                                      | Değerli Hissetmek                      | 28 | 19.4 |
|                                                                      | Huzurlu Olmak                          | 30 | 20.8 |
|                                                                      | Yeni Çevreler Görmek                   | 14 | 9.7  |
|                                                                      | Vakit Geçirmek                         | 8  | 5.6  |
| Cevabınız Hayır İse Bunun Nedeni Nedir?                              | Evet                                   | 80 | 55.6 |
|                                                                      | Beni Etkilemiyor                       | 4  | 2.8  |
|                                                                      | Yeterince İyi Değil                    | 1  | .7   |
|                                                                      | Katılmadığım İçin Hayır                | 59 | 41.0 |
| Bu Etkinlikler Arkadaşlıklarınız Konusunda Nasıl Bir Katkı Sağlıyor? | Katılmadığım İçin Bana Bir Katkısı Yok | 57 | 39.6 |
|                                                                      | Bana Bir Katkısı Yok                   | 15 | 10.4 |
|                                                                      | Yeni Arkadaşlar Tanımak                | 6  | 4.2  |
|                                                                      | Arkadaşlık Bağının Güçlenmesi          | 38 | 26.4 |
|                                                                      | Sohbet Etmek                           | 17 | 11.8 |
|                                                                      | Benim Arkadaşım Yok                    | 2  | 1.4  |
|                                                                      | Bütün Olmak                            | 9  | 6.3  |

Katılımcıların yaşları ilerledikçe iletişim sorunu yaşayanların sayısı, 48'ken (%33.3); yaşları ilerlemesine rağmen iletişim sorunu yaşamayan katılımcıların sayısı, 96'dır (%66.7). Katılımcıların 42'si (%29.2) daha önce çalışmadıklarını ifade etmiştir. Çalışıp emekli olan yaşlı bireylerin bazılarının hayatlarında değişiklik meydana gelirken, bazı yaşlı bireylerin hayatlarında değişiklik meydana gelmemiştir. 24 (%16.7) katılımcı her şey değişti, 33 (%22.9) katılımcı hiçbir şey değişmedi, 45 (%31.3) katılımcı biraz değişti cevaplarını vermiştir. Araştırma grubuna ait diğer veriler Tablo 5'te özetlenmektedir.

Tablo 5. Araştırma grubunun geçirdiği değişimler ve emeklilik durumlarına ilişkin veriler.

| Değişkenler                                                                                     | Grup                                      | F  | %    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----|------|
| Bu Dönemde Geçirdiğiniz Fiziksel Değişimler Nedir?                                              | Yok                                       | 56 | 38.9 |
|                                                                                                 | Yürümekte Zorlanmak                       | 42 | 29.2 |
|                                                                                                 | Konuşmakta Zorlanmak                      | 16 | 11.1 |
|                                                                                                 | İşitmekte Zorlanmak                       | 16 | 11.1 |
|                                                                                                 | Hastalıktan Dolayı Odadan Çıkamamak       | 2  | 1.4  |
|                                                                                                 | Görmekte Zorlanmak                        | 8  | 5.6  |
|                                                                                                 | Kilo Artışı                               | 3  | 2.1  |
| Bu Dönemde Geçirdiğiniz Fiziksel Değişimler İletişiminizi Nasıl Etkiledi?                       | Arkadaşlık Kurmakta Zorlanmak             | 19 | 13.2 |
|                                                                                                 | Konuşurken Zorlanmak                      | 33 | 22.9 |
|                                                                                                 | Fiziksel Bir Değişimim Yok                | 57 | 39.6 |
|                                                                                                 | Fiziksel Bir Değişimim Var Ama Etkilemedi | 35 | 24.3 |
| (Varsa) Eşiniz Vefat Ettikten Sonra Buradaki Bireylerle İç İç Olmak Sizi Nasıl Etkiledi?        | Daha Önce Evlenmedim                      | 15 | 10.4 |
|                                                                                                 | Eşim Yaşıyor                              | 49 | 34.0 |
|                                                                                                 | Etkilemedi                                | 23 | 16.0 |
|                                                                                                 | Yalnızlıktan Kurtulmak                    | 57 | 39.6 |
| Bilişsel Anlamda Yaşadığınız Değişimler, Buradaki Bireylerle Olan İletişiminizi Nasıl Etkiledi? | Değişim Yok                               | 52 | 36.1 |

Tablo 5. (Devamı)

|                                                                                                                                              |                                       |    |      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----|------|
|                                                                                                                                              | Unutkanlık Durumu Var Ama Değişim Yok | 27 | 18.8 |
|                                                                                                                                              | Unutkanlık Konuşmamı Etkiliyor        | 57 | 39.6 |
|                                                                                                                                              | Düşünmekte Zorlanmak                  | 8  | 5.6  |
| Yaş Aldıkça İletişim Kurmakta Sorun Yaşadınız mı?                                                                                            | Evet                                  | 48 | 33.3 |
|                                                                                                                                              | Hayır                                 | 96 | 66.7 |
| Cevabınız Evet İse Nedeniniz Nedir?                                                                                                          | Hayır                                 | 96 | 66.7 |
|                                                                                                                                              | Unutkanlık Durumu Var                 | 33 | 22.9 |
|                                                                                                                                              | Yaşlılık Düşünmemi Etkiliyor          | 15 | 10.4 |
| Emekli Olduktan Sonra Hayatınızda Neler Değişti?                                                                                             | Çalışmadım                            | 42 | 29.2 |
|                                                                                                                                              | Her Şey Değişti                       | 24 | 16.7 |
|                                                                                                                                              | Hiçbir Şey Değişmedi                  | 33 | 22.9 |
|                                                                                                                                              | Biraz Değişti                         | 45 | 31.3 |
| Emekli Olduktan Sonra Yakınlarınız (Aile, Arkadaş, Akraba, Komşu, Huzurevindeki Arkadaşlar vb.) İle İletişiminiz Nasıl Oldu?                 | Çalışmadığım İçin Değişmedi           | 41 | 28.5 |
|                                                                                                                                              | Mesafeli İlişkiler                    | 28 | 19.4 |
|                                                                                                                                              | Aynı İlişkiler                        | 51 | 35.4 |
|                                                                                                                                              | Samimiyetin Artması                   | 24 | 16.7 |
| Emeklilik Döneminizi Göz Önüne Aldığınızda Farklı Etkinliklere Katılma Oranınız ve Farklı Bireylerle Bir Araya Gelmenizde Bir Artış Oldu mu? | Evet                                  | 30 | 20.8 |

Tablo 5. (Devamı)

|                                     |                                     |    |      |
|-------------------------------------|-------------------------------------|----|------|
|                                     | Hayır                               | 72 | 50.0 |
|                                     | Çalışmadığım İçin<br>Değişiklik Yok | 42 | 29.2 |
| Cevabınız Evet İse<br>Nedeni Nedir? | Hayır                               | 72 | 50.0 |
|                                     | Çalışmadığım İçin<br>Değişiklik Yok | 42 | 29.2 |
|                                     | Boş Zamanın<br>Ortaya Çıkması       | 30 | 20.8 |

### 3.1.2.Nitel Verilere İlişkin Bulgular

#### 3.1.2.1.Gelir Düzeyinde Ortaya Çıkan Azalmalar ve Sosyal İlişkileri Etkileme

##### Durumu

Bireyler; emekli olmadan önce daha yüksek bir maaş alırken, emekli olduktan sonra daha az bir maaş almak zorunda kalmaktadırlar. Bu azalış; bazı bireylerin sosyal ilişkilerini (aile, akraba, komşu vb.) olumsuz anlamda etkileyebilirken, bazı bireylerin sosyal ilişkilerinde bir azalma ya da artma yaşanmamıştır. Bazı yaşlı bireyler, daha önce çalışmadıklarını ve bu nedenle, sosyal ilişkilerinde bir azalma olmadığını belirtmiştir. Bazı yaşlı bireyler ise; çalışma hayatları sona erdikten sonra sosyal ilişkilerinde azalmalar olduğunu belirtirken, bazı yaşlı bireyler çalışma hayatları sona erse dahi sosyal ilişkilerinin aynı olduğunu belirtmiştir. Örneğin: K16 çalışma hayatı sona erdikten sonra sosyal ilişkilerinde azalmalar olduğunu belirtirken, K18 çalışma hayatı sona erse dahi sosyal ilişkilerinin aynı olduğunu ifade etmiştir.

*“Hiç çalışmadım. Etkilenme olmadı o yüzden. (Kadın, 66)”*; K23 Bazı katılımcılar K23’ün verdiği cevabı ifade etmiştir. Bunun nedeni, çalışma hayatına girmemelerinden kaynaklanmaktadır. Bazı katılımcılar, farklı nedenlerden dolayı sosyal ilişkilerinin zayıfladığını ifade etmiştir.

*“Paran varsa dostun var. Paran yoksa dostun yok. (Erkek, 64)”*; K16

*“Çalıştığım zamanda çok kontak bir insan değildim. Herkesle mesafeliydim. Bu durum beni etkilemedi. Yine aynı her şey. Benim ilgi alanımla ilgilenen kişilerle genelde arkadaşlık yaptım. (Erkek, 63)”*; K18

*“Sıkıntı çekiyorduk. Bazen dışarı çıkmak istesem dahi paradan dolayı beni zorluyordu. Kimseyle görüşmek istemiyordum. (Kadın, 83)”*; K136

*“Şu anki fiyatlardan dolayı bir araya gelipte bir yerde oturup çay içemiyoruz. (Erkek, 68)”*; K81)

*“Çok etkiledi. Ne zaman benim yaşıma gelersen o zaman anlarsın. Emeklilikten sonra herkes değişti. (Erkek, 77)”*; K27

*“Etkilemedi. Ayağını yorganına göre uzatmak gerekir. (Erkek, 64)”*; K143

*“Pek fazla değişen bir şey yok. Sosyal ilişkilerim aynı sayılır. (Erkek, 75)”*; K73

*“Ekonomik yönden ağır geliyor. Ailemin yanına gidip gelemiyorum. Araya mesafe girdi demiyorum. Ama sıklıkla görüşemiyorum. (Erkek, 80)”*; K45 Bazı yaşlı bireyler, maaşlarındaki azalmalar ve artan fiyatlardan dolayı istedikleri gibi hareket etmekte zorlanmaktadır.

### **3.1.2.2.Yaşlı Bireylerin Huzurevinden Önce Yaşadıkları Yerlerdeki Bireylerle İlişki Durumları**

Huzurevinden önce kendi evlerinde ikâmet eden yaşlı bireylerin bazıları; komşuluk ilişkilerinin iyi olduğunu ve yardımlaşmaların olduğunu belirtirken, bazıları mesafeli ilişkilerinin olduğunu belirtmiştir. Yapılan anket formu sonucunda katılımcıların verdiği cevaplar göz önünde bulundurulduğunda, genelde kadın katılımcıların komşuluk ilişkilerinin iyi olduğunu ve birbirlerinin evlerine gidip gelmelerin gerçekleştiği görülmüştür. Örneğin: K72, komşularının kendisini çok sevdiğini ifade ederken; K133, komşuluk ilişkilerinin huzurevine yerleştikten sonra iyi olmadığını ifade etmiştir.

*“İlişkilerimiz çok iyiydi. Buraya gelmemi istemeyen çok oldu. Çok seviyorlardı beni. Burada da çok seviyorlar beni. (Kadın, 83)”*; K72

*“Komşularım iyiydi. Birbirimize yardım ederdik. Birbirimize gelir gider çay yapardık, otururduk. (Kadın, 70)”*; K65

*“İlişkilerimiz fena değildi. Biz çok girip çıkmazdık birbirimize. Çünkü çocukların çocuklarını baktık sürekli. Ben hep bir fedakârlık gösterdim. O yüzden de pek komşuluk ilişkisi kuramadım. (Kadın, 88)”*; K109

*“Hasım sahibiyim ben. O zamanlar iyiydi. Ama artık değil. (Erkek, 76)”*; K133

*“Komşuluk ilişkilerim güzeldi, samimiydi. Beni sever sayarlardı. Sözümler için kıymetliydi. Bu da beni mutlu ederdi. (Kadın, 86)”*; K108

*“Kırma yardım eden insanlar vardı. O kadar iyilerdi. (Erkek, 64)”*; K15

*“Komşularım iyiydi. Çok şükür bir sakatlık olmadı aramızda. Tanıdıkların hepsi bana saygı duyardı. (Erkek, 69)”*; K94

*“Gitme dediler. Sen gençsin dediler. Ben geldim. Yastık bize kaldı. Eşimle birbirimize yastık kime kalırsa o huzurevine gider derdik. Bana kaldığı için ben geldim. Komşularım arasında iyi olan da var, kötü olan da var. (Erkek, 64)”*; K143

### 3.1.2.3.Yaşlı Bireylerin Huzurevine Geldiklerinde İlk Hissettikleri Duygu Durumları

Huzurevine yerleşen yaşlı bireylerin burayı tercih etmelerinin nedeni, birbirinden farklıdır. Bazı yaşlı bireyler, yaşadıkları yerlerden farklı bir ortama giriş yaptıkları için yabancılık çekebilmektedirler. Çünkü alıştıkları düzenin dışına çıkıp bazı kuralları ve yapılı bir düzeni olan bir kuruma gelmektedirler. Bazı yaşlı bireyler, yaşadıkları hayatlarından daha iyi bir hayat yaşayacaklarını düşünüp mutluluk hali yaşayabilmektedirler. Çünkü bazı yaşlı bireyler, yaşamlarını idame ettirebilecek güce sahip olamamaktadır. Bu nedenle, yerleştikleri huzurevleri onlar için bir avantaj olmaktadır. Çünkü huzurevleri; onların bakımlarını yapan, temel ihtiyaçlarını karşılayan ve güvenlik ihtiyacını karşılayan bir kurumdur. Bazı yaşlı bireyler ise, huzurevinden şikayetçi olup buraya alışmak zorunda olduğunu belirtmiştir. Örneğin: K85, ilk geldiğinde yabancılık çekmesine rağmen zaman geçtikçe huzurevine alıştığını ifade etmiştir.

*“Garipsedim. Ama sonra alışmaya başladım. Komşularım bana burayı çok övmüşlerdi. Sonra onlara hak vermeye başladım. (Kadın, 86)”*; K85

*“Biraz tuhaf geldi bana. Nasıl olacak, anlaşılabilecek miyiz diye. Sonra alıştık tabi. (Kadın, 67)”*; K135

*“Bir sene kimseyle konuşmadım burada. Çok ağladım. Evladım beni dövdüğü için buraya gelmek zorunda kaldım. Ama geldiğimde kendimi çok güvende hissettim. Personel de çok iyi davrandı, yardım etti. (Kadın, 72)”*; K104

*“Çok iyi hissettim. Hemşireler çok iyi. Personeller çok iyi. (Kadın, 100)”*; K30

*“Mutlu oldum. Çalışanlar sayesinde alıştım. Şu an rahatım. İlk zamanlar gitmek istediğim zamanlar oldu. (Erkek, 68)”*; K88 Bazı katılımcılar, huzurevine alışmalarını sağlayan etkenin burada çalışan personeller olduğunu ifade etmiştir.

*“Psikolojik olarak ilk gittiğim huzurevinde kendimi kötü hissettim. Sonra Çamlık'taki müdüre söyledim, beni Yıldızlı'ya gönderdi sağ olsun. (Erkek, 70)”*; K95

*“Evimi aradım, özledim. Ne güzel akşam eve giderdim. Şimdi gidemiyorum. (Erkek, 84)”*; K140 Huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin, alıştıkları evlerinden ayrılıp huzurevine yerleşmeleri onlar için zor bir durumdur. Aslında bu durum sadece yaşlılar için değil, herkes için geçerli olabilen bir durumdur. Fakat yaşlı bireyler için biraz daha zor olmaktadır. Çünkü yıllardır alıştıkları bir düzen bulunmaktadır ve bu düzenin dışına çıkmak zordur.

*“Etraftaki insanlar bana buranın kötü bir yer olduğunu düşündürttüler. (Erkek, 68)”; K81* Huzurevi, bazı nedenlerden dolayı çoğu bireyin aklında kötü bir yer olarak canlandırılmaktadır. Fakat yapılan çalışma sırasında huzurevi gözlemlenmiş ve böyle bir yer olmadığı görülmüştür.

#### **3.1.2.4.İlk Geldikleri Günden Bu Yana Değişen Faktörler**

Bazı yaşlı bireyler, huzurevlerine yerleştikten sonra rahat bir yaşam yaşadıklarını belirtmektedir. Bazı yaşlı bireyler, umutsuzluk hallerinden dolayı karamsarlık duygusuna kapıldıklarını belirtmektedirler. Bazı yaşlı bireyler, zorunluluk halinden dolayı bulundukları kuruma alıştıklarını belirtmektedirler. Bazı yaşlı bireyler ise; geldikleri günden itibaren hayatlarında değişen şeylerin az olduğunu belirtirken, bazıları ise değişen bir şey olmadığını belirtmektedir. Örneğin: K25, izin alıp evine gitse dahi belli bir süre geçtikten hemen sonra huzurevine dönmek istediğini ifade etmiştir. K25’in verdiği cevap, huzurevinin şartlarından memnun olduğunu ve huzurevine alıştığını göstermektedir.

*“Hiçbir sıkıntı yok kızım. Burada gördüğüm hizmeti hiçbir yerde göremezsin. (Erkek, 66)”; K23*

*“Alıştık. Mesela izin alıp gidiyorum. Ama 3 gün sonra geri dönmek istiyorum. Burada rahat ediyoruz artık. (Erkek, 77)”; K25*

*“Değişen bir şey yok. Oturmuş bir teşkilat olarak görüyorum burayı. (Erkek, 92)”; K55*

*“Disiplin ve kural anlamında değişiklikler oldu. (Erkek, 68)”; K88* Böyle bir değişimin olması, huzurevinde yaşayan yaşlı bireyler açısından faydalı görülmektedir. Çünkü değişen şartlara uyum sağlanması açısından, huzurevinde de birtakım değişiklikler meydana gelmesi olağan bir durumdur.

*“Sorumluluklarımdan sıyrıldığım için mutluyum. Bulaşık, temizlik bunlar beni zorluyordu. (Erkek, 75)”; K75*

*“Herkesten memnunum. Bir sorun yok. Değişen tek şey, gurbet ele gelmek. Trabzon’a gelince çocukları göremez oldum. Onlar Maraş’ta kaldı. (Kadın, 66)”; K92* Çamlık Huzurevi’nde ve Yıldızlı Huzurevi’nde depremzede yaşlı bireyler bulunmaktadır. Katılımcıların çoğu, gurbet ele geldiği için uyum sorunu yaşamaktadır. Bunun nedeni: yemekler, memleketlerine duyulan özlem ve çocuklarına duyulan özlemden kaynaklanmaktadır. Yemek sorunu yaşamalarının nedeni, iller arasındaki yemek kültürünün farklı olmasından kaynaklanmaktadır. Bazı katılımcılar, bu durumu çekinerek ifade etmişlerdir.

*“Biraz daha alıştım. Ama ben sinir hastasıyım. Buradakileri görünce daha da hasta oldum. (Kadın, 76)”*; K1 Bu yaşlı bireyin yaşadığı huzurevi, aynı zamanda rehabilitasyon hizmetlerinin yerine getirildiği bir huzurevidir. K1 de bakıma ihtiyaç duyan bir yaşlı bireydir. Odasında kalan yaşlı bireyler de yatan ve bakımı yapılan yaşlı bireylerdir. Bu nedenle, birbirlerinden etkilenmeleri olağan bir durum olarak görülmektedir. K1, bu durumdan kurtulabilmek için tekerlekli sandalyesinin yardımıyla asansörü kullanarak “elişi” kursuna katılmaktadır. Bu durum yaşlı bireyin, her ne olursa olsun kendisini iyi hissetmek için nasıl çaba gösterdiğini ortaya koymaktadır.

*“Şu ana kadar iyilik dışında bir şey değişmedi. Bir de işimden uzaklaştım tabi o da var. (Erkek, 64)”*; K26

### **3.1.2.5.Huzurevinden Memnun Olmama Nedenleri**

Toplam da 18 yaşlı birey, huzurevinden memnun değildir. Memnun olamama nedenleri: anlaşılamamak, aileye özlem, hizmet yetersizliği, uyum sorunu, önceki yaşamına özlem, arkadaş edinememektir. Tablo 3 incelendiğinde de memnun olmama nedenlerine ilişkin veriler görülmektedir. Toplam da 126 yaşlı birey ise, huzurevinden memnundur.

*“Yediklerimiz iyi değil. Yeterli beslenemiyorum. (Erkek, 85)”*; K11 Huzurevinde yaşayan bazı yaşlı bireyler, huzurevinde yapılan yemeklerden memnun değildir. Bu duruma, tezin öneriler kısmında da değinilmiştir. Çünkü yapılan anket formu sırasında, bir huzurevindeki bazı bireyler yemeklerden memnun olmadıklarını ve bu nedenle yemek konusundaki ricalarının yerine getirilmesini talep etmiştir.

*“Gitmek istediğim için. (Erkek, 66)”*; K23

*“Evde dursam daha iyiydi. Evi özliyorum. Hem de nasıl... (Kadın, 76)”*; K87

*“Gariplik çektiğim için. (Erkek, 63)”*; K9

*“Sanki daha kötü oldum burada. (Erkek, 69)”*; K12 Bazı yaşlı bireyler, huzurevine yerleştikten sonra eski hayatlarından daha farklı bir hayat yaşadıkları için bazı yaşlı bireyler de huzurevine yerleştikten sonra psikolojik olarak kendilerini kötü hissetmeye başladıkları için huzurevinde yaşamaktan memnun olamamaktadır.

*“Köyüme gitmek istiyorum. Burada durmak istemiyorum. (Kadın, 80)”*; K29

*“Buraya alışamadım. (Erkek, 68)”*; K4

*“Çok alışamadım. Sevemediğim insanlar var. (Erkek, 80)”*; K5

### 3.1.2.6.Yaşlı Bireyler İçin Huzurevinin Anlamı

Yaşlı bireylerin her birine göre, huzurevinin onlar için ne ifade ettiği değişiklik göstermektedir. Kimi yaşlı bireyler için; bakımın yapıldığı yer, güvenlik ihtiyacının sağlandığı yer ve arkadaşlık ilişkilerinin yeniden başladığı yer olarak anlam kazanırken, kimi yaşlı bireyler için huzurevi bir anlam ifade etmemektedir. Örneğin: K57'ye göre huzurevi ruhsal anlamda kendisini huzurlu hissettiği bir yer olarak görülürken, K99'a göre huzurevi bir anlam ifade etmemektedir.

*“Kimsesizlerin sığınacağı bir yer. Mutlu olduğum bir yer. (Erkek, 92)”; K55*

*“Kendimi huzurlu ve güvende hissettiğim bir yer. (Erkek, 77)”; K57*

*“Sosyal güvencesi olmayanların sığınacağı bir yer. (Erkek, 71)”; K50*

*“Aman yavrum, ne diyim ki? Bakımım yapılıyor işte. Başımızı soktuğumuz yer. (Kadın, 90)”; K31*

*“Hiçbir şeyi ifade etmez. Ben köyümü seviyorum. (Kadın, 80)”; K99* Bazı katılımcılar, önceki yaşamlarına özlem duydukları için huzurevinin kendileri için bir anlam ifade etmediğini ve bu nedenle huzurevinden memnun olmadıklarını söyleyebilmektedirler.

*“Yaşlanıp dünyayı terk edeceğin yer. (Erkek, 73)”; K90* Bazı katılımcılar K90 gibi hayatlarının son döneminde olduklarını kabul edip yaşadıkları huzurevinin son sığınakları olduğunu ifade etmektedir.

*“Benim ha şimdi evladım olsa buraya asla vermem. (Kadın, 84)”; K116* Bazı katılımcılar K116 gibi cevap vererek huzurevinden her ne kadar “memnunum” deseler de huzurevinin kendileri için ne anlam ifade ettiği sorulduğunda bu şekilde cevap vermektedirler.

*“Evde huzur olmadıktan sonra neye yarar? Huzuru burada bulmak için geldim. (Erkek, 53)”; K52*

### 3.1.2.7.Huzurevinde Verilen Hizmetler

Verilen cevaplara göre huzurevinde temel ihtiyaçlar ve hizmetler karşılanmaktadır. Yani yeme içme ihtiyaçları, sağlık hizmetleri karşılanıp yerine getirilmektedir. Yapılan görüşmelerden elde edinilen bilgilere göre, Trabzon Ortahisar ilçesine bağlı olan üç huzurevinde de sabah, öğle ve akşam yemekleri verilmektedir. Ayrıca bu yemek aralarında, ara öğün dediğimiz meyve, bisküvi gibi yiyecekler de verilmektedir. Yaşlı

bireylerle yapılan anket formu sırasında, bazı anlarda denk gelinen ara öğünler birebir gözlemlenmiştir.

*“Doktora gideceğimiz zaman bizi getiriyorlar. Hemşireye söylüyoruz. Yemeğimizi veriyorlar. Mesela biraz sonra servis beni alıp doktora getirecek. (Erkek, 77)”*; K107 Huzurevlerinde bulunan hemşireler, yaşlı bireylerle birebir ilgilenmektedir. İlaç içecek olan yaşlı bireylere, ilaçları zamanında verilmektedir. Bu gözlem, bazı zamanlarda yaşlı bireylerle yapılan anket formu sırasında gözlemlenmiştir. Hatta hemşirelerin, yaşlı bireyler için hazırladıkları ilaçları görmek için “Hemşire Odası”na izinli bir şekilde girip ilaçları nasıl ayırdıkları da gözlemlenmiştir. Huzurevi kapısında bulunan servisler aracılığıyla yaşlı sakinler, doktora getirilip götürülmektedir.

*“Bakım hizmetleri. Her türlü bakımı dersin hepsini kapsar kızım. (Erkek, 92)”*; K55

*“Doktorumuz, hemşiremiz var. Bizimle ilgileniyorlar. Yemeklerini beğenmiyorum. (Kadın, 78)”*; K36

*“Çamaşır, kişisel bakım, yeme içme, sağlık ve etkinlik hizmeti var. Ama yeterli değil. Burası benim 11.nci huzurevim. Antalya bölgesi Ramazan ayında yemek veriyor. Bizleri bir araya getiriyor. (Erkek, 75)”*; K89

*“Yemek, içmek ve sağlık. Ben kendim pişiriyorum. Dışarıdan söylüyorum. Kalitesiz yağlar kullanıyorlar. Koku oluyor, yiyemiyorum. (Erkek, 86)”*; K37

*“Yemek, içmek, sağlık hizmeti. Hemşire beni kontrol eder ara sıra. (Kadın, 96)”*; K43 Yaşlı bireylerin bu şekilde kontrol edilmesi, oldukça önemlidir. Çünkü bazı durumlarda odalarından çıkmakta zorlanan yaşlı bireyler, kontrol edildikleri anlarda ihtiyaçlarını ve isteklerini dile getirebilmektedir.

*“Yemek, içmek, sağlık, bakım. Yemeğimi kendim yapıyorum. Yemekleri beğenmiyorum. Lokantacı olduğum için yemekten anlarım. (Erkek, 65)”*; K20 Yaşlı birey, odasında bulunan “piknik tüpünü” göstererek bu tüple yemek pişirdiğini ve bu şekilde ihtiyacını karşıladığını belirtmiştir. Kendisinin yemek yaptığı, bulunduğu huzurevindeki müdür tarafından bilinmektedir.

### **3.1.2.8.Huzurevi Sayesinde Yeni İlişkiler Geliştirme Durumları**

Huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu, huzurevine yerleştikten sonra birçok farklı bireyle iletişim kurduklarını belirtmektedir. Bunun nedeni olarak ise, birçok farklı bireyle aynı ortamı paylaşmak zorunda kaldıkları için ister istemez sohbet ettiklerini belirtmektedirler. Toplamda 31 yaşlı birey, huzurevi sayesinde yeni ilişkiler

geliştiremediğini belirtirken, sadece 1 yaşlı birey bu soruya kesin cevap veremeyerek “kararsızım” cevabını vermiştir. Toplam 112 yaşlı birey, huzurevi sayesinde yeni arkadaşlıklar kurduklarını belirtmiştir.

*“Düşünüyorum kızım. Feyme benim yakın arkadaşım. Kendi katımda oturmam. Bir yatmaya giderim. (Kadın, 88)”*; K109

*“Düşünüyorum. İster istemez zamanla bir arkadaşlık bağı oluşuyor. Erkek, 77)”*; K25

*“Burada arkadaşlık yapacağım kişi yok diyelim. Frekanslar tutmadı. Bir kişi var. Buradaki en büyük sıkıntı beyinler gitmiş. Aynı şeyler konuşulup duruyor. (Erkek, 75)”*; K89 Toplu yaşam sürdüren bireylerin, kendileriyle aynı kafa yapısına sahip olan başka bireyleri bulması biraz zor olabilmektedir. K89 da aynı kafa yapısına sahip başka bir yaşlı bireyle karşılaşamadığı için bu şekilde cevap vermiştir.

*“Çok fazla düşünmüyorum. Bu yüzden kararsızım. Çoğu insan uyumsuz. Huzurlu insanı buraya kim gönderir? (Erkek, 71)”*; K70

*“Düşünmüyorum. İletişim kuramıyorum. Kıskançlık var. Sırtımı kimseye yaslayamıyorum. (Erkek, 82)”*; K77

*“Düşünüyorum. Ama sadece oda arkadaşım ile konuşur, sohbet ederim. Sağ tarafım tamamen felçli. O yüzden pek kimseyle gidip konuşamıyorum. (Erkek, 74)”*; K91

*“Düşünüyorum. Ben Ankara’daki huzurevinden geldim. Burada daha fazla arkadaşım var. Orada daha az arkadaşım vardı. (Erkek, 64)”*; K49

*“Yani düşünüyorum. Yanımda kalan arkadaş Aslı konuşamıyor. Ama işaret diliyle anlaşıyoruz. (Kadın, 74)”*; K32

### **3.1.2.9.Huzurevinde Bulunan Yaşlı Bireylerin Yalnızlaşma Durumunda Azalma Olup Olmadığı**

Veriler incelendiğinde toplam 97 yaşlı bireyin, yalnızlık durumundan kurtulduğu görülmektedir. Toplam 35 yaşlı bireyin, yalnızlıktan durumundan kurtulamadığı görülmektedir. Kalan 12 yaşlı birey ise, bu durum hakkında net bir cevap veremeyerek kararsız kalmaktadır. Örneğin: K33, odasında yalnız kalmadığı için yalnızlık durumunun azaldığını ifade ederken; K104, arkadaşının olmadığını ifade ederek yalnızlık durumunun devam ettiğini ifade etmiştir.

*“Azaldı. Tek başıma kalmıyorum artık. Oda arkadaşım var. Beraber kalıyoruz. Bir şey yapacaksak beraber yapıyoruz. Yalnız hissetmiyorum. (Kadın, 82)”*; K33 Çamlık Huzurevi’nde yaşayan yaşlı bireyler, odalarında birden fazla yaşlı bireyle kaldıkları için

ister istemez bir arkadaş edinmektedirler. Çünkü sabah akşam aynı odayı paylaşmak zorundadırlar ve bu durum onların yalnız kalmasını engellemektedir.

*“Azaldı. Her türlü aktiviteye katılıyoruz. Mesela Bocce takımının kaptanıyım. Bu oyun sayesinde turnuvalara gittik, geldik. (Erkek, 77)”*; K26 Bocce Oyunu, Köşk Huzurevi’nde gerçekleştirilmektedir. K26 ile yapılan anket formu sırasında, oyunun oynandığı saha da görülmüştür. Binanın tam yanına Bocce Oyunu için bir saha yapılmıştır.

*“Azalmadı. Çünkü benim arkadaşım yok. Bir tane vardı. Başka bir arkadaşımız yüzünden aramız açıldı. Bir seçim yaptı arkadaşım ve artık konuşmuyoruz. (Kadın, 72)”*; K104

*“Birden çok insanla beraberim. Azalmaz mı? (Erkek, 64)”*; K15

*“Azaldı yavrum, azaldı. Tek değilim. Yan odalar dolu. Duvara vursam biri vurur. Hani ben de buradayım, der bana. (Kadın, 69)”*; K134

*“Aa tabi. Onun için geldim zaten. Bir çatal, bıçak sesi benim için önemli. Biz 8 kardeştik. Kalabalık bir aileden geliyorum. Onlardan ayrı olmak beni üzdü. Ama burası bana yalnızlığımı unutturdu. (Kadın, 73)”*; K53

*“Gelin tarafından istenmemiştim. Kendimi yalnız hissetmiştim. Ama artık değilim. (Kadın, 63)”*; K102 Bazı ailelerde, eşlerden birinin anne ya da babasıyla aynı evde yaşamak verilen cevapta da belirtildiği gibi sorun teşkil etmektedir. K102 gibi cevap veren yaşlı bireyler, aile içi sorunlardan dolayı huzurevini tercih etmektedir.

### **3.1.2.10.Kendi Yaşıtlarıyla Bir Arada Bulunan Bireylerin Birbirlerine Katkıları**

Veriler incelendiğinde, huzurevinde bulunan bireylerin birbirlerine olan en önemli katkılarının “sohbet etme” durumu olduğunu görülmektedir. Yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu; kendi yaşlılarıyla bir arada bulundukları için, aynı kaderi paylaştıkları için kendilerini yalnız hissetmekten kurtulmuşlardır. Bazı yaşlı bireyler, her ne kadar yaşlılarıyla bir arada bulunmasının kendilerine bir katkısı olmadığını düşünseler de etrafında başka bireylerin bulunması onları moral açısından yüksek tutabilmektedir.

*“Sohbet ediyoruz, dertleşiyoruz. Bir tanesi var. Bana kardeşlik yapıyor. Ben de ona kardeşlik yapıyorum. (Kadın, 70)”*; K19

*“Bana bir faydaları yok. Kültür seviyelerimiz farklı. (Erkek, 92)”*; K63

*“Fazla bilmediğim insanlarla içli dışlı olmuyorum. Herkese derdimi bildiremiyorum. Bazen onlarla olmak beni mutlu ediyor. (Kadın, 83)”*; K136

*“Nadiye’yle çok sohbet ediyoruz. Birbirimizle her şeyi paylaşıyoruz. (Kadın, 82)”*; K33 Bu yaşlı birey, fiziksel durumundan dolayı yatağından kalkamamaktadır. Odasında bir oda arkadaşı bulunduğu için kendisini yalnız hissetmemektedir.

*“Burada kalmam için bir neden oluyor. Daha eve çok gidip gelmiyorum. Önceden çok gider gelirdim. (Kadın, 71)”*; K112 Bazı katılımcılar için, etrafında arkadaşlarının olması hem kendilerini yalnız hissetmemelerine hem de kendilerini mutlu hissetmelerinde etkili olmaktadır. K112’nin verdiği cevapta da arkadaşlarının varlığı, onun için önemli bir destektir. Bu nedenle eve eskisi gibi gidip gelmediğini ifade etmiştir.

*“Bak yavrum, karşımda Ayşe var. Yanımda olanlarla da bazen sohbet ediyoruz. (Kadın, 78)”*; K36

*“Bir şey sağlamıyor. Sadece karşı tarafı dinlemek zorunda kalıyorum burada. (Erkek, 75)”*; K123

*“İyi hissetmemi ve güvende hissetmemi sağlıyorlar. (Kadın, 64)”*; K110 Bu yaşlı bireyin huzurevini tercih etmesinin nedeni, güvenlik ihtiyacından kaynaklanmıştır. Etrafında birilerinin olması ve güvenli bir kuruma yerleşmesi, kendisini iyi hissetmesini ve rahat uyumasını sağlamıştır.

### **3.1.2.11.Yaşlı Bireylerin Huzurevinde Yaptıkları Aktiviteler**

Toplam 54 yaşlı birey, aktivite yapmamaktadır. Bunun nedeni yaşlı bireylerin; aktivite yapmak istememesi, fiziksel durumu ve hasta olmasıyla alakalıdır. Bazı yaşlı bireyler ise, huzurevine yerleştiklerinden beri bir aktivite gerçekleştirilmediğini öne sürmektedir. Başka huzurevinden gelen bazı yaşlı bireyler ise, önceki huzurevlerinde aktivite olduğunu ve bu aktivitelere sıklıkla katıldıklarını belirtmektedirler. Aktivite yapan çoğu yaşlı birey, genelde gezilere katılmakta ya da dışarı çıkıp gezmektedir. Bazı yaşlı bireyler ise, bulundukları huzurevinde bulunan el sanatları/elişi kurslarına katılmaktadırlar. Örneğin: K19, bulunduğu huzurevindeki elişi kursuna katılırken; K68, fiziksel durumundan dolayı yerinden kalkamadığı için aktivitelere katılım gösterememektedir.

*“Her hafta kuran okuma etkinliği var. Arada servisle beraber gezmeye getiriyorlar. Bir keresinde köfte yemeye gitmiştim. (Kadın, 86)”*; K37

*“Elişi kursuna gidiyorum. Ama elişi yapamıyorum. Tel sarıyorum. (Kadın, 70)”*; K19

*“Ben oturduğum yerden kalkamıyorum. O yüzden yaptığım bir şey yok kızım. (Erkek, 95)”*; K68

*“Müzik aktivitesi var. Kemençe çaldığım oluyor. Gitar çalıyorum. (Erkek, 63)”*; K9

*“Aydın’daki huzurevinde katılıyordum. Bu beni mutlu ediyordu. Ama bu etkinliklerde başarılı olursam mutlu oluyordum. (Erkek, 72)”*; K141 Yaşlı bir bireyin, kendisine böyle bir hedef koyması ve bu hedefi gerçekleştirdiğinde mutlu olması övülmesi gereken bir durumdur. Çünkü K141, hayatına bir şeyler katmaya çalışmakta ve hayatına kattığı başarıyla beraber kendisini motive etmektedir.

*“Huzurevi sayesinde sinema, konuşma etkinlikleri, okullara gitme etkinliği, cami ziyaret etme, yaylaya gitme, kilise ziyaret etme gibi bir sürü etkinliğe katıldım. (Erkek, 65)”*; K35

*“Arada geziyorum. Üste çıkıp okey oynuyorum. (Erkek, 84)”*; K44 Bazı katılımcılar, huzurevi tarafından düzenlenen aktivitelere katılmamaktadır. Onlar genelde, kendi aktivitelerini kendisi gerçekleştirmektedir. K44’te istediği zaman çıkıp gezdiğini ve bu şekilde bir aktivite gerçekleştirdiğini ifade etmiştir.

*“Etmez mi? Kendim gidemediğim yerlere gidiyorum. (Kadın, 94)”*; K121

### **3.1.2.12.Huzurevinde Yapılan Etkinliklerden Mutlu Olma Nedenleri**

Aktivitelere katılan çoğu yaşlı birey, bu aktiviteler sayesinde kendisini mutlu ve değerli hissetmektedir. Sevildiğin, saygı gördüğünü görmesi onu hayatına biraz daha bağlamaktadır. Ruhsal anlamda tatmin olan çoğu yaşlı birey, bu aktivitelerde daha çok yer almaya uğraşmaktadır. Çünkü bu aktiviteler; onları bir yandan mutlu ederken, bir yandan da kafalarını dağıtmaya ve vakitlerini daha anlamlı geçirmelerine katkı sağlamaktadır. Ayrıca bazı katılımcılar, bu aktiviteler aracılığıyla arkadaşlık bağlarının daha da güçlendiğini ifade etmektedirler. Hatta bu aktiviteler aracılığıyla, görmedikleri yaşlı bireyleri görüp onlarla sohbet etme imkânı bulduklarını da ifade etmektedirler. Örneğin: K5, katıldığı aktiviteler aracılığıyla mutlu olduğunu ifade ederken arkadaşlarıyla daha çok görüşme imkânı bulduğunu da ifade etmiştir.

*“Burada Bocce oyununu öğrendim. Bu oyun beni mutlu ediyor. Kendimi daha iyi hissediyorum. Haberim olduğu zaman bütün etkinliklere katıldım. (Erkek, 68)”*; K4

*“Bir yere götürseler tabi mutlu olurum. Bir kere kapıya çıkardılar, mutlu oldum. Kendimi iyi hissettim. (Kadın, 90)”*; K93

*“Bir kere katıldım ve mutlu oldum. Yani güzel bir hava aldık. Başka bir yer gördük. Güzel bir yemek yedik. (Erkek, 73)”*; K90

*“Tabi tabi. Arkadaşlarımla daha fazla görüşüyorum. (Erkek, 80)”*; K5

*“Ediyordu. Değişiklik oluyordu. İnsan görüyordun. Hava alıyordun. (Kadın, 95)”*;  
K39

*“Birkaç kere katıldım. Mutlu oldum. Bizi düşündükleri için kendimi değerli hissettim. (Kadın, 70)”*; K65

*“Hepsine katıldım. Hepsinden mutlu oldum. Kendimi değerli hissettim. (Erkek, 66)”*; K47 Huzurevi tarafından her düzenlenen aktivite, yaşlı bireyler tarafından olumlu karşılanmaktadır. Kendilerini düşünen birilerinin olduğunu bilmek, onların yeni yerler görmesini sağlamaları için çabalamaları yaşlı bireyler tarafından takdire şayan bir durumdur.

### **3.1.2.13.Huzurevinde Yapılan Etkinliklerden Mutlu Olamama Nedenleri**

Veriler incelendiğinde toplam 80 yaşlı bireyin, huzurevinde gerçekleştirilen aktivitelerden mutlu oldukları görülmektedir. Yaşlı bireylerin sadece birkaçı, katıldıkları aktivitelerden etkilenmediklerini ifade etmiştir. Toplam 59 yaşlı birey ise, yapılan aktivitelere katılamamışlardır. Bu durumun nedeni; istememek, hastalık, fiziksel durum ve bulundukları huzurevinde aktivitenin olmamasından kaynaklanmaktadır. Örneğin: K130, yapılan aktivitelere katılmak istemediği için katılmamaktadır. K130’un fiziksel bir engeli ya da fizyolojik bir rahatsızlığı bulunmamaktadır.

*“Ben geldim geleli bir etkinlik olmadı. Şavşat’ta 15 günde bir etkinlik yapılıyordu. Oradayken katılırdım. Mutlu olurdum. Rahatça herkesle kaynaşırdım. Tümüne gittim diyemem ama bazılarına katılırdım. (Erkek, 75)”*; K78

*“Rahatsızım ben. Bir şeye gidip katılamıyorum ki... (Kadın, 77)”*; K25

*“Katılamadığım için bir şey diyemem. Ayaklarımın ağrısı katılmamı engelliyor. Katılabilseydim de bir şey sağlamazdı. Buradaki arkadaşlıktan bir şey olmaz. (Erkek, 85)”*; K10

*“Yok, ben hiçbir şeye katılmıyorum. Katılmam da. (Erkek, 74)”*; K130

*“Yok, ben hiçbir şeye katılmadım. Hiçbir faydası olmayacaktı. (Erkek, 76)”*; K3

Bazı yaşlı bireyler K130 ve K3 gibi düşünmektedir. Bunun nedeni, yaşlı bireylerin bulundukları ortama alışamamış olması veya arkadaşının olmamasından kaynaklanabilmektedir.

### **3.1.2.14.Etkinliklerin Kurulan Arkadaşlıklara Katkısı**

Yapılan etkinliklere katılan çoğu yaşlı birey, bu etkinlikler aracılığıyla arkadaşlıklarının eskisinden daha iyi olduğunu ifade etmektedir. Çünkü kimi zaman fırsat

bulup yan yana gelemediklerinde, etkinlikler aracılığıyla boş zaman oluşturmalarında arkadaşlarıyla beraber daha çok sohbet etme imkânı bulmaktadırlar. Bu etkinlikler, yaşlı bireylerin bütün olmasına da katkı sağlamaktadır. Ruhsal anlamda kendilerini iyi hissederlerken, bu duygularını birbirleriyle paylaşarak mutluluklarını çoğaltmaktadırlar. Bazı yaşlı bireyler ise, katıldıkları etkinliklerin arkadaşlıkları konusunda bir katkı olmadığını ifade etmiştir. Örneğin: K123, katıldığı etkinliğin ya da etkinliklerin arkadaşlıkları konusunda bir katkısı olmadığını ifade etmiştir.

*“Arkadaşlıklarım güçleniyor. Yeter ki kafalarımız uysun. (Kadın, 67)”*; K135

*“Beraber çalışmak, sohbet etmek anlamında fayda sağlıyor. (Erkek, 92)”*; K54

*“Bir oluyoruz. Tanımadığım insanları tanıyabiliyorum. Ama her zaman değil. (Erkek, 76)”*; K142

*“İlişkilerimiz güçleniyor. Görmediğim kişileri orada görüyorum. (Erkek, 75)”*; K75

Her ne kadar yaşlı bireyler aynı ortamda bulunsalar da odalarına giriş ve çıkış saatleri birbirinden farklı olduğu için huzurevi içerisinde görmediği yaşlı bireyler bulunmaktadır. Huzurevi içerisinde görmediği yaşlı bireylerin, katılmış olduğu etkinliklere katılmasıyla beraber onlarla aynı anı paylaşma fırsatı bulmaktadır.

*“Öyle bir katkısı yok. (Erkek, 75)”*; K123

*“Mesela Vildan amcanla müzik etkinliğinde bir araya gelip arkadaş olduk. Onun sayesinde kemençe çalmayı öğrendim. (Erkek, 63)”*; K83

*“Eski günlerimi unutturuyor. (Erkek, 80)”*; K5

*“Evet, ediyor. Rahatlatıyor. Değişik yerler görüyorsun. Değişik insanlar tanıyorsun. (Erkek, 64)”*; K80 Yaşlı bireyler; gittikleri aktivite ortamlarında sadece huzurevindeki yaşlı bireylerle değil, bulundukları ortamlardaki başka bireyleri de görmekte ve girişkenliklerine bağlı olarak onlarla da sohbet etme fırsatı yakalamaktadırlar.

### **3.1.2.15. Yaşanılan Fiziksel Değişimler ve Bu Değişimlerin İletişime Etkisi**

Çoğu birey, yaşlanmaya başladıkça birtakım fiziksel değişimler geçirmektedir. Bu değişimler sadece ciltte kırışıklık, kamburlaşma ve saçların beyazlaması değildir. Aynı zamanda konuşmakta zorlanmak, yürümekte zorlanmak, işitmekte zorlanmak gibi sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Bu sorunlar, yaşlanan bireylerin eskisi gibi konuşmasını ve sohbet ederken söylenen şeyleri anlamasını zorlaştırmaktadır. Yürümekte zorlanan yaşlı bireyler ise, eskisi gibi hareket etmekte zorlanmaktadır. Görüşme yapılan yaşlı bireylerin ifade ettikleri arasında, yürümekte zorlanan bazı yaşlı bireyler odadan çıkmakta

zorlandığı için arkadaşlık kurmakta da zorlanmaktadır. İşitmekte zorlanan yaşlı bireyler de aynı ifadeyi kullanmaktadır. Veriler incelendiğinde, yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu fiziksel bir değişimlerinin olmadığını ifade etmiştir. Bu durum; bireylerin kendilerine gösterdikleri bakım, yediklerine ve içtiklerine dikkat etmesi, hayatlarında düzenli olarak spor yapmalarıyla alakalı olabilmektedir.

*“İşitme kaybımdan dolayı sıkıntı yaşıyorum. Cihaz kullanmazsam seni duyamam, cevap veremem. Bu kulağımdaki de çok iyi değil. Bazı dediğin şeyleri tam anlayamıyorum. (Kadın, 83)”*; K137

*“Benim öyle ağır bir rahatsızlığım yok. O yüzden iletişim konusunda bir değişim yok. Hatta yakın arkadaşım Hatice’yi görünce daha çok mutlu oluyorum ve onunla rahatça sohbet edebiliyorum. (Kadın, 77)”*; K86

*“Namaz kılarken dahi zorlanıyorum. Ama oda arkadaşlarımla güzel iletişim kuruyorum. Bedensel olan yürüme rahatsızlığım var. Yani zorluk çekmem iletişim kurmamı engelleyemez. (Erkek, 91)”*; K129

*“Mescitteki arkadaşlarımla zor görüşüyorum. İletişimimi kötü etkiliyor. Odadan çıkıp onlarla yan yana gelemiyorum. (Erkek, 80)”*; K139

*“Koltuk değnekleriyle yürüyorum. Gelenle gidenle sohbet ederim. Sorun olmaz. (Kadın, 86)”*; K85

*“Bir bacağım sıkıntılı. O iyi olsa ben daha çok gezerim. Tek engellenen durum o. (Erkek, 65)”*; K20

*“Gözlerimden sorun yaşıyorum. İletişim kurarken karşımdakini görmüyorum. (Erkek, 73)”*; K8

*“Bacaklarım tutmayınca işte odadan çıkıp başkalarını göremiyorum. Sohbet edemiyorum. Yalnızlık durumum artıyor. Odaya gelen personelle sohbet ediyorum. (Erkek, 80)”*; K67

### **3.1.2.16.Eş Vefatından Sonra Buradaki Bireylerle İç İçe Olmanın Etkisi**

Veriler incelendiğinde toplam 15 yaşlı bireyin, daha önce evlilik yapmadığı görülmektedir. Bu 15 yaşlı birey, daha önce evlenmedikleri için bu soruyu yanıtlamamıştır. Toplam 49 yaşlı bireyin, yaşlı birey ise, eşlerinin vefatından sonra huzurevindeki bireylerle iç içe olmakla yalnızlıklarından kurtulduklarını ifade etmiştir. Yıldızlı Huzurevi’nde bazı yaşlı bireyler, eşlerinin bakım durumundan dolayı huzurevine yerleşmişlerdir. Bu yaşlı bireyler, bu soruyu yanıtlarken “eşim yaşıyor” cevabını vermiştir. Bu nedenle, onların böyle bir yalnızlık durumu bulunmamaktadır. Bazı yaşlı

bireyler, her ne kadar yalnızlıklarını unutsalar da eşlerinin yerini hala dolduramadıklarını ifade etmiştir. Ama ister istemez etraflarında başka bireylerin olması onları mutlu etmiştir. Eşi vefat eden bazı yaşlı bireyler ise, kendileri için değişen bir şeyin olmadığını ifade etmiştir. Yani huzurevindeki bireylerle iç içe olmak, onları etkilememiştir. Örneğin: K136 için değişen bir durum yokken, K43 yalnızlık durumundan kurtulduğunu ifade etmiştir.

*“Eşim yaşıyor. İşte burada, yanımda. Onun bakımından dolayı buraya yerleştik. Verilen hizmetlerden memnunum. Arada evime gidip geliyorum. Benim gibi olan başka çiftler de burada var. Onları görmek bana yalnız olmadığımı hissettiriyor. (Kadın, 63)”*; K117 Katılımcı 117’nin eşi yatağa bağlıdır. Onun bakımı nedeniyle huzurevine yerleşmiş bulunmaktadır. Kendisinin böyle bir rahatsızlığı bulunmamaktadır ve o da elinden geldiğince eşine hizmet ettiğini ifade etmiştir.

*“Benim için değişen bir şey yok. Ben kimseyle iç içe değilim. (Kadın, 83)”*; K136

*“Bir fayda sağlamıyor. Ben her an onun yokluğunu hissediyorum. (Erkek, 91)”*; K7

*“Yalnız olmadığımı hissediyorum. Burada bir sürü insanın olması beni mutlu ediyor. (Kadın, 96)”*; K43

*“Cevap veremeyeceğim bir soru sanırım. (Erkek, 70)”*; K125 Bazı katılımcılar için bu soruyu yanıtlamak zor olmuştur. Bunun nedeni, yalnızlıklarının hiçbir şekilde kapanmamasından kaynaklanmaktadır. Onlar, eşlerinin varlığını her an arayan katılımcılardır.

*“Tamamen olmasa da yalnızlığımı bir nevi unutuyorum. (Kadın, 70)”*; K65

*“Eşim yaşıyor. Ayrıldık. Eşimle görüşüyorum. (Erkek, 68)”*; K4 Bazı yaşlı bireyler, eşlerinden boşanmadan huzurevine yerleşmişlerdir. Bunun nedeni, aile içinde yaşanan sıkıntılardan kaynaklanmaktadır.

### **3.1.2.17. Bilişsel Anlamda Yaşanan Değişimler ve Bu Değişimlerin İletişime Etkisi**

Çoğu birey, yaşlanmaya başladıkça bazı bilişsel değişimler yaşayabilmektedir. Bu değişimler: unutkanlık, bunama, düşünmekte zorlanma, cümle kurmakta zorlanma, hatırlamada güçlük vb. şekilde sıralanabilmektedir. Veriler incelendiğinde, huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu unutkanlık durumuyla karşı karşıyadır. Unutkanlık durumu, yapacakları işleri ve söyleyecekleri sözleri unutmalarına neden olmaktadır. Bazı yaşlı bireyler, unuttukları sözleri ya da işleri üstünden çok zaman geçmeden hatırlayabilirken; bazı yaşlı yaşlı bireyler, unuttukları sözleri ya da işleri bir

daha hatırlayamamaktadır. Veriler incelendiğinde, huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin yine büyük bir çoğunluğu değişim yaşamadığını ifade etmiştir.

*“Bazen namaz kılarken kaç rekât kıldığımı unutuyorum. Ben iletişime yansıtılmaya çalışıyorum. (Kadın, 71)”*; K112

*“Arada bir unutkanlık oluyor. Arada ne diyeceğimi unutuyorum. Ama kafamı tez topluyorum. (Kadın, 76)”*; K1

*“Böyle bir değişimim yok. Çünkü zihnimi aktif tutacak etkinlikler yapıyorum. Burada iletişim kurduğum kişilerle sohbetim vs. aynı. (Erkek, 73)”*; K6 Yaşlı bireylerin unutmasını engelleyecek olan en önemli etken; zihni aktif tutan bulmaca çözmek, kitap okumak, resim yapmak gibi aktiviteler yapmaktır.

*“Hiç unutkanlık unutkanlık durumum yok. Süperim. İletişimim de çok iyi kızım. (Kadın, 64)”*; K34 Katılımcı K34; hayatına olumlu bakan, enerjik ve el becerisiyle vaktini dolu dolu geçirmeye çalışan bir yaşlı bireydir. Birebir gözlem yapılırken, oda arkadaşıyla olan sohbetine tanık olunmuş olup cümle kurmasında ve dikkatini toplamasında herhangi bir sıkıntı görülmemiştir.

*“Unutkanlık durumum falan yok. Çocukluğumdan bu yana nasıl yaşadım, ne yaptım hepsini hatırlarım. (Kadın, 82)”*; K105

*“Oy, sinirden unutkanlık durumum varmış. Doktor dedi. Ama sohbet ederken unutmuyorum. Başka şeyleri unutuyorum. (Erkek, 85)”*; K11

*“Unutkanlık yüzünden bana ne dediklerini unutuyorum. Bu adam bana ne demişti diye unutuyorum. O zaman zorlanıyorum. (Erkek, 84)”*; K140 Yaşlılık döneminde yaşlı bireylerin unutkanlık durumuyla karşılaşması olağan bir durumdur. Unutkanlık durumu, hayatlarına yansıdığı için ve hayatlarını olumsuz anlamda etkilediği için olumsuz bir durum olarak görülmektedir.

### **3.1.2.18.Yaş İlerlemesi ve Bu İlerlemenin İletişime Etkisi**

Veriler incelendiğinde, huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu her ne kadar yaşları ilerlese de iletişim kurmakta bir sorun yaşamadıklarını ifade etmiştir. Yaşın ilerlemesiyle beraber iletişim kurmakta sorun yaşayan yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu, unutkanlık durumu yaşamalarından dolayı iletişim kurmakta sorun yaşadıklarını ifade etmiştir. Unutkanlık durumunu ortaya çıkaran da yaşın gittikçe ilerlemesi ve zihnin eskisi gibi aktif çalışmamasından kaynaklanmaktadır. Yaşlı bireylerin bir kısmı ise, yaşlılıktan dolayı iletişim kurmakta sorun yaşadıklarını ifade

etmiştir. Bu durum, yaşadıkları hastalık halinden ya da ruh halinden dolayı kaynaklanabilmektedir.

*“Yaşadım tabi ki. Daha çok yorulmaya başladım. O yüzden uzaklaşıyorum herkesten. (Kadın, 76)”*; K87

*“Tabi. Mide sorunun ortaya çıktı. Psikolojik açıdan beni yoruyor. İletişimimi de etkiliyor. Rahatsızlık duyuyorum. (Erkek, 82)”*; K77

*“Hayır, yaşamadım. 30 yaşında da aynıydım. Sadece daha seçici bir insan haline geldim. Benim için değişmedi. (Erkek, 75)”*; K75

*“Yani biraz sorun yaşıyorum. Düşünürken bazen yoruluyorum. O zaman konuşmakta yoruyor bazen. (Erkek, 78)”*; K54

*“İster istemez. Şimdiki zamanın çocuklarına uyamıyorum. O yüzden iletişim kuramıyorum onlarla. (Erkek, 82)”*; K118 Bu durum, yaşlı bireyler ve gençler arasındaki kuşak farkından dolayı yaşanmaktadır. Çünkü yaşlı bir bireyin doğduğu ve gördüğü zaman ile genç bir bireyin doğduğu ve gördüğü zaman arasında birtakım değişimler yaşanmıştır. Yaşanan değişimler; yaşlı bir birey tarafından hemen benimsenemezken, genç bir birey tarafından yaşanan değişimler hızlı bir şekilde benimsenmektedir. Hatta bu değişimler, gençleri daha çok mutlu etmektedir. Fakat yaşlı bireyler için bu durum aynı olamamaktadır. Çünkü onlar, eskiye bağlı kalmakta ve benimsediği değerlerinden vazgeçmek istememektedirler.

*“Biraz yaşıyorum. Konuşurken, düşünürken hızlı konuşamıyorum. Hızlı düşünemiyorum. (Erkek, 95)”*; K68 Tüm bireylerin bilinçli düşünmesini sağlayan beynin önemli bölgesi, frontal bölgedir. Bu bölge, bireyler yaşlanmaya başladıkça eski esnekliğini kaybetmeye başlamakta ve bunun sonucunda, yaşlı bireyler de dikkat eksikliği, bilinçli bir şekilde düşünememe, problem çözme yeteneğini kaybetme gibi durumlar ortaya çıkmaktadır.

*“Kızım, ben eşimden ayrıldıktan sonra içime kapandığım için sorun yaşadım. Yaşımla hiç alakası yok. (Erkek, 88)”*; K46 Bazı yaşlı bireyler, yaşadıkları üzüntülerden dolayı düşünmekte ve konuşmakta zorluk çekebilmektedirler. Hassas bir bireyin morali bozuk olduğu zaman düşünmekte zorluk çekmesi gibi yaşlı bir bireyin de moralinin bozulmasıyla beraber böyle bir sorunun ortaya çıkması olağan bir durumdur.

*“İletişim kurmakta sorun yaşıyorum. Sanki gittikçe daha çok daralıyorum. (Kadın, 70)”*; K120

### 3.1.2.19. Emeklilikle Beraber Hayatlarında Yaşanan Değişiklikler

Yaşlı bireyler için statü sahibi olmak önemli bir yer teşkil etmektedir. Statü konusuna, ekonomik yaşlanma bölümünde değinilmiştir. Emeklilik dönemiyle beraber; bazı yaşlı bireylerin hayatları tamamen değişebilirken, bazı yaşlı bireylerin hayatlarında pek fazla bir değişiklik meydana gelmemiştir. Hatta kimi yaşlı bireyler görüşme sırasında, emeklilik dönemine girdikten sonra da çalışmaya devam ettiklerini bu nedenle hayatlarında pek fazla değişen bir şey olmadığını ifade etmiştir. Kimi yaşlı bireyler ise; emeklilik dönemine girdikten sonra aile, akraba ve arkadaşlarıyla daha fazla görüşebilme imkânı buldukları için ilişkilerinin daha da iyi olduğunu ifade etmiştir. Kimi yaşlı bireyler de bu cümlelerin tam tersini kullanarak, emeklilik dönemiyle beraber maaşlarında azalma olduğu için dışarı çıkıp sosyalleşemediklerini ifade etmektedir.

Toplam 45 yaşlı birey, hayatlarında çalışmadığı için yanıtlamamıştır.

*“Emekli olduğumu hiç anlayamadım. Emekli olduktan sonra tekrar çalıştım. Hani bir söz vardır: ‘Beni oradan ölüm ayırır’. Aynı o misal benimkisi... (Erkek, 77)”*; K27

*“Bu dönemde sıkıntılar başladı zaten. Hanım vefat etti. Başka biriyle evlendim. Üveylik yaptı çocuklara. Sonra sıkıntılar çıktı ortaya. (Erkek, 76)”*; K3

*“Daha çok kendime ve aileme vakit ayırdım. (Erkek, 82)”*; K69

*“Hiçbir şey diyebilirim. Buraya gelene kadar çalışıyordum zaten. (Erkek, 70)”*; K58

*“Eskisi gibi bir yere gidemiyorsun. Maddiyat sıkıntı artık. (Erkek, 69)”*; K94

*“Çok şey değişti. Paramı başkalarıyla yiyor diye iftira attılar. Çalışırken kimse öyle bir şey demiyordu. Çalışma bitince herkes değişti. (Erkek, 65)”*; K71

*“Yaşamadığım, ulaşamadığım şeylere ulaştım. Param var. Kimseye rezil olmadım. Muhtaç olmadım. (Erkek, 82)”*; K84 Yaşlı bireylerin çoğu, emeklilik dönemiyle beraber başkalarına muhtaç olmaktan endişe etmektedir. Başkalarına muhtaç olmayan yaşlı bireyler, kendilerini daha rahat hissetmekte ve daha özgür bir şekilde hareket etmektedir.

*“Çok işler yapmaya devam ettim. Almanya’ya gittim. 11 sene orada çalıştım. İnkılaptan dolayı bizi Türkiye’ye sürdüler. (Erkek, 77)”*; K128 Bazı yaşlı bireyler, K128 gibi özel sektör içerisinde olduğu için emekli olma zorunluluğu bulunmaktadır. Kendi kararıyla, çalışma hayatına devam etmiş ve başka bir zorunluluk halinden dolayı işini bırakmak zorunda kalmıştır.

### 3.1.2.20.Emeklilikle Beraber Sosyal İlişkilerin Değişimi

Veriler incelendiğinde, huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu emeklilik döneminden sonra aile, akraba ve arkadaşlık ilişkilerinde bir değişme olmadığını ifade etmiştir. Toplam 28 yaşlı birey ise, sosyal ilişkilerinin artık mesafeli olduğunu ifade etmiştir. Bunun nedeni, yaşlı bireylerin eski konumlarını statü olarak kaybetmesi ve eskisi gibi sosyalleşememesinden kaynaklanmaktadır.

*“Ailemle çok daha iyi olduk. Eşimle daha çok vakit geçirdik. Tedavisi için uğraştık. Ama olmadı... (Erkek, 71)”*; K126

*“Akrabalık ilişkilerim yok zaten. Ama arkadaşlarla daha çok görüşmeye başladığım için daha iyi oldu. (Erkek, 77)”*; K79

*“Biliyorsun, insan emekli olduktan sonra insanlar arasındaki iletişim azalır. İnsanın yapısında bu var. (Erkek, 92)”*; K63 Bazı bireyler için karşısında bulunan bireyin bulunduğu konum önemlidir. Bu nedenle, karşısındaki birey bu konumu kaybettiğinde onunla arasına mesafe koyabilmektedir.

*“İster istemez bir kopukluk oldu tabi. (Erkek, 70)”*; K76

*“Çalışırken daha iyiydi ilişkiler. Sonra mesafe girdi araya. (Erkek, 84)”*; K140

*“Annemle daha çok vakit geçirdim. Komşularla mesafeliydim. O yüzden onlar açısından bir şey söyleyemiyorum. (Kadın, 83)”*; K72

*“Yerken 10 kişi masaya otururduk. Şimdi bir kişi oturuyoruz. Para azalınca insanlarda azalıyor. (Erkek, 90)”*; K127

*“İyi oldu diyemem. Kötü oldu da diyemem. (Erkek, 82)”*; K82 Bazı katılımcılar 82 gibi cevap vererek, ilişkilerinde bir değişme olmadığını ifade etmiştir.

### 3.1.2.21.Emeklilik Dönemiyle Beraber Farklı Etkinliklere Katılma ve Farklı Bireylerle Tanışma Durumları

Emeklilik dönemiyle beraber ortaya boş zaman çıkmaktadır. Bazı yaşlı bireyler, bu boş zamanı farklı etkinliklere katılarak, gezerek ve sosyalleşerek değerlendirmektedir. Bazı yaşlı bireyler ise, içlerine kapanıp bu boş zamanlarını evde değerlendirmektedir. Boş zamanlarını evde geçiren bazı yaşlı bireyler, dışarı çıkıp sosyalleşmek isteseler de maddi güçlerinden dolayı bu isteklerinden vazgeçebilmektedirler. Ancak huzurevlerinde yaşayan yaşlı bireyler, huzurevleri tarafından düzenlenen etkinliklere maddi bir güç kullanmadan katılım gösterebilmektedirler. Fakat bu etkinliklere katılmak isteyip bazı durumlarından dolayı katılamayan yaşlı bireyler de bulunmaktadır. Örneğin: K100,

fiziksel rahatsızlıklarından dolayı yapılan etkinliklere katılamadığını ifade ederken; K144, daha önce yapmadığı etkinlikleri huzurevi sayesinde gerçekleştirmiştir.

*“Tabiki. Daha çok konserlere katıldım. Küçük müzik topluluklarına daha fazla katılmaya başladım. Daha fazla film izlemeye başladım. Elektronik piyanoma daha fazla vakit ayırdım. Yani oldu tabi. Pazara, çarşıya daha fazla gitmeye başladım. Esnafla daha çok bir arada bulundum. Sohbet ettim, dertleştim. Daha fazla insan tanıdım. (Erkek, 63)”*; K83

*“Arttı yavrum. Önceden lokantada vaktim geçerci. Arkadaşlarımla çok bir araya gelemedim. Ama şimdi zamanım bol. İstedigimi yapabiliyorum. Burada bir sürü kişi var. Herkes farklı kişiliğe sahip. Anlaşabildiğimle anlaşıyorum. Anlaşamadığımdan uzak duruyorum. (Erkek, 77)”*; K124

*“Ellerim ve ayaklarımdan ötürü farklı etkinliklere katılamıyorum. Yoksa çok isterdim kalkıp gezmek, tozmak. Huzurevine geldiğimde arttı tabi. Herkesle arkadaşlık yapıyorum. Odama gelen giden arkadaşlarım oluyor. Onlarla sohbet ediyorum. (Kadın, 82)”*; K100

*“Arttı tabi. Resim etkinliklerine katıldım. Bu etkinliğe huzurevi sayesinde katıldım. Şiir yazdım. Şiirim huzurevleri arasında birinci seçildi. Bu konuda artmadı. Ben kendi içime daha çok kapandım. (Erkek, 75)”*; K144

*“Arttı. Huzurevi sayesinde hayatımda ilk kez golf oynadım. El sanatlarıyla ilgileniyorum. Hayatımdaki aktifliği koruyorum. Arttı. Bir sürü insan var burada. Huzurevi için söylüyorum. Emeklilikten çok geçmeden geldim buraya. (Erkek, 92)”*; K63

*“Arttı tabi. Boş zamanım çok oldu. Zamanımı geçirebilmek için daha çok gezdim. Aslında bir artışta azalışta yok. Ben herkesle arkadaşlık yapamam. Çok arkadaşım olsun da istemem. Laf taşıyan insanı sevmem. (Erkek, 81)”*; K51

*“Hayır, ikisi de artmadı. Farklı insanlar tanıyabilmem için karşımdaki kişinin kafa dengi olması lazım. Yoksa benim dialogum gayet iyidir. Zor bir insan değilim. (Erkek, 64)”*; K113

*“Hayır tabi. Beni etkinliklere çağıran kişiler onu yapamıyor ki gidip katılayım, eğleneyim. Tabi. Beni kimse yalnız bırakmıyor. Bilgili bir insanım. Okudum, gördüm, yaşadım. (Erkek, 73)”*; K6

*“İkisi de sıfırlandı yaz kızım. Artmadı. Ben kolay kolay arkadaşlık kuramıyorum. Ben kendimden düşük seviyede arkadaşım olsun istemem. Benden yüksek olsun, faydası olsun. (Erkek, 88)”*; K46

#### 4.TARTIŞMA

Bu çalışma, özgün bir bilimsel çalışmadır. Yapılan literatür taraması sonucunda bu çalışma başlığıyla çalışılan hiçbir çalışmaya rastlanılmamış olup huzurevi içerisindeki toplumsallaşma/sosyalleşme kısmına belli başlı yerlerde yer verilmiştir. Bu çalışmada ise, huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin toplumsallaşma/sosyalleşme süreçlerine kapsamlı bir şekilde yer verilmiş olup yaşlı bireyler her yönüyle ele alınmaya çalışılmıştır.

Ortaya koyulan hipotezler, çalışma sonucunda elde edilmiştir. Birinci hipotez de yer verilen ekonomik düzeylere göre yaşlı bireylerin sosyalleşme süreçlerinin farklılaşması durumu, emeklilik durumuyla beraber gerçekleşmektedir. Yaşlı bireyler, emeklilik döneminden önce daha fazla maaşa sahipken yakın çevreleriyle olan sosyal ilişkilerinin daha iyi olduğunu ifade etmektedir. Fakat emeklilik döneminden sonra maaşlarında ortaya çıkan azalmalar nedeniyle yakın çevrelerinde mesafelerin ortaya çıktığını belirten yaşlı bireyler bulunmaktadır. Bu durumun farklı nedenleri bulunmaktadır. Bazı yaşlı bireyler, maaşlarındaki azalmalardan dolayı eskisi gibi dışarıya çıkamadığını ve bu nedenle yakın çevresiyle görüşebilecek alanların kısıtlanmaya başladığını ifade etmektedir. Bazı yaşlı bireyler ise, maaşlarında ortaya çıkan azalmalar sonucunda yakın çevrelerinin kendileriyle görüşmek istemediğini ifade etmektedir. İkinci hipotez de yer verilen aynı düşünce biçimlerine sahip olma durumları yaşlı bireylerin sosyalleşme sürecine etki etmektedir. Aynı düşünce biçimine sahip olan yaşlı bireyler genelde daha iyi anlamakta ve aynı düşünce biçimine sahip olmayan bireyler birbirleriyle anlaşamamaktadır. Bu nedenle bazı yaşlı bireyler, aynı düşünce yapısına sahip olmadıkları yaşlı bireylerle arkadaşlık ilişkisi kurmak istemediğini ifade etmektedir. Üçüncü hipotez de yer verilen yaşamış oldukları fiziksel değişimler yaşlı bireylerin sosyalleşme sürecine etki etmektedir. Bazı yaşlı bireyler, yaşlanmanın sonucunda hareket etmekte zorlanmaya başlamakta, unutkanlık durumu yaşamakta ya da konuşurken zorluk çekmektedir. Konuşurken zorluk çeken yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu, iletişim kurmakta sorun yaşadığını ifade etmektedir. Çünkü kendilerini doğru ifade etmekte zorlanmaktadırlar. Unutkanlık durumu yaşayan yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu, sohbet esnasında söyleneni unutabilmekte ve karşısındaki yaşlı bireyle doğru bir iletişim kuramamaktadır. Hatta bazı durumlarda kendi söyleyeceği sözleri de unutabilmektedirler. Hareket etmekte zorlanan yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu ise, odalarından çıkmakta zorlandıkları için arkadaşlarını görmekte zorluk çekmektedirler. Ancak arkadaşlarının odalarına gelmeleri durumunda iletişim kurabildiklerini ifade etmektedirler.

## 5.SONUÇ VE ÖNERİLER

### 5.1.SONUÇ

Toplam 144 yaşlı bireye anket uygulanmıştır. Bu yaşlı bireylerin; 53'ü kadın, 91'i erkektir. Görüşme yapılan 144 yaşlı bireyin tamamı, gönüllü olan yaşlı sakinlerden oluşmaktadır. Köşk Huzurevinde toplam 54 yaşlı birey bulunmaktadır. Gönüllü olan 46 yaşlı birey anket formuna katılmış olup gönüllü olmayan 8 yaşlı birey anket formuna katılmamıştır. Yıldızlı Huzurevinde toplam 171 yaşlı birey bulunmaktadır. Gönüllü olan 58 yaşlı birey anket formuna katılmış olup gönüllü olmayan 113 yaşlı birey anket formuna katılmamıştır. Çamlık Huzurevinde toplam 171 yaşlı birey bulunmaktadır. Gönüllü olan 40 yaşlı birey anket formuna katılmış olup gönüllü olmayan 131 yaşlı birey anket formuna katılmamıştır. Gönüllü olmayan yaşlı bireylerin yanı sıra; Alzheimer hastası, işitmekte ve konuşmakta zorluk çeken, akli dengesi yerinde olmayan yaşlı bireyler bilinçli bir şekilde araştırmacı tarafından çalışmaya katılmamıştır. Bu yaşlı bireyler, hemşire eşliğinde belirlenip isim listelerinin yanına notlar alınarak karışıklık yaşanması önlenmiştir.

Huzurevlerine yerleşen yaşlı bireylerin; huzurevi tarafından düzenlenen etkinliklere katılıp katılmama durumları, katılmayan yaşlı bireylerin neden katılmayı tercih etmediği, katılan yaşlı bireylerin kendilerine ve arkadaşlıklarına olan etkisini, huzurevi içerisinde arkadaş edinme durumları ele alınmış ve bir sonuca varılmıştır. Ayrıca yerleştikleri huzurevlerinde ne kadar süre kaldıkları, düşünceleri ve yaşanan değişimleri hakkında da bilgi toplanıp veriler bir tablo içerisinde açıkça sunulmuştur.

Toplam 112 yaşlı birey, huzurevi sayesinde yeniden sosyalleşebildiklerini ifade etmiştir. Yani huzurevlerine yerleştikten sonra buradaki yaşlılarıyla sohbet edebildiklerini ve dertleşebildiklerini ifade etmişlerdir. Toplam 97 yaşlı birey, huzurevlerine yerleştikten sonra yalnızlık durumlarının azaldığını ifade etmiştir. Yani daha önce evlilik yapan ve eşleri vefat eden yaşlı bireyler, huzurevlerine yerleştikten sonra edindikleri arkadaşlar aracılığıyla yalnızlık durumlarından kurtulduklarını ifade etmiştir. Arkadaşı olanlar da olmayanlar da genelde bu ifadeyi kullanmışlardır. Arkadaşı olmayan yaşlı bireyler, etraflarında birden fazla bireyin olmasından dolayı yalnızlık durumlarının ister istemez azaldığını ifade etmiştir. Daha önce evlenmemiş olan yaşlı bireylere, bu soru yöneltilmemiştir. Anket formuna sadece daha önce evlenmedi şeklinde not alınmıştır ve uygun olan seçenek işaretlenmiştir. Bazı yaşlı bireyler ise, resmi olarak evli olup huzurevlerine yerleşmişlerdir. Bu yaşlı bireyler de bu soruyu yanıtlamamışlardır. Uygun olan seçenek işaretlenerek doğru sonuçlar elde edilmiştir. Huzurevleri tarafından

düzenlenen aktivitelere katılan yaşlı bireylerin toplam 80'i, bu aktivitelerden memnundur. Nedeni ise; arkadaşlarıyla daha çok yan yana gelmek, yeni çevreler görmek, en önemlisi de kendilerini değerli hissetmelerinden kaynaklanmaktadır. Tezin belli yerlerinde yaşlı bireylerin kendilerini değerli ve mutlu hissetmelerinin, onların hayata yeniden bağlanmalarında ve toplum içerisinde daha çok yer almak istemelerine katkı sağladığına yer verilmiştir. Ters bir durum olduğu zaman, yaşlı bireyler kendisini toplumdan soyutlamaya ve kendisini mutsuz hissetmeye başlamaktadır. Bu durum onun sosyalleşebilmesini ve iletişim kurmasını engellemektedir. Önemli olan, yaşlı bireylerin yeniden toplumsallaşmasını sağlayabilecek etkinlikler düzenlemektir. Huzurevi içerisinde görüşme yapılırken, yaşlı bireylerin bazı sosyalleşme alanları da gözlemlenmiştir. Örneğin: Ortak alanları olan bir kantin. Yaşlı bireylerin çay, kahve içip sohbet edebildikleri sosyal bir alan.

Köşk Huzurevinin bahçesinde bulunan Bocce Oyunu'na ait bir saha. Bazı yaşlı bireyler, Bocce Oyunu oynamaktadır ve bu oyunla beraber sosyalleşen yaşlı bireyler olduğu öğrenilmiştir. Köşk Huzurevinde düzenlenen el sanatları-elîşi kursu. Genelde kadın yaşlı bireylerin katılıp bir bilginin yardımıyla el becerilerini geliştirdikleri bir yer. Köşk Huzurevinde haftanın belli bir günü verilen Kur'an okumaları, yemekhane salonunda gerçekleşen bir etkinliktir. Birebir gözlem yapıldığında, çoğu yaşlı bireyin bu etkinliğe katıldığı görülmüştür. Bu etkinlikte de yaşlı bireyler yan yana gelip sosyalleşebilmektedir. Araştırmacı olarak katılım gösterilmiş olup yaşlı bireylerle yan yana oturarak onlarla sohbette edilmiştir. Köşk Huzurevinin etrafında yaşlı bireylerin çıkıp turlayabileceği bir alan bulunmaktadır. Hatta bahçe de oturabilecekleri yerler de bulunmaktadır. Çamlık Huzurevinde belli günlerde bir bilgin yardımıyla verilen el sanatları kursu bulunmaktadır. Hatta araştırmacı tarafından bu kursa birkaç kez katılmış olup gözlem yapma fırsatı bulunmuştur. Bu kursta çay, kahve içilip elîşi, çanta, atkı gibi iğne işçiliği ürünler yapılıp kurs salonunda sergilenmektedir. Burada yaşlı bireyler; bir yandan el becerilerini geliştirmekte, bir yandan da sohbet edip çay, kahve keyfi yapmaktadır. Çamlık Huzurevinde Çay Salonu genellikle erkek yaşlı bireyler tarafından kullanılan, çay içmenin yanı sıra sohbet alanıdır. Çamlık Huzurevinin etrafında yaşlı bireylerin çıkıp turlayabileceği bir alan bulunmaktadır. Yıldızlı Huzurevinde de böyle bir alan bulunmaktadır. Birden fazla blogun bulunduğu alanın etrafı geniş olup yaşlı bireylerden bazılarının çıkıp tur attıkları ve sohbet ettikleri gözlemlenmiştir. Buradan da anlaşılacağı gibi aslında yaşlı bireylerin sosyalleşebilmesi için sadece etkinlik

gerçekleştirilmesi gerekmemektedir. Onların bir arada toplanabileceği rahat alanların oluşturulması, yan yana gelmelerini ve sosyalleşebilmelerini sağlamaktadır.

Özetle, huzurevlerinde yaşayan yaşlı bireylerin büyük çoğunluğu birden çok bireyle beraber iç içe yaşamalarının verdiği bir durumdan dolayı ister istemez sosyalleşme sürecine dahil olmaktadır. Yaşlı bireylerin birbirleriyle selamlaşması, sohbet etmesi, beraber aktivitelere katılmaları, dertlerini birbirleriyle paylaşmaları gibi durumlar huzurevi sayesinde gerçekleşen sosyalleşme sürecini ortaya çıkarmakta ve sosyalleşme sürecine olumlu anlamda katkı sağlamaktadır.

## **5.2.Öneriler**

Günümüz itibari ile gelişen sağlık koşulları ile beraber sayısal olarak artan yaşlı nüfus önemli bir yer teşkil etmektedir. Yapılan araştırmalar göz önünde bulundurulduğunda yaşlı bireyler için gerçekleştirilen faaliyetlerin az olduğu görülmektedir. Bu faaliyetlerin sayısı arttırılmalı ve yaşlı bireylerin toplum içerisindeki varlıkları öne çıkarılmalıdır. Örneğin: Sağlık Bakanlığı tarafından yaşlılar adına seminerler ve eğitim programları düzenlenilmelidir. Bu seminerler ve eğitim programları aracılığıyla; bu süreç içerisinde nasıl beslenmeleri gerektiği, hastalıklardan korunmanın yolları gibi konularda bilgiler verilmelidir. Büyükşehir Belediyesi tarafından yaşlı bireylerin ilgisini çekebilecek tiyatro ve sinema filmleri düzenlenmeli ve bu kültürel faaliyetlere katılım sayılarının arttırılması için yaşlı bireylerin teşvik edilmesi gerekmektedir. Yine Büyükşehir Belediyesi tarafından yaşlı bireylerin kendilerini gösterebileceği ve kendilerini değerli hissedebileceği gönüllü faaliyet alanları oluşturulmalıdır. Örneğin: İhtiyacı olan bireyler için hazırlanan giysi yardımlarının yaşlı bireylerden destek alınarak gerçekleştirilmesi, bu bireylerin kendilerini değerli hissetmelerini sağlayacaktır. Aynı zamanda Belediye tarafından çevre güzelliğinin sağlanması için gerçekleştirilen ağaç ve çiçek dikimi faaliyetlerine de dahil olmaları sağlanmalıdır. Bu faaliyet yaşlı bireylerin çevreye olumlu anlamda katkıda bulunmalarını sağlarken aynı zamanda da bir şeyleri gerçekleştirmenin mutluluğunu yaşamalarını sağlayacaktır. Yardımseverlik adına düzenlenen kermeslerde de yaşlı bireylerden yardım alınmalıdır. Bu gibi etkinlikler, yaşlı bireylerin emeklerinin değerli olduğunu onlara hissettirme konusunda fayda sağlarken aynı zamanda da toplum içerisinde örnek davranışlar sergilemelerini sağlayacaktır. Çünkü büyükler, kendinden önce gelen nesillere karşı her zaman örnek olmaktadır. Onların davranışları, hal ve hareketleri örnek alınmakta ve onlar gibi hareket edilmeye çalışılmaktadır. Onların yardımseverlik adına

düzenlenen kermeslerde bulunması demek, kendilerinden önceki nesillere karşı bu kavramın ne kadar değerli olduğunu gösterecek ve toplum içerisindeki bireylerin birbirlerine daha da sıkı bağlanmasını sağlayacaktır.

Huzurevleri göz önünde bulundurulduğunda; her huzurevinde bir sosyal hizmet uzmanı ve psikolog olduğu görülürken, sosyologların var olmadığı görülmektedir. Sosyologlar, bir toplum için önemli bir yer teşkil etmektedir. Çünkü toplumu düzene sokan, bireylerin aralarındaki eşitsizliği ortadan kaldırmaya çalışan, toplum içerisinde ortaya çıkan diğer sorunları ortadan kaldırmaya çalışan, toplum sağlığını iyileştirmeye çalışan, kurum içerisindeki hizmetlerin iyileştirilmesi konusunda rol oynayan önemli bir meslek alanıdır. Huzurevi içerisinde bulunan yaşlı bireylerin; sağlık, ekonomi, eğitim ve sosyal katılım gibi alanlardaki faktörleri inceleyip onların daha iyi bir yaşam koşullarına sahip olmaları için çalışacak olan sosyologlardır. Bu nedenle toplumu ayakta tutup onun eksik yanlarını iyileştiren sosyologların da huzurevi içerisinde varlıklarını sürdürmeleri gerektiği düşünülmektedir. Özellikle huzurevi içerisinde çeşitli kişiliklere sahip yaşlı bireylerin bulunması ve her bir yaşlı bireyin farklı hayat koşullarından çıkıp aynı ortam içerisinde hayatlarını idame ettirmek için uğraşmaları, bu uğraşların gerçekleştiği sıralarda ortaya çıkan bazı olumsuzlukların ortadan kaldırılması konusunda sosyologlar önemli yer tutmaktadır. Bunun nedeni, toplumdaki sorunların sosyologlar tarafından incelenip sorunun temeline inmesi ve bu soruna neden olan faktörü iyileştirmeye çalışmasıdır.

## KAYNAKÇA

- Apak, E. (2017). *Etkinlik ve geri çekilme kuramları çerçevesinde yaşlıların yaşam doyumlarının incelenmesi: Bingöl ili örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yalova Üniversitesi, Yalova.
- Atila, S. (2006). *Toplumsal değişimin aile ve yaşlılar üzerine etkisi (İstanbul'daki beş huzurevinde inceleme)*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Akbaş Ataş, C. (2017). *Edirne il merkezinde yaşayan yaşlılarda istismar riskinin ve etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi*. Uzmanlık tezi, Trakya Üniversitesi, Edirne.
- Aysan, Ü. (2017). *Türkiye'de yaşlıların yaşam memnuniyeti ve refah algıları*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Arslan, M. (2019). *Almanya'da yaşayan Türklerin siyasal toplumsallaşma süreci: Kuzey Ren Vestfalya örneği*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara.
- Akdağ, M. (2021). *Ankara'daki üniversite ve eğitim gören aile hekimliği anabilim dalı araştırma görevlilerinin yaşı istismarı hakkındaki bilgi ve tutumlarının belirlenmesi*. Uzmanlık tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara.
- Altunay, Z. (2020). *Sosyokültürel değişim açısından yaşlı, yaşlılık ve yaşlı bakımı (Zonguldak örneği)*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Aygüler, E. (2022). *Yalnız yaşayan yaşlıların yaşlılık algıları, yaşam deneyimleri ve gereksinimleri*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Ak, M. (2017). Yaşlı yoksulluğu. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 197-208.
- Birinci, E. (2020). Gerontolojik sosyal çalışma üzerine bir değerlendirme. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16(10), 3733-3755.
- Biçer, H. (2002). *Sosyal sorunlar çerçevesinde yaşlılar*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Baybaş, B.K. (2017). *Huzurevinde kalan yaşlı bireylerin iletişim ihtiyaçlarının karşılanmasında huzurevi çalışanlarının rolü: Eskişehir'de bir huzurevi örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Eskişehir Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.

- Başaran, İ.E. (2008). *Örgütsel davranış insanın üretim gücü*. Ekinoks Eğitim Danışmanlık Hizmeti, Ankara.
- Bahar, H.İ. (2005). *Sosyoloji*. Ankara: Uluslararası Stratejik Araştırmalar Kurumu.
- Coştu, Y. (2009). *Toplumsallaşma sürecinde dindarlığı etkileyen faktörler (Samsun örneği)*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ondokuzmayıs Üniversitesi, Samsun.
- Çevik Sökmen, D. (2008). *Huzurevinde kalan yaşlıların huzurevindeki yaşamlarına ilişkin algıları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Çınar, A. (2019). *İstismar ve ihmâl bağlamında yaşlı ölümlerinin değerlendirilmesi. Uzmanlık tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.*
- Çokşen, M. ve Güzel Gürbüz, P. (2023). Huzurevinde Kalan Yaşlılarda Rekreatif Etkinliklerin Aktivite Teorisi Kapsamında Uygulanabilirliğinin İncelenmesi. *Uluslararası Spor Bilimleri Öğrenci Çalışmaları*, 5(1), 25-36.
- Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262.
- Doğmuş, I. ve Yıldırım, S. (2021). Çalışma hayatında yaşlı olmak. *Anasay Dergisi*, 15, 107-124.
- Daşbaşı, S. (2014). *65 Yaş üstü bireylerin aile içi yaşlı istismarı konusundaki değerlendirmeleri*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Doğramacı, M. (2019). *Yaşlılık ve yaşlıya bakım hizmetlerinin kurumsal örgütlenmesi (Kütahya örneği)*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- Demirbilek, S. (2014). Yaşlılık ve emeklilik ilişkisinin sosyolojik boyutu. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 10(1-2), 131-146.
- Erden, Ş. ve Boz, H. (2018). Türkiye'de yaşlı istismarı ve ihmali. *Dahili Tıp Bilimleri Dergisi*, 71(3), 100-105.
- Ekinci, A. (2021). *Yaşlılık ve kadın*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir.
- Erdağ, E. (2022). *Huzurevinde yaşlılık olgusunun incelenmesi ve yaşlı bakımında bir model önerisi: birlikte yaşam sitesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı.
- Göktaş, H. (2019). *Ankara ilinde yaşayan 45 yaş ve üzeri kişilerin yaşlılık beklenti ve algılarının sosyo-demografik özellikler itibarıyla incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

- Gönüllü Taşkesen, C. (2017). *Yaşlanma, yaşlılık ve yaşlılar: Denizli ili örneği*. Yayınlanmamış doktora tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Gök, H. (2019). *Türkiye’de yaşlılık olgusu ve yaşlılara ilişkin tutumların kültürel temelleri üzerine bir alan araştırması Van-Muğla örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Gökçe, N. (2017). Yaşlı istismarı ve ihmali. *Sağlık Akademisi Kastamonu*, 2(2), 100-111.
- Gürses, İ. ve Kılavuz, M.A. (2011). Erikson’un psiko-sosyal gelişim dönemleri teorisi açısından kuşaklararası din eğitimi ve iletişiminin önemi. *İlâhiyat Fakültesi Dergisi*, 20(2), 153-166.
- Güngör, E. (1993). *Değerler psikolojisi*, İstanbul.
- Kacar, N. (2019). Yaşlı tüketiciler ve giyim estetiği: sosyal ve psikolojik etkenlerin davranışa etkileri. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 12(1), 52-59.
- Kıyak, D. (2018). *Yaşlılarda psikososyal gelişim: Erikson’un dokuzuncu evresinin araştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Koçakgöl, M. (2017). *John Rawls’un sosyal adalet teorisi bağlamında yaşlı istismarı*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kurtkapan, H. (2017). *Kentleşme sürecinde yaşlılık ve yerel yönetim uygulamaları: İstanbul örneği*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Kalaycı, I. (2015). *Yaşlılık statüsü, rolleri açısından yaşlıların toplumsal beklentileri ve sorunları: Isparta örneği*. Yayınlanmamış doktora tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Kurt, G. (2008). *Türkiye’de yaşlılık olgusuna sosyolojik bir bakış*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.
- Kalaycı, I. ve Özkul, M. (2017). Geleneksel kalabilsem modern olabilsem: modernleşme sürecinde yaşlılık deneyimleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 8(18), 90-110.
- Kaygusuz, C. (2008). *Yaşlılık kuramları*. K. Ersanlı ve M. Kalkan (Der.), Psikolojik, sosyal ve bedensel açıdan yaşlılık içinde (215-249). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Lotfi, S. (2020). Yaşlı istismarı ve ihmaline yönelik sosyal hizmet müdahalesi ve yaklaşımları. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(39), 1436-1452.

- Metin, O. (2014). *Sosyal medyanın siyasal toplumsallaşmaya etkileri: üniversite öğrencileri örneği*. Yayınlanmamış doktora tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar.
- Mancılık, A. (2015). *Sosyal hizmet öğrencilerinin müracaatçı olarak yaşlılarla çalışma ve yaşlılara yönelik tutumlarının belirlenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Miroğlu, C. (2009). *Ankara’da bir huzurevi incelemesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Müftüler, H.G. (2018). İstanbul’da yaşlılık ve yaşlılığın yapısal değişimi. *Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 02(01), 58-80.
- Onar Çambay, S. (2015). Bir toplumsallaşma aracı olarak yeni medya: kuramsal bir değerlendirme. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(2), 237-247.
- Öz, F. (2002). Yaşamın son evresi: yaşlılık psikososyal açıdan gözden geçirme. *Kriz Dergisi*, 10(2), 17-28.
- Özyer, H. (2016). *Yaşlılık sorunu ve bir çözüm olarak huzurevi (Konya Dr. İsmail Işık huzurevi örneği)*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Özkan, M. (2017). *Yaşlılarda mekân aidiyeti: yaşlılık ve mekân ilişkisine sosyolojik bakış*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Özokcu Gürel, Ö. (2021). *Birinci basamak hekimlerinin yaşlı istismarı ve ihmali konusundaki farkındalıkları ve istismarı araştırma düzeyleri*. Uzmanlık tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Özütürker, M. (2021). *Toplumsal yaşlanma ve yaşlı dolandırıcılığı “Erzincan ili örneği”*. Yayınlanmamış doktora tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Öner, E. (2023). *Toplumsal cinsiyet bağlamında yalnız yaşayan yaşlı kadınların sorunları ve yaşam deneyimleri: Kocaeli ili örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Sayan, A. ve Durat, G. (2004). Yaşlı istismarı ve ihmali: önleyici girişimler. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 7(3), -.
- Saka, V. (2022). *Toplumsal dışlanmanın yaşlılıkta görünümü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- Sert, H. (2022). *Yaşlı istismarı riski ile günlük yaşam aktivitelerindeki bağımlılık ve depresyon düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Uzmanlık tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Santrock, J.W. (2016). *Yaşam boyu gelişim psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

- Şirinbilek, B.B. (2020). *Yaşlılara uygulanan sosyal politikalara ilişkin yaşlıların memnuniyet algısı: Yalova örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yalova Üniversitesi, Yalova.
- Tekin Önür, H. (2015). Toplumsal cinsiyet ekseninde yaşlı bakımı. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 37, 185-202.
- Tunçel, L. (2019). *Türkiye’de ve dünyada “gerontolojik ev” konsepti*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- URL-1, <https://data.tuik.gov.tr>. 16 Eylül, 2023.
- URL-2, <https://www.aile.gov.tr/haberler/aile-ve-sosyal-hizmetler-bakanimiz-goktas-turkiye-yasli-profil-arastirmasinin-sonuclarini-paylasti/>. 12 Şubat, 2025.
- URL-3, <https://www.aile.gov.tr/haberler/huzurevleri-26-bin-cinarin-yuvasi-oldu/#:~:text=%C5%9Eubat%202022%20itibar%C4%B1yla%2017%20bin,ait%20toplam%20452%20huzurevi%20bulunuyor>. 12 Şubat, 2025.
- URL-4, <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkiye-Yasli-Profil-Arastirmasi-2023-53809>. 15 Şubat, 2025.
- Üçok, A. (2018). *Yaşlılık olgusuna yaşlıların bakış açısı ile sosyolojik bir yaklaşım: Gaziantep’te kamu ve özel huzurevleri örnekleri ile*. Yayınlanmamış doktora tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Ünlü, D. (2019). *Yaşlıların ekonomik istismara maruz kalma durumlarının incelenmesi: İstanbul Bahçelievler örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Üresin, A. (2022). *Yaşlıların teknoloji ile yaşadığı sorunlar ve yaşlı ayrımcılığı*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman.
- Yeşiltepe, S. (2021). *Yaşlılıkta sosyal dışlanma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Adıyaman Üniversitesi, Adıyaman.
- Yıldız, B. (2023). *Yaşlı bireylerin kentteki yaşam deneyimleri: Samsun örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.

## **EKLER**

### **Ek 1. Tezde Kullanılan Anket Formu**

Bu anket çalışması Gümüşhane Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyoloji anabilim dalında Dr. Öğr. Üyesi Arif ÇİÇEK danışmanlığında huzurevinde yaşayan bireylerin yeniden nasıl toplumsallaşma sağladıklarıyla ilgili yürütülmekte olan Yüksek Lisans Tezine veri sağlamak amacıyla yapılmaktadır. Vereceğiniz tüm bilgiler gizli tutulacak ve sadece bilimsel amaçlı olarak kullanılacaktır. Bu nedenle aşağıda yer alan sorulara içtenlikle cevap vermeniz rica olunur. Değerli katılımlarınız için teşekkür ederiz.

#### **1-)Cinsiyetiniz?**

a-)Kadın b-)Erkek

#### **2-)Yaşınız?.....**

#### **3-)Doğum yeriniz?**

a-)İl b-)İlçe c-)Köy

#### **4-)Buraya gelmeden önce ikametgâh yeriniz?**

a-)İl b-)İlçe c-)Köy

#### **5-)Medeni haliniz?**

a-)Evli b-)Bekâr c-)Dul

#### **6-)Öğrenim durumunuz?**

a-)İlkokul b-)Ortaokul c-)Lise d-)Üniversite e)Okuryazar f-)Okuryazar değil

#### **7-)(Varsa) çocuk sayınız?**

a-)Yok b-).....

#### **8-)(Varsa) torun sayınız?**

a-)Yok b-).....

**9-)Mesleğiniz?**

a-)Yok b-)Kamu çalışanı c-)Özel sektör d-)Serbest meslek e-)İşçi

**10-)Sosyal bir güvenceniz var mı?**

a-)Yok b-)SSK c-)BAĞ KUR d-)Yeşil Kart e-)Özel Sigorta f-)Emekli Sandığı

**11-)Gelir getiren kaynaklarınız var mı?**

a-)Yok b-)Emekli maaşı c-)Kira geliri d-)Arsa geliri e-)Yaşlılık maaşı f-)Devlet desteği  
g-)Diğer

**12-)Aylık gelir miktarınız?**

a-)Yok b-)1000-4000 TL c-)4001-7000 TL d-)7001-10.000 TL e-)10.001 TL üstü

**13-)Kendi gelir durumunuz ihtiyaçlarınızı karşılamada yeterli mi?**

a-)Evet b-)Hayır

**14-)Geliriniz yetmiyorsa size yardım eden birileri var mı?**

a-)Gelirim yetiyor b-)Çocuklarım yardım ediyor c-)Komşularım yardım ediyor d-  
)Akrabalarım yardım ediyor e-)Yardım eden kimsem yok f-)Devlet yardım ediyor g-  
)Kardeşim yardım ediyor

**15-)Gelir düzeyinizdeki azalmalar sosyal ilişkilerinizi nasıl etkiledi?**

a-)Mesafeli ilişkiler b-)Aynı ilişkiler

**16-)Huzurevinde kalmaya başlamadan önce kiminle yaşıyordunuz?**

a-)Eşim ve çocuklarımla b-)Eşimle c-)Çocuklarımla d-)Kardeşlerimle e-)Akrabalarımla  
f-)Kendi başıma g-)Ailemle (anne, baba)

**17-)Ne kadar süre bu şekilde yaşadınız?.....**

**18-)Huzurevi hakkında ilk bilgiyi kimden aldınız?**

a-)İl Sosyal Hizmetler Müdürlüğü b-)Belediye c-)Çocuk d-)Komşu e-)Akraba f-)Kendi  
g-)Yakın çevre h-)Sosyal medya (gazete, radyo vb.)

**19-)Huzurevini tercih etme nedeniniz nedir?**

- a-)Tek başına yaşamakta zorlanmak b-)Çocuklar tarafından istenmemek c-)Aile içi sorunlar  
d-)Güvenlik ihtiyacı e-)Ekonomik yetersizlik f-)Bakım ihtiyacı

**20-)Huzurevine gelmeden önce ikamet ettiğiniz yerdeki bireyler, size ne derecede saygı gösterdi?**

- a-)Olması gerektiği kadar saygılı ilişkiler b-)Mesafeli ilişkiler c-)Samimi ilişkiler d-  
)Yardımlaşma duygularının iyi olması

**21-)Huzurevinde kaç yıldır kalıyorsunuz?.....**

**22-)İlk geldiğinizde neler hissettiniz?**

- a-)Yabancılik çekmek b-)Yalnızlık hissetmek c-)Özlem d-)Mutluluk e-)Zorunluluk f-  
)Hiçbir şey hissetmemek g-)Karamsarlık

**23-)İlk geldiğiniz günden bu yana neler değişti?**

- a-)Arkadaş edinmek b-)Karamsarlık c-)Mecburen uyum sağlamak d-)Değişkenlik az e-  
)Değişkenlik yok f-)Rahatlık g-)Sağlık yönünden iyileşmek h-)Sağlık yönünden kötüleşmek

**24-)Burada yaşamaktan memnun musunuz?**

- a-)Memnunum b-)Memnun değilim c-)Kararsızım

**25-)Memnun değilseniz bunun nedenini açıkla mısınız?**

- a-)Memnunum b-)Anlaşmamak c-)Aileye özlem d-)Hizmet yetersizliği e-)Uyum sorunu  
f-)Önceki yaşamına özlem g-)Arkadaş edinmemek

**26-)Size göre huzurevi neyi ifade etmektedir?**

- a-)Kaliteli bir yaşam b-)Bakımın yapıldığı yer c-)Güvenlik ihtiyacının sağlandığı yer d-  
)Tek ya da ihtiyacı olan bireylerin sığındığı yer e-)Arkadaşlık ilişkilerinin yeniden başladığı yer f-)Bir anlam ifade etmemek

**27-)Huzurevinde size sağlanan hizmetler nelerdir?**

a-)Temel ihtiyaçlar ve hizmetler (yemek, içmek, sağlık hizmetleri) b-)Sosyal aktiviteler (gezmek, kurs vb.) c-)Temizlik d-)Hepsi

**28-)Huzurevinin diğer bireylerle yeniden iletişim kurmanıza olanak sağladığını düşünüyor musunuz?**

a-)Evet b-)Hayır

**29-)Düşünmüyorsanız nedeni nedir?**

a-)Düşünüyorum b-)Arkadaşlık ilişkisi kurmak istememek c-)Aynı kafa yapısına sahip olamamak

**30-)Huzurevi sayesinde yalnızlaşma durumunuz azaldı mı?**

a-)Evet b-)Hayır c-)Kararsızım

**31-)Kendi yaşlarınızla bir arada olmak size neler sağlıyor?**

a-)Sohbet etmek b-)Kafa dağıtmak c-)Yalnızlıktan kurtulmak d-)Yardımlaşmak e-)Kader ortaklığı f-)Mutluluk g-)Dostluk h-)Bana bir katkısı yok

**32-)Huzurevinde yaptığınız bir aktivite var mı?**

a-)Evet b-)Hayır

**33-)Cevabınız hayır ise bunun nedeni nedir?**

a-)Evet b-)Fiziksel durumum aktivite yapmama engel oluyor c-)Hastalığım aktivite yapmama engel oluyor d-)İstememek e-)Aktivite yok

**34-)Hangi aktivitelere katılıyorsunuz?**

a-)Katılmıyorum b-)Gezmek c-)Kitap okumak d-)Sohbet etmek e-)Spor yapmak f-)El sanatları kursuna katılmak-Elişi yapmak g-)Televizyon izlemek

**35-)Huzurevinde yapılan etkinliklere katılmanız sizi mutlu ediyor mu?**

a-)Evet b-)Hayır c-)Katılmadığım için hayır

**36-)Cevabınız evet ise bunun nedeni nedir?**

a-)Hayır b-)Katılmadığım için hayır c-)Değerli hissetmek d-)Huzurlu olmak e-)Yeni çevreler görmek f-)Vakit geçirmek

**37-)Cevabınız hayır ise bunun nedeni nedir?**

a-)Evet b-)Beni etkilemiyor c-)Yeterince iyi değil d-)Katılmadığım için hayır

**38-)Bu etkinlikler arkadaşlıklarınız konusunda nasıl bir katkı sağlıyor?**

a-)Katılmadığım için bana bir katkısı yok b-)Bana bir katkısı yok c-)Yeni arkadaşlar tanımak d-)Arkadaşlık bağının güçlenmesi e-)Sohbet etmek f-)Benim bir arkadaşım yok g-)Bütün olmak

**39-)Bu dönemde geçirdiğiniz fiziksel değişimler nedir?**

a-)Yok b-)Yürümekte zorlanmak c-)Konuşmakta zorlanmak d-)İşitmekte zorlanmak e-)Hastalıktan dolayı odadan çıkamamak f-)Görmekte zorlanmak g-)Kilo artışı

**40-)Bu dönemde geçirdiğiniz fiziksel değişimler iletişiminizi nasıl etkiledi?**

a-)Arkadaşlık kurmakta zorlanmak b-)Konuşurken zorlanmak c-)Fiziksel bir değişimim yok d-)Fiziksel bir değişimim var ama etkilemedi

**41-)(Varsa) Eşiniz vefat ettikten sonra buradaki bireylerle iç içe olmak sizi nasıl etkiledi?**

a-)Daha önce evlenmedim b-)Eşim yaşıyor c-)Etkilemedi d-)Yalnızlıktan kurtulmak

**42-)Bilişsel anlamda yaşadığınız değişimler, buradaki bireylerle olan iletişiminizi nasıl etkiledi?**

a-)Değişim yok b-)Unutkanlık durumu var ama değişim yok c-)Unutkanlık konuşmamı etkiliyor d-)Düşünmekte zorlanmak

**43-)Yaş aldıkça iletişim kurmanızda sorun yaşadınız mı?**

a-)Evet b-)Hayır

**44-)Cevabınız evet ise nedeni nedir?**

a-)Hayır b-)Unutkanlık durumu var c-)Yaşlılık düşünmemi etkiliyor

**45-)Emekli olduktan sonra hayatınızda neler değişti?**

a-)Çalışmadım b-)Her şey değişti c-)Hiçbir şey değişmedi d-)Biraz değişti

**46-)Emekli olduktan sonra yakınlarınız (aile, arkadaş, akraba, komşu, huzurevindeki arkadaşlar vb.) ile iletişiminiz nasıl oldu?**

a-)Çalışmadığım için değişmedi b-)Mesafeli ilişkiler c-)Aynı ilişkiler d-)Samimiyetin artması

**47-)Emeklilik döneminizi göz önünüze aldığınızda farklı etkinliklere katılma oranınız ve farklı bireylerle bir araya gelmenizde bir artış oldu mu?**

a-)Evet b-)Hayır c-)Çalışmadığım için bir değişiklik yok

**48-)Cevabınız evet ise nedeni nedir?**

a-)Hayır b-)Çalışmadığım için bir değişiklik yok c-)Boş zamanın ortaya çıkması





## ÖZGEÇMİŞ

Affan Kitapçioğlu Anadolu Lisesi mezunudur. Gümüşhane Üniversitesi Sosyoloji bölümü mezunudur. Gümüşhane Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Sosyoloji Ana Bilim Dalında yüksek lisans yapmaktadır.

